

# Progetto Andata & Ritorno

## Preghiere sul Giubileo il pellegrinaggio e sulla Speranza

Ecco una proposta per 30 piccoli momenti di preghiera

Ogni momento può essere strutturato così:

1. **Introduzione:** un breve pensiero per introdurre il tema del giorno.
2. **Salmo:** un versetto o un breve estratto da un Salmo, adatto per bambini e ragazzi.
3. **Brano evangelico:** un passo del Vangelo legato al tema.
4. **Racconto:** una storia semplice, adatta ai più giovani, che aiuti a riflettere sul tema.
5. **Preghiera finale:** una preghiera breve che i bambini e i ragazzi possano leggere o imparare.

# 1. Dio ci invita al Giubileo

- **Introduzione:** Il Giubileo è un momento speciale per riconciliarci con Dio.
- **SALMO 103:** *"Misericordioso e pietoso è il Signore, lento all'ira e grande nell'amore" (Sal 103,8).*

<sup>1</sup> Benedici il Signore, anima mia,  
quanto è in me benedica il suo santo nome.

<sup>2</sup> Benedici il Signore, anima mia,  
non dimenticare tutti i suoi benefici.

<sup>3</sup> Egli perdona tutte le tue colpe,  
guarisce tutte le tue infermità,

<sup>4</sup> salva dalla fossa la tua vita,  
ti circonda di bontà e misericordia,

<sup>5</sup> sazia di beni la tua vecchiaia,  
si rinnova come aquila la tua giovinezza.

<sup>6</sup> Il Signore compie cose giuste,  
difende i diritti di tutti gli oppressi.

<sup>7</sup> Ha fatto conoscere a Mosè le sue vie,  
le sue opere ai figli d'Israele.

<sup>8</sup> Misericordioso e pietoso è il Signore,  
lento all'ira e grande nell'amore.

<sup>9</sup> Non è in lite per sempre,  
non rimane adirato in eterno.

<sup>10</sup> Non ci tratta secondo i nostri peccati  
e non ci ripaga secondo le nostre colpe.

<sup>11</sup> Perché quanto il cielo è alto sulla terra,  
così la sua misericordia è potente su quelli che lo temono;

<sup>12</sup> quanto dista l'oriente dall'occidente,  
così egli allontana da noi le nostre colpe.

<sup>13</sup> Come è tenero un padre verso i figli,  
così il Signore è tenero verso quelli che lo temono,

<sup>14</sup> perché egli sa bene di che siamo plasmati,  
ricorda che noi siamo polvere.

<sup>15</sup> L'uomo: come l'erba sono i suoi giorni!  
Come un fiore di campo, così egli fiorisce.

<sup>16</sup> Se un vento lo investe, non è più,  
né più lo riconosce la sua dimora.

<sup>17</sup> Ma l'amore del Signore è da sempre,  
per sempre su quelli che lo temono,  
e la sua giustizia per i figli dei figli,  
<sup>18</sup> per quelli che custodiscono la sua alleanza  
e ricordano i suoi precetti per osservarli.

<sup>19</sup> Il Signore ha posto il suo trono nei cieli  
e il suo regno domina l'universo.

<sup>20</sup> Benedite il Signore, angeli suoi,  
potenti esecutori dei suoi comandi,  
attenti alla voce della sua parola.

<sup>21</sup> Benedite il Signore, voi tutte sue schiere,  
suoi ministri, che eseguite la sua volontà.

<sup>22</sup> Benedite il Signore, voi tutte opere sue,  
in tutti i luoghi del suo dominio.  
Benedici il Signore, anima mia.

- **Brano evangelico:** *"Venite a me, voi tutti che siete stanchi e oppressi, e io vi darò ristoro" (Mt 11,28).*
- **Racconto: "L'abbraccio ritrovato"**  
Luca aveva litigato con il suo migliore amico, Andrea. Non si parlavano più da giorni. Un giorno, durante la catechesi, il parroco raccontò la parabola del figliol prodigo. Luca si sentì toccato e, alla fine della lezione, corse da Andrea. "Mi dispiace", disse. Andrea lo abbracciò e rispose: "Anche a me". Era un abbraccio che parlava di perdono e amicizia ritrovata.
- **Preghiera finale:** *"Signore, aiutami a vivere il perdono e la gioia dell'amicizia come un dono che viene da Te."*

## 2. Camminiamo insieme: il pellegrinaggio

- **Introduzione:** Camminare verso Dio significa camminare insieme.
- **SALMO 119:** *"Lampada per i miei passi è la tua parola, luce sul mio cammino" (Sal 119,105).*

Nun <sup>105</sup> Lampada per i miei passi è la tua parola,  
luce sul mio cammino.

<sup>106</sup> Ho giurato, e lo confermo,  
di osservare i tuoi giusti giudizi.

<sup>107</sup> Sono tanto umiliato, Signore:  
dammi vita secondo la tua parola.

<sup>108</sup> Signore, gradisci le offerte delle mie labbra,  
insegnami i tuoi giudizi.

<sup>109</sup> La mia vita è sempre in pericolo,  
ma non dimentico la tua legge.

<sup>110</sup> I malvagi mi hanno teso un tranello,  
ma io non ho deviato dai tuoi precetti.

<sup>111</sup> Mia eredità per sempre sono i tuoi insegnamenti,  
perché sono essi la gioia del mio cuore.

<sup>112</sup> Ho piegato il mio cuore a compiere i tuoi decreti,  
in eterno, senza fine.

- **Brano evangelico:** *"Alzati e cammina!" (Lc 5,23).*
- **Racconto: "Il sentiero della fiducia"**  
Anna e Marco parteciparono al loro primo pellegrinaggio. Il sentiero era ripido, e Anna si scoraggiò. "Non ce la faccio", disse. Marco le porse la mano: "Camminiamo insieme. Un passo alla volta." Con il sostegno di Marco, Anna raggiunse la meta. Capì che il pellegrinaggio era più bello quando si camminava insieme.
- **Pregiera finale:** *"Signore, grazie per chi mi sostiene nel cammino. Aiutami a essere una mano tesa per gli altri."*

### 3. Speranza per un mondo migliore

- **Introduzione:** La speranza è il seme che fa crescere l'amore.
- **Salmo:** *"Chi spera nel Signore rinnova le sue forze, corre senza stancarsi" (Is 40,31).*

Dio eterno è il Signore,  
che ha creato i confini della terra.

Egli non si affatica né si stanca,  
la sua intelligenza è inscrutabile.

<sup>29</sup>Egli dà forza allo stanco  
e moltiplica il vigore allo spossato.

<sup>30</sup>Anche i giovani faticano e si stancano,  
gli adulti inciampano e cadono;

<sup>31</sup>ma quanti sperano nel Signore riacquistano forza,  
mettono ali come aquile,  
corrono senza affannarsi,  
camminano senza stancarsi.

- **Brano evangelico:** *"Io sono con voi tutti i giorni, fino alla fine del mondo" (Mt 28,20).*
- **Racconto: "Il piccolo albero della speranza"**  
Matteo piantò un piccolo albero nel giardino di casa. Ogni giorno lo annaffiava e gli parlava. Un giorno, dopo una tempesta, l'albero si piegò. Matteo lo raddrizzò e lo legò con un bastone. Anni dopo, l'albero era diventato grande e forte. Matteo capì che la speranza è come quell'albero: cresce anche nei momenti difficili, se la curiamo.
- **Preghiera finale:** *"Signore, aiutami a coltivare la speranza nel mio cuore e nel mondo."*

## 4. La gioia del perdono

- **Introduzione:** Il perdono ci rende liberi e pieni di gioia.
- **Salmo:** *"Crea in me, o Dio, un cuore puro" (Sal 51,12).*

<sup>3</sup> Pietà di me, o Dio, nel tuo amore;  
nella tua grande misericordia  
cancella la mia iniquità.

<sup>4</sup> Lavami tutto dalla mia colpa,  
dal mio peccato rendimi puro.

<sup>5</sup> Sì, le mie iniquità io le riconosco,  
il mio peccato mi sta sempre dinanzi.

<sup>6</sup> Contro di te, contro te solo ho peccato,  
quello che è male ai tuoi occhi, io l'ho fatto:  
così sei giusto nella tua sentenza,  
sei retto nel tuo giudizio.

<sup>7</sup> Ecco, nella colpa io sono nato,  
nel peccato mi ha concepito mia madre.

<sup>8</sup> Ma tu gradisci la sincerità nel mio intimo,  
nel segreto del cuore mi insegni la sapienza.

<sup>9</sup> Aspergimi con rami d'issòpo e sarò puro;  
lavami e sarò più bianco della neve.

<sup>10</sup> Fammi sentire gioia e letizia:  
esulteranno le ossa che hai spezzato.

<sup>11</sup> Distogli lo sguardo dai miei peccati,  
cancella tutte le mie colpe.

<sup>12</sup> Crea in me, o Dio, un cuore puro,

rinnova in me uno spirito saldo.

<sup>13</sup> Non scacciarmi dalla tua presenza  
e non privarmi del tuo santo spirito.

<sup>14</sup> Rendimi la gioia della tua salvezza,  
sostienimi con uno spirito generoso.

<sup>15</sup> Insegnerò ai ribelli le tue vie  
e i peccatori a te ritorneranno.

<sup>16</sup> Liberami dal sangue, o Dio, Dio mia salvezza:  
la mia lingua esalterà la tua giustizia.

<sup>17</sup> Signore, apri le mie labbra  
e la mia bocca proclami la tua lode.

<sup>18</sup> Tu non gradisci il sacrificio;  
se offro olocausti, tu non li accetti.

<sup>19</sup> Uno spirito contrito è sacrificio a Dio;  
un cuore contrito e affranto tu, o Dio, non disprezzi.

