

Diocesi di Pescia
Parrocchia di San Jacopo Maggiore
Altopascio

Gli Angeli della Preghiera

Anno 3 Sussidio 4



Frutto del silenzio è la preghiera.
Frutto della preghiera è la fede.
Frutto della fede è l'amore.
Frutto dell'amore è il servire

(Madre Teresa)

Presentazione

La proposta di questo sussidio è quella di offrire una guida alla preghiera personale e comunitaria.

Il sussidio contiene tre percorsi di preghiera, uno per ogni mese, così suddivisi:

- Riti d'inizio: segno della croce ed introduzione
- Inno allo Spirito Santo
- Salmo o altra lettura
- Vangelo
- Tempo di silenzio
- Spunti di riflessione
- Preghiera d'intercessione
- Riti di conclusione

È bello per noi stare qui

Segno di croce

O Dio vieni a salvarci. Signore vieni presto in nostro aiuto.
Gloria al Padre al Figlio e allo Spirito Santo.
Come era nel principio e ora e sempre nei secoli dei secoli.
Amen

Inno allo Spirito Santo

Vieni o Spirito Creatore,
visita le nostre menti,
riempi della tua grazia i cuori che hai creato.

O dolce Consolatore,
dono del Padre altissimo,
acqua viva, fuoco, amore, santo crisma dell'anima.

Dito della mano di Dio,
promesso dal Salvatore,
irradia i tuoi sette doni, suscita in noi la parola.

Sii luce all'intelletto, fiamma ardente nel cuore;
sana le nostre ferite col balsamo del tuo amore.

Difendici dal nemico, reca in dono la pace,
la tua guida invincibile ci preservi dal male.

Luce d'eterna sapienza, svelaci il grande mistero
di Dio Padre e del Figlio uniti in un solo Amore.

Amen.

Salmo 91

² È bello dar lode al Signore
e cantare al tuo nome, o Altissimo,
³ annunziare al mattino il tuo amore,
la tua fedeltà lungo la notte,
⁴ sull'arpa a dieci corde e sulla lira,
con canti sulla cetra.
⁵ Poiché mi rallegri, Signore, con le tue meraviglie,
esulto per l'opera delle tue mani.
⁶ Come sono grandi le tue opere, Signore,
quanto profondi i tuoi pensieri!
⁷ L'uomo insensato non intende
e lo stolto non capisce:
⁸ se i peccatori germogliano come l'erba
e fioriscono tutti i malfattori,
li attende una rovina eterna:
⁹ ma tu sei l'eccelso per sempre, o Signore.
¹⁰ Ecco, i tuoi nemici, o Signore,
ecco, i tuoi nemici periranno,
saranno dispersi tutti i malfattori.
¹¹ Tu mi doni la forza di un bùfalo,
mi cospargi di olio splendente.
¹² I miei occhi disprezzeranno i miei nemici,
e contro gli iniqui che mi assalgono
i miei orecchi udranno cose infauste.
¹³ Il giusto fiorirà come palma,
crescerà come cedro del Libano;
¹⁴ piantati nella casa del Signore,
fioriranno negli atri del nostro Dio.
¹⁵ Nella vecchiaia daranno ancora frutti,
saranno vegeti e rigogliosi,
¹⁶ per annunziare quanto è retto il Signore:
mia roccia, in lui non c'è ingiustizia.

