



Domenica di Abramo

Salvaci, Signore, nostro Dio – Ascoltaci, Signore

Siamo figli di Abramo noi? Di un uomo che «ebbe fede in Dio e gli fu accreditato come giustizia», cioè un uomo che ha realizzato la vita, è stato giusto, ha fatto bene perché ha creduto in Dio e lo ha seguito. E noi? Possiamo dire di credere in Dio e di seguirlo come veri discepoli? Stiamo crescendo pian piano e per credere in qualcuno prima bisogna conoscerlo. Per seguirlo bisogna saper dire "sì". Il Signore Gesù, il Figlio di Dio, venendo nel mondo ci ha permesso di conoscere il volto di Dio, di comprendere meglio le sue parole e i suoi comandamenti, di vivere secondo uno stile che rispecchia il suo amore, per cui vale la pena dire "sì". Grazie a Gesù noi possiamo diventare confidenti di Dio, possiamo davvero non solo sentirci "figli di Abramo" ma addirittura essere "figli di Dio"! Per questo, nel nostro cammino di Quaresima, in cui stiamo imparando diversi modi di pregare, possiamo rivolgerci a Dio, nostro Padre, domandandogli delle cose, proprio come un figlio si rivolge ai suoi genitori. E, quindi, se abbiamo fame o sete, cioè se l'umanità ha fame o sete, noi possiamo domandare a Dio; se non siamo in pace, cioè se l'umanità non è in pace, noi possiamo domandare a Dio; se c'è chi attorno a noi vive nel dolore, nella sofferenza, nella malattia, noi possiamo domandare a Dio. La nostra preghiera può diventare *preghiera di intercessione*, per chiedere aiuto per sé stessi ma soprattutto per gli altri. E pregando per gli altri è come se il nostro cuore si trasformasse, diventando più grande, e come se il nostro amore si allargasse e diventasse più forte. Mosè ha pregato per il suo popolo, la sua era una preghiera di intercessione; anche Abramo ha pregato per i giusti di Sodoma e Gomorra; anche Gesù sulla croce ha pregato per tutti noi: "perdona loro...". Noi in questa settimana possiamo esercitarci in questo bellissimo modo di pregare che assomiglia così tanto all'amore, alla carità, a chi liberamente si rivolge al proprio Padre che è nei cieli, sapendo di essere ascoltato.

Leggi sul sito i suggerimenti per la preghiera in oratorio (vedi in particolare i paragrafi "Insegnaci a pregare... insieme" e "Esercizi di gioia"):

<https://www.chiesadimilano.it/pgfom/oratorio-e-ragazzi/quaresima-in-oratorio-2023-89823.html>

Inoltre, il sussidio dell'ACR nelle domeniche segue l'itinerario di preghiera proposto per l'oratorio. Procura il sussidio dell'ACR "Sostare con te... insieme!".

Link: <https://www.libreriailecortile.it/home/1321-sostare-con-te-insieme.html>

Dalla proposta pastorale dell'Arcivescovo Mario Delpini "Kyrie, Alleluia, Amen":

Con grande insistenza sale al Padre l'invocazione dei figli perché venga in soccorso alla loro debolezza, provveda con la sua potenza ai bisogni della vita quotidiana, soccorra nei momenti in cui l'animo è più tribolato, manifesti nella vicenda delle persone e dei popoli l'efficacia della sua presenza che salva. [...]

Gesù, nostro maestro di preghiera e di vita, mette in guardia dalla pratica della preghiera come un'espressione di pretese: «Non sprecate parole come i pagani: essi credono di venire ascoltati a forza di parole» (Mt 6,7). Nello stesso tempo, Gesù insegna a chiedere il pane quotidiano, a chiedere con insistenza, a chiedere anzitutto lo Spirito Santo.

La preghiera cristiana conosce e pratica la preghiera di domanda: la vive però secondo lo Spirito e non secondo un immaginario "pagano". Questo significa che il cristiano in ogni preghiera riconosce anzitutto che Dio è Padre e invoca lo Spirito per vivere da figlio. Accoglie lo Spirito e ne diventa dimora: così ogni preghiera è nel nome di Gesù. La preghiera per chiedere è quindi alimentata dalla fiducia che Dio sa quello di cui abbiamo bisogno [...]

