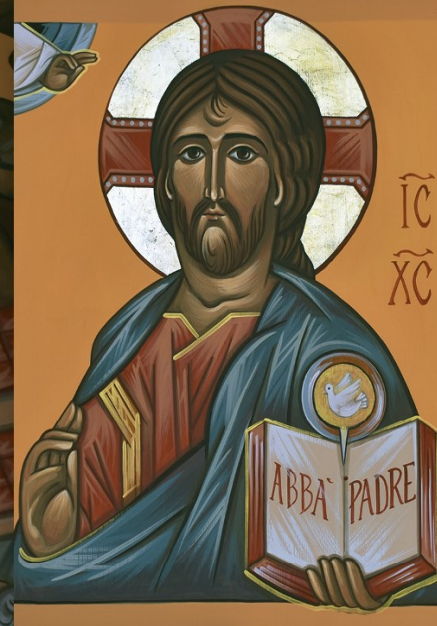




**GESÚ  
PASSAVA  
SANANDO E  
BENEFICANDO  
TUTTI... (ATTI 10,38)**

**PREGHIAMO INSIEME  
NEL TEMPO DELLA PROVA  
2021/2022**



**“Padre nostro  
...dacci oggi  
il nostro pane  
quotidiano ”**

**12 febbraio 2022**

I libretti della preghiera e i testi delle catechesi sono reperibili sul sito della Diocesi di Bergamo:

<https://diocesibg.it/2021-2022-libretti-e-catechesi-degli-incontri-di-preghiera-per-chi-attraversa-particolari-momenti-di-prova/>

Il prossimo incontro di preghiera sarà

**SABATO 12 MARZO 2022**

Dal Vangelo secondo Matteo (Mt 6, 9-10)

Dice il Signore: “Voi dunque pregate così:  
Padre nostro che sei nei cieli,  
... dacci oggi il nostro pane quotidiano”

### **PADRE NOSTRO ASCOLTACI**

Padre nostro ascoltaci,  
con il cuore ti preghiamo,  
resta sempre accanto a noi:  
confidiamo in Te!  
La tua mano stendi sopra tutti i figli tuoi:  
il tuo regno venga in mezzo a noi,  
il tuo regno venga in mezzo a noi.

Per il pane di ogni dì,  
per chi vive e per chi muore,  
per chi piange in mezzo a noi,  
noi preghiamo Te!  
Per chi ha il cuore vuoto,  
per chi ormai non spera più:  
per chi amore non ha visto mai  
per chi amore non ha visto mai.

Se nel nome di Gesù  
con amore perdoniamo,  
anche tu che sei l'amore ci perdonerai.  
La tristezza dentro al cuore non ritornerà;  
nel tuo regno gioia ognuno avrà!  
Nel tuo regno gioia ognuno avrà!

**P:** Nel nome del Padre,  
del Figlio e dello Spirito santo.

**Amen**

Il Padre del Signore nostro Gesù Cristo, Padre misericordioso e Dio di ogni consolazione, che ci consola in ogni nostra tribolazione perché possiamo anche noi consolare quelli che si trovano in ogni genere di afflizione, per la potenza dello Spirito santo sia con tutti voi. (cfr 2Cor 3,4)

**E con il tuo Spirito.**

Dio finché la loro richiesta non sarà esaudita. Così Gesù educa la sua comunità, la sua Chiesa, a portare a Dio le necessità di tutti: “Siamo tutti tuoi figli, o Padre, abbi pietà di noi!”. E adesso ci farà bene fermarci un po' e pensare ai bambini affamati. Pensiamo ai bambini che sono in Paesi in guerra: i bambini affamati dello Yemen, i bambini affamati nella Siria, i bambini affamati in tanti Paesi dove non c'è il pane, nel Sud Sudan. Pensiamo a questi bambini e pensando a loro diciamo insieme, a voce alta, la preghiera: “Padre, dacci oggi il pane quotidiano”. Tutti insieme.

Il pane che chiediamo al Signore nella preghiera è quello stesso che un giorno ci accuserà. Ci rimprovererà la poca abitudine a spezzarlo con chi ci è vicino, la poca abitudine a dividerlo. Era un pane regalato per l'umanità, e invece è stato mangiato solo da qualcuno: l'amore non può sopportare questo. Il nostro amore non può sopportarlo; e neppure l'amore di Dio può sopportare questo egoismo di non condividere il pane.