Vangelo Lc 9,28-35

²⁸ Circa otto giorni dopo questi discorsi, Gesù prese con sé Pietro, Giovanni e Giacomo e salì sul monte a pregare. ²⁹ Mentre pregava, il suo volto cambiò d'aspetto e la sua veste divenne candida e sfolgorante. ³⁰ Ed ecco, due uomini conversavano con lui: erano Mosè ed Elia, ³¹ apparsi nella gloria, e parlavano del suo esodo, che stava per compiersi a Gerusalemme. ³² Pietro e i suoi compagni erano oppressi dal sonno; ma, quando si svegliarono, videro la sua gloria e i due uomini che stavano con lui. ³³ Mentre questi si separavano da lui, Pietro disse a Gesù: «Maestro, è bello per noi essere qui. Facciamo tre capanne, una per te, una per Mosè e una per Elia». Egli non sapeva quello che diceva. ³⁴ Mentre parlava così, venne una nube e li coprì con la sua ombra. All'entrare nella nube, ebbero paura. ³⁵ E dalla nube uscì una voce, che diceva: «Questi è il Figlio mio, l'eletto; ascoltatelo!». ³⁶ Appena la voce cessò, restò Gesù solo. Essi tacquero e in quei giorni non riferirono a nessuno ciò che avevano visto.

Tempo di silenzio per la riflessione personale

Spunti di riflessione

L'amicizia di Gesù è il regalo più bello che abbiamo ricevuto. Illumina la nostra vita con la sua presenza. È una luce che riflette su ciascuno di noi rivelandoci che siamo tutti figli di Dio e fratelli tra di noi.

Dobbiamo però rendere sempre più forte questa amicizia con Gesù, conoscendolo maggiormente attraverso la lettura del Vangelo e la preghiera. Questa amicizia cresce se vogliamo più bene ad ogni persona che ci troviamo accanto e se ci aiutiamo ogni volta che l'altro ha bisogno di noi. Questa è la volontà di Dio, Padre nostro e Padre di Gesù.

Come Pietro, Martin Luther King ha trasformato la sua vita con la forza dell'amore ed è stato segno per molti di pace e di non violenza.

Alcuni anni fa, negli Stati Uniti, un uomo venne barbaramente ucciso: il suo nome era Martin Luther King. Questo nome però vive ancora in tutta l'America, perché è diventato il simbolo della fratellanza tra tutti gli uomini dalla pelle differente: bianchi e neri ancora lo ammirano come segno della loro amicizia.

Egli, con la sua parola e il suo esempio, volle far capire agli uomini di qualunque razza che il colore della pelle non deve dividerli; insegnò ai neri a difendere i propri diritti in modo pacifico, perché l'esempio vale più delle parole.

Un giorno M.L.King parlò a migliaia di neri, con la convinzione che la forza dell'amore conquista molto di più delle armi e della violenza. Disse: "Anche se adesso dobbiamo ancora affrontare delle difficoltà, e dovremo ancora affrontarle in futuro, io ho ancora un sogno: che i figli degli antichi schiavi e i figli degli antichi padroni di schiavi possano sedere accanto insieme al tavolo della fratellanza".

In un altro discorso aggiunse: "Fateci quello che volete, ma noi continueremo ad amarvi..."

"Metteteci in prigione, ma noi vi ameremo ancora..."

"L'amore è la forza più duratura che ci sia al mondo".

Preghiera di intercessione

O Signore, fa' di me uno strumento della tua Pace.

Dove è odio, io porti l'amore.

Dove è offesa, io porti il perdono.

Dove è discordia, io porti l'unione.

Dove è dubbio, io porti la fede.

Dove è errore, io porti la verità.

Dove è disperazione, io porti la speranza.

Dove è tristezza, io porti la gioia.

Dove ci sono le tenebre, io porti la luce.

O Maestro, fa' che io non cerchi tanto

di essere consolato, quanto consolare.

di essere compreso, quanto comprendere.

di essere amato, quanto amare.

Poiché dando si riceve

perdonando si è perdonati

morendo si resuscita alla vita eterna.

Signore, grazie di questo mio essere al mondo,

di questa mia vita, fatta per camminare sulle tue strade.

Dammi la forza di essere sempre più generoso con tutti

e di comprendere che quello che mi hai donato

posso ridarlo agli altri, Signore.

Silenzio

Padre Nostro
Ave Maria
Gloria

Conclusione

Il Signore ci benedica, ci preservi da ogni male e ci conduca alla vita eterna, amen.

