

COMUNITA' CRISTIANA DI BASE
DI PINEROLO

PREGHIERE
EUCARISTICHE

vol. 2°

Associazione Viottoli
via Martiri del XXI, 86 - 10064 Pinerolo (To) - tel. 370 1115649
<http://viottoli.ubivis.org> - e-mail: viottoli@gmail.com

INTRODUZIONE

L'eucarestia è lo specchio di come vive la comunità: uno spazio aperto, dove si può incontrare gioia, dolore, accoglienza, condivisione, possibilità/rischio di mettersi in discussione, confronto..., nella piena convivialità di tutte le differenze. Dove non ci si deve esentare dal fare i conti con i nostri limiti, ma dove riconoscere e ricordare i molti doni che Dio ci ha fatto e ci fa, la gioia e la consapevolezza di aver bisogno d'essere insieme, non per intraprendere vittoriose crociate, ma per la bellezza della compagnia, per la gioia che dà il camminare tra fratelli e sorelle, cercando di muovere i nostri timidi passi sulla strada tracciata da Gesù.

La bellezza e la gioia del ritrovarsi nella celebrazione di Dio e nel ricordo della vita e delle scelte di Gesù non è solo una manifestazione liturgica, pure se molto partecipata, fine a se stessa. E' uno dei momenti, forse il più importante e significativo, nei quali la nostra comunità di base ha, tra le altre cose, l'opportunità di fare il punto sul suo cammino.

Cammino di vita

Riflettere sul ruolo delle celebrazioni eucaristiche nel cammino della comunità cristiana di base di Pinerolo significa ripercorrerne la storia: tutta la vita della comunità è cadenzata dagli incontri domenicali e dalle letture bibliche nei gruppi settimanali.

Essendo la domenica (purtroppo non per tutti e tutte) il giorno nel quale è più facile ritagliarsi un lasso di tempo relativamente ampio dagli impegni di lavoro, l'eucarestia diventa l'opportunità più ghiotta e realizzabile non solo per alimentarsi della Parola, ma, finita la celebrazione, confrontarsi, progettare, chiarire malintesi, talvolta pranzare insieme, ritagliare momenti per lo svago ed il divertimento. In altre parole, un momento creativo e corroborante.

Questo cammino ha significato, negli anni, riappropriarci di un gesto vissuto per troppo tempo, specialmente dai più anziani, come un compito appartenente alla casta sacerdotale; ha significato ripensare a questo gesto partendo dai testi evangelici e dall'esperienza delle prime comunità. L'eucarestia ha significato

una proposta di incontro con una celebrazione, attraverso il cammino interiore proprio di ciascuno e ciascuna, indispensabile a quell'adesione alla Parola di Dio che, pur tra mille infedeltà e dimenticanze, è diventata parte determinante della nostra vita.

La comunità ha iniziato a fare memoria viva e palpitante del gesto di Gesù, della sua vita e delle sue scelte, del suo essere icona, simbolo di Dio: memoria, cioè presenza viva di Dio nella vita di chi cerca di seguire la Sua parola e si ritrova nel Suo nome, con tutti i limiti che, come creature, abbiamo. Abbiamo usato e usiamo la parola memoria come riproposta di un evento che può ripetersi anche oggi, come gesto vivo e vivificante e non come un semplice ricordo di un fatto importante, ma ormai avvenuto nel passato. Questo può essere visto come cambiamento nel rapporto con l'eucarestia.

Anche l'espressione simbolica "questo è il mio corpo, questo è il mio sangue" ha un rimando molto concreto alla nostra vita. Se noi facciamo nostro lo stile di vita di Gesù, se lo facciamo penetrare nella nostra esistenza quotidiana, noi comunichiamo con Gesù stesso in profondità, come se ci nutrissimo di lui. Questo linguaggio ci invita a prendere sul serio le due caratteristiche che hanno contraddistinto il comportamento del maestro di Nazareth: la fiducia in Dio e la prassi di condivisione.

Specchio delle differenze

La pluralità di voci nel proclamare la Parola, nell'elaborare preghiere, canoni e canti nuovi, nel corso degli anni ha contribuito a rendere le nostre eucarestie meno tradizionali e canoniche e, insieme, fresche, partecipate e snelle, pur se non sempre brevi. Non sono mancati i periodi nei quali è stato necessario che alcuni/e "tirassero di più la carretta" e certo non ne mancheranno in futuro. Va però detto che mai si è avuta la sensazione di fare qualcosa di forzato e di men che gioioso, nonostante l'impegno profuso.

Abbiamo sempre cercato, nelle nostre eucarestie, di vivere, accanto alla lode e alla gioia, alla benedizione e alla festa, anche la sofferenza e il dolore, con la consapevolezza che non sono l'ultima parola: che la fede in Dio, la condivisione della Sua Parola e la vicinanza delle persone amiche e care possono, nel tempo, sanare ferite anche molto profonde.

Una caratteristica delle nostre celebrazioni eucaristiche è il loro dinamismo, dovuto al fatto di essere preparate a turno dai gruppi biblici settimanali. In

questa partecipazione attiva e corale emergono sempre più i cammini personali: ciascuno e ciascuna si gioca fino in fondo e questo, forse, diventa il luogo in cui siamo più noi stesse e noi stessi, esprimendoci con linguaggi e immaginari più fedeli ai nostri personali percorsi. La celebrazione, con il confronto, la preghiera e la condivisione, non si conclude fra le mura del luogo di preghiera, ma esce con noi, aiutandoci a cambiare il nostro modo di stare al mondo, le nostre relazioni e incidendo profondamente nelle nostre scelte quotidiane.

C'è un doppio movimento: la celebrazione cambia nella misura in cui noi cresciamo fuori, nella vita di tutti i giorni, ma anche la nostra vita cambia a partire proprio dall'incontro con le persone della comunità e con le loro riflessioni e dal nostro cercare di vivere in relazione costante con la Sorgente della vita e dell'amore. E questo cambiamento può avvenire solo a partire da sé: non possiamo cambiare gli altri, ma soltanto noi stessi e noi stesse, ricercando relazioni sempre più basate sull'accoglienza, il rispetto e la reciprocità, superando ogni gerarchia. Le differenze possono diventare ricchezza solo se non creano superiorità/inferiorità tra le persone, ma se valorizzano ogni persona per quello che è, pensa, dice, fa...

In questa ottica si capisce l'importanza che attribuiamo a questo momento comunitario, anche con la cura che poniamo nella sua preparazione: ad esempio il pane viene spesso fatto in casa, c'è chi porta dei fiori, chi una candela, chi pensa a un gesto simbolico, chi propone un canto nuovo, ecc... Ogni persona può portare un contributo, un pensiero, un gesto, una preghiera: questo viene accolto con gioia e rispetto da tutta la comunità. Cerchiamo dunque di non celebrare un rito imbrigliato in gesti e modi liturgici lontani nel tempo, che creano una barriera tra celebranti e partecipanti: allo stesso tempo tuttavia non deve essere "improvvisato", deve essere vicino al nostro vissuto, alle nostre gioie, alle speranze, alle sofferenze e alle angosce che ci accompagnano.

Proporre senza imporre, accogliere senza imbrigliare. E' così bello rispettare i percorsi altri dal nostro quando, pur attraverso strade e ricerche diverse, guardano verso lo stesso orizzonte! Anche per questo tutti i momenti che riguardano la vita e le celebrazioni comunitarie, eucarestia compresa, sono assolutamente aperti. Chiunque è benvenuto/a, da qualunque interesse sia animato/a. Non di rado succede di ricevere gemme preziose ed arricchimenti, per tutta la comunità, proprio da quelle persone alle quali la vita sembrava riservare solo fallimenti e difficoltà.

La condivisione è una parola che spesso usiamo senza andare a fondo del

suo significato. Nella celebrazione liturgica, nella memoria di Gesù che ha veramente condiviso tutto se stesso, questa parola rappresenta una proposta che può e deve sovvertire, cambiare tutta la nostra vita. La conversione non si può dire mai conclusa e in ogni momento siamo invitati a rivedere i nostri comportamenti, le nostre scelte. Condividere vuol anche significare accogliere e accoglierci.

L'accoglienza è un gesto che tutti/e sentiamo necessario; vogliamo essere accolti e accolte come siamo, nella nostra umanità e con i nostri limiti. E' quanto si cerca di fare. Accoglienza e condivisione: è lo spirito delle comunità primitive, che Paolo nella prima Lettera ai Corinzi descrive. Superare il pregiudizio di sentirci gli eletti o i primi della classe, anche perché siamo tutti e tutte uguali agli occhi di Dio. Sentirsi a casa propria, perché la casa di Dio è di tutti/e e tutti/e siamo amati/e pienamente...

La preghiera spontanea rappresenta l'unione con il mondo e le preghiere, suggerite dalle diverse sensibilità individuali, evidenziano di volta in volta temi come la pace, la giustizia, la libertà, la difesa dei diritti e fanno memoria di persone a cui ci lega l'amicizia, l'amore, la compassione...

Nelle celebrazioni tentiamo di far entrare la vita laica, quotidiana, di tutta la nostra settimana, per rituffarci nell'amore di Dio, nell'abbraccio caldo delle sorelle e dei fratelli e fare memoria viva di Gesù di Nazareth.

Questo mettere l'uno accanto all'altra una riflessione, un'esperienza, un progetto, una preghiera, un sorriso e una lacrima costituisce per noi "la cena del Signore", in cui Dio ci nutre alla scuola del nazareno, che torna a sedersi accanto a noi per dirci le parole della vita, della fiducia e dell'amore. E allora la Parola diventa nutriente e la compagnia calda e necessaria per proseguire il cammino, stimoli per la nostra conversione personale e comunitaria, per il superamento dell'egoismo, per capire più profondamente il messaggio delle Scritture.

Questo secondo volume...

Le preghiere eucaristiche che seguono sono nate nella nostra comunità cristiana di base negli ultimi 18 anni. Questa raccolta fa seguito al primo volume, pubblicato nel 1988; la sua caratteristica principale è quella di essere composta da canoni realizzati dai quattro gruppi di lettura biblica settimanali in occasione di feste, celebrazioni di Natale, Pasqua, matrimoni, convivenze... o domeniche qualunque. E' una raccolta molto parziale; non si tratta di preghiere "belle" o

"esemplari". Sono semplicemente i canoni che abbiamo composto e usato in comunità.

A turno, ogni settimana, uno dei gruppi biblici della comunità (oppure una persona singola, in talune ricorrenze) sceglie i testi biblici su cui svolgere la predicazione, prepara la predicazione stessa (a due, tre, quattro voci...) e costruisce tutta la celebrazione liturgica. Dopo la predicazione si lascia uno spazio consistente ai liberi interventi dei fratelli e delle sorelle. Si tratta di un momento per noi molto importante, in cui ci poniamo in ascolto reciproco davanti a Dio.

Dopo oltre trent'anni di percorso si è venuta ulteriormente accentuando, nelle nostre eucaristie, la *berakah*, cioè la dimensione della benedizione-lode-ringraziamento a Dio. Vorremmo che essa invadesse anche i giorni feriali. Uno dei connotati più vistosi di queste nostre preghiere è dunque la nostra benedizione al Signore: benedire Dio si intreccia profondamente con il nostro liberarci e liberare... è qualcosa che ci fiorisce dentro continuamente, adagio adagio, nonostante tutte le miserie, le violenze, le mediocrità, le assurdità con cui facciamo i conti molto concretamente ogni giorno, dentro e fuori di noi. Quanto più si diventa laici nel nostro agire tanto più avvertiamo l'esigenza di alimentare le sorgenti della preghiera. Proprio quando ci si congeda dallo spiritualismo diventa più importante e urgente costruirsi una spiritualità, darsi uno spessore spirituale.

Le nostre eucarestie ci legano molto alla vita quotidiana. L'emozione non è fatta per fuggire dalla terra, ma per abitarla con maggiore consapevolezza e per accogliere i nostri giorni con la felicità di cui sono portatori e con le difficoltà che stanno dentro il tessuto della vita politica, sociale, personale. Come la donna di Samaria, veniamo ad attingere acqua al pozzo per poi averne per noi, per gli altri e le altre nei giorni altalenanti delle nostre settimane.

Ma c'è qualcos'altro ancora: perché non portare anche noi, attorno alla mensa di Gesù, qualche profumo prezioso, che invada e contagi positivamente la vita dei nostri fratelli e delle nostre sorelle, come condivisione delle gioie e delle speranze che, come nardo preziosissimo, Dio depone nei nostri cuori? La condivisione, sotto gli occhi appassionati di Dio, non finisce mai. Vogliamo lasciare a Dio la libertà di lavorare nei nostri cuori?

“Tu che leggi queste nostre semplici preghiere sappi che per noi esse hanno rappresentato molto nel nostro cammino. Pensiamo, oggi più di ieri, che, senza

attingere alla sorgente delle Scritture e senza “benedire” coralmemente quel Dio di cui esse ci danno testimonianza, la nostra vita non avrebbe né senso né speranza. È per noi “fonte di vita” questo spezzare insieme il pane e la Parola in memoria di Gesù. È proprio questa memoria di Gesù che vogliamo tener viva e rendere operante nella nostra vita quotidiana. Queste “celebrazioni” non sono dei modelli, ma semplicemente dei “modi” (tra i mille e mille possibili) con cui dei discepoli e delle discepole di Gesù esprimono la loro fede”.

La redazione di Viottoli

Pinerolo, 24 marzo 2006

P.	chi presiede la celebrazione
G.	guida
L.	lettore/lettrice
1.	voce (o coro) uno
2.	voce (o coro) due
T.	tutti e tutte

IL MARTELLO, LA PIETRA, IL RICINO

P. Eccoci ancora qui, come mille altre volte. Venuti/e anche oggi da strade diverse, ma animati dallo stesso desiderio: avvicinare i nostri cuori, guardare insieme verso il Cielo, lodare la Sorgente delle nostre vite e poi...riprendere il cammino rinvigoriti/e nella fiducia. E siamo qui davanti a Te, o Dio, anche per deporre qualche pena pesante come un sasso, per riconfermarci nella fiducia che Tu lo porterai con noi, per approfondire la certezza di averTi compagno dei nostri giorni, nella gioia e nel dolore.

CANTO

L. “Come il bambino riceve il pane,
come l’uccellino riceve l’aria e il grano,
come l’amico riceve l’amico,
come la notte riceve l’aurora e il sole del mattino,
come la terra riceve il seme,
come la linfa sale alle fronde
e porta frutto, così , o Signore,
dacci di accogliere la Tua Parola”. (da “Quaderno CEVAA", pag 83)

CANTO

LETTURE BIBLICHE

PREDICAZIONE E LIBERI INTERVENTI

CANTO

1. Non è forse la Tua Parola, o Dio,
come fuoco che fa ardere e riscalda?
Forse la Tua Parola non è anche
come un martello che frantuma la roccia?
2. Quando Tu dici una parola, una sola,

noi ne udiamo due, tre, mille...
perché, se percuotiamo la pietra dei testi antichi,
Tu ci regali infinite scintille di luce.

L. Questo comando che oggi ti ordino non è troppo alto per te, né troppo lontano da te. Non è nel cielo, perché tu dica: "Chi salirà per noi in cielo, per prendercelo e farcelo udire sì che lo possiamo eseguire?". Non è di là dal mare, perché tu dica: "Chi attraverserà per noi il mare per prendercelo e farcelo udire sì che lo possiamo eseguire?". Anzi, questa parola è molto vicina a te, è nella tua bocca e nel tuo cuore, perché tu la metta in pratica (Deuteronomio 30,11-14).

1. Tu ci conduci verso la sapienza più profonda:
non è importante aver chiarito ogni cosa.
La Tua Parola non è il faro che elimina ogni dubbio,
che dissipa ogni tenebra e dilegua ogni incertezza.

2. Ma con essa Tu porti nei nostri cuori
una fiamma e ci inviti a tenerla accesa.
Tu sei il Dio che ci avvolge nel Suo amore;
ci coinvolgi nel sogno di un mondo di giustizia.

G. Ma il sogno, ci insegna, ha bisogno di piccoli passi.
Come fare perché lo zoppo salti come un cervo?
Come fare perché il muto gridi di gioia?
Come fare perché il deserto diventi terra feconda?

T. O Dio, Ti sei avvicinato a noi nella persona dell'artigiano di Nazareth. Noi guardiamo a lui, fissiamo il nostro sguardo su di lui, perché nella sua esistenza quotidiana egli fece posto al Tuo sogno e tentò di realizzarlo con tutte le sue forze. E quando, come oggi, compiamo insieme, davanti a Te, Dio della vita, la memoria dell'ultimo pasto che Gesù mangiò con i suoi amici e le sue amiche, diventiamo più consapevoli del significato di quel pane e di quel vino condivisi. "Prendete e mangiate: fate questo per non dimenticarvi di me..." "Prendete e bevete: questo vi serva per ricordarvi di me, della mia vita, del sogno di Dio che ho cercato di vivere".

1. Qui davanti a Te, o Dio di tutta la creazione,
noi vogliamo fare nostro il cammino di Gesù.
Ci diamo la mano perché spesso la strada sale
e sovente le nostre forze scendono.

2. Da questa mensa sgorga per ciascuno/a di noi
non la forza magica dei giganti,
ma la voglia, umile ed insieme audace,
di vivere coinvolti/e sulla strada di Gesù.

1. Noi siamo semplicemente quello che siamo,
uomini e donne di questo tempo difficile;
anche noi ricchi/e di ambiguità e pigrizie,
lenti nell'aprire i nostri cuori e le nostre mani.

2. Eppure è così bello, così vivificante, o Dio,
porre i nostri giorni e tutti i nostri anni,
ogni momento della nostra vita, davanti a Te,
perché Tu tutto accogli, raccogli, valorizzi.

T. O Dio, non fare lo spettatore
in questo mondo pieno di guerre.
Non possiamo chiederTi
di essere un Dio interventista.
Ci basterà sapere che non sei un Dio usabile
per metterci gli uni contro le altre.
Se Tu ci accompagni nel gustare le gioie
e nell'affrontare le lotte,
qualche pezzo di deserto diventerà un giardino.

1. Il Tuo nome sia sulle nostre labbra e nei nostri cuori,
Dio che ami ogni creatura.

2. La Tua parola non ci dia tregua quando,
come Giona, "fuggiamo dalla città"
per dormire all'ombra del ricino.

P. CONDIVISIONE DEL PANE

CANTO

PREGHIERE SPONTANEE

CANTO

AVVISI

BENEDIZIONE FINALE

G. Che il vento nei vostri capelli
vi porti il palpitare della vita.

1. Che i vostri piedi lascino nella polvere
orme di speranza.

2. Che nell'oscurità
voi udiate battere il cuore del prossimo.

1. Che le vostre mani si protendano
come porte che si aprono.

2. Che le vostre bocche trasmettano
quanto vi è stato dato di ricevere.

1. Che le vostre orecchie colgano
quello che le parole dicono solo a metà.

T. E che l'amore del Signore ci accompagni
anche là dove non vorremmo andare.

PER FAR NASCERE UNA ROSA

P. Eccoci: è un dono trovarci, stare insieme sotto lo sguardo di Dio. Non è un precetto, non è un'abitudine che ci riunisce qui. Vogliamo insieme benedire Dio e cercare i sentieri della Sua volontà.

CANTO

L. Ho detto all'angelo che presiedeva la porta dell'anno:
"Dammi, ti prego, una lampada
affinché con passo sicuro
possa andare incontro all'ignoto".
Ma l'angelo mi ha risposto:
"Va' pure nell'oscurità e metti la tua mano
nella mano di Dio.
Questo è meglio di una lampada
e più sicuro di una via conosciuta". (AA.VV., *Spalanca la finestra*, Torre Pellice 2002)

CANTO

L. Figlio mio, figlia mia,
non fuggire mai da questo mondo
con tutte le sue assurdità e le sue sofferenze.
Fuori non troverai che illusione,
lo specchio dei tuoi e altrui egoismi.
Pianta degli alberi, abbraccia con amore,
piangi, sorridi e canta...
e non dimenticarti di innaffiare i fiori
perché ci sia più profumo nel mondo.

G. Ora ascoltiamo le letture bibliche. Ci aiuti il Dio di Gesù a cogliere la Sua parola tra le parole umane della Bibbia.

PREDICAZIONE E LIBERI INTERVENTI

CANTO

T. Dio del cielo e di tutte le terre,

aiutaci a camminare nel vento della vita
con la spensieratezza del passero che fa il nido,
senza pensare che giungerà l'autunno.

1. Prima che i nostri occhi Ti cercassero,
Tu sei venuto verso di noi in mille modi.
Prima che le nostre labbra Ti invocassero,
Tu hai depresso nei nostri cuori la Tua parola.

2. Apri ogni giorno il nostro cuore
a questo mistero di amore che ci avvolge.
Tu ci hai amato per primo
e ci doni anche oggi la forza d'amare.

1. Tu semini nel cuore della nostra vita
la speranza di una creazione liberata
da ogni violenza e da ogni discriminazione.

2. Sei il Dio che danza le nostre gioie,
che cammina con noi nei nostri "viaggi" della vita.
Donaci il latte nutriente della Tua parola.

G. Gesù era a tavola con i suoi amici e le sue amiche. Egli era ben consapevole della congiura che si stava organizzando contro di lui e il suo cuore faceva i conti con la paura. Voleva lasciare ai suoi amici e alle sue amiche, in quella sera e in quella cena di intimità, qualcosa di più di un ricordo, di un segno.

T. Sulla mensa c'erano pane e vino. Gesù alzò gli occhi al cielo come spesso faceva nei giorni della sua vita e, dopo aver benedetto il nome santo di Dio, prese il pane, lo spezzò, lo divise dicendo: "Prendete e mangiate. Questo pane condiviso sia per voi il segno della mia vita. Quando farete questo, lo farete in memoria di me, di ciò che ho fatto e detto". Poi prese la coppa del vino e disse: "Questo calice sia per voi il segno di un'amicizia che Dio continuamente rinnova con tutta l'umanità, con tutto il creato".

1. Mantieni vivo in noi, nel più profondo di noi,
il Tuo insegnamento per un un mondo di giustizia.
Possa il ricordo di Gesù scaldare i nostri cuori
e sospingerci nella conoscenza di tutti e tutte coloro

che cercano giustizia, tenerezza e pace.

2. Sussurra al nostro orecchio parole nuove,
Tu che sei il Dio sempre sorgivo di vita!
Soprattutto falle penetrare nel nostro cuore di pietra,
perché fioriscano le scelte e le opere di Gesù
anche nella nostra esistenza di tutti i giorni.

CANTO

P. PREGHIERA E INVITO ALLA COMUNIONE

CANTO

PREGHIERA SPONTANEA

CANTO

AVVISI

CANTO

G. Fratello, sorella:
vigiliamo perché non succeda anche a noi
quello che avvenne a Nabal: “Il cuore gli morì dentro e divenne di pietra”.

CANTO

P. Saluto finale

UN PASSO DOPO L'ALTRO

P. Saluto all'assemblea e invito al silenzio

G. Che bello rivederci per “costruire” insieme questa celebrazione di lode a Dio, per confrontarci, per ascoltarci, per crescere nella fede e nelle nostre relazioni. Noi arriviamo qui con le nostre gioie, con le nostre lacrime, con le nostre fatiche, con i nostri affanni, con i nostri affetti, le nostre speranze e i nostri progetti. Mettiamo tutto davanti a Dio.

CANTO

1. O Dio, io guardo con fiducia verso di Te.
Anch'io “corro” verso la Tua parola,
come la cerva anela ai corsi di acqua.

2. Liberami dalle funicelle delle mie illusioni
e, soprattutto, riscalda il mio cuore tiepido:
Tu, fiamma che tieni accesa la mia lampada.

T. Non lasciarci vagare nei sentieri del nulla,
non lasciarci accomodare in quell'indifferenza
che conduce, passo dopo passo, all'egoismo.

1. Ti preghiamo perché le apparenze non ci incantino:
liberaci dal pericoloso abbraccio delle comodità.

2. Tu sei il Dio che chiama e risveglia.
Tu renderai fecondo il nostro albero di vita.

T. Molti sono nella vita i giorni d'inverno
e molti sono addirittura i giorni d'inferno
per le guerre, le violenze, le discriminazioni.

1. Non lasciare che ci abituiamo all'iniquità
e infondi nei nostri cuori tanta sete di giustizia.

2. Aiutaci a modellare in noi un cuore nuovo
che ogni giorno si riaccenda come il sole.

LETTURE BIBLICHE

PREDICAZIONE E LIBERI INTERVENTI

CANTO

G. Come potremo, o Dio, scoprire la Tua presenza
e vedere la Tua opera in questo mondo
in cui occupano la scena tanti faraoni?

1. Dove possiamo vedere la Tua mano liberatrice,
Dio che cammini con noi eppure Ti nascondi?

2. Ogni giorno vediamo il trionfo degli arroganti,
mentre fiumi di sangue scorrono su tutta la terra.

T. O Dio, nella fiducia che vogliamo riporre in Te, oggi noi rinnoviamo
il nostro impegno a camminare sulla strada di Gesù di Nazareth e ripetiamo
il gesto che egli compì con i suoi amici e le sue amiche, prima di essere pro-
cessato e poi crocifisso. Egli prese nelle sue mani il pane della mensa e, dopo
aver alzato gli occhi al cielo per benedire il Tuo nome dolce e santo, lo divise
dicendo: “Prendete e mangiatene tutti. Questo pane che spezziamo e mangia-
mo, sotto lo sguardo di Dio, è il segno della mia vita, riassume il significato
della mia esistenza. Se ogni giorno voi dividerete i doni che Dio vi ha fatto,
davvero farete corpo con me, sarete il mio corpo, la mia vita nel mondo”.

P. PREGHIERA DI CONDIVISIONE

COMUNIONE

CANTO DEL PADRE NOSTRO

G. Siamo piccole creature sparse nell'immensità:
ci affidiamo a Te, Dio che ami chi è debole.

1. Come Aronne vorremmo dire: “Manda un altro”,
ma è proprio al mio cuore di piccola creatura

che Tu rivolgi l'invito a muoversi verso l'amore.
Tu tieni in gran conto ogni nostro piccolo passo.

2. Tu, o Dio, hai la pelle nera dello schiavo,
hai il volto disperato della bimba abusata,
Tu ascolti il grido di chi è abbandonato/a,
Tu sei vicino a chi abita una terra straniera.

1. Aiutaci, o Dio, a non spegnere nessuna fiamma,
a non tagliare le ali a chi vola verso la felicità,
a non vanificare mai il seme della Tua parola.

2. E poi insegnaci a seminare anche tra le pietre,
a salutare ogni giorno che ci viene concesso
come un nuovo tempo di fiducia e di costruzione.

PREGHIERE SPONTANEE

CANTO

G. Fratelli e sorelle,
riceviamo dalla mano di Dio questa giornata di riposo.
Andiamo nelle vie del mondo, al nostro lavoro,
custodendo nel nostro cuore la promessa di Dio.
Accogliamo il dono del senso della vita
che ci viene dal Signore.
Ricordiamoci di Dio nei nostri giorni.
Non disperdiamoci nelle sciocchezze,
nelle stupidità, nelle cose vane.

NEI GIORNI DI VACANZA

P. Saluto all'assemblea

G. Come sei bello, o Padre. Tu sai sempre stupirci anche nelle piccole cose.

Come sei dolce, o Madre. Tu non perdi la speranza che tutti e tutte noi, un giorno o l'altro, impariamo a volerci bene.

T. Tu speri sempre che le nostre mani divengano "piccole colonne" per poter sostenere anche le pene altrui.

Grazie per la fiducia che riponi in noi.

CANTO

SALMO

CANTO

LETTURE BIBLICHE

PREDICAZIONE E INTERVENTI LIBERI

CANTO

1. O Dio accogliente e perseverante,
Padre e Madre di ogni dono,
Ti benediciamo con tutto il cuore
perché ci rendi oggi, qui,
un cuore solo ed un'anima sola.

2. Ti benediciamo perché in questa comunità,
anche oggi, la Tua Parola condivisa ed il pane spezzato
illumina il cammino della nostra quotidiana esistenza.
Accresci in noi il desiderio della vita comunitaria,
la gioia di portare gli uni i pesi degli altri,

la fiducia di poter chiedere e ricevere senza calcolo e con semplicità.

T. Benediciamo Dio, Egli è buono;
eterno è il Suo amore per noi.

1. O Dio, fedele e solidale,
Padre e Madre di ogni dono,
Ti benediciamo ad altissima voce
perché non Ti stanchi di invitarci ad una vita sobria.

2. Ti confessiamo che, come l'uomo ricco del Vangelo,
ogni tanto chiudiamo il portafoglio e la banca del nostro tempo.
Com'è bello, invece, realizzare insieme
l'invito che Tu ci fai quando parli a Tobia:
"E' meglio compiere opere di misericordia,
che mettere da parte oro e tesori" (Tobia 12,8).

1. Ogni giorno, alla nostra porta, si affaccia chi, nel Tuo nome,
ci chiede conto della sua povertà e delle sue sofferenze,
del perché spezziamo il pane e chiudiamo la borsa,
del perché leggiamo la Tua Parola e non abbiamo tempo per lui/lei.

