

## APPENDICE: SUSSIDI PER LE PRATICHE DI PREGHIERA

*Quand'ebbero terminato la preghiera...,  
tutti furono pieni di Spirito Santo  
e annunziavano la Parola di Dio con franchezza.  
La moltitudine di coloro che erano venuti alla fede  
aveva un cuor solo e un'anima sola...  
Erano assidui nella frazione del pane e nelle preghiere.*

[At 4,31-32; 2,42]

*Raccomando prima di tutto che si facciano  
domande, suppliche, preghiere e ringraziamenti  
per tutti gli uomini... e quanti sono al potere,  
perché trascorriamo una vita... tranquilla con pietà e dignità.  
Questa è una cosa bella e gradita a Dio, nostro salvatore,  
che vuole che tutti gli uomini siano salvati  
e arrivino alla conoscenza della verità...  
Ovunque, preghino alzando al cielo mani pure senza contese.*

[1Tm 2,1-8]

*“Pregate in continuazione. In ogni cosa rendete grazie”.  
“Accogliete la Parola seminata in voi e che può salvarvi...,  
serbandolo e meditando tutto in cuore”.  
“Cantate a Dio di cuore salmi, inni e cantici spirituali”.  
“Con la Cena... annunciate la morte del Signore finché venga”.  
“Adorate il Signore, Cristo, nei vostri cuori”.  
“Pregate l'un per l'altro: molto vale la preghiera del giusto”.  
“Ciascuno esamini se stesso per non essere giudicato”.  
“Confessatevi i vostri peccati per esserne guariti”.  
“Umiliatevi davanti al Signore, ed egli vi esalterà”.  
“Non disertate le nostre riunioni, ma esortatevi a vicenda”.*

[Cf 1Ts 5,17-18; Gc 1,21 e Lc 2,19; Col 3,16;  
1Cor 11,26; 1Pt 3,15; 1Cor 11,20.28; Gc 5,16; Gc 4,10; Eb 10,25]

Animati dallo *Spirito*, ci uniamo a *Cristo*  
continuamente rivolto al *Padre*  
e ne imitiamo la costante adesione alle realtà trascendenti.

La *pietà*, intesa come incessante esercizio  
di amore e di preghiera a Dio,  
si sviluppa personalmente nella comunità ecclesiale.

La *liturgia*, eccellente e insostituibile preghiera della Chiesa,  
occupa un posto preminente nella nostra vita di pietà.

L'*Eucaristia*, vita della nostra vita  
e sostegno reale del nostro quotidiano esodo,  
è culmine e fonte della nostra preghiera.

La *Parola* viva e operante nella *Scrittura*,  
lettera d'amore di Dio alla Chiesa,  
è la persona di Gesù da ascoltare e abbracciare.

L'*Agnello* sacramentalmente presente fra noi  
è la persona di Gesù da visitare e adorare.

A *Maria*, donna di preghiera,  
ci rivolgiamo perché preghi per noi e con noi.

Con l'*esame di coscienza*,  
la *confessione* sacramentale di lode e pentimento a Dio  
e le opere di una continua *conversione* a lui,  
rinnoviamo la nostra vita alla sua luce  
e ci disponiamo a ricevere il suo perdono.

Desiderando stare con il Signore  
per imparare da lui a vivere in lui,  
gli dedichiamo le *primizie* del nostro tempo ogni giorno,  
così che la *preghiera praticata* sovrabbondi in quella *diffusa*.

La *fedeltà alla preghiera* va conseguita con grande impegno,  
quale mezzo per conoscere Dio  
e garanzia per custodire e sviluppare la... vocazione.

[Dalle *costituzioni* del Gruppo]

## PREGHIERE COMUNI ECCLESIALI

«La pietà, intesa come incessante esercizio di amore e di preghiera a Dio, si sviluppa personalmente nella comunità ecclesiale». Pertanto «le preghiere fondamentali e più valide sono quelle insegnateci dalla Chiesa» e soprattutto quella trasmessaci da Gesù in persona, che non è una semplice formula, ma la *forma* stessa della preghiera cristiana. Usiamo queste preghiere continuamente nelle celebrazioni della Chiesa, pronunciandole all'occorrenza in una delle sue lingue originali e universali, per simboleggiare l'unica voce della preghiera ecclesiale; ma è bene anche ripeterle personalmente, durante il giorno o nelle diverse pratiche di pietà.

### 36. SEGNO DI CROCE

Nel nome del Padre † e del Figlio e dello Spirito Santo.  
Amen.

[Mt 28,19]

### 37. PREGHIERA DEL SIGNORE: “PADRE NOSTRO”

Padre nostro, che sei nei cieli, sia santificato il tuo nome, venga il tuo regno, sia fatta la tua volontà, come in cielo così in terra; dacci oggi il nostro pane quotidiano e rimetti a noi i nostri debiti, come noi li rimettiamo ai nostri debitori, e non ci indurre in tentazione, ma liberaci dal male.

\*\* Pater noster, qui es in cælis: sanctificétur nomen tuum; adveniat regnum tuum; fiat volúntas tua, sicut in cælo, et in terra. Panem nostrum cotidiánum da nobis hódie; et dimítte nobis débíta nostra, sicut et nos dimítimus debitóribus nostris; et ne nos inducas in tentatiónem, sed líbera nos a malo.

Páter hemôn ho en tóis ouranôis, hagiasthétô tò ónomá su, elthétô he basiléia su, genethétô tò thélemá su, hos en uranô kài epì ghês. Tòn árton hemôn tòn epiúsiôn dós hemîn sémeron; kài áfes hemîn tà ofeiléματα hemôn, hos kài hemêis afékamen tóis ofeilétais hemôn; kài mē eisenénkes hemás eis peirasmón, allà rhýsai hemás apò tú pogrú.

### 38. A DIO UNO E TRINO: "GLORIA"

Gloria al Padre e al Figlio e allo Spirito Santo.  
Come era nel principio e ora e sempre,  
nei secoli dei secoli. Amen.

\*\* Gloria Patri et Filio et Spíritui Sancto. Sicut erat in principio, et nunc et semper, et in sæcula sæculorum. Amen.

### 39. PER CRISTO, CON CRISTO E IN CRISTO

Per Cristo, con Cristo e in Cristo,  
a te, Dio Padre onnipotente, nell'unità dello Spirito Santo,  
ogni onore e gloria per tutti i secoli dei secoli. Amen.

\*\* Per ipsum, et cum ipso, et in ipso est tibi, Deo Patri omnipotenti, in unitate Spiritus Sancti, omnis honor et gloria per omnia sæcula sæculorum. Amen.

### 40. ALLO SPIRITO SANTO: "VIENI, SANTO SPIRITO"

*Vieni, Santo Spirito, riempi il cuore dei tuoi fedeli  
e accendi in essi il fuoco del tuo amore.*

*Mandi il tuo Spirito e sono creati  
e rinnovi la faccia della terra.*

\*\* Veni, Sancte Spíritus, reple tuórum corda fidélium. Et tui amoris in eis ignem accénde.

