

*LA FRATERNITA':  
l'altro che condivide la vita*

*Siate sempre  
amanti di Dio*



*di tutte  
le vostre  
sorelle*

*S. Chiara*

*M. Antonia*



# LA TRINITA' SORGENTE DELLA COMUNIONE

**Madre:**

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

**Tutti: Amen.**

**Guida:** *vogliamo iniziare questo nostro momento di preghiera rivolgendo lo sguardo del cuore alla Trinità, sorgente di quella vita di unità e comunione che, per Cristo, con Cristo e in Cristo siamo chiamati a vivere.*

Si intronizza l'icona della Trinità mentre cantiamo:

Porto sicuro dell'eterna quiete,  
mare profondo e senza confini,  
noi ti cantiamo, splendore increato  
sulle tre rive dell'unica tua luce.

Padre che abbracci il tempo e l'eterno,  
nel tuo disegno di misericordia,  
noi ti cantiamo, sorgente di vita,  
Unico Dio che governi il mondo.

Verbo del Padre, fratello dell'uomo,  
Fonte vivente Tu crei comunione.  
Noi ti cantiamo, o Spirito Santo,  
Fiamma che accendi ogni scelta d'amore.

Gloria, potenza al Dio Unico e Trino,  
libero, santo e degno di lode.  
Noi ti cantiamo, Mistero che splendi,  
pace su noi per i secoli eterni. Amen

**Guida:** Contempliamo la Trinità, il nostro Dio che è Padre, Figlio e Spirito Santo, il Dio relazione e principio di ogni relazione. L'essere stesso di Dio è comunione vibrante e viva, comunicata e condivisa. Il mistero di comunione che abita in seno alla Trinità è una rivoluzione che ci strappa dalle nostre chiusure e ci chiama alla sua scuola, per imparare dalla danza d'amore e di consegna reciproca tra il Padre, il Figlio e lo Spirito Santo, che anche noi siamo creati per essere in relazione.

**Dal Vangelo secondo Giovanni (Gv 14, 6-21)**

*In quel tempo Gesù disse ai suoi discepoli: «Io sono la via, la verità e la vita. Nessuno viene al Padre se non per mezzo di me. Se conoscete me, conoscerete anche il Padre: fin da ora lo conoscete e lo avete veduto». Gli disse Filippo: «Signore, mostraci il Padre e ci basta». Gli rispose Gesù: «Da tanto tempo sono con voi e tu non mi hai conosciuto, Filippo? Chi ha visto me ha visto il Padre. Come puoi dire: Mostraci il Padre? Non credi che io sono nel Padre e il Padre è in me? Le parole che io vi dico, non le dico da me; ma il Padre che è con me compie le sue opere. Credetemi: io sono nel Padre e il Padre è in me; se non altro, credetelo per le opere stesse. (...)*

*Se mi amate, osserverete i miei comandamenti. Io pregherò il Padre ed egli vi darà un altro Consolatore perché rimanga con voi per sempre, lo Spirito di verità che il mondo non può ricevere, perché non lo vede e non lo conosce. Voi lo conoscete, perché egli dimora presso di voi e sarà in voi».*

**Preghiamo insieme:**

**DONNE:** Nelle tue mani Padre misericordioso,  
mettiamo la nostra vita.  
Tu ce l'hai donata.  
Tu la guidi e la riempi dei tuoi doni.

**UOMINI:** Tu rimani accanto a noi, come roccia salda ,  
anche quando ci dimentichiamo di te.

Vogliamo affidarci alla guida sicura delle tue mani  
che ci conducono a tuo Figlio.

**DONNE:** Gesù nostro fratello, Figlio prediletto del Padre,  
con te abbiamo bisogno di parlare per dirti grazie  
perché ci mostri il volto di nostro Padre.

**UOMINI:** Grazie perché con la tua obbedienza ci salvi  
e ci insegni la misura dell'amore senza misura.  
Grazie perché non ci lasci soli,  
perché sempre cammini con noi  
e ci doni forza e luce con lo Spirito Santo  
che hai lasciato.

