

**HA SCELTO
LA PARTE
MIGLIORE**

Quaresima 2023

**Esposizione eucaristica
&
Cena povera**

**IL SIGNORE
ha scelto
L'UOMO**

La cena povera

Uno spazio "tipicamente quaresimale" per condividere un tempo di ascolto, preghiera e solidarietà con la comunità e con il mondo intero.

Questa proposta prevede anche il tempo della adorazione eucaristica.

La proposta suggerita prende le mosse dal percorso di preghiera proposto dalla Diocesi e pone l'accento sul desiderio di promuovere percorsi di pace, facendo sì che ognuno assuma atteggiamenti di pace.

La consapevolezza è che pace e giustizia non possono camminare disgiuntamente e là dove la pace e la giustizia sono perseguiti, anche l'uomo, ogni uomo, sperimenta la dignità che, nel disegno di Dio, è per tutti. Ecco perché la proposta porta come titolo "Il Signore ha scelto l'uomo".

Alcune indicazioni concrete

- La Cena Povera secondo questa proposta prevede che vicino alla chiesa dove si svolge la preghiera (e di conseguenza l'adorazione), ci sia un ambiente dove è possibile consumare la cena sobria.
- Nel tempo in cui si consumerà la cena, si faccia in modo che avvenga una sorta di turnazione così che qualcuno sia sempre presente in chiesa per continuare l'adorazione.
- Nel tempo della preghiera è possibile inserire anche la voce di un testimone della missione che meglio può attualizzare quanto si vive e si prega.

**“Come sono belli sui monti
i piedi del messaggero di lieti annunzi che annunzia la pace,
messaggero di bene che annunzia la salvezza,
che dice a Sion: «Regna il tuo Dio».**

Isaia 52,7

Nel nome del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo.

Amen.

CANTO “BEATI VOI”

Rit. **Beati voi, beati voi, beati voi, beati voi.**

1. Se sarete poveri nel cuore, beati voi, sarà vostro il regno di Dio Padre.
Se sarete voi che piangerete, beati voi, perché un giorno vi consolerò.
2. Se sarete miti verso tutti, beati voi, erediterete tutto il mondo.
Quando avrete fame di giustizia, beati voi, perché un giorno io vi sazierò.
3. Se sarete misericordiosi, beati voi, la misericordia troverete.
Se sarete puri dentro il cuore, beati voi, perché voi vedrete il Padre mio.
4. Se lavorerete per la pace, beati voi, chiameranno voi figli di Dio.
Se per causa mia voi soffrirete, beati voi, sarà grande in voi la santità.

DAL LIBRO DEL PROFETA ISAIA (52,7-10).

Come sono belli sui monti

i piedi del messaggero di lieti annunzi che annunzia la pace,
messaggero di bene che annunzia la salvezza,
che dice a Sion: «Regna il tuo Dio».

Senti? Le tue sentinelle alzano la voce, insieme gridano di gioia,
poiché vedono con gli occhi il ritorno del Signore in Sion.

Prorompete insieme in canti di gioia, rovine di Gerusalemme,
perché il Signore ha consolato il suo popolo, ha riscattato Gerusalemme.

Il Signore ha snudato il suo santo braccio davanti a tutti i popoli;
tutti i confini della terra vedranno la salvezza del nostro Dio.

Parola di Dio.

Rendiamo grazie a Dio.

COME LA CERVA ANELA (*salmo 41*)

**Come la cerva anela ai corsi d'acqua,
così l'anima mia anela a te, o Dio.
L'anima mia ha sete di Dio, del Dio vivente:
quando verrò e vedrò il volto di Dio?
Le lacrime sono mio pane giorno e notte,
mentre mi dicono sempre: «Dov'è il tuo Dio?».**

La pace, sì, la pace del cuore.
La pace che il messaggero incarna in quella ricerca di bene
che trova casa nella giustizia.
Il Regno di Dio e la sua giustizia sono un dono da riconoscere.
La fatica sta nel combattere l'egoismo,
quella cecità che non permette di guardare oltre i propri interessi
e attanaglia la piccola e grande economia,
strumentalizza le relazioni
e si scherma di perbenismo.
Messaggeri di pace in una sera.
Non importa se altri non se ne accorgeranno,
il segno è quello della povertà, e la povertà non fa rumore.
La pace conduce per mano all'Eucaristia.
La pace si nutre di giustizia e la giustizia è Eucaristia dell'uomo.
Dov'è il tuo Dio?
Abita la pace, vive di giustizia, offre l'Eucaristia.

