

Buona sera!

Abbiamo pensato di usare un po' di musica per preparare assieme questa sera. Ti chiediamo solo di ascoltare e leggere se vorrai, se ti può essere di aiuto puoi gettare smartphone o oggetti che ti disturbano nella scatola apposta, li potrai recuperare più tardi... *speriamo!*

Questa estate con i giovani ci siamo messi in cammino sulle vette montuose accompagnati da qualche brano che ci ha tenuto compagnia e che spesso ci ha fatto riflettere, ridere e anche commuovere.

Abbiamo iniziato da poco un piccolo cammino per avvicinarci alla Pasqua e ci è sembrato bello poter condividere con te queste canzoni. Potrai leggere i testi appesi al muro o semplicemente farti trascinare dalla melodia, l'unica cosa che ti chiediamo è il silenzio.

La Quaresima è sempre un momento molto favorevole per coltivarsi; in questi pochi minuti immaginiamo sia difficile poter staccare la spina e rilassarsi, però speriamo che in questo periodo tu possa regalarti del tempo.

In queste canzoni si parla di viaggi, di sogni, di coraggio, di speranza e di ricerca.

- E tu come stai? Ti senti in cammino?

- Come è adesso questo tuo percorso? In salita, in discesa o in pianura? Sotto il sole cocente del deserto o sotto una pioggia battente? È stretto e pericoloso o ti senti in una bella autostrada a 4 corsie e sfrecci come il vento?

Che bello sarebbe parlare con te ore ed ore davanti ad una bella birra fresca! Io spero e prego con tutto il cuore che in qualunque strada tu ti trovi adesso, tu abbia la forza e il coraggio di percorrerla ad occhi aperti e di non perderti nemmeno un millimetro di questo tuo pezzo di vita. Di una cosa sono davvero sicuro e cioè che in qualunque sentiero, in qualunque landa desolata e in qualunque perturbazione abbiamo la certezza che non camminiamo mai soli. Chiamalo Dio, chiamalo amico, chiamalo fratello, chiamalo come vuoi, ma fidati, quanto ti senti stanco e pensi di non farcela più, tu chiamalo e lui risponderà.

Preghiera d'inizio CONSIGLIO DIOCESANO AC 28 -11-2019

Canto: Come tu mi vuoi

Eccomi Signor, vengo a Te mio Re, che si compia in me la Tua volontà. Eccomi Signore, vengo a Te mio Dio, plasma il cuore mio e di Te vivrò. Se Tu lo vuoi Signore manda me e il Tuo nome annuncerò.

Come Tu mi vuoi io sarò, dove Tu mi vuoi io andrò.

Questa vita io voglio donarla a Te per dar gloria al Tuo nome mio re. Come Tu mi vuoi io sarò, dove Tu mi vuoi io andrò,

se mi guida il Tuo amore paura non ho per sempre io sarò, come Tu mi vuoi.

Eccomi Signor, vengo a Te mio Re, che si compia in me la Tua volontà. Eccomi Signore, vengo a Te mio Dio, plasma il cuore mio e di Te vivrò. Tra le tue mani mai più vacillerò e strumento tuo sarò.

Dal Vangelo secondo Luca (1, 26-38)

In quel tempo, l'angelo Gabriele fu mandato da Dio in una città della Galilea, chiamata Nazaret, a una vergine, promessa sposa di un uomo della casa di Davide, di nome Giuseppe. La vergine si chiamava Maria. Entrando da lei, disse: «Rallegrati, piena di grazia: il Signore è con te».

A queste parole ella fu molto turbata e si domandava che senso avesse un saluto come questo. L'angelo le disse: «Non temere, Maria, perché hai trovato grazia presso Dio. Ed ecco, concepirai un figlio, lo darai alla luce e lo chiamerai Gesù. Sarà grande e verrà chiamato Figlio dell'Altissimo: il Signore Dio gli darà il trono di Davide suo padre e regnerà per sempre sulla casa di Giacobbe e il suo regno non avrà fine».

Allora Maria disse all'angelo: «Come avverrà questo, poiché non conosco uomo?». Le rispose l'angelo: «Lo Spirito Santo scenderà su di te e la potenza dell'Altissimo ti coprirà con la sua ombra. Perciò colui che nascerà sarà santo e sarà chiamato Figlio di Dio».

Ed ecco, Elisabetta, tua parente, nella sua vecchiaia ha concepito anch'essa un figlio e questo è il sesto mese per lei, che era detta sterile: nulla è impossibile a Dio». Allora Maria disse: «Ecco la serva del Signore: avvenga per me secondo la tua parola». E l'angelo si allontanò da lei.

Silenzio e risonanza secondo le modalità indicate

Ascoltiamo a Maria le preghiere che abbiamo nel cuore...
Ave o Maria...

PREGHIERA di INIZIO

- S. - O Dio, vieni a salvarci.
T. - SIGNORE VIENI PRESTO IN NOSTRO AIUTO.
S. - Gloria al Padre, al Figlio e allo Spirito Santo,
T. - COME ERA NEL PRINCIPIO,
ORA E SEMPRE NEI SECOLI DEI SECOLI. - AMEN

DALLA PRIMA LETTERA DI SAN PAOLO APOSTOLO AI CORINZI (1Cor 5, 1-8)

¹Si sente dovunque parlare di immoralità tra voi, e di una immoralità tale che non si riscontra neanche tra i pagani, al punto che uno convive con la moglie di suo padre. ²E voi vi gonfiate di orgoglio, piuttosto che esserne afflitti in modo che venga escluso di mezzo a voi colui che ha compiuto un'azione simile! ³Ebbene, io, assente con il corpo ma presente con lo spirito, ho già giudicato, come se fossi presente, colui che ha compiuto tale azione. ⁴Nel nome del nostro Signore Gesù, essendo radunati voi e il mio spirito insieme alla potenza del Signore nostro Gesù, ⁵questo individuo venga consegnato a Satana a rovina della carne, affinché lo spirito possa essere salvato nel giorno del Signore.