**DONNE:** Spirito fuoco d'amore,  
tu ci spingi ad essere testimoni  
di quella Santa comunione  
che vuole attirare a sé ogni uomo  
per farlo partecipe della gioia di una vita da figli.

**UOMINI:** Invadi ogni angolo della terra  
e rinnova i cuori di ogni uomo  
perché possiamo vivere già qui ed ora  
in quella relazione eterna  
che vogliamo imparare dalla Santissima Trinità.  
(da una preghiera del card. Carlo Maria Martini)

*Segno: durante il canto ognuno depone un grano di incenso ai piedi dell'icona come segno della preghiera che a nome di tutti i fratelli sale a Dio.*

**CANTO: Credo in unum Deum**

## LA COMUNIONE RIFIUTATA: L'ALTRO COME NEMICO

**Guida:** L'altro che ci è posto accanto è un compagno di cammino, ma è soprattutto un fratello che Dio affida a ciascuno di noi per prendersene cura. Spesso la nostra vita risponde a questa chiamata di Dio con le stesse parole di Caino "sono forse io il custode di mio fratello?"; creiamo così una distanza dall'altro, non riconoscendolo parte di noi, figlio dell'unico Padre che chiama alla comunione; arriviamo addirittura a considerarlo un nemico da cui difenderci.

Chiara stessa nella Forma di Vita mette in guardia le sue sorelle dal pericolo che questo possa accadere anche all'interno della fraternità. La paura, l'invidia, la competizione, la chiusura ci pongono fuori da quella comunione che è pienezza di vita e alla quale siamo invitati come fratelli e figli di un unico Padre.

### Dal libro della Genesi (Gn 4,1-15)

*Adamo si unì a Eva sua moglie, la quale concepì e partorì Caino e disse: «Ho acquistato un uomo dal Signore». Poi partorì ancora suo fratello Abele. Ora Abele era pastore di greggi e Caino lavoratore del suolo.*

*Dopo un certo tempo, Caino offrì frutti del suolo in sacrificio al Signore; anche Abele offrì primogeniti del suo gregge e il loro grasso. Il Signore gradì Abele e la sua offerta, ma non gradì Caino e la sua offerta. Caino ne fu molto irritato e il suo volto era abbattuto. Il Signore disse allora a Caino: «Perché sei irritato e perché è abbattuto il tuo volto? Se agisci bene, non dovrai forse tenerlo alto? Ma se non agisci bene, il peccato è accovacciato alla tua porta; verso di te è il suo istinto, ma tu dominalo». Caino disse al fratello Abele: «Andiamo in campagna!». Mentre erano in campagna, Caino alzò la mano contro il fratello Abele e lo uccise. Allora il Signore disse a Caino: «Dov'è Abele, tuo fratello?». Egli rispose: «Non lo so. Sono forse il guardiano di mio fratello?». Riprese: «Che hai fatto? La voce del sangue di tuo fratello grida a me dal suolo! Ora sii maledetto lungi da quel suolo che per opera della tua mano ha bevuto il sangue di tuo fratello. Quando lavorerai il suolo, esso non ti darà più i suoi prodotti: ramingo e fuggiasco sarai sulla terra». Disse Caino al Signore: «Troppo grande è la mia*

*colpa per ottenere perdono? Ecco, tu mi scacci oggi da questo suolo e io mi dovrò nascondere lontano da te; io sarò ramingo e fuggiasco sulla terra e chiunque mi incontrerà mi potrà uccidere». Ma il Signore gli disse: «Però chiunque ucciderà Caino subirà la vendetta sette volte!». Il Signore impose a Caino un segno, perché non lo colpisse chiunque l'avesse incontrato.*

### **Preghiamo insieme:**

**1Solista:** Perdonaci Padre per tutte quelle volte in cui non riconosciamo l'altro come fratello, ma lo viviamo come una minaccia da cui difenderci

