

## Per la preghiera

### Accoglienza

Salve a tutti ragazzi mi presento sono Paolo, l'apostolo delle genti!  
Voglio raccontarvi la mia storia come esempio di testimonianza, di fede agli altri ...

Sono nato a Tarso ed ero un cittadino dell'Impero romano, sono diventato un fariseo zelante e iniziai a perseguitare la comunità cristiana di Gerusalemme e in seguito anche quella di Damasco, ed è proprio lì sulla via di Damasco che nella mia vita ci fu una svolta radicale; ho visto una grande luce e dalla voce di Gesù fui nominato testimone davanti alle genti. Dopo l'apparizione sono diventato cieco e condotto a Damasco, ho ricevuto il Battesimo e ritornai a vedere.

Ho intrapreso tre grandi viaggi missionari per poter testimoniare a tutti il Risorto...  
Giunto a Roma sono stato fatto prigioniero e ho ricevuto il martirio...  
Bè ragazzi che ne pensate della mia vita? Vi è piaciuta?

Io spero di sì...

Ora però tocca a voi iniziare il nostro cammino insieme, ricordate che nella mia vita non sono mai stato da solo, oltre all'amore di Gesù che mi accompagnava c'erano i miei amici e compagni di avventura che mi erano vicini e mi sostenevano. In questa esperienza dovete essere tutti uniti e lasciarvi guidare da Gesù, centro di tutta la nostra esistenza ...

E allora iniziamo ... in compagnia del Signore Gesù!



# SABATO - Chi sono?

PREGHIERA DELLA SERA

CANTO

**IN ASCOLTO DELLA PAROLA (Gal 3, 26-29)**

26 Tutti voi infatti siete figli di Dio per la fede in Cristo Gesù, 27 poiché quanti siete stati battezzati in Cristo, vi siete rivestiti di Cristo. 28 Non c'è più giudeo né greco; non c'è più schiavo né libero; non c'è più uomo né donna, poiché tutti voi siete uno in Cristo Gesù. 29 E se appartenete a Cristo, allora siete discendenza di Abramo, eredi secondo la promessa.

**Preghiera (dal salmo 139)**

Signore, tu mi scruti e mi conosci,  
tu sai quando seggo e quando mi alzo.  
Penetri da lontano i miei pensieri,  
mi scruti quando cammino e quando riposo.

Ti sono note tutte le mie vie;  
la mia parola non è ancora sulla lingua  
e tu, Signore, già la conosci tutta.

Dove andare lontano dal tuo spirito, dove fuggire dalla tua presenza?  
Se salgo in cielo, là tu sei, se scendo negli inferi, eccoti.

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

Se dico: «Almeno l'oscurità mi copra e intorno a me sia la notte»;  
nemmeno le tenebre per te sono oscure,  
e la notte è chiara come il giorno;  
per te le tenebre sono come luce.

Sei tu che hai creato le mie viscere  
e mi hai tessuto nel seno di mia madre.  
Ti lodo, perché mi hai fatto come un prodigio;  
sono stupende le tue opere, tu mi conosci fino in fondo.

Non ti erano nascoste le mie ossa quando venivo formato nel segreto,  
intessuto nelle profondità della terra.  
Ancora informe mi hanno visto i tuoi occhi e tutto era scritto nel tuo libro;  
i miei giorni erano fissati, quando ancora non ne esisteva uno.

Quanto profondi per me i tuoi pensieri,  
quanto grande il loro numero, o Dio;  
se li conto sono più della sabbia,  
se li credo finiti, con te sono ancora.

CANTO

# DOMENICA – I talenti: tesori per la Chiesa

## PREGHIERA DEL MATTINO

### CANTO

#### IN ASCOLTO DELLAPAROLA (! Cor 12,12-20.27.28)

12 Come infatti il corpo, pur essendo uno, ha molte membra e tutte le membra, pur essendo molte, sono un corpo solo, così anche Cristo. 13 E in realtà noi tutti siamo stati battezzati in un solo Spirito per formare un solo corpo, Giudei o Greci, schiavi o liberi; e tutti ci siamo abbeverati a un solo Spirito. 14 Ora il corpo non risulta di un membro solo, ma di molte membra. 15 Se il piede dicesse: «Poiché io non sono mano, non appartengo al corpo», non per questo non farebbe più parte del corpo. 16 E se l'orecchio dicesse: «Poiché io non sono occhio, non appartengo al corpo», non per questo non farebbe più parte del corpo. 17 Se il corpo fosse tutto occhio, dove sarebbe l'udito? Se fosse tutto udito, dove l'odorato? 18 Ora, invece, Dio ha disposto le membra in modo distinto nel corpo, come egli ha voluto. 19 Se poi tutto fosse un membro solo, dove sarebbe il corpo? 20 Invece molte sono le membra, ma uno solo è il corpo. 21 Non può l'occhio dire alla mano: «Non ho bisogno di te»; né la testa ai piedi: «Non ho bisogno di voi». 22 Anzi quelle membra del corpo che sembrano più deboli sono più necessarie; 23 e quelle parti del corpo che riteniamo meno onorevoli le circondiamo di maggior rispetto, e quelle indecorose sono trattate con maggior decenza, 24 mentre quelle decenti non ne hanno bisogno. Ma Dio ha composto il corpo, conferendo maggior onore a ciò che ne mancava, 25 perché non vi fosse disunione nel corpo, ma anzi le varie membra avessero cura le une delle altre. 26 Quindi se un membro soffre, tutte le membra soffrono insieme; e se un membro è onorato, tutte le membra gioiscono con lui. 27 Ora voi siete corpo di Cristo e sue membra, ciascuno per la sua parte.

