

Supplemento al n° 7 - luglio/agosto
di *LITTERAE COMMUNIONIS TRACCE*

Sped. abb. post. 50%

Direttore responsabile: Pigi Colognesi
Cooperativa Editoriale Nuovo Mondo

Via Porpora, 127 - Milano

Reg. tribunale di Milano n. 57, 3 marzo 1975.

Composizione: G&C

Stampa: Tiemme - Via Mosé Bianchi (Mi)

Finito di stampare: giugno 1994

1994

PREGHIERE



Supplemento al n° 7 - luglio/agosto 1994 di *LITTERAE COMMUNIONIS TRACCE* sped. abb. post. 50% MI

APPUNTI PER UNA ESPERIENZA DELLA PREGHIERA

La preghiera è la posizione più vera dell'uomo di fronte a Dio; è il gesto, l'atto dell'uomo più realista, più completo, più vero. La nostra collaborazione con Dio, il nostro lavoro si chiama solo preghiera. È il punto in cui Dio "fa" e l'uomo fa.

In che consiste? Essa sorge quando si ricerca il senso della vita, quando ci accorgiamo che il nostro io nasce da un "Tu".

Riflettere su di sé fino alla coscienza della presenza di un Altro incorre in un pericolo, in una difficoltà che deriva dal fatto che tale presenza sembri astratta, simbolica. Proprio per questo Dio si è fatto uomo. Ciò facilita la strada.

La fede è coscienza di una presenza: Gesù Cristo oggi. Una sicurezza e una facilità a tale coscienza vengono dati dalla liturgia - Cristo continua la Sua presenza nella comunità liturgica.

Nella liturgia lo Spirito rende le cose intime a noi.

L'amore è mettersi a contatto con ciò che continuamente risorge.

- Il primo elemento metodologico della preghiera è la fedeltà nel tempo. Fedeltà nell'aderire dando il tempo a Dio non significa fedeltà a se stessi, a ciò che si è fissato come tempo e modo in quanto tale, ma è fedeltà alla Persona a cui il gesto di preghiera si rivolge. Del resto, quel gesto sarebbe privo di senso se non ci fosse Dio.

- Il secondo è l'atteggiamento fisico. Anche il luogo, il raccoglimento, l'atteggiamento può essere importante per pregare, purché si riferisca sempre alla Persona con cui si vuol dialogare.

- In terzo luogo, occorre che la preghiera non sia il "rimasuglio" della giornata - salvo casi eccezionali. La preghiera è il primo lavoro, è il tempo di lavoro; alla preghiera non si dà il tempo libero.

- Infine, la preghiera è mortificazione, poiché deve avere come oggetto solo il necessario. Le contingenze particolari non sono eliminabili. Ma bisogna risalire dallo spunto della necessità particolare al vero necessario e questo è liberazione e dominio di sé. Fino a quando si sente dominante lo spunto della propria contingenza non si ha pietà per gli altri. Sentire superato lo spunto particolare apre alla comprensione per gli altri. In tutto ciò la preghiera è "sacrificio" (sacrificium laudis).

La vera distrazione dalla preghiera è la noia. Le cose e gli avvenimenti non sono noia solo se si riferiscono alla Persona di Cristo. Nel rivolgersi al Tu resta comunque mortificazione la normale e inevitabile distrazione.

Ciò che non è ragionevole non è parola umana. Nel gesto di preghiera occorre l'armonia del ragionevole. Essa è riflesso della bellezza che è un fatto spirituale.

Occorre quindi ponderatezza attenta a quel che si dice.

La meditazione è l'aspetto individuale della preghiera. La preghiera personale è sorgente di quella comunitaria, nel senso che deve educare a fare sempre più personalmente la preghiera comunitaria.

Veni Sancte Spiritus
Veni per Mariam.

Benedictus

Benedetto il Signore, Dio d'Israele, perché ha visitato e redento il suo popolo,

e ha suscitato per noi una salvezza potente nella casa di Davide, suo servo,

come aveva promesso per bocca dei suoi santi profeti di un tempo:

salvezza dai nostri nemici e dalle mani di quanti ci odiano.

Così egli ha concesso misericordia ai nostri padri e si è ricordato della sua santa alleanza,

del giuramento fatto ad Abramo, nostro padre, di concederci, liberati dalle mani dei nemici,

di servirlo senza timore, in santità e giustizia al suo cospetto, in tutti i nostri giorni.