⁶Non è bello che voi vi vantiate. Non sapete che un po' di lievito fa fermentare tutta la pasta? ⁷Togliete via il lievito vecchio, per essere pasta nuova, poiché siete azzimi. E infatti Cristo, nostra Pasqua, è stato immolato! ⁸Celebriamo dunque la festa non con il lievito vecchio, né con lievito di malizia e di perversità, ma con azzimi di sincerità e di verità.

COMMENTO

G. - Ora mentre chi lo desidera può condividere a voce alta la proprio invocazione, ciascuno di noi è invitato a deporre nel contenitore al centro il proprio sassolino, simbolo del lievito vecchio di cui vogliamo liberarci, e ad accendere un lumino al centro, segno della Luce di verità del Cristo, il vero azzimo che ci rende nuova pasta.

- S. - Preghiamo insieme per l'anno associativo
che stiamo per iniziare, rispondendo ad ogni invocazione:
Signore, rendici strumento nelle tue mani.
T. - SIGNORE, RENDICI STRUMENTO NELLE TUE MANI"

PREGHIERA FINALE DI
S. Madre Teresa

Preghiere
spontanee

Insieme
coralmente

SIGNORE, vuoi le mie mani per passare questa giornata
aiutando i poveri e i malati che ne hanno bisogno?
SIGNORE, OGGI TI DO LE MIE MANI.

SIGNORE, vuoi i miei piedi per passare questa giornata
visitando coloro che hanno bisogno di un amico?
SIGNORE, OGGI TI DO I MIEI PIEDI.

SIGNORE, vuoi la mia voce per passare questa giornata
parlando con quelli che hanno bisogno di parole d'amore?
SIGNORE, OGGI TI DO LA MIA VOCE.

SIGNORE, vuoi il mio cuore per passare questa giornata
amando ogni uomo solo perché è un uomo?
SIGNORE, OGGI TI DO IL MIO CUORE.

CANTO
LUCE

C'è il segreto della libertà,
quella vera, batte dentro di te
È come risvegliarsi un mattino con il sole, dopo un lungo inverno
Nel soffrire mio Signore ho incontrato te Dio Amore.

SIGNORE SONO QUI PER DIRTI ANCORA SÌ,
FAMMI SCOPPIARE DI GIOIA PER VIVERE,
FAMMI STRUMENTO PER PORTARE ATTORNO A ME,
E CHI È VICINO A ME SAPPIA CHE TUTTO IN TE È
LUCE
LUCE.
LUCE.
LUCE.

Voglio ringraziarti Signore per la vita che mi hai ridonato
So che sei nell'amore degli amici che ora ho incontrato
Nel soffrire mio Signore ho incontrato te Dio Amore.
Nel perdono nel gioire, ho capito che sei Luce per me.

...e con le lacrime agli occhi e le mani alzate verso Te Gesù
con la speranza nel cuore e la tua luce in me paura non ho più...

• CANTO: Come tu mi vuoi

*Ecce mi Signor, vengo a te mio re
che si compia in me la Tua volontà.
Ecce mi Signor, vengo a te mio Dio,
plasma il cuore mio e di Te vivrò.
Se Tu lo vuoi Signore manda me
e il Tuo nome annuncerò*

*Come Tu mi vuoi, io sarò
dove Tu mi vuoi, io andrò.*

*Questa vita io voglio donarla a Te
per dar gloria al Tuo nome, mio re.*

*Come Tu mi vuoi, io sarò
dove Tu mi vuoi, io andrò.*

*Se mi guida il Tuo amore paura non ho
per sempre io sarò come Tu mi vuoi.*

• PRIMA LETTURA

Gesù Cristo è morto per noi, perché viviamo insieme con lui

Dalla prima lettera di San Paolo apostolo ai Tessalonicesi
(1Ts 5, 1-6, 9-11)

Riguardo ai tempi e ai momenti, fratelli, non avete bisogno che ve ne scriva; infatti sapete bene che il giorno del Signore verrà come un ladro di notte. E quando la gente dirà: "C'è pace e sicurezza!", allora d'improvviso la rovina li colpirà, come le doglie una donna incinta, e non potranno sfuggire. Ma voi, fratelli, non siate nelle tenebre, cosicché quel giorno possa sorprendervi come un ladro. Infatti siete tutti figli della luce e figli del giorno;

noi non apparteniamo alla notte, né alle tenebre. Non dormiamo dunque come gli altri, ma vegliamo e siamo sobri.

Dio infatti non ci ha destinati alla sua ira, ma ad ottenere la salvezza per mezzo del Signore nostro Gesù Cristo. Egli è morto per noi perché, sia che vegliamo sia che dormiamo, viviamo insieme con lui. Perciò confortatevi a vicenda e siate di aiuto gli uni agli altri, come già fate.

• RISONANZA "GUIDATA"

• GESTO

• LETTURA

"La Cura", favola di Igino (I sec d.C.)

La "Cura", mentre stava attraversando un fiume, scorre del fango cretoso; pensierosa, ne raccolse un po' e incominciò a dargli forma. Mentre è intenta a stabilire che cosa abbia fatto, interviene Giove. La "Cura" lo prega di infondere lo spirito a ciò che essa aveva fatto. Giove acconsente volentieri. Ma quando la "Cura" pretese di imporre il suo nome a ciò che aveva fatto, Giove glielo proibì e volle che fosse imposto il proprio. Mentre la "Cura" e Giove disputavano sul nome, intervenne anche la Terra, reclamando che a ciò che era stato fatto fosse imposto il proprio nome, perché aveva dato ad esso una parte del proprio corpo. I disputanti elessero Saturno a giudice. Il quale comunicò ai contendenti la seguente giusta decisione: -Tu, Giove, che hai dato lo spirito, al momento della morte riceverai lo spirito; tu, Terra, che hai dato il corpo, riceverai il corpo. Ma poiché fu la "Cura" che per prima diede forma a questo essere, fin che esso vive lo possiede la "Cura". Per quanto concerne la controversia sul nome, si chiami homo poiché è fatto di humus (Terra)-.

