



Castello Tesino 2013

Affetti d'Effetto – la Nostra Relazione con Dio

Materiali per la Preghiera del Mattino e della Sera

i Vangeli

LUNEDÌ SERA

Dal Vangelo Secondo Luca

Mentre egli stava in piedi sulla riva del lago di Gennesaret e la folla si stringeva intorno a lui per udire la parola di Dio, Gesù vide due barche ferme a riva: da esse i pescatori erano smontati e lavavano le reti. Montato su una di quelle barche, che era di Simone, lo pregò di scostarsi un poco da terra; poi, sedutosi sulla barca, insegnava alla folla.

Com'ebbe terminato di parlare, disse a Simone: «Prendi il largo, e gettate le reti per pescare». Simone gli rispose: «Maestro, tutta la notte ci siamo affaticati, e non abbiamo preso nulla; però, secondo la tua parola, getterò le reti». E, fatto così, presero una tal quantità di pesci, che le reti si rompevano. Allora fecero segno ai loro compagni dell'altra barca, di venire ad aiutarli. Quelli vennero e riempirono tutt'e due le barche, tanto che affondavano. Simon Pietro, veduto ciò, si gettò ai piedi di Gesù, dicendo: «Signore, allontanati da me, perché sono un peccatore». Perché spavento aveva colto lui, e tutti quelli che erano con lui, per la quantità di pesci che avevano presi, e così pure Giacomo e Giovanni, figli di Zebedeo, che erano soci di Simone. Allora Gesù disse a Simone: «Non temere; d'ora in poi sarai pescatore di uomini». Ed essi, tratte le barche a terra, lasciarono ogni cosa e lo seguirono.

MARTEDÌ MATTINA

Dal Vangelo Secondo Matteo

Pietro, intanto, stava seduto fuori nel cortile e una serva gli si avvicinò, dicendo: «Anche tu eri con Gesù il Galileo». Ma egli lo negò davanti a tutti, dicendo: «Non so che cosa dici». Come fu uscito nell'atrio, un'altra lo vide e disse a coloro che erano là: «Anche costui era con Gesù Nazareno». Ed egli negò di nuovo giurando: «Non conosco quell'uomo». Di lì a poco, coloro che erano presenti si avvicinarono e dissero a Pietro: «Certo anche tu sei di quelli, perché anche il tuo parlare ti fa riconoscere». Allora egli cominciò a imprecare e a giurare: «Non conosco quell'uomo!» In quell'istante il gallo cantò. Pietro si ricordò delle parole di Gesù che gli aveva dette: «Prima che il gallo canti, tu mi rinnegherai tre volte». E, andato fuori, pianse amaramente.

MARTEDÌ SERA

Dal Vangelo Secondo Giovanni

Quand'ebbero fatto colazione, Gesù disse a Simon Pietro: «Simone di Giovanni, mi ami più di questi?» Egli rispose: «Sì, Signore, tu sai che ti voglio bene». Gesù gli disse: «Pasci i miei agnelli». Gli disse di nuovo, una seconda volta: «Simone di Giovanni, mi ami?» Egli rispose: «Sì, Signore; tu sai che ti voglio bene». Gesù gli disse: «Pastura le mie pecore». Gli disse la terza volta: «Simone di Giovanni, mi vuoi bene?» Pietro fu rattristato che egli avesse detto la terza volta: «Mi vuoi bene?» E gli rispose:



«Signore, tu sai ogni cosa; tu conosci che ti voglio bene». Gesù gli disse: «Pasci le mie pecore. In verità, in verità ti dico che quand'eri più giovane, ti cingevi da solo e andavi dove volevi; ma quando sarai vecchio, stenderai le tue mani e un altro ti cingerà e ti condurrà dove non vorresti». Disse questo per indicare con quale morte avrebbe glorificato Dio. E, dopo aver parlato così, gli disse: «Seguimi».

MERCOLEDÌ MATTINA

Dal Vangelo Secondo Giovanni

Come il Padre ha amato me, così anch'io ho amato voi. Rimanete nel mio amore. Se osserverete i miei comandamenti, rimarrete nel mio amore, come io ho osservato i comandamenti del Padre mio e rimango nel suo amore. Questo vi ho detto perché la mia gioia sia in voi e la vostra gioia sia piena. Questo è il mio comandamento: che vi amiate gli uni gli altri, come io vi ho amati. Nessuno ha un amore più grande di questo: dare la vita per i propri amici. Voi siete miei amici, se farete ciò che io vi comando. Non vi chiamo più servi, perché il servo non sa quello che fa il suo padrone; ma vi ho chiamati amici, perché tutto ciò che ho udito dal Padre l'ho fatto conoscere a voi. Non voi avete scelto me, ma io ho scelto voi e vi ho costituiti perché andiate e portiate frutto e il vostro frutto rimanga; perché tutto quello che chiederete al Padre nel mio nome, ve lo conceda. Questo vi comando: amatevi gli uni gli altri.

