

IL TEMPO  
DELLA  
PREGHIERA



# ADORAZIONE EUCARISTICA

5 SETTEMBRE 2013



 **COMUNITÀ  
PASTORALE**   
**GIOVANNI PAOLO II**

Quest'anno l'adorazione eucaristica del 1° giovedì del mese sarà caratterizzata dal contesto ecclesiale che stiamo vivendo: il Santo Padre **Benedetto XVI** - con la Lettera apostolica **Porta fidei** dell'11 ottobre 2011 - ha indetto un Anno della fede. Esso ha avuto inizio l'11 ottobre 2012, nel cinquantesimo anniversario dell'apertura del **Concilio Ecumenico Vaticano II**. Accogliamo con gratitudine il dono della fede e preghiamo perché ogni uomo e donna possano incontrare e testimoniare l'Amore del Signore Gesù morto e risorto.



**PARROCCHIA DI S. MARTINO IN GRECO**  
Piazza Greco, 11 • Milano • tel. 02 6706172 fax 02 67199002  
Segreteria Lun. - Ven. 10:00-12:00 e 17:00-19:00

**PARROCCHIA DI S. MARIA GORETTI**  
Via Melchiorre Gioia, 193 • Milano • Tel. 02 66985303 • fax 02 67388855  
Segreteria Lun.-Ven. 9:30-12:00/16:00-18:00 e Sab. 9:30-12:00

Don Giuliano Savina  
(Parroco) 338 6495954  
Don Stefano Saggin  
(Vicario parrocchiale) 348 7338268

## INDICAZIONI PER LA PREGHIERA

### ENTRO NELLA PREGHIERA

#### **Pacificandomi:**

- Con un momento di silenzio
- Respirando lentamente
- Pensando che incontrerò il Signore
- Chiedendo perdono delle offese fatte
- E perdonando di cuore le offese ricevute

#### **Mi metto alla presenza di Dio:**

- Faccio il segno della Croce
- Chiedo al Padre, nel nome di Gesù, lo Spirito santo perché il mio desiderio e la mia volontà, la mia intelligenza e la mia memoria siano ordinati solo a lode e servizio suo
- Dopo un breve momento in ginocchio trovo la posizione più adatta che mi aiuti a rimanere alla presenza del Signore in modo concentrato

#### **Leggo il brano di Parola di Dio:**

- Lascio che il Signore mi parli e sto attento ad ogni sua parola

#### **Medito:**

- Mi lascio guidare dal testo di meditazione senza distrarmi
- Mi soffermo su quei pensieri che mi aiutano a dialogare con il Signore lì presente nell'Eucaristia

#### **Concludo:**

- Con un proposito che dia frutto, pace e consolazione alla mia vita
- Ringraziando
- Formulando una preghiera spontanea e/o recitando quella riportata in questo sussidio

## PREGHIERA PER LA PACE

RACCOGLIAMO L'INVITO DI PAPA FRANCESCO A PREGARE PER LA PACE.

Riportiamo il testo dell'Angelus di domenica 1 settembre 2013 e un testo del card. Martini del 1991.

Il Signore Gesù, pane spezzato per noi, ci insegni ad accogliere e a custodire il dono della Sua pace!

## PAPA FRANCESCO ANGELUS

*Piazza San Pietro*

*Domenica, 1° settembre 2013*

***Cari fratelli e sorelle,  
buongiorno!***

Quest'oggi, cari fratelli e sorelle, vorrei farmi interprete del grido che sale da ogni parte della terra, da ogni popolo, dal cuore di ognuno, dall'unica grande famiglia che è l'umanità, con angoscia crescente: è il grido della pace! E' il grido che dice con forza: vogliamo un mondo di pace, vogliamo essere uomini e donne di pace, vogliamo che in questa nostra società, dilaniata da divisioni e da conflitti, scoppi la pace; mai più la guerra! Mai più la guerra! La pace è un dono troppo prezioso, che deve essere promosso e tutelato.

Vivo con particolare sofferenza e preoccupazione le tante situazioni di conflitto che ci sono in questa nostra terra, ma, in questi giorni, il mio cuore è profondamente ferito da quello che sta accadendo in Siria e angosciato per i drammatici sviluppi che si prospettano.

Rivolgo un forte Appello per la pace, un Appello che nasce dall'intimo di me stesso! Quanta sofferenza, quanta devastazione, quanto dolore ha portato e porta l'uso delle armi in quel martoriato Paese, specialmente tra la popolazione civile

e inerme! Pensiamo: quanti bambini non potranno vedere la luce del futuro! Con particolare fermezza condanno l'uso delle armi chimiche! Vi dico che ho ancora fisse nella mente e nel cuore le terribili immagini dei giorni scorsi! C'è un giudizio di Dio e anche un giudizio della storia sulle nostre azioni a cui non si può sfuggire! Non è mai l'uso della violenza che porta alla pace. Guerra chiama guerra, violenza chiama violenza!