• PADRE NOSTRO



PREGHIERA DI INIZI

CANTO: Ecco il nostro sì

Nella tua casa il verbo si rivelò
nel segreto del cuore il respiro del figlio Emmanuel.
In segna a queste mani la fedeltà,
a costruire la pace, una Casa Comune insieme a te.

**ÈCCO IL NOSTRO SÌ, NUOVA LUCE CHE RISCHIARA IL GIORNO,
È BELLISSIMO REGALARE AL MONDO LA SPERANZA.
ÈCCO IL NOSTRO SÌ, CAMMINIAMO INSIEME A TE MARIA,
MADRE DI GESÙ, MADRE DELL'UMANITÀ**

Donna dei nostri giorni sostenici,
guida il nostro cammino con la forza di quando hai detto "Sì".
Insegnaci ad accogliere Gesù,
noi saremo Dimora, la più bella poesia dell'anima.

Dal vangelo secondo Matteo (Mt. 7, 7-12)

In quel tempo, Gesù disse ai suoi discepoli:

*"Chiedete e vi sarà dato; cercate e troverete, bussate e vi sarà aperto.
Perché chiunque chiede riceve, e chi cerca trova, e a chi bussa sarà aperto. (..."*

*Se voi, dunque, che siete cattivi, sapete dare cose buone ai vostri figli,
quanto più il Padre vostro che è nei cieli*

darà cose buone a quelli che gliele chiedono!

*Tutto quanto volete che gli uomini facciano a voi, anche voi fatelo a loro:
questa infatti è la Legge e i Profeti."*

Chiedere, cercare, bussare: Dio desidera essere cercato da noi!

Spesso pensiamo di poter fare a meno di Lui, ci sentiamo autonomi e autosufficienti per poterci rivolgere a Dio. Eppure Lui non si stanca mai di invitarci a cercarlo, offrendoci una porta aperta, un cuore accogliente, la Sua Presenza costante quotidiana nella nostra vita. Quanto deve essere grande bontà di Dio, quanto immenso e incommensurabile è il Suo Amore per noi! Dobbiamo avere coraggio nel cercare Dio, come quando cerchiamo un amico bussiamo alla porta di casa fiduciosi che egli sia in casa pronto ad aprire porta e ad accoglierci nella sua dimora. E che delusione quando invece da altra parte della porta nessuno risponde. Dio ci dà la certezza di esser sempre presente dietro ogni portone che si pone tra noi e Lui, dà senso alla nostra attesa.

Dio c'è sempre per noi, ogni giorno, ogni istante, sempre e per sempre! Apriamole porte a Cristo, spalanchiamo le braccia e il cuore a Dio: solo così saremo capaci di aprire le porte della nostra vita anche agli uomini, per mettere veramente in pratica la Legge.

Pregliamo insieme:

Eravamo dei sassi, uno contro l'altro senza mai volerci bene.

Ma lo Spirito Santo, ci ha plasmati e formati ad immagine di Gesù!

Noi pietre vive per costruire un edificio santo, noi graditi a Dio, lo saremo stringendoci ancora più forte a Gesù.

Lui pietra viva,

pietra angolare scelta e preziosa per Dio.

Uniti a Lui siamo pietre che sempre sorridono,

pietre che insieme camminano,
pietre che si danno la mano.

Eravamo divisi, pietre spigolose

buone per costruire barriere.

Ma l'amore di Dio ha distrutto il peccato e ci ha dato la libertà!

Eravamo ammassati, gente senza volto, che non sa più dove andare.

Ma per Grazia di Dio nella Chiesa ciascuno ha un posto per lavorar.

Eravamo rinchiusi, dentro l'egoismo che ci fa costruire da soli.

Ma c'è Gesù Cristo che ci chiama a servire con amore ogni uomo per Lui.

IL MATTONE

Il muratore posava il mattone sul letto di cemento.

Con gesto preciso della sua cazzuola vi gettava una copertura,
e senza chiedergli il parere posava su un nuovo mattone.

A vista d'occhio le fondamenta salivano,
la casa poteva elevarsi alta e solida per ospitare uomini.

Ho pensato, Signore, a quel povero mattone interrato
nella notte alla base del grande edificio:

nessuno lo vede ma lui fa il suo lavoro
e gli altri hanno bisogno di lui.

Signore, non conta che io sia in cima alla casa
o nelle fondamenta, purché io sia fedele,
al mio posto, nella Tua Costruzione.

(Michel Quotst)

CANTO durante il gesto: Preghiera di S. Damiano

Ogni uomo semplice porta in cuore un sogno,
con amore ed umiltà potrà costruirlo.
Se davvero tu saprai vivere umilmente
più felice tu sarai anche senza niente.

Nella vita semplice troverai la strada
che la calma donerà al tuo cuore puro.
E le gioie semplici sono le più belle,
sono quelle che alla fine, sono le più grandi.

Se vorrai ogni giorno con il tuo sudore
una pietra dopo l'altra alto arriverai.

Preghiera del mattino del laico

senza tempo che trova tempo per pregare

Signore, non ho tempo!

La mia vita scorre affannosa tra attività, servizi e scadenze,
ed io non ho tempo per stare con te.

Non ho tempo per riposare nel Tuo cuore,
deponendovi le mie ansie e i miei timori,
le mie attese e le mie realizzazioni, le mie conquiste e i miei fallimenti.

Ti offero, Signore,

questa povertà e il desiderio di darti più spazio nella mia vita,

Accogli, mio Dio, questo lamento, come la mia preghiera di supplica.

E con la Tua bontà trasforma in preghiera ogni azione,
ogni lavoro, ogni goccia di sudore,

ogni impegno mondano che compio cercando di stare unito a Te.