Una volta c'era una grande folla davanti a Gesù; era gente che aveva fame. Gesù domandò se qualcuno avesse qualcosa, e si trovò solo un bambino disposto a condividere la sua provvista: cinque pani e due pesci. Gesù moltiplicò quel gesto generoso (cfr Gv 6,9). Quel bambino aveva capito la lezione del “Padre nostro”: che il cibo non è proprietà privata - mettiamoci questo in testa: il cibo non è proprietà privata -, ma provvidenza da condividere, con la grazia di Dio.

Il vero miracolo compiuto da Gesù quel giorno non è tanto la moltiplicazione - che è vero -, ma la condivisione: date quello che avete e io farò il miracolo. Egli stesso, moltiplicando quel pane offerto, ha anticipato l'offerta di Sé nel Pane eucaristico. Infatti, solo l'Eucaristia è in grado di saziare la fame di infinito e il desiderio di Dio che anima ogni uomo, anche nella ricerca del pane quotidiano.

**Catechesi di papa Francesco sul “Padre nostro”  
Udienza generale del 27 marzo 2019**

Passiamo oggi ad analizzare la seconda parte del “Padre nostro”, quella in cui presentiamo a Dio le nostre necessità. Questa seconda parte comincia con una parola che profuma di quotidiano: *il pane*.

La preghiera di Gesù parte da una domanda impellente, che molto somiglia all’implorazione di un mendicante: “Dacci il pane quotidiano!”. Questa preghiera proviene da un’evidenza che spesso dimentichiamo, vale a dire che non siamo creature autosufficienti, e che tutti i giorni abbiamo bisogno di nutrirci.

Le Scritture ci mostrano che per tanta gente l’incontro con Gesù si è realizzato a partire da una domanda. Gesù non chiede invocazioni raffinate, anzi, tutta l’esistenza umana, con i suoi problemi più concreti e quotidiani, può diventare preghiera. Nei Vangeli troviamo una moltitudine di mendicanti che supplicano liberazione e salvezza. Chi domanda il pane, chi la guarigione; alcuni la purificazione, altri la vista; o che una persona cara possa rivivere... Gesù non passa mai indifferente accanto a queste richieste e a questi dolori.

Dunque, Gesù ci insegna a chiedere al Padre il pane quotidiano. E ci insegna a farlo uniti a tanti uomini e donne per i quali questa preghiera è un grido – spesso tenuto dentro – che accompagna l’ansia di ogni giorno. Quante madri e quanti padri, ancora oggi, vanno a dormire col tormento di non avere l’indomani pane a sufficienza per i propri figli! Immaginiamo questa preghiera recitata non nella sicurezza di un comodo appartamento, ma nella precarietà di una stanza in cui ci si adatta, dove manca il necessario per vivere. Le parole di Gesù assumono una forza nuova. L’orazione cristiana comincia da questo livello. Non è un esercizio per asceti; parte dalla realtà, dal cuore e dalla carne di persone che vivono nel bisogno, o che condividono la condizione di chi non ha il necessario per vivere. Nemmeno i più alti mistici cristiani possono prescindere dalla semplicità di questa domanda. “Padre, fa’ che per noi e per tutti, oggi ci sia il pane necessario”. E “pane” sta anche per acqua, medicine, casa, lavoro... Chiedere il necessario per vivere.

Il pane che il cristiano chiede nella preghiera non è il “mio” ma è il “nostro” pane. Così vuole Gesù. Ci insegna a chiederlo non solo per sé stessi, ma per l’intera fraternità del mondo. Se non si prega in questo modo, il “Padre nostro” cessa di essere una orazione cristiana. Se Dio è nostro Padre, come possiamo presentarci a Lui senza prenderci per mano? Tutti noi. E se il pane che Lui ci dà ce lo rubiamo tra di noi, come possiamo dirci suoi figli? Questa preghiera contiene un atteggiamento di empatia, un atteggiamento di solidarietà. Nella mia fame sento la fame delle moltitudini, e allora pregherò

**Laudate omnes gentes, Laudate Dominum.  
Laudate omnes gentes, Laudate Dominum.**

Tu visiti la terra e la disseti, la ricolmi di ricchezze.  
Il fiume di Dio è gonfio di acque; tu prepari il frumento per gli uomini.  
Così prepari la terra: ne irrichi i solchi, ne spiani le zolle,  
la bagni con le piogge e benedici i suoi germogli.

