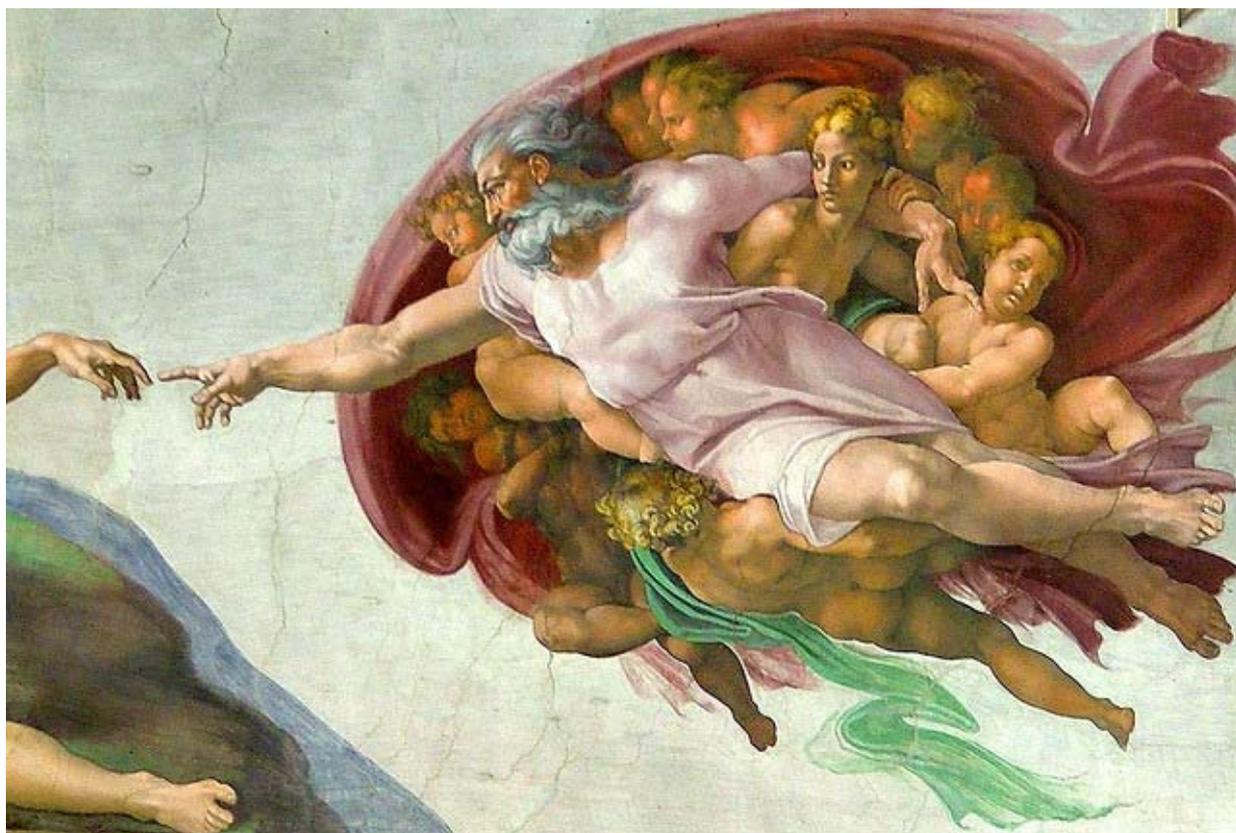


PADRE NOSTRO



"In volo verso la Cresima"
Anno Catechistico 2011-2012
Parrocchia San Bernardo – Fossano



Tutti fratelli

Gesù pregava spesso.
Un giorno i suoi amici gli chiesero:
“Signore, insegnaci a pregare”.
Gesù rispose: “Quando pregate, dite così:

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
e rimetti a noi i nostri debiti
come noi li rimettiamo
ai nostri debitori
e non ci indurre in tentazione,
ma liberaci dal male”.

Riadattato da Lc 11, 1-4



Gesù ci ha insegnato a pregare così:
chiamando Dio Padre, anzi Papà.

Il Padre Nostro è il modello di ogni
preghiera, anzi l'argomento principale
di tutto il Vangelo.

Questa preghiera è considerata dalla chiesa la più importante,
per questo è collocata tra la preghiera eucaristica e il rito della comunione
durante la Messa. Con questa preghiera noi esprimiamo a Dio il nostro amore
filiale, la nostra fraternità vissuta tutti i giorni volendoci bene a casa, a scuola,
ai giardinetti ... Molte persone la recitano al mattino e alla sera. Gli incontri dei
cristiani incominciano spesso con questa preghiera. Tante famiglie, alla sera, la
recitano tutti insieme. Alcuni la meditano in silenzio in campagna, in città, per la
strada o durante il lavoro. E' una preghiera bellissima, ma non sempre facile da
comprendere.

Proveremo ora insieme a capirne un po' di più il significato...

Ad un papà, o ad una mamma, possiamo rivolgerci per:

1. **Una richiesta di aiuto:**
(Es. Per favore, mi aiuteresti a fare il compito?)
2. **Un ringraziamento:**
(Es. Grazie, perché mi hai comprato le caramelle!)
3. **Un'esclamazione di gioia:**
(Es. Evviva! Come sono felice che ci sei anche tu per la recita!)
4. **Un'esclamazione di dolore:**
(Es. Ahi, mi sono tagliata! Posso avere un cerotto?)
5. **Una richiesta di ascolto:**
(Es. Ascoltami, devo dirti una cosa importante...)
6. **Il riconoscimento del proprio errore:**
(Es. Scusami, mi sono comportata proprio male!)

Così vuoi essere Tu Dio per noi ed è bellissimo chiamarti PAPA'.

