

Diocesi di Pescia
Parrocchia di San Jacopo Maggiore
Altopascio

Gli Angeli della Preghiera

Sussidio 1 Anno 7



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

Le Beatitudini

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, Spirito Santo,
manda a noi dal cielo
un raggio della tua luce.

Vieni, padre dei poveri,
vieni, datore dei doni,
vieni, luce dei cuori.

Consolatore perfetto;
ospite dolce dell'anima,
dolcissimo sollievo.

Nella fatica, riposo,
nella calura, riparo,
nel pianto, conforto.

O luce beatissima,
invadi nell'intimo
il cuore dei tuoi fedeli.
Senza la tua forza,

nulla è nell'uomo,
nulla senza colpa.

Lava ciò che è sordido,
bagna ciò che è arido,
sana ciò che sanguina.

Piega ciò che è rigido,
scalda ciò che è gelido,
drizza ciò che è sviato.

Dona ai tuoi fedeli,
che solo in te confidano,
i tuoi santi doni.

Dona virtù e premio,
dona morte santa,
dona gioia eterna.

Amen

Salmo 84

Quanto sono amabili le tue dimore,
Signore degli eserciti!

L'anima mia anela
e desidera gli atri del Signore.

Il mio cuore e la mia carne
esultano nel Dio vivente.

Anche il passero trova una casa
e la rondine il nido
dove porre i suoi piccoli,
presso i tuoi altari,
Signore degli eserciti,
mio re e mio Dio.

Beato chi abita nella tua casa:
senza fine canta le tue lodi.

Beato l'uomo che trova in te il suo rifugio
e ha le tue vie nel suo cuore.

Passando per la valle del pianto
la cambia in una sorgente;
anche la prima pioggia
l'ammanta di benedizioni.

Cresce lungo il cammino il suo vigore,
finché compare davanti a Dio in Sion.

Signore, Dio degli eserciti, ascolta la mia preghiera,
porgi l'orecchio, Dio di Giacobbe.

Guarda, o Dio, colui che è il nostro scudo,
guarda il volto del tuo consacrato.

Sì, è meglio un giorno nei tuoi atri
che mille nella mia casa;
stare sulla soglia della casa del mio Dio
è meglio che abitare nelle tende dei malvagi.

Perché sole e scudo è il Signore Dio;
il Signore concede grazia e gloria,
non rifiuta il bene

a chi cammina nell'integrità.

Signore degli eserciti,
beato l'uomo che in te confida.

Dal Vangelo secondo Matteo (Mt 5, 1-12)

¹Vedendo le folle, Gesù salì sul monte: si pose a sedere e si avvicinarono a lui i suoi discepoli. ²Si mise a parlare e insegnava loro dicendo:

³"Beati i poveri in spirito,
perché di essi è il regno dei cieli.

⁴Beati quelli che sono nel pianto,
perché saranno consolati.

⁵Beati i miti,
perché avranno in eredità la terra.

⁶Beati quelli che hanno fame e sete della giustizia,
perché saranno saziati.

⁷Beati i misericordiosi,
perché troveranno misericordia.

⁸Beati i puri di cuore,
perché vedranno Dio.

⁹Beati gli operatori di pace,
perché saranno chiamati figli di Dio.

¹⁰Beati i perseguitati per la giustizia,
perché di essi è il regno dei cieli.

¹¹Beati voi quando vi insulteranno, vi perseguiteranno e, mentendo, diranno ogni sorta di male contro di voi per causa mia. ¹²Rallegratevi ed esultate, perché grande è la vostra ricompensa nei cieli. Così infatti perseguirono i profeti che furono prima di voi.

Tempo di silenzio per la riflessione personale

Spunti di riflessione

Le Beatitudini rappresentano nel Vangelo quello che i Dieci Comandamenti rappresentano nell'Antico Testamento: un dono di inestimabile valore ed un impegno fondamentale nella vita quotidiana del cristiano.

Tante volte ne abbiamo sentito parlare, e forse tante volte abbiamo intuito la grandezza e la forza di queste parole dette da Gesù sulla montagna; eppure le beatitudini sono per noi un vero e proprio mistero: "beati i poveri, beati gli affitti, beati i puri, beati voi quando vi perseguiteranno per causa mia".

Questa dovrebbe essere la forza del cristiano, la speranza di chi sceglie di andare dietro a Gesù.

