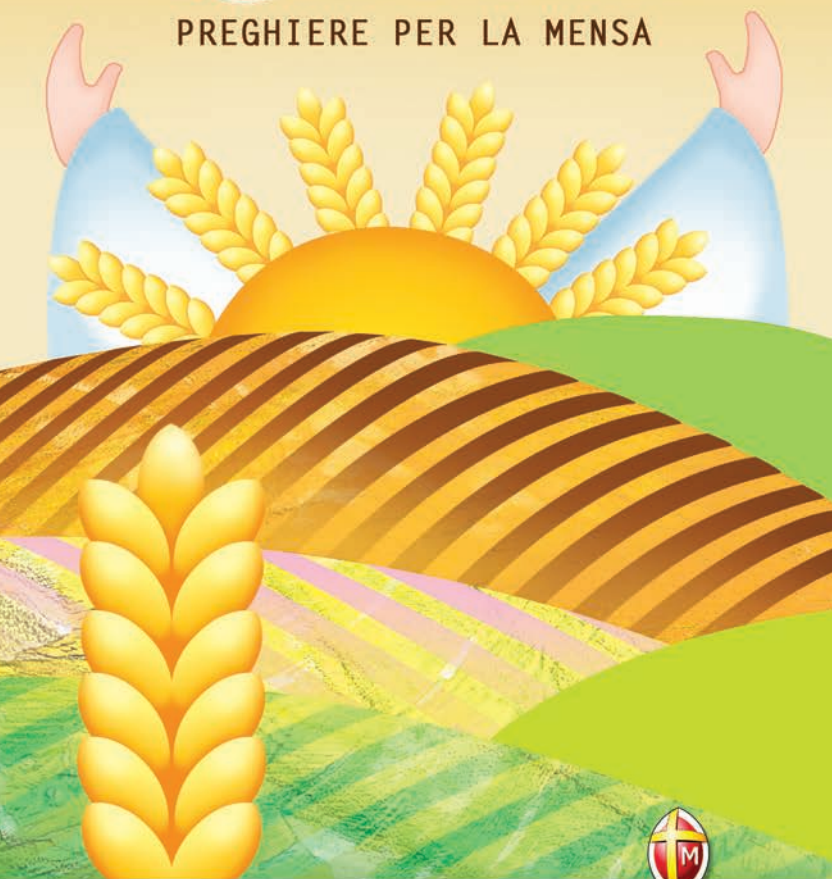


# SIGNORE, dacci sempre QUESTO PANE

PREGHIERE PER LA MENSA



SHALOM



*Collana:* **RACCOLTA DI PREGHIERE**

**SIGNORE,  
dacci sempre  
QUESTO PANE**

PREGHIERE PER LA MENSA



Testi: **Panfilo Di Paolo**

© Editrice Shalom - 13.01.08 Battesimo del Signore

ISBN 9 7 8 - 8 8 - 8 4 0 4 - 1 8 0 - 7

**Per ordinare questo libro citare il codice 8411**

**Per gli ordini rivolgersi alla:**



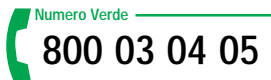
**TOTUS TUUS**

**Editrice Shalom**

Via Galvani, 1 (Zona Industriale)  
60020 Camerata Picena (An)

**Tel. 071. 74 50 440 r.a.**

dal lunedì al venerdì  
dalle 9.00 alle 19.00



solo ordini

**Fax 071. 74 50 140**

sempre attivi in qualsiasi ora  
del giorno e della notte.

