Uno della famiglia a nome di tutti recita questa preghiera:

Grazie Gesù per la nostra famiglia,
grazie per tutto ciò che di bello ci permetti di vivere
e per tutte le volte che ti sentiamo vicino
anche nei momenti di stanchezza.

Benedici Signore questo cibo
che questa sera condividiamo insieme.
e benedici tutte le famiglie dell'…….
(il nome del Continente che si ricorda),
molte di loro questa sera consumeranno
questo stesso cibo.

Si mangia con calma raccontandosi i fatti della giornata.

A conclusione della cena uno della famiglia a nome di tutti prega:

Signore rendi la nostra famiglia sempre più capace
di vivere in unità,
di aprire le porte la mondo,
alle sue ricchezze e alle sue fatiche.

La recita comune del Padre nostro e il segno della croce concludono la cena.

PS.: nelle case di molte famiglie povere non c'è la televisione! Sarebbe bello se, anche nelle nostre famiglie, durante una cena così particolare, la televisione resti spenta. Sarà una bella occasione, per genitori, figli e, se ci sono, nonni, per dialogare e raccontarsi.

A cura di Missio Giovani – Pescara

Centro Missionario Diocesano

Pescara- Penne

UNA CENA "POVERA"

CHE "ARRICCHISCE"

Un tempo per scegliere…

Quaresima 2017

La proposta:
usare come menù delle cene dei 5 venerdì di Quaresima (*giorni di per sé di astinenza*) quello di famiglie "povere" dei 5 continenti. Non deve essere una "serata folkloristica" e neppure un "far finta di...", ma una scelta di sobrietà e di condivisione con famiglie che vivono realtà molto diverse dalle nostre.
Non deve essere fatta per forza di venerdì. Decidete voi la sera migliore della settimana. Perchè non invitare anche amici?

Sul tavolo dove si mangia non fate mancare:

- **il Vangelo** aperto alla pagina del capitolo 5 di Matteo
- **una candela** accesa (*segno della presenza del Signore nella casa e a tavola con voi*).

Con il mondo a tavola!

Nel nome del Padre, del Figlio, dello Spirito Santo. Amen.

Si legge il brano del Vangelo di Matteo (5,43-48)

"Avete inteso che fu detto: Amerai il tuo prossimo e odierai il tuo nemico. Ma io vi dico: amate i vostri nemici e pregate per quelli che vi perseguitano, affinché siate figli del Padre vostro che è nei cieli; egli fa sorgere il suo sole sui cattivi e sui buoni, e fa piovere sui giusti e sugli ingiusti. Infatti, se amate quelli che vi amano, quale ricompensa ne avete? Non fanno così anche i pubblicani? E se date il saluto soltanto ai vostri fratelli, che cosa fate di straordinario? Non fanno così anche i pagani? Voi, dunque, siate perfetti come è perfetto il Padre vostro celeste".

Qualche istante di silenzio e poi ogni settimana è previsto un segno, un gesto diverso!

Un gesto:

- La prima settimana (*il tema è scegli di volerti bene*) faremo passare un cestino vuoto dove ciascuno porrà la propria mano, per qualche istante, per deporre lì ogni tristezza, rabbia, malumore della giornata prima di iniziare a mangiare.
- La seconda (*scegli la preghiera*) proveremo dopo il Vangelo a fare 1 minuto di silenzio oppure qualche preghiera spontanea!
- La terza (*scegli chi è diverso*) dopo il Vangelo, ciascuno avrà un foglietto su cui scriverà la caratteristica, il pregio più bello dell'altro, e glielo consegnerà.
- La quarta (*scegli chi è escluso*) aggiungiamo un posto a tavola!
- La quinta (*scegli di essere portatore di vita*) dopo il Vangelo ci scambiamo un segno di pace e di riconciliazione.

Viene servita la cena.

Il menù:
Questo che proponiamo è un menù possibile, facile da realizzare, a ciascuno la possibilità di variarlo e... di farcelo avere!

- La prima settimana come una famiglia povera dell'**Africa** mangeremo un piatto di riso in bianco e berremo solo acqua.
- La seconda come una famiglia povera dell'**Asia,** mangeremo un piatto di lenticchie e berremo solo acqua.
- La terza come una famiglia povera dell'**America Latina**, mangeremo un piatto di riso con i fagioli (neri!) e berremo solo acqua.
- La quarta come una famiglia povera dell'**Est Europa**, mangeremo una scodella di minestrone e berremo solo acqua
- La quinta come una famiglia povera dell'**Oceania**, mangeremo solo una scodella di macedonia e berremo solo acqua.