Con tutta la mia forza, chiedo alle parti in conflitto di ascoltare la voce della propria coscienza, di non chiudersi nei propri interessi, ma di guardare all'altro come ad un fratello e di intraprendere con coraggio e con decisione la via dell'incontro e del negoziato, superando la cieca contrapposizione. Con altrettanta forza esorto anche la Comunità Internazionale a fare ogni sforzo per promuovere, senza ulteriore indugio, iniziative chiare per la pace in quella Nazione, basate sul dialogo e sul negoziato, per il bene dell'intera popolazione siriana.

Non sia risparmiato alcuno sforzo per garantire assistenza umanitaria a chi è colpito da questo terribile conflitto, in particolare agli sfollati nel Paese e ai numerosi profughi nei Paesi vicini. Agli operatori umanitari, impegnati ad alleviare le sofferenze della popolazione, sia assicurata la possibilità di prestare il necessario aiuto.

Che cosa possiamo fare noi per la pace nel mondo? Come diceva Papa Giovanni: a tutti spetta il compito di ricomporre i rapporti di convivenza nella giustizia e nell'amore (cfr *Lett. enc. Pacem in terris* [11 aprile 1963]: AAS 55 [1963], 301-302).

Una catena di impegno per la pace unisca tutti gli uomini e le donne di buona volontà! E' un forte e pressante invito che rivolgo all'intera Chiesa Cattolica, ma che estendo a tutti i cristiani di altre Confessioni, agli uomini e donne di ogni Religione e anche a quei fratelli e sorelle che non credono: la pace è un bene che supera ogni barriera, perché è un bene di tutta l'umanità.

Ripeto a voce alta: non è la cultura dello scontro, la cultura del conflitto quella che costruisce la convivenza nei popoli e tra i popoli, ma questa: la cultura dell'incontro, la cultura del dialogo; questa è l'unica strada per la pace.

Il grido della pace si levi alto perché giunga al cuore di tutti e tutti depongano le armi e si lascino guidare dall'anelito di pace.



Per questo, fratelli e sorelle, ho deciso di indire per tutta la Chiesa, il 7 settembre prossimo, vigilia della ricorrenza della Natività di Maria, Regina della Pace, una giornata di digiuno e di preghiera per la pace in Siria, in Medio Oriente, e nel mondo intero, e anche invito ad unirsi a questa iniziativa, nel modo che riterranno più opportuno, i fratelli cristiani non cattolici, gli appartenenti alle altre Religioni e gli uomini di buona volontà.

Il 7 settembre in Piazza San Pietro - qui - dalle ore 19.00 alle ore 24.00, ci riuniremo in preghiera e in spirito di penitenza per invocare da Dio questo grande dono per l'amata Nazione siriana e per tutte le situazioni di conflitto e di violenza nel mondo. L'umanità ha bisogno di vedere gesti di pace e di sentire parole di speranza e di pace! Chiedo a tutte le Chiese particolari che, oltre a vivere questo giorno di digiuno, organizzino qualche atto liturgico secondo questa intenzione.

A Maria chiediamo di aiutarci a rispondere alla violenza, al conflitto e alla guerra, con la forza del dialogo, della riconciliazione e dell'amore. Lei è madre: che Lei ci aiuti a trovare la pace; tutti noi siamo i suoi figli! Aiutaci, Maria, a superare questo difficile momento e ad impegnarci a costruire ogni giorno e in ogni ambiente un'autentica cultura dell'incontro e della pace.

### *[Recita dell'Angelus]*

Maria, Regina della Pace, prega per noi! Maria, Regina della Pace, prega per noi!



## ASCOLTO DELLA PAROLA

**MICHEA** 4,1-4

### *Gloria futura di Gerusalemme*

**1** Ma negli ultimi tempi,  
il monte della casa del SIGNORE  
sarà posto in cima ai monti  
e si eleverà al di sopra delle colline  
e i popoli affluiranno ad esso.

**2** Verranno molte nazioni e diranno:  
«Venite, saliamo al monte del SIGNORE,  
alla casa del Dio di Giacobbe;  
egli c'insegnerà le sue vie  
e noi cammineremo nei suoi sentieri!»

Poiché da Sion uscirà la legge,  
da Gerusalemme la parola del SIGNORE.

**3** Egli sarà giudice fra molti popoli,  
arbitro fra nazioni potenti e lontane.  
Dalle loro spade fabbricheranno vomeri,  
dalle loro lance, ròncole;  
una nazione non alzerà più la spada contro l'altra  
e non impareranno più la guerra.