MERCOLEDÌ SERA

Dal Vangelo Secondo Luca

Disse ancora: «Un uomo aveva due figli. Il più giovane di loro disse al padre: "Padre, dammi la parte dei beni che mi spetta". Ed egli divise fra loro i beni. Di lì a poco, il figlio più giovane, messa insieme ogni cosa, partì per un paese lontano, e vi sperperò i suoi beni, vivendo dissolutamente. Quando ebbe speso tutto, in quel paese venne una gran carestia ed egli cominciò a trovarsi nel bisogno. Allora si mise con uno degli abitanti di quel paese, il quale lo mandò nei suoi campi a pascolare i maiali. Ed egli avrebbe voluto sfamarsi con i baccelli che i maiali mangiavano, ma nessuno gliene dava. Allora, rientrato in sé, disse: "Quanti servi di mio padre hanno pane in abbondanza e io qui muoio di fame! Io mi alzerò e andrò da mio padre, e gli dirò: padre, ho peccato contro il cielo e contro di te: non sono più degno di essere chiamato tuo figlio; trattami come uno dei tuoi servi". Egli dunque si alzò e tornò da suo padre; ma mentre egli era ancora lontano, suo padre lo vide e ne ebbe compassione: corse, gli si gettò al collo, lo baciò e ribaciò. E il figlio gli disse: "Padre, ho peccato contro il cielo e contro di te; non sono più degno di essere chiamato tuo figlio". Ma il padre disse ai suoi servi: "Presto, portate qui la veste più bella, e rivestitelo, mettetegli un anello al dito e dei calzari ai piedi; portate fuori il vitello ingrassato, ammazzatelo, mangiamolo e facciamo festa, perché questo mio figlio era morto ed è tornato in vita; era perduto, ed è stato ritrovato". E si misero a fare gran festa. Or il figlio maggiore si trovava nei campi, e mentre tornava, come fu vicino a casa, udì la musica e le danze. Chiamò uno dei servi e gli domandò che cosa succedesse. Quello gli disse: "È tornato tuo fratello e tuo padre ha ammazzato il vitello ingrassato, perché lo ha riavuto sano e salvo". Egli si adirò e non volle entrare; allora suo padre uscì e lo pregava di entrare. Ma egli rispose al padre: "Ecco, da tanti anni ti servo e non ho mai trasgredito un tuo comando; a me però non hai mai dato neppure un capretto per far festa con i miei amici; ma quando è venuto questo tuo figlio che ha sperperato i tuoi beni con le prostitute, tu hai ammazzato per lui il vitello ingrassato". Il padre gli disse: "Figliolo, tu sei sempre con me e ogni cosa mia è tua; ma bisognava far festa e rallegrarsi, perché questo tuo fratello era morto ed è tornato in vita; era perduto ed è stato ritrovato"».



GIOVEDÌ MATTINA

Dal Vangelo Secondo Giovanni

Or prima della festa di Pasqua, Gesù, sapendo che era venuta per lui l'ora di passare da questo mondo al Padre, avendo amato i suoi che erano nel mondo, li amò sino alla fine.

Durante la cena, quando il diavolo aveva già messo in cuore a Giuda Iscariota, figlio di Simone, di tradirlo, Gesù, sapendo che il Padre gli aveva dato tutto nelle mani e che era venuto da Dio e a Dio se ne tornava, si alzò da tavola, depose le sue vesti e, preso un asciugatoio, se lo cinse. Poi mise dell'acqua in una bacinella, e cominciò a lavare i piedi ai discepoli, e ad asciugarli con l'asciugatoio del quale era cinto. Si avvicinò dunque a Simon Pietro, il quale gli disse: «Tu, Signore, lavare i piedi a me?» Gesù gli rispose: «Tu non sai ora quello che io faccio, ma lo capirai dopo». Pietro gli disse: «Non mi laverai mai i piedi!» Gesù gli rispose: «Se non ti lavo, non hai parte alcuna con me». E Simon Pietro: «Signore, non soltanto i piedi, ma anche le mani e il capo!» Gesù gli disse: «Chi è lavato tutto, non ha bisogno che di aver lavati i piedi; è purificato tutto quanto; e voi siete purificati, ma non tutti». Perché sapeva chi era colui che lo tradiva; per questo disse: «Non tutti siete netti». Quando dunque ebbe loro lavato i piedi ed ebbe ripreso le sue vesti, si mise di nuovo a tavola, e disse loro: «Capite quello che vi ho fatto? Voi mi chiamate Maestro e Signore; e dite bene, perché lo sono. Se dunque io, che sono il Signore e il Maestro, vi ho lavato i piedi, anche voi dovete lavare i piedi gli uni agli altri. Infatti vi ho dato un esempio, affinché anche voi facciate come vi ho fatto io.

