

Diocesi di Pescia
Parrocchia di San Jacopo Maggiore
Altopascio

Gli Angeli della Preghiera

Anno 5 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

La bussola della nostra Fede

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 di Sant'Agostino

Vieni in me, Spirito Santo,
Spirito di sapienza:
donami lo sguardo e l'udito interiore,
perché non mi attacchi alle cose materiali
ma ricerchi sempre le realtà spirituali.
Vieni in me, Spirito Santo,
Spirito dell'amore:
riversa sempre più la carità nel mio cuore.
Vieni in me, Spirito Santo,
Spirito di verità:
concedimi di pervenire
alla conoscenza della verità
in tutta la sua pienezza.
Vieni in me, Spirito Santo,
acqua viva che zampilla
per la vita eterna:
fammi la grazia di giungere
a contemplare il volto del Padre
nella vita e nella gioia
senza fine.
Amen.

Salmo 52

³ Perché ti vanti del male, o prepotente?

Dio è fedele ogni giorno.

⁴ Tu escogiti insidie;

la tua lingua è come lama affilata,
o artefice d'inganni!

⁵ Tu ami il male invece del bene,
la menzogna invece della giustizia.

⁶ Tu ami ogni parola che distrugge,
o lingua d'inganno.

⁷ Perciò Dio ti demolirà per sempre,
ti spezzerà e ti strapperà dalla tenda
e ti sradicherà dalla terra dei viventi.

⁸ I giusti vedranno e avranno timore
e di lui rideranno:

⁹ «Ecco l'uomo che non ha posto Dio come sua fortezza,
ma ha confidato nella sua grande ricchezza
e si è fatto forte delle sue insidie».

¹⁰ Ma io, come olivo verdeggiante nella casa di Dio,
confido nella fedeltà di Dio
in eterno e per sempre.

¹¹ Voglio renderti grazie in eterno
per quanto hai operato;
spero nel tuo nome, perché è buono,
davanti ai tuoi fedeli.

Dal Vangelo di Mc 2, 1-12

¹ Ed entrò di nuovo a Cafarnao dopo alcuni giorni. Si seppe che era in casa ² e si radunarono tante persone, da non esserci più posto neanche davanti alla porta, ed egli annunciava loro la parola.

³ Si recarono da lui con un paralitico portato da quattro persone. ⁴ Non potendo però portarglielo innanzi, a causa della folla, scoperchiarono il tetto nel punto dov'egli si trovava e, fatta

un'apertura, calarono il lettuccio su cui giaceva il paralitico.⁵ Gesù, vista la loro fede, disse al paralitico: «Figliolo, ti sono rimessi i tuoi peccati».

⁶ Seduti là erano alcuni scribi che pensavano in cuor loro:⁷ «Perché costui parla così? Bestemmia! Chi può rimettere i peccati se non Dio solo?».

⁸ Ma Gesù, avendo subito conosciuto nel suo spirito che così pensavano tra sé, disse loro: «Perché pensate così nei vostri cuori?⁹ Che cosa è più facile: dire al paralitico: Ti sono rimessi i peccati, o dire: Alzati, prendi il tuo lettuccio e cammina?¹⁰ Ora, perché sappiate che il Figlio dell'uomo ha il potere sulla terra di rimettere i peccati,¹¹ ti ordino - disse al paralitico - alzati, prendi il tuo lettuccio e va' a casa tua». ¹² Quegli si alzò, prese il suo lettuccio e se ne andò in presenza di tutti e tutti si meravigliarono e lodavano Dio dicendo: «Non abbiamo mai visto nulla di simile!».

Tempo di silenzio per la riflessione personale

Spunti di riflessione

Anche tu, se guardi bene, puoi scoprire in te dei lacci invisibili che ti frenano e ti conducono dove tu non vuoi. Non spaventarti e, soprattutto, non nasconderti per vergogna, per paura o sfiducia...

Alzati! Cammina! Non sei condannato a rimanere fermo. Sei chiamato a camminare e hai tutte le possibilità di farlo, molte di più di quello che credi.

Alzati! Cammina! Se anche dubitando, anche se con fatica, cominci a fare qualche passo, troverai qualcosa o qualcuno che ti potrà aiutare a liberarti dai lacci che ti imprigionano. Allora, troverai la libertà.

Signore, sono una marionetta legata da molte corde, che mi tirano dal di dentro e dal di fuori. Voglio essere libero, voglio essere me stesso, non faccio altro che segnare il tempo di balli estranei a te.