T. Benediciamo Dio, Egli è buono;
eterno è il Suo amore per noi.

2. Con cuore fiducioso gridiamo forte a Te, Spirito ardente di Dio:
convertici ad una vita sobria,
alla piena disponibilità dei beni materiali ed intellettuali per tutti e tutte,
al dono prezioso del tempo.

1. Riceveremo in cambio, allora, in questa vita, cento volte di più:
"Amore, gioia, pace, comprensione, cordialità, bontà,
fedeltà, mansuetudine, dominio di sé" (Galati 5,22).

2. "Un sole e uno scudo Tu sei, mio Dio,
mi circondi di bontà e tenerezza,
mi colmi di beni nel corso degli anni,
mi fai giovane come l'aquila in volo.
In Te ho fiducia e non temerò nulla".

T. Benediciamo Dio, Egli è buono;

eterno è il Suo amore per noi.

CANTO

G. O Dio, rendi contagiosa la gioia che ci hai messo nel cuore: fa' che si rifletta e risplenda come una luce, in modo da spazzare via le incertezze e le paure. La nostra gioia nasce da Te e perciò non può spegnersi. Ma la gioia nasce anche dal renderci conto che possiamo essere Tue amiche e Tuoi amici e che Tu ci starai vicino quando cercheremo di costruire un mondo più lieto, senza guerre, senza odio, senza ingiustizie, un mondo di sorelle e fratelli.

T. Fa' che sappiamo esser grati/e dell'abbondanza della nostra vita, che ci è stata data prima ancora che potessimo chiederla. Rendici responsabili nei confronti delle donne e degli uomini meno fortunati di noi.

Papà e Mamma di tutte le donne e di tutti gli uomini, dacci un cuore semplice e forte, che sappia apprezzare la grandezza delle Tue opere e lottare contro le ingiustizie.

MEMORIA DELLA CENA DI GESU' (dalla Didaché)

T. Ti ringraziamo, o Padre nostro,
per la santa vite di David Tuo servo
che ci hai fatto svelare
da Gesù Cristo Tuo servo.

A Te sia gloria nei secoli. Amen.

Ti ringraziamo, o Padre nostro,
per la vita e per la conoscenza
che ci hai fatto svelare
da Gesù Cristo Tuo servo.

A Te sia gloria nei secoli. Amen.

Come questo pane spezzato era sparso sui colli
e raccolto è diventato una cosa sola,
così si raccolga la Tua chiesa dai confini della terra
nel Tuo regno:

perché Tua è la gloria e la potenza
per mezzo di Gesù Cristo nei secoli. Amen.

P. PREGHIERA DI CONDIVISIONE

COMUNIONE

CANTO

PREGHIERE SPONTANEE

CANTO

BENEDIZIONE FINALE

1. Ti benedico Padre, quando al mattino apro la finestra e mi lascio avvolgere dai profumi e dai rumori del bosco: guardo le montagne e mi commuovo!

2. Ti benedico Madre, perché dalle Tue viscere feconde sgorgano mille rivoli di acqua che scorrono freschi e allegri.

1. Ti benedico per il saluto ed il sorriso che mi rivolgono tanti sconosciuti, quando ci incontriamo sui sentieri o nei piccoli borghi.

2. Grazie, Signore, per il silenzio di cui, in questi giorni di vacanza, posso godere; ed anche perché, nonostante preoccupazioni per ciò che di incompiuto è rimasto a casa, è uno spazio in cui mi ritrovo e Ti trovo!

P. Fratelli e sorelle, custodiamo nei giorni della settimana la fiamma che Dio ha acceso in noi e alimentiamola con l'olio della Sua Parola.

DIO CI ACCOMPAGNA SUI SENTIERI DELL'AMORE

P. Saluto e silenzio

CANTO

T. Grazie, o Dio,
perché ci hai donato questo giorno,
con la sua luce, le sue ombre, il pane che ci nutre.
Grazie per questa ora di festa e di condivisione.

1. Dio amoroso e misericordioso
guidami, accompagnami nei miei giorni,
affinché io compia la Tua volontà.
Correrò come un cervo verso la fonte,
volerò come un'aquila nel cielo,
perché mi sarà dolce la Tua amicizia,
molto più dolce di un favo di miele.

2. Tu sei la stella del mio cammino,
Tu sei la roccia della mia vita.
Ho bisogno del Tuo calore per vivere
e del Tuo perdono per rigenerarmi.
Se non darò ascolto alla Tua voce,
mi perderò nelle praterie della morte,
scivolerò nei sentieri scoscesi del nulla.

L. E se anche la nostra bocca
fosse colma di canti
com'è colmo il mare
e la nostra lingua di inni
come la moltitudine delle onde
e le nostre labbra di lodi
come gli spazi del firmamento;
e se anche i nostri occhi risplendessero
come il sole e la luna

e le nostre braccia fossero tese
come le ali delle aquile in cielo
e i nostri piedi fossero rapidi
come quelli delle cerva,
noi non riusciremmo a renderTi grazie,
o Signore Dio nostro,
e a benedire il Tuo nome,
o nostro re,
per uno solo delle mille migliaia
e delle diecimila miriadi
di benefici, miracoli e meraviglie
che Tu hai compiuto per noi
e per i nostri padri! (*“La preghiera quotidiana d’Israele”* pag.166-167)

CANTO

LETTURE BIBLICHE

PREDICAZIONE E LIBERI INTERVENTI

CANTO

T. Grazie, o Dio, grazie ancora per questo giorno
in cui ci raduni per manifestarci il Tuo amore.

1. Sei uno specialista nel cercare la pecora perduta:
cercaci quando ci perdiamo per svogliatezza o sonnolenza,
quando ci inoltriamo stoltamente in vicoli ciechi.

2. Tu sai attenderci quando il nostro passo si fa lento.
Sai aspettarci quando il nostro piede vacilla.
Sei ancora lì anche quando ogni treno è passato...

1. Tu cammini con noi quando il cuore canta.
Tu canti con noi le più belle canzoni della vita.
Tu sorridi con noi dentro i nostri sorrisi.

2. Tu conosci, o Dio vicino, il sapore delle nostre lacrime
e il peso schiacciante dei nostri sforzi falliti.
Tu ci perdoni quando noi non ci perdoniamo.

T. Tu vedi come Caino uccide Abele,
ma conservi l'amore per l'uno e per l'altro.
Risveglia il nostro cuore alla responsabilità.

1. Tu, come chi solleva il figlio alla guancia,
sospingi i nostri cuori e le nostre mani
a condividere le "sollevazioni" e i progetti
delle donne e degli uomini che lottano per la loro dignità.

2. Rendici più attenti e attente ai Tuoi segni di vita.
Lì Tu sei presente e chiami ciascuno/a per nome,
per farci uscire dalla comoda "siesta" di Giona
e partecipare con gioia al movimento di Ninive.

1. Tu sai quanti spargono diserbanti nel giardino delle anime,
quante donne subiscono violenza nelle case e nelle strade,
quanta desolazione regna là dove comandano le armi,
quanta tristezza e angoscia generano i nostri egoismi.

2. Noi abbiamo bisogno di Te, Dio della vita.
Parlaci ancora attraverso la testimonianza delle Scritture,
parlaci attraverso gli uomini e le donne del mondo.
Insegnaci ad amare oltre le foschie delle nostre parole.

T. O Dio, Dio innamorato del creato che vive di Te:
nelle vie del mondo fatti compagnia ogni giorno,
perché siano più gioiosi i giorni e i giochi dei bimbi e delle bimbe,
più veri e teneri gli amori degli uomini e delle donne,
più leggere le pene, le malattie e le sofferenze,
più coraggiose ed efficaci le opere di solidarietà.

1. Tu, Dio buono, che noi chiamiamo l'Eterno,
ricevi la nostra lode e la nostra benedizione
per i lunghi anni in cui hai accompagnato
nel cammino d'amore ciascuna e ciascuno di noi.

2. Tu sai essere insieme sole e rugiada,
Tu sai rallegrare i nostri passi di danza,
Tu sai raccogliere la gioia e il pianto.
Fatti gustare la Tua continua presenza.

T. Gesù era a tavola con i dodici in quella notte piena di congiura. Ormai era chiaro: bisognava pagare con la vita le cose fatte, dette e insegnate. Il cuore di Gesù faceva i conti con la paura, ma Gesù concentrò il suo amore e le sue forze e, volgendosi ai discepoli e alle discepole, dopo aver lodato il nome santo di Dio, diede a ciascuno e ciascuna un pezzo di pane e disse: “Prendete e mangiate. Questo pane spezzato è il segno della mia vita. Quando farete questo, lo farete per ricordarvi di me, di ciò che ho fatto e detto”. Poi prese la coppa del vino, ne porse da bere a tutti e tutte dicendo: “Questo calice è il segno dell’alleanza nuova che Dio ha stipulato con l’umanità, non dimenticate che a me la fedeltà è costata fino al sangue”.

P. PREGHIERA DI CONDIVISIONE

COMUNIONE

CANTO

PREGHIERE SPONTANEE

CANTO

BENEDIZIONE FINALE

G. Signore, Dio che cammini con tutte le Tue creature, insegna ai nostri cuori la via della sapienza.

L.1 A nulla serve una vela stracciata
anche se il vento è propizio...

L.2 Nessun cammello vede la sua gobba...

L.3 Se i bambini dovessero pensare alle liti di ieri
non inizierebbero più nessun gioco insieme...

L.4 Il fatto che qualche fiore appassisca
non vuol dire che non c’è la primavera...

L.5 Nemmeno il dattero più dolce
è tutto da mangiare: c’è almeno un osso...

L.6 Volgiti verso il sole ogni giorno
e l'ombra sarà dietro le tue spalle...

T. Fratelli e sorelle: Dio ci aiuti
oggi, domani e tutti i giorni della vita
a volgere il nostro cuore e i nostri occhi
verso il sole, con fiducia e tanta speranza.

CANTO

DAVANTI A TE OGNI GIORNO

P. Saluto all'assemblea

CANTO

L. Dio dei padri e Signore di misericordia,
che tutto hai creato con la Tua parola,
che con la Tua sapienza hai formato l'uomo e la donna
perché dominino sulle creature fatte da Te
e governino il mondo con santità e giustizia
e pronunzino giudizi con animo retto,
dammi la sapienza che siede in trono accanto a Te
e non mi escludere dal numero dei Tuoi figli e delle Tue figlie,
perché io sono tuo servo e figlio della Tua ancella,
uomo debole e di vita breve,
incapace di comprendere la giustizia e le leggi.
Se anche uno fosse il più perfetto tra gli uomini,
mancandogli la Tua sapienza, sarebbe stimato un nulla. (Sapienza 9, 1-6)

CANTO

LETTURE BIBLICHE

PREDICAZIONE E INTERVENTI LIBERI

CANTO

T. O Dio, che conosci il numero dei nostri anni
e percepisci anche i palpiti dei nostri cuori,
accompagna i nostri giorni con il Tuo amore.

1. Rimettiamo anche oggi tutta la nostra vita
davanti a Te, anzi nelle Tue mani.

La Tua compagnia non viene mai meno.

2. Tu sei il custode che non s'addormenta,

sei il pastore che guida i nostri passi
donandoci acqua che disseta e cibo che nutre.

1. Tu hai in serbo per noi l'olio prezioso
che tiene accese le nostre piccole lampade
e profuma i nostri giorni di speranza.

2. Sii Tu, o Dio, lampada per i nostri passi
quando le tenebre, il freddo e le nebbie
rischiano di farci smarrire la giusta direzione.

T. Tu, o Dio, che fai nascere i nostri amori,
custodisci e accompagna i nostri giorni.
Donaci di gustare la dolcezza dei Tuoi doni
e costruire insieme sentieri di solidarietà.

G. Eccoci ora alla memoria di quel pasto che Gesù condivise con i suoi
discepoli.

T. Egli, dopo aver alzato gli occhi a Te, Dio dal quale proviene ogni
dono, sciolse il suo cuore in parole di lode al Tuo nome e Ti glorificò. Le sue
mani divisero il pane tra quegli uomini e quelle donne che lo avevano seguito
fin dalla Galilea. “Prendete – disse – e mangiatene tutti. Questa è tutta la mia
vita: dare gloria a Dio e condividere ogni bene che Egli ci ha dato. Se farete
questo, allora davvero vi ricorderete di me, porterete la memoria di me nel
mondo”. Poi prese la coppa del vino e di nuovo alzò gli occhi e il cuore in un
inno di lode a Te, o Dio suo, e disse: “La mia vita è stata messa a disposizione
fino al sangue, senza tirarmi indietro. Fate anche voi così: siate disponibili a
condividere. Il ricordo di me vi spinga alla disponibilità”.

P. PREGHIERA DI CONDIVISIONE

CANTO

G. Invito alla preghiera spontanea

CANTO

1. Benedetto sei Tu, Dio commosso e appassionato, che adorni i nostri
occhi con le lacrime per esprimere il dolore e non soffocare la gioia.
2. Benedetto sei Tu, che ami la vita. Tu hai seminato ovunque la nostalgia

di Te e hai deposto nel mondo i segni del Tuo amore.

1. Benedetto sei Tu, Dio innamorato, che non Ti stanchi mai delle Tue creature e ci avvolgi, ci attendi, ci perdoni.

T. O Dio, roccia dei nostri cuori feriti, parapetto sull'erto sentiero e parete sull'abisso, mano amica nell'intrico dei sentieri fallaci, sii per noi la luce che non si spegne mai. Tu, lontano come le irraggiungibili stelle, sei più vicino del soffio del vento. Da Te riceve forza la nostra debolezza e nel Tuo nome ci rimettiamo in cammino.

CANTO

L. Ecco l'augurio di un buon cammino nei giorni della settimana: "Un vecchio Rabbì chiese un giorno ai suoi discepoli: 'Chi di voi saprebbe dirmi come si può distinguere il momento in cui finisce la notte ed inizia il giorno?'. 'Io direi', rispose prontamente un allievo, 'quando, vedendo un animale a distanza, uno sa distinguere se è una pecora o un cane'. 'No', rispose il Rabbì. 'Potrà essere l'inizio del giorno', disse un altro, 'quando, vedendo da lontano un albero, si può dire se è un fico o un pesco'. 'Neppure', insisté il Rabbì. 'Ma allora', chiesero i discepoli, 'quando mai si può capire quando finisce la notte ed inizia il giorno?'. 'Quando', rispose il Rabbì, 'guardando in volto un uomo qualunque, tu vedi che è tuo fratello: perché, se non riusciamo a fare questo, qualunque sia l'ora del giorno, è sempre notte...". (da AA.VV., *Quando è giorno?*, Torre Pellice, 1988)

INSIEME VENIAMO A TE

P. Eccoci: il momento in cui vogliamo raccoglierci per cantare le lodi di Dio, per ascoltare insieme la Parola di Dio, per accoglierci gli uni e le altre è venuto. Viviamolo con gioia, perché il nostro cuore sia coinvolto e rinnovato.

G. CANTO

G. Noi veniamo a Te, o Dio,

T. con i nostri passi incerti.

G. Veniamo a Te, o Eterno,

T. con questi fuggevoli anni.

G. Veniamo a Te, amore che ci accogli,

T. con le nostre mani fragili ed impotenti.

G. Veniamo a Te, sorgente di vita vera,

T. per continuare a credere nelle Tue promesse.

G. Veniamo a Te, bisognosi e bisognose di perdono,

T. perché ci doni il Tuo caldo sorriso.

G. CANTO

T. O Dio, che ami le Tue creature,

insegnaci a cercare i sentieri della Tua volontà.

In quest'ora in cui si sente il fragore delle armi,

possano gli uomini e le donne

inaugurare nuovi percorsi verso la pace.

L. Ascolta il grido dei disperati e delle disperate,

che non hanno riposo se non in Te,

Dio che fai la giustizia.

T. Allontana da noi la pazzia della guerra

e rendici attive e attivi costruttori di pace

nei luoghi del nostro impegno quotidiano.

Donaci un cuore nuovo.

CANTO

LETTURE BIBLICHE

PREDICAZIONE E INTERVENTI LIBERI

CANTO

T. Su quale pietra costruiremo la casetta dei nostri anni e dei nostri giorni?

1. Tu sei la roccia dei nostri deboli cuori, sei il sole sempre giovane che dà calore.

2. Abbiamo bisogno di Te per seminare amore, abbiamo bisogno di Te per amare la vita.

1. I profeti e Gesù ci hanno parlato di Te e noi stiamo imparando a fidarci della Tua parola.

2. Questo giorno di festa ristori il nostro cuore e liberi le nostre vite dalla prigionia degli idoli.

1. Sugli orrori delle guerre e delle carestie, sulle ceneri di tante vite violentate e distrutte, volgi il Tuo sguardo e muovi la Tua mano.

2. Tu che hai sollevato Gesù dalla morte, rialza i popoli oppressi e abbandonati: sorga anche per loro un giorno nuovo.

T. Quando ormai la congiura dei capi politici e religiosi lo stringeva da ogni parte, ancora una volta Gesù era a tavola con i suoi amici e le sue amiche. Volle mangiare con loro, come tante volte aveva fatto con gioia, dai giorni in cui si erano incontrati. “Ecco, disse, questo pane spezzato è il segno della mia vita. Quando farete questo, ricordatevi di me, di ciò che ho fatto, di ciò che vi ho insegnato”. Poi, dopo aver ancora una volta alzato gli occhi al cielo per benedire Dio, fonte di ogni bene, prese la coppa del vino, ne porse da bere a tutti dicendo: “Questo calice è il segno di un’amicizia con Dio che non finirà mai. Quando vi radunate per questo pasto, aprite i vostri cuori al giorno in cui

Dio realizzerà il grande convito di pace e di giustizia per tutti i popoli e tutto il creato. Aspettatelo operosamente: Dio non delude”.

P. INVITO ALLA COMUNIONE

CANTO

PREGHIERE SPONTANEE

CANTO

AVVISI

BENEDIZIONE E AUGURIO FINALE

G. “Bisogna essere tenaci,
resistenti, solidi.
Bisogna indurirsi
senza mai rinunciare
alla propria tenerezza”. (Ernesto "Che" Guevara)

T. Nelle tenebre del mondo
e dei nostri cuori,
sii Tu, o Dio,
la fiamma della nostra lampada.

CANTO

FESTA DI SOLIDARIETA' E DI PREGHIERA

P. SALUTO ALL'ASSEMBLEA

CANTO

1. Signore, Dio dei cieli e della terra,
tieni accesa in noi la fiamma della vita.

2. Apri il nostro orecchio alla Tua Parola:
la Tua voce risuoni dentro di noi.

1. “Metterò la mia legge nella loro mente,
la scriverò sul loro cuore: sarò il loro Dio ed essi il mio popolo”.

2. Dio, che ami tutte le genti,
che hai posto l'arcobaleno di pace tra Te e noi,
aiutaci ad ascoltare oggi la Tua voce.

1. Tu hai seminato nei nostri cuori la Tua Legge:
ma noi non l'abbiamo voluta.

2. Tu ci proponi di avere un cuore nuovo:
ma noi abbiamo paura delle novità.

1. Tu ci indichi la strada della vita vera:
ma noi preferiamo le mete effimere del provvisorio,
quelle appariscenti, quelle che fanno notizia.

2. Tu ci aspetti pazientemente:
ma noi abusiamo della Tua pazienza
ignorando i Tuoi segnali, i Tuoi inviti.

T. Sappiamo che ciò che conta è la giustizia,
la solidarietà, l'amore, il rispetto reciproco:
eppure i nostri occhi guardano altrove;

o Dio, abbi pietà di noi,
delle nostre indecisioni e delle nostre paure.
Fa' che apriamo i nostri cuori a Te,
ai fratelli e alle sorelle;
concedici la capacità di rinascere
ogni volta che Tu ce lo chiedi.

CANTO

G. O Signore, Tu che sei riuscito a vedere in Maria di Magdala il talento del suo essere donna; Dio Padre, Tu che riesci a vedere nel potere dei maschi la loro debolezza e non li ripaghi con la stessa moneta, ma li perdoni e li ricolmi di doni; Dea Madre, a Te che sta a cuore più di ogni cosa la vita, fa' che tutti gli uomini e tutte le donne sappiano sempre cercarTi e salvaguardare la vita, laddove essa è ostacolata dai piccoli orizzonti degli interessi, dall'eccessivo materialismo, dalla smaniante nenia del nulla.

CANTO

LETTURE BIBLICHE

PREDICAZIONE E INTERVENTI LIBERI

CANTO

L.1 Spesso leggiamo, nella prima Lettera ai Corinzi, le parole dell'apostolo Paolo che ci parlano dei doni dello Spirito, doni che tutti i giorni riceviamo, doni gratuiti, donati dalle Tue mani. Doni di grande amore che fanno sì che, ancora oggi, noi ci possiamo svegliare ammirando la natura, il creato, tutto quello che Tu hai posto per noi gratuitamente e che noi, spesso, non solo non apprezziamo e non vediamo, ma cerchiamo in ogni modo di distruggere.

L.2 Dio, Madre e Padre per tutti e tutte noi, perdonaci per aver percorso le mille strade e sentieri che portano al nulla, alla lontananza da Te. Facci riscoprire oggi, come domani, la via che porta a Te e colma le nostre mani vuote, sempre più vuote, di buone azioni, di buoni intendimenti, di amore per il prossimo, per il creato, con i doni dello Spirito e del Tuo amore. Anche noi, Signore, ci inchiniamo a idoli creati dalle nostre mani, come i Corinti.

L.3 Eppure Ti abbiamo conosciuto e abbiamo conosciuto Gesù, grande

profeta che Tu hai mandato, come luce nel mondo, per indicarci la via che porta a Te, la via della salvezza e per farci vedere che già in questo mondo c'è il Tuo regno, la manifestazione della Tua volontà, del Tuo amore incondizionato: “Vi sono molte attività, ma chi muove tutti all'azione è sempre lo stesso Dio” (1a Cor. 12, 6). Illuminaci, Signore, fai sparire le nebbie che ci circondano e continua a elargire i Tuoi doni a noi, donne e uomini, che spesso non Ti vogliamo ascoltare.

CANTO

1. Dio, che sai mietere in ogni cuore,
anche dove non sembra che Tu abbia seminato,
raccogli, con l'amore che solo Tu conosci,
i nostri sforzi per cambiare i rapporti difficili,
per modificare le consuetudini che ci ingabbiano,
per trasgredire consapevolmente le regole
che ci portano contro il Tuo comandamento d'amore.

2. Tu ci affidi molti talenti, ma spesso
non ci accorgiamo delle ricchezze che abbiamo:
le nascondiamo a noi stessi e agli altri,
seppellendole nel terreno delle nostre paure.

1. Aiutaci a riconoscere e sfruttare
le mille possibilità di cambiare che ci doni,
aiutaci ad accogliere la Tua visita,
a riconoscere il Tuo bussare dolce ed insistente
alla porta del nostro cuore.

2. Spesso ci preoccupiamo solo di ciò che raccogliamo,
dei vantaggi immediati e personali,
accecati dall'egoismo e dalla voglia di apparire.
Insegnaci a dare importanza anche a quel poco che seminiamo
e ad attenderne con gioia e pazienza i frutti.

1. Ogni cosa necessita di un suo tempo per essere realizzata;
volendo tutto e subito si rischia di non avere alcun frutto,
di non ottenere alcun risultato.

2. E' importante utilizzare i propri doni, non solo per se stessi,

ma ponendoli al servizio dei fratelli e delle sorelle:
solo in questo modo verremo davvero ripagati.

1. Che senso ha la nostra vita
se non facciamo fruttare le nostre monete,
se non ci rendiamo conto che ognuno e ognuna di noi
ha infinite possibilità e ricchezze sempre nuove,
alimentate dal pozzo del Tuo amore?

2. Aiutaci a prendere consapevolezza dei nostri talenti,
a valorizzarli, a farli fruttare sulla Tua strada.
Ricordaci che Tu sei il Dio sempre presente,
che ci guida e ci sorregge lungo il cammino,
che ci cinge in un abbraccio di infinito amore e dolcezza.

T. Gesù era a mensa con il gruppo dei suoi amici. Era ben chiaro che la
congiura lo stringeva da ogni parte: Gesù ne era cosciente.

Prese allora tra le sue mani il pane della mensa, si rivolse a te, o Dio, per lodarTi
e benedirTi e, spezzato il pane, lo distribuì dicendo: “Questo pane spezzato vi
ricordi la mia vita, la condivisione che ho sempre vissuto. Io sarò lì ogni volta
che voi spezzate e dividete con altre creature i doni di Dio. Se volete ricordarvi
di me, fate quello che ho fatto io”.

Poi prese la coppa del vino e, dopo essersi rivolto a Te, o Dio, con parole di
lode, aggiunse: “Bevete da questa coppa. Essa contiene un vino rosso che vi
ricorderà che mi è stata tolta la vita, perché non mi sono tirato indietro e sono
andato contro corrente, per compiere la volontà di Dio fino all’ultimo giorno.
Siate anche voi fedeli a Dio, a qualunque costo”.

P. INVITO ALLA COMUNIONE

CANTO

L. Padre nostro, Madre nostra che stai per le strade,
nella nostra vita quotidiana e nelle nostre lotte;
che il Tuo nome e il Tuo messaggio
vengano riconosciuti,
che si faccia la Tua giustizia,
che si viva la condivisione che Tu ci hai proposto,

che gli sfruttati del mondo abbiano il pane,

che gli oppressi abbiano una dignità.
Dacci la forza di continuare
quello che Tu hai cominciato.
Mostraci come costruire una nuova società,
nella quale gli uomini e le donne
vivano nuove relazioni sociali.
Liberaci dalla nostra autosufficienza
e dalla sete di potere.
Fa' che continuiamo ciò che Gesù ci insegnò
con gesti di condivisione e solidarietà;
che lo sguardo di Gesù ci aiuti a superare le barriere.
Dacci la forza e il coraggio
di superare l'attrazione del denaro e dei privilegi.
Dacci la forza di resistere
alla società del consumo e alle sue false sicurezze.
Infondici una solidarietà a tutta prova. Amen.
(scritto da una Comunità di Base brasiliana e adottato dalle Comunità di Base nicaraguensi)

PREGHIERE SPONTANEE

CANTO

AVVISI

CANTO

G. Signore, Tu che ami la vita e la felicità delle Tue creature: aiuta anche noi a far crescere la felicità nostra e degli altri.
Avvolgici con le Tue braccia e fa' che da questo abbraccio noi sappiamo trarre la forza per abbracciare sorelle e fratelli.

DIO, PRESENZA AMICA

P. SALUTO ALL'ASSEMBLEA

CANTO

T. O Dio, presenza amica:
accoglici nel Tuo abbraccio amoroso.
Tu vedi come siamo uomini e donne
che provengono da esperienze diverse,
ma tutte e tutti ugualmente bisognosi
del Tuo perdono e della Tua parola.
ApriTi un varco verso i nostri cuori
e guidaci sui sentieri della Tua volontà.

CANTO

LETTURE BIBLICHE

PREDICAZIONE E RIFLESSIONI LIBERE

CANTO

1. Benedetto sei Tu, Signore, Dio dell'universo,
perché ami Abele e non abbandoni Caino.
Tu non giudichi mai secondo le apparenze,
ma guardi i cuori delle Tue creature.

2. Benedetto sei Tu, Dio grande e amoroso,
che hai fatto esistere etnie e popoli diversi,
che Ti rallegri dei fiori del Tuo giardino,
che hai voluto il creato come un arcobaleno.

1. Benedetto sei Tu, Dio della vita,
che hai colmato la terra di tanti doni,
che hai imbandito una mensa ricca di vivande,
su cui uomini e donne possono trovare il necessario.

2. Benedetto sei Tu, Dio della giustizia,
che ci aiuti a superare i nostri egoismi,
a dividere fra noi i doni del Tuo amore,
a cercare i piccoli sentieri della solidarietà.

T. Tu attendi chi fa più fatica nel cammino,
Tu Ti prendi cura di chi è abbandonato,
sei custode delle creature perdute,
sai guarire anche le ferite più profonde.

1. Parla al cuore di ciascuno di noi
e insegnaci a cercare la libertà, quella vera,
senza lasciarci incantare dalla musica del nulla,
dal fascino delle cose e dal gioco delle apparenze.

2. O Dio, che un giorno hai sradicato Abramo
dalla terra che imprigionava il suo cuore,
aiutaci a lavorare in piccolo e pensare in grande
perché il Tuo amore non conosce confini.

T. Dio che ami la vita:
metti ancora nei nostri cuori quella fiducia
che ci spinge sui sentieri della condivisione,
come piccoli architetti del nuovo mondo che nasce.

P. Eccoci ora, o Dio, davanti a Te per spezzare il pane, come fece Gesù
prima di essere condannato e crocifisso dai poteri politici e religiosi del suo
tempo.