GIOVEDÌ SERA

Dagli Atti degli Apostoli

Stavano ancora parlando al popolo, quando sopraggiunsero i sacerdoti, il capitano del tempio e i sadducei, irritati per il fatto che essi insegnavano al popolo e annunziavano in Gesù la risurrezione dai morti. Li arrestarono e li portarono in prigione fino al giorno dopo, dato che era ormai sera. Molti però di quelli che avevano ascoltato il discorso credettero e il numero degli uomini raggiunse circa i cinquemila.

Il giorno dopo si radunarono in Gerusalemme i capi, gli anziani e gli scribi, il sommo sacerdote Anna, Caifa, Giovanni, Alessandro e quanti appartenevano a famiglie di sommi sacerdoti. Fattili comparire davanti a loro, li interrogavano: «Con quale potere o in nome di chi avete fatto questo?». Allora Pietro, pieno di Spirito Santo, disse loro: «Capi del popolo e anziani, visto che oggi veniamo interrogati sul beneficio recato ad un uomo infermo e in qual modo egli abbia ottenuto la salute, la cosa sia nota a tutti voi e a tutto il popolo d'Israele: nel nome di Gesù Cristo il Nazareno, che voi avete crocifisso e che Dio ha risuscitato dai morti, costui vi sta innanzi sano e salvo. Questo Gesù è la pietra che, scartata da voi, costruttori, è diventata testata d'angolo. In nessun altro c'è salvezza; non vi è infatti altro nome dato agli uomini sotto il cielo nel quale è stabilito che possiamo essere salvati». Vedendo la franchezza di Pietro e di Giovanni e considerando che erano senza istruzione e popolani, rimanevano stupefatti riconoscendoli per coloro che erano stati con Gesù; quando poi videro in piedi vicino a loro l'uomo che era stato guarito, non sapevano che cosa rispondere. Li fecero uscire dal sinedrio e si misero a consultarsi fra loro dicendo: «Che dobbiamo fare a questi uomini? Un miracolo evidente è avvenuto per opera loro; esso è diventato talmente noto a tutti gli abitanti di Gerusalemme che non possiamo negarlo. Ma perché la cosa non si divulghi di più tra il popolo, diffidiamoli dal parlare più ad alcuno in nome di lui». E, richiamatili, ordinarono loro di non parlare assolutamente né di insegnare nel nome di Gesù. Ma Pietro e Giovanni replicarono: «Se sia giusto innanzi a Dio obbedire a voi più che a lui, giudicatelo voi stessi; noi non possiamo tacere quello che abbiamo visto e ascoltato».



VENERDÌ MATTINA

Dal Vangelo Secondo Luca

Ed ecco in quello stesso giorno due di loro erano in cammino per un villaggio distante circa sette miglia da Gerusalemme, di nome Emmaus, e conversavano di tutto quello che era accaduto. Mentre discorrevano e discutevano insieme, Gesù in persona si accostò e camminava con loro. Ma i loro occhi erano incapaci di riconoscerlo. Ed egli disse loro: «Che sono questi discorsi che state facendo fra voi durante il cammino?». Si fermarono, col volto triste; uno di loro, di nome Clèopa, gli disse: «Tu solo sei così forestiero in Gerusalemme da non sapere ciò che vi è accaduto in questi giorni?». Domandò: «Che cosa?». Gli risposero: «Tutto ciò che riguarda Gesù Nazareno, che fu profeta potente in opere e in parole, davanti a Dio e a tutto il popolo; come i sommi sacerdoti e i nostri capi lo hanno consegnato per farlo condannare a morte e poi l'hanno crocifisso. Noi speravamo che fosse lui a liberare Israele; con tutto ciò son passati tre giorni da quando queste cose sono accadute. Ma alcune donne, delle nostre, ci hanno sconvolti; recatesi al mattino al sepolcro e non avendo trovato il suo corpo, son venute a dirci di aver avuto anche una visione di angeli, i quali affermano che egli è vivo. Alcuni dei nostri sono andati al sepolcro e hanno trovato come avevan detto le donne, ma lui non l'hanno visto».

Ed egli disse loro: «Sciocchi e tardi di cuore nel credere alla parola dei profeti! Non bisognava che il Cristo sopportasse queste sofferenze per entrare nella sua gloria?». E cominciando da Mosè e da tutti i profeti spiegò loro in tutte le Scritture ciò che si riferiva a lui. Quando furon vicini al villaggio dove erano diretti, egli fece come se dovesse andare più lontano. Ma essi insistettero: «Resta con noi perché si fa sera e il giorno già volge al declino». Egli entrò per rimanere con loro. Quando fu a tavola con loro, prese il pane, disse la benedizione, lo spezzò e lo diede loro. Allora si aprirono loro gli occhi e lo riconobbero. Ma lui sparì dalla loro vista. Ed essi si dissero l'un l'altro: «Non ci ardeva forse il cuore nel petto mentre conversava con noi lungo il cammino, quando ci spiegava le Scritture?». E partirono senz'indugio e fecero ritorno a Gerusalemme, dove trovarono riuniti gli Undici e gli altri che erano con loro, i quali dicevano: «Davvero il Signore è risorto ed è apparso a Simone». Essi poi riferirono ciò che era accaduto lungo la via e come l'avevano riconosciuto nello spezzare il pane.