Signore, non ho tempo, ma ho trovato il tempo di pronunciare queste parole.
Con esse ti consacro il mio giorno e do inizio alla grande liturgia di lode che,
oggi, celebrerò in un ufficio o in una fabbrica, in una scuola o in un ospedale,
dietro un bancone, o dietro i fornelli,

nel chiasso di un cantiere o nel silenzio di un laboratorio scientifico,
impegnato a costruire il tuo Regno in mezzo agli uomini.
Signore, non ho tempo, perché tutto il mio tempo è Tuo.

Amen.

PICCOLA RIFLESSIONE SULLA PREGHIERA

Vivere da figli di Dio nell'amore

- 1 - PERCHÉ PREGARE? "Per vivere. Sì: per vivere veramente, bisogna pregare. Perché? Perché vivere è amare: una vita senza amore non è vita. È solitudine vuota, è prigione e tristezza. Vive veramente solo chi ama: e ama solo chi si sente amato, raggiunto e trasformato dall'amore. Ora, l'amore nasce dall'incontro e vive dell'incontro con l'amore di Dio, il più grande e vero di tutti gli amori possibili, anzi l'amore al di là di ogni nostra definizione e di ogni nostra possibilità. Pregando, ci si lascia amare da Dio e si nasce all'amore, sempre di nuovo." (*Bruno Forte*)
"Per stare in piedi, in questo mondo tumultuoso, bisogna stare in ginocchio". (*Don Oreste Benzi*)
"L'immagine più bella, più vera dell'uomo, è l'uomo inginocchiato". (*Dostoevskij*)
"L'uomo è un povero che ha bisogno di chiedere tutto a Dio". (*Curato d'Ars*)
La preghiera ci fa scoprire la nostra povertà, il bisogno di Dio. L'umiltà.
"Gesù si ritirò in un luogo deserto, solo, a pregare." Gesù ha invitato i suoi discepoli a pregare. Il figlio di Dio sentiva "il bisogno" di un rapporto intimo, affettuoso, di abbandono con il Padre, l'Abbà. La preghiera è stare con Dio. Chi è innamorato non desidera vedere e stare a lungo con la persona amata? Sentirsi amati da Dio è un'esperienza sconvolgente che cambia la vita.
- 2 - COME PREGARE? Fissare un tempo per la preghiera ogni giorno, 10 minuti (decidi tu) ed essere fedeli a questo sempre.
 - a - *Ringraziare*: per la vita, il sole, la terra, le persone che mi sono accanto, per il dono della salvezza, per Gesù che ha dato la vita per me! Perché io sono importante per Lui, sono *unico*! "Tu sei prezioso ai miei occhi e io ti amo!" (Isaia 43, 1-5)
 - b - *Implorare*: misericordia da Dio, aiuto nelle fatiche e nel rapporto con gli altri; pregare per le persone che mi fanno fatica.
 - c - *Ascoltare* il Signore che mi parla. "Nella preghiera sono io che parlo con Dio, nell'ascolto è Dio che parla con me." Dio parla con me e mi dice le cose importanti per la mia vita, mi rivela il suo amore. Ma io so ascoltarlo?

"Ecco, sto alla porta e busso. Se qualcuno ascolta la mia voce e mi apre la porta, io verrò da lui, cenerò con lui, ed egli con me." (Ap 3, 20)
Episodio di Marta e Maria (Lc 10, 38-42). Lasciarsi guardare dal Signore, ascoltare l'amico Gesù.

3 - I FRUTTI DELLA PREGHIERA (Ma cosa ottengo con la preghiera?)

- a - *Essere nella verità*. Scoprimi e sentirmi sempre di più, ogni giorno figlio di Dio. Questo cambia la vita: non sei più solo, c'è un "Papà che ha cura di te, non ti abbandona, cammini verso la pienezza della vita, verso l'eternità.
- b - *Essere amici di Gesù* "che mi ha amato e ha dato sé stesso per me".
"Voi siete miei amici perché vi ho rivelato il Padre" (Gv 15). Gesù amico, Gesù fratello!
"Ecco, io sono con voi tutti i giorni, fino alla fine del mondo". (Mt 28, 20)
"Io sono la vite, voi i tralci. Chi rimane in me e io in lui fa molto frutto, perché senza di me non potete far nulla". (Gv 15)
- c - *Essere nell'amore* che è l'essenza della vita umana e spirituale. Siamo fatti per amare. La fede si esplicita nell'amore: "Amatevi, come io vi ho amati".
"La vita ha senso solo se si ama". (Annalena Tonelli)
Il primo comandamento: "Amerai il Signore tuo Dio (...), amerai il tuo prossimo come te stesso (Mc 12, 28-34). Lasciarmi amare da Dio, accogliere l'amore di Dio per poi riversarlo sugli altri, sul prossimo che incontro ogni giorno. Siamo anfore vuote, andiamo alla fonte dell'amore per essere riempiti. E la vita cambia: ogni piccolo gesto d'amore che compio mi fa assomigliare a Dio, perché Dio è amore. Amare gli altri, specialmente i piccoli, i poveri, è amare Dio stesso.
"Tutto quello che avete fatto a uno solo di questi miei fratelli più piccoli, l'avete fatto a me" (Mt 25, 31-46). La preghiera ci dà la capacità di vivere da figli di Dio nell'amore.

Libro consigliato per la riflessione e la preghiera:
Sulla soglia della vita - Ermes Ronchi, Ed. San Paolo (Euro 5,90)

■ CANTO INIZIALE: ANNUNCIARE

*Ogni giorno penso alla vita che farò
se potente e ricco io diventerò;
c'è qualcosa di più grande che io posso far:
nella vigna tua mi chiami a lavorar.*

ANNUNCIARE IL VANGELO
È LA BUONA NOTIZIA
CHE LA VITA NON DEVE FINIRE.
E GRIDARE FINO AL CIELO
CHE IL SIGNORE È RISORTO
E CHE DA SOLI NON CI LASCIA MAI.