- **Brano evangelico:** *"Rimetti a noi i nostri debiti, come anche noi li rimettiamo ai nostri debitori" (Mt 6,12).*
- **Racconto: "L'errore di Chiara"**  
Chiara aveva rotto il vaso preferito della mamma e non aveva avuto il coraggio di dirlo. Ogni giorno si sentiva peggio. Alla fine, confessò tutto. La mamma la abbracciò: "Grazie per avermelo detto. Ti perdono."  
Chiara si sentì leggera, come se avesse tolto un peso dal cuore.
- **Preghiera finale:** *"Signore, aiutami a chiedere perdono e a donarlo con gioia."*

## 5. Il valore della pace

- **Introduzione:** La pace inizia dal nostro cuore.
- **Salmo:** *"Beati gli operatori di pace, perché saranno chiamati figli di Dio" (Mt 5,9).*

### SALMO 85

<sup>2</sup> Sei stato buono, Signore, con la tua terra,  
hai ristabilito la sorte di Giacobbe.

<sup>3</sup> Hai perdonato la colpa del tuo popolo,  
hai coperto ogni loro peccato.

<sup>4</sup> Hai posto fine a tutta la tua collera,  
ti sei distolto dalla tua ira ardente.

<sup>5</sup> Ritorna a noi, Dio nostra salvezza,  
e placa il tuo sdegno verso di noi.

<sup>6</sup> Forse per sempre sarai adirato con noi,  
di generazione in generazione riverserai la tua ira?

<sup>7</sup> Non tornerai tu a ridarci la vita,  
perché in te gioisca il tuo popolo?

<sup>8</sup> Mostraci, Signore, la tua misericordia  
e donaci la tua salvezza.

<sup>9</sup> Ascolterò che cosa dice Dio, il Signore:  
egli annuncia la pace  
per il suo popolo, per i suoi fedeli,  
per chi ritorna a lui con fiducia.

<sup>10</sup> Sì, la sua salvezza è vicina a chi lo teme,  
perché la sua gloria abiti la nostra terra.

<sup>11</sup> Amore e verità s'incontreranno,  
giustizia e pace si baceranno.

<sup>12</sup> Verità germoglierà dalla terra  
e giustizia si affaccerà dal cielo.

<sup>13</sup> Certo, il Signore donerà il suo bene  
e la nostra terra darà il suo frutto;

<sup>14</sup> giustizia camminerà davanti a lui:  
i suoi passi tracceranno il cammino.

- **Brano evangelico:** *"Vi lascio la pace, vi do la mia pace" (Gv 14,27).*
- **Racconto: "La bandiera bianca di Paolo"**  
Paolo e Sara litigavano sempre per i giocattoli. Un giorno, la nonna raccontò loro la storia di un re che portava pace mostrando una bandiera bianca. Paolo prese un fazzoletto bianco e disse a Sara: "Facciamo pace?" Da quel giorno, ogni volta che litigavano, tiravano fuori la bandiera bianca.
- **Preghiera finale:** *"Signore, fa' di me uno strumento della tua pace."*

## 6. La misericordia di Dio

- **Introduzione:** Dio ci ama e ci perdona sempre.
- **Salmo:** *"Il Signore è buono verso tutti, pieno di compassione per tutte le sue opere" (Sal 145,9).*

*Alef* O Dio, mio re, voglio esaltarti  
e benedire il tuo nome in eterno e per sempre.

*Bet* <sup>2</sup> Ti voglio benedire ogni giorno,  
lodare il tuo nome in eterno e per sempre.

*Ghimel* <sup>3</sup> Grande è il Signore e degno di ogni lode;  
senza fine è la sua grandezza.

*Dalet* <sup>4</sup> Una generazione narra all'altra le tue opere,  
annuncia le tue imprese.

*He* <sup>5</sup> Il glorioso splendore della tua maestà  
e le tue meraviglie voglio meditare.

*Vau* <sup>6</sup> Parlino della tua terribile potenza:  
anch'io voglio raccontare la tua grandezza.

*Zain* <sup>7</sup> Diffondano il ricordo della tua bontà immensa,  
acclamino la tua giustizia.

*Het* <sup>8</sup> Misericordioso e pietoso è il Signore,  
lento all'ira e grande nell'amore.

*Tet* <sup>9</sup> Buono è il Signore verso tutti,  
la sua tenerezza si espande su tutte le creature.

*Iod* <sup>10</sup> Ti lodino, Signore, tutte le tue opere  
e ti benedicano i tuoi fedeli.

*Caf*<sup>11</sup> Dicano la gloria del tuo regno  
e parlino della tua potenza,

*Lamed*<sup>12</sup> per far conoscere agli uomini le tue imprese  
e la splendida gloria del tuo regno.

*Mem*<sup>13</sup> Il tuo regno è un regno eterno,  
il tuo dominio si estende per tutte le generazioni.

\qa Nun Fedele è il Signore in tutte le sue parole  
e buono in tutte le sue opere.

*Samec*<sup>14</sup> Il Signore sostiene quelli che vacillano  
e rialza chiunque è caduto.

*Ain*<sup>15</sup> Gli occhi di tutti a te sono rivolti in attesa  
e tu dai loro il cibo a tempo opportuno.

*Pe*<sup>16</sup> Tu apri la tua mano  
e sazi il desiderio di ogni vivente.

*Sade*<sup>17</sup> Giusto è il Signore in tutte le sue vie  
e buono in tutte le sue opere.

*Kof*<sup>18</sup> Il Signore è vicino a chiunque lo invoca,  
a quanti lo invocano con sincerità.

*Res*<sup>19</sup> Appaga il desiderio di quelli che lo temono,  
ascolta il loro grido e li salva.

*Sin*<sup>20</sup> Il Signore custodisce tutti quelli che lo amano,  
ma distrugge tutti i malvagi.

*Tau*<sup>21</sup> Canti la mia bocca la lode del Signore  
e benedica ogni vivente il suo santo nome,  
in eterno e per sempre.

- **Brano evangelico:** *"Non ti dico fino a sette volte, ma fino a settanta volte sette" (Mt 18,22).*
- **Racconto: "La seconda possibilità"**  
Giulia aveva sbagliato a fare i compiti di matematica e temeva la reazione della maestra. Ma quando confessò il suo errore, la maestra sorrise: "Prova ancora, io ti aiuto." Giulia capì che la misericordia è dare a qualcuno una seconda possibilità.
- **Preghiera finale:** *"Signore, grazie per il tuo amore che non si stanca mai di perdonarmi."*

## 7. Il dono della fede

- **Introduzione:** La fede è un dono che cresce ogni giorno.
- **Salmo:** *"Io credo, Signore; aumenta la mia fede" (Mc 9,24).*

SALMO 46

<sup>2</sup> Dio è per noi rifugio e fortezza,  
aiuto infallibile si è mostrato nelle angosce.

<sup>3</sup> Perciò non temiamo se trema la terra,  
se vacillano i monti nel fondo del mare.

<sup>4</sup> Fremano, si gonfino le sue acque,  
si scuotano i monti per i suoi flutti.

<sup>5</sup> Un fiume e i suoi canali rallegrano la città di Dio,  
la più santa delle dimore dell'Altissimo.

<sup>6</sup> Dio è in mezzo ad essa: non potrà vacillare.  
Dio la soccorre allo spuntare dell'alba.

<sup>7</sup> Fremettero le genti, vacillarono i regni;  
egli tuonò: si sgretolò la terra.

<sup>8</sup> Il Signore degli eserciti è con noi,  
nostro baluardo è il Dio di Giacobbe.

<sup>9</sup> Venite, vedete le opere del Signore,  
egli ha fatto cose tremende sulla terra.

<sup>10</sup> Farà cessare le guerre sino ai confini della terra,  
romperà gli archi e spezzerà le lance,  
brucerà nel fuoco gli scudi.

<sup>11</sup> Fermatevi! Sappiate che io sono Dio,  
eccelso tra le genti, eccelso sulla terra.

<sup>12</sup> Il Signore degli eserciti è con noi,  
nostro baluardo è il Dio di Giacobbe.

**Brano evangelico:** *"Se avrete fede pari a un granello di senape, potrete dire a questo monte: spostati, ed esso si sposterà" (Mt 17,20).*

- **Racconto: "Il seme invisibile"**

Marta non vedeva il seme che aveva piantato, ma ogni giorno lo innaffiava con fiducia. Dopo settimane, vide spuntare una piantina. La mamma le disse: "La fede è così: anche quando non la vedi, cresce dentro di te."

- **Preghiera finale:** *"Signore, fa' crescere in me una fede forte e piena di amore."*

## 8. La carità verso gli altri

- **Introduzione:** La carità è l'amore che si fa gesto concreto.
- **Salmo:** *"Beato chi ha cura del debole: nel giorno della sventura il Signore lo libera" (Sal 41,2).*

<sup>2</sup> Beato l'uomo che ha cura del debole:  
nel giorno della sventura il Signore lo libera.

<sup>3</sup> Il Signore veglierà su di lui,  
lo farà vivere beato sulla terra,  
non lo abbandonerà in preda ai nemici.

<sup>4</sup> Il Signore lo sosterrà sul letto del dolore;  
tu lo assisti quando giace ammalato.

<sup>5</sup> Io ho detto: "Pietà di me, Signore,  
guariscimi: contro di te ho peccato".

<sup>6</sup> I miei nemici mi augurano il male:  
"Quando morirà e perirà il suo nome?".

<sup>7</sup> Chi viene a visitarmi dice il falso,  
il suo cuore cova cattiveria  
e, uscito fuori, parla.

<sup>8</sup> Tutti insieme, quelli che mi odiano  
contro di me tramano malefici,  
hanno per me pensieri maligni:

<sup>9</sup> "Lo ha colpito una malattia infernale;  
dal letto dove è steso non potrà più rialzarsi".

<sup>10</sup> Anche l'amico in cui confidavo,  
che con me divideva il pane,

contro di me alza il suo piede.

<sup>11</sup> Ma tu, Signore, abbi pietà, rialzami,  
che io li possa ripagare.

<sup>12</sup> Da questo saprò che tu mi vuoi bene:  
se non trionfa su di me il mio nemico.

<sup>13</sup> Per la mia integrità tu mi sostieni  
e mi fai stare alla tua presenza per sempre.

<sup>14</sup> Sia benedetto il Signore, Dio d'Israele,  
da sempre e per sempre. Amen, amen.

