

## LA PREGHIERA

### Introduzione

O Dio vieni a salvarmi, Signore vieni presto in mio aiuto.  
Gloria al Padre al Figlio e allo Spirito Santo, a Dio che è che era e che viene, per i secoli dei secoli, amen. Alleluia.

### Inno (CAMALDOLI)

*Sei tu, Signore, a reggere  
il mondo  
con la potenza  
del tuo amore;  
sei tu a guidare  
i giorni e le notti,  
delle stagioni a dirigere  
il corso.*

*Dio, tu sai  
il mistero del tempo,  
di questa vita  
per tutti oscura:  
questo tremendo enigma  
del male,  
d'amore e morte,  
di festa e dolore.*

*La luce vera  
che illumina l'uomo  
è solo il Figlio  
risorto e vivente,  
l'Agnello assiso  
sul libro e sul trono:  
a lui onore e potenza  
nei secoli.*

### Salmo CF. SAL 49 (50)

Parla il Signore,  
Dio degli dèi,  
convoca la terra  
da oriente a occidente.

Da Sion, bellezza perfetta,  
Dio risplende.

Viene il nostro Dio  
e non sta in silenzio;  
davanti a lui  
un fuoco divorante,  
intorno a lui  
si scatena la tempesta.

Convoca il cielo dall'alto  
e la terra  
per giudicare il suo popolo:

«Davanti a me  
riunite i miei fedeli,  
che hanno stabilito  
con me l'alleanza  
offrendo un sacrificio».

I cieli annunciano  
la sua giustizia:  
è Dio che giudica.

## Ripresa della Parola di Dio del giorno

«Signore, insegnaci a pregare, come anche Giovanni ha insegnato ai suoi discepoli» (*Lc 11,1*).

## Lode e intercessione

**Rit.: Padre, ascoltaci!**

- Padre, non sappiamo cosa è conveniente chiederti: manda a noi il tuo Spirito perché apra i nostri desideri alla tua volontà.
- Padre, a volte per noi la preghiera è una lotta: rendici perseveranti perché solo nella pazienza giungeremo a scoprire il tuo volto di misericordia.
- Padre, tanti fratelli e sorelle si affidano alla nostra preghiera: rendi il nostro cuore grande per accogliere le loro sofferenze e portarle a te.

## Padre nostro

**Orazione** (vedi Colletta)

## LA MESSA

### **ANTIFONA D'INGRESSO** SAL 67,6.7.36

Dio sta nella sua santa dimora:  
a chi è solo fa abitare una casa;  
dà forza e vigore al suo popolo.

*Gloria*

p. 632

### **COLLETTA**

O Dio, nostra forza e nostra speranza, senza di te nulla esiste di valido e di santo; effondi su di noi la tua misericordia perché, da te sorretti e guidati, usiamo saggiamente dei beni terreni nella continua ricerca dei beni eterni. Per il nostro Signore Gesù Cristo...

*oppure*

Signore e creatore del mondo, Cristo tuo Figlio ci ha insegnato a chiamarti Padre: invia su di noi lo Spirito Santo, tuo dono, perché ogni nostra preghiera sia esaudita. Per il nostro Signore Gesù Cristo...

## PRIMA LETTURA

GEN 18,20-32

Dal libro della Gènesi

In quei giorni, <sup>20</sup>disse il Signore: «Il grido di Sòdoma e Gomorra è troppo grande e il loro peccato è molto grave. <sup>21</sup>Voglio scendere a vedere se proprio hanno fatto tutto il male di cui è giunto il grido fino a me; lo voglio sapere!».

<sup>22</sup>Quegli uomini partirono di là e andarono verso Sòdoma, mentre Abramo stava ancora alla presenza del Signore.

<sup>23</sup>Abramo gli si avvicinò e gli disse: «Davvero sterminerai il giusto con l'empio? <sup>24</sup>Forse vi sono cinquanta giusti nella città: davvero li vuoi sopprimere? E non perdonerai a quel luogo per riguardo ai cinquanta giusti che vi si trovano?