Materiale Vario

PREGHIERE PER IL MATTINO

Signore, anche oggi sarò sommerso dalle parole.

La televisione, i giornali, internet...

Mi riempiranno la testa delle loro verità,
mi vorranno loro figlio fedele.

Aiutami a fare silenzio attorno e dentro di me,
a dare spazio alla Tua Parola,
a conoscere la Verità che rende liberi.

Essere "nel mondo", ma non "del mondo" è difficile!

Gli ostacoli esterni e le difficoltà interne mi scoraggiano...

Vieni Signore!

Il Tuo esempio e le Tue parole mi convertano,
così come molti, alle Tue parole, hanno creduto in Te!

Tu sei il Signore... Il Signore della mia vita:
accompagna il cammino di questo giorno,
perché le mie azioni testimonino che al primo posto ci sei Tu!

Aiutami a testimoniare la Tua presenza, senza giudicare.

A credere al di là dei miei dubbi e delle mie paure.

Vieni Signore!

Signore, all'inizio di questo giorno sono qui, di fronte a Te.

Tu sei la luce del mondo: illumina il mio cammino!

Chi Ti segue non cammina nelle tenebre.

Liberami, Signore, dalle tenebre della mia vita.

Dall'orgoglio che mi fa puntare solo sulle mie forze.

Dall'egoismo che mi fa guardare solo a me stesso.

Dalla paura di essere solo, incompreso, escluso.

Intravedo la Tua luce, che segna la strada da percorrere.

Eccomi Signore!

Penso, Signore, a quello che oggi, come ogni giorno, dovrò fare.

Azioni, scelte, decisioni: tra queste c'è proprio quella che mi costa fatica e che non comprendo.

Mi affido a Te, Signore: sia chiara per me la Tua volontà.



PREGHIERE PER LA SERA

Eccomi, Signore, davanti a te, mendicante del Tuo amore e del Tuo perdono.
Tu sei il mio Dio, sei Colui che conosce il meglio di me.
Guardami... Scrutami... Chinati su di me... Curami...
Rialzami dalle cadute e apri il mio cuore alle esigenze dell'amore e della fraternità...
Forse, oggi, mi sono comportato da "nemico" della Tua croce e sono scappato;
forse ho provato io a fare la strada, mettendomi al primo posto... Perdonami!

Grazie Signore
per essermi stato accanto tutto il giorno;
eri in quel bambino sorridente,
in quel vecchietto zoppicante,
in quell'amico che non vedevo da tempo.
Mi hai fatto conoscere persone e situazioni nuove,
mi hai dato possibilità diverse,
mi hai fatto proposte.
Grazie per tutti i tuoi segni,
scusa per ciò che non ho compreso.

Grazie Signore, Padre nostro,
per avermi sostenuto nella ricerca della pace
e nell'esercizio della pazienza
durante questa giornata,
con i colleghi, gli amici, la famiglia.
Aiutami anche domani e sempre ad ascoltare
con calma e serenità
le persone che mi hai posto accanto.

Ti prego, Signore, per tutti i poveri della terra.
Ti prego per quelli che ho incontrato io quest'oggi.
Di ciascuno di loro Tu ti ricordi.
Sii Tu la loro consolazione,
schierati Tu dalla loro parte.
E tocca Tu il mio cuore: che domani, incontrandoli di nuovo,
sappia ricordali come fai Tu.



E' più facile questa sera riconoscermi peccatore!
Ci ho pensato tutto il giorno
e mi sono accorto che ero più vero con me stesso e con gli altri;
sono riuscito ad entrare in rapporto più vero stimando gli altri migliori di me.
O Dio, abbi pietà di me peccatore! Sii Tu a rendermi giusto;
riconosco il mare sterminato della mia nullità, della dimenticanza di Te,
della mia presunzione.
Ma oggi ho capito che le mie miserie le devo riconoscere davanti a Te,
che sei l'oceano infinito della misericordia.
Com'è bello Signore addormentarmi in pace,
come un bambino nelle braccia della madre,
abbracciato dalla Tua misericordia.
Abbi sempre compassione di me.
Guardami con i Tuoi occhi,
perchè io sono stanco di guardarmi con i miei occhi.
Amami sempre, Tu che mi hai fatto esigenza di amore senza fine.

Cristo Gesù, anche oggi ho sperimentato attorno a me l'indifferenza di tanti riguardo al Tuo messaggio di amore.
Ma non mi scoraggio, poiché so che mi sei qui accanto.
Tu hai avuto tanta pazienza con me, hai rispettato fino in fondo la mia libertà.
Ogni uomo hai i suoi tempi.
Ti prego perchè le persone oggi incontrate vengano presto a Te.

Mentre scende la sera
Ti ringrazio, Signore Gesù,
perchè mi hai accompagnato,
come luce sul mio cammino,
nel corso di questa giornata.
Tu mi hai tenuto per mano
e mi hai portato in braccio nei momenti più bui.
Ecco, oggi Tu sei stato la mia salvezza.

