



AZIONE CATTOLICA ITALIANA
Presidenza Diocesana di Roma



GIORNATA DI PREGHIERA, DI DIGIUNO E DI INVOCAZIONE PER L'UMANITÀ

L'appello dell'Alto Comitato per la fratellanza di unirsi per una giornata di preghiera, di digiuno, di opere di carità e di invocazione per l'umanità da celebrare giovedì 14 maggio, accolto e rilanciato da Papa Francesco, è un invito a sentirci ancora più vicini e a prendersi cura "spirituale" gli uni degli altri.

È un'occasione ulteriore per rivolgersi a Dio, pregando insieme ai fratelli di fede ebraica, musulmana, e di altre confessioni chiedendogli di proteggere l'umanità e di allontanare la pandemia che ha colpito il mondo.

Come Adulti di AC vi proponiamo un possibile schema generale per vivere la giornata del 14 maggio, suggerendo dei materiali utili (salmi, testi per la riflessione) per i momenti di preghiera della giornata.

Un modo anche questo per sentirci vicini anche se distanti. Buona preghiera.

LODI - San Mattia, Apostolo (FESTA - liturgia propria)

<https://www.chiesacattolica.it/la-liturgia-delle-ore/?data=20200514&ora=lodi-mattutine&data-liturgia=20200514>

ORE 12:00 Preghiera del Regina Caeli

MOMENTO DI PREGHIERA NELLA GIORNATA

- *Nel nome del Padre, del figlio e dello Spirito Santo*
- **INTRODUZIONE** (come da tradizione greco-bizantina): *Signore Gesù Cristo, Figlio di Dio, abbi pietà di me peccatore*
- **INVOCAZIONE ALLO SPIRITO**
- **SALMI o LETTURE CONSIGLIATE** (vedi pag. 2)
- **VANGELO** Del Giorno (*Gv 15, 9-17*): In quel tempo, Gesù disse ai suoi discepoli: «Come il Padre ha amato me, anche io ho amato voi. Rimanete nel mio amore. Se osserverete i miei comandamenti, rimarrete nel mio amore, come io ho osservato i comandamenti del Padre mio e rimango nel suo amore. Vi ho detto queste cose perché la mia gioia sia in voi e la vostra gioia sia piena. Questo è il mio comandamento: che vi amiate gli uni gli altri come io ho amato voi. Nessuno ha un amore più grande di questo: dare la sua vita per i propri amici. Voi siete miei amici, se fate ciò che io vi comando. Non vi chiamo più servi, perché il servo non sa quello che fa il suo padrone; ma vi ho chiamato amici, perché tutto ciò che ho udito dal Padre mio l'ho fatto conoscere a voi. Non voi avete scelto me, ma io ho scelto voi e vi ho costituiti perché andiate e portiate frutto e il vostro frutto rimanga; perché tutto quello che chiederete al Padre nel mio nome, ve lo conceda. Questo vi comando: che vi amiate gli uni gli altri».
- **MOMENTO DI SILENZIO & RIFLESSIONE**
- **PADRE NOSTRO**

PREGHIERA CONCLUSIVA: Concedi ai tuoi fedeli, Signore Dio nostro, di godere sempre la salute del corpo e dello spirito e per la gloriosa intercessione di Maria Santissima, sempre vergine, salvaci dai mali che ora ci rattristano e guidaci alla gioia senza fine. Per Cristo nostro Signore

ROSARIO (da inserire nella giornata nel momento preferito)

COMPIETA - San Mattia, Apostolo (FESTA - liturgia propria)

<https://www.chiesacattolica.it/la-liturgia-delle-ore/?data=20200514&ora=compieta&data-liturgia=20200514>



TESTI PER LA PREGHIERA

(i numeri dall'1 al 10, accanto ai salmi e ai testi, indicano le tappe di un ipotetico percorso che liberamente si può sviluppare con quanto proposto)

SALMI PER PREGARE

- Salmo 44 - il lamento **1**
- Salmo 139 - quando Dio ti sembra lontano, un inno a Dio, che tutto conosce **3**
- Salmo 73 - la fede del giusto messa alla prova **4**
- Salmo 91 - quando sei scoraggiato, la fiducia e la speranza nella protezione divina **6**
- Salmo 126 - per ringraziare Dio **10**
- Salmo 150 - da tutto il creato salga la lode a Dio **11**

TESTI PER PREGARE

- Is 43, 1-7 - quando ti mancano le forze **2**
- 2Pt 1, 16-21 - quando viene meno la speranza **5**
- 1Ts 5, 16-18 - siate sempre lieti, pregate ininterrottamente, in ogni cosa rendete grazie **8**
- Rm 8, 26-27 - l'intercessione **9**

ALTRI TESTI DA LEGGERE

Il carattere interreligioso della giornata è stato una importante spinta ad ampliare il materiale per la riflessione mettendo a vostra disposizione anche due contributi di fratelli di altre fedi. Nelle seguenti pagine troverete dei contributi che vi invitiamo a leggere e che sono stati pensati per noi da un amico di fede ebraica e da un'amica di fede musulmana.