T. Egli prese il pane e alzò gli occhi al cielo per benedire il Tuo nome, per
ringraziare Te di ogni dono. Divise quel pane con i suoi amici e le sue amiche:
“Prendete e mangiate, disse. Ogni volta che voi dividerete ciò che Dio vi ha
dato, allora davvero vi ricorderete di me. Prendete, dividete, mangiate: questo
è il mio corpo, questa è la mia vita”. Poi prese la coppa del vino e, dopo averTi
ringraziato, ne porse da bere a tutti dicendo: “Amerò fino alla fine, anche se
mi costerà il sangue. Fate questo perché non vi capiti di dimenticarvi di me”.

P. PREGHIERA DI CONDIVISIONE

COMUNIONE

CANTO

PREGHIERE SPONTANEE

CANTO

AVVISI

BENEDIZIONE FINALE

T. Che la strada sia lieve ai vostri piedi.
Il vento di Dio soffi leggero alle vostre spalle.
Il sole brilli sui vostri volti.
Le piogge fecondino i vostri sentieri.
Dio vi custodisca nel palmo della Sua mano.

G. Qualora l'arsura consumi le forze,
le incertezze rendano traballante il cammino
e le nuvole nascondano il sole...,
Dio vi prenda in braccio
e vi sollevi fino alla guancia.

T. Che la strada sia lieve ai vostri piedi.
Il vento di Dio soffi leggero alle vostre spalle.
Il sole brilli sui vostri volti.
Le piogge fecondino i vostri sentieri.
Dio vi custodisca nel palmo della Sua mano.

CANTO

DIO ACCOMPAGNA I NOSTRI PASSI

P. Saluto all'assemblea

CANTO

G. O Dio, Padre e Madre,
anche oggi ci hai chiamati qui per incontrarTi.
Non è la prima volta che ci inviti alla preghiera,
per molti e molte di noi il dono dura da molti anni.
Eppure ogni volta può diventare una riscoperta di Te,
del Tuo amore, della Tua sollecitudine.
Tu hai accompagnato nel cammino di ogni giorno
uomini e donne prima di noi,
li hai liberati dalla paura e dalla insicurezza,
hai protetto i loro cammini.

T. Come hai liberato il popolo ebreo dalla schiavitù,
continui a liberare oggi dai "faraoni moderni"
gli uomini e le donne che si affidano a Te.
Come nel deserto eri la colonna di fuoco
che indicava la strada agli ebrei in fuga dall'Egitto,
anche oggi sei la lampada che illumina i nostri cammini,
spesso bui e solitari.

G. Chiedi una sola cosa in cambio:
di accettare il Tuo amore,
di credere che Tu sei con ciascuno e ciascuna di noi
ora e sempre e ci offri il Tuo nutrimento:
la Tua parola e la possibilità di pregarTi.
Ci chiedi di condividere il gesto dello spezzare il pane
e di condividere le speranze, le gioie, i dolori, le lotte
di chi ci sta accanto e dei popoli che, più lontani da noi,
camminano sulla difficile strada
che Tu indichi continuamente.

T. Aiutaci a essere disponibili.

A fare del nostro cuore una casa
aperta all'amore e alla condivisione.

CANTO

LETTURE BIBLICHE

PREDICAZIONE E INTERVENTI LIBERI

CANTO

1. In questo tempo di cammini telematici più o meno virtuali è utile rimettere in moto ingranaggi diversi e, riflettendo sulla vicenda di Elia, ricordarci quanto sia importante metterci realmente in movimento, come donne e uomini che, pur nella comprensibile fatica e, a volte, anche con un po' di smarrimento, cercano di rispondere alle sollecitazioni delle Scritture.

2. Tu, o Dio, ci fai costantemente un invito impegnativo, ma, allo stesso tempo, molto affascinante: alzare lo sguardo, guardare avanti, verso orizzonti aperti e, nello stesso tempo, non perdere di vista le persone, le cose vicine, piccole, quelle porzioni di quotidianità, non sempre gioiose, di cui sono pur guarnite le nostre giornate e le nostre vite.

T. Nutrirsi per poi camminare non è solo una necessità fisiologica per il corpo. Anche il nostro io interiore ha le stesse esigenze. Ma, nell'uno e nell'altro caso, il rischio è quello di rilassarci troppo, fino al punto di addormentarci. Fu così per Elia, lo può essere per ognuno e ognuna di noi.

1. Per fortuna c'è sempre chi ci viene a svegliare. Nel salmo 121 si dice che Dio non si addormenta mai. Se anche a volte ci viene da pensare il contrario, Dio non perde mai di vista le Sue creature.

2. Non solo, ma riesce a mettere in moto campanelli un po' qua e un po' là. Possiamo dire che le tenta proprio tutte, servendosi di persone, situazioni, sorprese. L'intento è uno solo: scuoterci, svegliarci per farci riprendere il cammino;

la Sua compagnia è garantita, basta mettersi in movimento.

1. Se devo affrontare una salita con due borse pesanti, non mi giova per niente rammaricarmi, ad ogni passo, ad ogni scalino, per la durezza e la fatica del cammino. Mi aiuta di più guardare avanti e vedere che mi sto avvicinando alla meta.

2. Quella donna che, dopo l'incontro con Gesù, si è rialzata, non avrà risolto definitivamente tutte le sue difficoltà, ma è riuscita a individuare, da quel momento, prospettive ed energie nuove per la sua vita.

1. La persona che ha intrapreso un cammino terapeutico, nel tentativo di uscire da una "dipendenza", passo dopo passo potrà ancora rinascere, alimentando uno stile di vita alternativo.

2. Aiutaci, o Dio, ad alzare lo sguardo verso di Te, a camminare, ad andare avanti, anche lentamente. “Chi mette mano all'aratro e poi si volge indietro non è adatto al regno di Dio”, ci disse Gesù. Questa esortazione concreta ed affettuosa del nazareno ci svela il valore e la difficoltà della perseveranza. Nei nostri cammini di liberazione dalle tante schiavitù corriamo sempre il rischio di tornare indietro.

T. Liberaci, o Dio, dalla tentazione del cammino facile, della strada in discesa. Il cammino che porta a Te è un sentiero senza fine, ma lungo il tragitto Tu ci offri molti sostegni. Aiutaci a percorrerlo con fiducia e gioia, in Tua compagnia, senza la morsa della paura e degli affanni.

MEMORIA DELLA CENA

T. Facciamo ora memoria di quel camminatore instancabile e attento che fu Gesù di Nazareth. Egli accompagnò, sui sentieri della Palestina, i cammini di donne e uomini con cui condivise la propria vita, i propri doni, la propria affettuosa solidarietà. Come fece quella sera in cui, mentre mangiavano la cena di Pasqua, prese del pane, lo spezzò e lo distribuì alle amiche e agli amici che erano con lui, dicendo loro: “Prendete e mangiate; la mia vita, il mio corpo, è come questo pane: ho cercato di metterlo a servizio di ogni uomo e di ogni

donna che ho incontrato. Fate anche voi così”. Poi fece altrettanto con una coppa di vino, dicendo: “Bevetene tutte e tutti un sorso, perché questo vino è come il mio sangue: ne ho dato una goccia a ogni uomo e a ogni donna che mi ha incontrato e ancora ce ne sarebbe, se gli uomini del potere non avessero deciso di farmi morire. Ma voi continuate a ripetere questo gesto per non dimenticarvi di me e dell’esempio che vi ho dato”.

P. PREGHIERA DI CONDIVISIONE

COMUNIONE

CANTO

PREGHIERE SPONTANEE

CANTO

BENEDIZIONE FINALE:

L.1. Ascoltatemi, per favore, figli e figlie del mio amore: non c’è violenza nel prendere il cibo, quando serve, ma uccidere senza motivo non può essere perdonato. Solo questo può ridurre in pezzi la ragnatela vitale della mia creazione. La terra, le acque, i cieli possono purificarsi e rinnovarsi all’infinito, ma alla fine la ragnatela delle loro vite intrecciate morirà, se le ferite saranno troppo grandi. Allora nemmeno io potrò risanarla.

L.2. Un tempo tutti i popoli della terra mi conoscevano, ma molte persone si sono scordate di me e il loro numero cresce sempre di più. Ben presto si diffonderanno ovunque e con loro arriverà la violenza. Non li potranno fermare né la forza né le lame affilate, perché la loro violenza non sarà diretta solo contro gli altri, ma contro la stessa ragnatela della vita. Giungeranno anche a credere di possedere la terra e tutto ciò che vive sopra di essa, di poter fare quello che vogliono delle mie creature e della terra stessa.

L.3. Verrà un tempo in cui l’oscurità coprirà la luce e i forti brutalizzeranno i deboli. In tutto ciò che ho creato c’è sempre stato un equilibrio: tra la forza e la debolezza, tra il predatore e la preda, tra il maschile e il femminile, tra l’arrivo di una nuova vita e le risorse che la nutriranno, tra la gioia della nascita e la liberazione della morte. Ma quando non si seguiranno più le mie vie, l’equilibrio finirà e la terra non sarà più in grado di rinnovarsi e si strangolerà nella sua stessa decomposizione. Tutti e tutte voi, cui ho dato la vita, sarete

intrappolati e intrappolate in un caos creato proprio da voi.

T. Se così sarà, come sperare ancora? Come lottare ancora? Come camminare verso un mondo migliore, se sembra impossibile da realizzare?

L.1. Tu ricorderai, anche nella morte ricorderai. Questo è il tuo compito: serbare tutto quello che ti ho insegnato talmente stretto nel tuo cuore che nemmeno la morte potrà portartelo via. A volte non saprai nemmeno come mi chiamo. Saprai solo che dentro di te alberga un amore profondo e fervente per qualcosa a cui non sai dare un nome, che è sbagliato depredare la terra, le acque, derubare i più deboli, accettare che alcuni muoiano di fame mentre altri banchettano. Per le tue convinzioni, per i tuoi atti di coraggio, sarai oggetto di persecuzione, ma, per quanto tremenda la tortura, per quanto enorme l'agonia della solitudine, dell'esclusione dai gruppi umani o della condanna a non vedere mai più la luce del sole, saprai di non poter essere altro che quello che sei.

L.2. Ma ancora non avrai finito. Perché, come una guaritrice dà la sua forza alla persona che risana, così tu dovrai ridare alla terra la mia saggezza. E a poco a poco, impercettibilmente, la saggezza e l'amore cresceranno e si diffonderanno, fino a che un giorno saranno abbastanza forti da riemergere. Allora certe persone ricorderanno che un giorno vivevano in armonia con la terra e con tutte le sue creature e parleranno. Qualcuno si rifiuterà di ascoltare, ma ci sarà chi udrà il messaggio e nel suo cuore saprà che chi cerca di proteggere la terra dice il vero. Il loro numero aumenterà e, lentamente, molto lentamente, la ragnatela della vita sarà ripristinata.

L.3. Non perdere il coraggio. Io sarò con te per tanti anni a venire. E, quando il tempo della violenza sarà finito, tornerò nelle menti di tutti. Grazie a tutte e tutti voi, che avrete tenuto in salvo nei vostri cuori il ricordo di me, il mio mondo un giorno rinascerà.

T. Continua a starci accanto. La Tua vicinanza ci dia la forza di guardare avanti con coraggio e di muovere ancora un altro passo verso di Te e verso il Tuo sogno di una terra dove la pace, la tenerezza e la cura reciproca saranno al centro delle nostre vite. Ti benediciamo perché, nonostante la distruzione causata da una buona parte dell'umanità, Tu ci dai ancora la speranza di un futuro diverso e ci ricordi che il Tuo paradiso può davvero essere costruito qui, insieme a Te. (liberamente tratto da: Joan D. Lambert, *Il cerchio sacro*, Frassinelli)

CANTO

FACCI RITORNARE A TE

P. Ancora una volta ci raduniamo per ricordare il dono di Dio all'umanità, quel dono che Egli ci ha fatto donandoci Gesù di Nazareth. Come oggi il sole torna a sorgere, così brilli sul nostro sentiero e sorga ogni giorno la presenza di Gesù, il sole di Dio.

CANTO

T. Ti ringraziamo, o Dio,
perché Ti rendi sempre presente al creato.
Tu accompagna le Tue creature
e apri loro sentieri di vita.
Possano gli uomini e le donne vedere il Tuo amore
nel sentiero di Gesù, profeta di giustizia e maestro di vita.
Signore, ci hai voluti creature sognanti:
fa' che gli uomini e le donne
non si stanchino mai di sognare
un mondo senza armi,
senza violenze e senza stupri,
un mondo senza turismo sessuale,
un mondo senza disoccupazione.
Fa' che molte persone
pongano mano ai sogni,
per tradurne almeno qualche pezzo in realtà.

CANTO

G. Signore, albero di vita:
T. noi vogliamo fiorire sui Tuoi rami.
G. Signore, roccia del mio cuore:
T. che io possa riposare su di Te.
G. Signore, Dio eterno:
T. che io possa vivere sempre davanti a Te.
G. Signore, mio liberatore:
T. che io possa rompere le mie catene.

G. Signore, pastore delle nostre vite:
T. noi vogliamo seguirTi.

CANTO

LETTURE BIBLICHE

PREDICAZIONE ED INTERVENTI COMUNITARI

CANTO

MEMORIA DELLA CENA

1. Dio di questa umanità e di tutto il mondo,
vogliamo riconoscere la Tua presenza amorosa e la Tua opera
anche quando esse non sono evidenti ai nostri occhi:
Tu sei sovente il Dio che si nasconde e sembra assente.

2. Resta con noi, o Dio di Gesù, nei nostri giorni feriali,
quando vince la monotonia e prevale la stanchezza;
quando la luce dell'evangelo non illumina più la strada,
quando il fascino delle cose ci prende e ci domina.

T. Tu sai che siamo gente che fugge lontano da Te.
Siamo stirpe di Giona e resistiamo ai Tuoi molti inviti.
Aniché dissetarci a Te, sorgente d'acqua viva e fresca,
preferiamo attingere da ruscelli limacciosi e cisterne screpolate.

1. Resta con noi, o Dio, nelle varie stagioni della vita:
quando nuove esperienze ci inebriano e ci appassionano,
quando sentiamo la vita pulsare e aprirsi davanti a noi
o quando stiamo imboccando il lungo viale del ritorno a Te.

2. Resta con noi, o Dio, quando seminiamo e non vediamo frutti,
quando la fatica e l'incertezza ci spengono il sorriso,
quando il nostro cuore si chiude invece di aprirsi,
quando il fluire dei giorni sembra rubarci la voglia di vivere.

1. Possano le donne e gli uomini riconoscerTi come Dio
e vivere al Tuo cospetto le gioie, gli affanni e le speranze.

Non cerchino in Te il risolutore magico dei loro problemi,
ma la forza per affrontarli e per compiere la Tua volontà.

2. Tu, Dio buono, Dio unico, sai mostrarTi a noi con mille volti
e ci vieni incontro, nella Tua libertà, su infiniti sentieri:
la nostra arroganza presume di legarTi ad una sola strada,
ma Tu resti libero e Ti affacci da tante e strane finestre.

1. Mantienici davanti a Te nella semplicità e sobrietà,
capaci di benedire il Tuo nome per il dono del Tuo amore,
capaci di meravigliarci e trasalire di gioia per la mensa
sulla quale deponiamo il pane che viene da Te e dalla terra.

T. Con questo desiderio, fragile e sincero, che mettiamo davanti a Te, o
Padre, noi facciamo ora la memoria della cena che Gesù mangiò con i suoi
discepoli. Nella notte in cui fu tradito egli prese il pane, fece la preghiera di
ringraziamento, lo spezzò e disse: “Questo è il mio corpo che è dato per voi.
Fate questo in memoria di me”.

Poi, dopo aver cenato, fece lo stesso con il calice. Lo prese e disse: “Questo
calice è la nuova alleanza che Dio stabilisce per mezzo del mio sangue. Tutte
le volte che ne berrete, fate questo in memoria di me”.

P. PREGHIERA DI CONDIVISIONE

COMUNIONE

G. Cantiamo il “Padre nostro”

PREGHIERA SPONTANEA

CANTO

BENEDIZIONE FINALE

T. Grazie, o Dio, per il dono dei sogni. Tu ci inviti a sognare sempre, in
tutte le età e in tutti i momenti della vita. Ci inciti ad ascoltare la Tua voce,
regalandoci fiducia e speranza in Te.

1. Ci tendi la mano,
anche se noi ritiriamo la nostra,
anche quando ci nascondiamo al Tuo sguardo.

2. Nella storia del Tuo popolo Israele,
spesso con i sogni hai indicato la strada,
perché i profeti la tenessero aperta nel Tuo nome.

1. Come ieri, oggi ci indichi il cammino.
Ci mostri i Tuoi progetti e ci spingi all'utopia.
Ci aiuti a rifiutare egoismi e calcoli.

2. Ci ricordi che tutti, uomini e donne,
abbiamo il diritto di sognare,
anche senza potere, senza denaro, giovani e vecchi.

T. Grazie di tutto, o Signore.

CANTO

NELLA RICERCA DI DIO STA LA NOSTRA FELICITA'

P. Saluto all'assemblea e invito al silenzio

G. Signore, Dio del mondo e dei cuori, siamo qui, insieme, davanti a Te, perché stiamo imparando che, senza di Te, il mondo non troverà pace, senza di Te le cose diventano idoli, senza di Te il divertimento diventa sballo, senza di Te il potere diventa dominio, senza di Te la povertà diventa degrado, senza di Te un oceano diventa una palude.

Gesù, il maestro e profeta di Nazareth, davvero alimentava il suo cuore e si rivolgeva a Te, Sua sorgente di vita.

Per questo, o Padre buono, da lui usciva una corrente di speranza e di gioia che diffondeva vita, salute, fiducia, amore.

Madre dolce, vogliamo succhiare dalle Tue mammelle il latte della vita, per crescere, amare e spargere semi d'amore.

CANTO

G. Preghiamo a cori alterni

Donne - Io sono un ciottolo
e sulla riva del mare
onde dolci, onde violente, risacca e pioggia...
tutto mi ha bagnato e il tempo ha levigato
l'anima mia e il mio corpo.

Uomini - Io sono un granello,
minuscolo granello
delle sabbie del mondo, bagnato dalle lacrime...
dolori e poi sorrisi, tutto in me è passato
sull'anima mia e sul corpo.

Donne - Io sono una donna
e sulla riva del mare incontro le altre donne,
intrise di profondo dolore,

d'amore e ribellione
per lo scempio del Creato.

Uomini - Io sono un uomo
e sui sentieri del mondo,
insieme agli altri uomini,
m'impegno a ricreare buon uso del Creato
per noi e figlie e figli.

Donne - Io sono una donna
e sulla riva del mare,
insieme alle altre donne,
m'impegno a ricreare buon uso del Creato
per noi e figlie e figli.

T. Ascoltaci, o Signore!

CANTO

1. Beato l'uomo e beata la donna di integra condotta,
che camminano nella legge del Signore.
Beata e beato chi è fedele ai Suoi insegnamenti
e Lo cerca con tutto il cuore (Salmo 119, 1-2).

2. Quando un re o un capo di stato decide
se il nemico può vivere o deve morire,
non può pensare di camminare sulla strada di JHWH:
è solo prigioniero del potere.

1. Nel seguire i Tuoi ordini è la mia gioia
più che in ogni altro bene.
Voglio meditare i Tuoi comandamenti,
considerare le Tue vie.
Nella Tua volontà è la mia gioia;
mai dimenticherò la Tua Parola (Salmo 119, 14-16).

2. Quando un popolo è oppresso e schiavo
non può sperare che, obbedendo in silenzio,
possa riottenere la libertà.

JHWH vuole la gioia per le Sue creature,
2. Come ogni anno le città, nel periodo di Natale,

una gioia che deriva anche dalla resistenza al potere,
perché è responsabilità per sé e per gli altri e le altre,
perché è obbedienza alla legge di Dio.

1. Aprimi gli occhi perché io veda
le meraviglie della Tua legge.
Io sono straniero/a sulla terra,
non nascondermi i Tuoi comandi (Salmo 119, 18-19).

2. Accogli, o Dio, le nostre debolezze.
Perdona la nostra incostanza verso il Tuo volere.
Aiutaci a capire che solo nel rispetto reciproco
e nell'ascolto della Tua voce, a volte silenziosa,
è possibile trovare il cammino sulla strada che a Te conduce.

1. Ho aderito ai Tuoi insegnamenti, Signore,
che io non resti confusa/o.
Corro per la via dei Tuoi comandamenti,
perché hai dilatato il mio cuore (Salmo 119, 31-32).

T. Ora il nostro cuore si apra alla Tua Parola,
nella preghiera, nel canto, nella lettura biblica.
Siedi fra noi, o Madre, e benedici questo nostro stare insieme;
noi Ti benediciamo per il dono di questa celebrazione comunitaria.

CANTO

LETTURE BIBLICHE

PREDICAZIONE E INTERVENTI LIBERI

CANTO

1. Dammi intelligenza, perché io osservi la Tua legge
e la custodisca con tutto il cuore.
Dirigimi sul sentiero dei Tuoi comandi,
perché in esso è la mia gioia.
Distogli i miei occhi dalle cose vane,
fammi vivere sulla Tua via (Salmo 119, 34-35; 37).

si riempiono di luci, di musiche e di addobbi.
Abbiamo perso la semplicità,
il gusto per il silenzio e per la preghiera.

1. La mia sorte, ho detto, Signore,
è custodire le Tue parole.
Del Tuo amore, Signore, è piena la terra;
insegnami il Tuo volere (Salmo 119, 57; 64).

2. Tutte le lucine dorate ci chiamano,
le musiche ci incantano e gli addobbi ci seducono.
In mezzo a tutto ciò, davvero, la Tua luce rischia di essere confusa,
di essere nascosta dagli scintillii delle vetrine.

1. T'invoco con tutto il cuore, Signore, rispondimi;
custodirò i Tuoi precetti.
Ascolta la mia voce, secondo la Tua grazia;
Signore, fammi vivere secondo il Tuo giudizio.
Le Tue misericordie sono grandi, Signore,
secondo i Tuoi giudizi fammi vivere (Salmo 119, 145; 149; 156).

2. Ma la Tua fiamma non si spegne.
La Tua fiamma è lì, calda e semplice,
vicina ai nostri cuori, se solo noi vogliamo vederla.
Grazie perché non Ti spegni né Ti fai spegnere.

1. Lampada per i miei passi è la Tua Parola,
luce sul mio cammino.
Mia eredità per sempre sono i Tuoi insegnamenti,
sono essi la gioia del mio cuore.
La Tua Parola nel rivelarsi illumina,
dona saggezza ai semplici (Salmo 119, 105; 111; 130).

T. Insegnaci ad essere specchi del Tuo volto,
echi della Tua Parola.
Grazie per la Tua presenza nella nostra vita.

T. Eccoci, o Padre e Madre, alla memoria dell'ultima cena di Gesù, come
suoi discepoli e sue discepole. Egli, sapendo ormai vicina l'ora in cui la con-
giura

del potere avrebbe prevalso, concentrò nel semplice segno del pane spezzato e del vino condiviso tutto il suo insegnamento e disse: “Prendete e mangiate: la mia vita è data per voi e per l’umanità. Quando mangerete questo pasto, lo farete per non dimenticarvi di me”. Poi prese la coppa del vino e, porgendone da bere a tutti e tutte, disse: “Prendete e bevete: la mia vita ha pagato fino allo spargimento del sangue la dedizione alla causa di Dio e dei fratelli e delle sorelle. Dio vi garantisce una alleanza eterna, perfetta: Egli non ritirerà mai il Suo amore dall’umanità. Mangiate questo pasto, ve lo raccomando, per non dimenticarvi di me, di tutto quello che vi ho detto e di tutto quello che ho fatto”.

P. SEGNO DI CONDIVISIONE DEL PANE

CANTO

PREGHIERA SPONTANEA

CANTO

AVVISI

CANTO

BENEDIZIONE FINALE

G. Gesù è stato così coerente
nel predicare e nel testimoniare, fino alla morte,
la rottura con tutto ciò che non ha anima,
spirito vitale, soffio di vita e di libertà...
che non possiamo certo pensarci sul suo stesso piano.
Ma ci è di conforto e di pungolo,
o Sorgente della vita e dell’amore,
sapere che anche noi, ogni giorno, possiamo rinascere:
ogni volta che facciamo un passo, come Gesù,
sugli impervi sentieri della libertà.

T. Tu sei sempre qui, faro che ci illumina e meta che ci attrae:
per questo Ti ringraziamo e Ti benediciamo.

ASCOLTA, ISRAELE...

P. Raccogliamoci in silenzio per qualche istante: la nostra vita e la nostra preghiera scorrono sempre alla presenza di Dio.

CANTO

G. Preghiamo a cori alterni: uomini e donne.

Donne - Fa', o Dio, che siamo veramente capaci
di amarTi con tutto il nostro cuore,
con tutta la nostra mente, con tutta la nostra forza.

Uomini - Aiutaci affinché non ci lasciamo offuscare la mente
dallo stile di vita dominante del nostro tempo,
dove gli "dei" sono tanti
e ci distolgono dal senso vero della vita.

Donne - Accompagnaci nel nostro fragile cammino
e fa' che in noi sia chiara la consapevolezza
della nostra responsabilità individuale
nel praticare sempre la giustizia, la sincerità, la pace.

Uomini - Tienici lontani, o Dio, dalle belle parole,
ma donaci di essere desiderosi di concretezza,
di amore per il prossimo,
riempiendo i nostri giorni di solidarietà.

Donne - Donaci, o Dio, la consapevolezza
che camminare sull'esempio di Gesù
vuol dire fare scelte concrete di vita
e cercare di compiere sempre la Tua volontà.

CANTO

LETTURE BIBLICHE

PREDICAZIONE E INTERVENTI LIBERI

CANTO

MEMORIA DELLA CENA

G. Anche oggi noi siamo qui,
riuniti e riunite nel Tuo nome e dalla Tua bontà,
o Creatore del mondo e Madre della vita.
Con il Tuo aiuto vogliamo ricordare Gesù:
la sua vita, le sue emozioni, le sue parole.

1. Quando ha annunciato: “Il tempo è compiuto e il regno di Dio è qui”.
Quando ha preso per mano la suocera di Simone, guarendola dalla febbre.
Quando ha detto che il sabato è stato fatto per l’uomo e non l’uomo per il sabato.
Quando si è accorto che quella donna gli aveva toccato il mantello,
guarendo all’istante dall’emorragia che la tormentava.

2. Andava attorno per i villaggi a predicare,
senza stancarsi e senza fermarsi a lungo in uno stesso posto,
chiamando uomini e donne a credere con responsabilità.
Con semplicità ha insegnato ai discepoli la solidarietà,
invitandoli a mettere a disposizione il poco cibo che avevano in tasca.
Ogni tanto desiderava passare inosservato alla curiosità delle folle,
per dedicarsi a qualche relazione personale.

L. Ci ricordiamo con gioia e riconoscenza
della disponibilità con cui ha accettato la richiesta della donna sirfenicia,
superando di slancio i confini entro cui credeva, fino a quel momento,
di dover limitare la propria missione;
della delicatezza con cui toccava le persone, aiutandole a guarire;
della sua indignazione verso il comportamento patriarcale dei discepoli,
che gli scacciavano i bambini e le bambine di turno;
di quando ci ha detto che ricco non è solo chi possiede molto,
ma anche chi ha il cuore attaccato a ciò che possiede;
della prontezza con cui chiedeva, a chi lo fermava per strada:
“Che cosa vuoi che ti faccia?”.

T. Pilastri della nostra vita e della nostra fede
vogliamo che siano i due comandamenti

che Gesù ci ha indicato sopra tutti:
l'amore totale per Te,
riconoscendoTi con coerenza unico Signore del creato;
e l'amore per chi ci è prossimo e prossima,
come altrettanti/e noi stessi/e.

L. Ci ricordiamo anche
la sua accoglienza verso lo scriba sincero;
la sua ammirazione per la generosità e la fiducia in Dio
di quella povera vedova che dona tutto il poco che le serve per vivere;
la sua riconoscenza verso la donna che spende una fortuna in profumo,
regalandogli un tenero gesto d'amore.

T. Mai dimenticheremo quello che fece prima di essere tradito. "Mentre mangiavano prese il pane e, pronunciata la benedizione, lo spezzò e lo diede loro, dicendo: 'Prendete, questo è il mio corpo'. Poi prese il calice e rese grazie, lo diede loro e ne bevvero tutti. E disse: 'Questo è il mio sangue, il sangue dell'alleanza che testimonia la mia fedeltà a Dio, agli oppressi e alle oppresse della terra. In verità vi dico che io non berrò più del frutto della vite fino al giorno in cui lo berrò nuovo nel Regno di Dio'."

P. INVITO ALLA COMUNIONE

COMUNIONE

G. Vogliamo, infine, ricordare anche
la sofferenza con cui ha vissuto il tradimento
e il rinnegamento da parte di alcuni dei suoi più cari discepoli;
l'umiliazione e il dolore procuratigli dalle torture e dagli insulti dei suoi aguzzini;
l'angoscia che lo attanagliò sulla croce, quando si sentì abbandonato anche da Te.