**4** Potranno sedersi ciascuno sotto la sua vite e sotto il suo fico,  
senza che nessuno li spaventi;  
poiché la bocca del SIGNORE degli eserciti ha parlato.

### C.M. MARTINI

## Un grido di Intercessione

*Brano tratto dall'omelia tenuta durante la veglia per la pace  
organizzata dai giovani di A.C.,  
nel Duomo di Milano il 29 gennaio 1991, per prevenire il  
raid americano in Iraq:*

Io lo dico e ne do testimonianza: il mio cuore è turbato, la mia coscienza è lacerata, i miei pensieri si smarriscono.

Tutti noi, senza fare eccezione tra credenti e non credenti possiamo ripetere: i nostri cuori sono turbati, le nostre coscienze sono lacerate, i nostri pensieri si smarriscono, le nostre opinioni tendono a dividersi.

Smarrimento e angoscia che non ci coinvolgono solo sul terreno del lutto per i morti, delle lacrime per tutti i feriti, del lamento doloroso per i profughi, per i senza tetto, per coloro che vivono nell'angoscia dei bombardamenti giorno e notte. Lo smarrimento e la divisione delle opinioni avvengono pure sul terreno delle riflessioni etico/politiche, che in questi giorni si succedono facendo balenare i più diversi giudizi.

Vorrei dire molto di più: lo smarrimento e l'angoscia toccano persino l'ambito della fede e della preghiera, che è quelli che ci riunisce questa sera, perché siamo qui per vegliare, digiunare, intercedere, facendo nostre le intercessioni e le grida di tutti gli uomini e le donne, di tutti i bambini, di tutti i vecchi in qualche modo coinvolti nel conflitto del Golfo, di qualunque parte essi siano. [...]

Vorrei leggere una bella preghiera di Paolo VI, scritta molti anni fa, ma che si addice al nostro incontro, nella quale si dice tra l'altro:

«Signore, noi abbiamo ancora le mani insanguinate dalle ul-

time guerre mondiali... Signore, noi siamo oggi tanto armati come non lo siamo mai stati nei secoli prima d'ora e siamo così carichi di strumenti micidiali da potere, in un istante, incendiare la terra e distruggere forse anche l'umanità. Signore, noi abbiamo fondato lo sviluppo e la prosperità di molte nostre industrie colossali sulla demoniaca capacità di produrre armi di tutti i calibri, e tutte rivolte a uccidere e a sterminare gli uomini nostri fratelli; così abbiamo stabilito l'equilibrio crudele dell'economia di tante nazioni potenti sul mercato delle armi alle nazioni povere, prive di aratri, di scuole e di ospedali» (per la III Giornata mondiale della pace, 1 gennaio 1970).

Paolo VI fa dunque passare, in questa preghiera, tanti peccati sociali della nostra epoca, peccati particolarmente evidenti ma che cercavamo di emarginare, a cui cercavamo di non pensare.

Però non possiamo nascondersi come questi egoismi evidenti, che vengono a galla, abbiano origini oscure e tenebrose nel fondo dei nostri stessi cuori.

Noi non abbiamo saputo fare un esame di coscienza nel profondo.

Ha detto giustamente qualcuno: «I fiumi di sangue sono sempre preceduti da torrenti di fango». In tali torrenti abbiamo sguazzato un po' tutti noi umani, uomini e donne di ogni paese e latitudine: l'immoralità della vita, gli egoismi personali e di gruppo, la corruzione politica, i tradimenti e le infedeltà a livello interpersonale e familiare, il menefreghismo, l'indolenza e lo sciupio delle energie di vita per cose vane, frivole o dannose, l'insensibilità di fronte ai milioni di esseri umani la cui vita è soffocata con l'aborto, il volgere la testa di fronte alle miserie di chi sta vicino o di chi viene da lontano, il commercio della droga.

Sì, in questi torrenti di fango ci siamo lasciati coinvolgere, talora ci siamo anche divertiti in maniera spensierata e irresponsabile.

E poi vorremmo che Dio venisse incontro a una preghiera che spesso nasce proprio dalla paura di perdere le nostre comodità, il nostro benessere, di dover un giorno pagare di persona per i nostri errori.

Ora desidero chiedere al Signore di farci fare un altro passo avanti. Di farci intendere qual è il senso profondo di una vera preghiera per la pace, che sia una preghiera di intercessione nel senso biblico, simile alla preghiera di Abramo, alla preghiera di Gesù su Gerusalemme. Intercedere non vuol dire semplicemente «pregare per qualcuno», come spesso pensiamo. Etimologicamente significa «fare un passo in mezzo», fare un passo in modo da mettersi nel mezzo di una situazione. Intercessione vuol dire allora mettersi là dove il conflitto ha luogo, mettersi tra le due parti in conflitto.