Signore, le Tue parole e il Tuo esempio cambiano il cuore.
Accogli, alla fine di questo giorno,
il mio cuore e la mia mente increduli e testardi
di fronte alle difficoltà della vita.
Accogli il desiderio non realizzato di seguirTi.
Il Padre non lascia soli, Tu non mi hai lasciato solo.
Illumina con la Tua presenza le tenebre della fede!
Cambia il mio cuore di pietra in cuore di carne,
capace di amare come hai fatto tu.



Viene la sera. Anche questo giorno si sta per compiere.
Sì, perchè il tempo della vita non finisce, ma si compie.
Così ogni giornata è un tratto di esistenza che giunge alla meta.
Provo a fermarmi un attimo in silenzio per far mente locale,
ripensando alle cose vissute, ai volti incontrati, le azioni compiute.
Sono le cose, i volti e le azioni che danno senso al mio vivere.
Grazie per questo giorno, Signore.
Ho cercato di viverlo con fede e di vedere e accogliere nelle situazioni,
ma soprattutto nelle persone, un segno della Tua presenza.
E' bello, sai, vederTi e scopriTi segretamente
come lo sconosciuto che cammina con noi!
Questo mi dà anche una carica forte per essere testimone,
attraverso il mio modo di stare con la gente.
Venendo la sera tutto affido a Te
e Ti chiedo che scenda su tutti la Tua misericordia
e ci doni di riposare sereni.
Tu che non dormi mai perchè, risorto, vivi e vigili sull'umanità
per tutti i secoli dei secoli. Amen.

PREGHIERE PER MOMENTI VARI

La stretta della tua mano

Ti prego:
non togliermi i pericoli,
ma aiutami ad affrontarli.
Non calmar le mie pene,
ma aiutami a superarle.
Non darmi alleati nella lotta della vita,
eccetto la forza che mi proviene da te.
Non donarmi salvezza nella paura,
ma pazienza per conquistare la mia libertà.
Concedimi di non essere un vigliacco
usurpando la tua grazia nel successo,
ma non mi manchi la stretta della tua mano
nel mio fallimento.



L'ombra della luce

Difendimi dalle forze contrarie,
la notte, nel sonno, quando non sono cosciente,
quando il mio percorso, si fa incerto.

E non abbandonarmi mai...

Non mi abbandonare mai!

Riportami nelle zone più alte
in uno dei tuoi regni di quiete:

E' tempo di lasciare questo ciclo di vite.

E non mi abbandonare mai...

Non mi abbandonare mai!

Perché le gioie del più profondo affetto
o dei più lievi anditi del cuore
sono solo l'ombra della luce.

Ricordami, come sono infelice,

lontano dalle tue leggi;

come non sprecare il tempo che mi rimane.

E non abbandonarmi mai...

Non mi abbandonare mai!

Perché la pace che ho sentito in certi monasteri,
o la vibrante intesa di tutti i sensi in festa,
sono solo l'ombra della luce.

Preghiera di serenità

Che Dio mi conceda la serenità
di accettare le cose che non posso cambiare,
il coraggio di cambiare quelle che posso cambiare,
e la saggezza di distinguere tra le due.

Vivere giorno per giorno,
godersi un momento per volta,
accettare le avversità come una via verso la pace,
prendere, come Lui fece,
questo mondo corrotto
per quello che è, non per quello che vorrei,
confidare che Lui sistemerà tutto
se mi abbandonerò alla Sua volontà.

Che io possa essere
ragionevolmente felice in questa vita
e sommamente felice accanto a Lui
nella prossima, per sempre.



Preghiere agli Angeli

Possano gli angeli custodirmi fino dal mattino
Possano loro guidarmi attraverso la notte,
Possano loro consolarmi dalle affezioni,
Possano loro aiutarmi a vincere la fatica.

Possano custodirmi ora nella loro anima
Possano loro mantenermi migliore
Possano loro vegliare il mio sonno,
Possano loro guardarmi attraverso il giorno.

Possano loro manifestarsi dandomi nuova fiducia,
Possano loro togliermi ogni dubbio,
Possano loro darmi la pace togliermi ogni paura,
Possano loro sentire ogni mia richiesta.

Possano gli angeli custodirmi sempre,
Se le mie preghiere non saranno sentite
e se l'angelo non si accorgesse di me
Che possa Dio essere sempre lì presente.