L'aiuto di Dio rimanga sempre con noi ed i nostri fratelli assenti.

Io vado a pescare

Segno di croce

O Dio vieni a salvarci. Signore vieni presto in nostro aiuto.
Gloria al Padre al Figlio e allo Spirito Santo.
Come era nel principio e ora e sempre nei secoli dei secoli.
Amen

Pregiera allo Spirito Santo (di S. Giovanni Paolo II)

Vieni, Spirito Santo,
vieni Spirito Consolatore,
vieni e consola il cuore di ogni uomo
che piange lacrime di disperazione.
Vieni, Spirito Santo,
vieni Spirito della luce,
vieni e libera il cuore di ogni uomo
dalle tenebre del peccato.
Vieni, Spirito Santo,
vieni Spirito di verità e di amore,
vieni e ricolma il cuore di ogni uomo
che senza amore e verità
non può vivere.
Vieni, Spirito Santo,
vieni, Spirito della vita e della gioia,
vieni e dona ad ogni uomo la piena comunione con te,
con il Padre e con il Figlio,
nella vita e nella gioia eterna,
per cui è stato creato e a cui è destinato.
Amen.

Salmo 138

Signore, tu mi scruti e mi conosci,
² tu conosci quando mi siedo e quando mi alzo,
intendi da lontano i miei pensieri,
³ osservi il mio cammino e il mio riposo,
ti sono note tutte le mie vie.

⁴ La mia parola non è ancora sulla lingua
ed ecco, Signore, già la conosci tutta.

⁵ Alle spalle e di fronte mi circondi
e poni su di me la tua mano.

⁶ Meravigliosa per me la tua conoscenza,
troppo alta, per me inaccessibile.

⁷ Dove andare lontano dal tuo spirito?
Dove fuggire dalla tua presenza?

⁸ Se salgo in cielo, là tu sei;
se scendo negli inferi, eccoti.

⁹ Se prendo le ali dell'aurora
per abitare all'estremità del mare,
¹⁰ anche là mi guida la tua mano
e mi afferra la tua destra.

¹¹ Se dico: "Almeno le tenebre mi avvolgono
e la luce intorno a me sia notte",
¹² nemmeno le tenebre per te sono tenebre
e la notte è luminosa come il giorno;
per te le tenebre sono come luce.

¹³ Sei tu che hai formato i miei reni
e mi hai tessuto nel grembo di mia madre.

¹⁴ Io ti rendo grazie:
hai fatto di me una meraviglia stupenda;
meravigliose sono le tue opere,
le riconosce pienamente l'anima mia.

¹⁵ Non ti erano nascoste le mie ossa
quando venivo formato nel segreto,
ricamato nelle profondità della terra.

¹⁶ Ancora informe mi hanno visto i tuoi occhi;
erano tutti scritti nel tuo libro i giorni che furono fissati
quando ancora non ne esisteva uno.

¹⁷ Quanto profondi per me i tuoi pensieri,
quanto grande il loro numero, o Dio!

¹⁸ Se volessi contarli, sono più della sabbia.
Mi risveglio e sono ancora con te.

¹⁹ Se tu, Dio, uccidessi i malvagi!
Allontanatevi da me, uomini sanguinari!

²⁰ Essi parlano contro di te con inganno,
contro di te si alzano invano.

²¹ Quanto odio, Signore, quelli che ti odiano!
Quanto detesto quelli che si oppongono a te!

²² Li odio con odio implacabile,
li considero miei nemici.

²³ Scrutami, o Dio, e conosci il mio cuore,
provami e conosci i miei pensieri;

²⁴ vedi se percorro una via di dolore
e guidami per una via di eternità.