Ma il mondo ci chiama ad altri valori, ci dice che i "beati" sono i ricchi, sono quelli che non hanno mai problemi, sono i cosiddetti "fortunati".

Le beatitudini di Gesù ci rivelano invece che la strada per la vera gioia passa attraverso la sofferenza, il sacrificio, la povertà, il dono di sé: e queste realtà, queste verità così semplici da capire, per noi rappresentano un vero e proprio muro invalicabile: "Signore, ma è davvero così? "

Non servono molte parole per spiegare le beatitudini: chiediamo allora al Signore di aiutarci a fare silenzio ed a fare spazio nei nostri cuori, lasciando che sia la sua Parola a farci comprendere questo inestimabile dono di grazia.

Gesù vede il bisogno dell'uomo, sale sulla montagna segno della vicinanza a Dio, e parla con parole nuove.

La novità della Parola di Dio mette qualsiasi uomo in condizione di poter ascoltare. Sono pronto ad ascoltare in silenzio ciò che Dio dice?

Le beatitudini portano l'uomo a scoprirsi così come è stato creato da Dio.

L'uomo che ascolta con il cuore e con la mente liberi riscopre di

essere a immagine e somiglianza di Dio..

Sono in grado di gioire quando sono "beato"? Ringrazio Dio nei momenti difficili, quando sono povero, afflitto, perseguitato?

L'invito di Dio all'ascolto, la volontà e la fedeltà dell'uomo rendono saldo e sicuro questo legame d'Amore.

Sono aperto ad accettare questo invito? Oppure credo che questa parola di Dio sia troppo "difficile" da mettere in pratica?

Preghiera di intercessione

Preghiamo Dio Padre, perché doni a tutti noi cristiani il coraggio di aprire il nostro cuore allo splendore della Verità e alla semplicità delle vere beatitudini.

Per la comunità perché sappia riscoprire il senso profondo della povertà, della semplicità, della purezza, e sappia mettersi al servizio degli ultimi.

Per le nostre famiglie, perché con forza quotidiana della preghiera sappiano vivere il Vangelo senza aggiungere o togliere quello che umanamente risulta scomodo e difficile.

Silenzi

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.

Beati i poveri in Spirito

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 9-10

Renderò grazie al Signore con tutto il cuore,
annuncerò tutte le tue meraviglie.

Giorò ed esulterò in te,
canterò inni al tuo nome, o Altissimo.

Cantate inni al Signore, che abita in Sion,
narrate le sue imprese tra i popoli,
perché egli chiede conto del sangue versato,
se ne ricorda, non dimentica il grido dei poveri.

Abbi pietà di me, Signore,
vedi la mia miseria, opera dei miei nemici,
tu che mi fai risalire dalle porte della morte,

perché io possa annunciare tutte le tue lodi;
alle porte della figlia di Sion
esulterò per la tua salvezza.

Sono sprofondate le genti nella fossa che hanno scavato,
nella rete che hanno nascosto si è impigliato il loro piede.

Tornino i malvagi negli inferi,
tutte le genti che dimenticano Dio.
Perché il misero non sarà mai dimenticato,
la speranza dei poveri non sarà mai delusa.

Eppure tu vedi l'affanno e il dolore,
li guardi e li prendi nelle tue mani.
A te si abbandona il misero,
dell'orfano tu sei l'aiuto.

Spezza il braccio del malvagio e dell'empio,
cercherai il suo peccato e più non lo troverai.

Signore è re in eterno, per sempre:
dalla sua terra sono scomparse le genti.

Tu accogli, Signore, il desiderio dei poveri,
rafforzi i loro cuori, porgi l'orecchio,

perché sia fatta giustizia all'orfano e all'oppresso,
e non continui più a spargere terrore l'uomo fatto di terra.

Dalla seconda lettera di S.Paolo ai Corinzi (2Cor 12,9-10)

⁹Ed egli mi ha detto: "Ti basta la mia grazia; la forza infatti si manifesta pienamente nella debolezza". Mi vanterò quindi ben volentieri delle mie debolezze, perché dimori in me la potenza di Cristo. ¹⁰Perciò mi compiaccio nelle mie debolezze, negli oltraggi, nelle difficoltà, nelle persecuzioni, nelle angosce sofferte per Cristo: infatti quando sono debole, è allora che sono forte.