<sup>25</sup>Lontano da te il far morire il giusto con l'empio, così che il giusto sia trattato come l'empio; lontano da te! Forse il giudice di tutta la terra non praticherà la giustizia?». <sup>26</sup>Rispose il Signore: «Se a Sòdoma troverò cinquanta giusti nell'ambito della città, per riguardo a loro perdonerò a tutto quel luogo».

<sup>27</sup>Abramo riprese e disse: «Vedi come ardisco parlare al mio Signore, io che sono polvere e cenere: <sup>28</sup>forse ai cinquanta giusti ne mancheranno cinque; per questi cinque distruggerai tutta la città?». Rispose: «Non la distruggerò, se ve ne troverò quarantacinque». <sup>29</sup>Abramo riprese ancora a parlargli e disse: «Forse là se ne troveranno quaranta». Rispose: «Non lo farò, per riguardo a quei quaranta». <sup>30</sup>Riprese: «Non si

adiri il mio Signore, se parlo ancora: forse là se ne troveranno trenta». Rispose: «Non lo farò, se ve ne troverò trenta». <sup>31</sup>Riprese: «Vedi come ardisco parlare al mio Signore! Forse là se ne troveranno venti». Rispose: «Non la distruggerò per riguardo a quei venti». <sup>32</sup>Riprese: «Non si adiri il mio Signore, se parlo ancora una volta sola: forse là se ne troveranno dieci». Rispose: «Non la distruggerò per riguardo a quei dieci». – *Parola di Dio.*

**SALMO RESPONSORIALE** 137 (138)

Rit. Nel giorno in cui ti ho invocato mi hai risposto.

<sup>1</sup>Ti rendo grazie, Signore, con tutto il cuore:  
hai ascoltato le parole della mia bocca.  
Non agli dèi, ma a te voglio cantare,  
<sup>2</sup>mi prostro verso il tuo tempio santo. **Rit.**

Rendo grazie al tuo nome per il tuo amore e la tua fedeltà:  
hai reso la tua promessa più grande del tuo nome.

<sup>3</sup>Nel giorno in cui ti ho invocato, mi hai risposto,  
hai accresciuto in me la forza. **Rit.**

<sup>6</sup>Perché eccelso è il Signore, ma guarda verso l'umile;  
il superbo invece lo riconosce da lontano.

<sup>7</sup>Se cammino in mezzo al pericolo, tu mi ridoni vita;  
contro la collera dei miei avversari  
stendi la tua mano. **Rit.**

La tua destra mi salva.

<sup>8</sup>Il Signore farà tutto per me.

Signore, il tuo amore è per sempre:

non abbandonare l'opera delle tue mani. **Rit.**

**Rit. Nel giorno in cui ti ho invocato mi hai risposto.**

## **SECONDA LETTURA**

COL 2,12-14

Dalla Lettera di san Paolo apostolo ai Colossési

Fratelli, <sup>12</sup>con Cristo sepolti nel battesimo, con lui siete anche risorti mediante la fede nella potenza di Dio, che lo ha risuscitato dai morti.

<sup>13</sup>Con lui Dio ha dato vita anche a voi, che eravate morti a causa delle colpe e della non circoncisione della vostra carne, perdonandoci tutte le colpe <sup>14</sup>e annullando il documento scritto contro di noi che, con le prescrizioni, ci era contrario: lo ha tolto di mezzo inchiodandolo alla croce.

– *Parola di Dio.*

## **CANTO AL VANGELO**

RM 8,15bc

**Alleluia, alleluia.**

Avete ricevuto lo Spirito che rende figli adottivi,  
per mezzo del quale gridiamo: Abbà! Padre!

**Alleluia, alleluia.**

**VANGELO**      Lc 11,1-13

✠ Dal Vangelo secondo Luca

<sup>1</sup>Gesù si trovava in un luogo a pregare; quando ebbe finito, uno dei suoi discepoli gli disse: «Signore, insegnaci a pregare, come anche Giovanni ha insegnato ai suoi discepoli».

<sup>2</sup>Ed egli disse loro: «Quando pregate, dite: “Padre, sia santificato il tuo nome, venga il tuo regno; <sup>3</sup>dacci ogni giorno il nostro pane quotidiano, <sup>4</sup>e perdona a noi i nostri peccati, anche noi infatti perdoniamo a ogni nostro debitore, e non abbandonarci alla tentazione”».

