

Preghiere per la Quaresima

1. La nostra fede è come cenere

Signore, la nostra fede è come cenere,
tiepida e inconsistente!

La nostra speranza è come cenere:
leggera e portata dal vento.

Il nostro sguardo è come la cenere:
grigio e spento.

Le nostre mani sono come la cenere:
quanta polvere!

La nostra comunità è come la cenere:
quanta dispersione!

Signore Dio nostro, ti ringraziamo
perché nel cammino di quaranta giorni
che oggi iniziamo,
il soffio del tuo Spirito
accende di nuovo il suo fuoco
che cova sotto le nostre ceneri.

Amen

(Pie Charts)

2. Preghiera per il Mercoledì delle Ceneri

Ti preghiamo, Signore Gesù,
fa' che questa cenere che scenda sulle nostre teste
con la forza della grandine
e ci svegli dal torpore del peccato.
Fa' che questi quaranta giorni
siano un'occasione speciale per convertire il nostro cuore a te,
e rimetterti al primo posto della nostra vita.
Donaci di saper riconoscere il tuo passaggio
e di vivere ogni istante con la certezza
che tu cammini in mezzo a noi,
che tu sai aspettare il nostro passo lento e insicuro;
che tu sai vedere in noi
quello che nemmeno sappiamo immaginare.
In questi quaranta giorni,
metti nel nostro cuore desideri
che palpitino al ritmo della tua Parola.
Maria aggiunga ciò che manca alla nostra preghiera.
Amen.

(don Roberto Seregni)

3. Signore, noi siamo le tue tentazioni

Grazie, Signore,
che ancora ci doni la possibilità di ravvederci e salvarci:
almeno in questo tempo si faccia più intensa la preghiera:
tacciano le passioni, si convertano i cuori,
si aprano le menti alla tua Parola

che di giorno in giorno ci accompagna
nel grande cammino verso la tua e nostra Pasqua.
Grazie allo Spirito che ti ha condotto nel deserto
per essere tentato anche tu, Signore,
così ci puoi ancor più capire, noi siamo le tue tentazioni:
sensi che urlano e magie e superstizioni
e fame di prodigi e di grandezze, orgogli che impazzano,
e la mente sempre più turbata e smarrita:
Signore, benché non capiamo, noi ti crediamo per questo:
perché sei tentato come uno di noi
e tu per noi hai vinto, da solo:
se ci vuoi salvare, Signore,
non lasciarci soli nella tentazione.

Amen.

(David Maria Turoldo)

4. Cerco un pozzo di acqua viva e pura

Tra le sabbie del mio deserto,
sotto il sole infuocato del mio tempo,
cerco un pozzo che abbia acqua pulita,
capace di togliere la sete d'infinito che è dentro di me.
So che esiste da qualche parte
perché sono inquietato dal mistero
e devo trovarlo prima che scenda la notte.
Attingo acqua dal pozzo del denaro ed ho sempre più sete;
al pozzo del piacere e sento prosciugarmi la gola.
Attingo acqua al pozzo del successo
e mi sento annerire la vista,
al pozzo della pubblicità e mi ritrovo come uno schiavo.
Sono forse condannato a morire di sete,
inappagato cercatore di certezze assolute?
Ma se scavo dentro di me,
sotto la sabbia alta del mio peccato;
se scavo nei segni del tempo,
sotto la sabbia ammucchiata
dal vento arruffato del quotidiano,
trovo la sorgente di un'acqua viva e pura,
che disseta in eterno,
tanto che chi ne beve non ha più sete
perché è generata e filtrata
dal tuo amore, o Signore, generoso e gratuito,
era già promessa nei tempi antichi
ed ora è sgorgata in abbondanza nel segno della tua Parola.
Mi disseto a questa sorgente,
custodita dalla mia Chiesa,
che per questo si fa ogni giorno fontana del villaggio
per salvare tutti gli assetati del mondo.

Amen.