T. Ti rendiamo grazie, Creatore del mondo e Madre della vita,
per il messaggio di speranza e di fiducia in Te
che hai suscitato in chi ha voluto testimoniare
la sua risurrezione dalla morte.
Grazie alla loro fede
noi possiamo riconoscere in Gesù
il testimone della causa dei poveri,

di tutte le persone oppresse e annientate dal potere,
la cui vicenda Tu risusciti continuamente:
per farci prendere coscienza della nostra corresponsabilità
e per insegnarci che l'amore
è l'unica strada che porta al Tuo Regno.

CANTO

PREGHIERE SPONTANEE

CANTO

BENEDIZIONE FINALE

1. Non è sempre facile scorgere la realtà del Regno già presente, quando ci troviamo immersi/e in momenti difficili, quando prevale lo sconforto, quando si subiscono abusi o violazioni dei diritti fondamentali della persona.

2. Ogni tanto, però, facci giungere, o Dio, dei segnali incoraggianti, come nel caso di quel maestro della legge che, dopo aver dialogato con Gesù a proposito del comandamento più importante, si sentì rispondere: "Non sei lontano dal Regno di Dio".

1. Certo, dice Gesù, se queste sono le tue convinzioni sincere, non sei lontano; però non fermarti, va' oltre, continua a camminare: il traguardo è ancora più in là. A lui, come a noi, non è chiesto di raggiungerlo, ma di camminare in quella direzione, meglio se insieme a qualche compagno di viaggio.

2. Cerchiamo, tenendo conto dei nostri limiti, di fare come ci ha insegnato Gesù con la sua vita. Come Gesù, prendiamoci la responsabilità di far vivere la pratica della relazione al posto delle regole: oggi più che mai.

G. Il giovane ricco voleva raggiungere la perfezione senza rinunciare alla ricchezza. La vedova, senza pretese di perfezione, si priva serenamente di tutto ciò che possiede.

T. O Signore, aiutaci a non essere troppo attaccati/e a quello che abbiamo e neppure a quello che vorremmo essere. Sostieni e benedici i nostri sforzi.

CI CONOSCI FIN DENTRO LE OSSA

P. Saluto all'assemblea

G. E' bello quando ci si ritrova per stare insieme, per fare festa, per staccare l'interruttore del lavoro, delle occupazioni e delle preoccupazioni. E' ancora più bello quando, oltre a tutto questo, sorelle e fratelli si ritrovano per pregare insieme e ringraziare l'Eterno per il riposo e per le cose belle e buone che ci regala. E' un'opportunità per fare rifornimento di condivisione, di capacità di ascolto, di disponibilità verso l'altra e l'altro. Prepariamoci con un momento di silenzio.

CANTO

1. Se un fiume non è alimentato da torrentelli e ruscelli,
in breve tempo si esaurisce e si prosciuga.

2. Se un albero non riceve sole e pioggia a sufficienza,
non produce frutti e può indebolirsi fino a morire.

T. Se ad un falò viene a mancare la legna
per tenere viva e scoppiettante la fiamma,
a poco a poco si spegne e cessa di scaldare.

1. Se le nostre vite non potessero contare, o Dio,
sul Tuo amore, la Tua tenerezza, le Tue provocazioni,
farebbero la fine del fiume senz'acqua,
dell'albero senza sole e pioggia,
del falò la cui legna è finita.

2. Felice la donna e felice l'uomo
che riconoscono Te, nostro Creatore,
come riferimento sicuro e sempre presente.

T - Felice la donna e felice l'uomo che,
anche nei momenti difficili della vita,

riescono a non cadere nella disperazione
e a cercarTi,
magari bestemmiandoTi, provocandoTi,
ma riconoscendoTi.

LETTURE BIBLICHE

PREDICAZIONE E INTERVENTI LIBERI

CANTO

1. Mai come in questi anni
nel mondo si parla di pace,
di giustizia, di liberazione dalle dittature.
Mai come in questi anni il progresso scientifico
ha permesso di sconfiggere malattie importanti.

2. Molti ceppi sono saltati,
molti muri abbattuti,
molte catene sono state sciolte,
tante schiavitù sono state sconfitte.

T. Nuove schiavitù creano prigionieri e catene
per gli uomini e le donne che cercano libertà.
Troppe nebbie offuscano il nostro sguardo
e confondono chi cerca il sentiero della vita.

1. Ogni giorno nasce una nuova dipendenza,
come se non bastassero quelle che già conosciamo
e i mezzi di informazione diventano sempre più
fabbriche di dipendenze a servizio dei potenti.

2. In questa desolante situazione
aiutaci, o Dio,
a capire che l'unica dipendenza che non fa male,
anzi, che ci permette di affrontare e sconfiggere le altre,
è la dipendenza da Te,
dai modelli di vita che il Vangelo ci propone
e che non sono per nulla limitanti.

T. Aiutaci a capire che,
quando le contrarietà sembrano prevalere,
nascondere la testa nella sabbia è l'unica cosa da non fare.
Aiutaci, quando le difficoltà sembrano spegnerci la speranza,
a saper chiedere aiuto;
ad accettare seriamente, quando c'è chi ci dà una mano,
di far luce negli angoli più bui delle nostre vite,
a non continuare a vivere nell'indecisione, nell'approssimazione.

1. La Bibbia ci ricorda che sotto terra i semi germogliano,
preparando una nuova vita,
quando in superficie sembra che non stia succedendo nulla.

2. Quindi non una vita facile Ti chiediamo,
ma una vita che non chiuda mai le porte alla speranza.
Solo Tu, JHWH, puoi aiutarci, in ogni momento,
ad aprire il cuore alla speranza.

1. Fa' che, tra i Tuoi figli meno fortunati
e le Tue figlie più sfortunate,
siano sempre meno numerosi quelli e quelle
che non riescono a trovare un lumicino verso cui dirigersi.

2. Aiutaci a capire che ciascuna e ciascuno di noi
può essere sostegno e speranza
per chi si trova nell'angoscia,
per qualche fratello e sorella che sta perdendo la fiducia.

MEMORIA DELLA CENA

T. Eccoci, o Sorgente della vita e dell'amore, alla memoria dell'ultima cena di Gesù, come suoi discepoli e sue discepole. Egli, sapendo ormai vicina l'ora in cui la congiura del potere avrebbe prevalso, concentrò nel semplice segno del pane spezzato e del vino condiviso tutto il suo insegnamento e disse: "Prendete e mangiate: la mia vita è data per voi e per l'umanità. Quando mangerete questo pasto, lo farete per non dimenticarvi di me". Poi prese la coppa del vino e, porgendola a tutti e tutte, disse: "Prendete e bevete: la mia vita ha pagato fino allo spargimento del sangue la dedizione alla causa di Dio e dei fratelli e delle sorelle. Dio vi garantisce un'alleanza eterna, perfetta:

Egli non ritirerà mai il Suo amore dall'umanità. Mangiate questo pasto, ve lo raccomando, per non dimenticarvi di me, di tutto quello che vi ho detto e di tutto quello che ho fatto”.

P. PREGHIERA DI COMUNIONE

COMUNIONE

CANTO

PREGHIERE SPONTANEE

CANTO

L. Padre nostro, Madre nostra,
con chiunque possiamo avere dei segreti,
ma non con Te.

Ci conosci fin dentro le ossa.
Anche se a volte fingiamo il contrario,
abbiamo bisogno di Te ogni giorno.

T. Continua, Ti preghiamo,
a bussare alle porte dei nostri cuori:
prima o poi Ti apriremo,
Ti faremo entrare
e allora per ciascuno e ciascuna di noi
sarà festa grande.

CANTO

CANTIAMO A DIO CON VOCI DI GIOIA

P. Saluto all'assemblea

G. Lodiamo Dio perché la nostra vita si svolge in compagnia del sole,
dell'acqua, della terra, degli animali, delle pietre.

CANTO

T. Tutto ciò che esiste, o Dio,
dalle stelle del cielo alle gocce di rugiada,
tutto, davvero tutto, è Tuo dono.
Oggi vogliamo riconoscerlo e ringraziarTi.
Vogliamo ringraziarTi
per questa terra che ci sorregge e ci nutre,
per questo cielo dal quale ci sorridi.

CANTO

LETTURE BIBLICHE

PREDICAZIONE E INTERVENTI LIBERI

CANTO

T. O Dio, poche volte sappiamo ringraziarTi
per tutti i doni che Tu fai al mondo;
per lo splendore dei cieli alti e stellati,
per i colori e i profumi degli alberi e fiori.

1. Vorremmo ricordarci
che tutto ciò che vive viene da Te,
opera delle Tue mani amorose.

2. Vorremmo ringraziarTi
per la compagnia degli animali,

per le acque, a volte troppo impetuose,
con cui disseti la terra.

1. O Dio, tenero ed innamorato,
fonte d'amore per tutte le creature,
fa' che tutte le religioni della terra
cerchino la giustizia e la pace.

2. Parla al cuore delle chiese cristiane:
si prendano cura di questo creato,
evitino i compromessi e le ambiguità,
escano dalla prigionia dei linguaggi diplomatici.

CANTO

G. Mentre mangiamo questo pane, dividendolo tra noi in memoria di Gesù,
vogliamo chiederti di darci un cuore nuovo, una nuova consapevolezza. Rendi
la nostra vita una compagnia profonda e responsabile per tutte le creature che
vengono dalle Tue mani.

T. Gesù sedeva a mensa con i dodici che aveva scelto tra la gente che non
conta nulla. La congiura dei potenti stava per metterlo nelle mani di coloro che
cercavano ogni pretesto per farlo fuori. Era notte per tutti, anche per il cuore
di Gesù. Egli prese il pane, pregò il Padre, ne diede a tutti dicendo: "Questo è
il mio corpo dato per voi: è il segno dell'amore che condivide, che non tiene
per sé. Fate questo in memoria di me." Allo stesso modo, quando ebbero cen-
nato, prese la coppa del vino e disse: "Questo calice è la nuova alleanza nel
mio sangue. Tutte le volte che bevete a questo calice, fate questo in memoria
di me".

P. PREGHIERA DI CONDIVISIONE

COMUNIONE

1. Possiamo imparare, con il Tuo aiuto,
a vedere, nelle persone che incontriamo ogni giorno,
dei compagni e delle compagne di viaggio.

2. Possiamo imparare ad amare e rispettare

questa terra generosa con noi,
averne cura nei nostri gesti quotidiani.

1. Ti preghiamo specialmente per tutti/e coloro
che sono senza terra,
cacciati/e dalla loro terra.
Vogliamo lottare contro chi sequestra la terra
e ci scrive sopra “proprietà privata”.

2. Tu ci hai detto, o Dio, creatore d’ogni vita,
che la terra è Tua e noi siamo ospiti e pellegrini.
Vogliamo imparare a non volere il sole e la luna solo per noi,
ma a condividere tutti i Tuoi doni.

CANTO

PREGHIERE SPONTANEE

CANTO

AVVISI

P. Andiamo nella nostra vita quotidiana
con tanta fiducia e speranza.
Dio è compagno di viaggio
di ogni uomo e di ogni donna.
Lasciamoci accompagnare.

CAMMINA ANCORA CON NOI

P. Saluto all'assemblea

G. Anche oggi, o Signore, ascolteremo la Tua parola per udire la Tua voce.

CANTO

G. Signore, cammina ancora con noi
T. affinché impariamo a camminare con Te.

G. O Dio di Gesù, che ami senza confini,
T. rompi le barriere dei nostri particolarismi.

G. Ascoltiamo ora la preghiera del Padre Nostro.

CANTO

LETTURE BIBLICHE

PREDICAZIONE E RICERCA COMUNITARIA

CANTO

T. Signore, Tu ci doni il comandamento della vita,
ci indichi il sentiero buono della felicità
e ci accompagni lungo tutti i nostri giorni.

1. Fa' che ci accorgiamo della Tua presenza,
sovente nascosta, dimessa, silenziosa:
Tu, sangue vivo dei nostri cuori e luce dei nostri occhi.

2. Resta con noi, amore che non tramonti mai,
anche quando i nostri piedi fuggono da Te e cercano altre strade:
Tu ci attendi al di là di ogni smarrimento.

T. Tu, l'Eterno,
sai amare i nostri fuggevoli giorni
e ci doni il tempo per riconoscerci tra di noi,
come donne e uomini che camminano davanti a Te.
Tu, Madre paziente,
sorridi al mondo dall'alto delle stelle:
abbiamo tanto bisogno di gustare la Tua compagnia,
per vedere in tutte le cose un dono che viene da Te.

1. Dona ai nostri cuori e alle nostre braccia
l'audacia e la fede della donna sirofenicia.
Il trascorrere dei giorni, luogo della Tua chiamata,
diventi lo spazio della nostra continua conversione.

2. Tu conosci tutto di noi, le luci e le ombre.
Aiutaci a zappare la terra dei nostri cuori,
a far fiorire, o Dio, anche la steppa più arida,
a coltivare i fiori del giardino che ci hai dato.

T. O Dio, Tu non Ti sei ritirato nella dorata reggia del cielo:
vogliamo credere alla Tua promessa
e sperare che Tu Ti faccia presente
là dove donne e uomini, purtroppo,
esperimentano gli "inferni" della disperazione,
della guerra, della miseria, della violenza.

T. Questo nostro spezzare il pane e bere il vino in memoria di Gesù, lasci tracce profonde nella nostra vita e ci dia la gioia di sentire la Tua presenza nella vita del mondo. Gesù era a mensa e Ti pregò, o Padre. Poi prese il pane, lo alzò al cielo, diede lode al Tuo nome santo e disse: "Prendete e mangiate: ecco, questo pane spezzato è la mia vita messa a disposizione. Fate questo per non dimenticarvi di me". Poi prese la coppa del vino, ne porse da bere a tutti dicendo: "Prendete e bevetene tutti: ormai la vita mi sarà tolta fino al sangue. Non dimenticatevi di me. Io spero che anche Dio non si dimentichi di me".

P. PREGHIERA DI CONDIVISIONE

COMUNIONE

CANTO

PREGHIERA SPONTANEA

CANTO

L.1. A volte, o Signore,
vorrei chiudere gli occhi e riaprirli
in un mondo di persone diverse,
dove bastasse guardarsi negli occhi per capirsi
e, dopo, camminare felicemente insieme...
Ma Tu, o Signore, mi hai insegnato
che non basta guardarsi negli occhi.
Bisogna parlarsi e, per camminare insieme, bisogna amarsi.
A volte ci riesco,
a volte mi trovo sperduto/a in un labirinto di specchi.
Permettimi, o Signore, nella Tua bontà,
di chiudere ogni tanto gli occhi.

L.2. Dio di Abramo e di Sara,
che ci fai uscire all'aperto per guardare il cielo e contare le stelle,
Dio di Giacobbe e di Rebecca,
che lotti avvinghiato a noi,
Dio di Giobbe e di Giuditta,
che ci interroghi anche quando noi crediamo di interrogarci su di Te,
Dio di Mosè e di Miriam,
che Ti lasci contestare,
Dio alla ricerca di donne e di uomini cui dare nomi diversi,
Ti ringrazio, perché mentre uscivo per incontrarTi,
Ti ho trovato che venivi verso di me!

CANTO

LIBERACI ANCORA, O DIO

P. Saluto all'assemblea

G. Donaci, o Dio, il desiderio di Te.
Aiutaci a piantare l'albero della nostra vita
sulle rive di quel ruscello che sei Tu.

CANTO

LETTURE BIBLICHE

PREDICAZIONE E LIBERI INTERVENTI

CANTO

G. O Dio, giovane sole della nostra vita,
liberaci dalla indifferenza
e donaci una passione
capace di bruciare i nostri egoismi.
Accompagnaci nei giorni feriali, quando,
senza di Te, perdiamo la strada
o non troviamo le energie per percorrerla.
Dona al mondo torrenti di pace
e un mare sconfinato di speranza,
o Dio della gioia.

P. Prendiamo ora il pane e il vino e imbandiamo la mensa di Gesù.
La celebriamo con gioia e speranza nel suo nome.
La memoria della cena di Gesù ci renda disponibili, o Padre,
a percorrere la sua strada.

T. Era seduto a tavola in mezzo ai dodici, prese il pane, lo spezzò e lo distribuì dicendo: "Prendete, mangiatene tutti: io sono un corpo spezzato, una vita condivisa e donata. Questo gesto sia per voi un simbolo, un ricordo della mia vita". Poi, presa la coppa del vino rosso, si rivolse a Te, o Padre, in preghiera

e subito dopo la fece passare a ciascuno dei dodici e disse: “Sì, questa coppa di vino rosso vi ricordi che la fedeltà alla causa di Dio mi ha richiesto persino lo spargimento del sangue. Sappiatelo: tra il mondo e Dio esiste un'alleanza, un vincolo d'amore, una proposta d'amore che non si romperà più. La mia vita vi parli di questo amore. Fate questo per non dimenticarvelo.”

G. Padre, svegliaci e ponici davvero sulla strada di Gesù.
Non permettere che giriamo attorno alla sua parola,
vanificandola con la nostra mediocrità e superficialità.
Metti il bisturi al nostro cuore e circoncidilo.

1. Su questa strada su cui arranchiamo, puoi tenerci lontani
sia dall'autocompiacimento sia dallo scoraggiamento.
Vorremmo cercare di essere sinceri, desiderosi di concretezza,
per non ricadere nell'illusione delle belle parole.

2. Davvero non siamo capaci di grandi svolte, di conversione;
ma Tu ridonaci, pungolandoci, il desiderio di cambiare vita,
di lasciarci sfidare dalle proposte della Tua parola.
O Dio, sempre nuovo, noi vogliamo contare su di Te.

T. Possa la nostra vita, nelle relazioni quotidiane
e nelle scelte che compiamo, pur così diverse e varie,
manifestare, in qualche modo, che per noi la Tua volontà conta,
che essa non abita sulle nubi, ma è forza trasformatrice.

CANTO

P. PREGHIERA DI CONDIVISIONE

COMUNIONE

PREGHIERE SPONTANEE

CANTO DEL PADRE NOSTRO

P. Fratelli e sorelle,
l'eucarestia ci invita al cambiamento.
Fidiamoci di Dio, delle Sue promesse
e della Sua compagnia.

PERCHE' FUGGIAMO DA TE?

P. Saluto all'assemblea

G. Signore, Tu sei un Dio che invita, che chiama.

T. Possa il nostro cuore non chiudersi alla Tua voce.

G. Pausa di silenzio.

CANTO

L. Oggi, se udite la voce di Dio, non indurite i vostri cuori, come avete fatto nel giorno della ribellione, quando nel deserto avete messo Dio alla prova. Là, dice il Signore, i vostri padri mi hanno messo alla prova, benché avessero visto per quarant'anni ciò che ho fatto per loro. Perciò ho detto: "I loro pensieri seguono sempre strade sbagliate, non hanno mai conosciuto le mie vie" (Ebrei 3, 8-11).

T. Oggi, se udiamo la voce di Dio, non induriamo i nostri cuori!

CANTO

G. Signore, che non Ti stanchi di noi:

T. Noi Ti ringraziamo, perché ci perdoni
anche quando stiamo davanti a Te come sordi e ciechi,
incuranti della Tua chiamata.

G. CANTO

T. Signore, Dio che parli ancora:
fa' che la Tua parola non venga da noi vanificata,
ma apra sentieri di felicità e di amore in noi e in tutto il mondo.

LETTURE BIBLICHE

PREDICAZIONE E LIBERI INTERVENTI

CANTO

G. Signore, parla:
T. la Tua figlia ascolta.

G. Signore, parla:
T. il Tuo figlio ascolta.

G. Signore, parlati:
T. vogliamo ascoltare la Tua voce.

1. Perché, o Signore, fuggiamo sempre lontano da Te?
Perché resistiamo ai Tuoi molti inviti?
Perché Giona fugge lontano dal Tuo cospetto?
Perché Adamo si nasconde dal Tuo volto?

2. Perché, o Signore, preferiamo la tenebra alla luce?
Perché l'umanità non Ti cerca dove può trovarTi?
Perché abbandoniamo la sorgente e cerchiamo pozzi inquinati?
Perché gettiamo alle spalle le Tue promesse di vita?

MEMORIA DELLA CENA

G. O Dio, stampa nei nostri cuori la memoria viva e mobilitante di quel pasto che Gesù, vicino alla morte, mangiò con i suoi amici e le sue amiche. Egli, che amava appassionatamente la vita, ora era stretto dalla persecuzione congiunta dei poteri politici e religiosi.

T. Prese del pane e, dopo aver alzato gli occhi al cielo per benedire il Tuo nome, o Padre, lo spezzò e lo distribuì dicendo: "Prendete e mangiatene tutti. Questo spezzare il pane tra di voi, sotto lo sguardo di Dio, vi ricordi che tutto viene da Lui e che io ho cercato ogni giorno di condividere, di "spezzare" tutto ciò che ho ricevuto dalle Sue mani". Poi prese la coppa del vino e ancora una volta si rivolse a Te per lodarTi con tutto il suo cuore e, porgendola a bere, disse: "Questo vino vi ricordi che per essere fedele a Dio ho affrontato l'ingiustizia e il potere fino a perdere la mia vita, a versare il mio sangue. Quando vi riunirete per mangiare questo pane e bere questo vino, quando soprattutto cercherete di "condividere" i doni che Dio vi ha fatto, allora sarete miei discepoli, allora davvero vi ricorderete di me".

L. Signore, chiamaci
T. quando dormiamo i sonni del disimpegno.

L. Signore, chiamaci
T. quando ci dimentichiamo di Te.

L. Signore, chiamaci
T. quando siamo presi dagli idoli vani.

L. Signore, chiamaci
T. quando siamo nel silenzio e quando siamo nel tumulto.

L. Signore, chiamaci,
T. quando siamo in fuga come Giona.

L. Signore, chiamaci
T. quando siamo in cammino come Abramo, Miriam e Mosè.

L. Signore, chiamaci
T. quando ci tiriamo indietro come il giovane ricco.

L. Signore, chiamaci
T. quando costruiamo sulla sabbia.

L. Signore, chiamaci
T. quando siamo scoraggiati e depressi.

L. Signore, chiamaci
T. quando la gioia ci canta in cuore.

PADRE NOSTRO

P. PREGHIERA DI CONDIVISIONE

COMUNIONE

CANTO

G. Invito alla preghiera spontanea

BENEDIZIONE FINALE

G. Grazie, o Signore, Dio del cielo e della terra.
Tu ci hai fatto incontrare la persona e la strada di Gesù.
Ti ringraziamo anche per le mille strade
attraverso le quali Tu Ti avvicini a questa umanità.
Sono infiniti i sentieri che vengono da Te
e sono infiniti quelli che a Te conducono.

T. Le donne e gli uomini possano e vogliano
ascoltare oggi la Tua voce invitante.
Possa la nostra comunità credere
che la Tua chiamata è sempre nuova.
La Tua parola, ascoltata ed accolta,
resti la pietra su cui costruiamo la casa della nostra vita.

P. Benedetto sei Tu, o Signore,
Dio che chiami e non Ti stanchi mai di noi.

SEMPRE ALLA RICERCA DI TE

P. Saluto all'assemblea

G. Alla luce delle Scritture la nostra fede si fa strada: si tratta di ringraziare Dio che ha donato al mondo il profeta Gesù, la cui testimonianza e il cui messaggio continuano a rappresentare, per noi e per milioni di uomini e donne, il faro che illumina la vita, la strada su cui dirigere i passi.

CANTO

G. O Dio,
che non hai dimenticato questo mondo,
anche se si allontana dal Tuo progetto,
noi Ti ringraziamo perché, in Gesù di Nazareth,
possiamo riconoscere un Tuo grande dono.
Noi sperimentiamo la Tua incessante opera di creazione
perché, mentre i potenti affamano, violentano e uccidono,
Tu continui a far nascere donne e uomini
capaci di amore, di solidarietà e di giustizia.

T. Nella nascita di Gesù
noi Ti ringraziamo per ogni uomo e ogni donna
che rinasce a vita nuova.
Benedetto sei Tu, o Dio d'amore,
perché, nonostante tutto, non abbandoni il mondo
nelle mani dei potenti, assetati di denaro e di potere.

CANTO

LETTURE BIBLICHE

PREDICAZIONE E LIBERI INTERVENTI

CANTO

1. Ricordami, o Dio, di non dare mai niente per scontato:

la casa, il cibo, il lavoro, le persone, la salute,
i sensi che mi permettono di vedere, toccare, odorare, sentire, gustare.
Ricordami, in ogni momento, quanti doni mi offri,
di cui non sempre Ti sono riconoscente.

2. Insegnami ad ascoltarTi, a dirTi tutto ciò che mi preme:
affanni, preoccupazioni e gioie; a mettere tutto come corona ai Tuoi piedi
e, poi, ad ascoltarTi e vederTi nelle parole delle altre persone
e nelle situazioni che la vita mi pone di fronte.

1. Insegnami ad uscire dalle prigioni dei miei bisogni,
dalla chiusura delle mie troppe piccole comodità,
dalla capacità della mia mente di trovarmi giustificazioni
ogni volta che non ho voglia di fare qualcosa
che mi richiede un po' più di impegno.

2. Fammi volare incontro a Te, con fiducia ed abbandono.
Dammi la certezza che stare con Te è l'unica cosa importante della vita;
aiutami ad agire come se tutto dipendesse da me e, nello stesso tempo,
come se tutto fosse nelle Tue mani.

T. Dimmi chi sei in ogni momento:
la mia vicina noiosa, la persona che ha bisogno,
coloro che desiderano parlare quando non ho voglia di ascoltare,
il lavoro che non ho voglia di svolgere,
le opportunità giornaliere non programmate.
Possa scoprirTi presente in tutto ciò che vivo.

1. Aiutaci, o Dio,
a guardare oltre il nostro piccolo orizzonte, perché là ci sei Tu.
Aiutaci a tendere le nostre mani, ad allargare i nostri cuori,
perché in quell'uomo e in quella donna che soffrono ci sei Tu.

2. Aiutaci a trovarTi nella grande confusione di questi tempi,
dove ci giungono con prepotenza, ogni giorno,
messaggi in cui prevale la superficialità.
Aiuta e dai pace, o Dio,
a uomini e donne, bambini e bambine di tutto il mondo
che non conoscono il sorriso.

1. Aiutaci a ritrovare la fiducia nel rapporto tra le persone,

quando essa, nei complicati sentieri della vita,
è andata perduta.

2. Aiutaci, o Dio,
ad ascoltare le voci più deboli
e a raccogliere i fiori più semplici,
perché ancora li ci sei Tu.

T. O Dio, che fai crescere il frumento, il mais, la segale e tanti frutti della nostra madre terra, noi ora divideremo tra di noi questo pane. Lo divideremo ringraziandoTi per tutti i doni di cui Tu orni le Tue creature. Lo divideremo e lo mangeremo nel ricordo vivo, nella memoria affettuosa e calda di Gesù. Egli, a mensa con i suoi amici e le sue amiche, spezzò il pane e disse: “Ogni volta che dividerete questo pane tra di voi, vi ricorderete di me, della mia vita, del mio insegnamento. Prendete, dividete e mangiate”.

P. PREGHIERA DI CONDIVISIONE

COMUNIONE

CANTO

PREGHIERE SPONTANEE

CANTO

AVVISI

P. “Gloria a Dio nell’alto dei cieli
e pace in terra agli uomini e alle donne che Egli ama” (Luca 2,14).

E LA STELLA LI PRECEDETTE...

P. SALUTO ALL'ASSEMBLEA

CANTO

G. Signore, Dio dei cieli e delle terre,
Tu guardi anche a noi.
Tu sei la grande e splendente stella che ci precede
e ci accompagna nel pellegrinaggio della nostra vita.
Possa la Tua luce non abbandonarci mai
perché dense sono le tenebre, fitta è la notte,
molte le luci fatue ed ingannevoli.

CANTO

1. “Tu, Dio, hai fatto le stelle” (Genesi 1,16)
“Perché regnassero sulla notte” (Salmo 136,9)
“Tu sai contare il numero delle stelle” (Salmo 147,4).

2. “Se guardo il cielo, opera delle Tue dita,
vedo la luna e le stelle che Tu hai fissato” (Salmo 8,4).

1. “Moltiplicherò la tua progenie come le stelle” (Genesi 22,17).
“Ma Dio non è nell'alto dei cieli?
Guarda il vertice delle stelle: quanto sono alte!
E Dio passeggia sulla volta dei cieli” (Giobbe 22,12-14).

2. “Come può giustificarsi un uomo davanti a Dio
e apparire puro un nato di donna?
Ecco, la luna stessa manca di chiarore
e le stelle non sono pure ai suoi occhi” (Giobbe 25,4-5).

1. “Lodatelo, sole e luna,
lodatelo, voi tutte, fulgide stelle” (Salmo 148,3).

2. “Il re di Babilonia pensava: Salirò in cielo,
sulle stelle di Dio innalzerò il trono,
salirò sulle regioni superiori delle nubi,
mi farò uguale all’Altissimo’.
E invece sei stato precipitato nelle profondità dell’abisso” (Isaia 14,13-15).

T. “Questa voce noi l’abbiamo udita scendere dal cielo mentre eravamo
con lui sul santo monte. E così abbiamo conferma migliore della parola dei
profeti, alla quale fate bene a volgere l’attenzione, come a lampada che brilla
in un luogo oscuro, finché non spunti il giorno e la stella del mattino si levi
nei vostri cuori” (2 Pietro 1,18-19).