*L'uomo di oggi è sordo e forse non ascolterà,
troppe voci s'alzano in questa società;
ma parole nuove posso proclamare io
quelle del Signore che ci ha ricondotti a Dio.*

■ SALMO 123

Il nostro aiuto è nel nome del Signore.

Se il Signore non fosse stato per noi
– lo dica Israele –, +
se il Signore non fosse stato per noi, *
quando eravamo assalti,

allora ci avrebbero inghiottiti vivi, *
quando divampò contro di noi la loro collera.

Allora le acque ci avrebbero travolti, +
un torrente ci avrebbe sommersi; *
allora ci avrebbero sommersi acque impetuose.

Sia benedetto il Signore, *
che non ci ha consegnati in preda ai loro denti.

Siamo stati liberati come un passero *
dal laccio dei cacciatori:
il laccio si è spezzato *
e noi siamo scampati.

Il nostro aiuto è nel nome del Signore: *
Egli ha fatto cielo e terra.

- RISONANZA "LIBERA"
- IL RUOLO DEL CONSIGLIERE:

1. CONSULENTE

Professionista che informa su questioni specifiche

**Il consigliere è uno che con serietà e dedizione coltiva
un pensiero profondo sul mondo e sulle cose.**

*Come nutro e maturo il mio pensiero sul mondo e sulla realtà che mi
circonda? Esempio: leggendo, interessandomi dei problemi della mia città,
confrontandomi con le persone con cui vivo, approfondendo temi...*

2. ESPERTO

Fornito di competenza che gli viene dall'esperienza

**Il consigliere è uno che fa esperienza dell'amore di Gesù
e sa raccontarlo con la concretezza della vita e delle
relazioni.**

*Quando/dove/come faccio esperienza dell'amore di Gesù? Ne sono
testimone? Esempio: facendo bene il mio lavoro, accogliendomi delle cose
belle che mi circondano, rendendomi disponibile al vicino di casa/al
collega/al familiare scomodo, dedicando tempo alla preghiera e al
silenzio...*

- PADRE NOSTRO

Buon consiglio diocesano!

Canto: ECCO IL NOSTRO SÌ

Fra tutte le donne scelta in Nazareth,
sul tuo volto risplende il coraggio di quando hai detto "Sì".
Insegna a questo cuore l'unità,
il silenzio d'amore, la Speranza nel figlio tuo Gesù

RTT. Ecco il nostro Sì, nuova luce che rischiara il giorno,
è bellissimo regalare al mondo la Speranza.
Ecco il nostro Sì, camminiamo insieme a te Maria,
Madre di Gesù, Madre dell'umanità.

Nella tua casa il verbo si rivelò
nel segreto del cuore il respiro del figlio Emmanuel.
Insegna a queste mani la fedeltà,
a costruire la pace, una Casa Comune insieme a te. **RTT.**

SALMO 61 – Solo in Dio la nostra pace
Il Dio della speranza vi riempia d'ogni gioia e pace nella fede (Rm 15, 13).

Solo in Dio riposa l'anima mia, *
da lui la mia salvezza.

Lui solo è mia rupe e mia salvezza, *
mia roccia di difesa: non potrò vacillare.

Fino a quando vi scaglierete contro un uomo, †
per abbatterlo tutti insieme, *
come muro cadente, come recinto che crolla?

Tramano solo di precipitarlo dall'alto, *
si complacciono della menzogna.
Con la bocca benedicono, *
nel loro cuore maledicono.

Solo in Dio riposa l'anima mia, *
da lui la mia speranza.
Lui solo è mia rupe e mia salvezza, *
mia roccia di difesa: non potrò vacillare.

In Dio è la mia salvezza e la mia gloria, *
il mio saldo rifugio, la mia difesa è in Dio.
Confida sempre in lui, o popolo, †
davanti a lui effondi il tuo cuore, *
nostro rifugio è Dio.

Sì, sono un soffio i figli di Adamo, †
una menzogna tutti gli uomini, *
insieme, sulla bilancia, sono meno di un soffio.
Non confidate nella violenza, *
non illudetevi della rapina;
alla ricchezza, anche se abbonda, *
non attaccate il cuore.

Una parola ha detto Dio, due ne ho udite: †
il potere appartiene a Dio, *
tua, Signore, è la grazia;

secondo le sue opere *
tu ripaghi ogni uomo.
Gloria...

RISONANZA LIBERA

IL RUOLO DEL CONSIGLIERE

3. ISPIRATORE

Chi desta la fantasia, suscita uno slancio creativo in altri

**Il Consigliere è uno che sa vedere oltre, sa gettare lo sguardo
altrove senza perdere il contatto con il terreno.**

Che cosa mi aiuta a non appiattirmi sulla quotidianità, a non cedere al pessimismo di
fronte alle situazioni complesse, a cogliere la bellezza di ciò che vivo e incontro anche
quando non si vede? Che cosa credo di destare negli altri che lavorano con me con il
mio modo di essere e di fare?

PADRE NOSTRO

CONSIGLIO DIOCESANO DI AZIONE CATTOLICA
PREGHIERA CON GESTI

Canto allo Spirito

Vieni, Spirito Santo, vieni,
soffio di vita, vieni, - Spirito Santo vieni

Rit. *IN TE RINASCERO' DALL'ALTO*

*NELLE TUE MANI COME IL VENTO
CHE SOFFIA DOVE VUOLE*

MA NON SO DI DOVE VIENE E DOVE VA (2 v.)

