

## ***FA BRILLARE...***

Signore,

Fa brillare sulla durezza del nostro cuore  
la dolcezza del tuo volto.

Fa brillare sulla follia del nostro orgoglio  
l'umiltà del tuo cuore.

Fa brillare sulla tristezza dei nostri errori  
la gioia del tuo perdono.

Fa brillare sul sonno della nostra morte  
la luminosità dell'eternità.

Fa brillare sulla nostra schiavitù  
la libertà dei figli di Dio.

Fa brillare sulla nostra angoscia  
la pace del tuo amore.

## ***IL VALORE DI UN SORRISO***

Donare un sorriso  
rende felice il cuore.  
Arricchisce chi lo riceve  
senza impoverire chi lo dona.  
Non dura che un istante  
ma il suo ricordo rimane a lungo.  
Nessuno è così ricco  
da poterne fare a meno  
né così povero da non poterlo donare.  
Il sorriso crea gioia in famiglia  
dà sostegno nel lavoro  
ed è segno tangibile di amicizia.  
Un sorriso dona sollievo a chi è stanco  
rinnova il coraggio nelle prove  
e nella tristezza è medicina.  
E se poi incontri chi non te lo offre  
sii generoso e porgigli il tuo:  
nessuno ha tanto bisogno di un sorriso  
come colui che non sa donarlo.

P. Faber

## *DAL BUIO LUCE*

O Verità !

Luce che illumini il mio spirito.

Mi sono perduto nelle cose terrene

e diventato oscuro a me stesso.

Smarrito e confuso mi sono ricordato di te.

Ho percepito, dietro a me, la tua voce

e l'invito a tornare indietro.

Ho stentato a sentirla

avvolto da rumori e tumulti.

Ed ora sono qui.

Faccio ritorno alla tua fonte

bruciato dal calore e senza fiato.

Nessuno me lo impedirà.

Voglio dissetarmi a questa fonte,

ritrovare la mia vita.

Non costruirò da solo l'esistenza.

Ho vissuto in modo negativo,

fidando in me sono morto.

Ora ritrovo in te la vita.

Parlami. Ti ascolterò.

## *Fiducioso e libero*

Non prego di essere esente da difficoltà,  
ma di avere il coraggio necessario per affrontarle.

Non chiedo che il mio dolore sia alleviato,  
ma chiedo di poterlo attraversare con Te.

Non chiedo aiuti sul campo di battaglia della vita,  
ma cerco la forza che viene da Te.

Non imploro con ansiosa paura di essere salvato,  
ma fiducioso attendo il dono della tua libertà.

*(S. Lawrence)*

## ***UN MONDO MIGLIORE***

*Signore,*

noi sappiamo che tu vuoi  
un mondo migliore.

Percepriamo la tua volontà,  
ma non sappiamo come realizzarla.

Aprici gli occhi.

Dacci fantasia.

Donaci forza per agire senza paura.

Trasforma il mondo, servendoti di noi,  
tuoi strumenti.

*Signore,* noi crediamo,

soccorri la nostra incredulità.

## ***CAMMINA DAVANTI A NOI***

Sei sempre più grande, o Dio,  
delle nostre timide aspettative.  
Tu compi cose nuove inimmaginabili.  
Quando intorno a noi un mondo crolla,  
Tu fai sorgere la tua nuova creazione.  
Rendici attenti alla tua opera nel nostro tempo;  
fa che non rimaniamo attaccati al passato,  
che non ti cerchiamo là dove Tu non sei.  
Cammina davanti a noi,  
Tu che sei il nostro futuro.  
Facci ricercare delle vie nuove  
ed aiutaci a rimanere saldi nell'insicurezza.  
Ma soprattutto dacci la certezza  
che oggi ancora la tua forza è all'opera  
e che rinnovi continuamente il mondo  
per mezzo di Cristo, il nostro Signore.

*(F. Cromphout)*

## ***FACCI SENTIRE LA TUA PRESENZA***

Signore nostro Dio!

Quando la paura ci prende,  
non lasciarci disperare!

Quando siamo delusi,  
non lasciarci diventare amari!

Quando siamo caduti,  
non lasciarci a terra!

Quando non comprendiamo più niente  
e siamo allo stremo delle forze,  
non lasciarci perire!

No, facci sentire la tua presenza  
e il tuo amore che hai promesso  
ai cuori umili e spezzati  
che hanno timore della tua Parola.

È verso tutti gli uomini  
che è venuto il tuo Figlio diletto,  
verso gli abbandonati: poiché lo siamo tutti,  
egli è nato in una stalla e morto sulla croce.

Signore, destaci tutti e tienici svegli  
per riconoscerlo e confessarlo.

*(Karl Barth)*

## *Tu sai chi siamo noi*

Signore, nostro Dio!

Tu sai chi siamo noi:

uomini con buona e cattiva coscienza,  
gente contenta e scontenta , sicura e insicura,  
cristiani per convinzione e cristiani per abitudine,  
credenti e semicredenti e non credenti.

E Tu sai da dove veniamo:

dalla cerchia a di parenti, conoscenti e amici  
o da grande solitudine,  
dal quieto benessere  
o da ogni sorta di difficoltà e di ristrettezze ,  
da situazioni familiari normali o te se  
o addirittura distrutte,  
dalla cerchia più ristretta della comunità cristiana  
o dal suo margine.

Nondimeno stiamo tutti davanti a Te ;

in ogni disuguaglianza uguali in questo:

che siamo tutti nel torto dinanzi a Te

ed è anche tra noi ;

che tutti dobbiamo morire;

che tutti saremmo perduti senza la tua grazia;

ma anche in questo: che la tua grazia

è promessa e rivolta a tutti noi

nel tuo amato Figlio, nostro Signore Gesù Cristo.

*Karl Barth, durante il culto serale*

*alla Bruderholzkapelle di Basilea , il 7 ottobre 1956*



## *CALMATI*

Se senti vacillare la fede  
per la violenza della tempesta,  
calmati: Dio ti guarda.

Se ogni ora che passa cade nel nulla,  
senza più ritornare,  
calmati: Dio rimane.

Se il tuo cuore oggi è agitato  
e in preda alla tristezza,  
calmati: Dio perdona.

Se la morte ti spaventa  
e temi il mistero e l'ombra del sonno,  
calmati: Dio risveglia.

Dio ci ascolta quando nulla ci risponde,  
è con noi quando ci crediamo soli,  
ci ama quando ci abbandona.

*(Teresa d'Avila, 1515-1582)*

***CRISTO NON HA MANI SE NON LE TUE***

Cristo non ha nessun corpo in terra ora,  
se non il tuo,  
non ha mani  
se non le tue,  
non ha piedi  
se non i tuoi.

Tuoi sono gli occhi attraverso i quali  
guarderà al mondo con compassione;  
tuoi sono i piedi con i quali  
si sposterà per fare il bene;  
e tue sono le mani con le quali  
egli ci benedirà adesso.

*(Teresa d'Avila, 1515-1582)*

## *PASQUA*

Nella nostra nascita

Cristo nasce.

Nel nostro dolore

Cristo soffre.

Nel nostro peccato

Cristo muore.

Nella nostra speranza

Cristo risorge.

(Carlo Lupo, *Pensieri*)

## *SEMINA*

Semina un pensiero:

raccoglierai un atto.

Semina un atto:

raccoglierai un'abitudine.

Semina un'abitudine:

raccoglierai un carattere.

Semina un carattere:

raccoglierai un destino.

(Carlo Lupo, *Pensieri*)

## ***COSE GRANDI E UMILI***

*L'anima va alle cose alte,  
ma lasciatevi attirare dalle umili.*

Le grandi gonfiano.

Le umili edificano.

Le grandi appaiono.

Le umili sono.

Le grandi agitano.

Le umili costruiscono.

Le grandi affannano.

Le umili calmano.