E tu, bambino, sarai chiamato profeta dell'Altissimo, perché andrai innanzi al Signore a preparargli le strade,

per dare al suo popolo la conoscenza della salvezza nella remissione dei suoi peccati,

grazie alla bontà misericordiosa del nostro Dio, per cui verrà a visitarci dall'alto un sole che sorge,

per rischiarare quelli che stanno nelle tenebre e nell'ombra della morte e dirigere i nostri passi sulla via della pace.

Gloria...

Magnificat

L'anima mia magnifica il Signore e il mio spirito esulta in Dio, mio salvatore,

perché ha guardato l'umiltà della sua serva.
D'ora in poi tutte le generazioni mi chiameranno beata.

Grandi cose ha fatto in me l'Onnipotente e santo è il suo nome:

di generazione in generazione la sua misericordia si stende su quelli che lo temono.

Ha spiegato la potenza del suo braccio, ha disperso i superbi nei pensieri del loro cuore;

ha rovesciato i potenti dai troni, ha innalzato gli umili;

ha ricolmato di beni gli affamati, ha rimandato i ricchi a mani vuote.

Ha soccorso Israele, suo servo, ricordandosi della sua misericordia,

come aveva promesso ai nostri padri, ad Abramo e alla sua discendenza, per sempre.

Gloria...

Angelus

L'Angelo del Signore portò l'annuncio a Maria
E la Vergine concepì per opera dello Spirito
Santo

Ecco la serva del Signore
Mi accada secondo la tua parola

E il Verbo si è fatto carne
Ed abita in mezzo a noi

Ave Maria...

Prega per noi Santa Madre di Dio
Perché diventiamo degni delle promesse di
Cristo

Infondi, Signore, la tua grazia nei nostri cuori
affinché noi, che abbiamo conosciuto per
l'annuncio dell'Angelo l'Incarnazione del
Figlio tuo Gesù Cristo, attraverso la sua
Passione e Morte siamo condotti alla gloria
della sua Risurrezione. Per Cristo nostro
Signore.
Amen.

Gloria...

Regina caeli (tempo pasquale)

Regina caeli, laetare, alleluia:
Quia Quem meruisti portare, alleluia,
Resurrexit sicut dixit, alleluia.
Ora pro nobis Deum, alleluia.
Gaude et laetare, Virgo Maria, alleluia.
Quia surrexit Dominus vere, alleluia.

Oremus. Deus, qui per resurrectionem Filii tui
Domini nostri Iesu Christi mundum univer-
sum laetificare dignatus es, praesta, quaesu-
mus, ut per eius Genitricem Virginem Mariam
perpetuae capiamus gaudia vitae. Per
Christum Dominum nostrum. Amen.

*Esulta, regina del cielo, alleluia! Colui che hai por-
tato in seno, alleluia! È risorto, come aveva predet-
to, alleluia! Prega per noi il Signore, alleluia!
Gioisci ed esulta, Vergine Maria, alleluia.
Il Signore è veramente risorto, alleluia.
Preghiamo. O Dio che nella gloriosa risurrezione
del tuo Figlio e Signore Nostro Gesù Cristo hai
ridonato la gioia al mondo intero, per intercessione
di Sua Madre la Vergine Maria, concedi a noi di
godere la gioia senza fine della vita eterna. Per
Cristo nostro Signore. Amen.*

Memorare

Memorare, piissima Virgo Maria, a saeculo non esse auditum quemquam ad tua currentem praesidia, tua implorantem auxilia, tua petentem suffragia esse derelictum.

Ego, tali animatus confidentia, ad te, Virgo virginum Mater, curro: ad te venio, coram te gemens peccator assisto.

Noli, Mater Verbi, verba mea despiciere, sed audi propitia et exaudi. Amen.

Ricordati, piissima Vergine Maria, che non si è mai udito che alcuno sia ricorso alla tua protezione, abbia implorato il tuo aiuto, abbia cercato il tuo soccorso e sia stato abbandonato.

Animato da tale confidenza, a te ricorro, Madre Vergine delle vergini; da te vengo, dinanzi a te mi prostro, gemendo peccatore.

Non volere, Madre di Dio, disprezzare le mie parole, ma ascolta benevola ed esaudisci. Amen.

Salve Regina

Salve, Regina, mater misericordiae, vita, dulcedo et spes nostra, salve. Ad te clamamus, exules filii Hevae. Ad te suspiramus, gementes et flentes in hac lacrimarum valle. Eia ergo, advocata nostra, illos tuos misericordes oculos ad nos converte. Et Jesum, benedictum fructum ventris tui, nobis post hoc exilium ostende. O clemens, o pia, o dulcis virgo Maria.