Preghiamo a cori alterni la preghiera di Paolo VI

**Signore Dio di pace, che hai creato gli uomini,
oggetto della tua benevolenza,
per essere i famigliari della tua gloria,
noi ti benediciamo e ti rendiamo grazie:
perché ci hai inviato Gesù, tuo Figlio amatissimo,
hai fatto di Lui nel mistero della sua Pasqua
l'artefice di ogni salvezza,
la sorgente di ogni pace,
il legame di ogni fraternità.**

Noi ti rendiamo grazie per i desideri, gli sforzi,
le realizzazioni che il tuo Spirito di pace
ha suscitato nel nostro tempo,
per sostituire l'odio con l'amore,
la diffidenza con la comprensione,
l'indifferenza con la solidarietà.

**Apri ancor più i nostri spiriti ed i nostri cuori
alla esigenza concreta dell'amore
di tutti i nostri fratelli;
affinché possiamo essere sempre più dei costruttori di pace.
Ricordati, Padre di misericordia, di tutti quelli che sono in pena,
soffrono e muoiono, nel generare un mondo più fraterno.**

Che per gli uomini di ogni razza e di ogni lingua
venga il tuo regno di Giustizia, di Pace e di Amore.
E che la terra sia ripiena della tua Gloria! Amen.

QUESTO IO RICORDO... *(salmo 41)*

**Questo io ricordo, e il mio cuore si strugge:
attraverso la folla avanzavo tra i primi fino alla casa di Dio,
in mezzo ai canti di gioia di una moltitudine in festa.
Perché ti rattristi, anima mia,
perché su di me gemi?
Spera in Dio: ancora potrò lodarlo,
lui, salvezza del mio volto e mio Dio.**

Riflessione di Papa Giovanni *(11 ottobre 1959)* **Consegna del Crocefisso a 510 missionari**

Guardate, o Signore, a questi vostri figli, sacerdoti, suore e laici, che lasciano ogni cosa, per rendere testimonianza alla vostra parola ed al vostro cuore.

Siate per ciascuno di essi «il protettore potente, il forte presidio, il riparo contro gli ardori, il rifugio contro il sole di mezzogiorno, l'aiuto

per non inciampare, il soccorso nelle cadute». Sosteneteli nei momenti difficili; reggete le loro forze, consolate i loro cuori, coronate di spirituali conquiste il loro lavoro.

Essi non cercano umani successi, o beni caduchi: ma solo il vostro trionfo e il bene delle anime.

La vostra immagine crocifissa, che li accompagnerà per tutta la vita, parli loro di eroismo, di abnegazione, di amore, di pace: sia loro di conforto e di guida, di luce e di forza, affinché, per mezzo loro, il vostro Nome benedetto si diffonda sempre più nel mondo, ed essi, attornati da un numero sempre più grande di vostri figli, possano a voi cantare l'inno della riconoscenza, della gloria e della redenzione. Amen.

Esposizione eucaristica

(durante il canto)

CANTO "LA VERA GIOIA"

La vera gioia nasce dalla pace,
la vera gioia non consuma il cuore,
è come un fuoco con il suo calore
e dona vita quando il cuore muore;
la vera gioia costruisce il mondo
e porta luce nell'oscurità.

La vera gioia nasce dalla luce,
che splende viva in un cuore puro,
la verità sostiene la sua fiamma
perciò non tiene ombra né menzogna,
la vera gioia libera il tuo cuore,
ti rende canto nella libertà.

La vera gioia vola sopra il mondo
ed il peccato non potrà fermarla,
le sue ali splendono di grazia,
dono di Cristo e della sua salvezza
e tutti unisce come in un abbraccio
e tutti ama nella carità.

...IL SIGNORE MI DONA LA SUA GRAZIA *(salmo 41)*

**Di giorno il Signore mi dona la sua grazia,
di notte per lui innalzo il mio canto:
la mia preghiera al Dio vivente.**

E ci prepara un banchetto.
Dio non dimentica nessuno di noi, ma proprio nessuno.
Forse c'è chi ha trafugato il cibo degli altri
e gli ha rubato il futuro, mettendo a nudo il presente.
Forse chi si è fabbricato segrete di rifornimenti e provviste,
non curante di chi oggi ha fame.
Forse solo la superficialità ingrassa la pattumiera
alla faccia dell'essenziale.
Ma Dio è qui. Non si dimentica. Non ti dimentica.
Di giorno... di notte..
Nello svolgersi del tempo ci accarezza la Provvidenza.
Questo l'orizzonte sul quale disegnare la missione.