### 41. A MARIA: "AVE, MARIA"

Ave, o Maria, piena di grazia, il Signore è con te.  
Tu sei benedetta fra le donne  
e benedetto è il frutto del tuo seno, Gesù.

Santa Maria, Madre di Dio, prega per noi peccatori, adesso  
e nell'ora della nostra morte. Amen.

\*\* Ave Maria, gratia plena, Dóminus tecum. Benedicta tu in muliéribus, et benedictus fructus ventris tui, Iesus. Sancta Maria, Mater Dei, ora pro nobis peccatoribus, nunc et in hora mortis nostræ. Amen.

#### 42. ALL' ANGELO CUSTODE: "ANGELO DI DIO"

Angelo di Dio, che sei il mio custode,  
illumina, custodisci, reggi, governa me,  
che ti fui affidato dalla pietà celeste. Amen.

\*\* Ángele Dei, qui custos es mei, me tibi commissum a pietate  
superna, illúmina, custódi, rege et gubérna. Amen.

#### 43. AI SANTI

Sante e santi tutti di Dio, pregate per noi.

#### 44. PER I DEFUNTI: "ETERNO RIPOSO"

L'eterno riposo dona loro, Signore,  
splenda ad essi la luce perpetua. Riposino in pace. Amen.

[Cf 4Esd 2,34-35]

\*\* Requiem æternam dona eis Domine. Et lux perpetua luceat eis.  
Requiescant in pace. Amen.

#### 45. CON LA CHIESA: SIMBOLO APOSTOLICO

Io credo in Dio Padre onnipotente,  
creatore del cielo e della terra;  
e in Gesù Cristo, suo unico Figlio, nostro Signore;  
il quale fu concepito di Spirito Santo,  
nacque da Maria Vergine;  
patì sotto Ponzio Pilato,  
fu crocifisso, morì e fu sepolto, discese agli inferi;  
il terzo giorno risuscitò da morte;  
salì al cielo,  
siede alla destra di Dio Padre onnipotente;  
di là verrà a giudicare i vivi e i morti.

Credo nello Spirito Santo;  
la santa Chiesa cattolica; la comunione dei santi;  
la remissione dei peccati;  
la risurrezione della carne; la vita eterna. Amen.

## PREGHIERA CONTINUA

La ripetizione prolungata di alcune formule brevi della tradizione della Chiesa favorisce la “preghiera continua”, «così che la preghiera praticata sovrabbondi in quella diffusa».

### 46. PREGHIERA AL PADRE: “ABBÀ”

Abbà! Padre!

[Gal 4,6]

### 47. PREGHIERA A GESÙ

Signore Gesù Cristo, abbi pietà di me!

### 48. PREGHIERA ALLA TRINITÀ: “TRISAGIO”

Santo Dio, Santo Forte, Santo Immortale, abbi pietà di noi.

### 49. PREGHIERA A MARIA

Rallegrati, piena di grazia, il Signore è con te.

Benedetta tu fra le donne e benedetto il frutto del tuo seno  
Gesù

{ nato per noi [oppure:] morto in croce per noi [oppure:] vivo con  
noi [o altra clausola appropriata al mistero meditato] }

Dopo aver ripetuto a lungo la preghiera, si conclude con questa  
formula; si possono aggiungere intenzioni particolari di preghiera.

E beata te, che hai creduto

all'adempimento delle parole del Signore!

Prega per { noi [o uno in particolare:] ... }, tu che sei donna pia.

[Lc 1,28; cf Sof 3,14 | Lc 1,42 | Lc 1,45 | Gdt 8,31]

### 50. PREGHIERE BREVISSIME

Alleluia! Osanna! Amen! Gloria! Grazie! Benedetto! Lode!  
Onore! Pace! Misericordia! Perdono!

## MEDITAZIONE

«La Parola viva e operante nella Scrittura, lettera d'amore di Dio alla Chiesa, è la persona di Gesù da ascoltare e abbracciare»; ciascuno perciò «ascolta la Parola di Dio viva, scritta o tramandata, mediante la meditazione»: nella "divina lettura" della Scrittura e dei suoi commenti spirituali della Tradizione; nella "riflessione" per memoria, intelligenza e volontà; e nella "contemplazione".

### 51. INVITO ALL'ASCOLTO: "SHEMÀ!"

Si può iniziare con il segno di croce e le preghiere iniziali del Gruppo [n. 137]: "Padre, parlati"; "Benediciamo", e lo Shemà:

*Ascolta, Israele! Il Signore nostro Dio è l'Unico Signore. Amerai dunque il Signore Dio tuo con tutto il cuore, con tutta l'anima e con tutte le forze... e il prossimo tuo come te stesso.*

\*\* Shemà Israel! Adonai Elohehu, Adonai ehad...

[Dtr 6,4-5; Lv 19,18; Mc 12,29-30]

### 52. LETTURE ESEMPLARI

Si legge una lettura biblica, come le seguenti, o spirituale.

INNO DELLA PAROLA: IL PROLOGO DI GIOVANNI

*In principio era il Verbo, e il Verbo era presso Dio, e il Verbo era Dio. Tutto è stato fatto per mezzo di lui e senza di lui nulla è stato fatto di tutto ciò che esiste. In lui era la vita e la vita era la luce degli uomini; la luce splende nelle tenebre, ma le tenebre non l'hanno spenta... Veniva nel mondo la luce vera, quella che illumina ogni uomo. Era nel mondo e il mondo fu fatto per mezzo di lui, e il mondo non lo riconobbe. Venne tra i suoi, e i suoi non l'hanno accolto. A quanti lo hanno accolto ha dato il potere di diventare figli di Dio... E il Verbo si è fatto carne e ha posto la sua tenda in mezzo a noi. E noi vedemmo la sua gloria, gloria come di Unigenito dal Padre, pieno di grazia e di verità... Dalla sua pienezza noi tutti abbiamo ricevuto e grazia su grazia, perché la legge fu data per mezzo di Mosè, la grazia e la verità vennero per mezzo di Gesù Cristo. Dio nessuno lo ha mai visto, ma il Figlio unigenito, che è nel seno del Padre, lui ce lo ha rivelato.*

## LE “PAROLE” DI GESÙ A NOI

<sup>1</sup> Venite a me, voi tutti che siete affaticati e oppressi, e io vi ristorerò. Non temere, piccolo gregge, perché al Padre vostro è piaciuto di darvi il suo Regno. <sup>2</sup> Il Regno di Dio è vicino. Convertitevi e credete al Vangelo. <sup>3</sup> Venite e vedrete. <sup>4</sup> Restate con me. <sup>5</sup> Di quanto avete, datene in elemosina. <sup>6</sup> Vi sia fatto secondo la vostra fede. <sup>7</sup> Vieni e seguimi. <sup>8</sup> Mettiti all'ultimo posto. <sup>9</sup> I poveri li avete sempre con voi. <sup>10</sup> Il Figlio dell'uomo quando verrà, troverà la fede sulla terra?