### Riflessione

Quale prezzo pago per fare una Chiesa di comunione?  
Sono a volte scandalizzato dalla sua organizzazione; ma mi sforzo di "scavare" dentro per incontrare Dio nella povertà della Chiesa, come di tutte le cose umane attraversate dal peccato?  
Desidero con intensità la comunione con il Signore e di viverla concretamente "dentro" la Chiesa: nella amicizia fraterna, nell'Eucaristia, nella ricerca di uno stile evangelico di vita?  
Faccio la mia parte perché questa Chiesa, a cui voglio appartenere, sia una Chiesa di comunione e di fraternità, così che gli uomini tutti intuiscono un appello alla comunione intima con Dio?



### Preghiera

Illumina, Signore, gli occhi della nostra mente perché possiamo vedere la Chiesa nella luce della fede che sola rivela ciò che essa è veramente.  
Noi crediamo, Signore, che la comunità cristiana, al di là di ogni appartenenza, nasce e prende vita non da una volontà umana, ma dallo Spirito Santo.,  
Noi crediamo che la realtà della Chiesa è più grande delle persone visibili che la compongono: in essa è presente Gesù con il suo Spirito.  
Noi crediamo che è lui, lo Spirito Santo che apre alla fede e che unisce i credenti in una comunità

di amore.

Vieni, Spirito Santo, scendi nel nostro cuore e donaci la forza per metterci al servizio della Chiesa che si rende particolarmente visibile oggi nelle nostre comunità cristiane. Amen!

## CANTO

### PREGHIERA DELLA SERA

## CANTO

### IN ASCOLTO DELLAPAROLA (1Cor 13, 1-8)

[1]Se anche parlassi le lingue degli uomini e degli angeli, ma non avessi la carità, sono come un bronzo che risuona o un cembalo che tintinna. [2]E se avessi il dono della profezia e conoscessi tutti i misteri e tutta la scienza, e possedessi la pienezza della fede così da trasportare le montagne, ma non avessi la carità, non sono nulla. [3]E se anche distribuissi tutte le mie sostanze e dessi il mio corpo per esser bruciato, ma non avessi la carità, niente mi giova. [4]La carità è paziente, è benigna la carità; non è invidiosa la carità, non si vanta, non si gonfia, [5]non manca di rispetto, non cerca il suo interesse, non si adira, non tiene conto del male ricevuto, [6]non gode dell'ingiustizia, ma si compiace della verità. [7]Tutto copre, tutto crede, tutto spera, tutto sopporta. [8]La carità non avrà mai fine.

## PREGHIERA

L1: *Se anche parlassi le lingue degli uomini e degli angeli, ma non avessi la carità,*

L2: *sarei come uno strumento musicale che non produce alcun suono.*

L1: *E se avessi il dono della profezia e conoscessi tutti i misteri e tutta la scienza, e possedessi la pienezza della fede così da trasportare le montagne, ma non avessi la carità,*

L2: *Davanti a te, Signore, non conterei nulla.*

L1: *E se anche distribuissi tutte le mie sostanze e dessi il mio corpo per esser bruciato, ma non avessi la carità,*

L2: *tutti i miei gesti eroici sarebbero solo esibizionismo.*

L1: *Ciò che conta più di tutto, invece, è amare te e le persone che ci hai posto accanto.*

Tutti: **La carità è paziente, è benigna la carità;**

L2: *non è invidiosa la carità, non si vanta, non si gonfia, non manca di rispetto,*

L1: *non cerca il suo interesse, non si adira, non tiene conto del male ricevuto,*

L2: *non gode dell'ingiustizia, ma si compiace della verità.*

Tutti: **Tutto copre, tutto crede, tutto spera, tutto sopporta. La carità non avrà mai fine.**

## CANTO

# LUNEDI' – Liberi di scegliere

## PREGHIERA DEL MATTINO

### CANTO

#### IN ASCOLTO DELLA PAROLA (1 Cor 15,3-11)

3 Vi ho trasmesso dunque, anzitutto, quello che anch'io ho ricevuto: che cioè Cristo morì per i nostri peccati secondo le Scritture, 4 fu sepolto ed è risuscitato il terzo giorno secondo le Scritture, 5 e che apparve a Cefa e quindi ai Dodici. 6 In seguito apparve a più di cinquecento fratelli in una sola volta: la maggior parte di essi vive ancora, mentre alcuni sono morti. 7 Inoltre apparve a Giacomo, e quindi a tutti gli apostoli. 8 Ultimo fra tutti apparve anche a me come a un aborto. 9 Io infatti sono l'infimo degli apostoli, e non sono degno neppure di essere chiamato apostolo, perché ho perseguitato la Chiesa di Dio. 10 Per grazia di Dio però sono quello che sono, e la sua grazia in me non è stata vana; anzi ho faticato più di tutti loro, non io però, ma la grazia di Dio che è con me. 11 Pertanto, sia io che loro, così predichiamo e così avete creduto.