A Te ci possiamo rivolgere con la preghiera. La preghiera è:

1. **Una richiesta di aiuto:**
"Degnati Signore di liberarmi, accorri, Signore, in mio aiuto..." (Salmo 39,14)
2. **Un ringraziamento:**
"Ti ringrazio, Padre, perché queste cose le hai rivelate ai piccoli..." (Mt 11, 25)
3. **Un'esclamazione di gioia:**
"L'anima mia magnifica il Signore e il mio spirito esulta in Dio, mio salvatore" (Lc 1, 46)
4. **Un'esclamazione di dolore:**
"L'anima mia è triste fino alla morte..." (Mt 26, 38)
5. **Una richiesta di ascolto:**
"Mio Dio, porgi il tuo orecchio, ascolta la mia voce..." (Daniele 9, 18)
6. **Il riconoscimento del proprio errore:**
"Riconosco la mia colpa, il mio peccato mi è sempre dinanzi..." (Salmo 50, 5)

Padre nostro

Quando diciamo che Tu, o Dio, sei Padre "nostro" riconosciamo che apparteniamo a Te in un modo speciale, che facciamo parte della Tua famiglia e che tutti gli essere viventi umani sono nostri fratelli e sorelle. Tu li ha creati a "tua immagine", per questo nessuno è uguale ad un altro. Ciascuno esprime un "pezzo" della tua infinita bellezza, o Dio. E siccome tutti i figli assomigliano un po' al papà, nel volto di tutti quelli che incontriamo, se lo vogliamo, possiamo vedere un po' di Te.



Racconto: "La più grande invenzione"

Una scolaresca è in fila davanti alla mostra delle più grandi invenzioni del secolo. La maestra cerca di preparare i bambini a quello che incontreranno nella mostra. «Chi sa dirmi una grande invenzione, che non c'era vent'anni fa?» chiede. «Io, signorina!» afferma convinto un bambino, puntandosi l'indice al petto.

Dio è un Padre pieno di fantasia. Basta aprire gli occhi: come non riusciamo a contare le stelle, non riusciamo neppure a enunciare tutte le meraviglie che ci sono nel mondo. Ogni cosa nell'universo parla di Dio, del suo amore per ogni creatura e, soprattutto, per ogni persona umana. Ognuno di noi può affermare con convinzione: «Sono la più bella invenzione di Dio! Non me lo devo scordare, mai!»

Quando dico
NOSTRO ...
dico ad ogni uomo,
in tutte le lingue del
mondo, che lui è mio
fratello.

Padre nostro che sei nei cieli

Tu Signore sembri irraggiungibile, come il cielo, eppure sei sempre vicino a noi con la Tua presenza invisibile e amorosa. Abiti nel cuore di chi Ti accoglie, di chi Ti lascia entrare. E dove sei accolto sboccia sulla terra un pezzo di Cielo.

Quando dico
CHE SEI NEI CIELI ...
voglio scorgerti
dappertutto e sentirti
sempre accanto a me.

Padre nostro sia santificato il tuo nome

Se c'è speranza in questo mondo è solo perché risuona ancora il Tuo nome, "nome" che identifica la Tua stessa Persona.

Milioni e milioni di persone gettano su questo nome le gioie e le paure della propria esistenza.

E' l'unico nome che porta su di sé il peso dell'umanità e che dà un senso a tutto. Anche per questo non possiamo rinunciare a pronunciarlo con rispetto e fiducia.

Aiutaci, o Dio, a santificare il tuo nome amando tutti con il tuo stesso amore e compiendo continuamente gesti di condivisione, comunione e fraternità che rendono presente nel mondo la tua grazia.

Quando dico
**SIA SANTIFICATO
IL TUO NOME ...**
voglio lodarti,
rispettarti, amarti
come Dio della storia
e della vita.

Padre nostro venga il tuo regno

Quanto odio regna ancora nel mondo!

Eppure il Regno di Dio è un regno di pace, amore e perdono: è un piccolo seme affidato a tutti gli uomini che ha dentro di sé la forza per diventare la pianta più grande. Quando siamo stati battezzati, anche noi abbiamo ricevuto il seme del Regno di Dio e se intorno a noi aumentano il perdono, l'amore e la pace significa che il piccolo seme sta crescendo.

Cambia, o Dio, il cuore degli uomini perché fra loro regni soltanto il tuo infinito amore e nessuno perda la speranza di abbracciarti un giorno in Paradiso.

Quando dico
**VENGA IL TUO
REGNO ...**
voglio impegnarmi a
vivere i valori della pace,
della giustizia, della
verità, della carità.

Padre nostro sia fatta la tua volontà come in cielo così in terra

La tua volontà, o Dio, è che ci amiamo gli uni gli altri.

Senza di te non possiamo far nulla, o Dio. Tu conosci più di noi il nostro vero bene e la nostra gioia. Aiutaci a credere sempre nel Tuo amore ed a fare in tutto la Tua volontà.

Racconto: "Il ragno distratto"

Una bella mattina di settembre, dei fili leggeri, lucidi come seta, ondulavano nell'aria. Solo il vento sapeva da dove venivano. Uno di quei fili approdò in cima ad un albero e l'aeronauta, un ragnetto giallo e nero, lasciò la sua leggera navicella e si attaccò alle foglie. Si mise subito al lavoro e costruì una bella ragnatela, tutta ricamata.