- **Brano evangelico:** *"Tutto quello che avete fatto a uno di questi miei fratelli più piccoli, l'avete fatto a me" (Mt 25,40).*
- **Racconto: "Un panino per due"**  
Luca vide un bambino per strada che aveva fame. Non ci pensò due volte: divise il suo panino e glielo diede. Il bambino gli sorrise, e Luca sentì una gioia che non aveva mai provato. Capì che fare del bene agli altri riempie il cuore.
- **Preghiera finale:** *"Signore, aiutami a vedere il tuo volto nei più piccoli e bisognosi.*

## 9. La fiducia in Dio

- **Introduzione:** Affidarsi a Dio è come lasciare che Lui guidi il nostro cammino.
- **Salmo:** *"Confida nel Signore con tutto il cuore e non appoggiarti sulla tua intelligenza" (Pr 3,5).*

<sup>1</sup> Figlio mio, non dimenticare il mio insegnamento  
e il tuo cuore custodisca i miei precetti,  
<sup>2</sup> perché lunghi giorni e anni di vita  
e tanta pace ti apporteranno.

<sup>3</sup> Bontà e fedeltà non ti abbandonino:  
légale attorno al tuo collo,  
scrivile sulla tavola del tuo cuore,  
<sup>4</sup> e otterrai favore e buon successo  
agli occhi di Dio e degli uomini.

<sup>5</sup> Confida nel Signore con tutto il tuo cuore  
e non affidarti alla tua intelligenza;  
<sup>6</sup> riconoscilo in tutti i tuoi passi  
ed egli appianerà i tuoi sentieri.

<sup>7</sup> Non crederti saggio ai tuoi occhi,  
temi il Signore e sta' lontano dal male:  
<sup>8</sup> sarà tutta salute per il tuo corpo  
e refrigerio per le tue ossa.

<sup>9</sup> Onora il Signore con i tuoi averi  
e con le primizie di tutti i tuoi raccolti;  
<sup>10</sup> i tuoi granai si riempiranno oltre misura  
e i tuoi tini traboccheranno di mosto.

<sup>11</sup> Figlio mio, non disprezzare l'istruzione del Signore  
e non aver a noia la sua correzione,  
<sup>12</sup> perché il Signore corregge chi ama,  
come un padre il figlio prediletto.

<sup>13</sup>Beato l'uomo che ha trovato la sapienza,  
l'uomo che ottiene il discernimento.

- **Brano evangelico:** *"Non preoccupatevi del domani, perché il domani si preoccuperà di se stesso" (Mt 6,34).*
- **Racconto: "Il ponte invisibile"**  
Filippo era spaventato all'idea di attraversare un ponte sospeso. Il papà gli disse: "Tienimi la mano, ti porto io." Con il cuore che batteva forte, Filippo si affidò al papà e arrivò dall'altra parte. Scoprì che fidarsi di chi ci ama rende tutto più facile.
- **Preghiera finale:** *"Signore, prendi la mia mano e guidami lungo il cammino della vita."*

## 10. Il dono della gratitudine

- **Introduzione:** Ringraziare Dio è riconoscere quanto siamo amati.
- 
- **Salmo:** *"Celebrate il Signore, perché è buono, perché eterna è la sua misericordia" (Sal 136,1).*

<sup>1</sup> Rendete grazie al Signore perché è buono, perché il suo amore è per sempre.

<sup>2</sup> Rendete grazie al Dio degli dèi, perché il suo amore è per sempre.

<sup>3</sup> Rendete grazie al Signore dei signori, perché il suo amore è per sempre.

<sup>4</sup> Lui solo ha compiuto grandi meraviglie, perché il suo amore è per sempre.

<sup>5</sup> Ha creato i cieli con sapienza, perché il suo amore è per sempre.

<sup>6</sup> Ha disteso la terra sulle acque, perché il suo amore è per sempre.

<sup>7</sup> Ha fatto le grandi luci, perché il suo amore è per sempre.

<sup>8</sup> Il sole, per governare il giorno, perché il suo amore è per sempre.

<sup>9</sup> La luna e le stelle, per governare la notte, perché il suo amore è per sempre.

<sup>10</sup> Colpì l'Egitto nei suoi primogeniti, perché il suo amore è per sempre.

<sup>11</sup> Da quella terra fece uscire Israele, perché il suo amore è per sempre.

<sup>12</sup> Con mano potente e braccio teso, perché il suo amore è per sempre.

<sup>13</sup> Divise il Mar Rosso in due parti,  
perché il suo amore è per sempre.

<sup>14</sup> In mezzo fece passare Israele,  
perché il suo amore è per sempre.

<sup>15</sup> Vi travolse il faraone e il suo esercito,  
perché il suo amore è per sempre.

<sup>16</sup> Guidò il suo popolo nel deserto,  
perché il suo amore è per sempre.

<sup>17</sup> Colpì grandi sovrani,  
perché il suo amore è per sempre.

<sup>18</sup> Uccise sovrani potenti,  
perché il suo amore è per sempre.

<sup>19</sup> Sicon, re degli Amorrei,  
perché il suo amore è per sempre.

<sup>20</sup> Og, re di Basan,  
perché il suo amore è per sempre.

<sup>21</sup> Diede in eredità la loro terra,  
perché il suo amore è per sempre.

<sup>22</sup> In eredità a Israele suo servo,  
perché il suo amore è per sempre.

<sup>23</sup> Nella nostra umiliazione si è ricordato di noi,  
perché il suo amore è per sempre.

<sup>24</sup> Ci ha liberati dai nostri avversari,  
perché il suo amore è per sempre.

<sup>25</sup> Egli dà il cibo a ogni vivente,  
perché il suo amore è per sempre.

<sup>26</sup> Rendete grazie al Dio del cielo,  
perché il suo amore è per sempre.

- **Brano evangelico:** *"Non si è trovato nessuno che tornasse indietro a rendere gloria a Dio, all'infuori di questo straniero?" (Lc 17,18).*
- **Racconto: "Il biglietto di grazie"**  
Sara aveva ricevuto un regalo bellissimo dalla sua madrina. La mamma le suggerì di scrivere un biglietto di ringraziamento. Sara lo fece e lo accompagnò con un disegno. Quando la madrina lo ricevette, la sua gioia fu immensa. Sara capì che dire "grazie" rende felici sia chi ringrazia sia chi viene ringraziato.
- **Preghiera finale:** *"Signore, grazie per ogni dono che mi fai, piccolo o grande che sia."*

# 11. La gioia della condivisione

- **Introduzione:** Condividere rende tutti più felici.
- **Salmo:** *"È più gioia nel dare che nel ricevere" (At 20,35).*

## SALMO 1

1 Beato l'uomo che non entra nel consiglio dei malvagi,  
non resta nella via dei peccatori  
e non siede in compagnia degli arroganti,

<sup>2</sup> ma nella legge del Signore trova la sua gioia,  
la sua legge medita giorno e notte.

<sup>3</sup> È come albero piantato lungo corsi d'acqua,  
che dà frutto a suo tempo:  
le sue foglie non appassiscono  
e tutto quello che fa, riesce bene.

<sup>4</sup> Non così, non così i malvagi,  
ma come pula che il vento disperde;

<sup>5</sup> perciò non si alzeranno i malvagi nel giudizio  
né i peccatori nell'assemblea dei giusti,

<sup>6</sup> poiché il Signore veglia sul cammino dei giusti,  
mentre la via dei malvagi va in rovina.

- **Brano evangelico:** *"Date e vi sarà dato: una misura buona, pigiata, colma e traboccante vi sarà versata in grembo" (Lc 6,38).*
- **Racconto: "Il gioco condiviso"**  
Durante la ricreazione, Giacomo vide un bambino che guardava da lontano il suo aquilone. Gli sembrava triste. "Vuoi provarlo anche tu?" gli chiese Giacomo. Il bambino sorrise e corse a giocare con lui. Da quel giorno, Giacomo capì che condividere non significa perdere, ma moltiplicare la felicità.
- **Preghiera finale:** *"Signore, insegnami a condividere con gioia ciò che ho, perché tutto viene da Te."*

## 12. La forza della speranza

- **Introduzione:** La speranza è una luce che brilla nei momenti difficili.
- **Salmo:** *"Il Signore è mia luce e mia salvezza: di chi avrò timore?" (Sal 27,1).*

<sup>1</sup> Il Signore è mia luce e mia salvezza:  
di chi avrò timore?  
Il Signore è difesa della mia vita:  
di chi avrò paura?

<sup>2</sup> Quando mi assalgono i malvagi  
per divorarmi la carne,  
sono essi, avversari e nemici,  
a inciampare e cadere.

<sup>3</sup> Se contro di me si accampa un esercito,  
il mio cuore non teme;  
se contro di me si scatena una guerra,  
anche allora ho fiducia.

<sup>4</sup> Una cosa ho chiesto al Signore,  
questa sola io cerco:  
abitare nella casa del Signore  
tutti i giorni della mia vita,  
per contemplare la bellezza del Signore  
e ammirare il suo santuario.

<sup>5</sup> Nella sua dimora mi offre riparo  
nel giorno della sventura.  
Mi nasconde nel segreto della sua tenda,  
sopra una roccia mi innalza.

<sup>6</sup> E ora rialzo la testa  
sui nemici che mi circondano.  
Immolerò nella sua tenda sacrifici di vittoria,  
inni di gioia canterò al Signore.

<sup>7</sup> Ascolta, Signore, la mia voce.  
Io grido: abbi pietà di me, rispondimi!

<sup>8</sup> Il mio cuore ripete il tuo invito:  
"Cercate il mio volto!".  
Il tuo volto, Signore, io cerco.

<sup>9</sup> Non nascondermi il tuo volto,  
non respingere con ira il tuo servo.  
Sei tu il mio aiuto, non lasciarmi,  
non abbandonarmi, Dio della mia salvezza.

<sup>10</sup> Mio padre e mia madre mi hanno abbandonato,  
ma il Signore mi ha raccolto.

<sup>11</sup> Mostrami, Signore, la tua via,  
guidami sul retto cammino,  
perché mi tendono insidie.

<sup>12</sup> Non gettarmi in preda ai miei avversari.  
Contro di me si sono alzati falsi testimoni  
che soffiano violenza.

<sup>13</sup> Sono certo di contemplare la bontà del Signore  
nella terra dei viventi.

<sup>14</sup> Spera nel Signore, sii forte,  
si rinsaldi il tuo cuore e spera nel Signore.