Coroni l’anno con i tuoi benefici, i tuoi solchi stillano abbondanza.  
Stillano i pascoli del deserto e le colline si cingono di esultanza.  
I prati si coprono di greggi, le valli si ammantano di messi:  
gridano e cantano di gioia! (Sal 65, 10-14)

Diede ordine alle nubi dall’alto e aprì le porte del cielo;  
fece piovere su di loro la manna per cibo e diede loro pane del cielo:  
l’uomo mangiò il pane dei forti; diede loro cibo in abbondanza.

Scatenò nel cielo il vento orientale,  
con la sua forza fece soffiare il vento australe;  
su di loro fece piovere carne come polvere e uccelli come sabbia del mare,  
li fece cadere in mezzo ai loro accampamenti, tutt’intorno alle loro tende.  
Mangiarono fino a saziarsi ed egli appagò il loro desiderio. (Sal 78, 23- 29)

Tu mandi nelle valli acque sorgive perché scorrano tra i monti,  
dissetino tutte le bestie dei campi e gli asini selvatici estinguano la loro sete.  
In alto abitano gli uccelli del cielo e cantano tra le fronde.  
Dalle tue dimore tu irrichi i monti,  
e con il frutto delle tue opere si sazia la terra.

Tu fai crescere l’erba per il bestiame  
e le piante che l’uomo coltiva per trarre cibo dalla terra,  
vino che allieta il cuore dell’uomo, olio che fa brillare il suo volto  
e pane che sostiene il suo cuore. (Sal 104, 10-15)

Gli occhi di tutti a te sono rivolti in attesa  
e tu dai loro il cibo a tempo opportuno.  
Tu apri la tua mano e sazi il desiderio di ogni vivente.  
Giusto è il Signore in tutte le sue vie e buono in tutte le sue opere.  
Il Signore è vicino a chiunque lo invoca, a quanti lo invocano con sincerità.  
Appaga il desiderio di quelli che lo temono, ascolta il loro grido e li salva.  
(Sal 145, 15-19)

O Padre celeste, tu che ricolmi la terra delle tue ricchezze,  
nonostante le colpe che pesano su di noi;  
tu che rivesti anche i gigli del campo,  
accogli l'inno di gioia e di lode che a te s'innalza da tutto il creato.  
Amen.

### Invochiamo lo Spirito santo

#### **MANDA IL TUO SPIRITO SIGNORE**

**Rit. Manda il Tuo Spirito Signore, a rinnovare la terra.  
Manda il tuo Spirito Signore su di noi.(x2)**

Benedici il Signore, anima mia: Signore, mio Dio, quanto sei grande!  
Tutto hai fatto con saggezza e amore per noi. **Rit.**

Manda il Tuo Spirito Creatore: rinnovi la faccia della terra.  
Grande, Signore, è il Tuo nome e le opere Tue. **Rit.**

Voglio cantare finché ho vita, cantare al mio Dio finché esisto;  
Gli sia gradito il mio canto, la gioia che è in me. **Rit.**

### Accogliamo la Parola

Dal Vangelo secondo Matteo (Mt 6, 5-15)

E quando pregate, non siate simili agli ipocriti che, nelle sinagoghe e negli angoli delle piazze, amano pregare stando ritti, per essere visti dalla gente. In verità io vi dico: hanno già ricevuto la loro ricompensa. Invece, quando tu preghi, entra nella tua camera, chiudi la porta e prega il Padre tuo, che è nel segreto; e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà. Pregando, non sprecate parole come i pagani: essi credono di venire ascoltati a forza di parole. Non siate dunque come loro, perché il Padre vostro sa di quali cose avete bisogno prima ancora che gliele chiediate. Voi dunque pregate così:

Padre nostro che sei nei cieli,  
sia santificato il tuo nome,  
venga il tuo regno,  
sia fatta la tua volontà,  
come in cielo così in terra.