Il giorno dopo, la rugiada ornò i nodini della ragnatela con i suoi diamanti iridescenti. Mosche e moscerini, curiosi e sventati, vi incapparono in gran numero. Così il ragnetto si fece grande e grosso. Un mattino, però, si svegliò di cattivo umore o forse scese dal letto con le quattro zampe sbagliate. Fece un giro della ragnatela per far colazione con qualche moscerino, ma non ne trovò. Decise di ispezionare la sua tela e, gira e rigira, finì col notare un filo strano che, apparentemente, non si attaccava da nessuna parte. Sembrava finisse nelle nuvole. Più lo guardava, più si arrabbiava. «Sta a vedere», brontolò «che da quel filo vengono giù dei concorrenti a mangiarsi le mie prede ... E' uno stupido filo buono a nulla!». E con un colpo secco lo tagliò.

Subito la sua meravigliosa tela cedette e si trasformò in un misero cencio che lo avviluppava. Troppo tardi il povero ragnetto si ricordò che, in un sereno giorno di settembre, era sceso giù proprio da quel filo e che solo partendo da quel filo aveva costruito la sua ragnatela.



La preghiera è lo strumento che ci unisce saldamente a Te. La preghiera è quel “filo” che unisce la terra con il cielo e fa sì che possiamo compiere la nostra meravigliosa missione quaggiù.

Spunti essenziali per avvicinarci alla preghiera

1. La preghiera ha bisogno di tempo

All'inizio bastano cinque minuti ogni giorno. Scegli il tempo migliore, quello in cui riesci a stare da solo, senza cellulare o confusione. Scegli il tempo, in cui sei in forma: al mattino se sei mattiniero, la sera o a metà giornata se in quel momento sei sufficientemente sveglio e non ancora troppo stanco.

2. La preghiera ha bisogno di un luogo

Crea un angolo nella tua casa: devi poterti sedere vicino e metterti in ginocchio su un cuscino. Mettici la Bibbia, un'icona, una candela, magari una tua brutta foto di quando eri arrabbiato: così puoi affidare al Signore anche il ragazzino capriccioso che c'è in te. Se non riesci a pregare in casa, puoi inventarti dei luoghi inusuali, delle cappelle estemporanee: in auto o sul pullman mentre ti portano a scuola, quando cammini per strada. Ogni luogo può divenire tempio.

3. La preghiera ha bisogno di una parola da dire

La tua, le tue. Per affidare la tua vita, per raccomandare le persone che incontri, per chiedere un aiuto, per dire tutto il tuo malumore, per cantare il tuo grazie, per stare zitto ... Una parola vera, non la lista della spesa: una parola che venga dal profondo del cuore.

4. La preghiera ha bisogno di una Parola da ricevere

Quella che Dio ti dona, prima o dopo le tue parole. Io preferisco e suggerisco la Parola del giorno: ovunque trovi dei messalini tascabili, comodi da tenere anche in tasca. Vi trovi le letture che, in ogni parte del mondo, saranno lette durante la messa di quel giorno. E' bellissimo sentirsi in comunione con un cinese o con un missionario in Africa, con un russo o una suora di clausura. Quella è la Parola che Dio ti dona quel giorno. Forse non la capirai subito, ma è quella che Dio ti/ci dona e che, messa nel cuore, porterà frutto. Nella Bibbia si trova il libro dei Salmi. Sono centocinquanta preghiere scritte da grandi amici di Dio, preghiere che uomini, donne e bambini recitano, cantano o leggono da migliaia di anni. Se vuoi/puoi concludi anche tu con un salmo, magari quello del giorno.

(da GESU' ZERO di Paolo Curtaz)

Molte persone, soprattutto quando sono in difficoltà, si rivolgono a Dio e pregano, cioè parlano con Lui. Dio sente e ascolta. E risponde. Anche se la sua risposta talvolta è difficile da capire.

Quando dico
**SIA FATTA LA TUA
VOLONTA' ...**
voglio lasciarti spazio
nella mia mente, nel mio
cuore, nella mia vita e
risponderti: “Eccomi!”.

Racconto: “La risposta di Dio”

Andrea aveva un solo grande desiderio: una bicicletta. Una bicicletta gialla superaccessoriata che aveva visto in una vetrina della città. Non se la poteva più togliere dalla mente. Vedevo la bicicletta gialla nei sogni, nel caffelatte, nella figura di Carlo Magno che c'era sul libro di scuola. Ma la mamma di Andrea aveva tante cose da pagare ancora e le spese aumentavano ogni giorno. Non poteva certo comprare una bicicletta costosa come quella sognata da Andrea.



Andrea conosceva le difficoltà della mamma e così decise di chiedere la bicicletta direttamente a Dio. Tutte le sere, Andrea cominciò ad aggiungere una frase alle sue preghiere: «Ricordati di farmi avere la bicicletta gialla per Natale. Amen». Ogni sera la mamma sentiva Andrea pregare per ottenere la bicicletta gialla e ogni sera scuoteva tristemente la testa. La mamma sapeva che Natale sarebbe stato un giorno ben doloroso per Andrea. Non ci sarebbe stata la bicicletta e il bambino ne sarebbe stato molto deluso.

Venne il giorno di Natale e naturalmente Andrea non ricevette nessuna bicicletta. Alla sera, il bambino si inginocchiò come al solito accanto al lettino per dire le preghiere.

«Andrea», gli disse dolcemente la mamma, «penso che sarai scontento, perché non hai ricevuto la bicicletta per Natale. Spero che tu non sia arrabbiato con Dio, perché non ha risposto alle tue preghiere». Andrea guardò la mamma. «Oh no, mamma. Io non sono arrabbiato con Lui. Dio ha risposto alle mie preghiere: ha detto “No”, ma da questo ho capito che non mi serve la bicicletta per essere felice!».

La storia di Kirk Kilgour,



nato a Los Angeles (Usa) il 28.12.1947, è quella di un grande atleta della nazionale USA di pallavolo che venne a giocare nella Serie A Italiana nel 1973, con la squadra dell'Ariccia Volley Club.