GIRATE PAGINA



DAL LIBRO DEI SALMI DI DAVID

Salmo 121 מזמור קכא

Nella serie, questo salmo è diverso dagli altri perché non è definito 'canto dei gradini', cioè, un canto di ascesa; ma è dedicato 'ai gradini', all'ascesa. Esso descrive i mezzi coi quali Israele trova la forza di giungere a sacre altezze onde ascendere fino alla gloriosa presenza di Dio. Il salmo parla della costante protezione di Dio; pertanto, recitare questo salmo è particolarmente adatto ai tempi di crisi.

- | | |
|--|---|
| 1 Canto dei gradini. Alzo gli occhi verso i monti: da dove verrà il mio aiuto? | א שִׁיר לַמַּעֲלוֹת אֲשָׁא עֵינַי אֶל-
הַהָרִים מֵאֵן יָבֹא עֲזָרִי: |
| 2 Il mio aiuto viene da Hashèm, creatore del cielo e della terra. | ב עֲזָרִי מֵעַם יְהוָה עָשָׂה שָׁמַיִם
וָאָרֶץ: |
| 3 Egli non permetterà che il tuo piede vacilli; il tuo custode non dormirà. | ג אֶל-יְהוָה לְמוֹט רַגְלְךָ אֶל-יָנוּם
שֹׁמְרְךָ: |

- | | |
|---|--|
| 4 Certo non dorme né sonnecchia il custode di Israele. | ד הֲנֵה לֹא-יָנוּם וְלֹא יִישָׁן שׁוֹמֵר
יִשְׂרָאֵל: |
| 5 Hashèm è il tuo custode, Hashèm è la tua ombra alla tua destra. | ה יְהוָה שֹׁמְרְךָ יְהוָה עֲלֶיךָ עַל-יְדֵי
יְמִינְךָ: |
| 6 Di giorno il sole non ti colpirà, né la luna di notte. | ו יוֹמָם הַשֶּׁמֶשׁ לֹא-יִכְפֹּה וַיָּרֶחַ
בַּלַּיְלָה: |
| 7 Hashèm ti proteggerà da ogni male, custodirà la tua persona. | ז יְהוָה יִשְׁמְרְךָ מִכָּל-רָע יִשְׁמֹר
אֶת-נַפְשְׁךָ: |
| 8 Hashèm ti proteggerà quando esci e quando entri, da ora e per sempre. | ח יְהוָה יִשְׁמְרְ-עֲצָתְךָ וּבּוֹאֶךָ מֵעַתָּה
וְעַד-עוֹלָם: |

DAL CORANO

190. Inna fee khalqi alssamawati waalardi
waikhtilafi allayli waalnnahari laayatin liolee
alalbabi

190. In verità, nella creazione dei cieli e della
terra e nell'alternarsi della notte e del giorno, ci
sono certamente segni per coloro che hanno
intelletto,

إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ
وَاخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ لَآيَاتٍ لِّأُولِي





191. Allatheena yathkuroona Allaha qiyaman
waquAAoodan waAAala junoobihim
wayatafakkaroon fee khalqi alssamawati
waalardi rabbana ma khalaqta hatha batilan
subhanaka faqina AAathaba alnnari

191. che in piedi, seduti o coricati su un fianco
ricordano Allah e meditano sulla creazione dei
cieli e della terra, [dicendo]: "Signore, non hai
creato tutto questo invano. Gloria a Te!
Preservaci dal castigo del Fuoco.

الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَامًا وَقُعُودًا
وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ
السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ
هَذَا بَاطِلًا سُبْحَانَكَ فَقِنَا عَذَابَ النَّارِ



192. Rabbana innaka man tudkhili alnnara faqad
akhzaytahu wama lilththalimeena min ansarin

192. O Signore, colui che fai entrare nel Fuoco
lo copri di ignominia e gli empi non avranno
chi li soccorra.

رَبَّنَا إِنَّكَ مَنْ تُدْخِلُ النَّارَ فَقَدْ
أَخْرَيْتَهُ وَمَا لِلظَّالِمِينَ مِنْ أَنْصَارٍ



193. Rabbana innana samiAAna munadiyan
yunadee lileemani an aminoo birabbikum
faamanna rabbana faighfir lana thunoobana
wakaffir AAanna sayyiatina watawaffana maAAa
alabrari

193. Signore, abbiamo inteso un nunzio che
invitava alla fede [dicendo]: "Credete nel vostro
Signore!" e abbiamo creduto. Signore, perdona
i nostri peccati, cancella le nostre colpe e facci
morire con i probi.

لِلْإِيمَانِ أَنْ آمَنُوا بِرَبِّكُمْ فَآَمَنَّا رَبَّنَا
فَاغْفِرْ لَنَا ذُنُوبَنَا وَكَفِّرْ عَنَّا سَيِّئَاتِنَا
وَتَوَفَّنَا مَعَ الْأَبْرَارِ



194. Rabbana waatina ma waAAadtana AAala
rusulika wala tukhzina yawma alqiyamati innaka
la tukhlifu almeeAAada

194. Signore, dacci quello che ci hai promesso
attraverso i Tuoi messaggeri e non coprirci di
ignominia nel Giorno della Resurrezione. In
verità, Tu non manchi alla promessa".

رَبَّنَا وَآتِنَا مَا وَعَدْتَنَا عَلَىٰ رُسُلِكَ وَلَا
تُخْزِنَا يَوْمَ الْقِيَامَةِ إِنَّكَ لَا تُخْلِفُ

الْبِعَادَ