- **Brano evangelico:** *"Non temere, credi soltanto" (Mc 5,36).*
- **Racconto: "Il raggio di sole"**  
Marta era triste perché aveva perso una gara a scuola. Il nonno le disse: "Guarda fuori: anche nelle giornate nuvolose c'è sempre un raggio di sole che spunta. Cerca quel raggio nel tuo cuore." Marta capì che, anche nei momenti difficili, la speranza non deve mancare mai.
- **Preghiera finale:** *"Signore, accendi nel mio cuore la luce della speranza che non si spegne mai."*

## 13. La bellezza del creato

- **Introduzione:** Il creato è un dono di Dio da custodire con amore.
- **Salmo:** *"I cieli narrano la gloria di Dio, l'opera delle sue mani annuncia il firmamento" (Sal 19,2).*

<sup>2</sup> I cieli narrano la gloria di Dio,  
l'opera delle sue mani annuncia il firmamento.

<sup>3</sup> Il giorno al giorno ne affida il racconto  
e la notte alla notte ne trasmette notizia.

<sup>4</sup> Senza linguaggio, senza parole,  
senza che si oda la loro voce,

<sup>5</sup> per tutta la terra si diffonde il loro annuncio  
e ai confini del mondo il loro messaggio.

Là pose una tenda per il sole  
<sup>6</sup> che esce come sposo dalla stanza nuziale:  
esulta come un prode che percorre la via.

<sup>7</sup> Sorge da un estremo del cielo  
e la sua orbita raggiunge l'altro estremo:  
nulla si sottrae al suo calore.

<sup>8</sup> La legge del Signore è perfetta,  
rinfranca l'anima;  
la testimonianza del Signore è stabile,  
rende saggio il semplice.

<sup>9</sup> I precetti del Signore sono retti,  
fanno gioire il cuore;  
il comando del Signore è limpido,  
illumina gli occhi.

<sup>10</sup> Il timore del Signore è puro,  
rimane per sempre;  
i giudizi del Signore sono fedeli,  
sono tutti giusti,

<sup>11</sup> più preziosi dell'oro,  
di molto oro fino,  
più dolci del miele  
e di un favo stillante.

<sup>12</sup> Anche il tuo servo ne è illuminato,  
per chi li osserva è grande il profitto.

<sup>13</sup> Le inavvertenze, chi le discerne?  
Assolvimi dai peccati nascosti.

<sup>14</sup> Anche dall'orgoglio salva il tuo servo  
perché su di me non abbia potere;  
allora sarò irreprensibile,  
sarò puro da grave peccato.

<sup>15</sup> Ti siano gradite le parole della mia bocca;  
davanti a te i pensieri del mio cuore,  
Signore, mia roccia e mio redentore.

- **Brano evangelico:** *"Guardate gli uccelli del cielo: non seminano e non mietono, eppure il Padre vostro celeste li nutre" (Mt 6,26).*
- **Racconto: "Il fiore nel deserto"**  
Durante una gita, Filippo trovò un piccolo fiore che cresceva in mezzo alle rocce. Lo fotografò per non coglierlo. Quando lo mostrò alla classe, tutti rimasero stupiti. Filippo disse: "Anche un fiore piccolo ci ricorda quanto è grande Dio."
- **Preghiera finale:** *"Signore, aiutami a custodire il mondo che hai creato con le mie mani e il mio cuore."*

## 14. L'amicizia come dono

- **Introduzione:** L'amicizia è una strada che ci conduce a Dio.
- **Salmo:** *"Un amico ama sempre; un fratello è nato per l'avversità" (Pr 17,17).*

### SALMO 3

<sup>2</sup> Signore, quanti sono i miei avversari!  
Molti contro di me insorgono.

<sup>3</sup> Molti dicono della mia vita:  
"Per lui non c'è salvezza in Dio!".

<sup>4</sup> Ma tu sei mio scudo, Signore,  
sei la mia gloria e tieni alta la mia testa.

<sup>5</sup> A gran voce grido al Signore  
ed egli mi risponde dalla sua santa montagna.

<sup>6</sup> Io mi corico, mi addormento e mi risveglio:  
il Signore mi sostiene.

<sup>7</sup> Non temo la folla numerosa  
che intorno a me si è accampata.

<sup>8</sup> Sorgi, Signore! Salvami, Dio mio!  
Tu hai colpito alla mascella tutti i miei nemici,  
hai spezzato i denti dei malvagi.

<sup>9</sup> La salvezza viene dal Signore:  
sul tuo popolo la tua benedizione.

- **Brano evangelico:** *"Vi ho chiamati amici, perché tutto ciò che ho udito dal Padre l'ho fatto conoscere a voi" (Gv 15,15).*
- **Racconto: "La corda invisibile"**  
Emma e Chiara erano migliori amiche, ma un giorno litigarono e smisero di parlarsi. Un insegnante raccontò loro una storia di amicizia e disse: "L'amicizia è come una corda invisibile: anche se si spezza, può essere riannodata." Le due bambine decisero di ricucire il loro legame, più forte di prima.
- **Preghiera finale:** *"Signore, grazie per i miei amici. Aiutami a essere un vero amico per loro."*

## 15. Il dono della gioia

- **Introduzione:** La gioia è un regalo che possiamo condividere con tutti.
- **Salmo:** *"Tu mi insegni la via della vita, gioia piena nella tua presenza" (Sal 16,11).*

Proteggimi, o Dio: in te mi rifugio.

<sup>2</sup> Ho detto al Signore: "Il mio Signore sei tu, solo in te è il mio bene".

<sup>3</sup> Agli idoli del paese, agli dèi potenti andava tutto il mio favore.

<sup>4</sup> Moltiplicano le loro pene quelli che corrono dietro a un dio straniero. Io non spanderò le loro libagioni di sangue, né pronuncerò con le mie labbra i loro nomi.

<sup>5</sup> Il Signore è mia parte di eredità e mio calice: nelle tue mani è la mia vita.

<sup>6</sup> Per me la sorte è caduta su luoghi deliziosi: la mia eredità è stupenda.

<sup>7</sup> Benedico il Signore che mi ha dato consiglio; anche di notte il mio animo mi istruisce.

<sup>8</sup> Io pongo sempre davanti a me il Signore, sta alla mia destra, non potrò vacillare.

<sup>9</sup> Per questo gioisce il mio cuore ed esulta la mia anima; anche il mio corpo riposa al sicuro,

<sup>10</sup> perché non abbandonerai la mia vita negli inferi,  
né lascerai che il tuo fedele veda la fossa.

<sup>11</sup> Mi indicherai il sentiero della vita,  
gioia piena alla tua presenza,  
dolcezza senza fine alla tua destra.

- **Brano evangelico:** *"Vi ho detto queste cose perché la mia gioia sia in voi e la vostra gioia sia piena" (Gv 15,11).*
- **Racconto: "Il sorriso contagioso"**  
Andrea era sempre sorridente. Un giorno, la maestra gli chiese il segreto della sua gioia. Andrea rispose: "Ogni mattina penso a una cosa bella da fare per qualcuno." La maestra, commossa, capì che la vera gioia è fare felici gli altri.
- **Preghiera finale:** *"Signore, riempi il mio cuore di gioia e fa' che possa portarla a chi è triste."*

## 16. La fiducia nei progetti di Dio

- **Introduzione:** Dio ha un progetto di amore per ciascuno di noi.
- **Salmo:** *"Io so i progetti che ho fatto per voi, dice il Signore: progetti di pace e non di sventura" (Ger 29,11).*

### SALMO 36

<sup>2</sup> Oracolo del peccato nel cuore del malvagio:  
non c'è paura di Dio davanti ai suoi occhi;

<sup>3</sup> perché egli s'illude con se stesso, davanti ai suoi occhi,  
nel non trovare la sua colpa e odiarla.

<sup>4</sup> Le sue parole sono cattiveria e inganno,  
rifiuta di capire, di compiere il bene.

<sup>5</sup> Trama cattiveria nel suo letto,  
si ostina su vie non buone,  
non respinge il male.

<sup>6</sup> Signore, il tuo amore è nel cielo,  
la tua fedeltà fino alle nubi,

<sup>7</sup> la tua giustizia è come le più alte montagne,  
il tuo giudizio come l'abisso profondo:  
uomini e bestie tu salvi, Signore.

<sup>8</sup> Quanto è prezioso il tuo amore, o Dio!  
Si rifugiano gli uomini all'ombra delle tue ali,

<sup>9</sup> si saziano dell'abbondanza della tua casa:  
tu li disseti al torrente delle tue delizie.

<sup>10</sup> È in te la sorgente della vita,  
alla tua luce vediamo la luce.

<sup>11</sup> Riversa il tuo amore su chi ti riconosce,  
la tua giustizia sui retti di cuore.

<sup>12</sup> Non mi raggiunga il piede dei superbi  
e non mi scacci la mano dei malvagi.

<sup>13</sup> Ecco, sono caduti i malfattori:  
abbattuti, non possono rialzarsi.

- **Brano evangelico:** *"Non si muove foglia senza il volere del Padre vostro" (Mt 10,29).*
- **Racconto: "Il puzzle incompleto"**  
Lucia cercava di completare un puzzle, ma mancava un pezzo. Suo papà le disse: "Dio vede il quadro completo, anche quando a noi manca un pezzo. Fidati di Lui." Il giorno dopo trovarono il pezzo mancante sotto il tappeto, e Lucia capì che a volte bisogna solo aspettare con fiducia.
- **Preghiera finale:** *"Signore, insegnami ad affidarmi ai tuoi progetti, anche quando non li capisco."*

# 17. Il coraggio della fede

- **Introduzione:** La fede ci dà la forza per affrontare ogni prova.
- **Salmo:** *"Il Signore è la mia forza e il mio scudo; in lui confida il mio cuore" (Sal 28,7).*

A te grido, Signore, mia roccia,  
con me non tacere:  
se tu non mi parli,  
sono come chi scende nella fossa.

2 Ascolta la voce della mia supplica,  
quando a te grido aiuto,  
quando alzo le mie mani  
verso il tuo santo tempio.

<sup>3</sup> Non trascinarvi via con malvagi e malfattori,  
che parlano di pace al loro prossimo,  
ma hanno la malizia nel cuore.