### PREGHIERA

**Solista:** Signore, È così facile sbagliare. E ancora più facile è vedere gli sbagli degli altri. Per questo chiediamo il tuo aiuto: per essere esigenti con noi stessi e comprensivi con i fratelli.

**R:** Aiutaci, o Signore.

**Solista:** Aiutaci, Signore, nell'impresa di diventare grandi, scoprendo ogni giorno novità e cambiamenti in noi stessi e in quelli che ci stanno accanto. Per questo ti preghiamo: R

**Solista:** Aiutaci a non sciupare questa bella età ma a farla cantare nella gioia di essere vivi, e di donare con generosità il nostro tempo e le nostre energie. Per questo ti preghiamo: R

**Solista:** Aiutaci a non stancarci mai di fare il bene anche se non ne vediamo subito i frutti. Per questo ti preghiamo: R

**Solista:** Aiutaci ad avere un briciolo di pazienza, anche quando vorremmo avere tutto e subito. Per questo ti preghiamo: R

**Solista:** Aiutaci a non sciupare il dono della fede che è stato depresso con cura nel nostro cuore. Come un fiore appena nato ha bisogno di cure e di attenzioni. Per questo ti preghiamo: R

### CANTO

# PREGHIERA DELLA SERA

## CANTO

### IN ASCOLTO DELLAPAROLA (Rm 1,1-5)

1 Paolo, servo di Cristo Gesù, apostolo per vocazione, prescelto per annunziare il vangelo di Dio, 2 che egli aveva promesso per mezzo dei suoi profeti nelle sacre Scritture, 3 riguardo al Figlio suo, nato dalla stirpe di Davide secondo la carne, 4 costituito Figlio di Dio con potenza secondo lo Spirito di santificazione mediante la risurrezione dai morti, Gesù Cristo, nostro Signore. 5 Per mezzo di lui abbiamo ricevuto la grazia dell'apostolato per ottenere l'obbedienza alla fede da parte di tutte le genti, a gloria del suo nome; 6 e tra queste siete anche voi, chiamati da Gesù Cristo.

## PREGHIERA

Signore Gesù,  
Ogni giorno ci attende  
Un nuovo tratto di cammino  
Che richiede passi decisi,  
Veloci colpi di pedale,  
Pause e ripartenze.

Anche se a volte ci sembra di sapere già tutto  
Ci accorgiamo che di strada davanti a noi  
Ce n'è ancora tanta ma questo non ci spaventa

Perché sappiamo  
Di avere accanto tanti amici  
Che non ci lasceranno soli,  
Amici che non si stancano  
Di stare in nostra compagnia,  
E che soffrono se noi ci allontaniamo.

Sono compagni e maestri  
Che hanno a cuore la nostra crescita e il nostro domani.  
Per ciascuno di loro ti ringraziamo, Signore, ma soprattutto  
Ti ringraziamo perché Tu sei con noi  
E non ci lasci soli mai.  
Amen.

## CANTO

# MARTEDI' – In cammino ...

PREGHIERA DEL MATTINO

**CANTO**

## IN ASCOLTO DELLA PAROLA (Gal 1,11-20)

11 Vi dichiaro dunque, fratelli, che il vangelo da me annunziato non è modellato sull'uomo; 12 infatti io non l'ho ricevuto né l'ho imparato da uomini, ma per rivelazione di Gesù Cristo. 13 Voi avete certamente sentito parlare della mia condotta di un tempo nel giudaismo, come io perseguitassi fieramente la Chiesa di Dio e la devastassi, 14 superando nel giudaismo la maggior parte dei miei coetanei e connazionali, accanito com'ero nel sostenere le tradizioni dei padri. 15 Ma quando colui che mi scelse fin dal seno di mia madre e mi chiamò con la sua grazia si compiacque 16 di rivelare a me suo Figlio perché lo annunziassi in mezzo ai pagani, subito, senza consultare nessun uomo, 17 senza andare a Gerusalemme da coloro che erano apostoli prima di me, mi recai in Arabia e poi ritornai a Damasco.

18 In seguito, dopo tre anni andai a Gerusalemme per consultare Cefa, e rimasi presso di lui quindici giorni; 19 degli apostoli non vidi nessun altro, se non Giacomo, il fratello del Signore. 20 In ciò che vi scrivo, io attesto davanti a Dio che non mentisco.

**PREGHIERA**

Signore Gesù,  
hai mostrato l'infinita grandezza del tuo amore,  
quando hai donato la tua vita per noi.

Hai lasciato la gloria che avevi fin dal principio  
e hai preso la forma di servo.  
Hai chiamato anche noi a fare altrettanto:  
di essere cioè pronti a vivere gli uni per gli altri, fino alla fine, come hai fatto Tu.