[<sup>1</sup>Mt 11,27-28; cf Lc 10,21-22 e 12,32 | <sup>2</sup>Mc 1,15 | <sup>3</sup>Gv 1,39 | <sup>4</sup>Mt 26,38 | <sup>5</sup>Lc 12,33 | <sup>6</sup>Mt 9,29 | <sup>7</sup>Mt 19,21; Lc 18,22 | <sup>8</sup>Lc 14,10 | <sup>9</sup>Gv 12,8 | <sup>10</sup>Lc 18,8]

## L'ANNUNCIO APOSTOLICO

*Dio ha risuscitato Gesù... e lo ha costituito Signore e Cristo: innalzato pertanto alla destra di Dio, ha effuso, dopo averlo ricevuto dal Padre, lo Spirito Santo che egli aveva promesso.*

[At 2,32-33]

## IL MESSAGGIO DELL'AMORE

*Dio ha tanto amato il mondo da dare il suo Figlio unigenito, perché chiunque crede in lui non muoia, ma abbia la vita eterna. Dio non ha mandato il Figlio nel mondo per giudicare il mondo, ma perché il mondo si salvi per mezzo di lui.*

*Questo è il messaggio che abbiamo udito da lui e che ora vi annunziamo: “Dio è luce e in lui non ci sono tenebre”... Chi non ama non ha conosciuto Dio, perché Dio è amore. In questo sta l'amore: non siamo stati noi ad amare Dio, ma è lui che ha amato noi e ha mandato il suo Figlio come vittima di espiazione per i nostri peccati..., perché noi avessimo la vita per lui. Se Dio ci ha amato, anche noi dobbiamo amarci gli uni gli altri. Nessuno mai ha visto Dio; se ci amiamo gli uni gli altri, Dio rimane in noi e l'amore di lui è perfetto in noi. Da questo si conosce che noi rimaniamo in lui ed egli in noi: egli ci ha fatto dono del suo Spirito... Noi abbiamo riconosciuto e creduto all'amore che Dio ha per noi. Dio è amore; chi sta nell'amore dimora in Dio e Dio dimora in lui.*

[Gv 3,16-17 | 1Gv 1,5; 4,8-13.16]

Per addentrarsi in meditazione si può usare la “Preghiera per poter pregare” [n. 20,2] o la “Contemplazione nella Parola” [n. 16].



## ORAZIONE DIURNA

“Ci rivolgiamo a Dio nell’orazione, unendoci quando è possibile alla liturgia delle ore”, ossia con “inni, salmi, cantici”.

Per comodità vengono riportati qui gli elementi essenziali per l’orazione diurna di lode, da scegliere secondo l’ora del giorno, il tempo liturgico o la circostanza: un invitatorio, un inno, un salmo e un cantico spirituale, un cantico evangelico, alcune preci con il “Padre Nostro” e un’orazione e, alla fine, un saluto a Maria.

### INVITATORIO

#### 53. INVITO ALLA LODE

*Lodate il Signore, popoli tutti,  
voi tutte nazioni, dategli gloria,*  
perché forte è il suo amore per noi  
e la fedeltà del Signore dura in eterno.

*Gloria al Padre... Come era...*

*Ricòrdati che Gesù Cristo, della stirpe di Davide, è risuscitato dai morti, secondo il Vangelo.*

[Sal 116 | 2Tm 2,8]

#### 54. INVOCAZIONE E INVITO ALL’ASCOLTO

*O Dio, vieni a salvarmi. Signore, vieni presto in mio aiuto.*

*Gloria al Padre... Come era...*

Oppure:

*Signore, ascolta la nostra preghiera  
e il nostro grido giunga fino a te.*

*Ascolta, Israele! Il Signore nostro Dio è l’Unico Signore. Amerai dunque il Signore Dio tuo con tutto il cuore, con tutta l’anima e con tutte le forze... e il prossimo tuo come te stesso.*

[Sal 69,2 | Sal 101,2 | Dtr 6,4-5; Lv 19,18; Mc 12,29-30]

## INNO

### 55. INNO DELLA FESTA

O giorno fatto dal Signore,  
perché ci rallegriamo ed esultiamo in esso!  
Il Risorto appare agli apostoli  
e dona loro la pace della gloria.

Gesù sale nella casa del Padre,  
mentre rimane con noi nell'Eucaristia,  
quale Agnello trafitto  
per la nostra salvezza.

Discende lo Spirito Santo  
e i deboli diventano forti,  
i timorosi diventano guerrieri di Cristo,  
gli ignoranti diventano oratori e maestri.

Con la discesa dello Spirito Santo  
il Cielo sposa la terra,  
il buio diventa luce,  
i peccatori ricevono la grazia.

È finita la settimana lavorativa  
ed è iniziato il giorno di festa.  
Dio è Dio! { Alleluia. }  
Dio è Dio! Osanna.

Per Cristo, con Cristo e in Cristo,  
a te, Padre, sia gloria,  
nell'unità dello Spirito Santo,  
per tutti i secoli dei secoli. Amen.

### 56. INNO DELLA FERIALITÀ

Le trombe del cielo annunciano il Re:  
ecco il nostro Dio ci parla:  
“Non temere, piccolo gregge:  
lavora e prega, fai opere di bene  
senza pretendere nessuna ricompensa: ti vedrò”.  
Non resta nascosta la città sul monte.

O città benedetta, che riunisci cielo e terra:

non hai bisogno di tempio,  
perché Dio è il tuo tempio;

non hai bisogno di luce, né di lampada alcuna,  
perché la Gloria ti illumina  
e tua lampada è l'Agnello.

Se così vuole Dio, se tanto ci ama,  
abbandoniamoci a lui con fiducia.  
Dio ci ama. Dio ci ama davvero.

Siano rese grazie al Padre,  
che ci fa partecipare al suo trionfo in Cristo  
e diffonde per la Chiesa il profumo del suo Spirito. Amen.

#### 57. INNO ALLO SPIRITO SANTO: "VENI CREATOR"

Vieni, o creatore Spirito, visita le menti dei tuoi, riempi di superna grazia i cuori che hai creato:	** Veni, Creator Spiritus, mentes tuorum visita, imple superna gratia, quæ tu creasti, pectora.
tu che sei detto Avvocato, dono del Dio altissimo, fonte viva, fuoco, amore, e spirituale unzione;	Qui diceris Paraclitus, altissimi donum Dei, fons vivus, ignis, caritas, et spiritalis unctio.
tu settiforme in dono, dito della paterna mano; tu, ben promesso dal Padre, che dà voce alle labbra:	Tu septiformis munere, digitus paternæ dexteræ, tu rite promissum Patris sermone ditans guttura.
accendi lume alle menti, infondi amore ai cuori, rafforzando le infermità nostre con virtù perenne;	Accende lumen sensibus, infunde amorem cordibus, infirma nostri corporis virtute firmans perpeti.
respingi lontano il Nemico, e dona la pace subito; con te davanti alla guida scampiamo ogni danno.	Hostem repellas longius, pacemque dones protinus; ductore sic te prævio vitemus omne noxium.
Fa' che per te sappiamo il Padre e conosciamo pure il Figlio; e te, di entrambi Spirito, crediamo in ogni tempo. Amen.	Per te sciamus da Patrem, noscamus atque Filium, teque utriusque Spiritum credamus omni tempore. Amen.