<sup>4</sup> Ripagali secondo il loro agire,  
secondo la malvagità delle loro azioni;  
secondo le opere delle loro mani,  
rendi loro quanto meritano.

<sup>5</sup> Non hanno compreso l'agire del Signore  
e l'opera delle sue mani:  
egli li demolirà, senza più riedificarli.

<sup>6</sup> Sia benedetto il Signore,  
che ha dato ascolto alla voce della mia supplica.

<sup>7</sup> Il Signore è mia forza e mio scudo,  
in lui ha confidato il mio cuore.  
Mi ha dato aiuto: esulta il mio cuore,

con il mio canto voglio rendergli grazie.

<sup>8</sup> Forza è il Signore per il suo popolo,  
rifugio di salvezza per il suo consacrato.

<sup>9</sup> Salva il tuo popolo e benedici la tua eredità,  
sii loro pastore e sostegno per sempre.

- **Brano evangelico:** *"Non abbiate paura, sono io!" (Mc 6,50).*
- **Racconto: "Il salto nel vuoto"**  
Durante una gita al parco avventura, Francesco aveva paura di lanciarsi dalla zipline. L'istruttore gli disse: "Fidati dell'imbracatura, non ti lascerà cadere." Con coraggio, Francesco si lanciò e scoprì che era stato bellissimo. Quella sera, capì che fidarsi di Dio è come affidarsi all'imbracatura: non ti lascia mai.
- **Preghiera finale:** *"Signore, donami il coraggio di fidarmi di Te, sempre."*

## 18. La bellezza del silenzio

- **Introduzione:** Nel silenzio possiamo ascoltare la voce di Dio.
- **Salmo:** *"Fermatevi e sappiate che io sono Dio" (Sal 46,10).*

<sup>2</sup> Dio è per noi rifugio e fortezza,  
aiuto infallibile si è mostrato nelle angosce.

<sup>3</sup> Perciò non temiamo se trema la terra,  
se vacillano i monti nel fondo del mare.

<sup>4</sup> Fremano, si gonfino le sue acque,  
si scuotano i monti per i suoi flutti.

<sup>5</sup> Un fiume e i suoi canali rallegrano la città di Dio,  
la più santa delle dimore dell'Altissimo.

<sup>6</sup> Dio è in mezzo ad essa: non potrà vacillare.  
Dio la soccorre allo spuntare dell'alba.

<sup>7</sup> Fremettero le genti, vacillarono i regni;  
egli tuonò: si sgretolò la terra.

<sup>8</sup> Il Signore degli eserciti è con noi,  
nostro baluardo è il Dio di Giacobbe.

<sup>9</sup> Venite, vedete le opere del Signore,  
egli ha fatto cose tremende sulla terra.

<sup>10</sup> Farà cessare le guerre sino ai confini della terra,  
romperà gli archi e spezzerà le lance,  
brucerà nel fuoco gli scudi.

<sup>11</sup> Fermatevi! Sappiate che io sono Dio,  
eccelso tra le genti, eccelso sulla terra.

<sup>12</sup> Il Signore degli eserciti è con noi,  
nostro baluardo è il Dio di Giacobbe.

- **Brano evangelico:** *"Gesù si ritirava in luoghi deserti per pregare" (Lc 5,16).*
- **Racconto: "La foresta silenziosa"**  
Durante una passeggiata nel bosco, il gruppo di ragazzi si fermò ad ascoltare il silenzio. Pian piano, iniziarono a sentire i suoni della natura: il cinguettio degli uccelli, il fruscio delle foglie. La guida disse: "Anche Dio parla così: devi fare silenzio per sentirlo."
- **Preghiera finale:** *"Signore, insegnami ad ascoltare la tua voce nel silenzio."*

## 19. La forza del perdono reciproco

- **Introduzione:** Perdonare è liberare il cuore da un peso.
- **Salmo:** *"Come è grande il tuo amore per chi ti teme, o Signore!" (Sal 103,11).*

Benedici il Signore, anima mia,  
quanto è in me benedica il suo santo nome.

<sup>2</sup> Benedici il Signore, anima mia,  
non dimenticare tutti i suoi benefici.

<sup>3</sup> Egli perdona tutte le tue colpe,  
guarisce tutte le tue infermità,

<sup>4</sup> salva dalla fossa la tua vita,  
ti circonda di bontà e misericordia,

<sup>5</sup> sazia di beni la tua vecchiaia,  
si rinnova come aquila la tua giovinezza.

<sup>6</sup> Il Signore compie cose giuste,  
difende i diritti di tutti gli oppressi.

<sup>7</sup> Ha fatto conoscere a Mosè le sue vie,  
le sue opere ai figli d'Israele.

<sup>8</sup> Misericordioso e pietoso è il Signore,  
lento all'ira e grande nell'amore.

<sup>9</sup> Non è in lite per sempre,  
non rimane adirato in eterno.

<sup>10</sup> Non ci tratta secondo i nostri peccati  
e non ci ripaga secondo le nostre colpe.

<sup>11</sup> Perché quanto il cielo è alto sulla terra,  
così la sua misericordia è potente su quelli che lo temono;

<sup>12</sup> quanto dista l'oriente dall'occidente,  
così egli allontana da noi le nostre colpe.

<sup>13</sup> Come è tenero un padre verso i figli,  
così il Signore è tenero verso quelli che lo temono,

<sup>14</sup> perché egli sa bene di che siamo plasmati,  
ricorda che noi siamo polvere.

<sup>15</sup> L'uomo: come l'erba sono i suoi giorni!  
Come un fiore di campo, così egli fiorisce.

<sup>16</sup> Se un vento lo investe, non è più,  
né più lo riconosce la sua dimora.

<sup>17</sup> Ma l'amore del Signore è da sempre,  
per sempre su quelli che lo temono,  
e la sua giustizia per i figli dei figli,

<sup>18</sup> per quelli che custodiscono la sua alleanza  
e ricordano i suoi precetti per osservarli.

<sup>19</sup> Il Signore ha posto il suo trono nei cieli  
e il suo regno domina l'universo.

<sup>20</sup> Benedite il Signore, angeli suoi,  
potenti esecutori dei suoi comandi,  
attenti alla voce della sua parola.

<sup>21</sup> Benedite il Signore, voi tutte sue schiere,  
suoi ministri, che eseguite la sua volontà.

<sup>22</sup> Benedite il Signore, voi tutte opere sue,  
in tutti i luoghi del suo dominio.  
Benedici il Signore, anima mia.

- **Brano evangelico:** *"Se tuo fratello pecca, perdonalo. Anche se pecca sette volte al giorno e sette volte torna da te dicendo: 'Mi pento', tu gli perdonerai" (Lc 17,3-4).*
- **Racconto: "La lavagna pulita"**  
Matteo era arrabbiato con il suo compagno di banco, Lorenzo. Il maestro prese una lavagna e scrisse su di essa tutte le loro lamentele. Poi disse: "Perdonare è come cancellare la lavagna. Guardate com'è pulita: possiamo ricominciare da capo." Matteo e Lorenzo sorrisero e si diedero la mano.
- **Preghiera finale:** *"Signore, aiutami a perdonare con il cuore, proprio come fai tu con me."*

## 20. La chiamata di Dio

- **Introduzione:** Dio chiama ciascuno di noi a qualcosa di speciale.
- **Salmo:** *"Eccomi, Signore, io vengo per fare la tua volontà" (Sal 40,8).*

<sup>2</sup> Ho sperato, ho sperato nel Signore,  
ed egli su di me si è chinato,  
ha dato ascolto al mio grido.

<sup>3</sup> Mi ha tratto da un pozzo di acque tumultuose,  
dal fango della palude;  
ha stabilito i miei piedi sulla roccia,  
ha reso sicuri i miei passi.

<sup>4</sup> Mi ha messo sulla bocca un canto nuovo,  
una lode al nostro Dio.  
Molti vedranno e avranno timore  
e confideranno nel Signore.

<sup>5</sup> Beato l'uomo che ha posto la sua fiducia nel Signore  
e non si volge verso chi segue gli idoli  
né verso chi segue la menzogna.

<sup>6</sup> Quante meraviglie hai fatto,  
tu, Signore, mio Dio,  
quanti progetti in nostro favore:  
nessuno a te si può paragonare!  
Se li voglio annunciare e proclamare,  
sono troppi per essere contati.

<sup>7</sup> Sacrificio e offerta non gradisci,  
gli orecchi mi hai aperto,  
non hai chiesto olocausto né sacrificio per il peccato.

<sup>8</sup> Allora ho detto: "Ecco, io vengo.  
Nel rotolo del libro su di me è scritto

<sup>9</sup> di fare la tua volontà:

mio Dio, questo io desidero;  
la tua legge è nel mio intimo".

<sup>10</sup> Ho annunciato la tua giustizia nella grande assemblea;  
vedi: non tengo chiuse le labbra, Signore, tu lo sai.

<sup>11</sup> Non ho nascosto la tua giustizia dentro il mio cuore,  
la tua verità e la tua salvezza ho proclamato.  
Non ho celato il tuo amore  
e la tua fedeltà alla grande assemblea.

<sup>12</sup> Non rifiutarmi, Signore, la tua misericordia;  
il tuo amore e la tua fedeltà mi proteggano sempre,

<sup>13</sup> perché mi circondano mali senza numero,  
le mie colpe mi opprimono e non riesco più a vedere:  
sono più dei capelli del mio capo,  
il mio cuore viene meno.

<sup>14</sup> Dégnati, Signore, di liberarmi;  
Signore, vieni presto in mio aiuto.

<sup>15</sup> Siano svergognati e confusi  
quanti cercano di togliermi la vita.  
Retrocedano, coperti d'infamia,  
quanti godono della mia rovina.

<sup>16</sup> Se ne tornino indietro pieni di vergogna  
quelli che mi dicono: "Ti sta bene!".

<sup>17</sup> Esultino e gioiscano in te  
quelli che ti cercano;  
dicano sempre: "Il Signore è grande!"  
quelli che amano la tua salvezza.

<sup>18</sup> Ma io sono povero e bisognoso:  
di me ha cura il Signore.  
Tu sei mio aiuto e mio liberatore:  
mio Dio, non tardare.