Vangelo Gv 21,1-14

¹ Dopo questi fatti, Gesù si manifestò di nuovo ai discepoli sul mare di Tiberiade. E si manifestò così: ² si trovavano insieme Simon Pietro, Tommaso detto Dìdimo, Natanaele di Cana di Galilea, i figli di Zebedeo e

altri due discepoli. ³ Disse loro Simon Pietro: "Io vado a pescare". Gli dissero: "Veniamo anche noi con te". Allora uscirono e salirono sulla barca; ma quella notte non presero nulla.

⁴ Quando già era l'alba, Gesù stette sulla riva, ma i discepoli non si erano accorti che era Gesù. ⁵ Gesù disse loro: "Figlioli, non avete nulla da mangiare?". Gli risposero: "No". ⁶ Allora egli disse loro: "Gettate la rete dalla parte destra della barca e troverete". La gettarono e non riuscivano più a tirarla su per la grande quantità di pesci. ⁷ Allora quel discepolo che Gesù amava disse a Pietro: "È il Signore!". Simon Pietro, appena udì che era il Signore, si strinse la veste attorno ai fianchi, perché era svestito, e si gettò in mare. ⁸ Gli altri discepoli invece vennero con la barca, trascinando la rete piena di pesci: non erano infatti lontani da terra se non un centinaio di metri.

⁹ Appena scesi a terra, videro un fuoco di brace con del pesce sopra, e del pane. ¹⁰ Disse loro Gesù: "Portate un po' del pesce che avete preso ora". ¹¹ Allora Simon Pietro salì nella barca e trasse a terra la rete piena di centocinquantatré grossi pesci. E benché fossero tanti, la rete non si squarciò. ¹² Gesù disse loro: "Venite a mangiare". E nessuno dei discepoli osava domandargli: "Chi sei?", perché sapevano bene che era il Signore. ¹³ Gesù si avvicinò, prese il pane e lo diede loro, e così pure il pesce. ¹⁴ Era la terza volta che Gesù si manifestava ai discepoli, dopo essere risorto dai morti.

Tempo di silenzio per la riflessione personale

Spunti di riflessione

E' finita. Gesù non c'è più. Forse abbiamo sbagliato tutto.

Lui era buono, ma ora che è morto, cosa possiamo fare?

Come faremo ad andare avanti?

Chi ci guiderà?

Pietro dice agli altri: *"io vado a pescare"*

Quanto tempo è passato dall'ultima volta che hai pescato Pietro?

Non ti era più venuto in mente di andare a pescare.

Quando eri con Gesù avevi delle cose bellissime da fare e non pensavi più alla pesca.

Ora Gesù non c'è più e vuoi ricominciare da dove hai terminato.

"Io vado a pescare". Mi conoscete, sono un tipo concreto, non posso stare senza fare niente.

L'avventura con Gesù è stata una bella esperienza, ma ora è finita. Bisogna fare qualcosa. Come vivremo?

"Io vado a pescare". Bisogna ricominciare dal punto in cui abbiamo lasciato la nostra vita.

"Io vado a pescare".....

Gesù ci viene incontro!

Ma è proprio lui! E' il signore!

Ma allora non ci ha lasciato soli!

Non è un fantasma, ma è proprio Gesù così come era prima quando stava sempre con noi.

E' successa la stessa cosa dell'altra volta.....

Gesù chiama di nuovo Pietro a seguirlo.

"Non mi abbandonare amico mio, io ho ancora bisogno di te, non lasciarmi.

Ti avevo detto: "Ti farò pescatore di uomini". Perché perdi ancora tempo a pescare i pesci?

Oggi quella parola si compie, *rimani con me e darai la gioia ad altri uomini*".

Ora domandati:

- Ti succede qualche volta, quando sei in difficoltà come Pietro, di volere lasciare andare ogni cosa?
- Il Signore ha bisogno di te! Sei disposto a lasciare le reti e a seguirlo?
- La tua vita è portatrice del messaggio di salvezza che Gesù ti ha affidato?

Preghiera di intercessione

Proteggimi o Dio: in te mi rifugio.
Ho detto a al signore: sei tu il mio Dio:
fuori di te non ho alcun bene.