Le grandi sono effimere.

Le umili sono eterne.

Le grandi si conquistano.

Le umili si ricevono in dono.

(Carlo Lupo, *Pensieri*)

## ***PRENDI UN SORRISO...***

Prendi un sorriso,  
regalalo a chi non l'ha mai avuto.

Prendi un raggio di sole,  
fallo volare là dove regna la notte.

Scopri una sorgente,  
fai bagnare chi vive nel fango.

Prendi una lacrima,  
posala sul volto di chi non ha pianto.

Prendi il coraggio,  
mettilo nell'animo di chi non sa lottare.

Scopri la vita,  
raccontala a chi non sa capirla.

Prendi la speranza,  
e vivi nella sua luce.

Prendi la bontà,  
e donala a chi non sa donare.

Scopri l'amore,  
e fallo conoscere al mondo.

*(Mahatma Gandhi)*

## ***AVERE CORAGGIO***

In te c'è molto di più di quanto puoi immaginare.

Hai più forza di quanto pensi.

Più fantasia di quanto credi, ma non devi temerla.

Hai più amore da donare di quanto sai di avere.

Va' dunque verso coloro

che hanno la tristezza e l'oscurità nel cuore,

se vuoi vedere la luce...

Credi ciò che non vedi.

Credi ciò che ritieni inutile.

Credi, quando l'acqua ti sommerge.

La fede ti sostiene.

Perché devi avere paura?

... Preoccupati di infondere coraggio

Alle persone intorno a te.

Mentre dai loro coraggio,

nella tua anima scompare la paura.

E nello stesso tempo trovi Dio...

(Jörg Zink, *Cento giorni con Gesù*)

## ***TI AUGURO...***

Ti auguro, per l'anno che inizia,  
non tanto di avere successo nelle tue imprese,  
ma di ricevere nel tuo cuore e nella tua vita,  
giorno dopo giorno, passo dopo passo,  
l'amore di Dio che dà senso alla nostra esistenza.

Ti auguro non tanto di non avere delle prove da superare,  
ma di accogliere come un dono da parte di Dio  
la forza che permette di rimanere in piedi.

Ti auguro non tanto dei giorni tranquilli,  
ma la capacità di lasciarti disturbare,  
di accogliere colui che è diverso da te,  
come un inviato di Dio.

Ti auguro non tanto di avere una risposta  
per ogni domanda,  
ma di sapere ricevere le domande degli altri,  
di portare in te le loro pene, le loro preoccupazioni,  
per essere verso loro una sorella, un fratello  
solidale, portatore di condivisione e di pace.

*Fritz Westphal*



## ***LA CHIESA CHE SOGNO***

*Sogno una chiesa  
dove l'amore e la gente  
sono più importanti  
che le pietre e i campanili.*

*Sogno una chiesa  
dalla porta aperta  
dove non si privilegia nessuno  
eccetto i poveri.*

*Sogno una chiesa  
dove il latte e il miele  
scorrono più abbondanti  
che il potere e il denaro.*

*Sogno una chiesa  
dove giovani e vecchi  
siano ispirati  
a cambiare il loro mondo.*

*Sogno una chiesa  
che faccia sì che i miei sogni diventino veri.*

*(Judy Jarvis, vice presidente della Conferenza Metodista Britannica)*

## ***IL TUO SPECCHIO***

1. Se la tua chiesa cresce...

è perché tu la frequenti con la tua famiglia.

2. Se è una chiesa attiva...

è perché tu prendi parte alle sue attività.

3. Se è una chiesa fedele alla Parola di Dio...

lo è perché tu lo sei.

4. Se è una chiesa che dimostra l'amore fraterno...

lo è perché tu ami ed esprimi l'amore.

5. Se è una chiesa che esercita la libertà...

è perché tu doni generosamente.

6. Se è una chiesa che evangelizza...

lo è perché tu evangelizzi.

Perciò, ricordalo,

la tua chiesa è esattamente lo specchio dei suoi membri

e quindi anche di te.

## *APRICI GLI OCCHI*

Signore, aprici gli occhi,  
affinché vediamo ciò che c'è da vedere.

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

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

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

Signore, aprici il futuro,  
fai apparire nel mondo il tuo Regno!

(Lothar Zanetti)

## ***DAMMI FORZA...***

Questa è la mia preghiera a Te, o Signore.

Metti la scure,

taglia alla radice la povertà del mio cuore.

Dammi forza

di sopportare serenamente gioie e dolori.

Dammi coraggio

di donare il mio amore a servizio degli altri.

Dammi coraggio

di non abbandonare il povero

o piegare le ginocchia alla prepotenza umana.

Dammi forza

per elevare la mente sopra la grigia quotidianità.

Dammi forza,

Signore, di abbandonare la mia capacità

alla tua volontà con amore.

Quando congiungi le mani, Dio apre le sue.

(Robindronath Tagore)

## ***MIO DIO, NON DIMENTICARTI DI ME!***

Mio Dio, non dimenticarti di me,  
quando io mi dimentico di te.

Non abbandonarmi, Signore,  
quando io ti abbandono.

Non allontanarti da me,  
quando io mi allontano da te.

Chiamami se ti fuggo,  
attirami se ti resisto,  
rialzami se cado.

Concedimi, ti prego,  
una volontà che ti cerchi,  
una sapienza che ti trovi,  
una vita che ti piaccia,  
una perseveranza che ti attenda  
con fiducia e una fiducia  
che alla fine giunga a possederti.

( SAN TOMMASO D'ACQUINO )

## ***ACCORDAMI LA TUA SAPIENZA!***

Vieni, o Spirito Santo,  
dentro di me,  
nel mio cuore e nella mia intelligenza.

Accordami la Tua intelligenza,  
perché io possa conoscere il Padre  
nel meditare la parola del Vangelo.

Accordami il Tuo amore,  
perché anche quest'oggi,  
esortato dalla Tua parola,

Ti cerchi nei fatti  
e nelle persone che ho incontrato.

Accordami la Tua sapienza,  
perché io sappia rivivere  
e giudicare, alla luce della tua parola,  
quello che oggi ho vissuto.

Accordami la perseveranza,  
perché io con pazienza penetri  
il messaggio di Dio nel Vangelo!

(TOMMASO D'AQUINO )

## ***IL PRIMO AMORE***

Dio,  
Tu ci hai chiamati per primo!  
Ahimè, noi ne parliamo  
come di un semplice fatto storico,  
come se una volta soltanto  
Tu ci avessi amati per primo.  
E tuttavia Tu lo fai sempre.  
Molte volte, ogni volta, durante tutta la vita,  
Tu ci ami per primo.  
Quando ci svegliamo al mattino  
e a te rivolgiamo il nostro pensiero,  
Tu sei il primo, Tu ci hai amati per primo.  
E se mi alzo all'alba e nello stesso secondo  
a Te volgo in adorazione l'animo mio,  
Tu mi hai già preceduto e amato per primo.  
Quando da una dissipazione  
o raccolgo l'animo mio e penso a Te,  
Tu sei stato il primo.  
E così sempre... e poi noi ingrati  
parliamo come se una volta sola  
Tu ci avessi amati così per primo.

(S. A. Kierkegaard)

## ***PREGHIERA SEMPLICE***

O Signore, fa' di me  
uno strumento della tua pace.

Dov'è odio ch'io porti l'amore;  
dov'è offesa ch'io porti il perdono.  
Dov'è discordia ch'io porti l'unione;  
dov'è dubbio ch'io porti la fede.

Dov'è errore ch'io porti la verità;  
dov'è disperazione ch'io porti la speranza.  
Dov'è tristezza ch'io porti la gioia;  
dov'è tenebra ch'io porti la luce.