- **Brano evangelico:** *"Seguimi, e io farò di voi pescatori di uomini" (Mt 4,19).*
- **Racconto: "Il piccolo pastore"**  
Francesco, un bambino di campagna, amava aiutare il papà con le pecore. Un giorno, il parroco gli disse: "Anche tu, come un pastore, puoi portare gli altri verso Gesù." Francesco capì che Dio lo chiamava a essere una guida per chi lo circondava.
- **Preghiera finale:** *"Signore, mostrami la strada che hai preparato per me e dammi la forza di seguirla."*

## 21. Essere luce nel mondo

- **Introduzione:** Gesù ci invita a essere luce per gli altri.
- **Salmo:** *"Tu, Signore, sei luce alla mia lampada; il mio Dio rischiara le mie tenebre" (Sal 18,29).*

Ti amo, Signore, mia forza,

<sup>3</sup> Signore, mia roccia, mia fortezza, mio liberatore,  
mio Dio, mia rupe, in cui mi rifugio;  
mio scudo, mia potente salvezza e mio baluardo.

<sup>4</sup> Invoco il Signore, degno di lode,  
e sarò salvato dai miei nemici.

<sup>5</sup> Mi circondavano flutti di morte,  
mi travolgevano torrenti infernali;

<sup>6</sup> già mi avvolgevano i lacci degli inferi,  
già mi stringevano agguati mortali.

<sup>7</sup> Nell'angoscia invocai il Signore,  
nell'angoscia gridai al mio Dio:  
dal suo tempio ascoltò la mia voce,  
a lui, ai suoi orecchi, giunse il mio grido.

<sup>8</sup> La terra tremò e si scosse;  
vacillarono le fondamenta dei monti,  
si scossero perché egli era adirato.

<sup>9</sup> Dalle sue narici saliva fumo,  
dalla sua bocca un fuoco divorante;  
da lui sprizzavano carboni ardenti.

<sup>10</sup> Abbassò i cieli e discese,

una nube oscura sotto i suoi piedi.

11 Cavalcava un cherubino e volava,  
si librava sulle ali del vento.

<sup>12</sup> Si avvolgeva di tenebre come di un velo,  
di acque oscure e di nubi come di una tenda.

<sup>13</sup> Davanti al suo fulgore passarono le nubi,  
con grandine e carboni ardenti.

<sup>14</sup> Il Signore tuonò dal cielo,  
l'Altissimo fece udire la sua voce:  
grandine e carboni ardenti.

<sup>15</sup> Scagliò saette e li disperse,  
fulminò con folgori e li sconfisse.

<sup>16</sup> Allora apparve il fondo del mare,  
si scoprirono le fondamenta del mondo,  
per la tua minaccia, Signore,  
per lo spirare del tuo furore.

17 Stese la mano dall'alto e mi prese,  
mi sollevò dalle grandi acque,

<sup>18</sup> mi liberò da nemici potenti,  
da coloro che mi odiavano  
ed erano più forti di me.

<sup>19</sup> Mi assalirono nel giorno della mia sventura,  
ma il Signore fu il mio sostegno;

<sup>20</sup> mi portò al largo,  
mi liberò perché mi vuol bene.

<sup>21</sup> Il Signore mi tratta secondo la mia giustizia,  
mi ripaga secondo l'innocenza delle mie mani,

<sup>22</sup> perché ho custodito le vie del Signore,  
non ho abbandonato come un empio il mio Dio.

<sup>23</sup> I suoi giudizi mi stanno tutti davanti,  
non ho respinto da me la sua legge;

<sup>24</sup> ma integro sono stato con lui  
e mi sono guardato dalla colpa.

<sup>25</sup> Il Signore mi ha ripagato secondo la mia giustizia,  
secondo l'innocenza delle mie mani davanti ai suoi occhi.

<sup>26</sup> Con l'uomo buono tu sei buono,  
con l'uomo integro tu sei integro,

<sup>27</sup> con l'uomo puro tu sei puro  
e dal perverso non ti fai ingannare.

<sup>28</sup> Perché tu salvi il popolo dei poveri,  
ma abbassi gli occhi dei superbi.

<sup>29</sup> Signore, tu dai luce alla mia lampada;  
il mio Dio rischiarerà le mie tenebre.

<sup>30</sup> Con te mi getterò nella mischia,  
con il mio Dio scavalcherò le mura.

<sup>31</sup> La via di Dio è perfetta,  
la parola del Signore è purificata nel fuoco;  
egli è scudo per chi in lui si rifugia.

<sup>32</sup> Infatti, chi è Dio, se non il Signore?  
O chi è roccia, se non il nostro Dio?

**Brano evangelico:** *"Voi siete la luce del mondo" (Mt 5,14).*

- **Racconto: "La candela accesa"**

Durante una veglia, Maria teneva in mano una candela accesa.

Guardandola, pensò: "Questa luce illumina la stanza, proprio come posso fare io con i miei gesti d'amore." Da quel giorno, Maria decise di fare piccoli atti di gentilezza ogni giorno, diventando una luce per chi le stava accanto.

- **Preghiera finale:** *"Signore, aiutami a portare la tua luce nel mondo, ovunque io vada."*

## 22. La pazienza nei momenti difficili

**Introduzione:** La pazienza è una virtù che ci aiuta a superare le prove.

- **Salmo:** "Abbi pazienza nel Signore, attendi con fiducia" (Sal 37,7).

*Alef* Non irritarti a causa dei malvagi,  
non invidiare i malfattori.

2 Come l'erba presto appassiranno;  
come il verde del prato avvizziranno.

*Bet* 3 Confida nel Signore e fa' il bene:  
abiterai la terra e vi pascolerai con sicurezza.

<sup>4</sup> Cerca la gioia nel Signore:  
esaudirà i desideri del tuo cuore.

*Ghimel* <sup>5</sup> Affida al Signore la tua via,  
confida in lui ed egli agirà:

<sup>6</sup> farà brillare come luce la tua giustizia,  
il tuo diritto come il mezzogiorno.

*Dalet* <sup>7</sup> Sta' in silenzio davanti al Signore e spera in lui;  
non irritarti per chi ha successo,  
per l'uomo che trama insidie.

*He* <sup>8</sup> Desisti dall'ira e deponi lo sdegno,  
non irritarti: non ne verrebbe che male;

<sup>9</sup> perché i malvagi saranno eliminati,  
ma chi spera nel Signore avrà in eredità la terra.

*Vau* <sup>10</sup> Ancora un poco e il malvagio scompare:  
cerchi il suo posto, ma lui non c'è più.

11 I poveri invece avranno in eredità la terra e godranno di una grande pace.

*Zain* <sup>12</sup> Il malvagio trama contro il giusto, contro di lui digrigna i denti.

<sup>13</sup> Ma il Signore ride di lui, perché vede arrivare il suo giorno.

*Het* <sup>14</sup> I malvagi sfoderano la spada e tendono l'arco per abbattere il povero e il misero, per uccidere chi cammina onestamente.

<sup>15</sup> Ma la loro spada penetrerà nel loro cuore e i loro archi saranno spezzati.

*Tet* <sup>16</sup> È meglio il poco del giusto che la grande abbondanza dei malvagi;

<sup>17</sup> le braccia dei malvagi saranno spezzate, ma il Signore è il sostegno dei giusti.

- **Brano evangelico:** *"Con la vostra perseveranza salverete le vostre anime" (Lc 21,19).*
- **Racconto: "Il bruco e la farfalla"**  
Beatrice osservava un bruco nel suo giardino e voleva aiutarlo a uscire dal bozzolo. La nonna le disse: "Deve farlo da solo: è così che diventerà una farfalla." Beatrice imparò che la pazienza e le difficoltà aiutano a crescere.
- **Preghiera finale:** *"Signore, insegnami a essere paziente e a fidare nei tuoi tempi."*

## 23. Il coraggio di testimoniare

- **Introduzione:** Dio ci chiama a parlare di Lui con gli altri.
- **Salmo:** *"Il Signore è la mia forza e il mio canto" (Sal 118,14).*

<sup>1</sup> Rendete grazie al Signore perché è buono, perché il suo amore è per sempre.

<sup>2</sup> Dica Israele:  
"Il suo amore è per sempre".

<sup>3</sup> Dica la casa di Aronne:  
"Il suo amore è per sempre".

<sup>4</sup> Dicano quelli che temono il Signore:  
"Il suo amore è per sempre".

<sup>5</sup> Nel pericolo ho gridato al Signore:  
mi ha risposto, il Signore, e mi ha tratto in salvo.

<sup>6</sup> Il Signore è per me, non avrò timore:  
che cosa potrà farmi un uomo?

<sup>7</sup> Il Signore è per me, è il mio aiuto,  
e io guarderò dall'alto i miei nemici.

<sup>8</sup> È meglio rifugiarsi nel Signore  
che fidarsi nell'uomo.

<sup>9</sup> È meglio rifugiarsi nel Signore  
che fidarsi nei potenti.

<sup>10</sup> Tutte le nazioni mi hanno circondato,  
ma nel nome del Signore le ho distrutte.

<sup>11</sup> Mi hanno circondato, mi hanno accerchiato,

ma nel nome del Signore le ho distrutte.

<sup>12</sup> Mi hanno circondato come api,  
come fuoco che divampa tra i rovi,  
ma nel nome del Signore le ho distrutte.

<sup>13</sup> Mi avevano spinto con forza per farmi cadere,  
ma il Signore è stato il mio aiuto.

<sup>14</sup> Mia forza e mio canto è il Signore,  
egli è stato la mia salvezza.

<sup>15</sup> Grida di giubilo e di vittoria  
nelle tende dei giusti:  
la destra del Signore ha fatto prodezze,

<sup>16</sup> la destra del Signore si è innalzata,  
la destra del Signore ha fatto prodezze.

<sup>17</sup> Non morirò, ma resterò in vita  
e annuncerò le opere del Signore.

<sup>18</sup> Il Signore mi ha castigato duramente,  
ma non mi ha consegnato alla morte.

<sup>19</sup> Apritemi le porte della giustizia:  
vi entrerò per ringraziare il Signore.

