



**CANTO: Dio si è fatto come noi**

Dio s'è fatto come noi,  
per farci come lui.

**Vieni Gesù, - resta con noi, - resta con noi !**

Viene dal grembo di una donna,  
la Vergine Maria.

Tutta la storia l'aspettava:  
il nostro Salvatore.

**Preghiera del Padre Nostro/1 ( Mt 6, 7-15)**

<sup>7</sup>Pregando, non sprecate parole come i pagani: essi credono di venire ascoltati a forza di parole. <sup>8</sup>Non siate dunque come loro, perché il Padre vostro sa di quali cose avete bisogno prima ancora che gliele chiediate.

<sup>9</sup> Voi dunque pregate così:

Padre nostro che sei nei cieli,  
sia santificato il tuo nome,

<sup>10</sup> venga il tuo regno,

sia fatta la tua volontà,  
come in cielo così in terra.

<sup>11</sup> Dacci oggi il nostro pane quotidiano,

<sup>12</sup> e rimetti a noi i nostri debiti

come anche noi li rimettiamo ai nostri debitori,

<sup>13</sup> e non abbandonarci alla tentazione,  
ma liberaci dal male.

<sup>14</sup> Se voi infatti perdonerete agli altri le loro colpe, il Padre vostro che è nei cieli perdonerà anche a voi; <sup>15</sup> ma se voi non perdonerete agli altri, neppure il Padre vostro perdonerà le vostre colpe

**Breve commento (Introduzione Generale)**

La preghiera del Padre Nostro è quella preghiera che noi cristiani ripetiamo numerose volte e in svariate occasioni sia nel corso delle nostre liturgie comunitarie, sia nelle preghiere personali e familiari nelle nostre case e nei diversi luoghi di vita quotidiana: quanto è alto il rischio concreto di far uscire dalla bocca parole ripetute a memoria e tuttavia smemorate perché prive di quel io profondo che desidera comunicare con Dio per affidarsi, confidarsi, lamentarsi, piangere, lodare, ringraziare, esultare. Il Padre Nostro anzitutto ci invita a rivolgerci a Dio che è padre, madre, fratello/sorella: non è la preghiera cristiana un monologo o una tecnica per avere sensazioni interiori e provare benessere (la ricerca del proprio io non è ricerca di Dio), al contrario essa è dialogo e alterità, parlare nel profondo del cuore e rivolgere tutto il proprio io verso Dio con docilità, fiducia, apertura e disponibilità. Dio infatti vede, abita e può; non però come un mago o come un venditore avido di affari, ma come colui che con pazienza accompagna e consiglia perché nella vita impariamo a vivere e ad attraversare anche le prove non da soli ma insieme a colui che è Padre, Madre, fratello, sorella, compagno di cammino.

Ecco allora che Gesù insegna ai suoi apostoli, ai suoi discepoli e dunque anche a noi come porsi in preghiera davanti al Padre: non multiplico le parole per farmi ascoltare da Dio e piegarlo ai miei desideri, ma ascolto la sua volontà di bene su di me che si fa' attesa, mai pretesa.

La preghiera è una «ginnastica del desiderio» (Sant'Agostino). Il desiderio è la facoltà più alta dell'uomo: produce niente, ma accoglie tutto. Tutto ciò che c'è – e Dio è tutto! – non è da fare, ma da accogliere. Desiderare non è velleitarismo: è volere veramente il dono dell'altro e l'altro come dono, con una volontà che si fa' attesa, mai pretesa.

Il Padre nostro allora è il «dunque»: la preghiera davanti al Padre che contiene ogni altra. È costituita da sette domande poste all'imperativo. È il modo della volontà, e riguarda un'azione libera. Vogliamo che il Padre ci dia ciò che lui ci vuol dare. L'imperativo nasce da un indicativo: Dio è Padre, sia

dunque per noi Padre! Le prime tre domande (vv. 9-10) riguardano il bisogno che noi qui in terra abbiamo del Padre celeste; le altre quattro (vv. 11-13) il bisogno che abbiamo dei suoi doni per vivere il suo dono. Segue un'aggiunta sul perdono (vv. 14-15): la fraternità è sacramento della paternità, il perdono al fratello luogo del dono del Padre.

Il Padre Nostro è la preghiera di Gesù, il Figlio, che ci fa essere ciò che siamo: uguali a lui, figli nel Figlio, che si rivolgono al Padre con il suo stesso Spirito. Esiste in due redazioni: questa di Matteo e quella di Luca (Lc 11, 2-4). In Marco le richieste del Padre nostro si trovano sparse nel Vangelo, particolarmente nella scena del Getsemani (Mc 14, 32-42). In Giovanni il capitolo 17 può essere considerato un Padre nostro ampliato.

**SILENZIO** (con musica di sottofondo)

## **PREGHIAMO INSIEME**

*Signore Gesù, tu ci vedi qui davanti a te col desiderio di pregare più intensamente in queste serate. Ma come tante altre volte, noi ti rivolgiamo la domanda: Insegnaci a pregare!*

*L'esperienza della nostra vita ci mostra, anno dopo anno, che non sappiamo pregare, che abbiamo bisogno di imparare continuamente l'atteggiamento giusto della preghiera. Per questo ti chiediamo di donarci il tuo Spirito. Vorremmo che tu ci insegnassi a pregare come hai insegnato a sant'Ignazio di Loyola, a san Pietro, a san Paolo, a santa Teresa d'Avila, a santa Teresa di Lisieux, a tutti i tuoi santi. Vorremmo vivere il Padre Nostro come tu lo hai vissuto. Fa' che sentiamo il tuo sostegno, il tuo conforto e che, con la tua grazia, possiamo perseverare in ogni giorno della nostra vita nell'orazione. Maria, Madre della pietà, Regina della preghiera, patrona della vita interiore, prega per noi.*

(Carlo Maria Martini, cfr. *Esercizi Spirituali sul Padre Nostro "Non sprecate parole" 2005*)

[https://atma-o-jibon.org/italiano6/martini\\_padrenostro12.htm](https://atma-o-jibon.org/italiano6/martini_padrenostro12.htm)

## **BENEDIZIONE**

### **CANTO DI ADORAZIONE**

La Divina Eucarestia,  
adoriamo supplici.  
Cristo fonda un'era nuova,  
che non ha più termine.  
È la fede che ci guida  
non i sensi fragili. Amen.

### **CANTO DI RIPOSIZIONE**

Pane del Cielo  
sei Tu, Gesù,  
via d'amore:  
Tu ci fai come Te. (2 VOLTE)

No, non è rimasta fredda la terra:  
Tu sei rimasto con noi  
per nutrirci di Te,  
Pane di Vita;  
ed infiammare col tuo amore  
tutta l'umanità.