Vieni, Spirito Santo, vieni,
dentro al mio cuore, vieni, - Spirito Santo vieni **Rit.**

Iniziamo nel

Nome del Padre (fermi un attimo sulla fronte)
del Figlio (fermi...)

e dello Spirito Santo

Amen (fermi un attimo con le mani giunte)

Questa sera invochiamo la potenza dello Spirito su questo incontro e su questo nuovo anno, recitando insieme con l'aiuto dei gesti questo
Antico Inno allo Spirito Santo

Gesto: Mani alzate con le palme verso l'alto (**ATTENDERE**)
Vieni, o Spirito Creatore,
visita le nostre menti,
riempi della tua grazia
i cuori che hai creato. *pausa di silenzio(3-4 secondi)*

Gesto: Mani e braccia incrociate sul petto (**FARSI UMILI**)
O dolce consolatore,
dono del Padre altissimo,
acqua viva, fuoco, amore,
santo crisma dell'anima. *pausa di silenzio(3-4 secondi)*

Gesto: Mani aperte e braccia distese verso l'alto (**RICEVERE**)
Dito della mano di Dio,
promesso dal Salvatore,

irradia i tuoi sette doni,
suscita in noi la parola.

pausa di silenzio(3-4 secondi)

Gesto: Mani distese bene e giunte all'altezza del petto (**CHIEDERE**)
Sii luce all'intelletto
fiamma ardente nel cuore;
sana le nostre ferite
col balsamo del tuo amore. *pausa di silenzio(3-4 secondi)*

Gesto: Prendersi per mano (**SOSTENERE**)
Difendici dal nemico,
reca in dono la pace,
la tua guida invincibile
ci preservi dal male. *pausa di silenzio(3-4 secondi)*

Gesto: Braccio destro sulla spalla del vicino (**FARSI UNO**)
Luce d'eterna sapienza,
svelaci il grande mistero
di Dio Padre e del Figlio
uniti in un solo Amore.
Amen. *pausa di silenzio(3-4 secondi)*

Rimanendo con le braccia sulle spalle dei vicini, cerchiamo di sentirci uno e di mettere nel centro del cerchio tutte le persone per le quali vogliamo pregare lo Spirito (pausa)
Chi vuole ora a voce alta può nominare qualcuno sul quale invocare lo Spirito o qualche questione o problema.
Ogni volta si risponde: **VIENI SPIRITO CREATORE!**

O **Padre misericordioso** abbraccia la nostra povertà e rendici aperti e illuminati, **Gesù nostro Salvatore** facci essere umili ma capaci di grandi cose, **Spirito di Sapienza** infiamma i nostri cuori e le nostre menti perché partecipiamo alla tua opera creativa.

A lode e gloria di Dio. Amen
Si conclude con il segno di croce lento, come all'inizio della preghiera.

**Alcune Preghiere preparate dai consiglieri in cartoncini o pieghevoli
come dono a fine consiglio da portare con se'**

PREGHIERA

Controlla
che il prefisso sia giusto.

Non comporre il numero
senza pensarci bene
per non rischiare
una telefonata a vuoto.

Non irritarti quando senti
il segnale di "occupato",
Attendi e riprova.

Sei certo di avere composto il numero giusto?

Ricorda che telefonare a Dio
non è un monologo.

Non parlare continuamente tu,
ma ascolta che cosa ha da dirti Lui.

In caso di interruzione
controlla se non sei stato tu stesso
ad interrompere il collegamento.

LA BONTA'

Non permettere mai che qualcuno
venga a te e vada via senza essere
migliore e più contento.

Sii l'espressione della bontà di Dio
Bontà sul tuo volto e nei tuoi occhi,
bontà nel tuo sorriso e nel tuo saluto.

Ai bambini, ai poveri e a tutti coloro che soffrono,
nella carne e nello spirito offri sempre un sorriso gioioso.

Dai a loro non solo le tue cure
ma anche il tuo cuore.

(Madre Teresa)

PREGHIERA DELL'ACCOGLIENZA (anonimo)

Signore,
aiutami ad essere per tutti un amico,
che attende senza stancarsi,
che accoglie con bontà,
che dà con amore,
che ascolta senza fatica,
che ringrazia con gioia.

Un amico che si è sempre certi di trovare,
quando se ne ha bisogno.

Aiutami ad essere una presenza sicura,
a cui ci si può rivolgere quando lo si desidera,
ad offrire un'amicizia riposante,
ad irradiare una pace gioiosa,
la tua pace, o Signore.

Fa' che sia disponibile e accogliente
soprattutto verso i più deboli e indifesi.
Così senza compiere opere straordinarie,
io potrò aiutare gli altri a sentirti più vicino,
Signore della tenerezza.

LA CHIESA DI IERI E DI SEMPRE

Don Angelo Busetto

In un'antica città del mondo fino allora sconosciuto, vive un gruppetto di uomini e donne, guardati da tutti con uno strano interesse. Si sposano come tutti, generano figli, ma non espongono i neonati. Hanno in comune la mensa, ma non il letto. Obbediscono alle leggi, ma con la loro vita superano le leggi. Amano tutti e da tutti sono perseguitati. Sono poveri e arricchiscono molti. Nel giorno del sole, che definiscono domenica, si riuniscono in uno stesso luogo e cantano inni a Cristo riconosciuto come Dio.

Uno di loro, investito d'autorità, racconta la vita di Cristo, ripetendo nella piccola assemblea determinati gesti semplici e significativi. Alcuni tra quelli più anziani hanno conosciuto personalmente Giovanni, apostolo di Gesù e suo evangelista, ne hanno parlato ai figli e ora ne parlano ai nipoti. Cresce una generazione di ragazzi e giovani che credono in Gesù e ne

seguono la forma di vita, nel fascino di una amicizia coinvolgente.

L'ambiente umano circostante rimane estraneo, ma qualcuno comincia a guardarli con simpatia e ammirazione. Si costruiscono nuove famiglie che iniziano la loro convivenza con una preghiera e una benedizione davanti alla comunità. Qualche giovane e qualche ragazza si dedicano così intensamente alla preghiera e alla carità verso malati e bisognosi, da impostare una nuova forma di vita. Non ci sono luoghi particolari nei quali radunarsi, ma chi ha una sala grande nella sua casa la mette a disposizione per riunioni o celebrazioni e per ospitalità più o meno occasionali. Ciascuno per la propria parte si sente responsabile di tutto, per un amore che gli viene donato e per un compito che gli viene affidato. Quanto sora non è una favola bella. E' la trascrizione quasi letterale di una lettera scritta verso l'anno 90 a un cristiano di nome Diogneto, di una relazione che Plinio il giovane qualche decennio dopo manda all'imperatore Traiano, e di spezzoni di altri documenti coevi.

