

Ripresa meditativa dei versetti del salmo

Proposta meditativa: Grazie (Michèl Quoist)

Grazie, Signore, grazie.

Grazie per tutti i regali che Tu mi hai offerti oggi,
grazie per tutto quello che ho veduto,
sentito, ricevuto.

Grazie per l'acqua che mi ha svegliato, per il sapone profumato e il dentifricio fresco.

Grazie per i vestiti che mi proteggono, per il loro colore e il loro taglio.

Grazie per il giornale fedele all'appuntamento, per le sue storielle, sorriso del mattino, per le riunioni serie che si succedono, per la giustizia resa e la partita vinta.

Grazie per i servizi della nettezza urbana e per chi li svolge,
per le loro grida mattutine e per i rumori della strada che si sveglia.

Grazie per il mio lavoro, i miei strumenti, i miei sforzi.

Grazie per il metallo tra le mie mani, per il suo lungo lamento sotto l'acciaio che lo morde,
per lo sguardo soddisfatto del caporeparto e per il carrello dei pezzi finiti.

Grazie per Giacomo, che m'ha prestato la sua lima, Daniele che m'ha dato una sigaretta, Carlo che m'ha tenuto la porta.

Grazie per la strada accogliente che mi ha portato, per le vetrine dei negozi, per le vetture, per i passanti,
per tutta la vita che scorreva rapida fra le mura delle case.

Grazie per il cibo che mi ha sostenuto, per il bicchiere di birra che nel pomeriggio mi ha dissetato.

Grazie per la moto che docilmente mi ha condotto dove desideravo,
per la benzina che l'ha fatta correre, per

il vento che mi ha accarezzato il viso e per gli alberi che mi hanno salutato al passaggio.

Grazie per le ragazze che ho incontrato, per il rossetto di Graziella, dalla tinta delicata
per la pettinatura di Chiara che dà risalto al suo viso
per la smorfia di Annamaria e per la sua risata che distende

Grazie per il bimbo che ho guardato giocare sul marciapiede di fronte

Grazie per i suoi pattini a rotelle e per l'aria strana che aveva quando è caduto.

Grazie per i saluti che mi hanno rivolto, per le strette di mano che ho dato, per i sorrisi che mi hanno offerto.

Grazie per la mamma che mi accoglie a casa,
per il suo affetto discreto, per la sua silenziosa presenza.

Grazie per il tetto che mi ripara, per la luce che mi rischiaro, per la radio che canta.

Grazie per il telegiornale e per tutti i programmi.

Grazie per il mazzo di fiori, piccolo capolavoro sul mio tavolo.

Grazie per la notte quieta,

Grazie per le stelle.

Grazie per il silenzio.

Grazie per il tempo che tu mi hai dato.

Grazie per la vita.

Grazie per la grazia.

Grazie di essere qui, Signore.

Grazie di ascoltarmi, di prendermi sul serio, di ricevere nelle tue mani il fascio dei miei doni per offrirli al Padre tuo.

Grazie, Signore,

Grazie.

Padre nostro

Preghiera del venerdì Aiutaci a vederti, Signore

Momento di silenzio per invocare il Signore

Lettura: Genesi 28, 10-19

Giacobbe partì da Bersabea e si diresse verso Carran.

Capitò così in un luogo, dove passò la notte, perché il sole era tramontato; prese una pietra, se la pose come guancia e si coricò in quel luogo.

Fece un sogno: una scala poggiava sulla terra, mentre la sua cima raggiungeva il cielo; ed ecco gli angeli di Dio salivano e scendevano su di essa.

Ecco il Signore gli stava davanti e disse: «Io sono il Signore, il Dio di Abramo tuo padre e il Dio di Isacco. La terra sulla quale tu sei coricato la darò a te e alla tua discendenza. La tua discendenza sarà come la polvere della terra e ti estenderai a occidente e ad oriente, a settentrione e a mezzogiorno. E saranno benedette per te e per la tua discendenza tutte le nazioni della terra.

Ecco io sono con te e ti proteggerò dovunque tu andrai; poi ti farò ritornare in questo paese, perché non ti abbandonerò senza aver fatto tutto quello che t'ho detto».

Allora Giacobbe si svegliò dal sonno e disse: «Certo, il Signore è in questo luogo e io non lo sapevo». Ebbe timore e disse: «Quanto è terribile questo luogo! Questa è proprio la casa di Dio, questa è la porta del cielo».

Alla mattina presto Giacobbe si alzò, prese la pietra che si era posta come guancia, la eresse come una stele e versò olio sulla sua sommità. E chiamò quel luogo Betel (casa di Dio).

Breve commento

Preghiera spontanea

(rispondiamo ad ogni invocazione:) “**Aiutaci a vederti, Signore**”.

Preghiera - Salmo 126

Quando il Signore ricondusse i prigionieri di Sion,

ci sembrava di sognare.

Allora la nostra bocca si aprì al sorriso, la nostra lingua si sciolse in canti di gioia.

Allora si diceva tra i popoli:

«Il Signore ha fatto grandi cose per loro».

Grandi cose ha fatto il Signore per noi, ci ha colmati di gioia.

Riconduci, Signore, i nostri prigionieri, come i torrenti del Negheb.

Chi semina nelle lacrime mieterà con gioia

Nell'andare, se ne va e piange, portando la semente da gettare, ma nel tornare, viene con gioia portando i suoi covoni.

Gloria al padre e al Figlio