Fa' ch'io non cerchi d'esser consolato,  
ma cerchi solo di consolare.  
Fa' ch'io comprenda pur non compreso,  
e fa' ch'io ami pur non amato.  
Fa' ch'io mi doni senza ricevere;  
fa' ch'io perdoni, pur non perdonato.  
Fa' ch'io apra il cuore a tutti i fratelli.  
in un amore senza confini.

(Attribuita a *Francesco d'Assisi*.)



## ***DOVE V'È AMORE...***

Dov'è amore e sapienza,  
ivi non è timore  
né ignoranza.

Dove è pazienza e umiltà,  
ivi non è ira  
né turbamento.

Dove è povertà con letizia,  
ivi non è cupidigia  
né avarizia.

Dove è quiete e meditazione,  
ivi non è affanno  
né dissipazione.

Dove è il timore del Signore  
a custodire la sua casa,  
ivi il nemico  
non può trovare via d'entrata.

Dove è misericordia e discrezione,  
ivi non è superfluità  
né durezza.

(FRANCESCO D'ASSISI )

## ***DAI IL MEGLIO DI TE...***

L'uomo è irragionevole, illogico, egocentrico

**NON IMPORTA, AMALO**

Se fai il bene, ti attribuiranno secondi fini egoistici

**NON IMPORTA, FA' IL BENE**

Se realizzi i tuoi obiettivi, troverai falsi amici e veri nemici

**NON IMPORTA, REALIZZALI**

Il bene che fai verrà domani dimenticato

**NON IMPORTA, FA' IL BENE**

L'onestà e la sincerità ti rendono vulnerabile

**NON IMPORTA, SII FRANCO E ONESTO**

Quello che per anni hai costruito può essere distrutto in un attimo

**NON IMPORTA, COSTRUISCI**

Se aiuti la gente, se ne risentirà

**NON IMPORTA, AIUTALA**

Da' al mondo il meglio di te, e ti prenderanno a calci

**NON IMPORTA, DA' IL MEGLIO DI TE.**

(Madre Teresa di Calcutta)

## *IN UN MOMENTO DI ONESTÀ*

Signore,

quando credo che il mio cuore sia straripante d'amore  
e mi accorgo, in un momento di onestà,  
di amare me stesso nella persona amata,  
liberami da me stesso.

Signore,

quando credo di aver dato tutto quello che ho da dare  
e mi accorgo, in un momento di onestà,  
che sono io a ricevere,  
liberami da me stesso.

Signore, quando sono convinto di essere povero  
e mi accorgo, in un momento di onestà,  
di essere ricco di orgoglio e di invidia,  
liberami da me stesso.

E, Signore, quando il regno dei cieli  
si confonde falsamente con i regni di questo mondo,  
fa' che io trovi felicità e conforto solo in Te.

(Madre Teresa di Calcutta)

## *IL TUO AMORE*

Il tuo amore, Signore,  
faccia risplendere la pace nel mondo.

Il tuo amore, Signore,  
doni alla Chiesa la vera comunione.

Il tuo amore, Signore,  
diffonda la concordia nelle famiglie.

Il tuo amore, Signore,  
illumini i responsabili delle nazioni.

Il tuo amore, Signore,  
conforti quanti sono soli e ammalati.

Il tuo amore, Signore,  
ci renda veri testimoni di speranza.

## ***VUOI LE MIE MANI***

"Signore, vuoi le mie mani per passare questa giornata  
aiutando i poveri e i malati che ne hanno bisogno?  
Signore, oggi ti do le mie mani.

Signore, vuoi i miei piedi per passare questa giornata  
visitando coloro che hanno bisogno di un amico?  
Signore, oggi ti do i miei piedi.

Signore vuoi la mia voce per passare questa giornata  
parlando con quelli che hanno bisogno di parole di amore?  
Signore, oggi ti do la mia voce.

Signore, vuoi il mio cuore per passare questa giornata  
amando ogni uomo, solo perché è un uomo?  
Signore oggi ti do il mio cuore".

## ***TU HAI SCRITTO ME !***

Dammi, Signore, un cuore che pensi,  
un'anima che ti ami,  
una mente che ti contempli,  
un intelletto che ti intenda,  
una ragione che sempre e fortemente  
aderisca a te che sei dolcissimo...  
Sii a me vicino nell'anima,  
vicino nel cuore,  
vicino nella bocca,  
vicino col tuo aiuto,  
perché sono malato d'amore,  
perché senza di te muoio,  
perché pensando a te mi rianimo...  
Le tue mani, Signore, mi hanno fatto,  
mi hanno plasmato,  
quelle mani trapassate dai chiodi per me.  
Tu hai scritto me con quelle mani:  
leggi, dunque, la tua scrittura e salvami!

SANT'AGOSTINO

("Liber soliloquiorum animae ad Deum")

## ***CONOSCERTI, O DIO...***

Sei grande, Signore,  
e meriti ogni lode;  
grande è la tua potenza,  
e la tua sapienza non ha limiti.

E vuole celebrare le tue lodi  
quella piccola parte  
della tua creazione che è l'uomo,  
che si porta dentro la sua precarietà,  
la testimonianza del suo peccato  
e della tua volontà di resistere ai superbi,  
e che tuttavia,  
piccola parte della tua creazione,  
vuol celebrare le tue lodi.

Sei tu che susciti in lui  
questo desiderio,  
perché tu ci hai fatti per te  
e il nostro cuore non ha pace  
finché non riposa in te.

Dammi, o Signore,  
di conoscere e capire se si debba  
prima conoscerti o celebrarti,  
prima conoscerti o invocarti.  
Ma chi potrebbe invocarti  
senza prima conoscerti?

( SANT' AGOSTINO )

***AMA, E FA QUELLO CHE VUOI.***

Se tu taci, taci per amore;

se tu parli, parla per amore;

se tu correggi, correggi per amore;

se tu perdoni, perdona per amore.

Sia in te la radice dell'amore;

da questa radice non può derivare

se non il bene.

(AGOSTINO D'IPPONA, *Amore assoluto e terza navigazione*,  
Rusconi, Milano 1994, p. 349).



## ***CHIESI A DIO...***

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

( KIRK KILGOUR )

## ***VENIAMO DAVANTI A TE...***

Signore, noi veniamo davanti a te, non da soli,  
ma in compagnia gli uni delle altre.

Noi condividiamo gli uni con le altre  
la nostra felicità -  
e diventa più grande.

Noi condividiamo le une con gli altri  
le nostre tribolazioni -  
e diventano più piccole.

Noi condividiamo le une con gli altri  
le sofferenze e i fardelli -  
e il loro peso diventa più leggero da portare.

Che noi non diventiamo mai tanto meschini  
da non essere più capaci di dare,  
né troppo orgogliose  
da non essere più capaci di ricevere.

Perché nel dare e nel ricevere  
noi impariamo ad amare e ad essere amati;  
noi troviamo il significato della vita  
il mistero dell'esistenza -  
e scopriamo te.

Da: «Celebrating community», Wcc Publications, Geneva, p. 56.

## ***LA PREGHIERA DELLE CHIAVI...***

Noi viviamo, Signore, in un mondo chiuso a doppio giro,  
sprangato con migliaia, milioni di porte.

Ciascuno ha le sue chiavi:

quelle di casa e quelle della macchina,

quelle dell'ufficio e quelle della cassaforte.

E quasi non bastasse tutta questa "valigia di utensili",

cerchiamo incessantemente un'altra chiave:

la chiave del successo, o la chiave della felicità,

la chiave del potere, o la chiave dei sogni...

Signore, tu che hai aperto gli occhi ai ciechi e le orecchie ai sordi,

tu che hai spalancato il sepolcro

e aperto le porte in cui stavano rinchiusi i tuoi amici,

dacci la sola chiave che ci manca:

quella che non spranga, ma libera;

quella che non rinchiede i nostri tesori deperibili,

ma apre il passaggio al tuo amore;

quella che tu stesso hai affidato

alle fragili mani della tua chiesa

perché apra a tutti gli uomini le porte del regno.