E il Padre esaudisce la preghiera dei suoi figli, così come ascolta quella del Figlio. Non secondo le aspettative e l'immaginario di chi geme e prega, ma accompagnando anche nelle prove della vita, anche nelle situazioni che non si modificano, alla pienezza di Cristo, fino all'uomo perfetto.

Preghiamo quindi con insistenza per chiedere quello di cui abbiamo bisogno e desiderio; e accogliamo con docilità i doni dello Spirito per constatare in quale modo Dio venga in soccorso alla nostra debolezza.



Appuntamenti della settimana

CAMMINADO DI QUARESIMA

12 marzo 2023

In questa III domenica di Quaresima gli adolescenti della Diocesi sono invitati a mettersi in cammino al CamminAdo di Quaresima.

Anche a loro sarà chiesto nel cammino di fare esperienza della fede di Abramo e di mettersi in dialogo con Dio così come Abramo fece lungo tutta la sua esperienza di pellegrinaggio verso la Terra Promessa e poi, continuamente, per tutta la sua vita.

La fede di Abramo aiuterà gli adolescenti a portare con sé le loro domande e a presentarle a Dio. Si chiederà loro di pregare anche per le necessità delle altre persone, di quelle che sono loro "prossime", ma anche per le necessità del mondo, soprattutto per chiedere il dono della pace.

Possiamo preparare questa esperienza leggendo con gli ado la lettera agli adolescenti dell'Arcivescovo "Parla con Dio":

<https://www.chiesadimilano.it/pgfom/oratorio-e-ragazzi/servizio-ragazzi/adolescenti/lettera-agli-adolescenti-2022-2023-88058.html>

Inno del CamminAdo sarà il nuovo **canto "Padre mio"** (T. e M. Oratori di Bresso e Lainate).

Richiedilo alla libreria Il Cortile gratuitamente (con login e inserendo nel carrello il canto):

<https://www.libreriaailcortile.it/home/1330-padre-mio.html>

Iscrizioni e informazioni per il CamminAdo di Quaresima:

<https://www.chiesadimilano.it/pgfom/oratorio-e-ragazzi/servizio-ragazzi/adolescenti/camminado-quaresima-2023-89902.html>



24 ORE PER IL SIGNORE 17-18 marzo 2023

Anche con i ragazzi degli oratori delle diverse fasce d'età con le loro famiglie, con i preadolescenti e gli adolescenti possiamo vivere l'esperienza della **24 ore per il Signore, da venerdì 17 a sabato 18 marzo 2023**, quest'anno particolarmente valorizzata nella nostra Diocesi perché coinvolge in particolare i giovani che si stanno preparando alla GMG di Lisbona 2023.

La 24 ore per il Signore è un tempo da dedicare alla preghiera e alla celebrazione del sacramento della riconciliazione, in comunione con Papa Francesco e tutte le Chiese del mondo. Creiamo le condizioni migliori per invitare i **gruppi a vivere anche solo un momento di preghiera... insieme!** Le pratiche che possiamo organizzare sono:

il **venerdì 17 marzo** la Via Crucis con i ragazzi; un momento di condivisione e carità rinunciando alla cena o con una "cena povera"; l'Adorazione della Croce; la Riconciliazione; il **sabato 18 marzo** la visita alla chiesa o alla cappellina dell'oratorio che rimane accessibile e aperta, con eventuali turni per i gruppi che si possono alternare; il passaggio dalla chiesa prima di iniziare un'attività in oratorio, preparare l'animazione della domenica o giocare una partita da parte della squadra; un momento di Adorazione eucaristica con i più grandi; uno spazio di silenzio prolungato creando le condizioni "fisiche" e "ambientali" per viverlo; la possibilità di confronto con gli educatori; ancora la possibilità della Confessione.

Per la Via Crucis con i ragazzi abbiamo il testo a disposizione:

<https://www.libreriailecortile.it/home/1320-signore-ti-amo-via-crucis-per-i-ragazzi-con-benedetto-xvi.html>

Per l'Adorazione eucaristica o l'Adorazione della croce del venerdì si può riadattare il testo pubblicato a cura del Servizio per i Giovani e l'Università, dedicato ai giovani verso Lisbona:

<https://www.chiesadimilano.it/pgfom/giovani/24-ore-per-il-signore-abbi-pieta-di-me-peccatore-lc-1813-90425.html>

Preghiera per la 24 ore per il Signore

L. Eccoci qui, Signore, davanti a te
per dirti che ti amiamo e desideriamo seguirti.

T. Siamo tuoi discepoli, guidaci dove vuoi tu.

L. Ora sostiamo con te un momento
per presentarti il nostro cuore,
le nostre gioie e le nostre ferite.

**T. Tu che ci conosci più di chiunque altro
sai di che cosa abbiamo bisogno.**

L. Siamo qui a intercedere anche per gli altri,
per i nostri familiari, per i nostri amici,
per le persone che sono malate
o stanno soffrendo per la guerra, la povertà
o qualche disastro che li ha colpiti.

