

Davanti all'Eucaristia..... III Incontro: **La Preghiera Eucaristica**

◦ CANTO

◦ **Una MAPPA per le Preghiere eucaristiche...1:**

Guida: La Preghiera Eucaristica si compone di parti diverse, ciascuna con una sua precisa struttura e con un suo significato.

+ **il Prefazio:** è il momento in cui il sacerdote, a nome di tutta l'assemblea rende grazie al Padre per il dono della salvezza. Ci sono molti prefazi diversi, ognuno dei quali sottolinea un aspetto della storia della salvezza in sintonia con il tempo liturgico, con la "festa" del giorno in cui si celebra, o con l'intenzione particolare della Messa.

+ **il Santo:** è il canto di tutta l'assemblea, insieme agli angeli e a tutti i santi che contemplano il volto di Dio. E' un'acclamazione che esprime la gioia di tutta la Chiesa (in terra e in Cielo) e la riconoscenza per le cose grandi che Dio compie e che sono state appena ricordate nel PREFAZIO (=Prefazione).

+ **L'epiclesi:** è la preghiera con cui il celebrante invoca la presenza dello Spirito Santo che con la sua potenza d'amore santifica il pane e il vino, li trasforma nel Corpo e Sangue di Cristo che i fedeli ricevono nel momento della Comunione.

Il primo passo di ogni preghiera Eucaristica è il PREFAZIO, un passo che non si compie da solo, ma insieme ai fratelli. **E' uno sguardo di contemplazione sul mondo, sulla storia e sulla propria vita, per riscoprire l'azione di Dio che ci ha salvato e ci salva.**

Prendere confidenza con uno sguardo di questo tipo insegna ad aprire il cuore, ad allargare gli orizzonti; dalla realtà personale, sempre limitata, a quella universale di tutta l'umanità e di tutto il creato.

◦ **Un GRAZIE da celebrare**

Nel Prefazio si possono distinguere 2 parti:

1. **Il Dialogo Introduttivo.** Poiché l'azione di grazie non è una questione personale del sacerdote, il prefazio inizia con un DIALOGO tra il sacerdote e l'assemblea nel quale ci si dispone ad un atteggiamento di contemplazione riconoscente e grata.

Siamo talmente abituati a rispondere in automatico, che spesso non ci rendiamo conto del valore delle parole che la Chiesa ci propone.

+ **Let.: Il Signore sia con voi**

E con il tuo spirito

E' il ricordo di una promessa e l'auspicio che essa si compia ora. La promessa è quella che il Signore rivolge a tutti i suoi chiamati: *Io sono con te!* (cfr Ger 1,8; Is 43,5; At 18,10; Is 41,10; Gen 26,24), la stessa che Gesù fa ai suoi discepoli prima di salire al cielo: *Io sono con voi tutti i giorni fino alla fine del mondo* (Mt 28,20). Riascoltare questa promessa aiuta a riconoscere che essa si compie concretamente anche nella mia storia e nella storia delle persone che con me condividono il cammino. **La comunità che celebra l'Eucaristia lo fa alla presenza del Signore che viene ricordata ed invocata.**

+ **Let.: In alto i nostri cuori**

Sono rivolti al Signore

Il dialogo continua con l'invito a renderci presenti con tutto noi stessi di fronte al Signore che si rende presente a noi. I nostri cuori devono sintonizzarsi verso l'alto, là dove il Signore asceso al cielo condivide la nostra liturgia e ci rende partecipi dei suoi doni.

+ **Let.: Rendiamo grazie al Signore nostro Dio**

E' cosa buona e giusta

E' cosa buona e giusta rendere grazie al Signore che è il nostro Dio, un Dio presente e vicino. Molti sono i doni che lui ci ha fatto e ci fa continuamente. Il sacerdote e tutta l'assemblea proclamano insieme che la gratitudine verso Dio è cosa BUONA e GIUSTA. Non è una questione di sentimenti personali. Può capitare, e di fatto capita, di non "sentire", in quel momento, nessun sentimento di gratitudine; i fratelli in questo caso sono di aiuto perché ti aiutano a farlo, a volte lo fanno anche al posto tuo, quando proprio non ti riesce e questo perché prima e al di là dei sentimenti legati al

momento: è buono e giusto riconoscere il tanto BENE che ci viene dal Signore, negli aspetti più diversi della nostra vita.

2. La lode a Dio:

.....**E' veramente cosa buona e giusta:** il sacerdote riprende l'ultima risposta dell'assemblea per poi esplicitare il ringraziamento, che è il contenuto vero e proprio del PREFAZIO.

La liturgia propone un numero amplissimo di prefazi, ognuno con i suoi "TEMI DI LODE". I motivi per ringraziare Dio sono tanti ma ruotano tutti attorno al dono più grande: Gesù che con la sua Incarnazione ci ha portato la salvezza. La lode a Dio non può essere standardizzata, ma chiede di essere il più possibile adattata a quello che la comunità sta vivendo e celebrando. Tutti però cominciano sottolineando l'importanza di RENDERE GRAZIE a DIO.

Il tutto...viene concluso con il SANTO...è la giusta risposta dell'assemblea che si unisce a Tutta la Chiesa.

° Seguono i VESPRI

° Invito all'Ascolto della Parola: Lc 17,12-19.