Non si tratta quindi solo di articolare un bisogno davanti a Dio (Signore, dacci la pace!), stando al riparo. Si tratta di mettersi in mezzo. Non è neppure semplicemente assumere la funzione di arbitro o di mediatore, cercando di convincere uno dei due che lui ha torto e che deve cedere, oppure invitando tutti e due a farsi qualche concessione reciproca, a giungere a un compromesso. Così facendo, saremmo ancora nel campo della politica e delle sue poche risorse. Chi si comporta in questo modo rimane estraneo al conflitto, se ne può andare in qualunque momento, magari lamentando di non essere stato ascoltato.

Intercedere è un atteggiamento molto più serio, grave e coinvolgente, è qualcosa di molto più pericoloso. Intercedere è stare là, senza muoversi, senza scampo, cercando di mettere la mano sulla spalla di entrambi e accettando il rischio di questa posizione.[...]

In proposito troviamo nella Bibbia una pagina illuminante. Nel momento in cui Giobbe si trova, quasi disperato, davanti a Dio che gli appare come un avversario, con cui non riesce a riconciliarsi, grida: «Chi è dunque colui che si metterà tra il mio giudice e me? chi poserà la sua mano sulla sua spalla e sulla mia?» (cf. Gb 9,33-39, vers. spec.).

Non dunque qualcuno da lontano, che esorta alla pace o a pregare genericamente per la pace, bensì qualcuno che si metta in mezzo, che entri nel cuore della situazione, che stenda le braccia a destra e a sinistra per unire e pacificare.

È il gesto di Gesù Cristo sulla croce, del Crocifisso che contempliamo questa sera al centro della nostra assemblea.

Egli è colui che è venuto per porsi nel mezzo di una situazione insanabile, di una inimicizia ormai giunta a putrefazione, nel mezzo di un conflitto senza soluzione umana. Gesù ha potuto mettersi nel mezzo perché era solidale con le due parti in conflitto, anzi i due elementi in conflitto coincidevano in lui: l'uomo e Dio.

Ma la posizione di Gesù è quella di chi mette in conto anche la morte per questa duplice solidarietà; è quella di chi accetta

la tristezza, l'insuccesso, la tortura, il supplizio, l'agonia e l'orrore della solitudine esistenziale fino a gridare; «Mio Dio, mio Dio, perché mi hai abbandonato?» (Mt 27,46).

Questa è l'intercessione cristiana, evangelica. Per essa è necessaria una duplice solidarietà. Tale solidarietà è un elemento indispensabile dell'atto di intercessione. Devo potere e volere abbracciare con amore e senza sottintesi tutte le parti in causa. Devo resistere in questa situazione anche se non capito o respinto dall'una o dall'altra, anche se pago di persona. Devo perseverare pure nella solitudine e nell'abbandono. Devo avere fiducia soltanto nella potenza di Dio, devo fare onore alla fede in colui che risuscita i morti. Tale fede è difficile, per questo l'intercessione vera è difficile. Ma se non vi tendiamo, la nostra preghiera sarà fatta con le labbra, non con la vita.

Naturalmente un simile atteggiamento non calpesta affatto le esigenze della giustizia. Non posso mai mettere sullo stesso piano assassini e vittime, trasgressori della legge e difensori della stessa. Però, quando guardo le persone, nessuna mi è indifferente, per nessuno provo odio o azzardo un giudizio interiore, e neppure scelgo di stare dalla parte di chi soffre per maledire chi fa soffrire.



## **PREGHIERA PER LA PACE DI PAPA PAOLO VI**

Signore Dio di pace,  
che hai creato gli uomini,  
oggetto della tua benevolenza,  
per essere i famigliari della tua gloria,  
noi ti benediciamo e ti rendiamo grazie:  
perché ci hai inviato Gesù, tuo Figlio amatissimo,  
hai fatto di Lui nel mistero della sua Pasqua  
l'artefice di ogni salvezza,  
la sorgente di ogni pace,  
il legame di ogni fraternità.

Noi ti rendiamo grazie  
per i desideri, gli sforzi,  
le realizzazioni che il tuo Spirito di pace  
ha suscitato nel nostro tempo,  
per sostituire l'odio con l'amore,  
la diffidenza con la comprensione,  
l'indifferenza con la solidarietà.

Apri ancor più i nostri spiriti ed i nostri cuori  
alla esigenza concreta dell'amore  
di tutti i nostri fratelli;  
affinché possiamo essere sempre più  
dei costruttori di pace.

Ricordati, Padre di misericordia,  
di tutti quelli che sono in pena,  
soffrono e muoiono,  
nel generare un mondo più fraterno.

Che per gli uomini di ogni razza e di ogni lingua  
venga il tuo regno di Giustizia,  
di Pace e di Amore.

E che la terra sia ripiena della tua Gloria!

Amen.