



Giugno 2026

Con Gesù nella notte

MONASTERO INVISIBILE

Padre nostro, dacci oggi il nostro pane quotidiano

(Mt 6,9.11)

I primi cristiani venivano battezzati per immersione nell'acqua. In questo tempo di preghiera e di adorazione, poniamoci in ascolto di ciò che il Padre vuole suggerire a ciascuno di noi, figli e figlie prediletti. Lasciamoci immergere dentro l'amore del Padre perché, nell'intimità con Lui, possiamo riconoscerci figli e figlie, avvolti dalla sua cura e inviati a portare il suo amore a tutte le genti.

Preghiera corale (Salmo 27)

*Il Signore è mia luce e mia salvezza,
di chi avrò paura?
Il Signore è difesa della mia vita,
di chi avrò timore?*

*Se contro di me si accampa un esercito,
il mio cuore non teme;
se contro di me divampa la battaglia,
anche allora ho fiducia.*

*Una cosa ho chiesto al Signore,
questa sola io cerco:
abitare nella casa del Signore
tutti i giorni della mia vita.*

*Una cosa ho chiesto al Signore,
per gustare la dolcezza del Signore
ed ammirare il suo santuario.*

*Dio mi offre un luogo di rifugio
nel giorno della sventura.
Mi nasconde nel segreto della sua dimora,
mi solleva sulla rupe.*



SINODO
DIOCESANO
DELLA CHIESA
DI PADOVA

Pregare da figli e figlie del Padre

A CURA DELLE
COLLABORATRICI
APOSTOLICHE
DIOCESANE

Introduzione al brano

Nel capitolo 5 del vangelo di Matteo, Gesù si siede tra la folla e presenta il discorso delle beatitudini: «Beati voi poveri in Spirito, beati gli afflitti, i misericordiosi...». Gesù ci conduce dentro alla preghiera del Padre Nostro, mettendo insieme degli “ingredienti” speciali. L’immagine potrebbe essere quella di una persona che fa il pane. Gli ingredienti sono le vicende della vita di ogni giorno: il nostro essere poveri, afflitti, assetati di giustizia, nel pianto... Dio è colui che “impasta”, che dà senso, che riempie, che fa unità in ciò che viviamo.

Matteo (5)

⁵E quando pregate, non siate simili agli ipocriti che, nelle sinagoghe e negli angoli delle piazze, amano pregare stando ritti, per essere visti dalla gente. In verità io vi dico: hanno già ricevuto la loro ricompensa. ⁶Invece, quando tu preghi, entra nella tua camera, chiudi la porta e prega il Padre tuo, che è nel segreto; e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà.

⁷Pregando, non sprecate parole come i pagani: essi credono di venire ascoltati a forza di parole. ⁸Non siate dunque come loro, perché il Padre vostro sa di quali cose avete bisogno prima ancora che gliele chiediate.

⁹Voi dunque pregate così:

Padre nostro che sei nei cieli,
sia santificato il tuo nome,

¹⁰venga il tuo regno,
sia fatta la tua volontà,
come in cielo così in terra.

¹¹Dacci oggi il nostro pane quotidiano,

¹²e rimetti a noi i nostri debiti
come anche noi li rimettiamo ai nostri debitori,

¹³e non abbandonarci alla tentazione,
ma liberaci dal male.

¹⁴Se voi, infatti, perdonerete agli altri le loro colpe, il Padre vostro che è nei cieli perdonerà anche a voi; ¹⁵ma se voi non perdonerete agli altri, neppure il Padre vostro perdonerà le vostre colpe.

Questa preghiera mi fa ricordare un episodio quotidiano che vivevo ogni sera da piccola prima di andare a letto: io e i miei fratelli ci radunavamo sul lettone di casa dei miei genitori per “dire le preghiere della buona notte”. La prima era proprio quella del Padre nostro. Forse perché proprio la prima, per me è sempre stata una preghiera particolare. Detta al termine della giornata, subito dopo il segno della croce, mi piaceva perché identificava quel tempo in cui tutto sembrava fermarsi, un condensare tutta la giornata. A distanza di anni, rileggo questa preghiera con tanta gratitudine per ciò che negli anni ha significato.

I primi versetti del passo evangelico esprimono un modo distorto di vivere la relazione con Dio: come un soldato che deve eseguire perfettamente quello che gli viene chiesto, perché questo è ciò che lo identifica. Deve stare ben ritto, in posa e forse verrà anche visto, assolvendo il suo impegno. Ma Gesù contrappone questo stile con un altro modo di relazionarsi con Dio: non c'è bisogno di essere visto e di essere riconosciuto dal mondo e nemmeno di assolvere un dovere. Semplicemente ti invita a sederti sul tuo letto e, immaginando di essere davanti a Lui, scambiare innanzitutto una serie di sguardi. Non aver fretta di parlare, di raccontare. Solitamente non si usano tante parole con la persona che si stima, di cui sentiamo di poterci fidare, con chi ci perdona e da cui ci sentiamo amati. Poche parole e profonde. Ecco perché Gesù dice: «non sprecate parole», perché tra innamorati, come anche tra amici veri, a volte ci si capisce al volo, perché si è affini. Noi cristiani in virtù del Battesimo siamo figli e figlie di Dio e possiamo rivolgerci a Lui anche con poche parole, come ad un padre, all'“Abbà”. Dentro a questa relazione segreta e intima, il Padre ci chiama a gioire ogni giorno di questo amore traboccante e a testimoniare nella nostra giornata compiendo così quel Regno che è già qui in terra.

Preghiera conclusiva

*Padre mio, dal cielo mi guardi e ti fai vicino,
ricordami il tuo nome in modo che io possa ricordare il mio.
Fa' che io sappia portarti in ogni luogo e tempo della mia vita
compiendo i tuoi desideri per me.
Dammi la forza di accettare i miei limiti
riponendoli nelle tue mani giorno dopo giorno;
rendimi saggio e forte,
perché io sappia accogliere anche i limiti di chi incontro
e sappia trasformare ferite e mancanze in fonti di vita.
Non farmi mai sentire solo,
perché io cammini sempre accanto a te.*

Proposta di canti

- Padre nostro (Gen Verde,
Come fuoco vivo, Messa della Concordia)
- Sono figlio di un Re (Reale)
- Dio è amore (RnS)

Gesto per l'adorazione

Dare a ciascuno un foglio con la scritta «Padre mio...» come inizio, e invitare a completare liberamente una breve frase nel silenzio dell'adorazione. I fogli possono essere lasciati ai piedi dell'ostensorio o portati a casa.

Materiali utili

Williams Mark
Quando un padre, film 2017
Papa Francesco
Catechesi sul Padre nostro
05.12.2018-22.05.2019

Francesco d'Assisi - Dominique Poirel
Commento al Padre Nostro. Un testo finora sconosciuto del Poverello?
Edizioni San Paolo 2018

**Nel clima di silenzio che ha generato
la preghiera, ritorniamo alle occupazioni
quotidiane concludendo con un segno di
croce. Nel nome del Padre...**