CANTO

PREGHIERA

G. Signore, Tu che hai detto ad Abramo: “Guarda il cielo e conta le stelle”, fa’ che nei giorni della nostra vita, mentre calchiamo la terra della nostra
esistenza quotidiana, non ci dimentichiamo di guardare il cielo e “contare” le
stelle che Tu ci regali: le persone che ci fai incontrare, le opportunità che ci
offri, le occasioni che ci prepari, le proposte che ci fai giungere.
Soprattutto, Dio del mondo, fa’ che non cessiamo mai di ringraziarTi per aver
incontrato Gesù, colui che riflette per noi la luce del Tuo volto e indica il cam-
mino della nostra vita. Egli è per noi il simbolo di Te.

LETTURE BIBLICHE

PREDICAZIONE E LIBERI INTERVENTI

CANTO

1. Tutti i giorni, Padre, fai sì che ci siano delle stelle sul nostro cammino,
ma troppe volte non le vediamo, non le vogliamo vedere,
facciamo finta di non vederle.

2. La luce della Tua stella, o Madre, è poco visibile ai nostri occhi,
ma, quando riusciamo a vederla, riempi di calore i nostri cuori.
Insegnaci ad ascoltare il nostro cuore.

1. Come la neve, che ricopre il terreno durante l’inverno

per poi farlo rinascere a primavera,
così Tu, o Dio, ci ricopri del Tuo amore,
della Tua pazienza, della Tua sollecitudine,
per aiutarci a crescere, a vivere e, a volte, a rinascere,
non per una sola stagione, ma per tutta la vita.

2. Certamente troviamo delle stelle sul nostro cammino,
ma facciamo fatica ad individuare la Tua luce in esse.
O Dio, accogli la nostra difficoltà a riconoscerTi.

1. A Te, Padre, questa preghiera.
Venivo da lontano,
non riconoscevo i segni del Tuo amore.
Ora Ti prego: continua ad aiutarmi
per vedere il percorso iniziato.
Aiuta i miei passi vacillanti;
fa' che si posino sulla strada della vita
con gioia, responsabilità e amore.

2. Rendi i miei occhi vigili,
così potrò vedere la scia della Tua stella.
Rendi il mio cuore aperto ai messaggi di amore
che continuamente parlano di Te.
Ti ringrazio per le sorelle e per i fratelli
che hai messo sulla mia strada.
Per questo e per tanto altro Ti benedico,
Signore dei miei giorni.

T. O Dio, anche oggi noi spezziamo il pane ricordando Gesù.
Ecco: in questo gesto, semplice e significativo, noi siamo raggiunti dal Tuo invito, siamo sollecitati dalla Tua voce: "Figlio mio, figlia mia: spezza il pane del tuo cuore, spezza le ore dei tuoi giorni, spezza il conto in banca che tieni solo per te; spezza ciò che hai tra le mani e tutti i doni che Ti ho fatto".
Padre buono e Madre amorosa,
Dio che inviti alla vita,
fa' che la nostra esistenza quotidiana sia "corpo di Gesù",
cioè faccia nostra la sua strada, segua le sue orme.

G. Signore, veglia sul nostro cammino, ora e sempre.
Tu, sentinella e custode dei nostri cuori.

P. SPEZZIAMO IL PANE

CANTO

PREGHIERA SPONTANEA

CANTO

BENEDIZIONE FINALE

L. Signore, sei Tu che ci doni la possibilità
di rinascere ogni giorno alla vita, alla speranza.
Che sarebbe del torrentello
se la sorgente non gli regalasse continuamente la sua acqua?
Che sarebbe del torrentello
se volesse fare da sé e tagliare il legame
con il continuo zampillo della sorgente?
Tu, Dio, sei l'acqua perenne
che spinge avanti il rigagnolo dei nostri giorni.
Tu, nostra sorgente e nostra speranza;
Tu, stella del mattino e sole che non tramonta,
sei il calore che raggiunge il nostro cuore e gli permette di amare.
Grazie, o Dio.

CANTO

GUIDA I NOSTRI PASSI

P. Saluto all'assemblea

CANTO

G. O Signore, donaci ancora la Tua Parola.

T. Incontraci con il Tuo amore.

G. Cercaci quando fuggiamo da Te.

T. Aiutaci ad aprire le porte del nostro cuore.

G. Guarda, o Dio, l'alberello della nostra vita.

T. Raggiungi le sue radici con la Tua acqua.

G. Possano i nostri occhi vedere il mondo.

T. Le nostre mani intreccino altre mani.

CANTO

LETTURE BIBLICHE

PREDICAZIONE E INTERVENTI LIBERI

CANTO

1. Signore, Dio dei cieli e delle terre,
anche Tu sei sempre in cammino,
alla ricerca degli uomini e delle donne.

2. Tu bussi, con amore dolce ed ostinato,
ad ogni cuore; proponi e riproponi,
anche quando la porta è chiusa col catenaccio.

1. Tu, Dio che non ci obblighi a nulla,
ma non Ti stanchi mai di chiamarci,
ci dai il tempo e non ritiri il Tuo amore.

2. Senza la Tua fiamma di vita

il nostro cuore si chiude e si spegne.
Senza il Tuo pozzo non c'è acqua che disseti.

T. Tu, Dio di Gesù e di tutto il creato,
sei il grande incontro della nostra vita:
sei la roccia su cui edificiamo la casa,
sei l'inizio e la meta di tutti i nostri sentieri.

1. Sei Tu la luce sui nostri passi,
sempre minacciati dai sentieri del nulla.
Sei Tu che apri le nostre prigioni
e spezzi le nostre catene invisibili.

2. Noi, pecore perdute che Tu hai cercato,
contiamo sulla forza del Tuo vento.
Tu, con la Tua mano tenera e forte,
sei la carezza che guarisce tante ferite.

T. Tu che hai guidato i nostri passi e il nostro cuore,
accompagnaci sempre sulla via dell'amore.
Come il girasole si volge verso il sole,
così la nostra vita guarda a Te, o Dio.
Accompagnaci, o Signore!
Sii il compagno di viaggio per ogni stagione:
nei giorni di sole, di nebbia, di pioggia.

G. Eccoci ora partecipi, come discepole e discepoli, della cena di Gesù.

T. O Dio, ci doni la possibilità di stare fiduciosamente davanti a Te. Ora noi spezziamo il pane ricordando Gesù. Rendi vivo ed efficace per ciascuno e ciascuna di noi questo ricordo. Egli ci disse di vivere al Tuo cospetto e ci insegnò a dividere il pane dei campi e il pane dei cuori. "Prendete e mangiate, prendete e bevete: questo è il mio corpo, questo è il mio sangue". Questo è il corpo, la vita, la strada, la sostanza della memoria di Gesù: vivere sotto il Tuo sguardo e dividere tra di noi, accompagnarci. Padre, che tutto questo si avveri nelle nostre vite perché la nostra eucarestia non diventi una farsa.

P. PREGHIERA DI CONDIVISIONE
COMUNIONE

G. Mentre termina la condivisione del pane, ascoltiamo e seguiamo con il cuore la preghiera del Padre Nostro.

CANTO

PREGHIERA SPONTANEA

CANTO

AVVISI

BENEDIZIONE FINALE

L. O Dio,
che ci fai incontrare nei modi più diversi,
Ti ringraziamo per i doni che ci fai.
Tu, Dio bello ed accogliente,
ci hai invitati e sospinti
sulla strada di Gesù.
Possano nascere in questo solco
i frutti di amicizia e condivisione
che Tu attendi dalla nostra vita.
Muovi le nostre mani per costruire
le catene della pace e della giustizia,
perché il leone cessi di mangiare l'agnello,
perché il deserto non invada le terre feconde,
perché cadano le barriere tra popoli e persone.

PAROLE DI FIDUCIA, PAROLE D'AIUTO

P. Saluto all'assemblea

CANTO

PREGHIERA

CANTO

LETTURE BIBLICHE

PREDICAZIONE E INTERVENTI LIBERI

CANTO

1. O Dio, aiutaci a vivere
con la consapevolezza della nostra piccolezza
di fronte a Te e di fronte al mondo.

2. Padre,
aiutaci ad apprezzare gli altri e le altre,
con i loro difetti e con i loro pregi.

1. Madre,
vorremmo chiederTi, per ogni persona, una "mano che sfiora".
Vorremmo che il calore dei sentimenti di solidarietà
potesse passare attraverso la Tua mano
e attraverso la mano di ognuno e ognuna di noi,
per comunicare agli altri e alle altre
la nostra disponibilità e il nostro amore.

2. Fa' che tutto il mondo si prenda per mano,
fa' che un pensiero di dolcezza
scorra tra le dita di ogni donna e di ogni uomo
e che arrivi fino a Te con infinito amore.

1. Viviamo in un mondo che ci bombarda di parole,
che ci assale con le parole:
parole spesso vuote, inutili, insignificanti, ingannatrici;
parole che anche noi, molto spesso,
utilizziamo per abitudine,
senza renderci conto del loro vero significato.

2. Vi sono parole che, dette con il cuore,
possono aiutare,
possono curare,
possono salvare.

T. Signore, aiutaci a trovare, nella vita di ogni giorno,
persone dispensatrici di parole vere, sincere,
e fa' che anche noi possiamo diventare,
almeno in parte,
persone che parlano con il cuore.

1. Ogni giorno incontriamo persone diverse,
parliamo, parliamo,
e spesso senza, in realtà, dire nulla,
spinti, forse, dalla fretta e dall'abitudine.

2. Da questo parlare
spesso non ricaviamo nulla, nè noi nè l'altro/a;
dobbiamo fermarci, trovare un momento tranquillo,
nella frenesia della vita quotidiana,
per riuscire a parlare veramente, per comunicare.

T. Signore,
aiutaci a trovare questi momenti ogni giorno,
anche quando sembriamo non accorgerci degli altri e delle altre,
anche quando non abbiamo voglia,
anche quando vorremmo chiuderci in noi stessi/e;
fa' che le nostre parole, da vuote,
diventino dispensatrici di fiducia e di aiuto.
E fa' che anche noi troviamo nelle parole,
nei gesti, nei sorrisi, nelle carezze,
nei rimproveri, nella fermezza degli altri e delle altre,
l'aiuto e lo stimolo per continuare il cammino della vita.

CANTO

MEMORIA DELLA CENA DI GESU' (dalla Didaché)

T. Ti ringraziamo, o Padre nostro,
per la santa vite di David Tuo servo
che ci hai fatto svelare
da Gesù Cristo Tuo servo.

A Te sia gloria nei secoli. Amen.

Ti ringraziamo, o Padre nostro,
per la vita e per la conoscenza
che ci hai fatto svelare
da Gesù Cristo Tuo servo.

A Te sia gloria nei secoli. Amen.

Come questo pane spezzato era sparso sui colli
e raccolto è diventato una cosa sola,
così si raccolga la Tua chiesa dai confini della terra
nel Tuo regno:
perché Tua è la gloria e la potenza
per mezzo di Gesù Cristo nei secoli. Amen.

P. PREGHIERA DI CONDIVISIONE

COMUNIONE

CANTO

PREGHIERA SPONTANEA

CANTO

BENEDIZIONE FINALE

CANTO

IMPARARE AD ACCOGLIERE

P. Saluto all'assemblea

G. Raccogliamoci in silenzio. Dio parla anche là dove non risuona nessuna parola. FacciamoGli spazio: offriamoGli la nostra attesa.

CANTO

1. Padre nostro, Madre nostra:
se scrivo il Tuo nome sulla sabbia, un soffio può cancellarlo;
se incido il Tuo nome su un albero, la corteccia può cadere;
se scolpisco il Tuo nome sul marmo, la pietra può rompersi.
Signore, conoscendo la Tua fedeltà,
ho deciso di incidere il Tuo nome nel mio povero cuore:
ho visto con gioia che Tu non Ti sei allontanato da me.

2. Come il bambino riceve il pane,
come l'uccellino cerca il grano,
come l'amico attende l'amica,
come la notte riceve l'aurora e il sole del mattino,
come la terra accoglie il seme,
così, o Signore, dona a noi
di accogliere la Tua Parola.

CANTO

LETTURE BIBLICHE

PREDICAZIONE E INTERVENTI LIBERI

CANTO

1. O Dio, eccoci ancora radunati/e in preghiera
per spezzare tra di noi la Parola e il pane:
rendi operante in noi la Tua volontà.

2. Tu conosci l'ondeggiare incerto dei cuori,
Tu sai di quali fragili impasti siamo fatti/e.
Sostieni il cammino di tutta l'umanità.

T. Sii la luce e la guida dei nostri cuori,
come la fiamma di una lampada.

1. Sia la Tua mano buona a farci godere le gioie,
i piaceri e le speranze della vita.
Ma nessuno dei Tuoi doni diventi per noi
come l'inferriata d'oro della nostra prigione.

2. Madre buona, Tu dal cielo sorridi alle nostre terre.
Le nostre meschinità non cancellino il Tuo sorriso.
Piuttosto i Tuoi doni siano per noi le ali
sulle quali voleremo insieme verso di Te.

G. Eccoci allo spezzare del pane:
compiamo questo gesto simbolico impegnando la nostra vita.
Fa' che questo condividere nel nome di Gesù
sia reale nei giorni della nostra settimana.
Insegnaci Tu a condividere tempo, risorse,
affetti, pane e dimora.

MEMORIA DELLA CENA

T. O Padre nostro, noi Ti ringraziamo per la vita e per la conoscenza che
ci hai svelato attraverso Gesù Tuo servo. A Te sia la gloria nei secoli. Amen.
Come questo pane spezzato era sparso sui colli e, raccolto, è diventato una
cosa sola, così si raccolga la Tua chiesa dai confini della terra nel Tuo regno.
Dio di Gesù, nella memoria di quel pane spezzato, rendi vivi i nostri cuori e
guida i nostri passi sui sentieri sui quali Gesù ci ha preceduto.

P. PREGHIERA DI CONDIVISIONE

COMUNIONE

CANTO

PREGHIERA SPONTANEA

ESORTAZIONE SAPIENZIALE

L. "Una volta c'era un professore che voleva attraversare un lago. Doveva farlo con la piroga e per questo gli era venuto incontro un barcaiolo.

Questi aveva due remi: uno a sinistra e l'altro a destra. Su quello di sinistra stava scritto: PREGATE; su quello di destra: AGITE.

Il professore era stupito: perché fare due cose contemporaneamente? O si prega o si agisce: se si fanno insieme le due cose, risultano fatte male.

Il barcaiolo, senza rispondere, lo fece salire sulla sua piroga.

Appena imbarcato il professore, il barcaiolo cominciò a remare con un remo solo e la piroga si mise a girare su se stessa; il professore urlò: "Che cosa sta facendo? E' ammattito?". Il barcaiolo, senza rispondere, si mise a remare nell'altro senso, con lo stesso risultato.

Furibondo, il professore invitò il suo amico a riportarlo a riva: "Non vorrà mica annegarmi", sbottò.

"Non si inquieti, signore; ho semplicemente messo in pratica la sua opinione".

Dopo alcuni minuti di silenzio, il traghettatore iniziò a remare coi due remi e la piroga si mosse nella giusta direzione.

I credenti sono in movimento verso il Regno di Dio, verso il Cristo.

Per questo sono chiamati, durante la vita sulla terra, ad AGIRE e a PREGARE contemporaneamente". (Il barcaiolo del Madagascar, tratto da "Al di là delle barriere", Comitato Italiano CEVAA, pag. 139)

T. O Dio, ricordaci che si può recidere un fiore,
ma non si può arrestare la primavera;
ricordaci che si può allungare la notte,
ma non si può spegnere il sole.
Aiutaci a vivere i giorni nella speranza,
Tu, Signore, che generi tutte le aurore,
Tu, Signore, che sai capire e accogliere ogni tramonto.

CANTO

DIVERSI, MA INSIEME, SOTTO LO SGUARDO TENERO DI DIO

P. Saluto all'assemblea

G. Sostiamo brevemente in silenzio e apriamo il nostro cuore. Anche oggi ci viene donata la Parola di Dio. Può sembrarci qualcosa di normale, eppure si tratta di un dono straordinariamente grande.

(pausa di silenzio)

CANTO

G. Ascoltiamo ora la lettura del Salmo 1. Ogni versetto sarà intercalato con una preghiera a due voci tratta da *"I Salmi d'oggi"*.

1. Beato l'uomo che non segue il consiglio degli empi,
non indugia nella via dei peccatori
e non siede in compagnia degli stolti;
ma si compiace della legge del Signore,
la sua legge medita giorno e notte.

2. Saggio quell'uomo e saggia quella donna
che non insegue i miti del successo,
non è attratto/a dalla facile ricchezza
e non cerca onori e piaceri.

3. Saggio quell'uomo e saggia quella donna
che crede nella giustizia e nel bene,
che si lascia guidare dalla Parola
e la rende suo pane quotidiano.

1. Sarà come albero piantato lungo corsi d'acqua,
che darà frutto a suo tempo e le sue foglie non cadranno mai;
riusciranno tutte le sue opere.

2. Sarà come un albero rigoglioso
che affonda le sue radici nel terreno nutriente della Parola
e nell'acqua viva della fede.

3. La sua coscienza sarà tranquilla,
la sua parola saggia,
le sue scelte costruttive,
la sua vita piena di soddisfazioni insperate.

1. Non così, non così gli empi:
ma come pula che il vento disperde;
perciò non reggeranno gli empi nel giudizio,
né i peccatori nell'assemblea dei giusti.

2. Sciocco quell'uomo e sciocca quella donna
che ha fiducia solo in se stesso/a,
che vende l'anima al successo, ai soldi, al potere
e fa del piacere il suo dio.
Veramente sciocco quell'uomo e veramente sciocca quella donna
che non ama Dio e il prossimo
e la speranza in un futuro migliore.

3. Sarà come foglie secche fatte turbinare dal vento degli interessi,
come banderuole senza stabile direzione di vita.
Non saprà resistere nei tempi di prova,
si scoprirà vuoto/a di valori e coraggio;
abbandonato/a dagli amici e dalle amiche di comodo,
tremante come bimbo/a impaurito/a.
Il Signore veglia sul cammino dei giusti,
ma la via degli empi andrà in rovina.

T. E' il Signore la forza dell'uomo saggio e della donna saggia
e, insieme, la loro meta e il loro premio.
La rovina dell'uomo sciocco e della donna sciocca
è il credere solo in se stesso/a.

CANTO

G. O Dio, Tu che cammini nelle vie del mondo
e cerchi accoglienza nei nostri cuori,
fa' sentire la Tua Parola e la Tua presenza
nella nostra vita di ogni giorno.

LETTURE BIBLICHE

PREDICAZIONE E RICERCA COMUNITARIA

CANTO

G. O Dio, Tu che hai creato l'universo,
ogni essere vivente,
ogni animale ed ogni albero,
insegnaci a considerarci parte
e non padroni/e di questo universo,
aiutaci ad accettarci e ad accettare
ognuno e ognuna così com'è;
incoraggia noi, donne e uomini, ad incontrarci,
per scoprire nel cuore di ognuno e di ognuna
le scintille di vita
che Tu ci hai regalato.

1. Viviamo in mezzo a tante persone,
a volte pensando di essere migliori, disponibili,
altre volte scoprendo di essere egoisti/e,
pieni/e di pregiudizi,
a volte per difesa, a volte per superbia...

2. Se invece riflettiamo un po',
ci ricordiamo di Te, o Signore,
ci sentiamo più tranquilli/e,
non sentiamo più il bisogno pressante
di paragonarci con chi ci sta vicino,
per rassicurarci di essere più bravi/e.

1. A Te quindi ci rivolgiamo
per essere aiutati/e a convivere nelle diversità,
senza giudizi "di più o di meno".

2. Riconosciamo che solo Tu sei al di sopra
e quindi Ti chiediamo di perdonare le nostre debolezze.

T. Quando venne l'ora per la cena pasquale, Gesù si mise a tavola con i suoi discepoli e le sue discepole. Poi disse loro: "Ho tanto desiderato fare questa cena pasquale con voi prima di soffrire. Vi assicuro che non celebrerò più la Pasqua, fino a quando non sarà realizzata nel regno di Dio". Poi Gesù prese un calice, ringraziò Dio e disse: "Prendete questo calice e fatelo passare tra di

voi. Vi assicuro che da questo momento non berrò più vino fino a quando non verrà il regno di Dio". Poi prese il pane, fece la preghiera di ringraziamento, spezzò il pane, lo diede ai suoi discepoli e alle sue discepole e disse: "Questo è il mio corpo, che viene offerto per voi. Fate questo in memoria di me". Allo stesso modo, alla fine della cena, offrì loro il calice, dicendo: "Questo calice è la nuova alleanza che Dio stabilisce per mezzo del mio sangue offerto per voi".

1. Vogliamo cantare a Te, o Dio, l'inno della gioia,
un canto che nasca da una vita che non cessa di rinnovarsi.
Ti lodino in tutto il mondo le mani e i cuori
che sanno unirsi contro le barriere del tornaconto.

2. Ci hai dato queste mani capaci di stringersi
per formare la indistruttibile catena della fraternità.
Possano esse rimanere aperte a tutti/e quelli/e che amano
per sgretolare i muri e le false sicurezze che ci dividono.

T. O Dio, dilata continuamente i nostri orizzonti ristretti
e spalanca tutti i cuori che tendono a chiudersi.
Dai vita, speranza, gioia ai più poveri della terra,
e non dimenticare coloro che vivono giorni d'inferno
per la guerra, la violenza, la tortura, la solitudine.

P. PREGHIERA DI CONDIVISIONE

COMUNIONE

CANTO DEL PADRE NOSTRO

PREGHIERA SPONTANEA

CANTO

P. O Dio di Gesù, Tu hai depresso e acceso nei nostri cuori e nelle nostre menti il fuoco della vita e la torcia dell'amore. Ci hai regalato la presenza di tante persone diverse da noi, ma vicine a noi; aiutaci a salire sull'arca della fraternità e veglia su di noi con il tuo caldo sorriso.

BUSSA AI NOSTRI CUORI

P. Saluto all'assemblea

G. Assaporiamo insieme la gioia di essere donne e uomini che cercano amore e solidarietà.

T. O Dio di Gesù, Tu hai depresso e acceso
nei nostri cuori e nelle nostre menti
il fuoco della vita e la torcia dell'amore.
Ci hai regalato le ali dei sentimenti
perché possiamo volare audaci verso la libertà.
Tieni vivi in noi la consapevolezza dei Tuoi doni
e il desiderio di una vita semplice e solidale.

G. Ricorda sorella, ricorda fratello:
il giorno in cui non sei più in cammino... la tua vita è finita.

T. O Dio, Tu che cammini nelle vie del mondo
e cerchi ospitalità nei nostri cuori,
bussa a casa nostra e fai udire la Tua parola.

CANTO

LETTURE BIBLICHE

PREDICAZIONE E INTERVENTI LIBERI

CANTO

1. O Dio di Gesù, profeta degli oppressi e delle oppresse,
Dio di tutte le persone bacciate dal sole,
Tu sei l'amorosa Madre del creato
che accoglie le nostre lacrime e i nostri sorrisi.

2. Accompagnaci, accompagnaci ancora e sempre:

Tu conosci i deserti del mondo e dei cuori,
Tu trasformi la steppa in terra feconda
e fai in modo che la sabbia diventi una roccia.

1. Solo Tu, Dio, che hai fatto spuntare la vita,
puoi farci ritrovare i sentieri della felicità
quando noi ci inoltriamo in vicoli ciechi.
Tu, più impetuoso del vento, ci sospingi verso la vita.

2. Ti preghiamo per chi non ha pace e giustizia,
per chi non riesce ad uscire dalle prigioni
dell'illusione, del denaro, dell'egoismo.
Per chi cerca mani amiche e non le trova.

T. O Dio, di' ancora ogni giorno al nostro orecchio:
"Abramo, parti e va'... mettiti in cammino".
Mettici tra le mani la chitarra e le canzoni di Miriam,
perché la nostra vita sia cammino tra la gente.

G. Facciamo insieme memoria del pasto che Gesù celebrò con le sue
amiche e i suoi amici.

T. O Dio di Gesù, oggi ricordiamo insieme quel pane spezzato. Gesù alzò
gli occhi al cielo come era solito fare quando parlava di Te. Il suo cuore era in
tempesta. Da Te sperava l'aiuto per affrontare l'ultima tappa del suo cammino
di profeta fedele e appassionato. Spezzando ora questo pane, noi ricordiamo che
Tu hai accompagnato Gesù e accompagna ciascuno e ciascuna di noi sui sentieri
della condivisione. Aiutaci a "spezzare", a condividere ogni giorno qualcosa
di noi e di nostro. "Io infatti ho ricevuto dal Signore quello che a mia volta vi
ho trasmesso: il Signore Gesù, nella notte in cui veniva tradito, prese del pane
e, dopo aver reso grazie, lo spezzò e disse: 'Questo è il mio corpo, che è per
voi; fate questo in memoria di me'. Allo stesso modo, dopo aver cenato, prese
anche il calice, dicendo: 'Questo calice è la nuova alleanza nel mio sangue;
fate questo, ogni volta che ne bevete, in memoria di me. Ogni volta infatti che
mangiate di questo pane e bevete di questo calice, voi annunziate la morte del
Signore finché egli venga'" (1Corinzi 11, 23-26).

P. PREGHIERA DI CONDIVISIONE

COMUNIONE

CANTO DEL PADRE NOSTRO

PREGHIERA SPONTANEA

CANTO

AVVISI

P. Amiche e amici:
Dio cammini con noi,
ma, soprattutto,
cerchiamo noi
di camminare con Lui.

AIUTACI AD ASCOLTARE LA TUA VOCE

P. Lode a Te, o Dio, che anche oggi ci raduni e ci accogli. Accogliamoci tra di noi, fratelli e sorelle. Rinnoviamo il nostro desiderio di ascoltare la voce di Dio e di accogliere il Suo invito.

G. Signore, Dio dei cieli e delle terre...

T. Tieni accesa in noi la fiamma della vita.

G. Apri il nostro orecchio alla Tua Parola.

T. La Tua voce risuoni dentro di noi.

G. “Metterò la mia legge nella loro mente,
la scriverò sul loro cuore:
sarò il loro Dio ed essi il mio popolo”.

T. Madre-Padre, che ami tutte le genti,
che hai posto l’arcobaleno di pace tra Te e noi,
aiutaci ad ascoltare oggi la Tua voce.

CANTO

LETTURE BIBLICHE

PREDICAZIONE E LIBERI INTERVENTI

CANTO

G. Dio di Gesù e di tutto il mondo:
Tu sei capace di muovere i nostri passi
per farci incontrare nella pace e nell’amore.

1. Dio vivo, che generi sempre nuova vita,
noi vogliamo radicarci in Te
per trasformare i rapporti tra di noi
e spargere semi di fraternità nel mondo.

2. Sono andato a Te dalla disperazione,
ho corso verso di Te dalla gioia,
sono giunto a Te nelle ore dell'angoscia,
sono arrivato a Te sui sentieri del pentimento.

1. Ho gridato a Te dalla notte più buia,
ho sollevato lo sguardo a Te da lontano,
Ti ho sentito come presenza amica,
Ti ho assaporato come tenera carezza.

2. O Sorgente d'amore, io Ti ringrazio perché,
mentre uscivo per incontrarTi,
mentre urlavo per farmi sentire,
mentre temevo che Tu non ascoltassi,
Ti ho trovato che venivi verso di me.

T. Ci doni, o Dio, la gioia di fare insieme memoria di quel pasto che Gesù, vicino alla morte, mangiò con i suoi amici e le sue amiche. Ti pregò e alzò al cielo quel pane, che poi divise, segno del suo corpo che sarebbe stato spezzato e ucciso. Poi passò la coppa del vino rosso che ricordava l'effusione del suo sangue: "Prendete e bevete: il mio sangue sarà versato".

Lui, innamorato di Te e della vita, ha subito la sorte che i potenti riservano a chi ama e compie la giustizia. Quello che i potenti hanno ucciso, Tu lo risuscitasti. In questo gesto noi ricordiamo davanti a Te che Gesù è il testimone fedele del Tuo regno.

1. Quando ho chiuso il cuore al Tuo invito,
si è fatta notte a mezzogiorno.
Quando ho chiuso gli occhi alla Tua luce,
si è fatta notte a mezzogiorno.
Quando ho chiuso le orecchie alla Tua voce,
si è fatta notte a mezzogiorno.

2. Quando non ho voluto capire e amare
la terra ha lasciato spazio al deserto,
il sole ha cessato di risplendere
e l'acqua non ha più irrigato la terra.
Gli uccelli hanno lasciato morire il loro canto
e gli alberi hanno lasciato cadere le foglie.

T. Dio della fiducia e della pace,
guidaci a costruire intrecci d'amore.
Accompagnaci perché non ci perdiamo,
incantati dalle suadenti melodie del nulla.