Compagni di volo

Voglio ringraziarti Signore,
per il dono della vita;
ho letto da qualche parte
che gli uomini hanno un'ala soltanto:
possono volare solo rimanendo abbracciati.
A volte, nei momenti di confidenza,
oso pensare, Signore,
che tu abbia un'ala soltanto,
l'altra la tieni nascosta,
forse per farmi capire
che tu non vuoi volare senza di me;
per questo mi hai dato la vita:
Perché io fossi tuo compagno di volo,
insegnami, allora, a librarmi con Te.
Perché vivere non è trascinare la vita,
non è strapparla, non è rosicchiarla,
vivere è abbandonarsi come un gabbiano
all'ebbrezza del vento,

vivere è assaporare l'avventura della libertà,
vivere è stendere l'ala, l'unica ala,
con la fiducia di chi sa di avere nel volo
un partner grande come Te.
Ma non basta saper volare con Te, Signore,
tu mi hai dato il compito di abbracciare anche il fratello
e aiutarlo a volare.
Ti chiedo perdono, perciò,
per tutte le ali che non ho aiutato a distendersi,
non farmi più passare indifferente
vicino al fratello che è rimasto con l'ala, l'unica ala,
inesorabilmente impigliata nella rete della miseria e della
solitudine
e si è ormai persuaso
di non essere più degno di volare con Te.
Soprattutto per questo fratello sfortunato dammi,
o Signore,
un'ala di riserva.



Sii felice

Quando pensi che tutto sia perso,
è proprio quello il momento di ricominciare,
raccogli ciò che di buono sei riuscito a creare
e portalo con te,
il resto lascialo.

Vestiti di un sorriso e di tanta speranza
allena il tuo cuore per le future battaglie
e impara da quelle che tu chiami sconfitte.

Ricorda, c'è un tempo per piangere
e un tempo per sorridere, SEMPRE
se questo è il giorno della tua lacrima
ricordati che domani
si potrà trasformare in sorriso
se tu lo vorrai.

Gli angeli ti sono accanto
qualunque cosa tu vivi,
quando ti senti più sola è perchè
non tendi loro l'orecchio del cuore.
Liberati dai pensieri negativi
allenta il legaccio
che da sola ti stringi nel tuo grande cuore
e continua a respirare,
vedrai che il ritmo del tuo cuore
aumenterà con i battiti della tua vita.

Ascolta gli altri, ama e sorridi,
riappropriati di ciò che sei e VOLA,
vola più in alto del sole
e sii felice... perchè è questo che
desidera Dio da te, oggi e sempre...
SII FELICE.

Regala ciò che non hai...

Occupati dei guai, dei problemi
del tuo prossimo.

Prenditi a cuore gli affanni,
le esigenze di chi ti sta vicino.

Regala agli altri la luce che non hai,
la forza che non possiedi,
la speranza che senti vacillare in te,
la fiducia di cui sei privo.

Illuminati dal tuo buio.
Arricchiscili con la tua povertà.

Regala un sorriso
quando tu hai voglia di piangere.
Produci serenità
dalla tempesta che hai dentro.
"Ecco, quello che non ho te lo dono".
Questo è il tuo paradosso.

Ti accorgerai che la gioia
a poco a poco entrerà in te,
invaderà il tuo essere,
diventerà veramente tua nella misura
in cui l'avrai regalata agli altri.



Il sogno

Questa notte ho fatto un sogno,
ho sognato che ho camminato sulla sabbia
accompagnato dal Signore
e sullo schermo della notte erano proiettati
tutti i giorni della mia vita.

Ho guardato indietro e ho visto che
ad ogni giorno della mia vita,
apparivano due orme sulla sabbia:
una mia e una del Signore.

Così sono andato avanti, finché
tutti i miei giorni si esaurirono.

Allora mi fermai guardando indietro,
notando che in certi punti
c'era solo un'orma...
Questi posti coincidevano con i giorni
più difficili della mia vita;
i giorni di maggior angustia,
di maggiore paura e di maggior dolore.

Ho domandato, allora:
"Signore, Tu avevi detto che saresti stato con me
in tutti i giorni della mia vita,
ed io ho accettato di vivere con te,
perché mi hai lasciato solo proprio nei momenti
più difficili?".

Ed il Signore rispose:
"Figlio mio, Io ti amo e ti dissi che sarei stato
con te e che non ti avrei lasciato solo
neppure per un attimo:

i giorni in cui tu hai visto solo un'orma
sulla sabbia,
sono stati i giorni in cui ti ho portato in braccio".



La felicità

Siate felici quando un'altra persona vi sorride,

perché è Dio che vi manda un segno di sé.

Siate felici quando vedete la natura,

perché Dio l'ha creata per voi.

Siate felici quando vi abbracciate con una persona che amate,

perché Dio vi ha fatto incontrare.

Siate ancora più felici quando vi incontrate con una persona che non amate,

perché Dio l'ha mandata da voi.

Siate felici di vivere la vostra vita,

perché Dio l'ha scelta per voi.

Siate felici, perché Dio ha creato

la FELICITA'.

Preghiera per chi cammina da solo

Signore,

tante volte mi viene la tentazione di andarmene via da solo,

di lasciare che gli altri se la cavino senza di me.

Sento la fatica di dovermi fermare

per attendere chi cammina lentamente o batte la fiacca,

mentre io vorrei correre in avanti.

La strada da percorrere è tanto lunga,

non vedo l'ora di arrivare

e mi tocca perder tempo con chi

non ha voglia di camminare.