Grazie che ci rendi capaci di amare.  
Distruggi in noi l'egoismo, la superbia, l'odio, l'invidia.

Signore Gesù,  
noi ti preghiamo di accrescere in noi l'amore.  
Fa' che nel compiere quanto è bene ai tuoi occhi, siamo sempre uniti e concordi  
e non permettere che ci separiamo da Te, nelle cui mani è ogni nostra speranza.  
Amen.

**CANTO**



## PREGHIERA DELLA SERA

### CANTO

#### IN ASCOLTO DELLA PAROLA (Ef 1,3-10)

3 Benedetto sia Dio, Padre del Signore nostro Gesù Cristo, che ci ha benedetti con ogni benedizione spirituale nei cieli, in Cristo. 4 In lui ci ha scelti prima della creazione del mondo, per essere santi e immacolati al suo cospetto nella carità, 5 predestinandoci a essere suoi figli adottivi per opera di Gesù Cristo, 6 secondo il beneplacito della sua volontà. E questo a lode e gloria della sua grazia, che ci ha dato nel suo Figlio diletto; 7 nel quale abbiamo la redenzione mediante il suo sangue, la remissione dei peccati secondo la ricchezza della sua grazia. 8 Egli l'ha abbondantemente riversata su di noi con ogni sapienza e intelligenza, 9 poiché egli ci ha fatto conoscere il mistero della sua volontà, secondo quanto nella sua benevolenza aveva in lui prestabilito 10 per realizzarlo nella pienezza dei tempi: il disegno cioè di ricapitolare in Cristo tutte le cose, quelle del cielo come quelle della terra.

#### PREGHIERA (dal salmo 27)

Il Signore è mia luce e mia salvezza,  
di chi avrò paura?  
Il Signore è difesa della mia vita,  
di chi avrò timore?

*Egli mi offre un luogo di rifugio  
nel giorno della sventura.  
Mi nasconde nel segreto della sua dimora,  
mi solleva sulla rupe.*

Ascolta, Signore, la mia voce.  
Io grido: abbi pietà di me! Rispondimi.  
Di te ha detto il mio cuore: «Cercate il suo volto»;  
il tuo volto, Signore, io cerco.

*Mostrami, Signore, la tua via,  
guidami sul retto cammino.*

Spera nel Signore, sii forte,  
si rinfranchi il tuo cuore e spera nel Signore.

Gloria al Padre, al Figlio e allo Spirito Santo  
come era nel principio, ora e sempre  
nei secoli dei secoli. Amen.

### CANTO

# MERCOLEDI' – Cosa dico??

PREGHIERA DEL MATTINO

CANTO

## IN ASCOLTO DELLA PAROLA (At 22, 12-16)

12 Un certo Anania, un devoto osservante della legge e in buona reputazione presso tutti i Giudei colà residenti, 13 venne da me, mi si accostò e disse: Saulo, fratello, torna a vedere! E in quell'istante io guardai verso di lui e riebbi la vista. 14 Egli soggiunse: Il Dio dei nostri padri ti ha predestinato a conoscere la sua volontà, a vedere il Giusto e ad ascoltare una parola dalla sua stessa bocca, 15 perché gli sarai testimone davanti a tutti gli uomini delle cose che hai visto e udito. 16 E ora perché aspetti? Alzati, ricevi il battesimo e lavati dai tuoi peccati, invocando il suo nome.

## PREGHIERA: dal salmo 121

**1 Alzo gli occhi verso i monti:  
da dove mi verrà l'aiuto?**

**2 Il mio aiuto viene dal Signore,  
che ha fatto cielo e terra.**

**3 Non lascerà vacillare il tuo piede,  
non si addormenterà il tuo custode.**

**4 Non si addormenterà, non prenderà sonno,  
il custode d'Israele.**

**5 Il Signore è il tuo custode,  
il Signore è come ombra che ti copre,  
e sta alla tua destra.**

**6 Di giorno non ti colpirà il sole, né la luna di notte.**

**7 Il Signore ti proteggerà da ogni male, egli proteggerà la tua vita.**

**8 Il Signore veglierà su di te, quando esci e <quando entri,  
da ora e per sempre.**

CANTO



# PREGHIERA DELLA SERA

## CANTO

### IN ASCOLTO DELLA PAROLA (1 Cor 9, 19-25)

19 Infatti, pur essendo libero da tutti, mi sono fatto servo di tutti per guadagnarne il maggior numero: 20 mi sono fatto Giudeo con i Giudei, per guadagnare i Giudei; con coloro che sono sotto la legge sono diventato come uno che è sotto la legge, pur non essendo sotto la legge, allo scopo di guadagnare coloro che sono sotto la legge. 21 Con coloro che non hanno legge sono diventato come uno che è senza legge, pur non essendo senza la legge di Dio, anzi essendo nella legge di Cristo, per guadagnare coloro che sono senza legge. 22 Mi sono fatto debole con i deboli, per guadagnare i deboli; mi sono fatto tutto a tutti, per salvare ad ogni costo qualcuno. 23 Tutto io faccio per il vangelo, per diventarne partecipe con loro.