Dal Vangelo secondo Marco (Mc 10,17-22)

¹⁷Mentre andava per la strada, un tale gli corse incontro e, gettandosi in ginocchio davanti a lui, gli domandò: "Maestro buono, che cosa devo fare per avere in eredità la vita eterna?". ¹⁸Gesù gli disse: "Perché mi chiami buono? Nessuno è buono, se non Dio solo. ¹⁹Tu conosci i comandamenti: *Non uccidere, non commettere adulterio, non rubare, non testimoniare il falso, non frodare, onora tuo padre e tua madre*". ²⁰Egli allora gli disse: "Maestro, tutte queste cose le ho osservate fin dalla mia giovinezza". ²¹Allora Gesù fissò lo sguardo su di lui, lo amò e gli disse: "Una cosa sola ti manca: va', vendi quello che hai e dallo ai poveri, e avrai un tesoro in cielo; e

vieni! Seguimi!". ²²Ma a queste parole egli si fece scuro in volto e se ne andò rattristato; possedeva infatti molti beni.

Dal Vangelo secondo Luca (Lc 19, 1-10)

¹Entrò nella città di Gerico e la stava attraversando, ²quand'ecco un uomo, di nome Zaccheo, capo dei pubblicani e ricco, ³cercava di vedere chi era Gesù, ma non gli riusciva a causa della folla, perché era piccolo di statura. ⁴Allora corse avanti e, per riuscire a vederlo, salì su un sicomòro, perché doveva passare di là. ⁵Quando giunse sul luogo, Gesù alzò lo sguardo e gli disse: "Zaccheo, scendi subito, perché oggi devo fermarmi a casa tua". ⁶Scese in fretta e lo accolse pieno di gioia. ⁷Vedendo ciò, tutti mormoravano: "È entrato in casa di un peccatore!". ⁸Ma Zaccheo, alzatosi, disse al Signore: "Ecco, Signore, io do la metà di ciò che possiedo ai poveri e, se ho rubato a qualcuno, restituisco quattro volte tanto". ⁹Gesù gli rispose: "Oggi per questa casa è venuta la salvezza, perché anch'egli è figlio di Abramo. ¹⁰Il Figlio dell'uomo infatti è venuto a cercare e a salvare ciò che era perduto".

Dal Vangelo secondo Luca (Lc 21, 1-4)

¹Alzati gli occhi, vide i ricchi che gettavano le loro offerte nel tesoro del tempio. ²Vide anche una vedova povera, che vi gettava due monetine, ³e disse: "In verità vi dico: questa vedova, così povera, ha gettato più di tutti. ⁴Tutti costoro, infatti, hanno gettato come offerta parte del loro superfluo. Ella invece, nella sua miseria, ha gettato tutto quello che aveva per vivere".

Tempo di silenzio per la riflessione personale

Spunti di riflessione

"Essere poveri in spirito è sapere di dipendere da Dio. Gesù si mette dalla parte dei poveri e li dichiara felici.

Chi è dunque il povero?

Il povero è colui che ha la sensazione di non farcela da solo con le proprie forze; è l'uomo che ha scoperto di essere piccolo, debole, peccatore.

La povertà in spirito deve essere accompagnata da un'esigenza di rinuncia.

Dobbiamo essere pronti a lasciare tutto ciò che può interporre tra noi e Gesù.

Povertà è anche accettare quello che non ci piace, che non ci interessa che non ci sentiamo di fare ma che serve ed è utile per gli altri.

Il povero è colui che non avendo altri tesori, confida solo in Dio, si affida a Lui, appartiene a Dio.

"Ti basta la mia grazia, la mia potenza infatti si manifesta pienamente nella debolezza"

La sensazione di debolezza, di incapacità mi porta a scoraggiarmi o a cercare con più forza l'aiuto di Dio?

Quanto spazio lascio a Dio nelle mie decisioni, nelle mie scelte?

"Una cosa sola ti manca: vendi quello che hai dallo ai poveri e avrai un tesoro in cielo; poi vieni e seguimi". Ma egli rattristatosi per quelle parole se ne andò afflitto, poiché aveva molti beni.

Essere povero significa non crearsi esigenze al di fuori del necessario.

Cosa è veramente necessario nella mia vita?

Quanto superfluo è ancora presente in me e intorno a me?

"Zaccheo, scendi subito, perché oggi devo fermarmi a casa tua".

"Ecco Signore io do la metà dei miei beni ai poveri e se ho frodato qualcuno restituisco quattro volte tanto"

Essere povero significa rispondere prontamente alla chiamata del Signore.