P. PREGHIERA DI CONDIVISIONE

COMUNIONE

CANTO

PREGHIERA SPONTANEA

CANTO

AVVISI

BENEDIZIONE FINALE

G. O uomo, o donna:
Dio ti ha fatto conoscere ciò che è bene.
Che altro vuole da Te l'Eterno
se non che tu pratichi la giustizia,
ami la misericordia
e cammini umilmente con il Tuo Dio?

P. Ci guidi il Signore nella via della vita
anche nell'esistenza quotidiana.
Sia lampada ai miei passi la Tua Parola
e luce sul mio cammino.

SPEZZANDO QUESTO PANE...

P. Saluto all'assemblea

1. Ti benediciamo,
o Dio Creatore della vita,
perché concedi alle Tue figlie e ai Tuoi figli
di godere momenti di gioia e di pace.

2. Ti benediciamo
perché ogni giorno fai crescere nel nostro cuore
il desiderio del Tuo Regno
e ci doni la forza e la fantasia
per collaborare con slancio alla sua costruzione.

CANTO

SALMO

CANTO

LETTURE BIBLICHE

PREDICAZIONE E LIBERI INTERVENTI

CANTO

1. Come Abramo il nomade, che lasciò la casa dei suoi padri
per mettersi dietro alla Tua parola, credendo alla promessa,

2. come Sara, che accolse il Tuo annuncio,
meravigliandosi e ridendo con stupore,

T. rendici capaci di aggiungere tempo ai nostri giorni.
Tempo utile, non solo per noi,
tempo per sperimentare la condivisione e l'accoglienza.

1. Come alla vedova di Sarepta colmasti di olio l'orcio quasi vuoto, così ricolma le nostre esistenze dell'amore che solo Tu puoi donare.

2. E se perdessimo coraggio, non ci abbandonare; stacci vicino: come hai soccorso Israele nel deserto e Mosé, quando aveva perso fiducia nella sua gente.

T. Insegnaci a trovare l'acqua viva in quei momenti difficili e a fidarci di Te, che rendi sensato ciò che è privo di senso.

G. Dio di tenerezza e di bontà, dal volto severo e dal cuore misericordioso, accompagnaci nel cammino per tutti i giorni della nostra vita.

MEMORIA DELLA CENA

T. Mentre mangiavano prese il pane e, pronunciata la benedizione, lo spezzò e lo diede loro, dicendo: "Prendete, questo è il mio corpo". Poi prese il calice e rese grazie, lo diede loro e ne bevvero tutti. E disse: "Questo è il mio sangue, il sangue dell'alleanza versato per molti. In verità vi dico che io non berrò più del frutto della vite fino al giorno in cui lo berrò nuovo nel Regno di Dio".

1. Ricordando Gesù di Nazareth, facciamo memoria di tutti e tutte coloro che, come lui, hanno lottato per conquistare spazi di dignità e di liberazione. Così facendo, si sono scontrati con il volto disumano del potere, che non sopporta gli spiriti liberi e senza padroni.

2. Spezzando questo pane, ci proponiamo di condividere "pezzi" della nostra vita, del nostro tempo, delle nostre energie, nella consapevolezza che non c'è "perdita" in questo "spezzare", ma gioiosa scoperta di altre mani, altri volti, altri cammini.

1. Assaporando la fragranza di questo cibo, ci ricordiamo che la terra è di Dio e che i suoi frutti ci sono dati gratuitamente, in dono.

2. Chi si affanna a riempire i granai si troverà di fronte all'amara scoperta della manna che marcisce

tra le mani di chi non ha saputo accoglierla.

P. Noi ora mangiamo questo pane spezzandolo tra di noi. L'espressione simbolica: "questo è il mio corpo", "questo è il mio sangue" ha un rimando molto concreto alla nostra vita. Se noi facciamo nostro lo stile di vita di Gesù, se lo facciamo penetrare nella nostra esistenza quotidiana, noi comunichiamo con Gesù stesso in profondità, come se ci nutriamo di lui. Questo linguaggio ci invita a prendere sul serio le due caratteristiche che hanno contraddistinto il comportamento del maestro di Nazareth: la fiducia in Dio e la prassi di condivisione.

COMUNIONE

CANTO

PREGHIERA SPONTANEA

CANTO

BENEDIZIONE FINALE

G. "Che il vento, soffiando nei vostri capelli,
vi porti il palpitar della vita.
Che i vostri piedi lascino nella polvere
orme di speranza.
Che nell'oscurità
voi udiate battere il cuore del prossimo.
Che le vostre mani si protendano
come porte che si aprono.
Che le vostre bocche trasmettano
quanto vi è stato dato di ricevere.
Che le vostre orecchie colgano
quello che le parole dicono solo a metà.
E che l'amore del Signore vi accompagni
anche là dove non vorreste andare". (Christian Kempf)

APRICI I CUORI

P. Saluto all'assemblea

G. Benedetto sei Tu,
o Signore, Dio della vita,
che ci regali continuamente i Tuoi doni,
che cammini con noi nel giorno e nella notte.

T. Benedetto sei Tu,
o Signore, Dio della vita,
che sogni la pace oltre tutte le guerre,
che generi amore al di là di ogni odio,
che tutti ci accogli nel Tuo abbraccio.

CANTO

LETTURE BIBLICHE

PREDICAZIONE E LIBERI INTERVENTI

CANTO

G. Quanto sono preziosi, o Dio, i Tuoi doni:
sono più numerosi delle stelle del cielo.
Sì, provengono da Te,
sorgente inesauribile.

1. In ogni volto di donna e di uomo
c'è una traccia di Te, del Tuo amore.
Tu sei Padre e Madre di ogni vivente.

2. Tu sei all'origine di ogni creatura,
apri davanti a noi un sentiero luminoso
e ci regali il Tuo sogno di felicità.

1. Signore, aprici gli occhi,

affinché vediamo ciò che c'è da vedere.

2. Signore, aprici le orecchie,
affinché udiamo ciò che c'è da udire.

1. Signore, aprici le labbra,
affinché diciamo ciò che c'è da dire.

2. Signore, aprici le mani,
affinché cambiamo ciò che c'è da cambiare.

T. Signore, aprici il futuro,
fa' apparire nel mondo il Tuo Regno.

1. Abbiamo un immenso bisogno di Te,
della Tua luce e della Tua forza,
per costruire percorsi d'amore e di giustizia.
Troviamo nel profondo dei nostri cuori
la lotta tra l'amore e l'indifferenza,
tra gli idoli e l'adorazione del Tuo nome.

2. Aiutaci a scegliere con tanta fiducia
le vie della nonviolenza e della pace.
Il Tuo soffio che rinnova ogni cosa
inondi di vita tutte le chiese cristiane.

T. Gesù era a tavola con i suoi amici e le sue amiche. Egli era ben consapevole della congiura che si stava organizzando contro di lui e il suo cuore faceva i conti con la paura. Voleva lasciare ai suoi amici e alle sue amiche, in quella sera e in quella cena di intimità, qualcosa di più di un ricordo, di un segno. Sulla mensa c'erano pane e vino. Gesù alzò gli occhi al cielo, come spesso faceva nei giorni della sua vita e, dopo aver benedetto il nome santo di Dio, prese il pane, lo spezzò, lo divise dicendo: "Prendete e mangiate. Questo pane condiviso sia per voi il segno della mia vita. Quando farete questo, lo farete in memoria di me, di ciò che ho fatto e detto". Poi prese la coppa del vino e disse: "Questo calice sia per voi il segno di un'amicizia che Dio continuamente rinnova con tutta l'umanità, con tutto il creato".

P. PREGHIERA DI CONDIVISIONE
COMUNIONE

CANTO

PREGHIERA SPONTANEA

CANTO

AVVISI

BENEDIZIONE FINALE

L. Sorella, fratello,
non piangere sui tuoi errori,
non rattristarti per i giorni bui,
non leccarti tutte le ferite,
non crederti arrivato e arrivata,
non ricordare solo le tempeste,
non vedere solo le guerre,
non vergognarti dei tuoi limiti.
Sorella, fratello
sorridi alla vita, accogli le gioie,
accetta le tue lentezze,
rallegrati di ogni piccolo passo,
gioisci di ogni amore,
lavora umilmente alla pace,
convertiti ogni giorno
vivi nella lotta e nella fiducia.
Getta la tua vita tra le braccia di Dio
e poni tutta la tua speranza
perché Lui solo è il tuo custode,
Lui solo è l'aurora del mondo nuovo.

TU...

P. Saluto all'assemblea

CANTO

G. O Dio,
che fai nascere l'acqua dalla roccia,
che trasformi il deserto in un giardino,
Tu sei il pastore delle nostre vite.
Noi abbiamo percepito il Tuo sorriso
e abbiamo avvertito la Tua presenza
nel nostro piccolo cammino di vita.

T. Grazie a Te, o Sorgente di vita,
per tutti gli uomini e tutte le donne
che, con la luce della Tua parola,
imparano a rompere le catene dell'angoscia,
del pregiudizio e dell'esclusione.

CANTO

L. "Ho detto all'angelo che presiedeva la porta dell'anno: 'Dammi, ti prego, una lampada affinché con passo sicuro possa andare incontro all'ignoto'. Ma l'angelo mi ha risposto: 'Va' pure nell'oscurità e metti la tua mano nella mano di Dio. Questo è meglio di una lampada e più sicuro di una via sconosciuta'".

LETTURE BIBLICHE

PREDICAZIONE E LIBERI INTERVENTI

CANTO

1. Tu, Padre e Madre di tutto il creato,
mano amica che sorreggi i nostri passi,

noi stiamo davanti a Te con fiducia.
Veniamo da Te e a Te ritorniamo.

2. Tu fai nascere la vita e l'accompagni,
calda sorgente e presenza di amore.
Tu sei all'alba dei nostri anni,
Tu ci accogli nell'ultimo dei nostri giorni.

1. Tu, aurora quotidiana e sole sempre giovane;
Tu, fuoco che non si spegne e fiamma che riscalda;
Tu, cipresso sempre verde che profumi di speranza;
Tu, rifugio accogliente dentro le nostre tempeste.

2. Tu sei la Sapienza eterna che inonda il mondo,
che invade teneramente i nostri cuori,
che illumina i sentieri più nascosti e bui,
che riscalda le ore gelide della vita.

1. Tu bussi alla porta dei nostri cuori
come chi s'avvicina in punta di piedi;
sei il soffio invitante che fa vivere,
la compagnia che non verrà mai meno.

2. Noi ci rivolgiamo a Te, proprio a Te, o Dio.
Tu sei più grande di ogni nostra parola,
sei la roccia su cui costruire la nostra casa,
sei la stella da seguire nelle nostre notti.

1. Con la forza che viene da Te
è possibile cambiare la nostra vita,
rompere anche le più radicate abitudini
e aprire finestre nuove per il futuro.

2. Crea in ciascuna e ciascuno di noi un io ospitale,
capace di far posto al volto dell'altra e dell'altro,
imparando da Gesù, il testimone del Tuo amore,
a guardare oltre tutte le frontiere.

1. Tu, aquila amorosa e pastore sollecito,
sollevaci sulle Tue ali oltre i luoghi comuni,

guidaci ai ruscelli e ai pascoli nutrienti,
mantienici oggi e domani sulla strada di Gesù.

2. Tu, culla delle nostre passioni costruttive;
Tu, potere che ama e forza che libera,
nutrici ancora oggi con questo pane
che noi mangiamo nella memoria di Gesù.

1. Sii per questo mondo il vento di novità
che spazza via le guerre e le schiavitù.

2. Fai fiorire e sgorgare nuovi canti di gioia
là dove donne e uomini lottano per la giustizia.

T. Gesù era a tavola con i suoi amici e le sue amiche. Egli era ben consapevole della congiura che si stava organizzando contro di lui e il suo cuore faceva i conti con la paura. Voleva lasciare ai suoi amici e alle sue amiche, in quella sera e in quella cena di intimità, qualcosa di più di un ricordo, di un segno. Sulla mensa c'erano pane e vino. Gesù alzò gli occhi al cielo, come spesso faceva nei giorni della sua vita e, dopo aver benedetto il nome santo di Dio, prese il pane, lo spezzò, lo divise dicendo: "Prendete e mangiate. Questo pane condiviso sia per voi il segno della mia vita. Quando farete questo, lo farete in memoria di me, di ciò che ho fatto e detto". Poi prese la coppa del vino e disse: "Questo calice sia per voi il segno di un'amicizia che Dio continuamente rinnova con tutta l'umanità, con tutto il creato".

P. PREGHIERA DI CONDIVISIONE

COMUNIONE

CANTO

PREGHIERE SPONTANEE

CANTO

AVVISI

BENEDIZIONE FINALE

PER AMARE LA VITA

P. Saluto all'assemblea

CANTO

G. Grazie, o Dio di Gesù,
perché regali alle nostre vite questi momenti di festa, in cui possiamo pregarTi
insieme e trascorrere alcune ore nel riposo, nella pace e nell'amicizia.

CANTO

L. Nulla. Non ti chiederò nulla.
Mi bastano le albe e i tramonti,
la neve dell'inverno,
le pesche dell'estate.
Mi basta camminare tra la gente,
raccogliere i sospiri,
raccogliere i sorrisi.
Mi basta questa vita che mi dai,
così come la vuoi per me,
con salite e discese,
come in un'altalena.
Mi bastano i miei giorni,
pochi o tanti,
che Tu mi hai contato.
E ne amerò ciascuno,
per il suo colore,
per il suo dolore,
perché l'hai scelto Tu.
E un giorno che Tu sai
il tempo si aprirà:
ferma, senza oscillare,
penderà l'altalena
e io scivolerò
tra le Tue braccia.

CANTO

LETTURE BIBLICHE

PREDICAZIONE E INTERVENTI LIBERI

CANTO

1. Mille volte al giorno mi smarrisco,
mi abbandono, senza accorgermene,
alle abitudini, alle comodità, alla presunzione, alla pigrizia;
riprendimi, cercami, accogliami, Ti prego, o Dio.

2. Far festa con gli altri vuol dire, prima di tutto,
abbandonare le proprie preoccupazioni,
lasciare i propri impegni per riprenderli poi,
liberare la mente dai propri pensieri
per lasciare entrare gli altri e le altre.

1. Aiutami ad essere autenticamente felice
della felicità altrui,
a partecipare, con il cuore e con la mente,
alle loro gioie, a farle mie.

2. “Così vado già bene”: Ti prego, liberami da questa presunzione.
E’ come se l’acqua dicesse: ”non scorro più”;
è come se la terra dicesse: “ho dato frutto, ora mi fermo”.
Avanti, avanti, senza tenere il conto di ciò che ho fatto,
ma guardando ciò che c’è da fare.

1. Insegnami la felicità di esistere,
perché, come l’albero esiste
e porta frutti più abbondanti
di anno in anno,
grazie ad un gesto di amore,
così io mi ricordi sempre
che sono il seme e il frutto
di un atto d’amore,
Tuo e dei miei genitori.

2. Aiutami a non dimenticarlo
e ricordami sempre che, se sono qui,
ho un compito da svolgere,
un messaggio da dare,
un frutto da offrire.
Come l'albero,
così io non devo
vivere invano”.

CANTO

1. Signore, nostro Dio,
ogni albero, col tempo, mette radici profonde
che si ramificano sotto il terreno e si dilatano,
fino ad intrecciarsi con quelle degli altri alberi.
Tutte insieme, esse sostengono il terreno
con una rete, invisibile ai nostri occhi,
ma così forte da impedire che tutto frani alla prima alluvione.

2. Fa' che questo accada anche per noi, Tue creature.
In un mondo in cui regnano indifferenza ed egoismo,
c'è bisogno urgente, quotidiano,
di creare sempre nuovi contatti.

1. Lasciamo che le nostre radici si uniscano,
che le nostre mani e i nostri cuori si accarezzino
per sostenerci l'un l'altro, l'un l'altra.

2. Gli alberi guardano verso il cielo:
anche quando ci appaiono piegati su se stessi
e le loro chiome lambiscono quasi la terra.
Essi si lasciano irrorare dalla luce
che proviene dall'alto e li va a cercare,
facendosi spazio tra l'intrico dei rami e delle foglie.

1. Fa' che anche noi,
pur chini per i pesi che gravano sulle nostre spalle,
ci lasciamo abitare dalla Tua luce,
che spesso ci mantiene in vita
contro la nostra stessa volontà.

2. Rendici, o Signore, docili e flessibili,
per non opporre resistenza
e coltivare la “vocazione al cielo”,
per fare di noi, di ciascuno e ciascuna di noi,
la Tua dimora prediletta.

T. Gesù era a tavola con i dodici in quella notte piena di congiura. Ormai era chiaro: bisognava pagare con la vita le cose fatte, dette ed insegnate. Il cuore di Gesù faceva i conti con la paura. Ma Gesù concentrò il suo amore e le sue forze e, volgendosi ai discepoli, dopo aver lodato il nome santo di Dio, diede a ciascuno un pezzo di pane e disse: “Prendete e mangiate. Questo pane spezzato è il segno della mia vita. Quando farete questo, lo farete per ricordarvi di me, di ciò che ho fatto e detto”. Poi prese la coppa del vino, ne porse da bere a tutti dicendo: “Questo calice è il segno dell’alleanza nuova che Dio ha stipulato con l’umanità, non dimenticate che a me la fedeltà è costata fino al sangue”.

P. PREGHIERA DI CONDIVISIONE

CONDIVISIONE DEL PANE

CANTO

PREGHIERE SPONTANEE

CANTO

IL CAMMINO DELLA FELICITA'

P. Saluto all'assemblea e invito al silenzio

G. Dio ha risuscitato Gesù:
annunciamo la lieta novella, sorelle e fratelli.
Gridiamolo con la nostra vita,
con il nostro impegno quotidiano.
Gesù è vivo: fidiamoci di Dio.

1. Gesù ha vissuto le beatitudini
perché si è fidato totalmente di Dio.
Le ha vissute nel quotidiano,
ha fatto sua la vita dei piccoli e delle piccole.

2. O Dio, sorgente di amore,
aiutaci a metterci in cammino
sui sentieri aperti dal profeta di Nazareth.
Tu puoi davvero cambiarci il cuore,
gli orizzonti, la vita.

CANTO

G. Ascoltiamo ora dal cap. 5 del Vangelo di Matteo la lettura delle "Beatitudini" intercalate da alcune riflessioni.

L.1. *Vedendo le folle, Gesù salì sulla montagna e, messosi a sedere, gli si avvicinarono i suoi discepoli. Prendendo allora la parola, li ammaestrava dicendo: "Beati i poveri in spirito, perché di essi è il regno dei cieli."*

L.2. Com'è difficile, Gesù, ascoltare queste tue parole; la nostra vita non vede felicità e beatitudine quando c'è pianto e sofferenza.

L.1. *"Beati gli afflitti, perché saranno consolati"*

L.2. Eppure tu continui ad annunciarle queste parole, dall'alto dei nostri monti di immondizie e di rifiuti.

L.1. *"Beati i miti, perché erediteranno la terra"*

L.2. Non sono le discariche dei poveri. Noi non siamo là... Le nostre discariche non maleodorano, anzi, neanche le riconosciamo.

L.1. *“Beati quelli che hanno fame e sete della giustizia, perché saranno saziati”*

L.2. I nostri monti sono costruiti dalle cose che, insaziabili, usiamo e accumuliamo.

L.1. *“Beati i misericordiosi, perché troveranno misericordia”*

L.2. Lentamente i nostri monti si innalzano sopra vestiti che buttiamo, oggetti che sprechiamo, cibo di cui ci abbuffiamo, affetti che consumiamo.

L.1. *“Beati i puri di cuore, perché vedranno Dio.”*

L.2. Inutili monti sui quali siamo seduti e, più sono alti, più crediamo di raggiungere la felicità.

L.1. *“Beati gli operatori di pace, perché saranno chiamati figli di Dio”*

L.2. Le tue parole ci rotolano giù, a terra; ci dicono su quali condizioni di vita Dio ha scommesso.

L.1. *“Beati i perseguitati a causa della giustizia, perché di essi è il regno dei cieli”*

L.2. Le tue parole ci dicono chi sono coloro verso i quali Dio volge il suo sguardo, coloro per i quali il Regno è pensato.

L.1. *“Beati voi quando vi insulteranno, vi perseguiteranno e, mentendo, diranno ogni sorta di male contro di voi per causa mia.”*

L.2. Abbiamo paura e siamo affascinati, Gesù, per il tuo invito a questo nuovo progetto di vita. Vogliamo credere, ma dubitiamo; vogliamo sperare, ma siamo angosciati.

L.1. *“Rallegratevi ed esultate, perché grande è la vostra ricompensa nei cieli.*

Così infatti hanno perseguitato i profeti prima di voi”.

L.2. E' duro quello che proponi, è faticoso scommettere con te sulla nostra nuova e più grande felicità. Forse ogni primo passo, in questa gioia, parte dalla consapevolezza della nostra profonda debolezza e fragilità, senza scappare e senza nascondere la nostra povertà e insufficienza. Messa nelle tue mani, questa consapevolezza diverrà feconda e opererà più di quello che possiamo sperare. Allora la tua promessa di felicità sarà manifesta.

CANTO

LETTURE BIBLICHE

PREDICAZIONE E INTERVENTI LIBERI

CANTO

G. O Dio,
Tu che conosci i miei limiti e le mie grandezze, Ti ringrazio.
Ti ringrazio perché mi accorgo che, se sono viva/o, è grazie a Te.
Ti ringrazio della vita biologica, ma soprattutto Ti ringrazio
delle relazioni con gli altri, delle scelte condivise,
dei pezzi di strada percorsi insieme,
dei piccoli semi che vedo germogliare.
Ti ringrazio perché questi sono momenti
in cui gioisco della vita, in cui mi sento viva/o,
momenti che sono dovuti a Te,
momenti in cui la giornata non è abbastanza lunga
per contenere tutto: azioni, parole, emozioni...
che hanno come filo conduttore il tentativo di seguirTi.
Ti prego: non stancarTi di prendermi per mano,
non stancarTi di venirmi incontro,
fa' crescere il lievito della speranza che mi spinge a continuare ...
a coltivare il sogno che è, prima di tutto, Tuo e di Gesù
che lo ha reso realtà con la sua vita.

CANTO

PREGHIERA EUCHARISTICA

T. Dio di Gesù, Dio della risurrezione:
i nostri cuori sono rivolti verso di Te.
Tu sei per noi la stella polare del cammino,
Tu sei l'aurora del mondo nuovo.

1. E' alba, alba di risurrezione,
ogni volta che usciamo dall'egoismo
e muoviamo qualche passo verso l'amore.

2. E' alba, alba di risurrezione,
ogni volta che ci convertiamo alla fiducia
e ci liberiamo dal senso di paralisi.

T. Benedetto sei Tu, o Dio della risurrezione,
perché ci fai uscire dalle nostre catene
e apri le tombe nelle quali ci chiudiamo.

1. E' bello sapere che Tu ci doni la possibilità
di amare la vita e trasformare la terra.

2. E' bello sapere che tu cammini con noi
e infondi coraggio ai nostri fragili passi.

T. Dio delle donne oppresse e degli uomini esclusi,
speranza di chi non ha sostegno sotto il sole,
luce di chi non conosce che tenebre,
noi oggi vogliamo credere con tutto il cuore
al Tuo sogno di giustizia e di pace.

1. Ascolta, o Dio, la preghiera e il grido:
come potrà nascere un mondo di giustizia
se Tu non lo partorisci di nuovo?

2. Tu, Madre della vita, generosa aurora,
tenerezza, speranza, gratuità, solidarietà:
senza di Te non vivremo che tristi tramonti.

T. Gesù era a mensa con i suoi amici e le sue amiche. Fuori era complotto. Ormai il profeta di Nazareth aveva parlato e agito troppo chiaramente e nulla poteva sottrarlo alle mani dei poteri politici e religiosi. Egli in quel momento, nell'intimità e nella trepidazione di quella cena, prese il pane della mensa e, dopo aver alzato gli occhi verso di Te, Dio del suo cuore, Amore dei suoi giorni, fiducia dei suoi anni, lo spezzò e disse: "Prendete, mangiate: questo pane spezzato vi ricordi la mia vita. Ho cercato di dividerla. Questo pane spezzato vi ricordi che vi ho insegnato a condividere". Poi prese la coppa del vino e, con la stessa intensità, lodò il Tuo nome e disse: "Ecco, bevete questo vino, condividete la mia speranza, non dimenticatevi di me, camminate con fiducia sotto lo sguardo di Dio".

P. PREGHIERA DI CONDIVISIONE

COMUNIONE

CANTO

PREGHIERE SPONTANEE

CANTO

BENEDIZIONE FINALE

1. Grazie, o Dio, che hai donato al mondo questo profeta dolce, appassionato e “imprudente”.

2. Grazie, o Dio, che lo hai donato a noi come icona della Tua presenza e maestro di vita.

1. Fa' risplendere davanti a noi la gioia che penetrò nel cuore di Maria di Magdala e convocò i discepoli e le discepole per il nuovo cammino.

2. “Dio lo ha risuscitato! E’ l’ora della vita... Perché lo pensate e lo piangete tra i morti?”

T. Sia questa, o Dio, la canzone della nostra fede. Sia questa la strada dei nostri giorni.

LA PRATICA DELLE RELAZIONI E LA NONVIOLENZA NELLA VITA DI GESU'

P. Saluto all'assemblea

G. Sorelle e fratelli, viviamo giorni difficili per le relazioni tra le persone, tra i popoli, tra governanti e governati/e, tra potenti e deboli, tra uomini e donne e il resto del creato. Fermiamoci ogni tanto, come vi invitiamo a fare oggi, ad osservare e a riflettere sull'esperienza di Gesù, sul suo modo di stare nelle relazioni. Gesù è stato costantemente attento a "mettere al centro" le persone concrete che incontrava, con le loro difficoltà e insicurezze, con i loro desideri e le loro potenzialità positive, riuscendo ad operare trasformazioni e cambiamenti che sembravano impossibili. Prepariamo il nostro cuore a questo incontro con una pausa di silenzio.

CANTO

LETTURE BIBLICHE

PREDICAZIONE E INTERVENTI LIBERI

CANTO

PREGHIERA EUCARISTICA

T. O Dio, mentre facciamo memoria di Gesù e del suo modo di stare nelle relazioni, positivo, compassionevole, nonviolento, aiutaci a trasformare in vita vissuta il suo invito a portare la nostra croce, cioè a farci carico ogni giorno, consapevolmente, delle nostre responsabilità.

1. In un mondo governato dall'egoismo e dalla prepotenza Gesù ci ha testimoniato che la strada della felicità passa per le relazioni di attenzione e di cura verso le persone più deboli e meno fortunate.

2. In un mondo in cui gli uomini la fanno da padroni assoluti

Gesù ci ha indicato nel riconoscimento
e nella valorizzazione delle donne
la strada per ritrovare l'equilibrio originario della creazione
e per godere dell'infinita gamma
dei sentimenti e delle emozioni.

1. In un mondo in cui furbizia,
tornaconto personale e violenza
ci vengono quotidianamente proposti
come i valori di riferimento,
Gesù ci ha insegnato a capovolgere gli schemi sociali:
dove gli altri respingono lui accoglie,
chiama per nome, prende per mano.

2. In un mondo che emargina chi non si adegua,
chi non tiene il passo, chi non ce la fa,
Gesù ci insegna ad ascoltare chi non ha voce,
a prenderci cura di coloro
che nessuno degna di attenzione.

T. Due insegnamenti imprimici nel cuore, anzi tre.
Il primo:
per ricevere attenzione da Gesù
era sufficiente manifestargli un bisogno, un desiderio.
A volte prendeva lui l'iniziativa, prevenendo la richiesta.
Il secondo:
Gesù non ha mai rivendicato l'esclusiva,
per sé o per il suo gruppo:
chiunque si prende cura di altri e altre
è un discepolo e una discepola di fatto,
senza bisogno di etichette
né di appartenenze riconosciute.
Il terzo:
non sempre la coerenza è facile,
ci sono momenti in cui prevalgono
le difficoltà, la sfiducia, la paura.
Gesù ci insegna ad accettare la fragilità delle persone
e a riconoscere la nostra, restando accoglienti sempre.

1. Egli ne era così consapevole e convinto

che neppure il tradimento
e l'abbandono dei suoi amici più intimi
gli hanno impedito di continuare ad amarli,
a guardarli con affetto,
a preoccuparsi del loro futuro.

2. Così, nella notte in cui la tragedia stava per compiersi,
Gesù non pensò a sé,
ma ai suoi amici e alle sue amiche
ed affidò loro la consegna della memoria,
come sostegno e viatico dopo la sua morte.

T. Gesù prese un pane e, dopo aver reso grazie al Padre, lo spezzò e lo distribuì dicendo: "Il mio corpo è come questo pane, spezzato e messo a disposizione; ripetete questo gesto in memoria di me". Allo stesso modo, dopo aver cenato, fece con una coppa di vino, dicendo: "Questo vino rappresenta la nuova alleanza nel mio sangue. Tutte le volte che ne berrete, fatelo per ricordarvi di me".

P. PREGHIERA DI CONDIVISIONE

COMUNIONE

CANTO

PREGHIERE SPONTANEE

CANTO

T. O Fonte della vita,
origine della Creazione
di cui possiamo godere in ogni forma e specie,
Tu ci hai donato il mondo
per abitarlo e custodirlo,
per gustare a piene mani di ogni cosa
che la terra contiene e produce.