<sup>5</sup>Poi disse loro: «Se uno di voi ha un amico e a mezzanotte va da lui a dirgli: “Amico, prestami tre pani, <sup>6</sup>perché è giunto da me un amico da un viaggio e non ho nulla da offrirgli”; <sup>7</sup>e se quello dall’interno gli risponde: “Non m’importunare, la porta è già chiusa, io e i miei bambini siamo a letto, non posso alzarmi per darti i pani”, <sup>8</sup>vi dico che, anche se non si alzerà a darglieli perché è suo amico, almeno per la sua invadenza si alzerà a dargliene quanti gliene occorrono. <sup>9</sup>Ebbene, io vi dico: chiedete e vi sarà dato, cercate e troverete, bussate e vi sarà aperto. <sup>10</sup>Perché chiunque chiede riceve e chi cerca trova e a chi bussa sarà aperto. <sup>11</sup>Quale padre tra voi, se il figlio gli chiede un pesce, gli darà una serpe al posto del pesce? <sup>12</sup>O se gli chiede un uovo, gli darà uno scorpione? <sup>13</sup>Se voi dunque, che siete cattivi, sapete dare cose

buone ai vostri figli, quanto più il Padre vostro del cielo darà lo Spirito Santo a quelli che glielo chiedono!».

– *Parola del Signore.*

*Credo*

p. 634

### **SULLE OFFERTE**

Accetta, o Signore, queste offerte che la tua generosità ha messo nelle nostre mani, perché il tuo Spirito, operante nei santi misteri, santifichi la nostra vita presente e ci guidi alla felicità senza fine. Per Cristo nostro Signore.

### **ANTIFONA ALLA COMUNIONE**

SAL 102,2

**Benedici il Signore, anima mia:  
non dimenticare tutti i suoi benefici.**

### **DOPO LA COMUNIONE**

O Dio, nostro Padre, che ci hai dato la grazia di partecipare a questo divino sacramento, memoriale perpetuo della passione del tuo Figlio, fa' che il dono del suo ineffabile amore giovi alla nostra salvezza. Per Cristo nostro Signore.



---

PER LA RIFLESSIONE

### **Insegnaci a pregare**

Pregare è faticoso, lo sappiamo bene. Quando uno vuole pregare, quanti ostacoli incontra! E l'elenco sarebbe lungo: il tempo che uno vorrebbe dedicare alla preghiera e che di fatto sembra sempre irraggiungibile; i pensieri che si affollano dentro di noi, ci distraggono, rendono ai nostri occhi la preghiera come tempo sprecato, inutile; l'impossibilità di mantenere un ritmo costante; la sensazione che Dio non ci stia ascoltando, la sensazione di parlare a vuoto. E ognuno può aggiungere e verificare le proprie difficoltà. E poi, alla fine, rimane sempre un'impressione: la nostra preghiera è povera, e allora, sappiamo veramente pregare? A partire da queste costatazioni, il brano di Luca ci offre già un primo aiuto. E ci è dato proprio da quella domanda posta dal discepolo che vede Gesù pregare: «Signore, insegnaci a pregare, come anche Giovanni ha insegnato ai suoi discepoli» (Lc 11,1). Sappiamo pregare? Forse no. Ma prendere atto di questo non è qualcosa di negativo: può essere l'inizio di un autentico cammino di preghiera, perché solo colui che prende coscienza della propria povertà saprà accettare la fatica di camminare in questa straordinaria avventura che è la preghiera. «Signore insegnaci a pregare»: cosa impariamo da Gesù?

Gesù ci dà un primo insegnamento nel modo in cui affronta il tema della preghiera. A dire il vero, Gesù non sembra molto