<sup>20</sup> È questa la porta del Signore:  
per essa entrano i giusti.

<sup>21</sup> Ti rendo grazie, perché mi hai risposto,  
perché sei stato la mia salvezza.

<sup>22</sup> La pietra scartata dai costruttori  
è divenuta la pietra d'angolo.

<sup>23</sup> Questo è stato fatto dal Signore:  
una meraviglia ai nostri occhi.

<sup>24</sup> Questo è il giorno che ha fatto il Signore:  
rallegriamoci in esso ed esultiamo!

<sup>25</sup> Ti preghiamo, Signore: dona la salvezza!  
Ti preghiamo, Signore: dona la vittoria!

<sup>26</sup> Benedetto colui che viene nel nome del Signore.  
Vi benediciamo dalla casa del Signore.

<sup>27</sup> Il Signore è Dio, egli ci illumina.  
Formate il corteo con rami frondosi  
fino agli angoli dell'altare.

<sup>28</sup> Sei tu il mio Dio e ti rendo grazie,  
sei il mio Dio e ti esalto.

<sup>29</sup> Rendete grazie al Signore, perché è buono,  
perché il suo amore è per sempre.

- **Brano evangelico:** *"Chi mi riconoscerà davanti agli uomini, anch'io lo riconoscerò davanti al Padre mio" (Mt 10,32).*
- **Racconto: "La croce sul diario"**  
Matteo disegnò una piccola croce sulla prima pagina del suo diario. I suoi compagni gli chiesero perché l'avesse fatto. "Per ricordarmi che Gesù è sempre con me," rispose. Da quel giorno, Matteo non ebbe più paura di parlare della sua fede.
- **Preghiera finale:** *"Signore, donami il coraggio di essere un tuo testimone ogni giorno."*

## 24. La forza dell'unità

- **Introduzione:** Uniti siamo più forti e più vicini a Dio.
- **Salmo:** *"Ecco quanto è buono e quanto è dolce che i fratelli vivano insieme!" (Sal 133,1).*

Ecco, com'è bello e com'è dolce  
che i fratelli vivano insieme!

2 È come olio prezioso versato sul capo,  
che scende sulla barba, la barba di Aronne,  
che scende sull'orlo della sua veste.

3 È come la rugiada dell'Ermon,  
che scende sui monti di Sion.  
Perché là il Signore manda la benedizione,  
la vita per sempre.

- **Brano evangelico:** *"Dove sono due o tre riuniti nel mio nome, io sono in mezzo a loro" (Mt 18,20).*
- **Racconto: "I rami spezzati"**  
Il catechista mostrò un fascio di rami legati insieme: nessuno riusciva a spezzarli. Poi li sciolse, e ogni ramo si spezzò facilmente. "Così è la comunità: uniti, siamo più forti." I bambini capirono l'importanza di camminare insieme.
- **Preghiera finale:** *"Signore, aiutaci a vivere uniti come una famiglia nel tuo amore."*

## 25. La ricchezza della diversità

- **Introduzione:** Nella diversità scopriamo la bellezza di essere figli di Dio.
- **Salmo:** *"Tutte le genti che hai creato verranno e si prostreranno davanti a te, Signore" (Sal 86,9).*

Signore, tendi l'orecchio, rispondimi,  
perché io sono povero e misero.

<sup>2</sup> Custodiscimi perché sono fedele;  
tu, Dio mio, salva il tuo servo, che in te confida.

<sup>3</sup> Pietà di me, Signore,  
a te grido tutto il giorno.

<sup>4</sup> Rallegra la vita del tuo servo,  
perché a te, Signore, rivolgo l'anima mia.

<sup>5</sup> Tu sei buono, Signore, e perdoni,  
sei pieno di misericordia con chi t'invoca.

<sup>6</sup> Porgi l'orecchio, Signore, alla mia preghiera  
e sii attento alla voce delle mie suppliche.

<sup>7</sup> Nel giorno dell'angoscia alzo a te il mio grido  
perché tu mi rispondi.

<sup>8</sup> Fra gli dèi nessuno è come te, Signore,  
e non c'è nulla come le tue opere.

<sup>9</sup> Tutte le genti che hai creato verranno  
e si prostreranno davanti a te, Signore,  
per dare gloria al tuo nome.

<sup>10</sup> Grande tu sei e compi meraviglie:  
tu solo sei Dio.

<sup>11</sup> Mostrami, Signore, la tua via,  
perché nella tua verità io cammini;  
tieni unito il mio cuore,  
perché tema il tuo nome.

<sup>12</sup> Ti loderò, Signore, mio Dio, con tutto il cuore  
e darò gloria al tuo nome per sempre,

<sup>13</sup> perché grande con me è la tua misericordia:  
hai liberato la mia vita dal profondo degli inferi.

<sup>14</sup> O Dio, gli arroganti contro di me sono insorti  
e una banda di prepotenti insidia la mia vita,  
non pongono te davanti ai loro occhi.

<sup>15</sup> Ma tu, Signore, Dio misericordioso e pietoso,  
lento all'ira e ricco di amore e di fedeltà,

<sup>16</sup> volgiti a me e abbi pietà:  
dona al tuo servo la tua forza,  
salva il figlio della tua serva.

<sup>17</sup> Dammi un segno di bontà;  
vedano quelli che mi odiano e si vergognino,  
perché tu, Signore, mi aiuti e mi consoli.

- **Brano evangelico:** *"Amatevi gli uni gli altri come io vi ho amato" (Gv 13,34).*
- **Racconto: "I colori dell'arcobaleno"**  
Durante una giornata di pioggia, il maestro chiese ai bambini di disegnare un arcobaleno. Ogni bambino usò colori diversi, ma tutti erano belli. "Così è il mondo: ogni persona è unica, ma insieme siamo meravigliosi."
- **Preghiera finale:** *"Signore, grazie per la bellezza che c'è nelle nostre differenze."*

## 26. La forza della preghiera

- **Introduzione:** La preghiera è il nostro dialogo con Dio.
- **Salmo:** *"Invocherai il Signore, ed egli ti risponderà" (Is 58,9).*

<sup>1</sup>Grida a squarciagola, non avere riguardo;  
alza la voce come il corno,  
dichiara al mio popolo i suoi delitti,  
alla casa di Giacobbe i suoi peccati.

<sup>2</sup>Mi cercano ogni giorno,  
bramano di conoscere le mie vie,  
come un popolo che pratichi la giustizia  
e non abbia abbandonato il diritto del suo Dio;  
mi chiedono giudizi giusti,  
bramano la vicinanza di Dio:

<sup>3</sup>"Perché digiunare, se tu non lo vedi,  
mortificarci, se tu non lo sai?".  
Ecco, nel giorno del vostro digiuno curate i vostri affari,  
angariate tutti i vostri operai.

<sup>4</sup>Ecco, voi digiunate fra litigi e alterchi  
e colpendo con pugni iniqui.  
Non digiunate più come fate oggi,  
così da fare udire in alto il vostro chiasso.

<sup>5</sup>È forse come questo il digiuno che bramo,  
il giorno in cui l'uomo si mortifica?  
Piegare come un giunco il proprio capo,  
usare sacco e cenere per letto,  
forse questo vorresti chiamare digiuno  
e giorno gradito al Signore?

<sup>6</sup>Non è piuttosto questo il digiuno che voglio:  
sciogliere le catene inique,  
togliere i legami del giogo,  
rimandare liberi gli oppressi  
e spezzare ogni giogo?

<sup>7</sup>Non consiste forse nel dividere il pane con l'affamato,  
nell'introdurre in casa i miseri, senza tetto,  
nel vestire uno che vedi nudo,  
senza trascurare i tuoi parenti?

<sup>8</sup>Allora la tua luce sorgerà come l'aurora,  
la tua ferita si rimarginerà presto.  
Davanti a te camminerà la tua giustizia,  
la gloria del Signore ti seguirà.

<sup>9</sup>Allora invocherai e il Signore ti risponderà,  
implorerai aiuto ed egli dirà: "Eccomi!".  
Se toglierai di mezzo a te l'oppressione,  
il puntare il dito e il parlare empio,

<sup>10</sup>se aprirai il tuo cuore all'affamato,  
se sazierai l'afflitto di cuore,  
allora brillerà fra le tenebre la tua luce,  
la tua tenebra sarà come il meriggio.

<sup>11</sup>Ti guiderà sempre il Signore,  
ti sazierà in terreni aridi,  
rinvigorerà le tue ossa;  
sarai come un giardino irrigato  
e come una sorgente  
le cui acque non inaridiscono.

- **Brano evangelico:** *"Chiedete e vi sarà dato; cercate e troverete; bussate e vi sarà aperto" (Mt 7,7).*
- **Racconto: "La lettera speciale"**  
Anna scrisse una lettera a Dio, raccontandogli le sue paure e i suoi desideri. La mise sotto il cuscino e, il giorno dopo, si sentì più serena. Capì che pregare è come scrivere una lettera: anche se non vediamo il destinatario, sappiamo che ci ascolta.
- **Preghiera finale:** *"Signore, aiutami a parlare con te ogni giorno, con fiducia e amore."*

## 27. L'amore per i più deboli

- **Introduzione:** Gesù ci invita a prenderci cura dei più fragili.
- **Salmo:** *"Difendi il debole e l'orfano, rendi giustizia al povero e all'indigente" (Sal 82,3).*

Dio presiede l'assemblea divina,  
giudica in mezzo agli dèi:

<sup>2</sup> "Fino a quando emetterete sentenze ingiuste  
e sosterrate la parte dei malvagi?"

<sup>3</sup> Difendete il debole e l'orfano,  
al povero e al misero fate giustizia!

<sup>4</sup> Salvate il debole e l'indigente,  
liberatelo dalla mano dei malvagi!".

<sup>5</sup> Non capiscono, non vogliono intendere,  
camminano nelle tenebre;  
vacillano tutte le fondamenta della terra.

<sup>6</sup> Io ho detto: "Voi siete dèi,  
siete tutti figli dell'Altissimo,

<sup>7</sup> ma certo morirete come ogni uomo,  
cadrete come tutti i potenti".

<sup>8</sup> Alzati, o Dio, a giudicare la terra,  
perché a te appartengono tutte le genti!