Con il team romano conquistò un secondo posto nel 73/74 e lo scudetto nella stagione successiva, prima di subire il terribile incidente che mise fine alla sua carriera di pallavolista, segnandone profondamente il resto della vita. Era l'8 gennaio 1976: a Roma mentre, come "assistant coach" della Nazionale Italiana, svolgeva un banale esercizio di riscaldamento, Kirk subì la lussazione alla 5^a vertebra cervicale con conseguente lesione al midollo spinale e quindi totale paralisi di tutti e quattro gli arti.

Da quel giorno Kilgour ha vissuto con grandissimo coraggio e forza d'animo su una sedia a rotelle, adattata alle sue particolari esigenze, grazie alla quale è riuscito anche a svolgere varie attività, da commentatore sportivo, a scrittore, ad analista del volley. La sua maglietta numero 13 della prestigiosa squadra di pallavolo dell'UCLA (University of California Los Angeles) fu definitivamente ritirata nel 1986.

Kirk ci ha lasciato il 10 Luglio 2002, a seguito delle complicanze di una polmonite che le sue difese immunitarie, indebolite dalla prolungata immobilità, non sono state in grado di debellare.

Lo spirito di Kirk Kilgour ha trovato certamente la sua massima espressione nella preghiera che lui stesso ha scritto, la testimonianza più vera dell'anima di un uomo straordinario, vero campione nello sport e nella vita.

Chiesi a Dio di essere forte per eseguire progetti grandiosi;
Egli mi rese debole per conservarmi nell'umiltà.
Domandai a Dio che mi desse salute
per realizzare grandi imprese;
Egli mi ha dato il dolore per comprenderla meglio.
Gli domandai la ricchezza per possedere tutto:
mi ha fatto povero per non essere egoista.
Gli domandai il potere perché gli uomini
avessero bisogno di me:
Egli mi ha dato l'umiliazione perché io avessi bisogno di loro.
Domandai a Dio tutto per godere la vita:
mi ha lasciato la vita perché io potessi apprezzare tutto.
Signore non ho ricevuto niente di quello che chiedevo,
ma mi hai dato tutto quello di cui avevo bisogno
e quasi contro la mia volontà.
Le preghiere che non feci furono esaudite.
Sii lodato; o mio Signore, fra tutti gli uomini
nessuno possiede quello che io ho.

Kirk Kilgour

Kirk Kilgour in occasione della sua ultima visita in Italia, in Piazza S. Pietro durante il Giubileo degli ammalati. Quel giorno recitò la sua preghiera alla presenza di Sua Santità Giovanni Paolo II



Padre nostro dacci oggi il nostro pane quotidiano

Come ogni papà, Tu provvedi ogni giorno al pane che ci mantiene in vita.

“Pane” è tutto ciò che ci è indispensabile per vivere una vita autenticamente umana.

- ✓ *Pane* è questa terra che metti nelle nostre mani con tutte le sue meraviglie e tutti i suoi doni: aria, acqua, sole, stelle, montagne, prati ... che ci servono per vivere.
- ✓ *Pane* sono i valori e i sentimenti che rendono bella, ricca e gioiosa la nostra vita: famiglia, comunità, gruppo ...
- ✓ *Pane* sono tutti i tuoi doni che danno forza, sostegno e significato alla nostra vita: non solo il cibo materiale, ma anche la tua Parola, il pane Eucaristico. Perché capissimo quanto ci vuoi bene, infatti, hai voluto diventare tu stesso pane per noi, nell'Eucaristia.

Questo pane che invociamo non è “mio”, ma “nostro” perché richiede la responsabilità di ognuno e la condivisione con chi non ne ha.

Dio, ti domandiamo il pane “quotidiano”, cioè il pane essenziale, il pane necessario ed indispensabile per la vita nostra e di quella degli altri: non di più, non di meno, ma quello che è giusto.

Allontana da noi la tentazione dell'ingordigia e dell'egoismo e suscita nei nostri cuori la generosità, la fratellanza, la condivisione, indispensabili per affrontare le situazioni di disagio, di povertà e di indigenza che bussano alle porte dei nostri cuori e domandano il pane della giustizia e della carità.

*Quando dico
**DACCI OGGI IL
NOSTRO PANE
QUOTIDIANO ...**
voglio spezzare il mio
tempo, le mie risorse, il
mio cuore per chi è nel
bisogno.*

Padre nostro rimetti a noi i nostri debiti come noi li rimettiamo ai nostri debitori

Gesù guarisce un paralitico

Gesù entrò di nuovo a Cafarnao dopo alcuni giorni. Si seppe che era in casa e si radunarono tante persone, da non esserci più posto neanche davanti alla porta, ed egli annunciava loro la parola. Si recarono da lui con un paralitico portato da quattro persone. 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. Gesù, vista la loro fede, disse al paralitico: «Figliolo, ti sono rimessi i tuoi peccati». Seduti là erano alcuni scribi che pensavano in

cuor loro: «Perché costui parla così? Bestemmia! Chi può rimettere i peccati se non Dio solo?». Ma Gesù, avendo subito conosciuto nel suo spirito che così pensavano tra sé, disse loro: «Perché pensate così nei vostri cuori? Che cosa è più facile: dire al paralitico: Ti sono rimessi i peccati, o dire: Alzati, prendi il tuo lettuccio e cammina? Ora, perché sappiate che il Figlio dell'uomo ha il potere sulla terra di rimettere i peccati, ti ordino - disse al paralitico - alzati, prendi il tuo lettuccio e va' a casa tua». 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!». Mc 2, 1-12

Tu, o Dio, perdoni sempre e sei sempre pronto ad accoglierci nella tua casa dopo ogni fuga. Ciò nonostante le nostre fughe (i nostri peccati) non siano solo un'offesa nei tuoi confronti, ma anche un'infedeltà al patto di amicizia che Tu hai stretto con ognuno di noi. La tua misericordia è sempre più grande dei nostri peccati e supera le nostre mancanze.