**Tutti: KYRIE ELEISON**

**2Solista:** Perdonaci Signore Gesù Cristo per quando non ti riconosciamo in chi poni sul nostro cammino e non viviamo quella misericordia e quel perdono che tu ci hai donato con la tua Croce

**Tutti: KYRIE ELEISON**

**3Solista:** Perdonaci Spirito Santo per quando non abbiamo custodito il fratello, per quando non ci siamo presi cura di lui rifiutando di percorrere le vie della giustizia, della pace e dell'amore che tu sei venuto ad insegnarci

**Tutti: KYRIE ELEISON**

**4Solista:** Santa Trinità perdonaci per ogni volta che ci illudiamo di poter fare da soli, per quando ci chiudiamo alla comunione che sola dà senso al nostro essere, per quando ci poniamo fuori dal cammino che tu offri alla tua Chiesa, unico corpo con molte membra.

**Tutti: KYRIE ELEISON**

### **Dalla Forma di vita di s. Chiara**

*L'abbadessa e le sue sorelle si guardino dallo adirarsi e turbarsi per il peccato di alcuna, perché l'ira e il turbamento impediscono la carità in se stesse e nelle altre. Se accadesse, il che non sia, che fra una sorella e l'altra sorgesse talvolta, a motivo di parole o di segni, occasione di turbamento e di scandalo, quella che fu causa di turbamento, subito, pri-*

*ma di offrire davanti a Dio l'offerta della sua orazione, non soltanto si getti umilmente ai piedi dell'altra domandando perdono, ma anche con semplicità la preghi di intercedere per lei presso il Signore perché la perdoni. L'altra poi, memore di quella parola del Signore: "Se non perdonerete di cuore, nemmeno il Padre vostro celeste perdonerà a voi, perdoni generosamente alla sua sorella ogni offesa fattale"*

*Segno: durante il canto ci accostiamo al catino con l'acqua e ognuno lava le mani al fratello chiedendo per lui che sia eliminata ogni chiusura e la mano sia stesa per stringere quella di ogni fratello.*

**Canto:**

## L'ALTRO COME DONO: LA GRAZIA DEI FRATELLI

**Guida:** E' lo Spirito che ci dona la grazia di riconoscere i fratelli come dono. Riconoscere in chi ci vive accanto un fratello ci apre lo sguardo su di lui, ci spinge a prenderci cura di chi è dimora di Dio. Chiara invita le sue sorelle ad avere fra di loro quella confidenza con la quale una figlia si rivolge a sua madre nel momento del bisogno. Allora solo nell'amore condiviso la nostra piccolezza, il nostro nulla non è qualcosa da difendere o di cui avere paura, ma è quel poco che donato gratuitamente e deposto nelle mani del Signore diventa cibo e condivisione con ogni uomo.

### **Dal Vangelo secondo Matteo (Mt 14, 15-21)**

*Sul far della sera, gli si accostarono i discepoli e gli dissero: «Il luogo è deserto ed è ormai tardi; congeda la folla perché vada nei villaggi a comprarsi da mangiare». Ma Gesù rispose: «Non occorre che vadano; date loro voi stessi da mangiare». Gli risposero: «Non abbiamo che cinque pani e due pesci!». Ed egli disse: «Portatemeli qua». E dopo aver ordinato alla folla di sidersi sull'erba, prese i cinque pani e i due pesci e, alzati gli oc-*

*chi al cielo, pronunziò la benedizione, spezzò i pani e li diede ai discepoli e i discepoli li distribuirono alla folla. Tutti mangiarono e furono saziati; e portarono via dodici ceste piene di pezzi avanzati. Quelli che avevano mangiato erano circa cinquemila uomini, senza contare le donne e i bambini.*