### PREGHIERA (dal salmo 18)

Ti amo, Signore, mia forza,  
3 Signore, mia roccia, mia fortezza, mio liberatore;  
mio Dio, mia rupe, in cui trovo riparo;  
mio scudo e baluardo, mia potente salvezza.

4 Invoco il Signore, degno di lode,  
e sarò salvato dai miei nemici.

17 Stese la mano dall'alto e mi prese,  
mi sollevò dalle grandi acque,  
18 mi liberò da nemici potenti,  
da coloro che mi odiavano  
ed eran più forti di me.

19 Mi assalirono nel giorno di sventura,  
ma il Signore fu mio sostegno;  
20 mi portò al largo,  
mi liberò perché mi vuol bene.

47 Viva il Signore e benedetta la mia rupe,  
sia esaltato il Dio della mia salvezza.

48 Dio, tu mi accordi la rivincita  
e sottometti i popoli al mio giogo,  
49 mi scampi dai nemici furenti,  
dei miei avversari mi fai trionfare  
e mi liberi dall'uomo violento.

50 Per questo, Signore, ti loderò tra i popoli  
e canterò inni di gioia al tuo nome.

51 Egli concede al suo re grandi vittorie,  
si mostra fedele al suo consacrato,  
a Davide e alla sua discendenza per sempre.

## CANTO

# GIOVEDÌ' – non l'apparenza, ma il cuore

PREGHIERA DEL MATTINO

CANTO

## IN ASCOLTO DELLA PAROLA (2 Tim 4,9-18)

9 Cerca di venire presto da me, 10 perché Dema mi ha abbandonato avendo preferito il secolo presente ed è partito per Tessalonica; Crescente è andato in Galazia, Tito in Dalmazia. 11 Solo Luca è con me. Prendi Marco e portalo con te, perché mi sarà utile per il ministero. 12 Ho inviato Tichico a Efeso. 13 Venendo, portami il mantello che ho lasciato a Troade in casa di Carpo e anche i libri, soprattutto le pergamene. 14 Alessandro, il ramaio, mi ha procurato molti mali. Il Signore gli renderà secondo le sue opere; 15 guardatene anche tu, perché è stato un accanito avversario della nostra predicazione.

16 Nella mia prima difesa in tribunale nessuno mi ha assistito; tutti mi hanno abbandonato. Non se ne tenga conto contro di loro. 17 Il Signore però mi è stato vicino e mi ha dato forza, perché per mio mezzo si compisse la proclamazione del messaggio e potessero sentirlo tutti i Gentili: e così fui liberato dalla bocca del leone. 18 Il Signore mi libererà da ogni male e mi salverà per il suo regno eterno; a lui la gloria nei secoli dei secoli. Amen.

## PREGHIERA

Padre santo,  
guarda questa nostra umanità,  
che cammina nel terzo millennio.

La sua vita è segnata ancora fortemente  
dall'odio, dalla violenza, dall'oppressione,  
ma la fame di giustizia, di verità e di grazia  
trova ancora spazio nel cuore di tanti,  
che attendono chi porti la salvezza,  
operata da te per mezzo del tuo Figlio Gesù.

C'è bisogno di messaggeri coraggiosi del Vangelo,  
di servi generosi dell'umanità sofferente.

Manda alla tua Chiesa, ti preghiamo,  
sacerdoti santi, che santifichino il tuo popolo  
con gli strumenti della tua grazia.

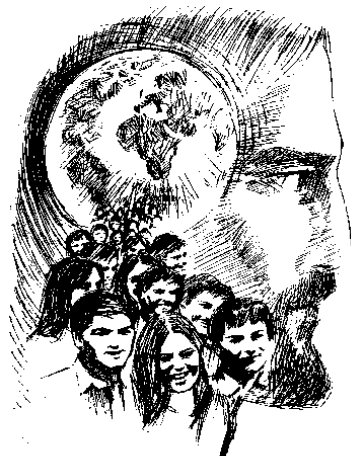
Manda numerosi consacrati e consacrate,  
che mostrino la tua santità in mezzo al mondo.

Manda giovani sposi  
che sappiano diffondere l'amore che viene da Te,  
attraverso una vita familiare riempita della presenza del tuo Spirito.

Manda nella tua vigna cristiani santi,  
che operino con l'ardore della carità  
e, spinti dal tuo Santo Spirito,  
portino la salvezza di Cristo  
fino agli estremi confini della terra.

Amen.

**CANTO**



**PREGHIERA DELLA SERA**

**CANTO**

**IN ASCOLTO DELLA PAROLA (Gal 5,22-26)**

22 Il frutto dello Spirito è amore, gioia, pace, pazienza, benevolenza, bontà, fedeltà, mitezza, dominio di sé; 23 contro queste cose non c'è legge. 24 Ora quelli che sono di Cristo Gesù hanno crocifisso la loro carne con le sue passioni e i suoi desideri. 25 Se pertanto viviamo dello Spirito, camminiamo anche secondo lo Spirito. 26 Non cerchiamo la vanagloria, provocandoci e invidiandoci gli uni gli altri.