Loderò Dio che ora mi guida,
anche di notte il mio cuore lo ricorda.
Ho sempre il Signore davanti agli occhi,
con lui vicino non cadrò mai

Il mio cuore è pieno di gioia,
ho l'animo in festa,
il mio corpo riposa al sicuro.

Mi mostrerai la via che conduce alla vita:
davanti a te pienezza di gioia,
vicino a te felicità senza fine.
Tu solo, Signore, mi dai sicurezza:
mi corico tranquillo e mi addormento.

Silenzio

Padre Nostro
Ave Maria
Gloria

Conclusione

Il Signore ci benedica, ci preservi da ogni male e ci conduca alla vita eterna.
Amen

L'aiuto di Dio rimanga sempre con noi ed i nostri fratelli assenti.

Mi ami tu più di costoro

Segno di croce

O Dio vieni a salvarci. Signore vieni presto in nostro aiuto.
Gloria al Padre al Figlio e allo Spirito Santo.
Come era nel principio e ora e sempre nei secoli dei secoli.
Amen

Preghiera allo Spirito Santo (*"Dacci un cuore nuovo" di Paolo VI*)

Vieni, o Spirito Santo,
e da' a noi un cuore nuovo,
che rinvivi in noi tutti i doni
da Te ricevuti con la gioia di essere Cristiani,
un cuore nuovo sempre giovane e lieto.

Vieni, o Spirito Santo,
e da' a noi un cuore puro,
allenato ad amare Dio, un cuore puro,
che non conosca il male se non per definirlo,
per combatterlo e per fuggirlo;
un cuore puro, come quello di un fanciullo,
capace di entusiasinarsi e di trepidare.

Vieni, o Spirito Santo,
e da' a noi un cuore grande,
aperto alla Tua silenziosa
e potente parola ispiratrice,
e chiuso ad ogni meschina ambizione,
un cuore grande e forte ad amare tutti,
a tutti servire, con tutti soffrire;
un cuore grande, forte,
solo beato di palpitare col cuore di Dio.

Salmo 150

¹ Alleluia.

Lodate Dio nel suo santuario,
lodatelo nel suo maestoso firmamento.

² Lodatelo per le sue imprese,
lodatelo per la sua immensa grandezza.

³ Lodatelo con il suono del corno,
lodatelo con l'arpa e la cetra.

⁴ Lodatelo con tamburelli e danze,
lodatelo sulle corde e con i flauti.

⁵ Lodatelo con cimbali sonori,
lodatelo con cimbali squillanti.

⁶ Ogni vivente dia lode al Signore.

Alleluia.

Vangelo Gv 21,15-19

¹⁵Quand'ebbero mangiato, Gesù disse a Simon Pietro: «Simone, figlio di Giovanni, mi ami più di costoro?». Gli rispose: «Certo, Signore, tu lo sai che ti voglio bene». Gli disse: «Pasci i miei agnelli». ¹⁶Gli disse di nuovo, per la seconda volta: «Simone, figlio di Giovanni, mi ami?». Gli rispose: «Certo, Signore, tu lo sai che ti voglio bene». Gli disse: «Pascola le mie pecore». ¹⁷Gli disse per la terza volta: «Simone, figlio di Giovanni, mi vuoi bene?». Pietro rimase addolorato che per la terza volta gli domandasse: «Mi vuoi bene?», e gli disse: «Signore, tu conosci tutto; tu sai che ti voglio bene». Gli rispose Gesù: «Pasci le mie pecore. ¹⁸In verità, in verità io ti dico: quando eri più giovane ti vestivi da solo e andavi dove volevi; ma quando sarai vecchio tenderai le tue mani, e un altro ti vestirà e ti porterà dove tu non vuoi». ¹⁹Questo disse per indicare con quale morte egli avrebbe glorificato Dio. E, detto questo, aggiunse: «Seguimi».