(Averardo Dini)

5. Preghiera d'abbandono

Padre mio,
io mi abbandono a te,
fa di me ciò che ti piace.
Qualunque cosa tu faccia di me
Ti ringrazio.
Sono pronto a tutto, accetto tutto.
La tua volontà si compia in me,
in tutte le tue creature.
Non desidero altro, mio Dio.
Affido l'anima mia alle tue mani
Te la dono mio Dio,
con tutto l'amore del mio cuore
perché ti amo,
ed è un bisogno del mio amore
di donarmi
di pormi nelle tue mani senza riserve
con infinita fiducia
perché Tu sei mio Padre.
(Charles de Foucauld)

6. Davanti a te

Donaci, Signore Gesù, di metterci davanti a te!
Donaci, almeno per questa volta, di non essere frettolosi,
di non avere occhi superficiali o distratti
Perché, se saremo capaci di sostare di fronte a te,
noi potremo cogliere il fiume di tenerezza,
di compassione, di amore che dalla croce riversi sul mondo.
Donaci di raccogliere il sangue e l'acqua
che sgorgano dal tuo costato, come l'hanno raccolto i santi.
Donaci di raccoglierci per partecipare
alla tua immensa passione di amore e di dolore
nella quale hai vissuto
ogni nostra sofferenza fisica e morale.
Donaci di partecipare a quella immensa passione
che spacca i nostri egoismi,
le nostre chiusure, le nostre freddezze.
Di partecipare a quella passione
che lenisce le nostre ansie e le nostre angosce,
che lava la nostra piccola vanagloria,
che purifica la nostra cupidigia,
che trasforma le nostre paure in speranze,
le nostre tenebre in luce.
Donaci di contemplare
questa immensa passione di amore e di dolore
che ci fa esclamare con le labbra,
con il cuore e con la vita:
«Gesù, tu sei davvero il Figlio di Dio,
tu sei davvero la rivelazione dell'amore».
(Carlo Maria Martini)

7. Adorando insieme la croce

Adorando insieme la croce,
segno della nostra salvezza,
chiediamo umilmente perdono per noi,
per le colpe di cui noi ci siamo macchiati;
chiediamo perdono
anche a nome di tutti coloro che non sono qui
e non sanno chiedere perdono al Signore
per le loro colpe.
Essi non sanno di quanta gioia e di quanta pace
il loro cuore sarebbe pieno se sapessero farlo.
Chiediamo perdono a nome di tutta l'umanità,
del tanto male commesso dall'uomo contro l'uomo,
del tanto male commesso dall'uomo
contro il Figlio di Dio, contro il salvatore Gesù,
contro il profeta che portava parole di amore.
E mettiamo la nostra vita nelle mani del crocifisso
perché egli, redentore buono,
redima e salvi il nostro mondo,
redima e salvi la nostra vita
col conforto del suo perdono.
(Carlo Mari a Martini)

8. Eccomi, Signore!

Eccomi, Signore!
Ho una voglia improvvisa e forte
di camminare accanto a te,
senza domandarti nemmeno dove andrai.
Ho sentito che mi chiamavi
a camminare con te
per attraversare insieme il deserto
alla ricerca di una prateria fiorita.
Eccomi, Signore,
sono sulla linea di partenza.
Prima di partire, m'inginocchio a terra
abbassando la testa altezzosa:
per lasciarci cadere la cenere;
di ciò che la tua misericordia
ha bruciato e mandato in fumo.
In cenere sono ridotti
i miei desideri di benessere e di comodità,
gli impulsi peccaminosi
e le voglie stupide e vuote di senso.
In cenere riduco il mio passato,
perché non ha più senso né valore
e io non voglio ricordarlo e spero che anche tu,
nella tua misericordia, faccia altrettanto.
Non respingermi dalla tua presenza
e non privarmi del tuo santo aiuto
(Averardo Dini)