Questi documenti raccontano da dove è cominciato il cristianesimo e da dove sempre ricomincia. La chiesa, cresciuta nel tempo e diffusa nel mondo, ha coinvolto uomini e donne di ogni ceto e ha occupato luoghi grandi e piccoli in città e paesi; è maturata come corpo organico e organizzato. All'origine delle Chiese affollate, degli oratori ben forniti, dei preti giovani e ben preparati, dei servizi ben congegnati, c'è il fascino dello stesso Cristo, risorto e vivo, che ancora incontra e prende il cuore di una, due, dodici, venti persone. C'è quell'amicizia che nasce dalla ventata dello Spirito Santo e spalanca al mondo, tra quanti si cercano per accompagnarsi gli uni gli altri a percorrere i passi del Signore Gesù. C'era una volta. E c'è ancora.

Lettera sulla preghiera
Mons. BRUNO FORTE (Vescovo di Chieti)

MI CHIEDI: PERCHÉ PREGARE? TI RISPONDO: PER VIVERE.

Si: per vivere veramente, bisogna pregare. Perché? Perché vivere è amare: una vita senza amore non è vita. È solitudine vuota, è prigione e tristezza. Vive veramente solo chi ama: e ama solo chi si sente amato, raggiunto e trasformato dall'amore. Come la pianta che non fa sbocciare il suo frutto se non è raggiunta dai raggi del sole, così il cuore umano non si schiude alla vita vera e piena se non è toccato dall'amore. Ora, l'amore nasce dall'incontro e vive dell'incontro con l'amore di Dio, il più grande e vero di tutti gli amori possibili, anzi l'amore al di là di ogni nostra definizione e di ogni nostra possibilità. Pregando, ci si lascia amare da Dio e si nasce all'amore, sempre di nuovo. Perciò, chi prega vive, nel tempo e per l'eternità. E chi non prega? Chi non prega è a rischio di morire dentro, perché gli mancherà prima o poi l'aria per respirare, il calore per vivere, la luce per vedere, il nutrimento per crescere e la gioia per dare un senso alla vita.

Mi dici: ma io non so pregare! Mi chiedi: come pregare? Ti rispondo: comincia a dare un po' del tuo tempo a Dio. All'inizio, l'importante non sarà che questo tempo sia tanto, ma che Tu glielo dia fedelmente. Fissa tu stesso un tempo da dare ogni giorno al Signore, e daglielo fedelmente, ogni giorno, quando senti di farlo e quando non lo senti. Cerca un luogo tranquillo, dove se possibile ci sia qualche segno che richiami la presenza di

Dio (una croce, un'icona, la Bibbia, il Tabernacolo con la Presenza eucaristica...). Raccogliti in silenzio: invoca lo Spirito Santo, perché sia Lui a gridare in te "Abbà, Padre!". Porta a Dio il tuo cuore, anche se è in tumulto: non aver paura di dirgli tutto, non solo le tue difficoltà e il tuo dolore, il tuo peccato e la tua incredulità, ma anche la tua ribellione e la tua protesta, se le senti dentro.

Tutto questo, mettilo nelle mani di Dio: ricorda che Dio è Padre – Madre nell'amore, che tutto accoglie, tutto perdona, tutto illumina, tutto salva. Ascolta il Suo Silenzio: non pretendere di avere subito le risposte. Persevera. Come il profeta Elia, cammina nel deserto verso il monte di Dio: e quando ti sarai avvicinato a Lui, non cercarlo nel vento, nel terremoto o nel fuoco, in segni di forza o di grandezza, ma nella voce del silenzio sottile (cf. 1 Re 19,12). Non pretendere di afferrare Dio, ma lascia che Lui passi nella tua vita e nel tuo cuore, ti tocchi l'anima, e si faccia contemplare da te anche solo di spalle.

Ascolta la voce del Suo Silenzio. Ascolta la Sua Parola di vita: apri la Bibbia, meditala con amore, lascia che la parola di Gesù parli al cuore del tuo cuore; leggi i Salmi, dove troverai espresso tutto ciò che vorresti dire a Dio; ascolta gli apostoli e i profeti; innamorati delle storie dei Patriarchi e del popolo eletto e della chiesa nascente, dove incontrerai l'esperienza della vita vissuta nell'orizzonte dell'alleanza con Dio. E quando avrai ascoltato la Parola di Dio, cammina ancora a lungo nei sentieri del silenzio, lasciando che sia lo Spirito a unirti a Cristo, Parola eterna del Padre. Lascia che sia Dio Padre a plasmarti

con tutte e due le Sue mani, il Verbo e lo Spirito Santo.

All'inizio, potrà sembrarti che il tempo per tutto questo sia troppo lungo, che non passi mai: persevera con umiltà, dando a Dio tutto il tempo che riesci a dargli, mai meno, però, di quanto hai stabilito di poterGli dare ogni giorno. Vedrai che di appuntamento in appuntamento la tua fedeltà sarà premiata, e ti accorgerai che piano piano il gusto della preghiera crescerà in te, e quello che all'inizio ti sembrava irraggiungibile, diventerà sempre più facile e bello. Capirai allora che ciò che conta non è avere risposte, ma mettersi a disposizione di Dio: e vedrai che quanto porterai nella preghiera sarà poco a poco trasfigurato.