### Invochiamo la benedizione del Signore

Tantum ergo Sacramentum veneremur cernui  
et antiquum documentum novo cedat ritui:  
praestet fides supplementum sensuum defectui.  
Genitori, Genitoque laus et jubilatio,  
Salus, honor, virtus quoque sit et benedictio:  
procedenti ab utroque compar sit laudatio. Amen.

O Dio, che in questo sacramento della nostra redenzione  
ci comunichi la dolcezza del tuo amore, ravviva in noi l'ardente desiderio  
di partecipare al convito eterno del tuo regno.  
Per Cristo nostro Signore. **Amen.**

Dio sia benedetto.

Benedetto il Suo santo Nome.

Benedetto Gesù Cristo, vero Dio e vero Uomo.

Benedetto il Nome di Gesù.

Benedetto il Suo sacratissimo Cuore.

Benedetto il Suo preziosissimo Sangue.

Benedetto Gesù nel SS. Sacramento dell'altare.

Benedetto lo Spirito Santo Paraclito.

Benedetta la gran Madre di Dio, Maria Santissima.

Benedetta la Sua santa e Immacolata Concezione.

Benedetta la Sua gloriosa Assunzione.

Benedetto il Nome di Maria, Vergine e Madre.

Benedetto S. Giuseppe, suo castissimo sposo.

Benedetto Dio nei suoi angeli e nei suoi santi.

### Ci affidiamo a Maria

#### **SOTTO IL TUO MANTO**

Sotto il tuo manto, nella tua protezione,  
Madre di Dio, noi cerchiamo rifugio. Santa Madre del Redentore.

**Santa Maria, prega per noi,  
Madre di Dio e Madre nostra.**

La nostra preghiera, Madre, non disprezzare,  
il nostro grido verso te nella prova Santa Madre del Redentore.

Liberaci sempre da ogni pericolo,  
o Gloriosa Vergine Benedetta. Santa Madre del Redentore.

Dio di misericordia e sorgente di ogni bontà,  
tu hai voluto che il Figlio tuo subisse per noi il supplizio della croce,  
per liberarci dal potere del nostro mortale nemico.  
Guarda con benevolenza la nostra umiliazione e il nostro dolore:  
tu che nel fonte battesimale hai fatto di noi nuove creature,  
aiutaci a vincere l'assalto del Maligno  
e riempici della grazia della tua benedizione.  
Per Cristo nostro Signore. Amen.

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

Solleva dalle mie spalle, o Misericordioso,  
il mio intollerabile fardello.  
Annienta, Tu che vedi il fondo dei cuori,  
le macchinazioni infernali del Tentatore.  
Traccia col segno della Croce il tuo nome  
sul lucernario della mia casa.  
Proteggi con la tua Mano  
il tetto della mia abitazione.  
Segna con il tuo Sangue gli stipiti e l'architrave  
della porta della mia cella.  
Imprimiti il tuo Segno sulle tracce  
dei passi di chi ti supplica.  
Fa' che ricordandomi della tua speranza  
io dimori indenne, protetto da Te.  
E possa innalzare al cielo verso Te  
la voce della mia preghiera  
col profumo della Fede,  
o Re di gloria ineffabile,  
degno di ogni benedizione.  
Amen.

*(Gregorio di Narek)*

Dacci oggi il nostro pane quotidiano,  
rimetti a noi i nostri debiti  
come anche noi li rimettiamo ai nostri debitori,  
e non abbandonarci alla tentazione,  
ma liberaci dal male.

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

### **OGNI MIA PAROLA**

Come la pioggia e la neve scendono giù dal cielo  
e non vi ritornano senza irrigare e far germogliare la terra,  
così ogni mia parola non ritornerà a me senza operare quanto desidero,  
senza aver compiuto ciò per cui l'avevo mandata.  
Ogni mia parola, ogni mia parola.

### **Benedizione sul pane**

Dio nella sua provvidenza ha cura anche delle cose più piccole ed umili; in suo nome la Chiesa le benedice, perché quanti se ne servono con retta e devota intenzione, invocando l'intercessione della beata Vergine Maria, siano attratti verso le realtà invisibili, e benedicano il Padre, sorgente di ogni bene, mirabile nei suoi santi.