Mi tira la corda della comodità e del consumismo, e vado cieco dietro alle cose. Suona la musica del piacere, e qualsiasi persona o divertimento, li trasformo in idoli che adoro.

Mi mostrano la strada del denaro, del guadagno facile, e si trasformano nel battito del mio cuore. Mi consegnano l'assegno dell'orgoglio ed io mi credo il migliore, colui che tutti debbono servire.

E, davanti alle necessità degli altri, mi scopro vuoto, freddo, senza cuore, lontano da ogni compassione, come una marionetta di legno. Sono una marionetta, Signore, e non me ne rendo conto. Vieni e dammi la libertà che un giorno ci hai promesso.

Taglia le corde che mi imprigionano e fammi tuo figlio, fammi fratello di tutti gli uomini. Taglia le corde che mi legano, Signore!

Pregiera di intercessione

Signore, non so se quello che sento è una tua chiamata o una malattia... Tu lo sai. A volte, vedo la nave della mia vita non alla deriva, però quasi vuota. Vedo che la vita corre a velocità vertiginose. Le ore e i minuti passano... e quanto si può amare in un minuto! Quanta speranza si può seminare in un minuto! Eppure quante volte non semino o lo faccio senza convinzione?! Penso di non avere qualità oppure non oso sognare di fare cose grandi con te?

Credo che tu ci vuoi felici, e che io posso seminare molta più felicità intorno a me. Credo che tu ci vuoi in pace, e io non ho costruito la pace con costanza e coraggio. Mi sono fermato a metà strada quando era tempo di camminare. Credo che tu ci vuoi fratelli, e io non ho contribuito abbastanza a costruire un mondo più umano, ho lasciato crescere attorno a me razzismo, divisione, mediocrità.

Mi guardo, Signore, e mi domando se quello che mi punge dentro, è amore, rimorso o consumismo spirituale... O forse, Signore, ho preso maggior consapevolezza di quello che io sono e di quello che tu vuoi, di quello che io posso e di quello che tu esigi.

Per questo mi ritrovo a chiederti, Signore, più luce per vedere chiaro, più amore per amare meglio, più forza per darmi totalmente. Lo so che mi ami e mi perdoni, ma non mi basta. Voglio che anche gli altri si sentano amati e perdonati, da te e dagli altri.

Aiutami a dare il massimo in umanità alla mia vita: con i miei atteggiamenti, le mie idee, i miei sentimenti... voglio essere tutto per tutti. Voglio che ciascuno, insieme a te, sia il più importante per me. Che la mia vita unisca gli uomini tra loro e tutti con te. Signore, ho fiducia in te e ti affido la nave della mia vita. Sei tu il mio capitano.

Tu hai fatto della terra la tua casa abituale. Prevedo che un giorno, una mattina qualsiasi, quando tutti ci guarderemo allo specchio, vedremo il tuo volto e sapremo allora che sei in ogni uomo... Sapremo che siamo fatti come Dei, molto meglio di quanto avremmo potuto sognare.

Signore, illumina l'intelligenza di ciascuno, perché la mettiamo a servizio di tutti. Accendi il nostro cuore perché ci renda tutti desiderosi di aiutare gli altri con quello che siamo e abbiamo.

Per coloro che non ti ringraziano, mille grazie, Signore!

Per coloro che viaggiano senza di te, perdona, Signore!

A quanti hanno deciso di restare sulla terra ferma, senza prendere il largo, dona la tua fede, Signore!

A coloro che si organizzano il loro paradiso qui sulla terra, senza di te e senza gli uomini, dona il tuo amore, 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.

Verso la stella.... Polare le lunghe strade della libertà!

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 (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 16

Proteggimi, o Dio: in te mi rifugio.

² Ho detto al Signore: «Il mio Signore sei tu, solo in te è il mio bene».

³ Agli idoli del paese, agli dèi potenti andava tutto il mio favore.

⁴ Moltiplicano le loro pene quelli che corrono dietro a un dio straniero. Io non spanderò le loro libagioni di sangue, né pronuncerò con le mie labbra i loro nomi.

⁵ Il Signore è mia parte di eredità e mio calice: nelle tue mani è la mia vita.

⁶ Per me la sorte è caduta su luoghi deliziosi: la mia eredità è stupenda.

⁷ Benedico il Signore che mi ha dato consiglio; anche di notte il mio animo mi istruisce.