**e-mail: [ordina@editriceshalom.it](mailto:ordina@editriceshalom.it)**

**<http://www.editriceshalom.it>**

# INDICE

PREFAZIONE .....	6
PREGHIERE D'AUTORE .....	9
SACRA BIBBIA	
Antico Testamento .....	19
Nuovo Testamento .....	26
NEI TEMPI DELL'ANNO LITURGICO	
Tempo di Avvento .....	45
Natale.....	47
Tempo di Natale .....	48
Tempo di Quaresima .....	53
Settimana Santa .....	55
Triduo Pasquale .....	57
Pasqua di Risurrezione .....	60
Tempo Pasquale.....	62
Tempo Ordinario .....	67
Solennità del Signore .....	77
Solennità Mariane .....	82
Tutti i santi.....	86
Nel ricordo dei defunti .....	87
OCCASIONI VARIE .....	89
RINGRAZIAMENTO .....	99
PREGHIERE PER LA MENSA.....	103



## PREFAZIONE

*Il pasto era spesso, ricordo, un momento d'incontro e di dialogo, di intimità familiare e anche di ospitalità; era un'occasione per rivivere e tramandare antiche tradizioni e, perché no, la fede. La tavola, semplice, ma imbandita con cura e gli alimenti, poveri, ma preparati con amore. Premura ed affetto erano soprattutto per i più piccoli e gli anziani. "Per l'uomo infatti, mangiare non basta: abbiamo bisogno che qualcuno ci dia da mangiare, che qualcuno pensi a noi con un gesto d'amore" (Enzo Bianchi). "Il cibo deve essere servito da mani amorevoli, Ted, non dalle macchine. Il cibo ci tiene su il morale, ci fa sentire amati." Così fa dire il regista Atom Egoyan a Hilditch, il protagonista del film "Il viaggio di Felicia".*

*Il rischio è che i ritmi incalzanti della vita quotidiana e i modelli degradati di vita sociale che questa civiltà occidentale ci presenta, trasformino il mangiare in una veloce assunzione di cibo. È sotto gli occhi di tutti come sono state indirizzate le nuove generazioni: il fast food, fuori dal convivio (vivere con) familiare, oppure il mangiare davanti alla televisione accesa, senza comunione e senza intimità con chi ci sta accanto.*

*Qualche volta, i nostri pasti si trasformano in una occasione di consumismo, di eccessi o, peggio, di vero e proprio spreco. Altre volte noi chiudiamo gli occhi o siamo incapaci di vedere tanta gente che, talora vicina a noi, manca anche del necessario, muore di fame, proprio mentre noi ci facciamo uccidere dal cibo, dall'abbondanza, dal superfluo.*

*Il cristianesimo vuol essere un vivere in comunione con gli altri e il cristiano, chiamato ad interpretare la vita alla luce della parola di Dio, non può non dare anche al nutrimento del corpo un significato religioso: per questo la preghiera in comune prima del pasto, unisce ed apre i cuori al dialogo, nel ricordo dell'Ultima Cena e dell'istituzione dell'Eucaristia. Infatti,*

*Gesù, durante quella cena, due millenni fa, quando era già stato tradito e prima di essere arrestato, crocifisso, per morire e risorgere, con l'aver lavato i piedi ai discepoli, dettò e mise in pratica il precetto del servizio fraterno e dell'amore totale.*

*Il mangiare, insomma, vissuto come momento di incontro e di amicizia, ma anche di ringraziamento per i doni di Dio. Il pasto comunitario visto come profezia del banchetto escatologico; un anticipo del convito del Regno, immagine di cui spesso si è servito Gesù nei Vangeli.*

*Questa visione di vita sarà più semplice da comprendere se ci ricorderemo delle parole del Signore Gesù: "Chi avrà dato anche un solo bicchiere d'acqua fresca ad uno di questi piccolli, perché è mio discepolo, in verità io vi dico: non perderà la sua ricompensa" (Mt 10,12). E altrove: "Vi è più gioia nel dare che nel ricevere!" (At 20,35).*

*Le preghiere di questa raccolta intendono segnare momenti particolari della vita familiare. La prima parte comprende preghiere bibliche tratte dall'Antico e dal Nuovo Testamento. Queste preghiere possono essere usate maggiormente la domenica perché è il giorno nel quale è più facile trovarsi tutti insieme in famiglia.*