***Dalla forma di vita di S. Chiara***

*L'una manifesti all'altra con confidenza la sua necessità. E se una madre ama e nutre la sua figlia carnale, con quanta maggiore cura deve una sorella amare e nutrire la sua sorella spirituale!*

**Preghiamo insieme:**

**TUTTI:** O Signore, fa' di me uno strumento della tua pace:  
dove è odio, fa' che io porti amore;  
dove è offesa ch'io porti il perdono;  
dove è discordia, ch'io porti unione;  
dove è dubbio, ch'io porti la fede;  
dove è errore, ch'io porti la verità;  
dove è disperazione, ch'io porti la speranza;  
dove è tristezza, ch'io porti la gioia;  
dove sono le tenebre, ch'io porti la luce.  
O Maestro, fa' che io non cerchi tanto:  
ad essere consolato, quanto a consolare;  
ad essere compreso, quanto a comprendere;  
ad essere amato, quanto ad amare.

*Segno: Tutti prendiamo un pezzo dall'unico pane che ci viene donato dal fratello che ci sta accanto.*

**Canto: Ecco quel che abbiamo,  
nulla ci appartiene, ormai.  
Ecco i frutti della terra,  
che Tu moltiplicherai.  
Ecco queste mani,**

*puoi usarle, se lo vuoi ,  
per dividere nel mondo  
il pane che Tu hai dato a noi.*

Solo una goccia hai messo fra le mani mie  
Solo una goccia che Tu ora chiedi a me.  
Una goccia che, in mano a te,  
una pioggia diventerà e la terra feconderà.

Le nostre gocce, pioggia fra le mani tue,  
saranno linfa di una nuova civiltà.  
E la terra preparerà la festa del pane che  
ogni uomo condividerà.

*Ecco quel che abbiamo,  
nulla ci appartiene, ormai.  
Ecco i frutti della terra,  
che Tu moltiplicherai.  
Ecco queste mani,  
puoi usarle, se lo vuoi ,  
per dividere nel mondo  
il pane che Tu hai dato a noi.*

*Sulle strade, il vento  
da lontano porterà  
il profumo del frumento,  
che tutti avvolgerà.  
E sarà l'amore che il raccolto spartirà  
e il miracolo del pane  
in terra si ripeterà.*

## LA CHIESA: COMUNIONE CHE SI FA TESTIMONIANZA

**Guida:** Per noi cristiani la fraternità è la sfida e la profezia nel mondo di oggi, un mondo in cui la solitudine o il fare da sé prende sempre più il sopravvento. E' nella comunione sperimentata nella Chiesa, che diveniamo testimoni di quell'amore che fa dei molti un corpo solo nell'unico Signore. In cammino con la madre Chiesa ritroviamo l'invito della Trinità a sedere alla sua mensa, un invito che non è solo per noi, ma vuole raggiungere ogni uomo perché tutti si sentano parte di quell'unico amore che va a cercare anche i lontani.

Chiara comprende che proprio nella Santa Unità viene resa viva e visibile per il mondo la vita della Santa Trinità: questa è la vita che le sorelle sono chiamate a vivere tra di loro come esempio per ogni uomo. Silenziose testimoni e custodi di questa comunione di cui tutti siamo partecipi le sorelle accolgono l'invito a vivere il Santo Vangelo nella povertà che rende ciascuna bisognosa e accogliente del dono che è l'altra.

### ***Dal Vangelo secondo Giovanni (Gv13, 33-35)***

*Disse Gesù ai suoi discepoli: "Figlioli, ancora per poco sono con voi; voi mi cercherete, ma come ho già detto ai Giudei, lo dico ora anche a voi: dove vado io voi non potete venire. Vi do un comandamento nuovo: che vi amiate gli uni gli altri; come io vi ho amato, così amatevi anche voi gli uni gli altri. Da questo tutti sapranno che siete miei discepoli, se avrete amore gli uni per gli altri".*