Come inno si può usare anche una delle preghiere di lode [n. 3-5].

## SALMODIA

Rinvio al Salterio (secondo la numerazione greca)

### SALMI INVITATORI

**94:** Venite, applaudiamo al Signore. **99:** Acclamate al Signore. **23:** Del Signore è la terra e quanto contiene. Chi salirà il monte del Signore?

### SALMI PENITENZIALI

**50:** Pietà di me, nella tua misericordia. **35:** Nel cuore dell'empio parla il peccato. **31:** Beato l'uomo a cui è rimessa la colpa.

### SALMI DI RICERCA E NOSTALGIA

**41:** Come la cerva anela. **26:** Il Signore è mia luce e mia salvezza. Una cosa ho chiesto al Signore, questa sola io cerco. Il tuo volto, Signore, io cerco. **62:** O Dio, tu sei il mio Dio. **76:** La mia voce sale a Dio. Mi ricordo di Dio e gemo.

### SALMI DI LAMENTAZIONE E SFOGO

**136:** Sui fiumi di Babilonia. **13:** Dice lo stolto: Non c'è Dio. **54:** Porgi l'orecchio, Dio. **87:** Signore, Dio della mia salvezza. Mi sono compagne solo le tenebre.

### SALMI DI RIFLESSIONE

**8:** Signore, nostro Dio, quant'è grande il tuo nome su tutta la terra. Cos'è l'uomo perché te ne ricordi? **138:** Signore, tu mi scruti e mi conosci. **89:** Signore, tu sei stato per noi un rifugio. Insegnaci a contare i nostri giorni e giungeremo alla sapienza del cuore. **48:** Ascoltate, popoli tutti. Nessuno può riscattare se stesso.

### SALMI DI RINGRAZIAMENTO

**102:** Benedici il Signore, anima mia. **106:** Celebrate il Signore. Ringrazino il Signore per la sua misericordia. **33:** Benedirò il Signore in ogni tempo. **144:** O Dio, mio re, voglio esaltarti. Buono è il Signore verso tutti.

### SALMI DI LODE E PICCOLO HALLEL

**116:** Lodate il Signore popoli tutti. **64:** A te si deve lode, o Dio, in Sion. **149:** Cantate al Signore un canto nuovo. Gioisca Israele nel suo creatore. **150:** Alleluia, lodate il Signore.

#### HALLEL PASQUALE E GRANDE HALLEL

**112:** Lodate servi del Signore, lodate il nome del Signore.  
**113A:** Quando Israele uscì dall'Egitto. **113B:** Non a noi, Signore, ma al tuo nome da' gloria. **114:** Amo il Signore perché ascolta.  
**115:** Ho creduto anche quando dicevo: Sono troppo infelice. Che cosa renderò al Signore per quanto mi ha dato? **117:** Celebrate il Signore perché è buono. Questo è il giorno che ha fatto il Signore!  
**135:** Lodate il Signore perché è buono (Grande Hallel).

#### SALMI MESSIANICI

**109:** Oracolo del Signore al mio Signore. Io oggi ti ho generato.  
**44:** Effonde il mio cuore liete parole. Tu sei il più bello tra i figli dell'uomo. Alla tua destra la regina. **39:** Ho sperato, ho sperato nel Signore. Ecco, io vengo. Sul rotolo del libro di me è scritto di compiere il tuo volere. **71:** Dio, da' al re il tuo giudizio. I re di Tarsis gli porteranno offerte **40:** Beato l'uomo che ha cura del debole. Anche l'amico in cui confidavo alza contro di me il suo calcagno. **21:** Dio mio, Dio mio, perché mi hai abbandonato?  
**15:** Proteggimi, o Dio. Non abbandonerai la mia vita nel sepolcro.  
**46:** Applaudite, popoli tutti. Ascende Dio tra le acclamazioni.  
**103:** Benedici il Signore. Manda il tuo Spirito, Signore.

#### SALMI ECCLESIALI

**86:** Le sue fondamenta sono sui monti santi. **22:** Il Signore è il mio pastore. **132:** Ecco quanto è bello e quanto è soave che i fratelli vivano insieme.

#### SALMI DEL CAMMINO

**83:** Quanto sono amabili le tue dimore! **119-133:** *Salmi di pellegrinaggio.* In particolare: **121:** Quale gioia quando mi dissero: Andremo alla casa del Signore! **129:** Dal profondo a te grido.

#### SALMI DI FIDUCIA E ABBANDONO IN DIO

**61:** Solo in Dio riposa l'anima mia. **130:** Signore, non si inorgolisce il mio cuore. Io sono come un bimbo svezzato in braccio a sua madre. **126:** Se il Signore non costruisce la casa. **90:** Tu che abiti al riparo dell'Altissimo.

#### SALMI DELLA LEGGE

**1:** Beato l'uomo che non segue il consiglio degli empì (le due vie)  
**18:** I cieli narrano la gloria di Dio. La legge del Signore è perfetta.  
**118:** Beato l'uomo di integra condotta.

## CANTICO SPIRITUALE

### 58. CANTICO CRISTOLOGICO

*Non sono più io che vivo, ma Cristo vive in me:  
questa vita io la vivo nella fede del Figlio di Dio,  
che mi ha amato e ha dato se stesso per me.*

Oppure:

*In principio era il Verbo e il Verbo era presso il Padre:*  
[nel tempo ordinario:] { *per lui tutto fu fatto; senza di lui, nulla* }  
[in Avvento:] { *veniva nel mondo la Luce vera.* }  
[a Natale:] { *e il Verbo si è fatto carne.* }  
[in Quaresima:] { *la Luce splende nelle tenebre.* }  
[a Pasqua:] { *e noi vedemmo la sua gloria.* }

Cristo Gesù, pur essendo di natura divina,  
non considerò un tesoro geloso la sua uguaglianza con Dio;  
ma spogliò se stesso, assumendo la condizione di servo  
e divenendo simile agli uomini;  
apparso in forma umana, umiliò se stesso  
facendosi obbediente fino alla morte e alla morte di croce.  
Per questo Dio l'ha esaltato e gli ha dato il nome  
che è al di sopra di ogni altro nome;  
perché nel nome di Gesù ogni ginocchio si pieghi  
nei cieli, sulla terra e sotto terra;  
e ogni lingua proclami che Gesù Cristo è il Signore,  
a gloria di Dio Padre.  
Gloria...