Nello stesso tempo, questi peccati (debiti) non sono strettamente personali, ma diventano “nostri”, di tutti gli uomini, perché disturbano o bloccano la fraternità universale. Ecco perché ci chiedi un gesto concreto, sincero e visibile di pentimento attraverso il sacramento della riconciliazione. L'abbraccio del tuo perdona è inoltre la radice del nostro perdono agli altri. Tu, o Dio, pensi a noi come ad una grande famiglia, composta da persone che si vogliono bene. Sai che la cosa più importante di cui abbiamo bisogno è la capacità di perdonarci gli uni gli altri e ci insegni a chiederla dopo il pane quotidiano, perché ne abbiamo bisogno come del cibo. Aiutaci ad imparare a perdonare come perdoni Tu, senza risentimento, senza rancore.

*Quando dico
**RIMETTI A NOI I
NOSTRI DEBITI ...**
voglio partire dal tuo
abbraccio per portare il
tuo perdono a chi ha
sbagliato.*

Padre nostro non ci indurre in tentazione

Caro Gesù, siamo sempre tentati di vivere senza di Te, di amare molto di più le cose materiali (soldi, giochi, sport...) e di metterle al primo posto nella scala dei nostri valori. Rischiamo di diventare un popolo dal cuore spento e dai pugni chiusi (chiusi nel tentativo di stringere ciò che crediamo indispensabile e che invece è inutile).

Aiutaci, Signore, a non lasciarci attrarre da queste vane illusioni di felicità. Siamo consapevoli di quanto la tentazione sia presente in noi e fuori di noi, derivante dalla nostra debolezza e dal male che ci circonda, ma sappiamo anche che la tentazione non è mai superiore alle nostre forze. Solo confidando e pregando Te ne usciremo sempre vincitori!

Fra le tante tentazioni, occupa un posto di rilievo il richiamo del "dio denaro". Fa, o Padre, che ognuno di noi non scordi mai che con il denaro possiamo comperare:

- | | |
|------------------|----------------|
| - il letto | - ma non |
| - i libri | - ma non |
| - il cibo | - ma non |
| - gli ornamenti | - ma non |
| - una casa | - ma non |
| - le medicine | - ma non |
| - i giochi | - ma non |
| - i divertimenti | - ma non |
| - un crocifisso | - ma non |
| - una chiesa | - ma non |

Quando dico
**NON CI INDURRE
IN TENTAZIONE ...**
voglio inginocchiarmi e
lasciarti parlare.

L'unica ricchezza che nessuno potrà mai rubarci è quella che è dentro di noi e che possiamo regalare senza che diminuisca mai.

Padre nostro liberaci dal male

Gesù, Tu sei lo specchio di Dio, la Sua immagine vera.
Se ascoltiamo le Tue parole e facciamo come Tui ci ha insegnato, sapremo vincere sempre sul male.

Dio, aiutaci ad accogliere e accettare i valori evangelici, in particolare a fissare lo sguardo sulla croce e sul sepolcro vuoti, simboli che ci ricordano la vittoria di Gesù sulla morte, sul peccato, sul male.

Quando dico
LIBERACI DAL MALE ...
voglio accettare le prove e
chiamarti come mio alleato.

Padre nostro, che ci vuoi bene, le parole di questa preghiera sono un messaggio di Gesù che ci rivela il segreto della sua vita e siccome non vogliamo che siano solo parole al vento, diciamo "AMEN" cioè "Così sia".

Perché questa preghiera diventi anche il segreto delle nostre vite, te la diremo quando siamo felici e quando siamo preoccupati. Siamo certi/e che nel silenzio Tu ci risponderai sempre.

Rifletto ...

Padre Nostro

Dal Vangelo di Luca 15, 11-32

«Un uomo aveva due figli. Il più giovane dei due disse al padre: «Padre, dammi la parte di patrimonio che mi spetta». Ed egli divise tra loro le sue sostanze. Pochi giorni dopo, il figlio più giovane, raccolte tutte le sue cose, partì per un paese lontano e là sperperò il suo patrimonio vivendo in modo dissoluto. Quando ebbe speso tutto, sopraggiunse in quel paese una grande carestia ed egli cominciò a trovarsi nel bisogno. Allora andò a mettersi al servizio di uno degli abitanti di quella regione, che lo mandò nei suoi campi a pascolare i porci. Avrebbe voluto saziarsi con le carrube di cui si nutrivano i porci; ma nessuno gli dava nulla. Allora ritornò in sé e disse: «Quanti salariati di mio padre hanno pane in abbondanza e io qui muoio di fame! Mi alzerò, andrò da mio padre e gli dirò: Padre, ho peccato verso il Cielo e davanti a te; non sono più degno di essere chiamato tuo figlio. Trattami come uno dei tuoi salariati». Si alzò e tornò da suo padre.

Quando era ancora lontano, suo padre lo vide, ebbe compassione, gli corse incontro, gli si gettò al collo e lo baciò. Il figlio gli disse: «Padre, ho peccato verso il Cielo e davanti a te; non sono più degno di essere chiamato tuo figlio». Ma il padre disse ai servi: «Presto, portate qui il vestito più bello e fateglielo indossare, mettetegli l'anello al dito e i sandali ai piedi. Prendete il vitello grasso, ammazzatelo, mangiamo e facciamo festa, perché questo mio figlio era morto ed è tornato in vita, era perduto ed è stato ritrovato». E cominciarono a far festa.