### ***Dal testamento di Santa Chiara***

*E amandovi a vicenda nell'amore di Cristo, quell'amore che avete nel cuore, dimostrate al di fuori con le opere, affinché le sorelle, provocate da questo esempio, crescano sempre nell'amore di Dio e nella mutua carità. (...) Infatti, proprio il Signore ha collocato noi come modello, ad esempio e specchio non solo per gli altri*

*uomini, ma anche per le nostre sorelle, quelle che il Signore stesso ha chiamato a seguire la nostra vocazione, affinché esse pure risplendano come specchio ed esempio per tutti coloro che vivono nel mondo.*

*Avendoci, dunque, Egli scelte per un compito tanto elevato, quale è questo, che in noi si possano specchiare tutte coloro che chiama ad essere esempio e specchio degli altri, siamo estremamente tenute a benedire e a lodare il Signore, ed a crescere ogni giorno più nel bene.*

DANZA (spiegazione)

*Segno: come segno di quell'unità che ci rende annunciatori e testimoni di quella pace che nasce dall'accoglierci come fratelli ci scambiamo un abbraccio di pace*

CANTO: PACE SIA

PREGHIAMO INSIEME

Chiara, donna dal cuore spalancato,  
allarga le dimensioni della preghiera della Chiesa  
fino a comprendere tutti i confini del mondo.  
Rendi pura la preghiera dell'uomo,  
radicata nel Cristo crocifisso e risorto,  
aperta a Dio e alla storia.  
Sorella che hai dimorato nella comunione della Santa Trinità  
chiedi per tutti i cristiani un amore ardente  
che porti il fuoco su tutta la terra,  
un amore umile capace di chinarsi su tutti e su ciascuno,  
un amore misericordioso che sani le ferite e consoli i cuori.  
O donna dal cuore puro, tu che vedi le necessità  
degli uomini del nostro tempo, prega per tutti noi  
e fa dell'umanità intera un cuore solo e un'anima sola  
in Cristo nostro Signore.

**Tutti: Amen.**

**Madre:**

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

**Tutti: Amen.**

*Il Signore vi benedica e vi custodisca.*

*Mostri a voi la sua faccia e vi usi misericordia.*

*Rivolga a voi il suo volto e vi doni la sua pace.*

*Il Signore sia sempre con voi*

*ed Egli faccia che voi siate sempre con Lui.*

**Tutti: Amen.**

**CANTO: MANI**

Vorrei che le parole mutassero in preghiera  
e rivederti o Padre che dipingevi il cielo.

Sapessi quante volte guardando questo mondo

vorrei che Tu tornassi a ritoccarne il cuore.

Vorrei che le mie mani avessero la forza  
per sostenere chi non può camminare.

Vorrei che questo cuore

che esplode in sentimenti diventasse culla  
per chi non ha più madre.

**RIT: Mani, prendi queste mie mani, fanne vita fanne amore,  
braccia aperte per ricevere chi è solo.**

**Cuore, prendi questo mio cuore, fa' che si spalanchi al mondo,  
germogliando per quegli occhi che non sanno pianger più.**

Sei Tu lo spazio che desidero da sempre,  
so che mi stringerai e mi terrai la mano.

Fa' che le mie strade si perdano nel buio  
ed io cammini dove cammineresti Tu.

Tu soffio della vita, prendi la mia giovinezza  
con le contraddizioni e le falsità.

Strumento fa che sia per annunciare il Regno  
a chi per queste vie Tu chiami beati.

**RIT: Mani...**

Noi giovani di un mondo che cancella i sentimenti  
e in scatola le forze nell'asfalto di città.  
Siamo stanchi di guardare,  
siamo stanchi di gridare,  
ci hai chiamati siamo tuoi,  
cammineremo insieme.

**RIT: Mani, prendi queste nostre mani, fanne vita fanne amore,  
braccia aperte per ricevere chi è solo.  
Cuore, prendi questi nostri cuori, fa' che siano testimoni  
che Tu chiami ogni uomo a far festa con Dio.**