#### *Breve istante di silenzio*

Sii benedetto, Dio nostro Padre, creatore del cielo e della terra: nel pane quotidiano tu ci doni un segno della tua bontà e l'alimento essenziale della tavola di famiglia. Stendi la tua mano su di noi e su questi pani che ti presentiamo nel ricordo della beata Vergine Maria e concedi a tutti i tuoi figli che abitano in ogni parte della terra il cibo necessario per il nutrimento del corpo e la tua parola di vita eterna. Per Cristo nostro Signore.

**Amen.**

## Meditiamo la Parola

## **ABBA' PADRE**

Guardami Signor, leggi nel mio cuor  
Sono tuo figlio, ascoltami!

**Abbà Padre, Abbà Padre**  
**Abbà, Abbà, Abbà**  
**Abbà Padre, Abbà Padre**  
**Abbà, Abbà, Abbà**

Più solo non sarò, a te mi appoggerò  
Sono tuo figlio, abbracciami!  
Abbà Padre, Abbà Padre

Abbà, Abbà, Abbà  
Abbà Padre, Abbà Padre  
Abbà, Abbà, Abbà

Per ogni mio dolor, la pace invocherò  
Sono tuo figlio, guariscimi

Abbà Padre, Abbà Padre  
Abbà, Abbà, Abbà

Abbà Padre, Abbà Padre  
Abbà, Abbà, Abbà

Grazie a te Signor,  
per questo immenso amor  
Siamo tuoi figli, Alleluia!

Abbà Padre, Abbà Padre  
Abbà, Abbà, Abbà

Abbà Padre, Abbà Padre  
Abbà, Abbà, Abbà

## Adoriamo il Signore presente in mezzo a noi

### **PANE DI VITA NUOVA**

Pane di vita nuova, vero cibo dato agli uomini.  
Nutrimento che sostiene il mondo, dono splendido di grazia.  
Tu sei sublime frutto, di quell'albero di vita.  
Che Adamo non potè toccare, ora è in Cristo a noi donato

**Rit. Pane della vita, sangue di salvezza, vero corpo,  
vera bevanda, cibo di grazia per il mondo.**

Sei l'agnello immolato, nel cui sangue è la salvezza.  
Memoriale della vera Pasqua, della nuova alleanza.  
Manna che nel deserto, nutri il popolo in cammino.  
Sei sostegno e forza nella prova, per la Chiesa in mezzo al mondo. **Rit.**

Vino che ci dà gioia, che riscalda il nostro cuore.  
Sei per noi il prezioso frutto, della vigna del Signore.  
Dalla vite ai tralci, scorre la vitale linfa.  
Che ci dona la vita divina, scorre il sangue dell'amore. **Rit.**

## Intercediamo per tutti

In prossimità della trentesima Giornata Mondiale del malato, istituita da S. Giovanni Paolo II, accogliamo l'appello di Papa Francesco, affinché ciascuno di noi cresca nella vicinanza e nel servizio alle persone inferme e alle loro famiglie. Preghiamo in modo speciale per questi nostri fratelli e sorelle, affidandoli all'intercessione della Beata Vergine di Lourdes.

Padre misericordioso, fonte della vita, custode della dignità di ogni persona, ricolmaci della tua misericordia e fa' che, camminando insieme, possiamo testimoniare la tua predilezione per chi è rifiutato, sofferente e solo. Sostieni sempre medici, infermieri, sanitari e tutti i curanti.

Signore Gesù, umiliato e crocifisso, custode dell'umana sofferenza, insegnaci a servire e amare ogni fratello e sorella. Tu che hai sperimentato il dolore e l'abbandono, accompagna tutti i malati e sofferenti nel corpo e nello spirito e insegnaci a scoprire il tuo volto in ognuno di loro.

Spirito Santo, nostro paraclito, custode dell'umanità bisognosa di cura e di amore, soccorri la nostra debolezza e vulnerabilità, accogli le nostre quotidiane fatiche e sofferenze, donaci la speranza dell'incontro beato per l'eternità.

Maria, testimone del dolore presso la croce, prega per noi. **Amen.**