So accettare gli imprevisti che sconvolgono i miei programmi? So dare un giusto valore ai miei progetti e ai miei desideri, così da

essere capace di rinunciarci senza fare "drammi" se interviene qualcosa di più importante e necessario?

"Tutti costoro hanno deposto come offerta del loro superfluo questa invece nella sua miseria ha dato tutto quello che aveva per vivere"

Il povero in spirito è colui che come unica ricchezza ha l'appartenenza a Dio.

Nella preghiera, so pregare come povero? Come uno che mendica la grazia e il perdono di Dio?

Preghiera di intercessione

Signore ascolta la voce degli umili che confidano in te e aiutali a sentire la tua presenza.

Perché la nostra comunità si scopra povera e bisognosa dell'amore e della misericordia del Padre, preghiamo.

Perché sentirci bisognosi dell'aiuto di Dio ci renda più solidali verso i fratelli indigenti, soli, sofferenti, affinché anche grazie alla nostra opera possano lodare il Signore per la loro beatitudine, preghiamo.

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.

Beati gli afflitti perché saranno consolati

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 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 31

Abbi pietà di me, Signore, sono nell'affanno;
per il pianto si consumano i miei occhi,

la mia gola e le mie viscere.

Si logora nel dolore la mia vita,
i miei anni passano nel gemito;
inardisce per la pena il mio vigore
e si consumano le mie ossa.

Sono il rifiuto dei miei nemici
e persino dei miei vicini,
il terrore dei miei conoscenti;
chi mi vede per strada mi sfugge.

Sono come un morto, lontano dal cuore;
sono come un coccio da gettare.

Ascolto la calunnia di molti: "Terrore all'intorno!",
quando insieme contro di me congiurano,
tramano per togliermi la vita.

Ma io confido in te, Signore;
dico: "Tu sei il mio Dio,

i miei giorni sono nelle tue mani".
Liberami dalla mano dei miei nemici
e dai miei persecutori:

sul tuo servo fa' splendere il tuo volto,
salvami per la tua misericordia.

Signore, che io non debba vergognarmi
per averti invocato;
si vergognino i malvagi,
siano ridotti al silenzio negli inferi.
Tacciano le labbra bugiarde,
che dicono insolenze contro il giusto
con orgoglio e disprezzo.

Quanto è grande la tua bontà, Signore!

La riservi per coloro che ti temono,
la dispensi, davanti ai figli dell'uomo,
a chi in te si rifugia.

Tu li nascondi al riparo del tuo volto,
lontano dagli intrighi degli uomini;
li metti al sicuro nella tua tenda,
lontano dai litigi delle lingue.

Benedetto il Signore,
che per me ha fatto meraviglie di grazia
in una città fortificata.

Io dicevo, nel mio sgomento:
"Sono escluso dalla tua presenza".
Tu invece hai ascoltato la voce della mia preghiera
quando a te gridavo aiuto.

Dal libro del profeta Isaia (Is 61,1-3)

¹ Lo spirito del Signore Dio è su di me,
perché il Signore mi ha consacrato con l'unzione;
mi ha mandato a portare il lieto annuncio ai miseri,
a fasciare le piaghe dei cuori spezzati,
a proclamare la libertà degli schiavi,
la scarcerazione dei prigionieri,
²a promulgare l'anno di grazia del Signore,
il giorno di vendetta del nostro Dio,
per consolare tutti gli afflitti,
³per dare agli afflitti di Sion
una corona invece della cenere,
olio di letizia invece dell'abito da lutto,
veste di lode invece di uno spirito mesto.
Essi si chiameranno querce di giustizia,
piantagione del Signore, per manifestare la sua gloria.

Dal Vangelo secondo Matteo (Mt 11,28-30)

²⁸Venite a me, voi tutti che siete stanchi e oppressi, e io vi darò ristoro. ²⁹Prendete il mio giogo sopra di voi e imparate da me, che sono mite e umile di cuore, *e troverete ristoro per la vostra vita.* ³⁰Il mio giogo infatti è dolce e il mio peso leggero".

Dal Vangelo secondo Giovanni (Gv 16,20-23)

²⁰In verità, in verità io vi dico: voi piangerete e gernerete, ma il mondo si rallegrerà. Voi sarete nella tristezza, ma la vostra tristezza si cambierà in gioia.