Tempo di silenzio per la riflessione personale

Spunti di riflessione

Simone, figlio di Giovanni, mi ami? La domanda questa volta è ancora più diretta e decisiva. Gesù non gli chiede semplicemente di volergli bene. Gli domanda se è capace di amarlo, di fare cioè quello che ha fatto Lui. **“Non c’è amore più grande di questo, dare la vita per gli amici”** ha detto Gesù in un altro passo del Vangelo. Pietro, allora, mi ami? Stai attento alla tua risposta...”

Pietro rimase addolorato che per la terza volta gli domandasse: «Mi vuoi bene?»

E’ bellissima la risposta di Pietro. **“Signore, tu conosci tutto; tu sai che ti voglio bene”**. Pietro ha capito! Non si può amare Gesù come una persona qualsiasi. Gesù è qualcuno più speciale degli altri. Non posso dargli i ritagli del mio tempo, gli devo dare tutto. Non posso dargli i pezzi della mia vita, *gli devo dare tutta la mia vita*.

Siamo ogni giorno in cammino in compagnia di Pietro e di Gesù. Loro ci regalano un tesoro: ci hanno amato per primi. A noi ora il compito di non disperderlo, di farlo fruttare.

Un ultimo segreto. La storia che il Signore ha pensato per noi è il “cammino dell’amore”, lo stesso che Pietro ha dovuto percorrere. Nel mondo greco-romano infatti, l’amore era inteso in tre maniere:

- Eros: essere proteso verso un amore positivo;
- Filia: amore di amicizia
- Agape: amore totale, irradiazione dell’amore di Dio fino al pieno dono di sé.

Come Pietro anche noi siamo chiamati a compiere questo itinerario. Solo noi adesso possiamo dire con Pietro **“Signore, tu conosci tutto; tu sai che ti voglio bene”**. E Gesù ci risponde **“Pasci le mie pecore”**.

In poche parole Gesù ci chiama all’impegno e alla fatica della vita di ogni giorno. A noi il compito di rimboccarci le maniche.

Preghiera di intercessione

La perla di grande valore è nascosta profondamente.

Come un pescatore di perle, o anima mia, tuffati.

Tuffati nel profondo,

tuffati ancora più giù, e cerca!

Forse non troverai nulla la prima volta.

Come un pescatore di perle, o anima mia,
senza stancarti, persisti e persisti ancora,
tuffati nel profondo, sempre più giù,
e cerca!

Quelli che non sanno il segreto si burleranno di te,

e tu ne sarai rattristato,

ma non perdere il coraggio,

pescatore di perle, o anima mia.

La perla di gran valore è proprio là, nascosta,
nascosta proprio in fondo.
E’ la tua fede che ti aiuterà a trovare il tesoro,
ed è essa che permetterà che quello che era nascosto
sia infine rivelato.

Tuffati nel profondo, tuffati ancora più giù,

come un pescatore di perle, o anima mia,

E cerca, cerca senza stancarti.

(Swarni Paramananda)

Signore Gesù, abbiamo conosciuto la storia di Pietro e abbiamo capito che può essere anche la nostra storia. Ora dobbiamo partire nella gioia di sapere che ci sei tu che ci mandi per le strade del mondo per essere con te “pescatori di uomini”, annunciatori gioiosi della tua Parola. Abbiamo bisogno del tuo aiuto e della tua benedizione. Crediamo con fiducia che tutto ciò che ci hai promesso lo realizzerai.

E su noi, sui nostri desideri, sulle nostre attese, sui nostri progetti, scenda la benedizione di Dio Onnipotente, Padre, Figlio e Spirito Santo e su noi rimanga sempre.

Silenzio

Padre Nostro

Ave Maria

Gloria

Conclusione

Il Signore ci benedica, ci preservi da ogni male e ci conduca alla vita eterna.

Amen

L'aiuto di Dio rimanga sempre con noi ed i nostri fratelli assenti.