**T. Guarda e benedici tutti coloro
che ti portiamo qui con noi in questa nostra preghiera.**

L. Allarga il cuore di tutti

T. perché lo Spirito Santo ci trasformi e ci doni la tua presenza, sempre.

Si può consegnare a ciascuno un foglietto (vedi di seguito suggerimenti per la preghiera in oratorio) perché ognuno scriva la sua preghiera e la consegni in una cesta ai piedi dell'altare.

*Al termine della preghiera... insieme! si concluda sempre dicendo il **PADRE NOSTRO**.*



Attenzioni durante la Messa con i ragazzi

Ascoltaci, Signore ci ricorda naturalmente la PREGHIERA UNIVERSALE.

- Nella settimana precedente, nei gruppi, si può chiedere a tutti di scrivere su un foglietto un'intenzione della preghiera universale, non superando le "tre righe" di testo. Qualcosa di breve e di mirato che sia però pensata per essere una *preghiera di intercessione* per qualcuno o qualche necessità particolare. All'ingresso della chiesa ci possono essere degli incaricati che raccolgono questi foglietti in una cesta.

Al momento della **Preghiera dei fedeli** si può procedere in due modi:

- prima del canto dopo il vangelo si spiega che verrà portata sotto l'ambone la cesta che raccoglie tutte le nostre intenzioni di preghiera, in questo modo è come se venissero lette tutte e presentate al Signore, insieme alle "normali" intenzioni che questa domenica vengono lette dall'ambone.

Durante il canto dopo il vangelo, dal fondo della chiesa, la cesta viene portata "in processione", tenendola alta con le mani, con alcuni ragazzi che le fanno "corona". Viene deposta sotto l'ambone.

Terminata la lettura delle intenzioni, mentre due ragazzi sollevano la cesta da terra e la tengono in alto sotto l'ambone, un lettore dice: "Perché tu, Signore, possa accogliere tutte le intenzioni di preghiera che abbiamo scritto e donarci il tuo Spirito perché cresca il nostro amore, ti preghiamo" e tutti rispondono nel modo solito.

- se lo si ritiene opportuno in sostituzione delle "normali" intenzioni della preghiera dei fedeli si possono "pescare" cinque o sei foglietti e leggere le preghiere che ci sono scritte, aggiungendo a ciascuna: "ti preghiamo" (e tutti rispondono: "Ascoltaci, Signore").

- Comunque le intenzioni della PREGHIERA DEI FEDELI di questa domenica non siano quelle tradizionali del foglietto ma siano preparate ad hoc da un gruppo che viene incaricato.

- Ricordiamo che per tutte le domeniche di Quaresima si richiede che venga cantato anche il SALMO o almeno il suo ritornello: <https://www.chiesadimilano.it/pgfom/oratorio-e-ragazzi/salmi-quaresima-oratorio-2023-90216.html> perché sottolinea in modo particolare il tema della domenica: *Signore, tu solo hai parole di vita eterna.*

- Può essere questa la Domenica in cui portare all'altare durante l'OFFERTORIO una prima quota delle offerte raccolte per la **Quaresima di fraternità**. Si può associare un commento sotto forma di preghiera come nell'esempio seguente:

Signore, ti presentiamo il pane e il vino che diventeranno il tuo Corpo e il tuo Sangue per la nostra salvezza. Tu ogni domenica ti offri in sacrificio, preghi e intercedi per noi.

Ti preghiamo di accogliere anche le nostre povere offerte per... la nostra Quaresima di fraternità. Continueremo a raccogliercle per dare il nostro contributo. Intanto tu, accetta insieme all'offerta la nostra preghiera di intercessione per...

Aumenta sempre la nostra capacità di amare.