## ***NON DIRE MAI: "MAI"***

Non dire mai: "Io",  
di' invece: "Noi".

Non dire mai: "Mio",  
di' invece: "Nostro".

Non dire mai: "Tocca a lui",  
di' invece: "Incomincio io".

Non dire mai: "Non posso",  
di' invece: "Eccomi".

Non dire mai: "Vattene!",  
di' invece: "Vieni!".

Non dire mai: "Domani",  
di' invece: "Oggi".

Non dire mai: "Morte",  
di' invece: "Vita".

Non dire mai: "Mai" ...

*S. Lawrence*

## ***OGGI È UN DONO DI DIO***

Questo giorno appartiene a Dio,  
te lo dona, vivi il giorno di oggi,  
Dio te lo dona, è in te, vivi in Lui.

Il giorno di domani appartiene a Dio, non appartiene a te.  
Non mettere sul domani la preoccupazione di oggi,  
domani appartiene a Dio lasciaglielo.

Il momento presente è una facile passerella.  
Se la carichi dei rincrescimenti di ieri  
o delle preoccupazioni di domani  
la passerella cede e tu sprofondi.

Il passato Dio te lo perdona,  
il futuro Dio te lo dona,  
vivi il giorno di oggi in comunione con Lui.

*Vincent Schmid (pastore a Ginevra).*

# *Parafrasi del “Padre nostro”*

## *A) FIGLIO MIO, CHE SEI IN TERRA*

Figlio mio, che sei in terra  
preoccupato, solitario e tentato;  
conosco bene il tuo nome  
e lo pronuncio santificandolo,  
perché ti amo.

Non sarai mai solo; io abito in te  
e assieme spargeremo il regno della vita  
che ti darò in eredità.

Ho piacere che tu faccia la mia volontà,  
infatti io voglio la tua felicità.

Avrai il pane di ogni giorno,  
non ti preoccupare; però ti chiedo  
di spartirlo con i tuoi fratelli.

Sappi che ti perdono tutti i peccati  
anche prima che tu li commetta,  
ma ti chiedo che anche tu perdoni  
a quelli che ti offendono.

E per non soccombere alla tentazione  
afferra con tutta la mia mano  
e ti libererò dal male,  
mio povero e caro figlio.

## ***B) PADRE NOSTRO***

Non dire: Padre

se ogni giorno non ti comporti da figlio.

Non dire: Nostro

se vivi soltanto del tuo egoismo.

Non dire: Che sei nei cieli

se pensi solo alle cose terrene.

Non dire: venga il tuo Regno

se lo confondi con il successo materiale.

Non dire: sia fatta la tua volontà

se non l'accetti anche quando e' dolorosa .

Non dire: dacci oggi il nostro pane quotidiano

se non ti preoccupi della gente che ha fame.

Non dire: perdona i nostri debiti

se non sei disposto a perdonare gli altri.

Non dire: non ci indurre in tentazione

se continui a vivere nell'ambiguità.

Non dire: liberaci dal male

se non ti opponi alle opere malvagie.

Non dire: Amen

se non prendi sul serio le parole del PADRE NOSTRO.

### *C) PADRE DI TUTTI*

Padre di tutti e dell'universo

Fa che crediamo al tuo amore.

Che il tuo progetto di giustizia,

di pace nella fraternità, di libertà,

abbia il sopravvento nelle nostre vite,

e su tutta la terra come pure per l'eternità.

Che da te, ogni giorno, riceviamo

Il nutrimento necessario.

Cancella i nostri debiti di amore

Come noi cancelliamo quelli del nostro prossimo.

Se ciò è possibile, che la prova si allontani da noi,

ma soprattutto liberaci dalla potenza del male.

Perché a te spetta l'autorità

In te è la vera forza

A te va la nostra riconoscenza gioiosa

Oggi e per sempre.



## ***PARTIRE...***

Partire significa prima di tutto uscire da se stessi.

Rompere la crosta di egoismo

che cerca di imprigionarci nel nostro proprio "io".

Partire significa smetterla di girare intorno a se stessi,  
come se fossimo il centro del mondo e della vita.

Partire significa non lasciarsi rinchiudere nel cerchio  
dei problemi del piccolo mondo cui apparteniamo:

qualunque sia la sua importanza,

l'umanità è molto più grande

ed è lei che dobbiamo servire.

Partire non significa divorare chilometri,

attraversare i mari,

o raggiungere velocità supersoniche.

Partire significa prima di tutto aprirsi agli altri,  
scoprirli, andare loro incontro.

Partire significa aprirsi alle idee,

comprese quelle che sono contrarie alle nostre.

Significa mettersi in marcia

per costruire un mondo più giusto e più umano.

( Dom Helder Camara )

## ***IERI, OGGI E DOMANI***

Ieri è passato, domani non è ancora venuto:  
oggi Dio ti aiuterà.

Rifiuta al giorno di ieri di oscurare il tuo presente.  
La vita non è ieri: è oggi.

Il contrario della fede è l'ansietà per il domani:  
non lasciarti paralizzare dalla paura del domani.

Non portare la croce di ieri con quella di oggi,  
né quella di oggi con quella di domani,  
altrimenti ne sarai schiacciato.

La vita è oggi.  
Saluta con gioia ogni aurora  
e con fede saluta l'Iddio della tua vita.

Egli si occupa del tuo passato  
per sbrogliare la matassa del presente  
e per preparare con amore il tuo avvenire.

*A. Hunziker (da Un sentiero nella foresta)*

## *APRI I MIEI OCCHI*

O Dio, apri i miei occhi  
affinché possa vedere il bisogno degli altri,  
apri le mie orecchie,  
affinché possa sentire le loro grida,  
apri il mio cuore,  
affinché non debbano rimanere senza soccorso.  
Fa che la rabbia dei forti  
non mi spaventi dal difendere i deboli,  
e che la rabbia dei ricchi  
non mi spaventi dal difendere i poveri.  
Fammi vedere dove c'è bisogno di amore,  
di speranza e di fede  
e fammi diventare un tuo strumento  
per portarli in quei luoghi.  
Apri i miei occhi e le mie orecchie,  
affinché in questa giornata che viene  
io possa fare un'opera di pace per te.

*Pregiera Shona dallo Zimbabwe*

## *MARANATHÀ*

Vieni, Signore,

nella preghiera della tua chiesa che ti chiama!

Vieni, nel grido dell'oppresso che domanda giustizia!

Vieni, nella fame del disgraziato che sta morendo!

Vieni, nello sforzo dell'uomo verso la città felice!

Vieni, nella decadenza del peccatore che vuole rivivere!

Vieni, nella parola di coloro che proclamano la buona notizia!

Vieni, nella carità di coloro che si prendono cura dei propri fratelli!

Vieni, nella lode delle anime consacrate!

Vieni, nella verginità di Maria!

Vieni, nel mistero dell'incarnazione!

Vieni, nell'eucaristia in cui annunciamo il tuo ritorno!

Vieni, nel soffio del tuo Spirito Santo!

(Joseph Gelineau, 1920)

## ***IL SIGNORE SIA CON NOI!***

Io avanzo sulla mia strada  
Con la forza di Dio che mi sostiene,  
la sapienza di Dio che mi guida,  
l'occhio di Dio che mi dà luce,  
l'orecchio di Dio che mi fa ascoltare,  
la parola di Dio che mi fa parlare,  
la mano di Dio che mi protegge,  
la via di Dio che mi traccia la strada,  
lo scudo di Dio che mi protegge...

Cristo sia con me, Cristo davanti a me,  
Cristo dietro a me, Cristo dentro me,  
Cristo alla mia destra, Cristo alla mia sinistra,  
Cristo là dove mi corico,  
Cristo ancora là quando mi alzo,  
Cristo sia nel cuore di chi mi pensa,  
Cristo sia nella bocca di chi parla di me,  
Cristo sia nell'occhio di chi mi guarda,  
Cristo sia nell'orecchio di chi mi ascolta.