9. Preghiera a Maria, Madre del silenzio

Madre del silenzio,
che custodisce il mistero di Dio,
liberaci dall'idolatria del presente,
a cui si condanna chi dimentica.
Purifica gli occhi dei Pastori
con il collirio della memoria:
torneremo alla freschezza delle origini,
per una Chiesa orante e penitente.
Madre della bellezza,
che fiorisce dalla fedeltà al lavoro quotidiano,
destaci dal torpore della pigrizia,
della meschinità e del disfattismo.
Rivesti i Pastori di quella compassione
che unifica e integra:
scopriremo la gioia di una Chiesa
serva, umile e fraterna.
Madre della tenerezza,
che avvolge di pazienza e di misericordia,
aiutaci a bruciare tristezze, impazienze e rigidità
di chi non conosce appartenenza.
Intercedi presso tuo Figlio perché siano agili
le nostre mani, i nostri piedi e i nostri cuori:
edificheremo la Chiesa con la verità nella carità.
Madre, saremo il Popolo di Dio,
pellegrinante verso il Regno. Amen.
(*Papa Francesco*)

10. Preghiera del mattino

Al cominciar del giorno, Dio, ti chiamo.
Aiutami a pregare
e a raccogliere i miei pensieri su di te;
da solo non sono capace.
C'è buio in me, in te invece c'è luce;
sono solo, ma tu non m'abbandoni;
non ho coraggio, ma tu mi sei d'aiuto;
sono inquieto, ma in te c'è la pace;
c'è amarezza in me, in te pazienza;
non capisco le tue vie,
ma tu sai qual è la mia strada.
Padre del Cielo,
siano lode e grazie a te per la quiete della notte,
siano lode e grazie a te per il nuovo giorno.
Signore, qualunque cosa rechi questo giorno,
il tuo nome sia lodato!
(*Dietrich Bonhoeffer*)

11. Sovrano della mia vita

Signore e Sovrano della mia vita,
non darmi uno spirito di pigrizia,
di scoraggiamento, di dominio e di vana loquacità!
Concedi invece al tuo servo uno spirito di castità,
di umiltà, di pazienza e di carità.
Sì, Signore e Sovrano, dammi di vedere le mie colpe
e di non giudicare mio fratello;
poiché tu sei benedetto nei secoli dei secoli. Amen.
(Sant'Efrem il Siro)

12. Manda a noi il Cireneo

Gesù spesso non ce la facciamo a portare la Croce,
siamo tanto deboli, tanto stanchi.
Manda a noi il Cireneo che ti ha aiutato,
perché da soli non siamo capaci di portarla.
Nelle asprezze che la vita a volte ci riserva
fa che il ricordo della tua salita al Calvario
ci sia di aiuto a tenere duro,
a non cedere alla tentazione di abbandonare la Tua strada
per cercarne una più comoda e meno faticosa
ma che ci allontana da Te,
unica nostra Speranza. Amen.

13. Dio Padre della Luce

Dio nostro, Padre della luce,
tu hai inviato nel mondo la tua Parola
attraverso la Legge, i Profeti e i Salmi,
e negli ultimi tempi hai voluto che
lo stesso tuo Figlio, tua Parola eterna,
facesse conoscere a noi te, unico vero Dio:
manda ora su di noi lo Spirito Santo,
affinché ci dia un cuore capace di ascolto,
tolga il velo ai nostri occhi
e ci conduca a tutta la Verità.
Te lo chiediamo per Cristo, il Signore nostro,
benedetto ora e nei secoli dei secoli. Amen.

14. Vergine orante, con te preghiamo

Vergine per sempre offerta a Dio,
ti offriamo il nostro cuore: insegnaci l'amore.
Vergine umile e attenta custode della Parola,
apri le menti perché sappiamo accogliere la Verità.
Vergine orante, con te preghiamo: venga il regno di Dio,
rendici testimoni del Signore.
Vergine che cammini dietro i passi di Gesù,
nostro guida sicura,
mostraci tu la strada del Vangelo. Amen.