- Dopo il momento di silenzio e di ringraziamento, dopo la comunione, si può pregare insieme con la PREGHIERA PER LA PACE scritta dal nostro Arcivescovo. Un educatore o una catechista può leggere l'appello per la pace che coinvolge tutta la nostra Diocesi e che invita le persone adulte a firmare l'appello sul sito Chiesadimilano.it

Appello per la pace

NOI VOGLIAMO LA PACE, I POPOLI VOGLIONO LA PACE!

Anch'io voglio la pace e chiedo ai potenti,

ai politici, ai diplomatici, alle Chiese e alle religioni:

«Per favore, cercate la pace!»

In questo tempo di Quaresima

mi impegnerò per una preghiera costante e per pratiche di penitenza.

Preghiera per la pace

Padre del Signore nostro Gesù Cristo, Padre nostro,

noi ti preghiamo per confidarti lo strazio della nostra impotenza:

vorremmo la pace e assistiamo a tragedie di guerre interminabili!

Vieni in aiuto alla nostra debolezza,

manda il tuo Spirito di pace

in noi, nei potenti della terra, in tutti.

Padre del Signore nostro Gesù Cristo, Padre nostro,

noi ti preghiamo per invocare l'ostinazione nella fiducia:

donaci il tuo Spirito di forza,

perché non vogliamo rassegnarci,

non possiamo permettere che il fratello uccida il fratello,

che le armi distruggano la terra.

Padre del Signore nostro Gesù Cristo, Padre nostro,
noi ti preghiamo per dichiararci disponibili
per ogni percorso e azione e penitenza
e parola e sacrificio per la pace.
Dona a tutti il tuo Spirito,
perché converta i cuori, suscita i santi
e convinca uomini e donne a farsi avanti
per essere costruttori di pace, figli tuoi.

+ *Mario Delpini*

- Insieme alla GEMMA DELLA CROCE DELLA PREGHIERA e al suo cartoncino si può consegnare la seguente preghiera:

Preghiera in casa

Salvaci, Signore, nostro Dio.

Tu ci ascolti sempre e sai qual è il nostro vero bene.
Ci vieni incontro per liberarci dal male
e ci chiami per fare la tua volontà,
non da schiavi ma da figli!
Continua ad ascoltarci,
perché abbiamo bisogno di un Padre
che ci aiuti sempre e ci faccia diventare grandi.
Ascoltaci, anche quando ti chiediamo il dono della pace,
ti preghiamo per i sofferenti e per i poveri,
ti supplichiamo di venire incontro alle nostre debolezze.
Ascoltaci, Signore.



Preghiera in oratorio durante la III settimana di Quaresima

Per chi pregare durante questa settimana? Sarebbe bello invitare i ragazzi e le ragazze a chiedersi per chi vorrebbero pregare, sia personalmente sia in gruppo. La stessa comunità educante dell'oratorio può proporre che la preghiera in oratorio durante questa settimana abbia un obiettivo preciso che tutti possano condividere. Ad esempio si può scegliere di pregare per tutte le vittime della guerra. Ogni giorno chi entra in oratorio ma anche le famiglie a casa e anche le persone che vorranno unirsi alla preghiera dell'oratorio sapranno che la loro preghiera ha questo obiettivo. Questa proposta consiste nel realizzare una vera e propria *campagna di preghiera* per questa settimana, che va comunicata a tutti, magari aggiungendo una preghiera che tutti possono recitare.

Ricordiamoci delle intenzioni che l'Arcivescovo Mario Delpini ha suggerito sia per questa Quaresima sia nella sua proposta pastorale: che si preghi per la pace; che si preghi per le vocazioni.

Si può anche individuare diverse intenzioni di preghiera e consegnare a gruppi diversi ciascuno un'intenzione diversa, coinvolgendo le diverse fasce d'età o diversi gruppi di interesse, gli animatori ad esempio possono pregare per i ragazzi più piccoli e gli educatori per i loro ragazzi, i ragazzi della Cresima perché nel mondo ci sia più giustizia (cfr. *Piazza Paradiso*), ecc.

Si possono dunque consegnare delle preghiere particolari:

*Accetta, Dio Padre che tutto puoi,
la nostra supplica e donaci lo Spirito Santo per compiere il tuo volere.
Concedi a... il dono che ti chiediamo
e fa' che tutti si sentano amati da te. Amen*

Si può continuare la proposta del **cesto della preghiera**, da collocare o in chiesa o nella cappella dell'oratorio: ciascuno entrando per pregare trovi un foglietto e una penna o matita per scrivere la sua *preghiera di intercessione*, e consegna poi il suo scritto nel cesto perché possa far parte di tutte le preghiere che in oratorio stiamo innalzando al Cielo. Il cesto della preghiera potrà servire in particolare durante la 24 ore per il Signore (cfr. sopra).