Salve Regina, Madre di Misericordia, vita dolcezza speranza nostra, salve. A te ricorriamo, esuli figli di Eva. A te sospiriamo, gementi e piangenti in questa valle di lacrime. Orsù, dunque, avvocata nostra, rivolgi a noi quegli occhi tuoi misericordiosi. E mostraci, dopo questo esilio, Gesù, il frutto benedetto del seno tuo. O clemente, o pia, o dolce Vergine Maria.

Preghiera del padre De Grandmaison

Santa Maria, Madre di Dio, conservami un cuore di fanciullo, puro e limpido come acqua di sorgente.

Ottienimi un cuore semplice, che non si ripieghi ad assaporare le proprie tristezze; un cuore magnanimo nel donarsi, facile alla compassione, un cuore fedele e generoso, che non dimentichi alcun bene e non serbi rancore di alcun male.

Formami un cuore dolce e umile che ami senza esigere di essere riamato, contento di scomparire in altri cuori, sacrificandosi davanti al Tuo Divin Figlio; un cuore grande e indomabile, così che nessuna ingratitudine lo possa chiudere e nessuna indifferenza lo possa stancare; un cuore tormentato dalla Gloria di Cristo, ferito dal Suo amore, con una piaga che non si rimargini se non in cielo.

I Misteri del Rosario

Misteri gaudiosi (lunedì e giovedì)

- I L'Angelo porta l'annuncio a Maria
- II Maria visita santa Elisabetta
- III Gesù nasce a Betlemme
- IV Gesù è presentato al Tempio
- V Gesù è ritrovato tra i dottori nel tempio

Misteri dolorosi (martedì e venerdì)

- I L'agonia di Gesù nell'orto del Getsemani
- II Gesù è flagellato alla colonna
- III Gesù è incoronato di spine
- IV Gesù sale al Calvario carico della croce
- V Gesù muore in croce

Misteri gloriosi (mercoledì, sabato e domenica)

- I Gesù resuscita da morte
- II Gesù ascende al cielo
- III Lo Spirito Santo discende su Maria e gli Apostoli adunati nel cenacolo
- IV Maria Santissima è assunta in cielo
- V Maria è incoronata Regina del cielo nella gloria degli Angeli e dei Santi

Preghiera di sant'Anselmo

Ti prego, Signore,
fa' che io gusti attraverso l'amore
quello che gusto attraverso la conoscenza.
Fammi sentire attraverso l'affetto
ciò che sento attraverso l'intelletto.
Tutto ciò che è Tuo per condizione
fa' che sia Tuo per amore.
Attirami tutto al Tuo Amore.
Fai Tu, o Cristo,
quello che il mio cuore non può.
Tu che mi fai chiedere, concedi!

Angelo di Dio

Angelo di Dio, che sei il mio custode, illumina,
custodisci, reggi e governa me che ti fui affida-
to dalla Pietà Celeste. Amen.

A te, o beato Giuseppe

A te, o beato Giuseppe, stretti dalla tribolazione
ricorriamo e fiduciosi invochiamo il tuo patro-
cinio, insieme con quello della tua santissima
Sposa.

Deh! Per quel sacro vincolo di carità, che ti
strinse all'Immacolata Vergine Madre di Dio, e
per l'amore paterno che portasti al fanciullo
Gesù, riguarda, te ne preghiamo, con occhio
benigno la cara eredità che Gesù Cristo acqui-
stò col suo sangue, e col tuo potere ed aiuto
soccorri ai nostri bisogni.

Proteggi, o provvido Custode della divina
Famiglia, l'eletta prole di Gesù Cristo; allonta-
na da noi, o Padre amantissimo, la peste di
errori e di vizi che ammorbata il mondo; assistici
propizio dal cielo in questa lotta con il potere
delle tenebre, o nostro fortissimo protettore; e
come un tempo salvasti dalla morte la minac-
ciata vita del bambino Gesù, così ora difendi la
santa Chiesa di Dio dalle ostili insidie e da ogni
avversità; e stendi ognora sopra ciascuno di noi
il tuo patrocinio, affinché a tuo esempio e
mediante il tuo soccorso, possiamo virtuosamente
vivere, piamente morire, e conseguire
l'eterna beatitudine in cielo.
Amen.

Atto di dolore

Mio Dio, mi pento e mi dolgo con tutto il cuore dei miei peccati, perché peccando ho meritato i tuoi castighi e molto più perché ho offeso te, infinitamente buono e degno di essere amato sopra ogni cosa. Propongo col tuo santo aiuto di non offenderti mai più e di fuggire le occasioni prossime di peccato. Signore, misericordia, perdonami.