⁸ Io pongo sempre davanti a me il Signore, sta alla mia destra, non potrò vacillare.

⁹ Per questo gioisce il mio cuore ed esulta la mia anima; anche il mio corpo riposa al sicuro,

¹⁰ perché non abbandonerai la mia vita negli inferi, né lascerai che il tuo fedele veda la fossa.

¹¹ Mi indicherai il sentiero della vita, gioia piena alla tua presenza, dolcezza senza fine alla tua destra.

Dal Vangelo di Gv 14,1-6

¹ Non sia turbato il vostro cuore. Abbiate fede in Dio e abbiate fede anche in me. ²Nella casa del Padre mio vi sono molte dimore. Se no, vi avrei mai detto: "Vado a prepararvi un posto"? ³Quando sarò andato e vi avrò preparato un posto, verrò di nuovo e vi prenderò con me, perché dove sono io siate anche voi. ⁴E del luogo dove io

vado, conoscete la via".

⁵Gli disse Tommaso: "Signore, non sappiamo dove vai; come possiamo conoscere la via?". ⁶Gli disse Gesù: "Io sono la via, la verità e la vita. Nessuno viene al Padre se non per mezzo di me.

Tempo di silenzio per la riflessione personale

Spunti di riflessione

Camminare:

- Ogni mattina, per andare a scuola, al lavoro, ecc., ci mettiamo una calzatura.... Perché? quale senso apporta alla nostra personalità?
- Perché ci preoccupiamo che le nostre scarpe siano a posto, se poi camminando neppure le guardiamo? Perché tante volte, con una calzatura bella e forte, facciamo dei passi falsi, mediocri, disorientati, inutili, interessanti?
- Ambedue i piedi a turno, sincronizzati, ci portano avanti dando personalità alle nostre opzioni. Ma quanti passi irregolari, maldestri, quanti sgambetti, spintoni diamo con essi? Quali sono? Perché?

Cammini della vita:

- "Camminando s'apre cammino", dice un poeta. Ma quante persone rimangono ferme? Quante sono cadute per via per non aver trovato un po' di aiuto?
- L'uomo sa che il cammino vero è il cammino del bene, della fraternità della verità, della festa. Allora, perché permettiamo intorno a noi tanti cammini di falsità, di solitudine, di egoismo, di cattiveria, di violenza? Quali sono?

Cammini di Dio:

- Gesù ci ha detto “io sono la via” vera. Egli cammina davanti a noi. È colui (servo e figlio del Padre) che vive la vita come vocazione di servizio secondo la volontà di Dio. Ha scelto il cammino che salva (dona la sua vita sulla croce). Con la sua decisione e i suoi esempi, Gesù è luce per coloro che lo seguono (cammino di fede).
- Perché invece delle scarpe più belle e pulite, non indossiamo la decisione del pellegrino di avanzare, di essere solidali con i bisognosi, di regalare amore a tutte le porte, di seminare il perdono e il coraggio ovunque, come Gesù? Cerca di pensare alcuni modi concreti in cui farlo nella tua vita.

Pregiera di intercessione

Ti chiediamo grazie, Signore,
 perché la tua Parola
 ha dato alla luce le nostre parole.
 Eravamo senza parole.
 Ci avevano insegnato che non abbiamo
 niente da dire e ascoltavamo i leaders,
 ripetendo le loro parole d'ordine,
 copiavamo senza successo le frasi
 e gli atteggiamenti dei dottori e dei trionfatori.
 Cercavamo di vestirci delle parole alla moda,
 ci iniziavamo alle parole-chiave
 come se fossero la chiave del successo nella vita e nell'amore.
 Ormai avevamo perso la speranza
 di poter partorire anche noi parole vive.

Noi non eravamo uomini di parola.
 Ma all'udire nella comunità la tua Parola,
 abbiamo dovuto parlare per obbedienza,
 e ci sono salite alle labbra parole mai udite,
 sconosciute nel nostro ambiente, ignote anche al nostro intimo.
 All'udirle, abbiamo saputo con sorpresa, che le avevamo dentro,

senza mai conoscere il tesoro nascosto
che il nostro petto custodiva.

La tua Parola è un seme.

Essa feconda il nostro cuore e sorsero parole sincere, nude,
perfino belle, perché non erano adornate artificialmente,
ma solo dalla grazia che ci desti tu.