Il figlio maggiore si trovava nei campi. Al ritorno, quando fu vicino a casa, udì la musica e le danze; chiamò uno dei servi e gli domandò che cosa fosse tutto questo. Quello gli rispose: «Tuo fratello è qui e tuo padre ha fatto ammazzare il vitello grasso, perché lo ha riavuto sano e salvo». Egli si indignò, e non voleva entrare. Suo padre allora uscì a supplicarlo. Ma egli rispose a suo padre: «Ecco, io ti servo da tanti anni e non ho mai disobbedito a un tuo comando, e tu non mi hai mai dato un capretto per far festa con i miei amici. Ma ora che è tornato questo tuo figlio, il quale ha divorato le tue sostanze con le prostitute, per lui hai ammazzato il vitello grasso». Gli rispose il padre: «Figlio, tu sei sempre con me e tutto ciò che è mio è tuo; ma bisognava far festa e rallegrarsi, perché questo tuo fratello era morto ed è tornato in vita, era perduto ed è stato ritrovato».

Ho fiducia in questo padre che mi aspetta sempre a braccia aperte?
Sono capace di riconoscere i miei errori e di corrergli incontro?

Venga il tuo regno

Dal Vangelo di Luca 22, 25-27

Egli disse: «I re delle nazioni le governano, e coloro che hanno potere su di esse sono chiamati benefattori. Voi però non fate così; ma chi tra voi è il più grande diventi come il più piccolo, e chi governa diventi come colui che serve. Infatti chi è più grande: chi sta a tavola o chi serve? Non è forse colui che sta a tavola? Eppure io sto in mezzo a voi come colui che serve.

Ho avuto anch'io occasione di farmi servitore di qualcuno?
In quale circostanza è successo e cosa ho provato?

Sia fatta la tua volontà

Dal Vangelo di Matteo 26, 36-39

Allora Gesù andò con loro in un podere, chiamato Getsèmani, e disse ai discepoli: «Sedetevi qui, mentre io vado là a pregare». E, presi con sé Pietro e i due figli di Zebedeo, cominciò a provare tristezza e angoscia. E disse loro: «*La mia anima è triste* fino alla morte; restate qui e vegliate con me». Andò un poco più avanti, cadde faccia a terra e pregava, dicendo: «Padre mio, se è possibile, passi via da me questo calice! Però non come voglio io, ma come vuoi tu!».

Mi sono già piegato a compiere la volontà di qualcuno? Come mi sono sentito dopo?
Risentito, arrabbiato o inaspettatamente soddisfatto?

Dacci oggi il nostro pane quotidiano

Letture: 1 Giovanni 4, 19-21

Noi amiamo perché egli ci ha amati per primo. Se uno dice: «Io amo Dio» e odia suo fratello, è un bugiardo. Chi infatti non ama il proprio fratello che vede, non può amare Dio che non vede. E questo è il comandamento che abbiamo da lui: chi ama Dio, ami anche suo fratello.

Ho pensieri o compio opere di solidarietà? Qualche volta, spesso o mai?

Rimetti a noi i nostri debiti come noi li rimettiamo ai nostri debitori

Dal Vangelo di Matteo 5, 23-24

Se dunque tu presenti la tua offerta all'altare e lì ti ricordi che tuo fratello ha qualche cosa contro di te, lascia lì il tuo dono davanti all'altare, va' prima a riconciliarti con il tuo fratello e poi torna a offrire il tuo dono.

Sono disposto a perdonare, cioè a non serbare rancore, quando qualcuno mi ha offeso o trattato male senza motivo? Mi è successo, viceversa, di essere perdonato da qualcuno che avevo offeso? Cosa ho provato?

Non ci indurre in tentazione

Dal Vangelo di Matteo 6, 5-17

E quando pregate, non siate simili agli ipocriti che, nelle sinagoghe e negli angoli delle piazze, amano pregare stando ritti, per essere visti dalla gente. In verità io vi dico: hanno già ricevuto la loro ricompensa. Invece, quando tu preghi, entra nella tua camera, chiudi la porta e prega il Padre tuo, che è nel segreto; e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà.

Pregando, non sprecate parole come i pagani: essi credono di venire ascoltati a forza di parole. Non siate dunque come loro, perché il Padre vostro sa di quali cose avete bisogno prima ancora che gliele chiediate. Voi dunque pregate così: *Padre nostro che sei nei cieli ...*

Se voi infatti perdonerete agli altri le loro colpe, il Padre vostro che è nei cieli perdonerà anche a voi; ma se voi non perdonerete agli altri, neppure il Padre vostro perdonerà le vostre colpe.

E quando digiunate, non diventate malinconici come gli ipocriti, che assumono un'aria disfatta per far vedere agli altri che digiunano. In verità io vi dico: hanno già ricevuto la loro ricompensa. Invece, quando tu digiuni, profumati la testa e lavati il volto...

Sono tentato di non pensare più a Dio nelle mie giornate? Quando mi accorgo di averlo fatto, come reagisco?

Liberaci dal male

Dal Vangelo di Matteo 4, 1-11

Allora Gesù fu condotto dallo Spirito nel deserto, per essere tentato dal diavolo. Dopo aver digiunato quaranta giorni e quaranta notti, alla fine ebbe fame. Il tentatore gli si avvicinò e gli disse: «Se tu sei Figlio di Dio, di' che queste pietre diventino pane». Ma egli rispose: «Sta scritto: *Non di solo pane vivrà l'uomo, ma di ogni parola che esce dalla bocca di Dio*». Allora il diavolo lo portò nella città santa, lo pose sul punto più alto del tempio e gli disse: «Se tu sei Figlio di Dio, gèttati giù; sta scritto infatti: *Ai suoi angeli darà ordini a tuo riguardo ed essi ti porteranno sulle loro mani perché il tuo piede non inciampi in una pietra*». Gesù gli rispose: «Sta scritto anche: *Non metterai alla prova il Signore Dio tuo*». Di nuovo il diavolo lo portò sopra un monte altissimo e gli mostrò tutti i regni del mondo e la loro gloria e gli disse: «Tutte queste cose io ti darò se, gettandoti ai miei piedi, mi adorerai». Allora Gesù gli rispose: «Vattene, Satana! Sta scritto infatti: *Il Signore, Dio tuo, adorerai: a lui solo renderai culto*». Allora il diavolo lo lasciò, ed ecco, degli angeli gli si avvicinarono e lo servivano.