interessato a offrire insegnamenti sulla preghiera. La preghiera non la si impara da un libro, ma solamente dalla vita, cioè si impara a pregare, pregando. E credo sia questa la pedagogia di Gesù. Vediamo che Gesù sta pregando, e proprio nel vedere il Maestro pregare, al discepolo nasce il desiderio di varcare anche lui questa soglia misteriosa, la preghiera, che conduce all'incontro con il Padre. È dunque la testimonianza di Gesù che apre il discepolo alla preghiera. E solo dopo Gesù dona al discepolo una parola che custodisce tutta la stessa intensità della relazione di Gesù col Padre, l'intensità della preghiera di Gesù: «Quando pregate, dite: "Padre..."» (11,2). È questo il primo insegnamento che ci viene donato: possiamo imparare a pregare, iniziare ogni giorno questo cammino solo guardando Gesù e imparando da lui, dalla parola che ha messo sulle nostre labbra, a essere figli, liberi e senza paura nel chiedere al Padre celeste tutto ciò di cui abbiamo bisogno, ma anche, e soprattutto, disponibili a ricevere l'unica cosa che veramente ci serve, lo Spirito Santo che prega in noi e che ci mette in sintonia con la sua volontà.

Ma c'è un secondo insegnamento che Gesù ci offre, per rendere la nostra preghiera capace di affrontare le fatiche quotidiane e camminare senza scoraggiarsi nella povertà di chi ogni giorno chiede. Troviamo questo insegnamento nella parola «chiedete e vi sarà dato, cercate e troverete, bussate e vi sarà aperto» (11,9). Gesù ci invita a non stancarci mai nella preghiera, a renderla paziente e perseverante. La preghiera a volte è come una lotta

con Dio stesso, e abbandonare questo campo di battaglia vuol dire alla fine rinunciare alla possibilità di incontrare e riconoscere il volto pieno di misericordia di Dio. Perché è Dio stesso ad accettare questa lotta della preghiera. È questo il senso della preghiera di Abramo per le città peccatrici. La preghiera insistente, quell'intercessione che sa farsi carico delle sofferenze e dei drammi dell'uomo e li porta allo sguardo di Dio, compie uno dei miracoli più grandi: permette di penetrare nel cuore stesso di Dio e di guardare tutto e tutti con lo sguardo della salvezza, della compassione e del perdono. Ma questa caparbità nella preghiera, questa pazienza chiaramente non nascono dalla pretesa di piegare Dio alla nostra volontà. Abramo inizia la sua richiesta a Dio con queste parole: «Vedi come ardisco parlare al mio Signore, io che sono polvere e cenere» (Gen 18,27). Può essere perseverante nella preghiera, nell'intercessione solo chi riconosce di essere povero e attendere tutto da Dio. Guardare a Gesù e non stancarsi mai di pregare: è questo in qualche modo uno dei segreti della preghiera. E lo si impara ogni giorno, mettendosi umilmente a pregare.

*Signore, non sappiamo come pregare, non sappiamo cosa chiederti, e molte volte non sappiamo se tu ci ascolti. Ma desideriamo stare con te, parlarti, aprire il nostro cuore. Insegnaci a pregare e ogni giorno donaci quel nome che ci rivela il tuo volto e ci apre alla vita: Padre nostro che sei nei cieli.*

## Calendario ecumenico

### **Cattolici e luterani**

Cristoforo, martire (250 ca.); Charbel Makhlūf, monaco (1898).

### **Ortodossi e greco-cattolici**

Memoria della santa megalomartire Cristina di Tiro (sotto Settimio Severo, 193-211); Olga-Elena di Kiev, uguale agli apostoli (969).

### **Copti ed etiopici**

Eufemia di Calcedonia, martire (III-IV sec.).

## **DARANNO**

*Giornata dei nonni e degli anziani*

### **ANCORA FRUTTI**

Il tema scelto da papa Francesco per questa seconda *Giornata mondiale dei nonni e degli anziani* è «Nella vecchiaia daranno ancora frutti» (Sal 92,15) e intende sottolineare come i nonni e gli anziani siano un valore e un dono sia per la società che per le comunità ecclesiali. Il tema è anche un invito a riconsiderare e a valorizzare i nonni e gli anziani troppo spesso tenuti ai margini delle famiglie, delle comunità civili ed ecclesiali. La loro esperienza di vita e di fede può contribuire, infatti, a edificare società consapevoli delle proprie radici e capaci di sognare un avvenire più solidale. L'invito a prestare ascolto alla saggezza degli anni si rivela, inoltre, particolarmente significativo nel contesto del cammino sinodale che la Chiesa ha intrapreso (dal *Comunicato* del Dicastero per i laici, la famiglia e la vita).