Preghiamo personalmente le due preghiere riportate

Pregare significa aprire le mani dinanzi a Dio.
Significa allentare gradualmente la tensione che ti fa tenere strette
insieme le mani e accettare la tua esistenza con crescente disponibilità.
Non come un possesso da difendere, ma come un dono da ricevere.
Soprattutto, la preghiera è un modo di vita
che ti consente di trovare la serenità
in mezzo al mondo nel quale tu apri le tue mani alle promesse di Dio
e trovi speranza per te stesso, per il tuo prossimo e per il tuo mondo.
Nella preghiera incontri Dio non soltanto nella voce sommessa
e nel sommesso soffio di vento,
ma anche in mezzo al trambusto del mondo,
nell'angoscia e nella gioia del tuo prossimo
e nella solitudine del tuo stesso cuore". *(H. Nouwen)*

Se dividi il tuo pane con timore,
senza fiducia, senza audacia, il tuo pane ti mancherà..
Prova a dividerlo senza calcolo,
senza risparmi come figlio del padrone di tutte le messi del mondo..
(Helder Camara)

CANTO "CHI CI SEPARERÀ"

Chi ci separerà dal suo amore,
la tribolazione, forse la spada?
Né morte o vita ci separerà
dall'amore in Cristo Signore.

Chi ci separerà dalla sua pace,
la persecuzione, forse il dolore?
Nessun potere ci separerà
da Colui che è morto per noi.

Chi ci separerà dalla sua gioia,
chi porta strapparci il suo perdono?
Nessun al mondo ci allontanerà
dalla vita in Cristo Signore.

Benedizione Eucaristica

Dio sia benedetto

Oggi e sempre nella mia vita.

Benedetto il Suo santo Nome.

Luce del nostro cammino.

Benedetto Gesù Cristo, vero Dio e vero Uomo.

Mistero della nostra fede.

Benedetto il Nome di Gesù.

Gioia della nostra vita.

Benedetto il Suo sacratissimo Cuore.

Consolazione del nostro pianto.

Benedetto il Suo preziosissimo Sangue.

Sorgente di vita nuova.

Benedetto Gesù nel SS. Sacramento dell'altare.

Presenza tenera d'amore.

Benedetto lo Spirito Santo Paraclito.

Protagonista della nostra missione.

Benedetta la gran Madre di Dio, Maria Santissima.

Stella dell'evangelizzazione.

Benedetta la Sua santa e Immacolata Concezione.

Libertà della nostra fede.

Benedetta la Sua gloriosa Assunzione.

Respiro del nostro cuore.

Benedetto il Nome di Maria, Vergine e Madre.

Proposta di santità.

Benedetto S. Giuseppe, Suo castissimo Sposo.

Modello del nostro agire.

Benedetto Dio nei Suoi Angeli e nei Suoi Santi.

Compimento della nostra attesa!

SPERA IN DIO *(salmo 41)*

**Spera in Dio: ancora potrò lodarlo,
lui, salvezza del mio volto e mio Dio.**

Tutti i confini della terra...

Il pane si moltiplica nella carità,

si concreta nella missione.

Ci viene affidato nella libertà della fede.

E si trasforma in dono, senza confini.

Ogni volta l'Eucaristia farà memoria di un impegno assunto,

del servizio alla terra, dell'abbraccio dell'umanità.
Ci sentiremo uniti, comunità... comunione.
E porteremo in noi il mistero della carità!
Sarà bello abbandonarci a Dio che si prende cura di noi,
sarà come sentire quel fremito di gioia che fa trasalire chiunque
davanti al dono di un amore infinito.
Il Signore ha consolato il suo popolo.
Dio è con noi...è Pasqua!

CANTO "UOMO DELLA CROCE"

Nella memoria di questa Passione,
noi Ti chiediamo perdono, Signore,
per ogni volta che abbiamo lasciato
il Tuo fratello morire da solo.

Noi Ti preghiamo, Uomo della Croce, Figlio e fratello noi speriamo in Te! (2 v.)

Nella memoria di questa Tua morte,
noi Ti chiediamo coraggio, Signore,
per ogni volta che il dono d'amore
ci chiederà di soffrire da soli.

Nella memoria dell'ultima Cena,
noi spezzeremo di nuovo il Tuo Pane
ed ogni volta il Tuo Corpo donato
sarà la nostra speranza di vita.

**HA SCELTO
LA PARTE
MIGLIORE**

Progetti missionari Quaresima 2023

SCEGLIERE L'UOMO

...DALLA PARTE DEL **BOLIVIANO**



supporto a persone in difficoltà
a causa delle dipendenze,
della povertà, oppure a minori
trascurati e abbandonati



...DALLA PARTE DEL **CUBANO**



assistenza alla Caritas
di Guantanamo perché possa
provvedere alle necessità di base
della popolazione



...DALLA PARTE DELL' **IVORIANO**



vicinanza e sostegno alle
famiglie che devono accudire
persone malate o bambini e
ragazzi con disabilità

Sostieni questi progetti di solidarietà nelle missioni diocesane con un bonifico:

- sul conto intestato a Centro missionario diocesano,
IBAN: IT 86 F 05387 11104 0000 4272 7731

- sul conto intestato ad Associazione Websolidale ONLUS per usufruire
della detrazione fiscale: IBAN: IT 95 C 05387 53700 0000 0374 521



DIOCESI
DI BERGAMO

CMD
centro missionario diocesano
bergamo