Ma Tu, Signore, mi fai capire che sto sbagliando.

Da solo potrei forse arrivare primo,

ma Tu mi domanderesti conto dei miei fratelli,

e sarei condannato a retrocedere all'ultimo posto.

Insegnami, Signore, la pazienza di aspettare,

la generosità di aiutare gli altri a scoprire la bellezza del cammino,

l'umiltà per non ritenermi il più bravo di tutti.

Non è importante che uno arrivi per primo,

ma che l'ultimo di noi possa giungere al traguardo sostenuto

da una comunità di fratelli e sorelle.

Sulla strada non siamo mai soli,

non possiamo esser soli,

perché Tu cammini con noi,

come facevi con i discepoli di Emmaus,

e ci insegni a spezzare il pane con i fratelli,

per riprendere la strada con entusiasmo e con speranza nuova.



Caro Amico Dio

Signore tu mi scruti e mi conosci, liberami dalla confusione interiore, dalle insicurezze e dalle delusioni. Liberami dal turbinio incessante dei pensieri che soffocano la tua Parola e mi impediscono di pensare. Liberami da ogni paura, perché non diventi scusa per non provare ad amare ed a cercarti.

Donami la fiducia nella vita, la capacità di guardare avanti, di partire con decisione, di seguire il tuo esempio e di aiutare gli altri.

Signore mostrami la retta via e insegnami a distinguere il bene dal male, ad agire secondo la tua volontà.

Confortami nei momenti difficili e rinfrancami, rendimi puro e limpido come un raggio di luce.

Signore riempi il mio vuoto e colmalo del tuo immenso ed infinito amore.

STORIELLE E COMMENTI

La conchiglia

Pietro prima di essere pescatore è stato "pescato" da Gesù, è stato chiamato per nome. Nel linguaggio biblico il chiamare per nome ha un significato ben preciso: significa definire la vera personalità, ciò che ci rende autentici, che dà senso e valore alla nostra esistenza, al nostro essere, che è importante, unico ed irripetibile. Tutti noi siamo dei "pescati", che a volte non sanno chi sono, cosa fanno, cosa vogliono diventare, che non VIVONO ma SOPRAVVIVONO in questo grande e sconfinato mare che è la vita. Chi trova una conchiglia istintivamente la porta all'orecchio per sentire la voce del mare. Così anche noi nel Vangelo ascoltiamo la voce di Dio che ci chiama per nome e ci chiede di mettere in mare la nostra barca per essere anche noi pescatori di uomini.

L'ancora

Noi sappiamo che le persone sono tutte diverse fra di loro, questo non è una novità. Sappiamo anche che a volte questa diversità fa sembrare impossibile la comunicazione, e allora nascono i conflitti oppure, all'opposto, si cerca di uniformarsi per non dover vedere le differenze. Ma la diversità è una ricchezza, perché rende ciascuno di noi speciale e unico. I conflitti sono come le bufere: rischiano di far naufragare la barca. Allora è necessario che ci sia l'ancora, che dà alla barca stabilità in mezzo al mare, e la tiene al sicuro nel porto. "La sua presenza ci dava tanta forza", diceva Pietro nel suo racconto. È Gesù la nostra ancora: se noi ascoltiamo la sua Parola e ne facciamo luce per i nostri passi, egli dà stabilità alla nostra vita.

La zavorra

La zavorra è tutto ciò che si butta dalla nave quando serve essere leggeri per prendere il largo. È il 'di più', quello che non serve per la navigazione. Anche nella nostra vita ci possono essere delle cose da 'buttare' perché ci impediscono di essere veramente liberi. Ciascuno di noi è schiavo di qualcosa, e non c'è schiavo più grande di chi pensa di non esserlo. Per qualcuno la zavorra può essere la difficoltà nell'accettare il proprio modo di essere, per altri può essere la dipendenza dalle opinioni altrui, per altri ancora può essere un carattere difficile da governare... Buttare a mare la zavorra significa liberarsi di tutto ciò che può impedirci di essere liberi. Convincersi a farlo è difficile, perché comporta un cambiamento di abitudini, comporta il rischio di soffrire e di restare soli. Gli ebrei per raggiungere la Terra Promessa hanno dovuto abbandonare le loro abitudini, le loro sicurezze, e iniziare un lungo viaggio nel deserto, fidandosi solo della promessa che Dio fece a Mosè.



La vela

Lo Spirito Santo è la forza dell'amore, la forza che anima e che dà vita a tutte le cose. È anche un vento gagliardo che ribalta l'esistenza delle persone e che le fa nuove. Dove sono due o più persone che si vogliono bene, lì c'è lo Spirito Santo. Anche noi, quindi, possiamo creare lo Spirito Santo amandoci vicendevolmente, perché lo Spirito Santo è la corrente di amore che passa fra il Padre e il Figlio. Lo Spirito Santo ci dà il coraggio per scegliere di vivere da cristiani, ci dà il coraggio di scegliere la libertà. La libertà è volare in alto, correre contro corrente, essere disposti sempre a fare del bene, ascoltare la coscienza... Essere coraggiosi significa non avere paura degli altri e delle proprie scelte. Se ho paura di perdere la faccia e di difendere le cose vere resterò ingabbiato in me stesso e non crescerò mai.