[Fil 2, 6-11 | Antifona: Gal 2,20 | da Gv 1 | cf At 2,24; Lc 24,25]

In questo inno è presentato tutto lo svolgimento del mistero cristiano e la sua logica d'amore, in cui occorre penetrare, altrimenti si è "stolti e tardi di cuore": il Cristo è Dio, per natura immortale; per amore si è fatto uomo, per natura mortale, ed è morto; di conseguenza, "perché la morte non poteva tenerlo in suo potere", è risorto a vita nuova e tutta l'umanità ne è divinizzata.

È utilizzato nei primi vesperi domenicali. Le antifone riportate possono sottolineare questo o quell'aspetto del mistero.

59. CANTICO DI BENEDIZIONE: “BENEDICTUS DEUS”

*Questo mistero è ora rivelato per mezzo dello Spirito:  
tutti sono chiamati in Cristo alla stessa eredità  
e a formare lo stesso corpo per mezzo del vangelo.*

Benedetto sia Dio, Padre del Signore nostro Gesù Cristo,  
che ci ha benedetti con ogni benedizione spirituale  
nei cieli, in Cristo.

In lui ci ha scelti prima della creazione del mondo,  
per trovarci, al suo cospetto, santi e immacolati nell'amore.

Ci ha predestinati a essere suoi figli adottivi  
per opera di Gesù Cristo secondo il beneplacito del suo volere  
a lode e gloria della sua grazia,  
che ci ha dato nel suo Figlio diletto.

In lui abbiamo la redenzione mediante il suo sangue,  
la remissione dei peccati secondo la ricchezza della sua grazia.

Dio l'ha abbondantemente riversata su di noi  
con ogni sapienza e intelligenza,  
poiché egli ci ha fatto conoscere il mistero del suo volere,  
il disegno di ricapitolare in Cristo tutte le cose,  
quelle del cielo come quelle della terra.

Nella sua benevolenza lo aveva in lui prestabilito  
per realizzarlo nella pienezza dei tempi.

Gloria...

[Ef 1,3-10 | *Antifona*: Ef 3,5-6]

È il cantico della manifestazione del mistero di Dio e della chiamata di tutte le genti “nell'unità del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo” nella Chiesa, “sacramento di unità di tutto il genere umano”, come dice il Concilio Vaticano II nella *Lumen Gentium*.

Tale cantico è utilizzato per la liturgia dell'Epifania.

Il mistero della chiamata universale alla santificazione in tutte le condizioni e gli stati di vita è particolarmente significativo per il Gruppo, che tra l'altro proprio nell'Epifania del 1984, che cadeva quell'anno l'8 gennaio, ha ricevuto dall'Arcivescovo di Milano la prima approvazione degli statuti.

60. CANTICO DI RINGRAZIAMENTO: "GRATIAS AGENTES"

*Il Verbo dal Padre è venuto, al Padre è tornato.  
O profondità della ricchezza, sapienza e scienza di Dio!  
Da lui, secondo lui e in vista di lui è ogni cosa.  
A lui la gloria nei secoli!*

Ringraziamo con gioia Dio,  
Padre del Signore nostro Gesù Cristo,  
perché ci ha messi in grado di partecipare  
alla sorte dei santi nella luce,  
ci ha liberati dal potere delle tenebre  
e ci ha trasferiti nel regno del suo Figlio diletto,  
per opera del quale abbiamo la redenzione,  
la remissione dei peccati.  
Cristo è immagine del Dio invisibile,  
generato prima di ogni creatura;  
è prima di tutte le cose e tutte in lui sussistono.  
Tutte le cose sono state create per mezzo di lui  
e in vista di lui:  
quelle nei cieli e quelle sulla terra,  
quelle visibili e quelle invisibili.  
Egli è il capo del corpo, che è la Chiesa;  
è il principio di tutto,  
il primogenito di coloro che risuscitano dai morti,  
per ottenere il primato su tutte le cose.  
Piacque a Dio di far abitare in lui ogni pienezza,  
per mezzo di lui riconciliare a sé tutte le cose,  
rappacificare con il sangue della sua croce  
gli esseri della terra e quelli del cielo.  
Gloria...

[Col 1, 3.12-20 | *Antifona*: Gv 1,3.14; 16,28; Rm 11,33.36]

È una variazione sul tema del cantico precedente: è un ringraziamento a Dio per il dono di salvezza e un inno di ricapitolazione di tutto in Cristo, per la crescita del «Cristo totale» (lui che è il Capo, e noi che siamo le membra).



61. INNO DI ADORAZIONE: "SANCTUS"

*Santo, Santo, Santo il Signore Dio, l'Onnipotente,  
Colui che era, che è e che viene!*

*L'Agnello che fu immolato  
è degno di ricevere potenza e ricchezza,  
sapienza e forza, onore, gloria e benedizione.*

*A Colui che siede sul trono e all'Agnello  
lode, onore, gloria e potenza, nei secoli dei secoli. Amen.*

Agnello immolato,  
vivo e presente nell'eucaristia,  
tu sei degno di ogni potenza, ricchezza,  
forza, splendore, onore,  
adorazione, lode, gloria e benedizione  
da parte di tutta l'umanità.

[Ap 4,8; cf Is 6,3 (canto dei serafini) | *Acclamazione finale*: cf Ap 5,12-13 citata nella Adorazione "Ti amo" (n. 17,2)]

L'inno al Dio trino e quindi Tre volte Santo ("Trisagio") è suscitato dallo Spirito stesso e culmina nell'atto di adorazione al Padre, misteriosamente assiso sul suo trono, e al Cristo Agnello e perciò Pastore: fatto uomo, immolato e risorto. Tutta la serie dei cantici dell'Apocalisse, che si apre con tale inno, è particolarmente cara alla spiritualità del Gruppo, in quanto esprime la vita da vivere già ora alla luce della vita eterna, nel mistero della Trasfigurazione.

L'inno può essere utilizzato in particolare per l'atto di adorazione a Cristo presente nell'eucaristia con il Padre e lo Spirito.

62. CANTICO DELLA LITURGIA CELESTE: "DIGNUS"

*La salvezza appartiene al nostro Dio,  
seduto sul trono, e all'Agnello.  
Amen! Lode, gloria, sapienza, azione di grazie,  
onore, potenza e forza al nostro Dio  
nei secoli dei secoli. Amen!*

Tu sei degno, o Signore e Dio nostro,  
di ricevere la gloria, l'onore e la potenza,  
perché tu hai creato tutte le cose,  
e per la tua volontà furono create e sussistono.

Tu sei degno di prendere il libro  
e di aprirne i sigilli,  
perché sei stato immolato  
e hai riscattato per Dio con il tuo sangue  
uomini di ogni tribù, lingua, popolo e nazione  
e li hai costituiti per il nostro Dio  
un regno di sacerdoti,  
e regneranno sopra la terra.