*(Patrizio di Armagh, 390)*

## *SENZA LO SPIRITO*

Senza lo Spirito Santo Dio è lontano,  
Cristo resta nel passato  
e l'evangelo rimane lettera morta.  
Senza lo Spirito Santo  
la chiesa è una semplice associazione,  
l'autorità una forma di dominio,  
la missione una volgare propaganda;  
il culto una manipolazione delle menti  
e l'agire cristiano una morale da schiavi. (*Atenagora*)

Ma in lui  
il cosmo si solleva  
e geme nello doglie del regno;  
Cristo risorto è presente,  
l'evangelo è potenza di vita,  
la chiesa significa comunione trinitaria,  
l'autorità è servizio liberante,  
la missione è Pentecoste,  
la liturgia è memoria e anticipazione,  
l'agire umano è deificato.

(Ignazio IV Hazim, 1920.

Attuale primate della Chiesa ortodossa di Antiochia )

## ***SIGNORE MIO, DIO MIO!***

Signore mio, Dio mio!  
Sei tu al mio fianco?  
Non ti riconosco,  
Bussi tu alla mia porta?  
Non ti sento.  
Sono sordo al suono della tua voce.  
Mi fai tu un segno?  
Non ti vedo.  
Eppure,  
Signore mio, Dio mio,  
vorrei tanto vederti.  
Mi piacerebbe tanto toccarti.  
Desidererei tanto ascoltarti.  
Concedimi la forza di credere,  
anche se non vedo nelle tue mani  
il segno dei chiodi,  
anche se non metto la mia mano  
nel tuo costato.  
Concedimi la forza di proclamare  
con gioia e verità:  
“Signore mio e Dio mio!”.

*(Ch. Reinbolt)*

## ***SE LA NOTA DICESSE***

Se la nota dicesse:

“Non è una sola nota che fa la musica”.

... non avremmo una sinfonia.

Se la parola dicesse:

“Non è una parola che fa la pagina”.

... non ci sarebbe il libro.

Se la pietra dicesse:

“Non è una pietra che innalza un muro”.

... non ci sarebbe la casa.

Se l'uomo dicesse:

“Non è un gesto di amore  
che salva l'umanità”.

... non ci sarebbero mai né la giustizia,  
né la pace, né la dignità, né la felicità,  
sulla terra degli uomini.

Come la sinfonia ha bisogno d'ogni nota,  
come il libro ha bisogno d'ogni parola,  
come la casa ha bisogno d'ogni pietra,

l'umanità intera ha bisogno di te,  
là dove tu sei, unico,  
dunque, insostituibile.

*(anonimo)*



## ***IL TUO CRISTO È GIUDEO***

Il tuo Cristo è giudeo,  
la tua automobile è giapponese,  
la tua pizza è italiana,  
il tuo profumo è francese,  
il tuo couscous è algerino,  
la tua democrazia è greca,  
il tuo caffè è brasiliano,  
il tuo orologio è svizzero,  
la tua camicia è indiana,  
la tua radio è coreana,  
le tue vacanze sono turche,  
tunisine o marocchine,  
i tuoi numeri sono arabi,  
le tue lettere sono latine,  
e... tu rinfacci al tuo vicino  
di essere uno straniero!

(anonimo)

## *Il Signore calma i miei passi*

Il Signore calma i miei passi,  
non mi affretterò.

Mi invita a delle pause regolari,  
mi suggerisce immagini tranquille,  
che ristabiliscono la mia serenità.

Mi conduce sulla via dell'efficienza,  
grazie al mio spirito acquietato,  
mentre la sua guida è pace.

Anche se, ogni giorno,  
ho tante cose da fare,  
io non mi cruccerò,  
perché la sua presenza mi accompagna.

La sua immortalità, la sua grandezza  
conserveranno il mio equilibrio.

Unge il spirito di tranquillità,  
la mia coppa trabocca di gioiosa energia.

Io camminerò nelle orme del mio Signore,  
ed abiterò nella sua casa, per sempre.

*(preghiera giapponese)*

## *Il preferito*

Un giorno venne chiesto ad un uomo,  
ritenuto molto saggio:

“Hai molti figli, quale di essi  
È il tuo preferito?”.

Ed il saggio rispose:

“Il figlio che preferisco,  
è il più piccolo, finché non è cresciuto;  
è quello che è assente, finché non ritorna;  
è quello che è malato, finché non guarisce;  
è quello che è in prigione, finché non è liberato;  
è quello che è afflitto, finché non è consolato”.

*(poesia persiana)*

## *Non seppellire la vita (Pasqua)*

All'alba incipiente, arrivano le donne  
per imbalsamarlo. Arrivano come  
per seppellire la speranza.  
Nei loro cuori, i ricordi hanno il sapore della cenere.  
Raramente si pensa al futuro nei cimiteri.

Ma ecco che sul bordo della tomba  
La pietra del passato è rotolata  
lontana dalla morte.  
Nella roccia delle loro lacrime  
s'è aperta una fenditura  
di cui, all'inizio, non sanno che fare.  
Ci vuole tempo per rendersi familiare la resurrezione.

E, proprio allora, nel più profondo della notte,  
le raggiunge una parola nuova e chiara.  
La fine diventa un inizio.  
La vita apre una strada e un domani.

Signore, tu stai sul limitare  
delle tombe ove ci siamo rinchiusi,  
donaci di deporre le fiale della nostra disperazione.  
E la tua parola risveglia oggi in noi,  
ciò che è trattenuto dalla morte.

Cristo, Signore,  
tu sei il vivente e ci parli di vivere.

*(Francine Carrillo)*

## ***PERDONARE***

Perdonare non vuol dire:

“Cancelliamo tutto,  
come se nulla fosse stato”.

Ma fare in modo che colui  
o colei che fa il male,  
non ne sia più schiavo.

Vuol dire

aiutarlo a liberarsi  
del male che fa  
e camminare sulla via  
dell'amore autentico.

In ultima analisi,  
vuol dire aprirlo alla speranza  
di un qualcos'altro possibile,  
di un futuro pieno di sole,  
che libera dalla notte del peccato.

*(J-P. Cavalié)*

## *Dio solo... ma tu puoi*

Dio solo può dare la fede,  
ma tu puoi dare la tua testimonianza.

Dio solo può dare la speranza,  
ma tu puoi ridare fiducia al tuo prossimo.

Dio solo può dare l' amore,  
ma tu puoi insegnare ad altri ad amare.

Dio solo può dare forza,  
ma tu puoi ridare coraggio agli sfiduciati.

Dio solo è la via,  
ma tu puoi indicarla agli altri.

Dio solo è la luce,  
ma tu puoi farla brillare agli occhi di tutti.

Dio solo è la vita,  
ma tu puoi ridare agli altri la voglia di vivere.

Dio solo può fare ciò che sembra impossibile,  
ma tu puoi fare ciò che è possibile.

Dio solo basta a se stesso,  
ma preferisce contare su di te.

(preghiera brasiliana)

## ***PREGHIERA DI LODE***

Signore, illumina il nostro sguardo  
e deponi nei nostri cuori uno spirito di lode.

Tu fai alleanza con il tuo creato.

Tu poni un arco nella nube perché sia segno di questa alleanza.

*Noi ti rendiamo grazie.*

Tu spezzi la lancia, la spada e la guerra.

Tu ci chiami a martellare il ferro delle nostre spade per farne dei vomeri, a  
forgiare le nostre lance per farne roncole.

*Noi ti rendiamo grazie.*

Tu ti fidanzi al tuo popolo con il diritto, l'amore e la compassione.

Nella tua salvezza la benevolenza e la verità s'incontrano,  
la giustizia e la pace si abbracciano.