Così, quando verrai a pregare col cuore in tumulto, se persevererai, ti accorgerai che dopo aver a lungo pregato non avrai trovato risposte alle tue domande, ma le stesse domande si saranno sciolte come neve al sole e nel tuo cuore entrerà una grande pace: la pace di essere nelle mani di Dio e di lasciarti condurre docilmente da Lui, dove Lui ha preparato per te. Allora, il tuo cuore fatto nuovo potrà cantare il cantico nuovo, e il "Magnificat" di Maria uscirà spontaneamente dalle tue labbra e sarà cantato dall'eloquenza silenziosa delle tue opere.

Sappi, tuttavia, che non mancheranno in tutto questo le difficoltà: a volte, non riuscirai a far tacere il chiasso che è intorno a te e in te; a volte sentirai la fatica o perfino il disgusto di metterti a pregare; a volte, la tua sensibilità scalpiterà, e qualunque atto ti sembrerà preferibile allo stare in preghiera davanti a Dio, a tempo "perso". Sentirai, infine, le

tentazioni del Maligno, che cercherà in tutti i modi di separarti dal Signore, allontanandoti dalla preghiera. Non temere: le stesse prove che tu vivi le hanno vissute i santi prima di te, e spesso molto più pesanti delle tue. Tu continua solo ad avere fede. Persevera, resisti e ricorda che l'unica cosa che possiamo veramente dare a Dio è la prova della nostra fedeltà. Con la perseveranza salverai la tua preghiera, e la tua vita.

Verrà l'ora della "notte oscura", in cui tutto ti sembrerà arido e perfino assurdo nelle cose di Dio: non temere. È quella l'ora in cui a lottare con te è Dio stesso: rimuovi da te ogni peccato, con la confessione umile e sincera delle tue colpe e il perdono sacramentale; dona a Dio ancor più del tuo tempo; e lascia che la notte dei sensi e dello spirito diventi per te l'ora della partecipazione alla passione del Signore. A quel punto, sarà Gesù stesso a portare la tua croce e a condurti con sé verso la gioia di Pasqua. Non ti stupirai, allora, di considerare perfino amabile quella notte, perché la vedrai trasformata per te in notte d'amore, inondata dalla gioia della presenza dell'Amato, ripiena del profumo di Cristo, luminosa della luce di Pasqua.

Non avere paura, dunque, delle prove e delle difficoltà nella preghiera: ricorda solo che Dio è fedele e non ti darà mai una prova senza darti la via d'uscita e non ti esporrà mai a una tentazione senza darti la forza per sopportarla e vincerla. Lasciati amare da Dio: come una goccia d'acqua che evapora sotto i raggi del sole e sale in alto e ritorna alla terra come pioggia feconda o rugiada consolatrice, così lascia che tutto il tuo essere sia lavorato da Dio, plasmato dall'amore dei Tre, assorbito

in Loro e restituito alla storia come dono fecondo. Lascia che la preghiera faccia crescere in te la libertà da ogni paura, il coraggio e l'audacia dell'amore, la fedeltà alle persone che Dio ti ha affidato e alle situazioni in cui ti ha messo, senza cercare evasioni o consolazioni a buon mercato. Impara, pregando, a vivere la pazienza di attendere i tempi di Dio, che non sono i nostri tempi, ed a seguire le vie di Dio, che tanto spesso non sono le nostre vie.

Un dono particolare che la fedeltà nella preghiera ti darà è l'amore agli altri e il senso della chiesa: più preghi, più sentirai misericordia per tutti, più vorrai aiutare chi soffre, più avrai fame e sete di giustizia per tutti, specie per i più poveri e deboli, più accetterai di farti carico del peccato altrui per completare in te ciò che manca alla passione di Cristo a vantaggio del Suo corpo, la chiesa. Pregando, sentirai come è bello essere nella barca di Pietro, solidale con tutti, docile alla guida dei pastori, sostenuto dalla preghiera di tutti, pronto a servire gli altri con gratuità, senza nulla chiedere in cambio. Pregando sentirai crescere in te la passione per l'unità del corpo di Cristo e di tutta la famiglia umana. La preghiera è la scuola dell'amore, perché è in essa che puoi riconoscerti infinitamente amato e nascere sempre di nuovo alla generosità che prende l'iniziativa del perdono e del dono senza calcolo, al di là di ogni misura di stanchezza.

Pregando, s'impara a pregare, e si gustano i frutti dello Spirito che fanno vera e bella la vita: "amore, gioia, pace, pazienza, benevolenza, bontà, fedeltà, mitezza, dominio di sé" (Gal 5,22). Pregando, si diventa amore,

e la vita acquista il senso e la bellezza per cui è stata voluta da Dio. Pregando, si avverte sempre più l'urgenza di portare il Vangelo a tutti, fino agli estremi confini della terra. Pregando, si scoprono gli infiniti doni dell'Amato e si impara sempre di più a rendere grazie a Lui in ogni cosa. Pregando, si vive. Pregando, si ama. Pregando, si loda. E la lode è la gioia e la pace più grande del nostro cuore inquieto, nel tempo e per l'eternità.

Se dovessi, allora, augurarti il dono più bello, se volessi chiederlo per te a Dio, non esiterei a domandarti il dono della preghiera. Glielo chiedo: e tu non esitare a chiederlo a Dio per me. E per te. La pace del Signore nostro Gesù Cristo, l'amore di Dio Padre e la comunione dello Spirito Santo siano con te. E tu in loro: perché pregando entrerai nel cuore di Dio, nascosto con Cristo in Lui, avvolto dal Loro amore eterno, fedele e sempre nuovo. Ormai lo sai: chi prega con Gesù e in Lui, chi prega Gesù o il Padre di Gesù o invoca il Suo Spirito, non prega un Dio generico e lontano, ma prega in Dio, nello Spirito, per il Figlio il Padre. E dal Padre, per mezzo di Gesù, nel soffio divino dello Spirito, riceverà ogni dono perfetto, a lui adatto e per lui da sempre preparato e desiderato. Il dono che ci aspetta. Che ti aspetta.