L'Agnello che fu immolato  
è degno di ricevere potenza e ricchezza,  
sapienza e forza,  
onore, gloria e benedizione.

Gloria...

[Ap 4,11; 5,9-10.12 | *Antifona*: Ap 7,10.12]

Connesso al precedente, questo inno si presta ad introdurre sia all'adorazione, sia alla meditazione del libro della Scrittura.

63. CANTICO DEI SALVATI: "GRATIAS AGIMUS"

*Non avranno più fame né sete,  
né li colpirà alcun male,  
perché l'Agnello sarà il loro Pastore  
e li guiderà alle fonti delle acque della vita.  
E Dio tergerà ogni lacrima dai loro occhi.*

Noi ti rendiamo grazie, Signore Dio onnipotente,  
che sei e che eri,  
perché hai messo mano alla tua grande potenza,  
e hai instaurato il tuo regno.

Le genti fremettero,  
ma è giunta l'ora della tua ira,  
il tempo di giudicare i morti,  
di dare la ricompensa ai tuoi servi,  
ai profeti e ai santi  
e a quanti temono il tuo nome, piccoli e grandi.

Ora si è compiuta la salvezza,  
la forza e il regno del nostro Dio  
e la potenza del suo Cristo;  
poiché è stato precipitato l'Accusatore,  
colui che accusava i nostri fratelli,  
davanti al nostro Dio giorno e notte.

Essi lo hanno vinto per il sangue dell'Agnello  
e la testimonianza del loro martirio,  
perché hanno disprezzato la vita fino a morire.

Esultate, dunque, o cieli,  
rallegratevi e gioite, voi tutti che abitate in essi.

Gloria...

[Ap 11,17-18; 12,10-12 | *Antifona*: Ap 7,16-17]

Cantico di ringraziamento per eccellenza, non ignora il tremendo mistero del male con l'opera di Satana (l'Accusatore) che affligge il mondo, ma ringrazia Dio per la salvezza che è già stata irreversibilmente operata da Cristo e che si compirà nella vita futura.

64. CANTICO DELL'AGNELLO: "MAGNA ET MIRABILIA"

*Coloro che avevano vinto il peccato  
cantavano il Cantico di Mosè, servo di Dio,  
e il Cantico dell'Agnello*

Grandi e mirabili sono le tue opere,  
o Signore Dio onnipotente;  
giuste e veraci le tue vie, o Re delle genti!

Chi non temerà il tuo nome  
chi non ti glorificherà, o Signore?  
Tu solo sei santo.

Tutte le genti verranno a te, Signore,  
davanti a te si prostreranno,  
perché i tuoi giusti giudizi si sono manifestati  
Gloria...

[Ap 15,3-4 | *Antifona*: cf Ap 15,2-3; cf Es 15]

Secondo il testo stesso dell'Apocalisse, questo cantico dei salvati corrisponde, dandone il senso cristiano, al Canto del Mare intonato da Mosè e dagli Israeliti dopo aver compiuto l'esodo dall'Egitto. Perciò anche noi, recitando o cantando questo cantico, celebriamo tutta la storia comunitaria e personale della salvezza e ravviviamo il nostro battesimo.

65. CANTICO DELLE NOZZE DELL'AGNELLO: "ALLELUIA"

*Beati gli invitati  
al banchetto delle nozze dell'Agnello!*

Alleluia! Salvezza, gloria e potenza  
sono del nostro Dio;  
veri e giusti sono i suoi giudizi.

Alleluia! Lodate il nostro Dio, voi tutti suoi servi,  
voi che lo temete, piccoli e grandi.

Alleluia! Ha preso possesso del suo Regno il Signore,  
il nostro Dio, l'Onnipotente.

Ralleghiamoci ed esultiamo,  
rendiamo a lui gloria.

Sono giunte le nozze dell'Agnello,  
la sua Sposa è pronta.

Gloria...

[Cf Ap 19,1-7 | *Antifona*: Ap 19,9]

Il cantico celebra con l'Alleluia ("Lodate il Signore") le nozze dell'Agnello Cristo con la nuova Gerusalemme, ossia la Chiesa e l'intera umanità assunta con l'incarnazione, redenta con la passione e salvata con la resurrezione: ogni consacrazione cristiana sviluppa tale unione sponsale fino al compimento eterno. Questo è il senso dell'Alleluia nelle diverse preghiere di Ireos.

Il cantico, di carattere pasquale, è adatto ai vesperi domenicali e festivi e non si recita in Quaresima. Se cantato, l'Alleluia si può ripetere più volte ad ogni stico.

## CANTICO EVANGELICO

### 66. INNO CELESTE E TERRESTRE: “GLORIA”, “OSANNA”

*Gesù è la pietra scartata dagli uomini,  
divenuta testata d'angolo: in nessun altro c'è salvezza.*

Gloria a Dio nel più alto dei cieli  
e pace in terra agli uomini che egli ama.  
Osanna al figlio di Davide!  
Benedetto colui che viene nel nome del Signore!  
Osanna nel più alto dei cieli!  
Pace in cielo e gloria nel più alto dei cieli!  
Gloria...

[Lc 2,14 | cf Mt 21,9 (cf Sal 117, 25-26); Mc 11,9-10; Lc 19,38; Gv 12,13 | *Antifona:*  
Atti 4,11-12 (cf 117,22)]

L'inno degli angeli a Betlemme ci dà il senso del mistero dell'incarnazione e delle sue conseguenze nella vita umana: la pace è il riflesso nel tempo dell'eterna gloria di Dio. Per questo, per evitare di confonderla con altre manifestazioni della pace, tale realtà mistica è chiamata da Ireos “pace della gloria”, sperimentabile almeno come la serenità che deve accompagnare anche nei dolori tutta la vita del credente.

L'acclamazione della folla di Gerusalemme a Gesù, riconosciuto come il Messia, culmina nell'acclamazione ebraica “Osanna”, che vuol dire “Salva!”, in un senso che può andare dal generico “evviva” alla più profonda invocazione di salvezza.

La connessione di tale acclamazione, che prelude paradossalmente alla passione di Gesù, con quella di gloria e pace già presente nell'inno angelico di Betlemme rivela la connessione tra il mistero della redenzione e quello dell'incarnazione.

Nell'*icona biblica* del Gruppo, la duplice acclamazione di Alleluia e Osanna sta a significare il riconoscimento della gloria di Dio in se stesso e della salvezza da lui operata in noi.

Il cantico si presta alla preghiera diffusa nel corso della giornata e all'adorazione.