**PREGHIERA**

*SE...*

*Se brucio di febbre,  
tu sei la sorgente che mi rinfresca.*

*Se mi sento oppresso da colpe,  
tu sei la mia liberazione.*

*Se ho bisogno di aiuto,  
tu sei la forza..Se ho paura della morte,  
tu sei la vita.*

*Se desidero il Cielo,  
tu sei la via.*

*Se ho paura delle tenebre,  
tu sei la luce.*

*Se ho bisogno di cibo,  
tu sei il mio pane.*

**CANTO**

# VENERDI' – Lo zaino ...

## PREGHIERA DEL MATTINO

### CANTO

#### IN ASCOLTO DELLA PAROLA (2 Cor 11, 24-30)

24 Cinque volte dai Giudei ho ricevuto i trentanove colpi; 25 tre volte sono stato battuto con le verghe, una volta sono stato lapidato, tre volte ho fatto naufragio, ho trascorso un giorno e una notte in balia delle onde. 26 Viaggi innumerevoli, pericoli di fiumi, pericoli di briganti, pericoli dai miei connazionali, pericoli dai pagani, pericoli nella città, pericoli nel deserto, pericoli sul mare, pericoli da parte di falsi fratelli; 27 fatica e travaglio, veglie senza numero, fame e sete, frequenti digiuni, freddo e nudità. 28 E oltre a tutto questo, il mio assillo quotidiano, la preoccupazione per tutte le Chiese. 29 Chi è debole, che anch'io non lo sia? Chi riceve scandalo, che io non ne frema? 30 Se è necessario vantarsi, mi vanterò di quanto si riferisce alla mia debolezza. 31 Dio e Padre del Signore Gesù, lui che è benedetto nei secoli, sa che non mentisco.

### PREGHIERA

Semina, semina. L'importante è seminare - poco, molto, tutto - il grano della speranza.

Semina il tuo sorriso perché splenda intorno a te.

Semina le tue energie per affrontare le battaglie della vita.

Semina il tuo coraggio per risollevare quello altrui.

Semina il tuo entusiasmo la tua fede il tuo amore.

Semina ed abbi fiducia: ogni chicco arricchirà un piccolo angolo della terra.

### CANTO



## PREGHIERA DELLA SERA

### CANTO

#### **IN ASCOLTO DELLA PAROLA (2 Cor 13, 11-13)**

11 Per il resto, fratelli, state lieti, tendete alla perfezione, fatevi coraggio a vicenda, abbiate gli stessi sentimenti, vivete in pace e il Dio dell'amore e della pace sarà con voi. 12 Salutatevi a vicenda con il bacio santo. Tutti i santi vi salutano.

13 La grazia del Signore Gesù Cristo, l'amore di Dio e la comunione dello Spirito Santo siano con tutti voi.

### PREGHIERA

Padre mio, io mi abbandono a te:  
fa' di me ciò che ti piace;  
qualunque cosa tu faccia di me,  
io ti ringrazio.

Sono pronto a tutto, accetto tutto,  
purché la tua volontà si compia in me  
e in tutte le tue creature.

Io non desidero altro, mio Dio.  
Depongo la mia anima nelle tue mani,  
te la dono, o mio Dio,  
con tutto l'amore del mio cuore,  
perché ti amo.

È una necessità per me il donarmi  
e l'affidarmi alle tue mani senza misura,  
con infinita fiducia,  
perché sei il Padre mio.

*(Charles de Foucault)*

### CANTO

# SABATO – In partenza ...

## PREGHIERA DEL MATTINO

### CANTO

#### SAN PAOLO SCRIVE A NOI: UN MANDATO E UNA MISSIONE!

*Amici miei carissimi,*

*Ormai è giunta l'ora di offrire la mia vita come sacrificio a Dio.*

*E' il momento di iniziare il mio ultimo viaggio.*

*Ho combattuto la buona battaglia, sono arrivato fino al termine della mia corsa e ho conservato la fede.*

*Ora mi aspetta il premio della vittoria: il Signore, che è giudice giusto, mi consegnerà la corona di uomo giusto.*

*Nell'ultimo giorno egli la consegnerà non solo a me, ma anche a tutti quelli che hanno atteso con amore il momento della sua apparizione.*

*A tutti voi, voglio fare una raccomandazione: annunciate la Parola di Dio, insistete in ogni occasione, raccomandate e incoraggiate, usando tutta la vostra pazienza e tutto il vostro entusiasmo. Nel vostro tempo, spesso, gli uomini non vogliono più ascoltare il vangelo di Gesù, ma seguono i loro capricci e si procurano dei falsi maestri, i quali insegnano le cose che essi hanno voglia di ascoltare.*

*Non danno più ascolto alla verità e vanno dietro alle favole. Voi, però, amici miei, state svegli e non fatevi ingannare!*

*Continuate a far entrare Gesù nella vostra vita, anche se, qualche volta, potrà costarvi sacrificio, e siate testimoni di lui in mezzo ai vostri amici.*

*Non abbiate mai paura, perché Dio non vi lascia soli!*

(cf. 2Tim 4, 1-8)

### PREGHIERA

Signore, non permettere che torniamo a casa uguali a prima,

Perché in questi giorni, siamo un po' cambiati.