Donne - Ci hai dato sorelle e fratelli per farci compagnia
e con cui condividere i tanti doni
che Tu ogni giorno ci fai,

con semplicità, amicizia e amore:
ma ci hai fatto anche e soprattutto
un dono più grande:
hai messo nella storia di tanti uomini e tante donne
Gesù di Nazareth,
che ci ha parlato di Te con grande passione
e Ti ha reso testimonianza con tutta la sua vita.

Uomini - Con le persone che ha incontrato
ha costruito relazioni intrecciate con la Tua presenza;
prendendosi cura di loro
ha reso tangibile il Tuo amore.
A chi non riconosceva e negava
il rapporto privilegiato che aveva con Te
rispondeva con l'invito ad interrogarsi.

T. O Dio, nostra roccia,
vogliamo imparare da quel Tuo Figlio privilegiato
a prenderci cura delle persone
e della Madre Terra che abitiamo,
a fare della nonviolenza
il nostro modo di essere e di vivere,
non un semplice slogan da ripetere.

Donne - Dalla testimonianza di Gesù
e di altri Profeti e Profete
vogliamo imparare a guarire le ferite profonde
che le guerre ancora provocano
nella vita di bambini e bambine, di donne e uomini:
vogliamo cercare di guarire la terra,
restituendole il suo equilibrio naturale.

Uomini - Sappiamo che questo è possibile
con il nostro impegno e con la Tua compagnia;
sappiamo che,
per realizzare i grandi progetti,
bisogna coltivarli nel cuore
e costruirli nel tempo.

T. Ti benediciamo e Ti ringraziamo

perché, attraverso molti uomini e molte donne,
mantieni viva in noi la speranza
che sia possibile costruire un mondo migliore,
se sapremo mantenere come riferimento la vita di Gesù,
se sapremo mettere al centro
relazioni pacifiche
tra persone e tra popoli diversi,
se sapremo far sentire la nostra voce
e il nostro desiderio
ai politici e ai potenti.

CANTO

IL LENTO CAMMINO DELLA LIBERAZIONE

P. Saluto all'assemblea

G. Sorelle, fratelli,
anche questa domenica siamo insieme,
sotto lo sguardo amoroso del Dio dei nostri padri e delle nostre madri.
E' un dono gioioso, questo ritrovarsi per pregare, riflettere, cantare.
In mezzo a noi ci sei Tu, Fonte della vita e Sorgente d'amore,
Tu che puoi liberare un popolo dalla schiavitù,
Tu che sai convertire i cuori più aridi,
Tu che non Ti stanchi di seminare, seminare, seminare.

T. Aiutaci, oggi e sempre, ad essere terreni fecondi
in cui il Tuo seme possa germogliare,
nonostante i limiti e le piccolezze
con cui dobbiamo fare i conti ogni giorno.
Resta con noi, affinché impariamo a restare con Te
nel nostro cammino personale e comunitario.

CANTO

LETTURE BIBLICHE

PREDICAZIONE ED INTERVENTI LIBERI

CANTO

MEMORIA DELLA CENA

G. Signore,
ovunque si viva, si vive in Egitto,
con le nostre piccole o grandi schiavitù,
fatte di egoismi, solitudine, prove,
insicurezze e false certezze.

1. Il nostro cuore sa che esiste di meglio
e che la strada per arrivarci è la vita terrena, il deserto...
per giungere poi alla Terra promessa,
dove si potrà davvero sprigionare il vero gusto per la vita.

2. Là, o Dio, Tu vuoi condurci,
noncurante dei tempi necessari;
vuoi condurci al progresso morale e spirituale
di ciascuna e ciascuno di noi.

1. Noi, Signore,
abbiamo avuto un grande privilegio:
l'occasione di reinventare noi stessi e noi stesse
e di essere chiamati e chiamate a vita nuova.
Quante volte ci giunge il Tuo invito!

2. E quante volte non abbiamo saputo combattere
per lasciare la pesante zavorra dell'abitudine e del dubbio,
soffocate e soffocati dall'ansia e dall'incertezza
per il nostro cammino.

T. Siamo in molti, siamo in molte, o Dio,
a non voler provare la gioia dell'affidamento a Te
e ci sentiamo immobili,
ci aggrappiamo alla protesta e alla ribellione.
Quante volte!

1. Spesso, poi, o Signore,
non vogliamo combattere l'antico faraone
che c'è fuori e dentro di noi,
vogliamo tornare indietro o fermarci nel deserto
pur di non affrontare l'incognita della libertà promessa,
che così tanto ci spaventa.

2. Eppure Tu, mentre noi vaghiamo,
continui, da Padre e Madre amorevole,
a comprendere le nostre paure,
ad accompagnarci nella difficile ricerca
per dare un senso a tutto ciò che accade.

1. Com'è grande il desiderio
di essere tutti e tutte figlie e figli Tuoi,
di guardare al Tuo Amore incondizionato,
alla fiducia che riponi in noi,
ogni volta come fosse la prima volta!

2. Non Ti stancare delle nostre infantili esitazioni:
il cammino di crescita e di liberazione
passa per vie dolorose.

T. Tu rendici forti e capaci
di ricambiare una fiducia così grande,
ciascuna e ciascuno secondo i propri tempi.
Amen.

G. Il ricordo della cena che Gesù condivise con i suoi discepoli e le sue
discepole ci assicura che anche in lui Tu Ti sei fatto compagno di viaggio degli
uomini e delle donne. Quanto basta perché la nostra vita si apra alla speranza.

T. Gesù sedeva a mensa con gli uomini e le donne che aveva scelto tra
la gente che non conta nulla. La congiura dei potenti stava per metterlo nelle
mani di coloro che cercavano ogni pretesto per farlo fuori. Era notte per tutti,
anche per il cuore di Gesù. Egli prese del pane, pregò il Padre e poi ne diede a
tutti e tutte dicendo: “Prendete e mangiate: questo è il segno di un amore che
condivide, che non tiene per sé. Fate questo per ricordarvi di me”. Allo stesso
modo, quando ebbero cenato, prese la coppa del vino e disse: “Questo calice
è il segno della nuova alleanza. Tutte le volte che berrete a questo calice, fate
questo in memoria di me”.

P. PREGHIERA DI CONDIVISIONE

COMUNIONE

CANTO

PREGHIERE SPONTANEE

CANTO

AVVISI

DENTRO LE NOSTRE GIOIE

P. Saluto all'assemblea

CANTO

G. O Dio, che sei all'inizio della vita come la sorgente da cui nasce il fiume,
grazie per il dono di bimbi e bimbe, giovani virgulti della nostra comunità.
Tu ci ricordi, attraverso i loro volti, che la vita è più forte della morte.

CANTO

LETTURE BIBLICHE

PREDICAZIONE E INTERVENTI LIBERI

CANTO

T. Dio del cielo e di tutte le terre,
aiutaci a camminare nel vento della vita
con la spensieratezza del passero che fa il nido,
senza pensare che giungerà l'autunno.

1. Prima che i nostri occhi Ti cercassero,
Tu sei venuto verso di noi in mille modi.
Prima che le nostre labbra Ti invocassero,
Tu hai deposto nei nostri cuori la Tua parola.

2. Apri ogni giorno il nostro cuore
a questo mistero di amore che ci avvolge.
Tu ci hai amato per primo
e ci doni anche oggi la forza d'amare.

1. Tu semini nel cuore della nostra vita
la speranza di una creazione liberata

da ogni violenza e da ogni discriminazione.

2. Sei il Dio che danza le nostre gioie,
che cammina con noi nei nostri “viaggi” della vita.
Donaci il latte nutriente della Tua parola.

T. Gesù era a tavola con i suoi amici e le sue amiche. Egli era ben consapevole della congiura che si stava organizzando contro di lui e il suo cuore faceva i conti con la paura. Voleva lasciare ai suoi amici e alle sue amiche, in quella sera e in quella cena di intimità, qualcosa di più di un ricordo, di un segno. Sulla mensa c'erano pane e vino. Gesù alzò gli occhi al cielo come spesso faceva nei giorni della sua vita e, dopo aver benedetto il nome santo di Dio, prese il pane, lo spezzò, lo divise dicendo: “Prendete e mangiate. Questo pane condiviso sia per voi il segno della mia vita. Quando farete questo, lo farete in memoria di me, di ciò che ho fatto e detto”. Poi prese la coppa del vino e disse: “Questo calice sia per voi il segno di un’amicizia che Dio continuamente rinnova con tutta l’umanità, con tutto il creato”.

1. Mantieni vivo in noi, nel più profondo di noi,
il Tuo sogno di un mondo di fratelli e di sorelle.
Possa il ricordo di Gesù scaldare i nostri cuori
e sospingerci nella conoscenza di tutte e tutti coloro
che cercano giustizia, tenerezza e pace.

2. Sussurra al nostro orecchio parole nuove,
Tu che sei il Dio sempre nuovo
e sempre sorgivo di vita!
Soprattutto falle penetrare nel nostro cuore di pietra,
perché fioriscano le scelte e le opere di Gesù
anche nella nostra esistenza di tutti i giorni

P. INVITO ALLA COMUNIONE

COMUNIONE

CANTO DEL PADRE NOSTRO

PREGHIERA SPONTANEA

CANTO

TU MI SCRUTI E MI CONOSCI

P. Saluto all'assemblea

CANTO

G. Eccoci radunati qui, o Padre, davanti a Te, come fratelli e sorelle. Aiutaci a sentire la Tua presenza e fa' che i nostri cuori e i nostri occhi possano aprirsi pienamente al calore del Tuo amore.

CANTO

G. Ascoltiamo la lettura dei versetti 1-14 del Salmo 139

1. 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.

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

1. Alle spalle e di fronte mi circondi
e poni su di me la Tua mano.
Stupenda per me la Tua saggezza,
troppo alta, e io non la comprendo.

2. Dove andare lontano dal Tuo spirito,
dove fuggire dalla Tua presenza?
Se salgo in cielo, là Tu sei;
se scendo negli inferi, eccoTi.

1. 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.

2. 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.

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

CANTO

LETTURE BIBLICHE

PREDICAZIONI E LIBERI INTERVENTI

CANTO

1. O Dio, Padre e Madre di noi tutti,
oggi siamo qui riuniti nel Tuo nome,
gli uni accanto alle altre,
per godere di quell’amore immenso
che solo Tu ci sai dare.

2. O Sorgente di Vita, Dio di Gesù e nostro,
aiutaci ad uscire da schemi
e da dogmatismi che ci limitano
e donaci la speranza di camminare
a testa alta nel mondo,
in nome Tuo e di Gesù,
nostro fratello e guida.

T. Tu sai che i nostri cammini sono spesso faticosi;
accompagnaci lungo le strade che dovremo percorrere
e dividi con noi le fatiche
e le gioie di questo viaggio,
Tu, fonte ristoratrice,
stella polare nelle nostre notti.

1. Dacci, o Dio, la forza
di portare la nostra testimonianza
sui sentieri di tutti i giorni,
per le strade del mondo,
ciascuno e ciascuna con le proprie capacità
e le proprie peculiarità,
affinché la nostra vita “diventi strumento”
al servizio dell’amore.

2. Ti ringraziamo, Signore,
per il sostegno che ci dai
e che viviamo attraverso le parole e i gesti
dei fratelli e delle sorelle
che incontriamo sul nostro cammino.
Proteggi il rientro nelle nostre case e alle nostre vite.

1. O Fonte d'amore, insegnaci a gioire;
aiutaci a non giudicare nessuno.
Non c'è chi è troppo buono da adulare
né chi è troppo cattivo da cui tenersi lontano.

2. Tu hai seminato il seme della bontà
in ognuno e ognuna di noi
e, se sapremo coltivarlo
con il perdono e la misericordia,
porterà i frutti della gioia.

T. L'amore che ci doni è un tesoro inesauribile,
che non diminuisce se lo si condivide.
Illuminaci e facci capire
quanto sia bello gioire
e far festa tutti e tutte insieme.

1. Grazie, o Dio, per il dono dell’amore.
Attraverso l’amore della persona amata,
mi arriva anche il Tuo:
amandola, amo anche Te,
Sorgente d’amore.
Nel nostro piccolo amore ci sei Tu,
immenso amore per tutti.

MEMORIA DELLA CENA

T. Gesù era a tavola con i suoi amici e le sue amiche. Egli era ben consapevole della congiura che si stava organizzando contro di lui e il suo cuore faceva i conti con la paura. Voleva lasciare ai suoi amici e alle sue amiche, in quella sera e in quella cena di intimità, qualcosa di più di un ricordo, di un segno. Sulla mensa c'erano pane e vino. Gesù alzò gli occhi al cielo e, dopo aver benedetto il nome santo di Dio, prese il pane, lo spezzò, lo divise dicendo: "Prendete e mangiate. Questo pane condiviso sia per voi il segno della mia vita. Quando farete questo, lo farete in memoria di me, di ciò che ho fatto e detto". Poi prese la coppa del vino e disse: "Questo calice sia per voi il segno di un'amicizia che Dio continuamente rinnova con tutta l'umanità, con tutto il creato".

CANTO

P. PREGHIERA DI CONDIVISIONE

COMUNIONE

CANTO

PREGHIERE SPONTANEE

CANTO

BENEDIZIONE FINALE

FESTA DELL' AMORE CHE DURA NEL TEMPO

P. Saluto all'assemblea

G. Fratelli e sorelle, mentre ci disponiamo a celebrare questa eucarestia, facciamo una breve pausa di silenzio e lasciamoci rivelare, ancora una volta, che l'amore paziente di Dio verso il mondo e verso di noi trasforma coloro che ama.

CANTO

1 O Dio, invano cerchiamo un nome degno di Te.
Tu sei più grande dei nostri modi di pensare a Te,
Tu vai oltre, molto oltre, le nostre parole.

2 Ci rivolgiamo a Te, oggi, come alla Sorgente dell'amore,
di quello che nasce e sboccia come un fiore
e di quello che, durando nel tempo, è come un albero
che ha fatto i conti con il sole e la pioggia.

1 Fa' che questo amore, che Tu puoi far vivere in noi,
resti radicato in Te, si modelli sulla vita di Gesù
e possa vivere tutte le sue stagioni.

2 Possa questo amore, la cui origine è in Te, esprimersi ora,
nel corso degli anni che ci sono dati,
e proseguire nella vita nuova che ci donerai presso di Te!

1. Padre, apri ancora una volta il nostro cuore duro e insensibile.
Facci gustare il pane buono e nutriente della Tua parola.
Fa' che accettiamo la fatica e la gioia di spezzarlo tra di noi.

2. Dai a ciascuno e ciascuna di noi
il coraggio di comunicare i suoi pensieri,
la sua ricerca, il suo tentativo di capire,
la sua voglia di sapere e di fare.
Padre, mantienici l'appetito di questa parola

che alimenta in noi una vita in continua conversione.

T. Fa' che ancora una volta la sorgente ci disseti
e alimenti il torrentello della nostra fede
e della nostra speranza.

Sia questa parola come acqua
che penetra nella terra e la rende feconda.
Mettili nei nostri cuori la voglia di incontrare Te
e di lasciarci risuscitare ad una vita
più conforme alla strada di Gesù.

CANTO

LETTURE BIBLICHE

PREDICAZIONE E RICERCA COMUNITARIA

CANTO

T. La memoria della cena di Gesù ci renda disponibili, o Padre, a percorrere la sua strada. Era seduto a tavola in mezzo ai dodici, prese il pane, lo spezzò e lo distribuì dicendo: "Prendete, mangiatene tutti: io sono un corpo spezzato, una vita condivisa e donata. Questo gesto sia per voi un simbolo, un ricordo della mia vita". Poi, presa la coppa del vino rosso, si rivolse a Te, o Padre, in preghiera e subito dopo la fece passare a ciascuno dei dodici e disse: "Sì, questa coppa di vino rosso vi ricordi che la fedeltà alla causa di Dio mi ha richiesto persino lo spargimento del sangue. Sappiatelo: tra il mondo e Dio esiste un'alleanza, un vincolo d'amore, una proposta d'amore che non si romperà più. La mia vita vi parli di questo amore. Fate questo per non dimenticarvelo".

1. Padre, svegliaci e ponici davvero sulla strada di Gesù.
Non permettere che giriamo attorno alla sua parola,
vanificandola con la nostra mediocrità e superficialità.
Mettili il bisturi al nostro cuore e circoncidilo.

2 Tu, su questa strada in cui arranchiamo, puoi mantenerci lontani
sia dall'autocompiacimento sia dallo scoraggiamento.
Vorremmo cercare di essere sinceri, desiderosi di concretezza,
per non ricadere nel circuito illusorio delle belle parole.

T. Davvero non siamo capaci delle grandi svolte, di conversione:
ma Tu ridonaci, pungolandoci, il desiderio di cambiare vita,

di lasciarci sfidare dalle proposte della Tua parola.
O Dio, sempre nuovo, noi vogliamo contare su di Te.

1. Possa la nostra vita, in tutte le relazioni quotidiane e nelle scelte che compiamo, pur così diverse e varie, manifestare, in qualche modo, che per noi la Tua volontà conta, che essa non abita sulle nubi, ma è forza trasformatrice.

2. Insegnaci Tu a valorizzare questi anni che ci sono dati, riempiendoli di solidarietà, facendoci gli uni verso gli altri disposti al servizio, veramente prossimi, capaci di sacrificio, quando esso può generare un po' di sollievo e di sorriso.

T. Rigenera continuamente, nel mondo e in noi, rapporti nuovi, fondati sul perdono e sulla disponibilità. Tu che in Gesù ci hai fatto vedere come e quanto ci ami, aiutaci a percorrere i piccoli sentieri della solidarietà.

P. PREGHIERA DI CONDIVISIONE

COMUNIONE

CANTO

PREGHIERE SPONTANEE

CANTO

L. Signore, Dio della vita, sorridi e spargi forza e calore sui nostri amori
!
Rendili capaci di aprirsi alla novità, al rinnovamento.
Metti la Tua gioia, abbatti le chiusure e guarisci i rapporti guasti.

T. Liberaci dall'egoismo che è la tomba dell'amore e dell'evangelo.

CANTO

LE DIFFERENZE CI ARRICCHISCONO

P. Saluto all'assemblea

CANTO

G. O Dio, anche oggi siamo qui
per ringraziarTi e benedirTi.
E Tu, in cambio, benedici i nostri tentativi,
le nostre strade, le nostre vite.
Benedici la nostra compassione,
la nostra sofferenza e la nostra gioia.

T. Tu ci hai donato la terra,
con tutte le sue ricchezze
e le nostre diversità.
Aiutaci a capire che ciò che ci arricchisce
è la condivisione;
che i confini, le barriere, l'intolleranza e l'egoismo
impoveriscono la nostra vita.

CANTO

LETTURE BIBLICHE

PREDICAZIONE E INTERVENTI LIBERI

CANTO

MEMORIA DELLA CENA

1. Ti benediciamo, Dio della differenza,
per quando ci spingi a camminare verso il molteplice,
per quando strade diverse incrociano la nostra
e la colorano di tinte nuove.

2. Ti benediciamo, Madre della diversità,
per il Tuo amore per l'umanità
che Ti porta ad andarle incontro
su strade sempre diverse.

1. Insegnaci a non fare confronti di valore
tra le nostre differenze,
a smettere di scatenare guerre
per dimostrare che la nostra torre
è più bella e più forte delle altre.

2. Continua a chiamarci sulle Tue strade
come fratelli e sorelle,
ascoltando ed amando i nomi diversi
che ognuno ed ognuna di noi Ti dà,
nella sua semplicità di creatura.

T. Quando le torri ci dividono
e ci portano all'odio e alla competizione,
aiutaci a distruggerle e a trasformarle
in ponti di solidarietà e rispetto,
di incontro e di scambio.
Solo con tanti mattoni diversi
potremo costruire il Tuo sogno.

1. Ti benediciamo, Dio, perché siamo diversi e diverse
perché insieme ci sentiamo più vicini e vicine a Te.
Tu sei l'unica fonte, l'unica linfa della nostra vita.
Che la diversità non ci spaventi, ma ci affascini,
ci porti alla ricerca e all'incontro con l'altro, con l'altra.

2 Tutto quello che ci hai donato coopera
perché la nostra vita sia un canto di lode a Te, o Dio.
In Te troviamo la nostra identità,
nel Tuo amore il perché della vita.

1. Sei Tu che ci insegni a vedere il miracolo di ogni giorno.
Nonostante la brutalità e la raffinatezza del potere,
sempre nuovi uomini e nuove donne danno la loro vita
per costruire una convivialità reale, non solo a parole.

2. In mezzo a tante ombre di morte Tu semini segni di vita, non lasci mancare un pugno di gioie e di speranza, perché non illudi coloro che Ti sono figli e figlie: collocaci concretamente dalla parte della Tua volontà.

G. Eccoci, o Dio, alla mensa voluta da Gesù. Eccoci a spartire il pane che è Tuo dono. Siamo qui per ricordare Gesù e la sua vita, per rimetterci ogni giorno sulla sua strada.

T. Gesù era a tavola con i dodici in quella notte piena di congiura. Ormai era chiaro: bisognava pagare con la vita le cose fatte, dette ed insegnate. Il cuore di Gesù faceva i conti con la paura, ma egli concentrò il suo amore e le sue forze e, volgendosi ai discepoli e alle discepole, dopo aver lodato il nome santo di Dio, diede a ciascuno e ciascuna di loro un pezzo di pane dicendo: “Prendete e mangiate. Questo pane spezzato è il segno della mia vita. Quando farete questo, lo farete per ricordarvi di me, di ciò che ho fatto e detto”. Poi prese la coppa del vino e ne porse da bere a tutti e tutte, dicendo: “Questo calice è il segno dell’alleanza nuova che Dio ha stipulato con l’umanità; non dimenticate che a me la fedeltà è costata fino al sangue”.

1. O Dio, Ti preghiamo perché nella vita quotidiana questo gesto di comunione è da noi sovente contraddetto: diciamo di condividere, ma non portiamo insieme i pesi; anche le gioie rimangono consumazioni individuali.

2. Insegnaci Tu la strada per cambiare decisamente, donaci la forza delle grandi rotture come dei piccoli passi. Liberaci soprattutto dalla tentazione della via facile, perché possiamo vivere nella vera libertà che ci doni. Insegnaci a far posto, nella nostra vita, ad ogni persona, per superare le barriere che la nostra società costruisce.

T. O Dio, accogli le speranze operose e combattive di tutti e tutte coloro che dedicano la vita alla liberazione. Le difficoltà sono il pane di ogni giorno e sovente siamo tentati e tentate di perdere la speranza.

P. PREGHIERA DI CONDIVISIONE

COMUNIONE

CANTO

PREGHIERE SPONTANEE

CANTO

BENEDIZIONE FINALE

1. Possano, o Padre, fiorire nella nostra vita
le scelte che Tu attendi da ciascuno/a di noi.
Possa, o Madre, la nostra esistenza irradiare gioia e speranza,
per contagiare di gioia e di felicità chi ci incontra.

2. Che nessuno/a di noi ritorni indietro dalle scelte evangeliche,
ma diventi capace di compierne altre:
soprattutto che nessuno/a si fermi soddisfatto/a a metà strada,
perché la vita è un esodo, un cammino senza sosta.

1. Tu vedi come stentiamo a diventare comunità,
a costruire rapporti come fratelli e sorelle,
come non sappiamo mettere tutto il cuore per l'Evangelo.

2. Sì, la comunità è opera Tua e noi lo sappiamo:
ma questo non ci dispensi mai dalla fatica di costruirla.
Convertici alla fatica della corresponsabilità attiva.

T. Dio, fossimo capaci di cantarti a mille voci il nostro amore!
Fossimo capaci di vedere tutte le cose belle!
Tu allora saresti la nostra gioia d' ogni giorno
e anche il nostro cuore celebrerebbe una Pasqua senza fine.

BEATI E BEATE ALL'OMBRA DELLE TUE ALI

P. Saluto all'assemblea

G. Davanti a Te, Creatore dell'universo, Madre della vita, ci riuniamo per celebrare l'eucarestia. Rimaniamo, ora, un momento in silenzio, perché in noi risuoni l'eco del Tuo incessante invito: "Ascolta, Israele!".

CANTO

L. Beati i poveri in spirito, perché di essi è il regno dei cieli.
Beati gli afflitti, perché saranno consolati.
Beati i miti, perché erediteranno la terra.
Beati quelli che hanno fame e sete della giustizia, perché saranno saziati.
Beati i misericordiosi, perché troveranno misericordia.
Beati i puri di cuore, perché vedranno Dio.
Beati gli operatori di pace, perché saranno chiamati figli di Dio.
Beati i perseguitati per causa della giustizia, perché di essi è il regno dei cieli.
(Matteo 5, 3-10)

CANTO

LETTURE BIBLICHE

PREDICAZIONE E INTERVENTI LIBERI

CANTO

G. Ora che abbiamo meditato e riposto nel cuore il messaggio della Scrittura, possiamo capire più facilmente il senso del nostro essere creature di JHWH, la Sua lontananza dal nostro modo di agire calcolatore e la Sua vicinanza ai nostri piccoli cuori spesso confusi. Ascoltiamo questa rilettura della pagina delle beatitudini.

1. Noi Ti ringraziamo, o Padre celeste,
perché stai dalla parte di chi non ha potuto studiare,

di chi è emarginata o più sfortunato,
di chi non segue il modello oggi dominante,
che premia le persone arrivate, rampanti, potenti e prepotenti.

2. Noi Ti benediciamo, o Madre fedele,
per ogni volta che poni sui nostri cammini,
spesso faticosi e segnati da mille tentazioni,
persone e gruppi che fanno qualche passo con noi,
sostenendoci ed amandoci.

1. Con Te accanto sono beate le donne
che esprimono la loro sofferenza
e beati gli uomini che sanno mostrare la loro tristezza,
senza mascherarla con falsi sorrisi.

2. Nel Tuo abbraccio impareremo ad urlare il nostro dolore,
a dividerlo con chi ci sta vicino,
perché, solo liberando il pianto,
troveremo cuori e mani che ci consoleranno.

T. Beate e beati saranno coloro
che non tratterranno le lacrime,
perché verrà il giorno in cui non tratterranno le risate.
Tu piangerai e riderai con noi.

2. Noi Ti ringraziamo, Fonte della vita,
perché ci insegni a non temere
quando siamo più indifesi e indifese.
Togliendoci di dosso le nostre armature
facciamo sbocciare i nostri fiori più colorati,
impariamo ad ascoltare le altre persone,
a convertire sempre il nostro cuore e le nostre idee,
scorgendo terre nuove
al di là delle nostre frontiere abbattute.

1. Noi Ti benediciamo, Abbraccio consolatore,
perché sogni che noi, un giorno,
sapremo ascoltare le grida di dolore
di chi soffre accanto e lontano da noi,
di chi chiede giustizia, dignità, rispetto dei diritti umani.

Con Te trasformeremo l'indifferenza in indignazione
e quest'ultima in azione.

1. Sotto le Tue ali ci accogli e ci fai riposare.
Continua ad insegnarci il valore del perdono
perdonando i nostri molti sbagli,
le nostre piccole e grandi trasgressioni,
le nostre cattiverie, vendette, ingiustizie.

2. Continua ad aprirci le porte
ogni volta che torniamo a Te
e continua a bussare
ogni volta che ci barrichiamo in casa
e non rispondiamo ai Tuoi richiami.
Ancora una volta grazie, perché sotto le Tue ali
ci accogli e ci fai riposare.

1. Noi Ti ringraziamo, Vento che spinge i cuori,
per il dono delle persone semplici,
perché la semplicità lascia spazio
all'ascolto della Tua parola;
per il dono delle persone giuste,
perché la giustizia aiuta l'incontro con gli altri e le altre.

2. Noi Ti benediciamo, Forza creatrice dell'universo,
perché conosci la strada che porta al cuore dei bambini-soldato,
violenti e inconsapevoli,
schiavizzati dai signori della guerra;
perché saprai prendere in braccio, ora,
bambine e bambini
schiavi del mercato del sesso,
a cui hanno rubato la vita, l'innocenza, la gioia.

G. Certo, è molto più facile premere un grilletto
o pigiare il pulsante che fa partire un missile,
piuttosto che portare un piccolo e colorato mattone
per costruire un mondo di pace vera.
Ma Tu sei là dove, al riparo dai riflettori, vince la vita,
dove si costruisce anziché distruggere.
Al nostro piccolo cuore,

quando decidiamo di costruire, di portare un mattone,
fa bene sapere che camminiamo
all'ombra delle Tue ali,
alla luce del Tuo caldo e vicino sorriso,
sotto il Tuo sguardo innamorato.

T. Grande festa si farà in cielo e in terra
quando avremo imparato
ad ascoltare la Tua parola di beatitudine,
perché chi lotta nel silenzio
ed è vittima di persecuzione
troverà finalmente orecchie disponibili ad ascoltare
e mani e cuori pronti a sostenere la causa delle persone ultime.
Grande festa si farà perché finiranno
le persecuzioni, le violenze, gli abusi
e regnerà la pace, quella pace che Tu sogni per noi
da quando ci hai donato la vita.
Amen.