*Noi ti rendiamo grazie.*

Tu ricolmi la terra, ed essa produce grano, vino e olio,  
ci dà il nostro pane quotidiano.

*Noi ti rendiamo grazie.*

Tu hai la compassione di chi non è amato,  
preferisci la misericordia al sacrificio.

*Noi ti rendiamo grazie.*

Tu ti volgi a noi e ci chiami "Mio popolo".

Accordaci di saper essere per te un popolo di lode.

*Noi ti rendiamo grazie.*

## ***VOGLIO STARE IN SILENZIO***

Voglio stare in silenzio,

Signore, e attenderti.

Voglio stare in silenzio

e comprendere la tua realtà.

Voglio stare in silenzio

per essere vicino alle cose

da te create

e ascoltare la loro voce.

Voglio stare in silenzio

Per riconoscere, fra tante,

la tua voce.

“Quando ogni cosa

Era immersa nel silenzio

- dice la Bibbia –

la tua parola di potenza

venne a noi dal cielo”.

Voglio stare in silenzio

E scoprire, stupito,

che tu hai una parola

per me.

Non sono degno

di accoglierti, Signore,

eppure pronuncia

una sola parola

e l'anima mia vivrà.

*(Joerg Zink)*



## ***DONAMI LA TUA PRESENZA***

Signore, Padre santo e buono, concedimi:  
un'intelligenza che ti conosca,  
un cuore che ti senta,  
uno spirito che ti gusti,  
un ardore che ti cerchi,  
una sapienza che ti trovi,  
un'anima che ti comprenda,  
occhi del cuore che ti vedano,  
una vita che ti sia gradita,  
una perseveranza che ti attenda,  
una morte santa.

Donami la tua presenza,  
la santa resurrezione,  
una buona ricompensa:  
la vita eterna.

Amen.

*(Preghiera del IX sec.)*

## ***CI HAI DATO LA TUA PAROLA***

### ***(Confessione di peccato)***

Signore, ci hai dato la tua Parola  
per guidarci nel cammino della verità;  
perdonaci,  
perché seguiamo le nostre vie.

Signore, ci hai dato la tua Parola  
per nutrire le nostre anime affamate;  
perdonaci,  
perché cerchiamo altrove il nostro cibo.

Signore, ci hai dato la tua Parola  
per renderci forti;  
perdonaci,  
perché contiamo soltanto sulle nostre forze.

Signore, ci hai dato la tua Parola  
per consolarci nelle nostre afflizioni;  
perdonaci,  
perché non sappiamo rimetterci nelle tue mani.

Signore, ci hai dato la tua Parola  
per la nostra salvezza e la nostra felicità eterna;  
perdonaci,  
perché le diamo così poca importanza.

***DOVE SEI, MISERICORDIOSO DIO?***

*(Confessione di peccato)*

Te solo desidera l'anima mia, o Signore!

Il tuo sguardo sereno e mite  
non lo posso dimenticare,  
e con lacrime ti supplico:  
vieni e prendi dimora in me  
e purificami dai miei peccati.

Tu vedi, dall'alto della tua gloria,  
come l'anima mia si strugge a causa tua.

Non abbandonarmi,  
ascolta il tuo servo:  
io grido a te, come il profeta Davide:  
“Abbi pietà di me, o Dio,  
per la tua grande misericordia”.

*(Silvano dell'Athos, 1866)*

# ***HO PASSATO LA MIA VITA***

## ***(confessione di peccato)***

Perdonami!

Ho passato la mia vita, Signore,  
ad accordare la mia lira,  
invece di cantare a te.

Perdonami, Signore!

Ho passato la mia vita, Signore,  
a cercare la mia strada,  
invece di camminare con te.

Perdonami, Signore!

Ho passato la mia vita, Signore,  
a mendicare un po' di amore,  
invece di amarti nei miei fratelli.

Perdonami, Signore!

Ho passato la mia vita, Signore,  
a fuggire la notte,  
invece di dire: sei tu la mia luce.

Perdonami, Signore!

Ho passato la mia vita, Signore,  
a cercare delle sicurezze,  
invece di mettere la mia mano nella tua.

Perdonami, Signore!

Ho passato la mia vita, Signore,  
a prendere delle decisioni,  
senza poi mantenerle.

Perdonami, Signore!

Ed ora, se è vero, Signore,  
che tu ci salvi non per le nostre opere,  
ma per la tua grande misericordia,  
allora siamo pronti, ora,  
a ricevere la tua salvezza!

*(Lucien Deiss)*

***TU ATTENDI LA MIA CONVERSIONE, IO ATTENDO LA TUA  
GRAZIA***

Signore,  
la tua bontà mi ha creato,  
la tua misericordia ha cancellato i miei peccati,  
la tua pazienza fino a oggi mi ha sopportato...

Tu attendi, o Signore misericordioso  
La mia conversione  
E io attendo la tua grazia  
Per raggiungere attraverso la conversione  
Una vita secondo la tua volontà.

Vieni in mio aiuto, o Dio che mi hai creato  
E che mi conservi e mi sostieni.  
Di te sono assetato, di te sono affamato,  
te desidero, a te sospiro,  
te bramo al di sopra di ogni cosa.

*(Ignazio IV Hazim)*

## *Mi hai scelto*

Signore,  
dall'alto dei cieli, alla destra del Padre,  
tu mi hai scelto.

*Perché...*

Per sostenere con uno sguardo misericordioso  
Coloro che si dibattono nella miseria  
Fisica o morale,  
tu hai soltanto i miei occhi;

per tendere la mano  
a coloro che brancolano nel buio,  
tu hai soltanto le mie braccia;

per portare una parola di consolazione  
e di gioia a coloro che soffrono  
nella solitudine spirituale,  
tu hai soltanto le mie labbra;

per andare verso coloro che hai salvato  
ma si perdono nel cercarti,  
tu hai soltanto le mie gambe;

per pensare a riempire la nostra vita quotidiana  
con la tua Parola di pace,  
tu hai soltanto la mia testa;

per saziare le quattromila persone  
tu hai soltanto i miei cinque pani  
e i miei piccoli pesciolini.

Eppure, Signore,  
ogni giorno mi tiro indietro,  
sempre e di nuovo io pecco  
con i miei occhi e le mie braccia,  
le mie labbra e le mie gambe  
e la mia testa.

Signore,  
perdonami  
e serviti dei miei occhi, delle mie braccia  
delle mie labbra, delle mie gambe  
e della mia testa,  
e che il tuo nome soltanto sia glorificato!

*(preghiera malgascia)*

## ***DIO E IL MONDO***

Il mondo ti dice che tu non sei nessuno.

Dio ti dice che tu per lui eri qualcuno  
prima che il mondo fosse creato.

Il mondo ti dice che non sei nessuno per colpa tua.

Dio ti dice che sei qualcuno per bontà sua.

Il mondo stuzzica i tuoi interessi e poi ti frega.

Dio ti comunica le sue promesse e le realizza.

Il mondo ti dice che non c'è al momento un progetto per te.

Dio ti dice che sei inserito in un progetto eterno  
che andrà infallibilmente in porto.

Il mondo ti dice che il tuo futuro è incerto.

Dio ti dice che il tuo futuro è certissimo, felice,  
e nulla e nessuno te lo potrà strappare.

(EMANUELE FIUME, *Calvino, un pensatore per il nostro tempo*,  
intervista su *Gioventù evangelica*, n. 208, Estate 2009, p. 10)

## ***TU STAI ALLA PORTA E BUSSI***

Signore, tu stai alla porta e bussi.  
Potresti anche entrare senza bussare,  
perché tu sei il Signore del mondo.  
Ma la tua presenza non si impone: si propone.

Tu sei là, dietro ogni porta,  
ma per sperimentare la comunione con te,  
occorre che noi sappiamo  
ascoltare la tua voce  
aprire la nostra porta  
apparecchiare la nostra mensa.