° Riflessione:

+ "E' veramente cosa buona e giusta, nostro dovere e fonte di salvezza, rendere grazie sempre e in ogni luogo a te, Signore, Padre santo..." (Prefazio della Preghiera Eucaristica II).

+ Perché rendere grazie è fonte di salvezza?

I 10 lebbrosi sono stati guariti, ma uno solo torna indietro lodando Dio e Gesù sottolinea che questo lo ha salvato, perché? Perché la salvezza per l'uomo non sta tanto nel risolvere i suoi problemi, quanto nel recuperare la relazione con il Signore, quella relazione che il peccato tende a rompere e la presunzione dell'uomo, causa del peccato, tende a giudicare superflua.

+ Da che cosa mi salva la relazione con Dio?

Da uno sguardo miope concentrato solo sulla propria realtà personale: più o meno fortunata, più o meno difficile. **La gratitudine è l'atteggiamento fondamentale nella relazione con Dio** che riconosce e testimonia che è Lui l'origine di ogni dono e salva dalla tendenza al ripiegamento e dalla presunzione di bastare a se stessi, di voler decidere cosa è meglio per sé; aiuta a credere che Lui affronta insieme a noi ogni fatica e condivide ogni gioia.

+ Cosa vuol dire per la mia vita?

Dire GRAZIE è una vera e propria chiamata, un dono da chiedere e da accogliere. Il dono di uno sguardo diverso sulle cose, il dono di voler scegliere di aver questo sguardo diverso: più aperto e più vero perché capace di accettare che abbiamo ricevuto tanto, tutto! E che continuamente riceviamo, senza sosta.... **La vita è un dono**, in ogni suo aspetto e in ogni suo istante! Dire GRAZIE! È un allenamento per capirlo sempre meglio. Solo da qui nasce la possibilità di non trattenere per sé, il desiderio di restituire senza accumulare.

Le diverse vocazioni nella Chiesa sono il modo concreto in cui, per ciascuno, questo GRAZIE, prende forma e si esprime in una testimonianza di vita.

+ Allora un grazie da VIVERE...oggi in gruppo.

PROPONGO:LABORATORIO di GRATITUDINE

Let.: La gratitudine si sceglie e si impara. Di fatto tendiamo a dare per scontato le tante cose che abbiamo a disposizione, le molteplici possibilità che la vita ci offre, le cose belle che ci succedono. Siamo più preoccupati, e quindi più attenti, a ciò che non abbiamo, a ciò che desideriamo, a ciò che ci ha deluso e ferito.

Scegliere la gratitudine vuol dire imparare a mettere sulla bilancia il buono accanto al meno buono, il bello accanto al brutto. Questa semplice operazione rimette un po' le cose in equilibrio. E il primo passo... e poi **Imparare la gratitudine** vuole dire allenarsi e coltivare questo sguardo più ampio su se stessi sulla vita e sul mondo. Esercitarsi fino a che non diventa un'abitudine che dà pace e slancio alle nostre giornate e ai progetti per il futuro.

L'Animatore propone degli ESERCIZI...semmai nella giornata di domani!!

° **Esercizio 1: Dalla distrazione alla gratitudine (le cose)**

Gli oggetti che abbiamo a disposizione e che ci rendono la vita più facile o piacevole, sono tra le cose che più facilmente diamo per scontato. Nei negozi troviamo tutto quello che ci serve, quando ci serve... Dietro questa possibilità così immediata c'è il lavoro, e la vita, di altre persone (prima di tutto la nostra famiglia) poi c'è il fatto di essere nati in un Paese dove c'è benessere, dove non c'è guerra e la lista potrebbe continuare.....

- + Elenca 10 oggetti che per te sono particolarmente utili ed esprimi la tua gratitudine perché li puoi facilmente avere ed usare
- + Regala un pensiero alle persone che hanno lavorato per realizzarli
- + Prova a fare a meno di una di queste cose e vedi se e come cambia la tua giornata

° **Esercizio 2: Dalla delusione alla gratitudine (la propria storia)**

Le esperienze difficili e dolorose lasciano una traccia profonda nella nostra memoria, che spesso prevale sulla capacità di continuare ad avere fiducia, sul desiderio di sperare ancora... Il futuro però non dipende solo e completamente dal passato. Coltivare la gratitudine per il bene che comunque c'è, anche se fa meno rumore, è il primo passo per ricostruire la fiducia e recuperare la speranza.

- + Fai memoria dei fatti della tua vita per cui senti di voler dire GRAZIE a Dio. Raccontane in gruppo almeno uno.

° **Esercizio 3: Un GRAZIE detto insieme è più bello!**

L'Eucaristia è un rendimento di grazie comunitario. Insieme è più facile trovare motivi di Grazie... **Come?**

- + Aprite una pagina FB, o un gruppo con l'applicazione WathsApp, in cui ognuno, giorno per giorno, può condividere il suo Grazie.
- + Realizzate una campagna pubblicitaria per Dio (tipo pubblicità progresso) che presenti tutti i motivi di Grazie che, personalmente e come Gruppo, potete dire.. (es. potete realizzare un video, una canzone, una serie di foto)...e coinvolgete anche altri: nella comunità, tra gli amici, in famiglia, chiedendo: "E tu? Per cosa dice grazie?".
- + Scegliete alcuni motivi di GRAZIE (tra quelli raccolti) da condividere, nella MESSA di domani, dopo la Comunione con tutti.

Canto

Continuare i Vespri

Il Santissimo rimane esposto per l'adorazione personale