Mi accorgo di essere tentato? Come reagisco?

Il Padre Nostro è uno stile di vita

*Non posso dire **PADRE**,
se non mi comporto da figlio.
Non posso dire **NOSTRO**,
se vivo chiuso nel mio egoismo.
Non posso dire **CHE SEI NEI CIELI**,
se mi preoccupo solo delle cose della terra.
Non posso dire **SIA SANTIFICATO IL TUO NOME**,
se non ti onoro e non ti amo.
Non posso dire **VENGA IL TUO REGNO**,
se penso solo ai miei interessi.
Non posso dire **SIA FATTA LA TUA VOLONTA'**,
se non l'accetto quando è dolorosa.
Non posso dire **DACCI OGGI IL NOSTRO PANE**,
se non mi importa di chi ha fame.
Non posso dire **RIMETTI A NOI I NOSTRI DEBITI**,
se non sono disposto a perdonare gli altri.
Non posso dire **NON CI INDURRE IN TENTAZIONE**,
se ho intenzione di continuare a peccare.
Non posso dire **LIBERACI DAL MALE**,
se non mi oppongo ad esso.
Non posso dire **AMEN**,
se non prendo sul serio le parole
della meravigliosa preghiera che Gesù ci ha lasciato.*

PADRE NOSTRO

Padre nostro ...

Così ti invochiamo al mattino, alla sera,
alla domenica in chiesa e in tante altre occasioni.
Ma troppo spesso dicendoti «nostro»
non facciamo altro che dire: «mio».

Ti vorremmo soltanto per noi,
tutt'al più per gli amici e i parenti.
Ti vorremmo tutto per noi, al nostro servizio.

Ma tu sei «nostro», di tutti, dei più lontani, dei più diversi;
anche di quelli che non ti pregano mai
oppure che dicono che non ci sei.

Sei «nostro», sei di tutti:
di quelli che ti cercano per non sentirsi orfani
e si danno la mano.
Di quelli che vogliono essere orfani
e se ne stanno isolati.

Che sei nei cieli ...

Se ti cerchiamo lassù, sulle nuvole,
non riusciamo a vederti.
Ma se abbassiamo gli occhi ti troviamo dappertutto,
perché i cieli dove tu abiti sono qui tra di noi:
nell'amico allegro, nel timido, nel silenzioso,
in quello prepotente e antipatico.

I tuoi cieli sono dovunque:
a scuola e nello stadio, nei bar, nei viali,
nei bus e nelle metropolitane, nei vicoli oscuri
dove si raccolgono i drogati,
nella gente in preghiera sotto le arcate della chiesa.
Dove c'è tuo figlio, dove c'è uno di noi, là ci sei tu.
Lì sono i tuoi cieli. Lì dobbiamo cercarti.

Sia santificato il tuo nome ...

Come possiamo dare gloria al tuo nome,
noi che non abbiamo niente?
Padre, noi non possiamo darti nulla.
Però possiamo accoglierti,
possiamo farci radunare da te,
possiamo diventare più figli e più fratelli.
E' così che possiamo glorificarti.
Noi santifichiamo il tuo nome
Quando non ci chiudiamo nell'egoismo,
quando non soffochiamo gli altri
con pretese e richieste.

Quando creiamo pace tra noi.
Quando non sciupiamo il tempo e le qualità che ci hai dato.
Noi santifichiamo il tuo nome quando facciamo risplendere
ovunque la tua presenza con la nostra vita buona e bella.

Venga il tuo regno ...

Tu non cerchi un regno per te: tutto è già tuo.
Tu vuoi che il tuo regno di pace si instauri tra di noi:
nelle case, nei palazzi, nelle strade,
dovunque i tuoi figli e le tue figlie
si incontrano, lavorano, vivono.
Tu vuoi che il tuo regno di giustizia cresca tra noi:
nelle fabbriche, nei governi, nei paesi del Terzo Mondo.
Tu vuoi che il tuo regno di verità si estenda tra noi:
nelle famiglie, nella scuola, nei gruppi ... nel mondo.

Sia fatta la tua volontà come in cielo così in terra ...

Il tuo cielo non è lassù dove non riusciremmo a vederlo.
Il tuo cielo è qui dove tu sei tutto in tutti,
e dove tutti sono uno in te.
La tua volontà che chiediamo sia fatta
è che la terra diventi come il cielo,

dove ogni barriera scompare
tra maschi e femmine, bianchi e neri,
poveri e ricchi, piccoli e grandi;
dove la verità e la giustizia si incontrano e si abbracciano,
dove l'amore vince l'egoismo.

Dacci oggi il nostro pane quotidiano ...

Dacci oggi, ogni giorno, il vero pane.
Dona a tutti la gioia di cantarti per la vita,
che hai loro donato.
Dona a tutti di essere entusiasti di stare sulla terra.
Dona lavoro sicuro ai disoccupati,
assistenza e amicizia agli anziani,
capacità di dialogo ai genitori e ai figli.
Sostieni i malati, i poveri, i deboli.
Dona a tutti la convinzione
che non si può vivere da soli.
Dona a tutti di riconoscersi figli e fratelli.

Rimetti a noi i nostri debiti

come noi li rimettiamo ai nostri debitori ...