- **Brano evangelico:** *"Venite, benedetti del Padre mio, perché ero affamato e mi avete dato da mangiare" (Mt 25,34-35).*
- **Racconto: "L'abbraccio al nonno"**  
Marco notò che suo nonno sembrava triste perché si muoveva con fatica. Decise di passare più tempo con lui, giocando e ascoltando le sue storie. Un giorno, il nonno gli disse: "Grazie, mi fai sentire importante." Marco capì che l'amore per i più deboli è un dono prezioso.
- **Preghiera finale:** *"Signore, apri i miei occhi per vedere chi ha bisogno del mio aiuto e del mio affetto."*

## 28. Il dono della pace

- **Introduzione:** La pace è un dono che nasce dal cuore.
- **Salmo:** *"Cerca la pace e perseguila" (Sal 34,15).*

*Alef*<sup>2</sup> Benedirò il Signore in ogni tempo,  
sulla mia bocca sempre la sua lode.

*Bet*<sup>3</sup> Io mi glorio nel Signore:  
i poveri ascoltino e si rallegriano.

*Ghimel*<sup>4</sup> Magnificate con me il Signore,  
esaltiamo insieme il suo nome.

*Dalet*<sup>5</sup> Ho cercato il Signore: mi ha risposto  
e da ogni mia paura mi ha liberato.

*He*<sup>6</sup> Guardate a lui e sarete raggianti,  
i vostri volti non dovranno arrossire.

*Zain*<sup>7</sup> Questo povero grida e il Signore lo ascolta,  
lo salva da tutte le sue angosce.

*Het*<sup>8</sup> L'angelo del Signore si accampa  
attorno a quelli che lo temono, e li libera.

*Tet*<sup>9</sup> Gustate e vedete com'è buono il Signore;  
beato l'uomo che in lui si rifugia.

*Iod*<sup>10</sup> Temete il Signore, suoi santi:  
nulla manca a coloro che lo temono.

*Caf*<sup>11</sup> I leoni sono miseri e affamati,  
ma a chi cerca il Signore non manca alcun bene.

*Lamed* <sup>12</sup> Venite, figli, ascoltate:  
vi insegnerò il timore del Signore.

*Mem* <sup>13</sup> Chi è l'uomo che desidera la vita  
e ama i giorni in cui vedere il bene?

*Nun* <sup>14</sup> Custodisci la lingua dal male,  
le labbra da parole di menzogna.

*Samec* <sup>15</sup> Sta' lontano dal male e fa' il bene,  
cerca e persegui la pace.

*Ain* <sup>16</sup> Gli occhi del Signore sui giusti,  
i suoi orecchi al loro grido di aiuto.

*Pe* <sup>17</sup> Il volto del Signore contro i malfattori,  
per eliminarne dalla terra il ricordo.

*Sade* <sup>18</sup> Gridano e il Signore li ascolta,  
li libera da tutte le loro angosce.

*Kof* <sup>19</sup> Il Signore è vicino a chi ha il cuore spezzato,  
egli salva gli spiriti affranti.

*Res* <sup>20</sup> Molti sono i mali del giusto,  
ma da tutti lo libera il Signore.

*Sin* <sup>21</sup> Custodisce tutte le sue ossa:  
neppure uno sarà spezzato.

*Tau* <sup>22</sup> Il male fa morire il malvagio  
e chi odia il giusto sarà condannato.

<sup>23</sup> Il Signore riscatta la vita dei suoi servi;  
non sarà condannato chi in lui si rifugia.

- **Brano evangelico:** *"Vi lascio la pace, vi do la mia pace" (Gv 14,27).*
- **Racconto: "Il litigio nel cortile"**  
Nel cortile della scuola, due amici litigarono per un gioco. Un compagno intervenne: "Non vale la pena litigare, possiamo trovare un compromesso." I due amici si calmarono e decisero di riprendere a giocare insieme. Da quel giorno, il cortile diventò un luogo più sereno per tutti.
- **Preghiera finale:** *"Signore, fa' di me un costruttore di pace, nelle piccole e grandi situazioni della vita."*

## 29. Essere testimoni di speranza

- **Introduzione:** Portare speranza è un modo per avvicinarsi a Dio.
- **Salmo:** *"Spera nel Signore, sii forte, si rinfranchi il tuo cuore" (Sal 27,14).*

<sup>1</sup> Il Signore è mia luce e mia salvezza:  
di chi avrò timore?  
Il Signore è difesa della mia vita:  
di chi avrò paura?

<sup>2</sup> Quando mi assalgono i malvagi  
per divorarmi la carne,  
sono essi, avversari e nemici,  
a inciampare e cadere.

<sup>3</sup> Se contro di me si accampa un esercito,  
il mio cuore non teme;  
se contro di me si scatena una guerra,  
anche allora ho fiducia.

<sup>4</sup> Una cosa ho chiesto al Signore,  
questa sola io cerco:  
abitare nella casa del Signore  
tutti i giorni della mia vita,  
per contemplare la bellezza del Signore  
e ammirare il suo santuario.

<sup>5</sup> Nella sua dimora mi offre riparo  
nel giorno della sventura.  
Mi nasconde nel segreto della sua tenda,  
sopra una roccia mi innalza.

<sup>6</sup> E ora rialzo la testa  
sui nemici che mi circondano.

Immolerò nella sua tenda sacrifici di vittoria,  
inni di gioia canterò al Signore.

<sup>7</sup> Ascolta, Signore, la mia voce.  
Io grido: abbi pietà di me, rispondimi!

<sup>8</sup> Il mio cuore ripete il tuo invito:  
"Cercate il mio volto!".  
Il tuo volto, Signore, io cerco.

<sup>9</sup> Non nascondermi il tuo volto,  
non respingere con ira il tuo servo.  
Sei tu il mio aiuto, non lasciarmi,  
non abbandonarmi, Dio della mia salvezza.

<sup>10</sup> Mio padre e mia madre mi hanno abbandonato,  
ma il Signore mi ha raccolto.

<sup>11</sup> Mostrami, Signore, la tua via,  
guidami sul retto cammino,  
perché mi tendono insidie.

<sup>12</sup> Non gettarmi in preda ai miei avversari.  
Contro di me si sono alzati falsi testimoni  
che soffiano violenza.

<sup>13</sup> Sono certo di contemplare la bontà del Signore  
nella terra dei viventi.

<sup>14</sup> Spera nel Signore, sii forte,  
si rinsaldi il tuo cuore e spera nel Signore.

- **Brano evangelico:** *"Io sono con voi tutti i giorni, fino alla fine del mondo" (Mt 28,20).*
- **Racconto: "La bottiglia dei desideri"**  
In un campo estivo, i ragazzi scrissero messaggi di speranza e li misero in bottiglie di plastica, trasformandole in decorazioni. Ogni volta che qualcuno le leggeva, sorrideva. Uno dei ragazzi disse: "Anche un piccolo gesto può dare speranza."
- **Preghiera finale:** *"Signore, fa' di me un portatore di speranza, ovunque io vada."*

## 30. La gioia del Giubileo

- **Introduzione:** Il Giubileo è un tempo di grazia e gioia condivisa.
- **Salmo:** *"Esultate, giusti, nel Signore; per gli uomini retti è bella la lode" (Sal 33,1).*

1 Esultate, o giusti, nel Signore;  
per gli uomini retti è bella la lode.

<sup>2</sup> Lodate il Signore con la cetra,  
con l'arpa a dieci corde a lui cantate.

<sup>3</sup> Cantate al Signore un canto nuovo,  
con arte suonate la cetra e acclamate,

<sup>4</sup> perché retta è la parola del Signore  
e fedele ogni sua opera.

<sup>5</sup> Egli ama la giustizia e il diritto;  
dell'amore del Signore è piena la terra.

6 Dalla parola del Signore furono fatti i cieli,  
dal soffio della sua bocca ogni loro schiera.

<sup>7</sup> Come in un otre raccoglie le acque del mare,  
chiude in riserve gli abissi.

<sup>8</sup> Tema il Signore tutta la terra,  
tremino davanti a lui gli abitanti del mondo,

<sup>9</sup> perché egli parlò e tutto fu creato,  
comandò e tutto fu compiuto.

<sup>10</sup> Il Signore annulla i disegni delle nazioni,  
rende vani i progetti dei popoli.

<sup>11</sup> Ma il disegno del Signore sussiste per sempre,  
i progetti del suo cuore per tutte le generazioni.

<sup>12</sup> Beata la nazione che ha il Signore come Dio,  
il popolo che egli ha scelto come sua eredità.

<sup>13</sup> Il Signore guarda dal cielo:  
egli vede tutti gli uomini;

<sup>14</sup> dal trono dove siede  
scruta tutti gli abitanti della terra,

<sup>15</sup> lui, che di ognuno ha plasmato il cuore  
e ne comprende tutte le opere.

<sup>16</sup> Il re non si salva per un grande esercito  
né un prode scampa per il suo grande vigore.

<sup>17</sup> Un'illusione è il cavallo per la vittoria,  
e neppure un grande esercito può dare salvezza.

<sup>18</sup> Ecco, l'occhio del Signore è su chi lo teme,  
su chi spera nel suo amore,

<sup>19</sup> per liberarlo dalla morte  
e nutrirlo in tempo di fame.

<sup>20</sup> L'anima nostra attende il Signore:  
egli è nostro aiuto e nostro scudo.

<sup>21</sup> È in lui che gioisce il nostro cuore,  
nel suo santo nome noi confidiamo.

<sup>22</sup> Su di noi sia il tuo amore, Signore,  
come da te noi speriamo.

- **Brano evangelico:** *"Rallegratevi ed esultate, perché grande è la vostra ricompensa nei cieli" (Mt 5,12).*
- **Racconto: "La grande festa"**  
Durante una celebrazione del Giubileo, i bambini della parrocchia organizzarono una festa con canti, danze e sorrisi. Una bambina disse: "Oggi mi sento vicina a Gesù più che mai!" La comunità capì che il Giubileo è un'occasione per vivere la gioia di essere amati da Dio.
- **Preghiera finale:** *"Signore, grazie per il dono del Giubileo. Fa' che la tua gioia rimanga sempre nei nostri cuori."*