CANTO

P. Il gesto del pane spezzato e condiviso si trasformi, nella nostra vita, in azione concreta verso le ultime e gli ultimi della terra, affinché abbiano anche loro, un giorno, del pane da mangiare, da spezzare, da condividere.

T. Gesù era a mensa e Ti pregò, o Dio. Poi prese il pane, lo alzò al cielo, lodò il Tuo nome santo e disse: “Prendete e mangiate: ecco, questo pane spezzato è la mia vita messa a disposizione. Fate questo per non dimenticarvi di me”. Poi prese la coppa del vino, ne porse da bere a tutte e tutti dicendo: “Prendete e bevete: ormai la mia vita mi sarà tolta fino al sangue. Non dimenticatevi di me. Io spero che anche Dio non si dimentichi di me”.

P. PREGHIERA DI COMUNIONE

COMUNIONE

CANTO

PREGHIERE SPONTANEE

AVVISI

BENEDIZIONE FINALE

G. Fratelli e sorelle, non dimentichiamo che Dio è presente in ogni nostro giorno. Facciamo affidamento sulla Sua vicinanza, cerchiamo di vedere i segni della Sua presenza e di seguire i sentieri dell'amore.

T. Padre, Madre, risuoni ancora in noi la Tua voce invitante: "Ascolta, Israele!".

INSEGNACI, O DIO...

P. Saluto all'assemblea

CANTO

G. Signore,
ravviva in noi il desiderio di attingere da Te l'acqua della vita.

T. Agisci nella nostra vita e nel mondo
e rendici capaci di assecondare la Tua azione.

LETTURE BIBLICHE

PREDICAZIONE E INTERVENTI LIBERI

CANTO

1. O Dio, che sei Madre tenerissima
per ogni donna e per ogni uomo a cui doni la vita,
accogliamo con gioia profonda la buona notizia
del cammino di liberazione a cui hai chiamato i nostri fratelli.

2. Insegnaci, o Dio di Mosè,
la ribellione ai faraoni di oggi,
prendendo esempio da Pua e Scifra, le due levatrici ebrae
intorno alle quali si è coagulata la collaborazione solidale
di una madre, di sua figlia, di una principessa egiziana con le sue ancelle.

1. Con gioia facciamo memoria anche di Rut e Noemi,
due donne coraggiose e generose,
che hanno saputo camminare con i loro piedi
e, soprattutto, con il loro cuore,
trovando il sentiero giusto per attraversare, senza danni,
il maschilismo della loro società.

2. Insegnaci, o Padre buono,
il coraggio e la libertà di Giovanna,
la moglie del “pezzo grosso” Cuza, che, come altre donne
di cui gli evangelisti ci hanno lasciato troppo brevi testimonianze,
assisteva Gesù e il suo gruppo con i propri averi,
sfidando la regola aurea del potere
che diceva e dice “accumulare, accumulare!”:
anche lei ci ha insegnato la strada per moltiplicare i pani e i pesci.

T. O Dio, origine e meta del Creato,
noi crediamo che Tu sia la stessa Madre affettuosa e accogliente
per ogni donna e per ogni uomo che ha conosciuto,
che conosce e che conoscerà la vita,
qualunque sia il nome con cui Ti invoca.

1. Davanti a Te ci riconosciamo creature,
ugualmente limitate e parziali,
individualmente differenti,
ma radicalmente uguali in valore e dignità.

2. Riconosciamo come peccato gravissimo,
nei confronti del Tuo progetto creatore,
ogni gerarchia tra di noi, ogni relazione che manifesti volontà di potere,
di sopraffazione, di superiorità, di violenza e di sfruttamento.

G. Dacci la lucidità e il coraggio di indagare questo peccato
non solo negli altri e nelle altre ma, innanzitutto, in noi stessi/e;
e insegnaci la coerenza che Gesù chiedeva a chi dichiarava di volerlo seguire:
che i più piccoli gesti della nostra quotidianità,
i nostri linguaggi e ogni forma delle nostre relazioni,
siano improntati e sostenute dall'accoglienza, dal rispetto e dall'umiltà.

T. Eccoci, o Padre e Madre, alla memoria dell'ultima cena di Gesù, come
suoi discepoli e sue discepole. Egli, sapendo ormai vicina l'ora in cui la congiura
del potere avrebbe prevalso, concentrò nel semplice segno del pane spezzato
e del vino condiviso tutto il suo insegnamento e disse: “Prendete e mangiate:
la mia vita è data per voi e per l'umanità. Quando mangerete questo pasto, lo
farete per non dimenticarvi di me”. Poi prese la coppa del vino e, porgendone
a bere a tutti e tutte, disse: “Prendete e bevete: la mia vita ha pagato fino allo
spargimento del sangue la dedizione alla causa di Dio e dei fratelli e delle

sorelle. Dio vi garantisce una alleanza eterna, perfetta: Egli non ritirerà mai il Suo amore dall'umanità. Mangiate questo pasto, ve lo raccomando, per non dimenticarvi di me, di tutto quello che vi ho detto e di tutto quello che ho fatto”.

1 Insegnaci, o Dio, a cercarTi nel libro aperto della vita,
nel “volume” dei giorni, in tutti i suoi “capitoli”.
Rendici disponibili a vedere il pezzo di evangelo
testimoniato da coloro che sono diversi e diverse da noi.

2 Signore, abbiamo bisogno di novità vere, sostanziali.
Tu che ci parli sempre di cieli nuovi e terre nuove,
rendici desiderosi e concreti, umili e audaci
nel porre mano a nuove esperienze e progetti di fraternità.

1 Fa' che il nostro cuore, libero dai fermenti vecchi,
coltivi desideri limpidi, coraggiosi e fraterni.
Insegnaci, o Signore, a vedere che cosa abbiamo nel cuore;
aiutaci a purificare le acque profonde del nostro pozzo.

2 Signore, guarisci in profondità l'albero della nostra vita.
Ti chiediamo non un semplice abbellimento del fogliame,
ma di sanare le radici e di immettere nuova linfa.
Sii Tu il sole e l'acqua che fanno crescere la pianta.

COMUNIONE

CANTO

PREGHIERA SPONTANEA

CANTO

PREGHIERA DI BENEDIZIONE

LA STELLA CHE NON TRAMONTA

P. Saluto all'assemblea

G. Sorelle e fratelli: ralleghiamoci anche stamattina per il dono di poterci ritrovare per pregare, cantare, meditare intorno alla parola di Dio. E' questo un dono che forse non sempre apprezziamo a sufficienza. Non è superfluo ricordare che per molte persone che ne avrebbero desiderio, per tanti motivi, non è possibile farlo. Prepariamoci a questo momento bello e gioioso con un momento di silenzio.

G. Signore, brilli la Tua promessa
per tutti gli oppressi, per tutte le oppresse:

T. come una stella luminosa nel cielo, che non si spegne.

G. Quando ancora domina l'inverno,

T. comincia a fiorire una nuova primavera.

G. E' così del Tuo regno, del Tuo regno che viene.

T. I faraoni sui troni hanno i giorni contati.

CANTO

LETTURE BIBLICHE

PREDICAZIONE E INTERVENTI LIBERI

CANTO

PREGHIERA EUCARISTICA

T. Ti preghiamo, o Padre, come se fosse la prima volta,
perché Tu resti la stella che non tramonta,
la luce che non cessa di illuminare il nostro sentiero,
la sorgente da cui sgorgano, inesauribili, le acque della vita.

1. Come non cantare, o Madre, il Tuo amore senza confronti?

Tu hai accolto presso di Te, vivo per sempre,
quell'uomo sconfitto che chiamiamo Gesù di Nazareth
e ci hai reso possibile seguire le sue tracce.

2. O Padre, che non scegli le vie spianate e vittoriose,
ma hai fatto Tua la causa persa di Gesù, lo sconfitto,
fa' che perseveriamo sui sentieri fragili e bersagliati
lungo i quali tentiamo di vivere l'evangelo di Tuo figlio.

1. Rendici attenti ai germogli di futuro, ovunque compaiano,
decisi a farli nostri con prontezza e sincerità.
Rendici disponibili a tagliare i rami secchi della nostra vita,
per farla finita con quanto ci mantiene nell'indecisione.

2. Ma, se ci sei venuto incontro nella carne di un uomo impotente
e se Ti sei compiaciuto di quest'uomo rifiutato,
allora possiamo credere che il germe della risurrezione
sia all'opera nei deboli, nei poveri, nei maledetti dal potere.

T. Gesù era a tavola con i dodici in quella notte piena di congiura. Ormai era chiaro: bisognava pagare con la vita le cose fatte, dette e insegnate. Il cuore di Gesù faceva i conti con la paura, ma Gesù concentrò il suo amore e le sue forze e, volgendosi ai discepoli e alle discepole, dopo aver lodato il nome santo di Dio, diede loro un pezzo di pane e disse: "Prendete e mangiate. Questo pane spezzato è il segno della mia vita. Quando farete questo, lo farete per ricordarvi di me, di ciò che ho fatto e detto". Poi prese la coppa del vino, ne porse loro da bere e disse: "Questo calice è il segno dell'alleanza nuova che Dio ha stipulato con l'umanità, non dimenticate che a me la fedeltà è costata fino al sangue".

1. Continua, o Padre, ad essere la nostra resurrezione,
risuscitandoci dalle nostre stanchezze e sonnolenze,
dai nostri tradimenti più o meno camuffati,
Tu che conosci meglio di noi l'umana fragilità.

2. Soprattutto metti la Tua speranza nei cuori e nelle mani
di coloro che gemono nell'oppressione più brutale;
apri per loro sentieri di giustizia e di libertà,
Tu che sai prendere per mano i deboli della terra.

T. La gioia della resurrezione di Gesù è visibile là

ove popoli oppressi, come risorti, balzano da nuovi protagonisti dal letto della schiavitù e dal letargo dell'oppressione, per affacciarsi con speranza ad una vita nuova. Per tutto questo noi cantiamo la Tua gloria e proclamiamo la nostra fede in Te.

P. PREGHIERA DI CONDIVISIONE

COMUNIONE

CANTO

PREGHIERA SPONTANEA

CANTO

BENEDIZIONE FINALE

G. “Alleluia! Alleluia! Alleluia! Togliamo via il lievito vecchio, per essere pasta nuova, poiché siamo azzimi. Infatti Cristo, nostra Pasqua, è stato immolato! Celebriamo dunque la festa, non con il lievito vecchio né con lievito di malizia e di perversità, ma con azzimi di sincerità e di verità” (1Cor 5, 7-8).

T. Lode a Te, o Dio, che hai dato una vita nuova a Gesù.
Possano le nostre opere cantare la Tua lode nel mondo.
Ti benedica tutta la terra, tutto il creato canti la Tua gloria.

CI SPINGI NEL MONDO

P. Saluto all'assemblea

CANTO

G. Sii benedetto, Dio di Gesù e Dio nostro.

T. Ci raduniamo come fratelli e sorelle,
portando davanti a Te la nostra vita quotidiana,
con le sue luci e le sue ombre, le sue gioie e i suoi affanni.

G. Ti lodino i nostri cuori e le nostre labbra,
o Dio di tutto il mondo.

T. Ci raduniamo per ascoltare la Tua Parola,
unendo le nostre voci al grido dei popoli oppressi,
con l'angoscia di un mondo di guerre e di ingiustizie.

G. Veniamo davanti a Te come fece Gesù

T. per alimentare in noi l'amore e la fiducia,
per lavorare con le nostre piccole mani
al progetto di un mondo più giusto e più felice.

CANTO

LETTURE BIBLICHE

PREDICAZIONE E LIBERI INTERVENTI

CANTO

1. O Dio, Fonte della vita,
Tu sei molto più bello di ogni religione,
Tu sei padre, madre, amico, compagno di viaggio.
Tu non dividi il mondo in buoni e cattivi.

2. Sei un Dio che chiama, che ci invita a continuare i giorni e l'opera della creazione. Anche se spesso per noi è difficile vederTi, crediamo che sei il Dio che non abbandona.

1. Ti preghiamo per tutte le religioni del mondo e Ti ricordiamo tutte le chiese cristiane: liberate da tanti idoli, possano diventare luoghi di libertà e cantieri di liberazione.

2. Signore, abbiamo bisogno della Tua mano amica e forte che ci guidi sui sentieri dell'amore solidale, che ci liberi dal fascino delle cose vuote e ci faccia gustare la gioia di una vita sobria.

1. O Dio, che hai sradicato Abramo dalla terra che imprigionava il suo cuore, aiutaci a rompere lacci, catene e indugi che ci impediscono la sequela di Gesù.

2. O Dio, che hai aperto gli occhi ad Agar e hai fatto vedere ad Abramo una terra spaziosa, aiutaci a pensare e guardare in grande, perché il mondo è il luogo della Tua salvezza.

MEMORIA DELLA CENA

T. Quando ormai la congiura dei capi politici e religiosi lo stringeva da ogni parte, ancora una volta Gesù si mise a tavola con i suoi amici e le sue amiche. Volle mangiare con loro, come tante volte aveva fatto dal giorno in cui li aveva incontrati. Consapevole della gravità del momento, volle condensare in un segno un messaggio che toccasse il cuore dei discepoli. Prese tra le sue mani il pane della mensa, alzò gli occhi al cielo per riconoscere in Dio l'origine di ogni dono: "Questo pane spezzato, disse, vi ricordi la mia vita che fra poco i potenti spezzeranno. Quando vi radunerete per spezzare e mangiare il pane tra di voi, ricordatevi di me, di ciò che ho fatto, di ciò che vi ho insegnato". Poi, dopo aver ancora una volta benedetto il nome santo di Dio, prese la coppa del vino e ne porse da bere a tutti dicendo: "Questo calice è il segno di un'amizizia con Dio che non finirà mai. Se i potenti hanno voluto il mio sangue, Dio

non mi abbandonerà. Se seguirete questa strada di fiducia e di condivisione, sarete un solo corpo, un solo sangue, un cuore solo con me. Abbiate fiducia in Dio. Egli non delude”.

P. PREGHIERA DI COMUNIONE

COMUNIONE

CANTO

PREGHIERE SPONTANEE

CANTO

AVVISI

P. Sorelle e fratelli, eccoci... entriamo nel viaggio della nostra settimana. Amiamo le vie del mondo. Lì c'è l'appuntamento con Dio, con le persone, con la vita.

T. “Felici, o Dio, quelli che hanno in Te la loro forza: hanno le Tue vie nel loro cuore. Se anche passano in una valle deserta, la rendono un giardino” (Salmo 84).

CANTO

DIO CHE SORRIDI...

P. Saluto all'assemblea.

G. Benediciamo Dio con il canto e ringraziamoLo del dono di questo incontro.

CANTO

G. Benedetto sei Tu, o Dio che accogli sempre.

T. Donaci una vera disponibilità alla conversione.
Anche stamattina vogliamo ascoltarci gli uni le altre,
per imparare insieme a camminare sulle Tue vie.

G. Metti tanta fede nella nostra vita.

T. E tanta vita nella nostra fede.

G. Davanti a Te, o Madre della vita, stanno in nostri giorni,
le nostre speranze, le nostre lotte, i nostri affetti e i nostri limiti.

T. Con il Tuo calore aiutaci a far sbocciare il fiore della nostra vita,
perché assaporiamo il profumo della felicità
e possiamo spargerne i petali attorno a noi.
Vogliamo fare nostro il Tuo sogno di giustizia.

CANTO

SALMO

CANTO

LETTURE BIBLICHE

PREDICAZIONE E INTERVENTI LIBERI

CANTO

1. Nel fragore delle guerre noi continuiamo a guardare a Te,
Dio che ci inviti a fare tutta la nostra parte
“fuori del tempio”, nelle vie del mondo, oggi, non domani.

2. Accogliendo la Tua parola nel profondo di noi,
vogliamo risvegliare le energie che giacciono inutilizzate,
quel seme di profezia che deve farsi albero.

1. Dio, più solare del sole, più caldo del fuoco!
Insegnami a cercarTi tra le stelle e nella polvere;
insegnami a vederTi in chi ride e in chi piange.

2. Tu guardi anche a me, piccola, fragile creatura d'argilla:
mi hai dato un nome e mi apri un sentiero di vita.
Voglio imparare dai cammini diversi dai miei.

T. Insegnaci l'audacia e l'umiltà che sono necessarie
per proseguire nel mondo l'opera delle Tue mani,
per continuare nel tempo la Tua creazione.

MEMORIA DELLA CENA

T. Gesù era a tavola con i suoi amici e le sue amiche. Egli era ben consapevole della congiura che si stava organizzando contro di lui e il suo cuore faceva i conti con la paura. Voleva lasciare ai suoi amici e alle sue amiche, in quella sera e in quella cena di intimità, qualcosa di più di un ricordo, di un segno. Sulla mensa c'erano pane e vino. Gesù alzò gli occhi al cielo e, dopo aver benedetto il nome santo di Dio, prese il pane, lo spezzò, lo divise dicendo: “Prendete e mangiate. Questo pane condiviso sia per voi il segno della mia vita. Quando farete questo, lo farete in memoria di me, di ciò che ho fatto e detto”. Poi prese la coppa del vino e disse: “Questo calice sia per voi il segno di un'amicizia che Dio continuamente rinnova con tutta l'umanità, con tutto il creato”.

P. PREGHIERA DI CONDIVISIONE

COMUNIONE

CANTO

PREGHIERE SPONTANEE

CANTO

AVVISI

G. Lode a Te, Dio di tutto il creato.

T. Non tramonti mai il Tuo sorriso
sull'opera delle Tue e delle nostre mani.

CANTO

LA TUA OPERA E' LIBERAZIONE

P. Saluto all'assemblea

CANTO

1. Vorrei, o Dio, essere un piccolo albero
piantato presso di Te, ruscello d'acqua.
Apri ancora la zolla secca del mio cuore,
perché possa accogliere l'acqua che disseta.

2. Cercate il Signore, voi tutti, umili del paese,
che percorrete i Suoi sentieri.
Cercate di fare ciò che è giusto
e di essere semplici davanti a Dio.

T. Dio, amico e compagno di viaggio,
abbiamo bisogno della Tua luce
per individuare i sentieri da percorrere,
quelli da scegliere e quelli da evitare.

G. Signore, aiutami ad ascoltare la Tua presenza, a porgere l'orecchio
alla Tua voce, a sentire i Tuoi passi; aiutami a stare in silenzio. Fa' che le mie
parole nascano sempre da un profondo ascolto di Te e degli altri.

LETTURE BIBLICHE

PREDICAZIONE E INTERVENTI LIBERI

CANTO

L.1. Liberami, o Dio:
dall'egoismo che è in me,
dalla presunzione che è in me,
dall'arroganza che è in me,
dalla violenza che è in me,

dalle idolatrie che sono in me,
dalle chiusure che sono in me,
dal superfluo che possiedo,
dalle stupidità che inseguo,
dalla superficialità che è in me,
dall'angoscia che mi impedisce di gioire,
dalla voglia di prevalere,
dalla fretta che disumanizza.

L.2. Aprimi, o Dio:
alle gioie dell'amore,
alla tenerezza dei sentimenti,
alla voglia di vivere,
alla fiducia verso di Te,
alla condivisione dei Tuoi doni,
alla speranza di un mondo altro,
al coraggio di nuove scelte,
alla valorizzazione dei talenti che sono in me,
alla ricerca della felicità,
al perdono vicendevole,
alla nonviolenza come stile di vita,
alle relazioni calde e sincere.

CANTO

1. Ti vogliamo benedire, o Dio di Gesù,
per il dono della Tua parola che ci invita,
ci risveglia, ci scalda, ci rimette in cammino
dopo ogni fermata e dopo ogni stanchezza.

2. Ti vogliamo benedire, o Dio di tutto il mondo,
perché non ci lasci pigramente sonnecchiare
nel letto dell'autocompiacimento o dell'indifferenza,
ma ci parli di cambiamento e di conversione.

1. Insegnaci a gettare la vita nel solco,
a coltivare e irrigare i giardini del futuro.
Ma anche in questo oggi Ti benediciamo con gioia,
perché continui a riversare nel mondo fiumi di felicità.

2. Liberaci, o Dio dell'amore e della libertà,
da ogni chiusura e da ogni preconcetto.
Insegnaci a riconoscere le finestre aperte,
prima di fermarci davanti alle porte chiuse.

T. Gesù era a tavola con i suoi amici e le sue amiche. Egli era ben consapevole della congiura che si stava organizzando contro di lui e il suo cuore faceva i conti con la paura. Voleva lasciare ai suoi amici e alle sue amiche, in quella sera e in quella cena di intimità, qualcosa di più di un ricordo, di un segno. Sulla mensa c'erano pane e vino. Gesù alzò gli occhi al cielo e, dopo aver benedetto il nome santo di Dio, prese il pane, lo spezzò, lo divise dicendo: "Prendete e mangiate. Questo pane condiviso sia per voi il segno della mia vita. Quando farete questo, lo farete in memoria di me, di ciò che ho fatto e detto". Poi prese la coppa del vino e disse: "Questo calice sia per voi il segno di un'amicizia che Dio continuamente rinnova con tutta l'umanità, con tutto il creato".

P. PREGHIERA DI COMUNIONE

COMUNIONE

CANTO

PREGHIERA SPONTANEA

AVVISI

BENEDIZIONE FINALE

1. "Figlio mio, figlia mia:
non sopportare più i faraoni,
non erigere muri nel tuo cuore,
guardati dagli idoli e ama la vita.

2. Cammina al mio cospetto.
Ricordati della mia parola,
tienila davanti ai tuoi occhi:
riponila con cura nel tuo cuore
e sia per te il cibo del cammino".

1. O mio Dio, accompagnami nel cammino,
tienimi libero dagli idoli:
ho bisogno della Tua mano.

2. Accompagna le persone che zoppicano,
che cadono, che non sanno dove aggrapparsi.

T. “Figlio mio, figlia mia:
ti darò la mia mano,
ma tu ricordati di porgere la tua
là dove si lotta, dove si prega,
là dove si costruisce fraternità e sororità.
Non sono il Dio soltanto tuo,
sono il Dio dell’umanità e del mondo”.

O DIO CHE CI VUOI FELICI...

P. Saluto all'assemblea

G. Tu, o Dio, ci doni ancora tempo,
tempo di vita, tempo di conversione.

CANTO

G. Prima che nascessero i monti, o Dio,
prima che la terra e il mondo fossero generati,
da sempre e per sempre Tu sei.

1. Ai Tuoi occhi mille anni
sono come il giorno di ieri che è passato,
come un turno di veglia nella notte.

2. Tutti i nostri giorni svaniscono
e noi finiamo i nostri anni come un soffio.

1. Gli anni della nostra vita sono settanta,
ottanta per i più robusti,
ma quasi tutti sono fatica e dolore.
Passano presto e noi ci dileguiamo.

2. Insegnaci a contare i nostri giorni
e giungeremo alla sapienza del cuore.

1. Volgiti a noi, Signore; fino a quando?
Muoviti a pietà di noi tuoi servi.

2. Ogni mattino saziaci con il Tuo amore:
i nostri giorni saranno pieni di canto e di gioia.

G. Accogliamo il tempo che ci è dato dal Signore
e accogliamo insieme l'esortazione a viverlo
come tempo di giustizia, di "avvento"

di un mondo sempre da rinnovare,
anche con il nostro impegno.

CANTO

LETTURE BIBLICHE

PREDICAZIONE E LIBERI INTERVENTI

CANTO

1. O Dio, che in Gesù ci hai donato un fratello sapiente,
semina dentro di noi il germe della condivisione.
Anzi, facci andare oltre, perché il seme diventi realtà.

2. Siccome, Dio genitore, tutto è dono che proviene da Te,
aiutaci a valorizzare ciò che abbiamo
e, ancor più, insegnaci ad evitare ogni spreco.

1. Mio Dio: inizia un nuovo anno,
un'opportunità che ci stai offrendo
per camminare giorno dopo giorno verso di Te.

2. Non siamo mai abbastanza consapevoli
del dono immenso che riceviamo da Te:
in ogni respiro ci doni "la vita".

T. Spesso ci perdiamo
nelle corse affannose e frettolose
per arrivare a far tutto
e ci dimentichiamo
che Tu ci hai consegnato
qualcosa di infinitamente prezioso
ed estremamente precario:
"la vita", una vita da amare e per amare.

1. Tu ci ami come esseri impermanenti e fragili.
Basta pochissimo perché la nostra vita finisca.
Perché continuiamo a mettere al centro
altre priorità, altri interessi, altri pensieri?

2. Troppo bravi e zelanti nel vedere i limiti altrui,

dimentichiamo spesso che essi sono la nostra palestra
per crescere nella pazienza, nella perseveranza, nella bontà,
per praticare la giustizia e l'uguaglianza.

1. O Dio, fa' che anche noi, come Gesù di Nazareth,
impariamo a salire sulla montagna
per ritrovare noi stessi/e davanti a Te
e per ascoltare in modo nuovo la Tua voce.

2. Sì, o Dio di Gesù, voglio ascoltare quella voce,
quella voce che mi dice, ancora una volta,
che al mio banchetto non ho diviso il pane,
non ho condiviso il tempo né donato un sorriso.

1. Aiuta, o Dio di tutto il mondo, ognuno e ognuna di noi
a diventare coscienti delle proprie possibilità:
se ognuno e ognuna "scalasse" la montagna della condivisione,
quante guerre e quante ingiustizie svanirebbero...

T. Eccoci ora riuniti e riunite, o Dio di Gesù, Dio che hai un cuore grande
come il mondo, per dividere questo pane in cui riconosciamo uno dei Tuoi
doni più preziosi. Compriamo questo gesto in memoria di Gesù, vivo presso
di Te. Egli ci insegnò la bellezza del darci la mano, del camminare insieme,
del condividere in semplicità. Ti preghiamo: fa' che questo spezzare e questo
mangiare il pane della memoria diventino per noi fonte di nuove decisioni sulla
via della giustizia e della pace. Ti rendiamo grazie, o Dio della vita, perché ci
doni la possibilità di far entrare nei nostri cuori e nei nostri cammini quotidiani
lo stile di vita di Gesù, cioè "il suo corpo e il suo sangue".

P. PREGHIERA DI COMUNIONE

CONDIVISIONE DEL PANE

CANTO

PREGHIERE SPONTANEE

CANTO

AVVISI E COMUNICAZIONI

BENEDIZIONE FINALE

P. O Dio, aiutaci a non dimenticare mai
che ogni cambiamento parte anche da noi,
dal nostro modo di pensare e di agire.
Tale consapevolezza ci aiuti a cercare
sempre nuove strade per avvicinarci,
un passo dopo l'altro, a Te,
accettando le fatiche ed accogliendo la felicità
che Tu sai donare a chi si fida di Te.

INDICE

Introduzione	pag. 3
Il martello, la pietra, il ricino	pag. 9
Per far nascere una rosa	pag. 13
Un passo dopo l'altro	pag. 16
Nei giorni di vacanza	pag. 19
Dio ci accompagna sui sentieri dell'amore	pag. 23
Davanti a Te ogni giorno	pag. 28
Insieme veniamo a Te	pag. 31
Festa di solidarietà e di preghiera	pag. 34
Dio, presenza amica	pag. 39
Dio accompagna i nostri passi	pag. 42
Facci ritornare a Te	pag. 47
Nella ricerca di Dio sta la nostra felicità	pag. 51
Ascolta, Israele...	pag. 56
Ci conosci fin dentro le ossa	pag. 60
Cantiamo a Dio con voci di gioia	pag. 64
Cammina ancora con noi	pag. 67
Liberaci ancora, o Dio	pag. 70
Perché fuggiamo da Te?	pag. 72
Sempre alla ricerca di Te	pag. 76
E la stella li precedette...	pag. 79
Guida i nostri passi	pag. 83
Parole di fiducia, parole d'aiuto	pag. 86
Imparare ad accogliere	pag. 89

Diversi, ma insieme, sotto lo sguardo tenero di Dio	pag. 92
Bussa ai nostri cuori	pag. 96
Aiutaci ad ascoltare la Tua voce	pag. 99
Spezzando questo pane...	pag. 102
Aprici i cuori	pag. 105
Tu...	pag. 108
Per amare la vita	pag. 111
Il cammino della felicità	pag. 115
La pratica delle relazioni e la nonviolenza nella vita di Gesù	pag. 120
Il lento cammino della liberazione	pag. 125
Dentro le nostre gioie	pag. 128
Tu mi scruti e mi conosci	pag. 130
Festa dell'amore che dura nel tempo	pag. 134
Le differenze ci arricchiscono	pag. 137
Beati e beate all'ombra delle Tue ali	pag. 141
Insegnaci, o Dio...	pag. 146
La stella che non tramonta	pag. 149
Ci spingi nel mondo	pag. 152
Dio che sorridi...	pag. 155
La Tua opera è liberazione	pag. 158
O Dio che ci vuoi felici	pag. 162

Finito di stampare nel mese di maggio 2006
presso la Litografia Comunecazione s.n.c. - strada San Michele, 83 - Bra (Cn)