Ancora di più Signore, le nostre parole si intrecciarono
e nacque un mondo comune di parole,
un mondo tuo che è un mondo nostro;
poco a poco va nascendo una casa di parole vive,
che ci da rifugio e incontro.

La tua Parola è luce.

Alla luce della tua Parola, leggiamo il libro della vita
e scriviamo nel libro della storia.

E leggendo tutti alla stessa luce, ci incontriamo.

Prima eravamo divisi, perché eravamo servi di diversi padroni,
o perché, per dispetto, ci rifugiavamo nella nostra solitudine.

La tua Parola ci porta a riconoscerci come fratelli,
poveri, ma degni.

La tua Parola ci chiama a rompere la logica che ci condanna.

Grazie ad essa, siamo gli emarginati che accolgono,
siamo gli sfruttati che condividono e aiutano,
non vogliamo arrampicarci lasciando indietro gli altri fratelli,
dove possiamo trovare spazio tutti riconciliati.

Nessun sistema potrà arginare la tua Parola.

Ti chiediamo che il mondo che sorge
dalle nostre parole e dalle nostre mani,
sia sempre aperto alla tua Parola, che scardina e salva,
e che chiama a partorire parole nuove in ogni tempo.

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.

*Il radar del cuore attento
....per captare le “chiamate”
di Dio e dei fratelli*

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

Sequenza allo Spirito Santo

Vieni, o Spirito Santo,
dentro di me, nel mio cuore e nella mia intelligenza.
Accordami la Tua intelligenza,
perché io possa conoscere il Padre
nel meditare la parola del Vangelo.
Accordami il Tuo amore, perché anche quest’oggi,
esortato dalla Tua parola,
Ti cerchi nei fatti e nelle persone che ho incontrato.
Accordami la Tua sapienza, perché io sappia rivivere
e giudicare, alla luce della tua parola,
quello che oggi ho vissuto.
Accordami la perseveranza,
perché io con pazienza penetri
il messaggio di Dio nel Vangelo.

Salmo 92

²È bello dar lode al Signore
e cantare al tuo nome, o Altissimo,

³annunziare al mattino il tuo amore,
la tua fedeltà lungo la notte,

⁴sull'arpa a dieci corde e sulla lira,
con canti sulla cetra.

⁵Poiché mi rallegrì, Signore, con le tue meraviglie,
esulto per l'opera delle tue mani.

⁶Come sono grandi le tue opere, Signore,
quanto profondi i tuoi pensieri!

⁷L'uomo insensato non intende
e lo stolto non capisce:

⁸se i peccatori germogliano come l'erba
e fioriscono tutti i malfattori,
li attende una rovina eterna:

⁹ma tu sei l'eccelso per sempre, o Signore.

¹⁰Ecco, i tuoi nemici, o Signore,
ecco, i tuoi nemici periranno,
saranno dispersi tutti i malfattori.

¹¹Tu mi doni la forza di un bùfalo,
mi cospargi di olio splendente.

¹²I miei occhi disprezzeranno i miei nemici,
e contro gli iniqui che mi assalgono
i miei orecchi udranno cose infauste.

¹³Il giusto fiorirà come palma,
crescerà come cedro del Libano;

¹⁴piantati nella casa del Signore,
fioriranno negli atri del nostro Dio.

¹⁵Nella vecchiaia daranno ancora frutti,
saranno vegeti e rigogliosi,

¹⁶per annunziare quanto è retto il Signore:
mia roccia, in lui non c'è ingiustizia.