67. CANTICO DI ZACCARIA: "BENEDICTUS"

*Chi si farà piccolo come un bambino sarà profeta dell'Altissimo,  
per richiamare il suo popolo alla conoscenza della salvezza.*

Benedetto il Signore Dio d'Israele,  
perché ha visitato e redento il suo popolo,  
e ha suscitato per noi una salvezza potente  
nella casa di Davide, suo servo,  
come aveva promesso  
per bocca dei suoi santi profeti d'un tempo:  
salvezza dai nostri nemici,  
e dalle mani di quanti ci odiano.  
Così egli ha concesso misericordia ai nostri padri  
e si è ricordato della sua santa alleanza,  
del giuramento fatto ad Abramo, nostro padre,  
di concederci, liberati dalle mani dei nemici,  
di servirlo senza timore, in santità e giustizia  
al suo cospetto, per tutti i nostri giorni.  
E tu, bambino, sarai chiamato profeta dell'Altissimo  
perché andrai innanzi al Signore a preparargli le strade,  
per dare al suo popolo la conoscenza della salvezza  
nella remissione dei suoi peccati,  
grazie alla bontà misericordiosa del nostro Dio,  
per cui verrà a visitarci dall'alto un sole che sorge  
per rischiarare quelli che stanno nelle tenebre  
e nell'ombra della morte  
e dirigere i nostri passi  
sulla via della pace.

Gloria...

[Lc 1,68-79 | Antifona: cf Mt 18,4; Lc 1,77 e 3,4]

Cantico delle Lodi mattutine, esprime la vocazione cristiana. Tutti gli uomini sono chiamati alla salvezza, ma i cristiani sono chiamati fin d'ora alla conoscenza mistica di essa; nella "piccolezza" sono richiamo profetico alla vita eterna per tutto il popolo e tutti i popoli; come il Precursore (modello caro al Gruppo) devono indicare Gesù Agnello e Pastore, preparargli la via, diminuire mentre lui cresce, essere lampada che arde e splende, dar voce alla Parola.

68. CANTICO DI MARIA: "MAGNIFICAT"

*Tutto ha fatto la mano del Signore, e tutto è suo.  
Su chi volgerà lo sguardo? Sull'umile,  
su chi ha lo spirito contrito, su chi accoglie la sua Parola.*

L'anima mia magnifica il Signore  
e il mio spirito esulta in Dio, mio salvatore,  
perché ha guardato l'umiltà della sua serva:  
d'ora in poi tutte le generazioni mi chiameranno beata.  
Grandi cose ha fatto in me l'Onnipotente  
e Santo è il suo nome:  
di generazione in generazione la sua misericordia  
si stende su quelli che lo temono.  
Ha spiegato la potenza del suo braccio  
ha disperso i superbi nei pensieri del loro cuore;  
ha rovesciato i potenti dai troni,  
ha innalzato gli umili;  
ha ricolmato di beni gli affamati,  
ha rimandato i ricchi a mani vuote;  
ha soccorso Israele, suo servo,  
ricordandosi della sua misericordia,  
come aveva promesso ai nostri padri,  
ad Abramo e alla sua discendenza, per sempre.  
Gloria...

[Lc 1,46-55 | *Antifona*: cf Is 66,1-2]

\*\* Magnificat | anima mea Dominum, || et exultavit spiritus meus |  
in Deo salutari meo, || quia respexit humilitatem ancillæ suæ: |  
ecce enim ex hoc beatam me dicent omnes generationes, || quia  
fecit mihi magna qui potens est: | et sanctum nomen eius, || et mi-  
sericordia eius a progenie in progenies | timentibus eum. || Fecit  
potentiam in brachio suo | dispersit superbos mente cordis sui, ||  
deposuit potentes de sede, | et exaltavit humiles, || esurientes im-  
plevit bonis | et divites dimisit inanes. || Suscepit Israel puerum  
suum | recordatus misericordiæ suæ, || sicut locutus est ad patres  
nostros Abraham | et semini eius in sæcula. Gloria Patri et Filio...

Cantico dei Vesperi, esprime la spiritualità cristiana, culminante nell'esultanza mistica e centrata sull'umiltà, che permette al fedele, come a Maria, di vivere in Dio e di lasciarlo operare in sé.



69. CANTICO DI SIMEONE: "NUNC DIMITTIS"

*Grande è il mistero della pietà:  
Cristo si manifestò nella carne, fu giustificato nello Spirito,  
apparve agli angeli, fu annunziato ai pagani,  
fu creduto nel mondo, fu assunto nella gloria.*

Ora lascia, o Signore, che il tuo servo  
vada in pace secondo la tua parola,  
perché i miei occhi han visto la tua salvezza,  
preparata da te davanti a tutti i popoli,  
luce per illuminare le genti  
e gloria del tuo popolo Israele.  
Gloria...

[Lc 2,29-32 | Antifona: 1Tm 3,16]

Cantico tradizionalmente riservato alla Compieta, può però essere anche recitato per ravvivare l'atteggiamento di retto impegno evangelico nel mondo; vi sono infatti richiamati alcuni fondamentali valori della vocazione cristiana: la salvezza, la gloria, la pace, la luce, l'illuminazione universale e manifestazione (epifania) della salvezza.

## PRECI

Si possono recitare alcune preci, a scelta, adatte al momento.

### 70. INVOCAZIONI

*Nella bontà misericordiosa del nostro Dio per noi è sorto il Signore. Acclamiamo a lui che, facendosi Agnello, è divenuto nostro Pastore.*

*Tu che sei il Consacrato di Dio, su cui il Padre ha posto il suo sigillo, Kyrie, eleison! Kyrie eleison!*

*Tu che sei l'Amen e il Testimone fedele...*

*Tu che nei giorni della tua vita terrena hai offerto preghiere e suppliche con forti grida e lacrime a Colui che poteva liberarti da morte, e fosti esaudito per la tua pietà...*

*Tu, che pur essendo Figlio imparasti l'obbedienza da ciò che patisti, e, reso perfetto, sei divenuto causa di salvezza per quanti ti obbediscono...*

*Tu che per ristorare gli affaticati e oppressi, ti sei messo all'ultimo posto come chi serve...*

*Tu che sei rimasto vergine nel seno del Padre e ci hai amati come una chioccia i suoi piccoli...*

*Tu che da ricco che eri ti facesti povero per arricchire noi tutti...*

*Tu che facesti bene ogni cosa e hai reso la tua bella testimonianza di fronte a Ponzio Pilato...*

*Tu che, essendo nostro Dio e nostro prossimo, sei comandamento nuovo, modello della carità e via di ogni consacrazione...*

*Tu che per noi hai consacrato te stesso, perché anche noi fossimo consacrati nella verità...*

*Tu che sei il Figlio prediletto del Padre, in cui tutte le promesse sono divenute "Sì"...*

*Tu che passando il tempo in preghiera ci insegnasti a pregare...*

*Tu che pur essendo di natura divina, ti svuotasti facendoti obbediente fino alla morte, e alla morte di Croce...*

*Tu che, mite ed umile di cuore, non spegni il lucignolo smorto ma ti sei lasciato maltrattare senza aprir bocca...*

*Tu che ti sei fatto Eunuco per il Regno e Sposo della Chiesa...*

*Tu che ti facesti così povero da non avere dove posare il capo e hai voluto restare nei più piccoli fra noi...*

*Tu che passasti beneficiando e ammaestrando tutti con parole di vita...*

*Tu che sei autore e perfezionatore della fede, speranza e carità...*

Padre Nostro...