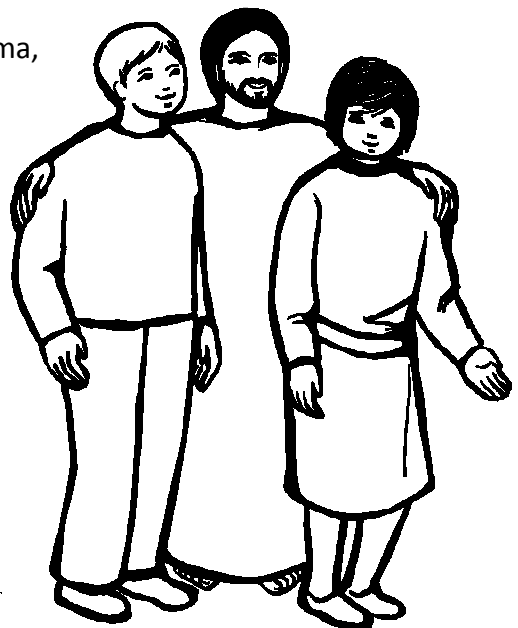
Ora vogliamo tenerti nel nostro "giro",

Farti entrare a casa nostra,

Nei nostri giochi e nella nostra scuola

E far testimoniare a tutti che la tua presenza

Arricchisce e dà sapore alla vita. Amen.



### CANTO

## **ALTRE PREGHIERE ...**

### **TI ADORO (al mattino).**

Ti adoro, mio Dio, e ti amo con tutto il cuore. Ti ringrazio di avermi creato, fatto cristiano e conservato in questa notte. Ti offro le azioni della giornata, fa che siano tutte secondo la tua santa volontà per la maggior tua gloria. Preservami dal peccato e da ogni male.  
La tua grazia sia sempre con me e con tutti i miei cari. Amen.

### **PADRE NOSTRO.**

Padre nostro, che sei nei cieli sia santificato il tuo nome, venga il tuo regno sia fatta la tua volontà, come in cielo così in terra. Dacci oggi il nostro pane quotidiano, rimetti a noi i nostri debiti, come noi li rimettiamo ai nostri debitori, e non ci indurre in tentazione, ma liberaci dal male. Amen.

### **AVE MARIA.**

Ave Maria, piena di grazia, il Signore è con te, tu si benedetta fra le donne e benedetto il frutto del tuo seno, Gesù. Santa Maria, madre di Dio, prega per noi peccatori, adesso e nell'ora della nostra morte.  
Amen.

### **GLORIA AL PADRE.**

Gloria al Padre, al Figlio e allo Spirito Santo, come era nel principio, ora e sempre nei secoli, nei secoli.  
Amen.

### **CREDO O SIMBOLO APOSTOLICO.**

Credo in Dio Padre Onnipotente, creatore del cielo e della terra; e in Gesù Cristo, nostro Signore, il quale fu concepito di Spirito Santo, nacque da Maria Vergine, patì sotto Ponzio Pilato, fu crocefisso, morì e fu sepolto. Discese agli inferi, il terzo giorno è resuscitato secondo le Scritture. E' salito al cielo, siede alla destra del Padre e di nuovo verrà nella gloria per giudicare i vivi e i morti. Credo nello Spirito Santo, la Santa chiesa Cattolica, la Comunione dei Santi, la remissione dei peccati, la resurrezione della carne, la vita eterna. Amen.

### **ANGELO DI DIO.**

Angelo di Dio, che sei il mio custode, illuminami, custodiscimi, reggi e governa me che ti fui affidata dalla pietà celeste. Amen.

### **SALVE O REGINA.**

Salve O Regina, Madre di misericordia, vita e dolcezza e speranza nostra, salve. A te ricorriamo esuli figli di Eva, a te sospiriamo gementi e piangenti in questa valle di lacrime. Orsù dunque avvoca nostra, volgi a noi, quegli occhi misericordiosi e mostraci dopo questo esilio, il frutto benedetto del seno tuo.  
O clemente, o pia, o dolce Vergine Maria.

### **GESÙ, GIUSEPPE E MARIA.**

Gesù, Giuseppe e Maria, vi dono il cuore e l'anima mia. Gesù, Giuseppe e Maria, assistetemi nell'ultima agonia. Gesù, Giuseppe e Maria, spiri in pace con voi l'anima mia.

### **OFFERTA DELLA GIORNATA.**

Cuore divino di Gesù, io ti offro, per mezzo del cuore immacolato di Maria madre della Chiesa, in unione al Sacrificio eucaristico, le preghiere e le azioni, le gioie e le sofferenze di questo giorno: in riparazione dei peccati e per la salvezza di tutti gli uomini, nella grazia dello Spirito Santo, a gloria del divin Padre.

### **PER LA FAMIGLIA.**

Il Dio della pace benedica e custodisca la nostra famiglia. Ci renda capaci di fare la sua volontà in tutte le nostre azioni e accresca in noi ciò che gli è gradito. Amen.