Insegnaci, Signore,  
ad aprire le nostre orecchie  
per distinguere la tua voce  
nella Babele dei suoni  
delle nostre vite convulse;

a spalancare le porte  
del nostro cuore,  
delle nostre case,  
delle nostre chiese,  
per accogliere te  
e con te il nostro prossimo;

a tenere apparecchiata la nostra mensa,  
senza preoccuparci della miseria  
di ciò che potremmo offrirti,  
perché tu stesso vieni a sfamarci  
con il cibo della tua Parola  
con il pane e il vino della tua Cena.

(LUCA MARIA NEGRO, *Rete di liturgia. Testi, idee e proposte per il rinnovamento del culto*, a cura della commissione spiritualità e liturgia della Fcei, n° 9, marzo 2000, p. 77.)



## ***NON ASPETTARE...***

Non aspettare un sorriso per diventare un amico...

Non aspettare di essere amato per amare.

Non aspettare che il tuo amico abbia problemi,  
per incominciare a pregare per lui.

Non aspettare di restare solo,  
per riconoscere quanto il tuo amico è importante.

Non aspettare di avere tempo,  
per offrire il tuo aiuto agli amici.

Non aspettare di avere tempo,  
per offrire il tuo aiuto agli amici.

Non aspettare che il tuo amico sia triste  
per trascorrere del tempo con lui.

Non aspettare che il tuo amico cada,  
per potergli offrire la tua mano amica.

Non aspettare di possedere molto,  
per condividere un poco.

Non aspettare che il tuo amico ti domandi scusa  
per tendergli la mano...

né aspettate fino a domani  
per seppellire i vostri rancori.

(ANONIMO)

**SE..**

Se un giorno  
ti venisse voglia di piangere...

Chiamami.

Non prometto di farti ridere,  
ma potrei piangere con te...

Se un giorno  
tu decidessi di scappare,  
non esitare a chiamarmi.

Non prometto di chiederti di restare,  
ma potrei scappare con te.

Se un giorno  
ti venisse voglia  
di non parlare con nessuno...  
chiamami.

In quel momento  
prometto di starmene zitto.

Ma...Se un giorno tu mi chiamassi  
e non rispondessi...

Vienimi incontro di corsa...  
forse Io ho bisogno di te!

## ***PER UN MONDO MIGLIORE***

Per costruire un mondo migliore  
non occorrono armi.

Per costruire un mondo migliore  
non occorrono gli odi.

Per costruire un mondo migliore  
non serve la violenza.

Per costruire un mondo migliore  
non serve la ricchezza.

Per costruire un mondo migliore  
non serve opprimere il nemico.

Per costruire un mondo migliore  
occorre tanto amore.

Impariamo ad amare.

## ***I BAMBINI IMPARANO***

Se il bambino vive nella critica ,  
impara a condannare.

Se vive nell'ostilità,  
impara ad aggredire.

Se vive deriso,  
impara la timidezza.

Se vive vergognandosi,  
impara a sentirsi colpevole.

Se vive trattato con tolleranza,  
impara ad essere paziente.

Se vive nell'incoraggiamento,  
impara la fiducia.

Se vive nell'approvazione,  
impara ad apprezzare.

Se vive nella lealtà,  
impara la giustizia.

Se vive con sicurezza,  
impara ad avere fede.

Se vive volendosi bene,  
impara a trovare  
amore ed amicizia nel mondo.

## ***PREGHIERA DEL BUON PASTORE***

Signore,  
Tu che in Cristo attiri tutti a Te  
per insegnarci ad essere migliori  
e per darci la gioia del cuore,  
aiutaci ad accogliere chi si rivolge a noi  
e fa che possiamo essere esempio  
di una possibile conversione.

Signore,  
Tu che sei il Buon Pastore,  
obbediente al Padre fino alla morte  
e alla morte di Croce,  
fa che sul nostro volto e nei nostri occhi  
possa essere visibile la bontà di Dio per noi.  
Fa che riusciamo a sorridere  
e a porgere il saluto ai fratelli  
con una vera espressione di gioia e di bontà.

Signore,  
Tu che accogliesti sempre con amore i bambini,  
i poveri ed i sofferenti nel corpo e nello spirito,  
aiutaci ad imparare a poter offrire sempre  
un sorriso gioioso di speranza e di pace.  
Fa che possiamo esser loro di aiuto  
non solo con le nostre cure,  
ma anche con il cuore.

# *PREGHIERA DELLO STUDENTE*

O Dio, luce radiosa e sorgente della Sapienza:  
accogli la preghiera che oggi innalzo a Te. Ascoltami, Dio fedele.

Ho bisogno di *luce*, Signore,  
per vedere e discernere, per conoscere e riconoscerti,  
per orientare il mio studio alla ricerca della Verità  
e desiderarla sempre di più.  
Sii Tu la luce che risplende nella mia vita e dissipa ogni genere di tenebra.

Ho bisogno di *forza*, Signore,  
per vincere la pigrizia e rinvigorire la volontà,  
per resistere alle tentazioni e aprirmi agli altri,  
per disincantarmi dall'errore e stare in compagnia dei tuoi amici.  
Sii Tu la forza che mi attira e spegne in me ogni resistenza.

Ho bisogno d'*amore*, Signore,  
per crescere e tendere alla perfezione,  
per vivere nella trasparenza e servirti nei fratelli,  
per sperimentare la tua misericordia e godere la vera pace.  
Sii Tu l'amore che pervade la mia esistenza e mi libera da ogni illusione.

Ho bisogno di *sapienza*, Signore,  
per sapere che la tua grazia vale più della vita,  
per convincermi che la vita mi è data per donarla,  
per accogliere gli altri come mio prossimo.  
Sii Tu la sapienza che mi fa crescere e mi dà il gusto della tua Parola.

O Dio, rendimi docile alla *verità* e perseverante nel ricercarla.  
Fammi libero per Te, di quella libertà che Tu solo insegni.  
Donami il tuo Santo Spirito  
perché possa essere figlio tuo in pienezza  
e discepolo del Figlio tuo, Gesù, mio unico maestro, Amen.

## ***PREGHIERA DI BAMBINI***

Signore, Padre nostro,

ho pensato a quanto è grande il cielo

e a quanto siamo piccoli noi.

Ho pensato a quanto sono piccole le nostre mani

rispetto alle cose da fare.

Ho pensato a quanto sono piccole le nostre gambe

e a quanto è lungo il cammino.

Ho pensato a quanto sono piccoli i nostri pensieri

e a quanto sono grandi i problemi del mondo.

Ho pensato a quanto è piccolo il nostro cuore

e a quanto è grande l'amore di cui il mondo ha bisogno.

Adulti o bambine saremo sempre troppo piccoli

rispetto all'universo.

Solo Tu, che hai creato ogni cosa, sei più grande di tutto.

Vieni accanto ad ognuno di noi,

aiutaci Tu a fare, a camminare, a pensare e ad amare.

Ho pensato che è bello poterti parlare,

perché Tu sai ascoltare le piccole voci.

Nel nome di Gesù Cristo.

Amen.

***“L’Eterno ha giurato:  
Come ho deciso così avverrà”  
(Isaia 14:24)***

Dio è fedele alle sue parole e alle sue promesse  
e mantiene ciò che ha deciso.

Egli si farà trovare se io lo cerco  
(*Geremia 29:13-14*).  
Così ha deciso e così avverrà.

Egli sarà con me ogni giorno  
(*Matteo 28:20*).  
Così ha deciso e così avverrà.

Egli perdonerà ogni mio peccato, se io mi ravvedo.  
(*1 Giovanni 1:9*).  
Così ha deciso e così avverrà.

Egli non mi rinfaccerà mai più i miei peccati confessati.  
(*Geremia 31:34b*).  
Così ha deciso e così avverrà.