I remi

Difficilmente un pescatore prende il largo da solo, perché è difficile condurre da soli una barca, specialmente se si tratta di una barca a remi. Ma anche le reti sono pesanti da sollevare se si è da soli, e c'è bisogno di molte mani anche per spiegare le vele. E poi, una volta giunti a riva, se il pescatore è da solo – o vuole fare da solo – avrà difficoltà a legare con la fune la barca a terra. Insomma, è meglio essere in tanti. Remare insieme agli altri significa fare gioco di squadra, svolgendo con amore le semplici azioni di ogni giorno insieme alle persone che la vita ci mette di fronte. Forse il mio compagno di barca è quell'amico così antipatico, o magari mio nonno che ripete ogni giorno le storie di quando era militare, o la prof. di matematica che mi sommerge di compiti... Non si arriva a fare scelte grandi, nella vita, se non si inizia a fare piccole scelte d'amore. Ma la paura e la pigrizia a volte uccidono dentro di noi i sogni e i desideri più belli, e la vita inizia ad apparire grigia e senza senso. Tutto si spegne e i giorni trascorrono senza colore.

La rete

Zaccheo era un esattore delle tasse. Al tempo di Gesù questa categoria veniva considerata con odio e paura: nessuno avrebbe voluto diventare amico di uno di loro. Ma Gesù non si lascia condizionare dalle opinioni del mondo: egli va alla ricerca delle persone disprezzate, quelle su cui mai nessuno aveva fermato la sua attenzione. Gesù è disponibile verso tutti, accetta gli altri come persone degne di stima e di fiducia, senza fare distinzioni inutili e pericolose. Agire come Gesù comporta, a volte, un prezzo alto da pagare, soprattutto quando intorno vediamo fare il contrario. La società spesso esclude i 'diversi' e avvicinarsi a loro può significare andare contro corrente. Quando il pescatore getta in mare la rete sa che in essa cadranno pesci di tutti i tipi. Nella rete c'è posto per tutti, come c'è posto per tutti nella Chiesa.

Il dromedario e il cammello (Gianni Rodari)

Una volta un dromedario, incontrando un cammello, gli disse: - Ti compiango, carissimo fratello; saresti un dromedario magnifico anche tu se solo non avessi quella brutta gobba in più. Il cammello gli rispose: - Mi hai rubato la parola. E' una sfortuna per te avere una gobba sola. Ti manca poco ad essere un cammello perfetto: con te la natura ha sbagliato per difetto. La bizzarra querela durò tutto un mattino. In un canto ad ascoltare stava un vecchio beduino e tra sé, intanto, pensava: "Poveretti tutti e due, ognuno trova belle soltanto le gobbe sue. Così spesso ragiona al mondo tanta gente che trova sbagliato ciò che è solo differente!"



Il giardino di Dio

C'era una volta un giardino chiuso da altissime mura, che suscitava la curiosità di molti. Finalmente una notte quattro uomini si munirono di un'altissima scala per vedere che mai ci fosse di là. Quando il primo raggiunse la sommità del muro, si mise a ridere forte e saltò nel giardino. Salì a sua volta il secondo, si mise a ridere e saltò anch'egli. Così il terzo. Quando toccò al quarto, questi vide dall'alto del muro uno splendido giardino con alberi da frutta, fontane, statue, fiori di ogni genere e mille altre delizie. Forte fu il desiderio di gettarsi in quell'oasi di verde e di quiete, ma un altro desiderio ebbe il sopravvento: quello di andare per il mondo a parlare a tutti dell'esistenza di quel giardino e della sua bellezza. È questo il tipo di uomo che salva l'umanità. Colui che avendo visto Dio desidera condividerne con gli altri la visione. Costui avrà un giorno nel giardino un posto speciale, accanto al cuore di Dio.

La nave

Sei stato chiamato per nome, sei diventato creatura nuova. Ora tocca a te decidere: puoi accontentarti di tenere la tua barca ancorata al porto, al sicuro, senza rischiare nulla, accontentandoti... del panorama che c'è. Oppure puoi accettare la sfida e farle prendere il largo, puoi decidere di partire verso mari sconfinati, con l'unica grande certezza di non essere mai solo. Essere missionari non significa necessariamente partire per un altro paese. Significa annunciare quello che abbiamo capito del messaggio di Gesù alle persone con cui viviamo, a quelle che conosciamo da una vita e a quelle che non abbiamo mai avvicinato, nell'ambiente in cui viviamo, studiamo, lavoriamo. E non importa se abbiamo tanti limiti, se non siamo perfetti: Dio non ha bisogno di persone perfette, ha bisogno di persone che si impegnano pur nella loro imperfezione.