### **ATTO DI FEDE.**

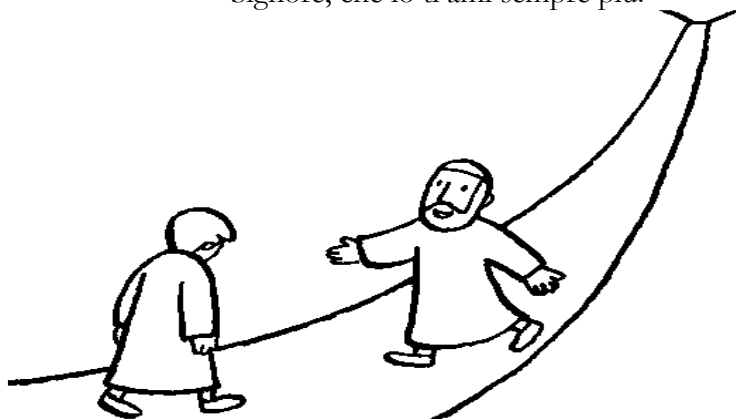
Mio Dio, perché sei verità infallibile, credo tutto quello tu hai rivelato e la santa Chiesa ci propone a credere. Credo in te, unico vero Dio in tre persone uguali e distintamente, Padre e Figlio e Spirito Santo. Credo in Gesù Cristo, Figlio di Dio incarnato, morto e risorto per noi, il quale darà a ciascuno, secondo i meriti, il premio o la pena eterna. Conforme a questa fede voglio sempre vivere. Signore accresci la mia fede.

### **ATTO DI SPERANZA.**

Mio Dio, spero dalla tua bontà, per le tue promesse e per i meriti di Gesù Cristo nostro Salvatore, la vita eterna e le grazie necessarie per meritarsela con le buone opere che io debbo e voglio fare. Signore, che io possa goderti in eterno.

### **ATTO DI CARITA'**

Mio Dio, ti amo con tutto il cuore sopra ogni cosa, perché sei bene infinito e nostra eterna felicità; e per amore tuo amo il prossimo come me stesso e perdono le offese ricevute.  
Signore, che io ti ami sempre più.



### **PRIMA DEI PASTI.**

Dio, amante della vita, che nutri gli uccelli del cielo e vesti i gigli dei campi, ti benediciamo per tutte le creature e per il cibo che stiamo per prendere.

Non permettere che ad alcuno manchi il necessario alimento.

Fa' che il nostro nutrimento ci serva per compiere meglio la tua volontà e per costruire il tuo regno.

Amen.

Signore, che ci doni la gioia di stare attorno a questa tavola,  
radunaci tutti un giorno al banchetto del cielo.

Benedici, Signore, questa mensa e tutti coloro che l'hanno preparata e aiutaci a condividere il nostro pane con coloro che non ne hanno.

Benedici Signore questo cibo che per la tua bontà stiamo per prendere. Provvedine anche a coloro che non ne hanno e rendici partecipe alla tua benedizione. Per Cristo Nostro Signore. Amen.

### **DOPO I PASTI.**

Ti rendiamo grazie, o Signore Dio onnipotente, per tutti i tuoi benefici in particolare del cibo che ci hai dato.

Aiutaci a meglio servirti in ogni giorno della nostra vita.

Signore, grazie per i tuoi doni, grazie per questo cibo, che ci permette di meglio servirti in ognuno dei nostri fratelli.

Signore, ti ringraziamo per la gioia di essere riuniti attorno a questa tavola; non permettere che in nessuna famiglia manchi il tuo amore.

### **TI ADORO, MIO DIO (Alla sera).**

Ti adoro, mio Dio, e ti amo con tutto il cuore. Ti ringrazio avermi creato, fatto cristiano e conservato in questo giorno. Perdonami il male, oggi commesso e, se qualche bene compiuto, accettalo. Custodiscimi nel riposo e liberami dai pericoli. La tua gr zia sia sempre con me e con tutti i miei cari. Amen.

### **ATTO DI DOLORE**

Mio Dio, mi pento e mi dolgo con tutto il cuore dei m peccati, perché peccando ho offeso te, infinitamente buono e degno di essere amato sopra ogni cosa. Propongo col tuo santo aiuto di non offenderti mai più e fuggire le occasioni prossime di peccato. Signore, misericordia, perdonami.

Confesso a Dio onnipotente e a voi, fratelli, che ho molto peccato in pensieri, parole, opere e omissioni, per mia e colpa, mia colpa, mia grandissima colpa. E supplico la bea sempre vergine Maria, gli Angeli, i Santi e voi, fratelli, pregare per me il Signore Dio nostro.

### **L'ETERNO RIPOSO**

L'eterno riposo dona loro, o Signore, e splenda ad essi la luce perpetua. Riposino in pace. Amen.

### **AL TERMINE DEL GIORNO**

Al termine del giorno, o sommo Creatore, vegliaci nel riposo con amore di Padre. Dona salute al corpo e fervore allo spirito, la tua luce rischiari le ombre della notte. Nel sonno delle membra resti fedele il cuore, e al ritorno dell'alba intoni la tua lode.

### **VISITA, O PADRE**

Visita, o Padre, la nostra casa e tieni lontano le insidie del nemico; vengano i santi angeli a custodirci nella pace, e la tua benedizione rimanga sempre con noi. Amen.