Egli ha per me un futuro pieno di speranze  
(*Geremia 29:11*).  
Così ha deciso e così avverrà.

Egli ascolterà le mie preghiere e le esaudirà  
(*Geremia 29:12*)  
Così ha deciso e così avverrà.



## *HO CERCATO DIO*

Ho cercato Dio con la mia lampada,  
così luminosa che tutti me la invidiavano.  
Ho cercato Dio fra gli astri.  
Ho cercato Dio nelle più recondite tane dei topolini.  
Ho cercato Dio nelle università  
Ho cercato Dio con il telescopio e con il microscopio...  
Ho cercato tanto che alla fine  
avevo dimenticato cosa cercassi.  
Allora ho spento la mia lampada,  
ho gettato via le mie sicurezze,  
e ho aperto le mie orecchie...  
E subito, allora, ho sentito il suo amore  
e la sua luce ha brillato in me  
come l'aurora al mattino.

Amen

## ***LA GRAZIA DI DIO***

*La nostra salvezza è un dono della grazia di Dio, perché:*

la Legge parla di un lavoro da compiere;

la grazia di Dio parla di un'opera già compiuta.

La Legge dice: «*Fa questo e vivrai*»;

la grazia dice: «*Vivi e tu farai...*».

La Legge dice: «*Tu amerai il Signore Iddio tuo*»;

la grazia dice: «*Dio ha tanto amato il mondo*» (Giov 3,16).

La Legge condanna il migliore: «*Per le opere della Legge nessuno sarà giustificato*» (Rom 3,19);

la grazia salva il peggiore: «*Tutti hanno peccato, ma sono giustificati gratuitamente per la sua grazia*» (Rom 3,23).

La Legge rivela il peccato: «*Io non avrei conosciuto il peccato se non per mezzo della Legge*» (Rom 7,7);

la grazia rivela la salvezza: «*L'uomo è giustificato mediante la fede, senza le opere della legge*» (Rom 3,29).

**«Eccomi, manda me!».**

Dio,  
dammi la tua forza e la tua bellezza,  
così potrei sostenere le tue battaglie,  
potrei dipingere il grigio che ci circonda.  
Allora, sì, direi: «Eccomi, manda me!».

Gesù,  
dammi il tuo coraggio e la tua umanità,  
così potrei lottare e difendere mia sorella,  
potrei amare mio fratello.  
Allora, sì, direi: «Eccomi, manda me!».

Spirito di Dio,  
dammi il tuo presente e il tuo futuro,  
così potrei sognare un mondo di amore,  
potrei costruire un mondo diverso.  
Allora, sì, direi: «Eccomi, manda me!».

(Tratta da Riforma del 17 Giugno 2011, n. 24)

## *Ti auguro tempo*

Non ti auguro un dono qualsiasi,  
ti auguro soltanto quello che i più non hanno.  
Ti auguro tempo, per divertirti e per ridere;  
se lo impiegherai bene potrai ricavarne qualcosa.  
Ti auguro tempo, per il tuo fare e il tuo pensare,  
non solo per te stesso, ma anche per donarlo agli altri.  
Ti auguro tempo, non per affrettarti a correre,  
ma tempo per essere contento.  
Ti auguro tempo, non soltanto per trascorrerlo,  
ti auguro tempo perché te ne resti:  
tempo per stupirti e tempo per fidarti e non soltanto per guardarlo sull'orologio.  
Ti auguro tempo per guardare le stelle  
e tempo per crescere, per maturare.  
Ti auguro tempo per sperare nuovamente e per amare.  
Non ha più senso rimandare.  
Ti auguro tempo per trovare te stesso,  
per vivere ogni tuo giorno, ogni tua ora come un dono.  
Ti auguro tempo anche per perdonare.  
Ti auguro di avere tempo, tempo per la vita.

*Elli Michler*

## *Vieni Signore*

Vieni di notte,  
ma nel nostro cuore è sempre notte:  
e dunque vieni sempre, Signore.

Vieni in silenzio,  
noi non sappiamo più cosa dirci:  
e dunque vieni sempre, Signore.

Vieni in solitudine,  
ma ognuno di noi è sempre più solo:  
e dunque vieni sempre, Signore.

Vieni , figlio della pace,  
noi ignoriamo cosa sia la pace:  
e dunque vieni sempre, Signore.

Vieni a consolarci,  
noi siamo sempre più tristi:  
e dunque vieni sempre , Signore.

Vieni a cercarci,  
noi siamo sempre più perduti:  
e dunque vieni sempre, Signore.

Vieni tu che ci ami:  
nessuno è in comunione col fratello  
se prima non è con Te, Signore.

Noi siamo tutti lontani, smarriti,  
né sappiamo chi siamo, cosa vogliamo.

Vieni, Signore.

Vieni sempre, Signore.

*David Maria Turollo*

# MISSIONE

Missione è  
partire, camminare, lasciare tutto,  
uscire da se stessi, rompere la crosta  
di egoismo che ci chiude  
nel nostro io.

È smettere di girare  
intorno a noi stessi  
come se fossimo  
il centro del mondo e della vita.

È non lasciarsi bloccare  
dai problemi del piccolo mondo  
al quale apparteniamo:  
l'umanità è più grande.

Missione è sempre partire,  
ma non è divorare chilometri.

È, soprattutto, aprirsi agli altri  
come a fratelli,  
è scoprirli e incontrarli.

E, se per incontrarli e amarli  
è necessario attraversare i mari  
e volare lassù nel cielo,  
allora missione è partire  
fino ai confini del mondo.

Dom Hélder Câmara

## **IL POTERE COME SERVIZIO**

Aiutaci, Signore, a creare le condizioni affinché  
il potere sia utilizzato nel senso del servizio.

Aiutaci, Signore,  
a proclamare in parole ed in atti,  
che il progetto di Dio in Gesù Cristo  
è radicato nella solidarietà,  
nella libertà responsabile per tutti  
e non nei privilegi, nel dominio,  
nel culto della ricchezza  
e nelle divisioni fra i popoli.

Aiutaci, Signore,  
a rendere testimonianza al tuo Regno,  
operando per una società fraterna,  
una società in cui possiamo essere  
il prossimo gli uni verso gli altri.

Mario Yutzis – Argentina

Da «La vérité vous libérera», in *Al di là delle barriere*, Ceva, 1995, p. 111

## *Incontrare Cristo nel volto dell'altro*

Signore,

al mattino, quando i miei occhi si aprono  
alla luce e alla novità del giorno che nasce,  
fa' che si spalanchino pure alla novità  
e all'imprevedibilità dei Tuoi incontri.

Dammi occhi nuovi per vederTi, riconoscerTi  
in tutti i volti che incrocio sul mio cammino.

Forniscimi occhi nuovi.

Gli occhi di prima non servono più.

Non danno affidamento.

Signore,

ho bisogno di occhi nuovi per riconoscerTi,  
dal momento che Tu hai preso l'abitudine  
di viaggiare in incognito e di sembrare sempre... un altro.

E non m'indurre in distrazione.

Ma liberami dalla sbadataggine".

*A. Pronzato*



## *Serviti di me Signore !*

Signore, voglio donarti la mia vita.

Voglio che la tua volontà sia il principio dei miei atti.

Serviti di me Signore !

Serviti di me quando posso ancora pensare,

Serviti di me quando posso ancora amare,

Serviti di me quando posso ancora aiutare,

Serviti di me quando posso ancora lottare.

Fa' di me uno strumento nelle tue mani,

testimone vivente del Dio vivente.

O Dio, che il mio essere risplenda del tuo essere,

e che ogni istante della mia vita sia vissuto

non secondo la mia volontà, ma secondo la tua.

Amen !

*Ebenezer Woungly Massaga – Camerun*

(Tratto da *In attesa del mattino*, della Cevaa, 1991, p. 87)