*Il secondo gruppo contiene preghiere per l'anno liturgico e per le feste principali: Natale, Pasqua, Pentecoste, le solennità mariane...*

*La terza sezione raggruppa preghiere che si possono dire in alcune circostanze particolari della vita di famiglia.*

*Suggeriamo di iniziare la preghiera dei pasti con un semplice ed efficace segno di croce:*

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

***Amen.***



PREGHIERE D'AUTORE



## PREGHIERE D'AUTORE

Sii benedetto, o Signore,  
che mi cibi fin dalla mia fanciullezza,  
che dai nutrimento agli esseri viventi.  
Riempi i nostri cuori di gioia e di allegrezza  
perché, avendo sempre tutto il sufficiente,  
sovrabbondiamo di ogni opera buona,  
nel Cristo Gesù, nostro Signore.  
Per lui ti siano resi gloria,  
onore e potenza nei secoli! **Amen.**

*Dalle Costituzioni Apostoliche*

Come questo pane spezzato  
era sparso sui colli,  
e raccolto è diventato una cosa sola,  
così si raccolga la tua Chiesa  
dai confini della terra nel tuo regno;  
perché tua è la gloria e la potenza  
per mezzo di Gesù Cristo nei secoli. **Amen.**

*Didaché*

Donaci, Padre, con questo cibo materiale,  
l'unico pane che è farmaco d'immortalità,  
antidoto contro la morte,  
alimento dell'eterna vita  
in Gesù Cristo. **Amen.**

*Ignazio di Antiochia*



E per tutto ciò di cui ci nutriamo,  
benediciamo il Creatore del mondo  
per il Figlio suo Gesù Cristo  
e per lo Spirito Santo. **Amen.**

*Giustino*

Padre buono, ti rendiamo grazie e ti lodiamo  
perché ti sei degnato di farci partecipi dei tuoi beni  
e di concedere al nostro corpo l'alimento.  
Ti preghiamo e ti supplichiamo,  
dacci anche l'alimento celeste. **Amen.**

*Giustino*

Benedetto sii tu, o Signore nostro Dio,  
re dell'universo, che ci nutri  
non secondo le nostre opere e i nostri meriti,  
ma elargisci oltre misura la tua bontà,  
con abbondanza e misericordia,  
perché il tuo amore è eterno. **Amen.**

*Pregiera ebraica per la cena di Pasqua*

O Misericordioso,  
apri in nostro favore la tua mano generosa,  
distendi su di noi come una tenda la tua pace,  
stabilisci nel nostro cuore la tua legge  
e l'amore verso di te,  
benedici questa casa, questa mensa e noi  
che partecipiamo a questa cena. **Amen.**

*Pregiera ebraica per la cena di Pasqua*



Benedetto sei tu, o Signore Dio nostro, re dell'universo, che crei il frutto della vite.

Benedetto sei tu, o Signore Dio nostro, re dell'universo, che fai uscire il pane dalla terra.

Benedetto sei tu, o Signore Dio nostro, re dell'universo, che nutri con bontà ogni creatura. **Amen.**

*Preghiera ebraica per la cena di Pasqua*

Accendi, Signore, ogni giorno il nostro amore,

moltiplica i frutti delle nostre fatiche,

sciogli le nostre tensioni,

trasforma in comunione i nostri conviti.

E ospitaci un giorno nella tua casa. **Amen.**

*Tratto da "Signore, da chi andremo?"*

Signore, abbi pietà di tutti i poveri del mondo  
e perdona noi per averli abbandonati.

Facci sentire l'angoscia della miseria universale e  
liberaci da noi stessi. **Amen.**

*Raoul Follereau*

Ti ringraziamo Dio benedetto:

l'uomo muore di fame se ha solo il pane del corpo  
e se la Parola che esce dalla tua bocca  
non diventa il suo nutrimento. **Amen.**

*Karl Rahner*