²¹La donna, quando partorisce, è nel dolore, perché è venuta la sua ora; ma, quando ha dato alla luce il bambino, non si ricorda più della sofferenza, per la gioia che è venuto al mondo un uomo. ²²Così anche voi, ora, siete nel dolore; ma vi vedrò di nuovo e il vostro cuore si rallegrerà e nessuno potrà togliervi la vostra gioia. ²³Quel giorno non mi domanderete più nulla.

In verità, in verità io vi dico: se chiederete qualche cosa al Padre nel mio nome, egli ve la darà. ²⁴Finora non avete chiesto nulla nel mio nome. Chiedete e otterrete, perché la vostra gioia sia piena.

Dalla seconda lettera di S.Paolo Apostolo ai Corinzi (2Cor 1,3-7)

³Sia benedetto Dio, Padre del Signore nostro Gesù Cristo, Padre misericordioso e Dio di ogni consolazione! ⁴Egli ci consola in ogni nostra tribolazione, perché possiamo anche noi consolare quelli che si trovano in ogni genere di afflizione con la consolazione con cui noi stessi siamo consolati da Dio. ⁵Poiché, come abbondano le sofferenze di Cristo in noi, così, per mezzo di Cristo, abbonda anche la nostra consolazione. ⁶Quando siamo tribolati, è per la vostra consolazione e salvezza; quando siamo confortati, è per la vostra consolazione, la quale vi dà forza nel sopportare le medesime sofferenze che anche noi sopportiamo. ⁷La nostra speranza nei vostri riguardi è salda: sappiamo che, come siete partecipi delle sofferenze, così lo siete anche della consolazione.

Tempo di silenzio per la riflessione personale

Spunti di riflessione

Questa beatitudine sconvolge la nostra comune mentalità che vede nello "star bene" l'unica fonte di ricchezza e di gioia.

Gesù dichiara beati coloro che soffrono, che sono provati dal dolore fisico, morale, psicologico, non tanto per la loro condizione, ma perché ricevono la Consolazione che viene dal Padre.

Un Dio vicino a noi nei momenti di sofferenza e angoscia, tanto vicino da condividere la nostra natura umana e vivere su di sé ogni sorta di afflizione.

È quindi Cristo il Consolatore, colui che può portare nel cuore dell'uomo che sa accoglierlo, gioia e pace, nonostante le difficoltà della vita.

Ma la consolazione promessa da Gesù dipende anche da ognuno di noi, dalla nostra disponibilità ad essere operatori di consolazione e divenire così un segno e un anticipo di quello che ci viene dal Signore.

"Venite a me, voi tutti che siete affaticati e oppressi; e io vi ristorerò"

Dio è il vero consolatore.

Nella tua vita avverti il bisogno di incontrare Cristo? Nelle difficoltà in chi cerchi Consolazione? Dio ti basta, o cerchi rifugio in te stesso e negli altri?

"Voi sarete affitti, ma la vostra afflizione si cambierà in gioia".

Il dolore può essere vissuto in molti modi: con atteggiamento passivo, di rassegnazione, con un cinismo che indurisce il cuore, o cercando ogni possibile via di fuga.

Tu come vivi i tuoi momenti di difficoltà? Ti apri alla Speranza, al positivo o ti chiudi in te stesso? La sofferenza, il dolore, il sacrificio li vedi solo sotto l'aspetto negativo?

“perché possiamo anche noi consolare quelli che si trovano in qualsiasi genere di afflizione con la consolazione con cui siamo consolati noi stessi da Dio”

Sai essere attento alle sofferenze di chi hai accanto? Riesci a stare vicino a chi soffre, ad accogliere chi è in difficoltà? Provi a volte un istintivo fastidio quando incontri la sofferenza dell'altro? Perché?

"Quando siamo tribolati è per la vostra consolazione e salvezza"

Il dolore vissuto con Gesù e per Gesù non è fine a se stesso ma è uno strumento di salvezza e amore.

Accetti la sofferenza come mezzo di salvezza per te e per gli altri? Accetti di partecipare alla sofferenza redentrice di Cristo accogliendo serenamente contrarietà, sacrifici, dolori che ogni giorno la vita ti dona?

Preghiera di intercessione

Perché durante le nostre sofferenze si sappia alzare gli occhi da noi stessi e rivolgerli a Te, unico e vero Consolatore. Preghiamo

Signore insegnaci ad essere operatori di consolazione per le persone che vivono momenti di difficoltà. Preghiamo

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.