Dal Vangelo di Lc 24, 13-35

¹³Ed ecco, in quello stesso giorno due di loro erano in cammino per un villaggio di nome Èmmaus, distante circa undici chilometri da Gerusalemme, ¹⁴e conversavano tra loro di tutto quello che era accaduto. ¹⁵Mentre conversavano e discutevano insieme, Gesù in persona si avvicinò e camminava con loro. ¹⁶Ma i loro occhi erano impediti a riconoscerlo. ¹⁷Ed egli disse loro: "Che cosa sono questi discorsi che state facendo tra voi lungo il cammino?". Si fermarono, col volto triste; ¹⁸uno di loro, di nome Clèopa, gli rispose: "Solo tu sei forestiero a Gerusalemme! Non sai ciò che vi è accaduto in questi giorni?". ¹⁹Domandò loro: "Che cosa?". Gli risposero: "Ciò che riguarda Gesù, il Nazareno, che fu profeta potente in opere e in parole, davanti a Dio e a tutto il popolo; ²⁰come i capi dei sacerdoti e le nostre autorità lo hanno consegnato per farlo condannare a morte e lo hanno crocifisso. ²¹Noi speravamo che egli fosse colui che avrebbe liberato Israele; con tutto ciò, sono passati tre giorni da quando queste cose sono accadute. ²²Ma alcune donne, delle nostre, ci hanno sconvolti; si sono recate al mattino alla tomba ²³e, non avendo trovato il suo corpo, sono venute a dirci di aver avuto anche una visione di angeli, i quali affermano che egli è vivo. ²⁴Alcuni dei nostri sono andati alla tomba e hanno trovato come avevano detto le donne, ma lui non l'hanno visto". ²⁵Disse loro: "Stolti e lenti di cuore a credere in tutto ciò che hanno detto i profeti! ²⁶Non bisognava che il Cristo patisse queste sofferenze per entrare nella sua gloria?". ²⁷E, cominciando da Mosè e da tutti i profeti, spiegò loro in tutte le Scritture ciò che si riferiva a lui.

²⁸Quando furono vicini al villaggio dove erano diretti, egli fece come se dovesse andare più lontano. ²⁹Ma essi insistettero: "Resta con noi, perché si fa sera e il giorno è ormai al tramonto". Egli entrò per rimanere con loro. ³⁰Quando fu a tavola con loro, prese il pane, recitò la benedizione, lo spezzò e lo diede loro. ³¹Allora si aprirono loro gli occhi e lo riconobbero. Ma egli sparì dalla loro vista. ³²Ed essi dissero l'un l'altro: "Non ardeva forse in noi il nostro cuore mentre egli conversava con noi lungo la via, quando ci spiegava le

Scritture?". ³³Partirono senza indugio e fecero ritorno a Gerusalemme, dove trovarono riuniti gli Undici e gli altri che erano con loro, ³⁴i quali dicevano: "Davvero il Signore è risorto ed è apparso a Simone!". ³⁵Ed essi narravano ciò che era accaduto lungo la via e come l'avevano riconosciuto nello spezzare il pane.

Tempo di silenzio per la riflessione personale

Spunti di riflessione

- È vero, ci sono presenze che riconosci a prima vista perché ti riempiono il tuo cuore....
- Hai mai pensato che esse sono segno di un Amore più grande, di una presenza che dà senso e unifica tutte le altre, di un Dio che riconosce te fra miliardi di persone?
- Impara a tenere occhi, orecchie e cuore sintonizzati sulla "frequenza di Dio" e dei fratelli.
- I grandi ricercatori hanno abitato il silenzio e la profondità.... Se questo è vero, dobbiamo concludere che troppo rumore intorno e dentro di noi ci impedisce di essere veramente ricercatori di Dio e della verità
- I nostri occhi, a volte sono ricoperti di "squame" (atti 9,18) che ci impediscono di scoprire la realtà.
- Cercare Dio e la verità suppone un cammino che può attingere luce dall'esperienza di tanti che prima di noi, e anche oggi, hanno cercato e cercano Dio. Molti hanno tracciato un cammino che conduce alla mèta. Ma esistono anche forme di ricerca che non conducono da nessuna parte.
- Solo la ricerca e l'incontro di Dio è in grado di far ardere il nostro cuore, solo così la nostra anima riposa tranquilla.

Preghiera di intercessione

Gesù

Potremo essere come tu ci hai sognati, e saremo felici, se accogliamo il tuo messaggio. È un messaggio in codice, e molta gente non lo comprende. Neanche noi saremo compresi se cercheremo di viverlo.

Tu ci assicuri che saremo felici. Se sapremo condividere con gli altri, se sopportiamo le offese senza vendicarci, se sentiamo in noi la sofferenza altrui, se cerchiamo l'interesse degli amici al di sopra dei nostri interessi, se tentiamo di comprendere e perdonare, se il nostro sguardo e il nostro cuore sono limpidi, se lasciamo pace e amicizia intorno a noi.

Gesù, è semplice tutto questo, però non è facile.

Perciò ti chiediamo aiuto e coraggio per intraprendere la marcia. Quello che noi non possiamo, il tuo Spirito lo realizzi in noi, così che ogni giorno ci sentiamo più amici, creiamo una società più umana più cristiana così come tu desideri.

Grazie, Gesù, perché la tua amicizia e la tua compagnia sono sempre con noi.

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.