Tu ci perdoni sempre.
Sempre ci dai la possibilità di essere nuovi
e di ricominciare da capo.
Perciò anche noi dobbiamo perdonare
agli amici che ci offendono,
a quelli che parlano male di noi,
a quelli che non mantengono
gli impegni presi insieme.

Tu ci perdoni sempre perciò nessuno deve mai
«chiudere» con un fratello.
Mai disperare che il bene la spunti sul male.
Tu ci perdoni sempre e non ti stanchi mai di noi.
Perciò non dobbiamo mai stancarci
di ricominciare, di ridare fiducia
a noi stessi e a chi cammina con noi.

E non ci indurre in tentazione

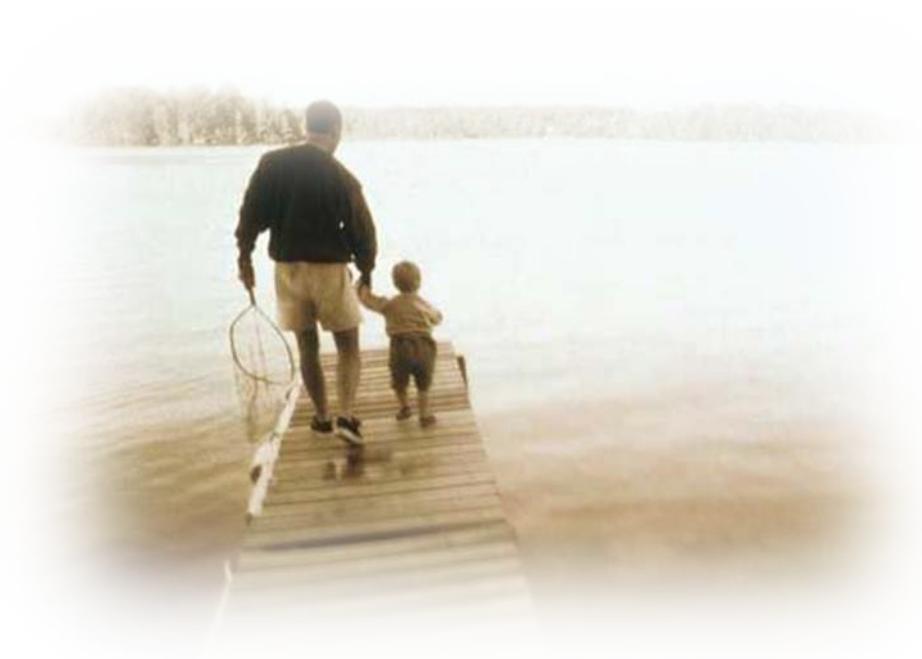
ma liberaci dal male ...

Padre, non ci abbandonare nei momenti difficili;
non darci mai motivo di credere che ci hai lasciati soli.
Non farci mai pensare
che il male è più forte del bene;
che ci si può arrendere alle ingiustizie,
alla violenza, alla falsità.
Liberaci dalla voglia di dire:
«Non me ne importa!»
«Sarà sempre così!»
«Ci penserò qualcun altro!»

Donaci la volontà e la forza
di provare ogni giorno
a essere sempre di più e sempre meglio
fratelli e sorelle: tuoi figli.
Amen!

Al termine di questa preghiera
che Gesù ci ha insegnato,
Padre, voglio dirti un «Amen»
consapevole, responsabile, generoso.
Voglio dirti un «Amen»
che sia una promessa, un progetto,
una parola d'onore.

«Amen», Padre.
Il mio impegno è diventare
sempre di più tuo figlio e fratello di tutti i tuoi figli.
Padre: «Amen!»



La vera preghiera "Il Pater"	La parola di Dio ci rivela "l'amore del Padre"
<i>"Padre nostro"</i>	"Figlio mio,
<i>"che sei nei cieli",</i>	Io ti amo
<i>"sia santificato il tuo nome;</i>	Gioisci perché il tuo nome è scritto nei cieli
<i>"venga il tuo regno";</i>	il mio Regno è per te
<i>"sia fatta la tua volontà,</i>	Ti voglio bene e voglio il tuo bene
<i>"come in cielo così in terra".</i>	non temere, so di cosa ha bisogno
<i>"Dacci oggi il nostro pane quotidiano",</i>	e mi prendo cura di te
<i>"e rimetti a noi i nostri debiti"</i>	Io perdono tutte le tue colpe
<i>"come noi li rimettiamo ai nostri debitori",</i>	e metto pace nel tuo cuore
<i>"e non ci indurre in tentazione",</i>	Ti rendo forte, vengo in tuo aiuto
<i>"ma liberaci dal male". AMEN.</i>	e ti libero dal male". AMEN.

PADRE NOSTRO

(Machetta)

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.



Donaci il pane quotidiano,
perdona i nostri peccati,
e insegnaci la forza del perdono,
aiutaci a vincere gli assalti del male



Padre nostro che sei nei cieli,
sia santificato il tuo nome,
venga il tuo regno

PADRE NOSTRO CHE TU STAI

Padre Nostro, tu che stai in chi ama la Verità.
Ed il Regno che Lui ci lasciò
venga presto nel nostro cuor.
E l'amore che Suo Figlio ci donò, o Signor,
rimanga sempre in noi.



E nel pane dell'unità dacci la fraternità.
E dimentica il nostro mal
che anche noi sappiamo perdonar.
Non permetter che cadiamo in tentazion, o Signor,
abbi pietà del mondo.

recitato: Padre nostro, che sei nei cieli ...



E nel pane dell'unità dacci la fraternità.
E dimentica il nostro mal
che anche noi sappiamo perdonar.
Non permetter che cadiamo in tentazion, o Signor,
abbi pietà del mondo.