Educhiamoci a capire che cosa significa la **preghiera di intercessione**: pregare per gli altri ci aiuta innanzitutto ad allargare il cuore e ad accogliere gli altri, avendone rispetto, imparando ad amare il prossimo. È un esercizio di carità che serve innanzitutto a chi lo pratica, per abbracciare le necessità degli altri e in qualche modo farsene carico.

Si chiede che le altre persone per cui si prega possano innanzitutto ricevere il dono che Dio ha pensato per loro, soprattutto il dono della sua presenza e del suo Spirito che dà forza, sostiene, offre coraggio, educa alla giustizia, apre alla speranza.

Ci potremo sentire uniti gli uni con gli altri, se preghiamo gli uni per gli altri.

È questo essere cristiani, essere discepoli, conoscere la verità, così come promette Gesù all'inizio del Vangelo della Domenica di Abramo: «Se rimanete nella mia parola, siete davvero miei discepoli; conoscerete la verità e la verità vi farà liberi». Rimanere nella parola, significa soprattutto mettere in pratica il comandamento dell'amore, anche nel momento in cui ci rivolgiamo a Dio, nella preghiera personale e di gruppo.

È difficile che chi prega per un altro possa odiarlo. L'amore si dilata nel cuore di chi prega in questo modo.

Questa riflessione può essere fatta in particolare con gli adolescenti che avranno vissuto il CamminAdo di Quaresima!

*Quando si prega insieme è sempre bello accompagnare la preghiera con il **canto**. Questo è il canto pensato per le esperienze della pastorale adolescenti "Attraverso" e per gli eventi pensati per gli adolescenti, il CamminAdo di Quaresima, la Notte bianca della fede a Genova del prossimo 30 aprile e 1 maggio 2023.*

CANTO: Padre mio (per la preghiera degli adolescenti)

Quando parte un nuovo viaggio in Te.
Chilometri di vita e di perché.
E lanciare lo sguardo verso l'orizzonte.
È la Tua croce il traguardo che ho di fronte.
Partire verso un altro e verso Te.
Abbandonar certezze e crescere.
E cambiare te stesso per esser più saldo.
Cambiare il mondo mentre riesci ad abbracciarlo.

**Parla con Dio dei tuoi desideri.
Affida a Dio i sogni e i pensieri.
Camminerai con la sicurezza
che una direzione diventerà grazia.**

Parti per lasciare un po' di te.
Parti per lasciar tracce nel mondo.
E un giorno volterai indietro la testa.
E in quel Disegno troverai risposta.

*Accogli, Padre mio, ogni esperienza,
ogni ritardo e ogni falsa partenza.
E ascolto la Tua voce che mi chiama.
E guarderò il Tuo volto in chi mi ama.*

Fermarti in un posto in cui saprai
chi lasci indietro e chi ritroverai.
E costruisci un luogo grazie alla tua storia,
ogni mattone che diventerà memoria.

E prendere per mano chi è con te,
fratello e figlio di un solo perché.
E riscoprire il tempo dove riposarsi:
fermarsi non vuol dir per forza arrestarsi.

**Parla con Dio del tempo che hai indietro.
Affida a Dio ogni tuo segreto.
E capirai che dove c'è resa
è il posto giusto che chiamerai casa.**

Resta per chi ti ama e chi amerai.
Resta per trovar sempre qualcuno.
E guarda la tua casa con stupore,
sapendo che al suo interno trovi amore.

*Accogli, Padre mio, ogni incertezza,
ogni ritardo, ogni falsa partenza.
E ascolto la Tua voce che mi chiama.
E troverò il Tuo volto in chi mi ama.*

*E ascolto la Tua voce che mi chiama
E troverò il Tuo volto in chi mi ama.*

I canti della proposta Sostare con te sono scaricabili qui:
<https://www.libreriailecortile.it/114-sostare-con-te>

*N.B.: Per la preghiera insieme si può anche utilizzare il libretto legato alla **Croce della Preghiera** scaricabile dal qr code dall'inizio di Quaresima. Nel giorno corrispondente si può pregare nel modo che sarà indicato.*