[Dalla liturgia comunitaria della Festa. Cf Cabasilas, *La vita in Cristo*, 1,3; Eb 12,2 | Gv 6,27; 17,19 | Ap 3,14; 2Cor 1,20 | Eb 5,7 | Eb 5,8; Fil 2,8 | Mt 11,28-29; 12,20; Lc 14,10; 22,27; At 8,32 | Gv 1,18; Mt 19,12; Gv 3,29; Mt 23,37 | 2Cor 8,9; Mt 8,20; 25,40 | Mc 7,37; At 10,38; Gv 6,68; 1Tm 6,13 | Bonaventura, *Itinerario*, 4,5; Gv 13,15.34; 2Cor 5,21; Gv 1,29 | Gv 1,9; Mt 1,1; Lc 3,38; Eb 7,2; Lc 7,16; 12,24; 6,12; 6,20; Ap 7,17].

## 71. INTERCESSIONI

*A Dio, che è Padre di tutti, rivolgiamo nell'intimità filiale la nostra preghiera: Donaci, o Padre, la tua benedizione.*

*Tu ci hai chiamati a darti gloria nella Chiesa: aiutaci a realizzare una più completa donazione a te, perché in Cristo, con l'aiuto dello Spirito Santo, ognuno raggiunga il fine per cui è stato creato.*

*Tu che sei Padre di tutti e ami tutti, fa' che anche noi amiamo e perdoniamo quanti non ci fanno del bene.*

*Tu che sei l'Unico Bene essenziale, meta e premio del nostro cammino, fa' che non pretendiamo nulla, per poter piuttosto avere te che sei il Tutto.*

*Tu che vuoi che tutti gli uomini siano salvi, fa' che non ci separiamo mai dall'unica vera Vite, che è Cristo tuo Figlio, e che vi rimaniamo innestati là dove tu ci hai da sempre voluto.*

*Tu che hai preparato per noi la festa senza fine del tuo Regno, fa' che assieme ai nostri fratelli già defunti, vi possiamo prender parte con gioia.*

[Oppure:]

*Per la Chiesa, perché sia un solo Gregge sotto Cristo, il solo Pastore.*

*Per l'intera Chiesa universale e le nostre Chiese locali; per il papa e i nostri vescovi e presbiteri; per tutti i consacrati: perché in reciproca comunione diamo tutti gloria a Dio.*

*Per l'intero genere umano, perché tutti gli uomini siano salvi e giungano alla conoscenza della Verità.*

*Per la società civile e i suoi governanti, perché trascorriamo una vita in pace, con tutta pietà e dignità, preghiamo.*

{ *Per questo Piccolo Gruppo, perché in comunione con tutta la Chiesa ci aiutiamo a salvarci e a salvare.* }

*Per i nostri familiari, amici e conoscenti, e per i poveri che sono sempre fra noi: perché anche tramite la nostra umile e fedele presenza possano incontrare il Signore.*

*Per tutti i defunti { e in particolare per... }, perché prendano parte alla festa senza fine.*

Padre nostro...

## 72. DOSSOLOGIA

*Al beato e unico sovrano,  
il Re dei regnanti e Signore dei signori,  
il solo che possiede l'immortalità,  
che abita una luce inaccessibile;  
che nessuno fra gli uomini ha mai visto né può vedere:  
a lui onore e potenza per sempre. Amen.*

[1Tm 6,15-16]

Padre nostro...

## ORAZIONE

Si può concludere con un'orazione adatta al momento.

### 73. NEL MISTERO DELL'ATTESA

*O Dio, nostro Padre, che ci hai creati per te, così che è inquieto il nostro cuore finché non riposa in te, suscita in noi il desiderio di andare incontro al tuo Cristo che viene, perché egli ci chiami accanto a sé nella gloria a possedere il Regno dei Cieli. Per Cristo nostro Signore. Amen.*

### 74. NEL MISTERO DELL'INCARNAZIONE

*O Dio che in modo mirabile ci hai creati a tua immagine e in modo più mirabile ci hai rinnovati e redenti, fa' che possiamo condividere la vita divina del tuo Figlio che ha voluto assumere la nostra natura umana. Egli vive e regna nei secoli dei secoli. Amen.*

### 75. NEL MISTERO DELLA PASSIONE

*O Dio onnipotente ed eterno, che hai dato come modello agli uomini il Cristo tuo Figlio, nostro salvatore, fatto uomo e umiliato fino alla morte di croce, fa' che abbiamo sempre presente l'insegnamento della sua passione, per partecipare alla gloria della resurrezione. Egli vive e regna nei secoli dei secoli. Amen.*

### 76. NEL MISTERO DELLA RESURREZIONE

*O Dio, che ci hai illuminati con la gloria della resurrezione di Gesù, ravviva nella tua famiglia lo spirito filiale, perché tutti noi rinnovati nel corpo e nell'anima siamo sempre fedeli al tuo servizio. Per Cristo nostro Signore. Amen.*

### 77. NEL MISTERO DELLA PENTECOSTE

*O Dio, che con il dono dello Spirito Santo guidi i credenti alla piena luce della verità, donaci di gustare nel tuo Spirito la vera sapienza e di godere sempre del suo conforto. Per Cristo nostro Signore. Amen.*

#### 78. NEL MISTERO DI MARIA

*O Dio, nostro Padre, che mediante lo Spirito Santo hai congiunto Maria al mistero del tuo Figlio, perché fosse la madre dei redenti, fa' che accogliendone l'esempio e l'aiuto possiamo essere rigenerati nella salvezza. Per Cristo nostro Signore. Amen.*

#### 79. IN ONORE DEI SANTI

*O Dio onnipotente ed eterno, che doni alla tua Chiesa la gioia di celebrare i meriti e la gloria dei tuoi santi, concedi al tuo popolo per la comune intercessione di tanti nostri fratelli l'abbondanza della tua misericordia. Per Cristo nostro Signore. Amen.*

#### 80. PER I DEFUNTI

*Ascolta, o Dio, la preghiera che la comunità dei credenti innalza a te nella fede del Signore risorto e conferma in noi la beata speranza che insieme ai nostri fratelli defunti risorgeremo in Cristo a vita nuova. Egli vive e regna nei secoli dei secoli. Amen.*

#### 81. DURANTE L'ANNO

*Visita, o Padre, la nostra casa e tieni lontane le insidie del nemico; vengano i tuoi santi angeli a custodirci nella pace, e la tua benedizione rimanga sempre con noi. Per Cristo nostro Signore. Amen.*

#### 82. PER SÉ

Alto e glorioso Dio, illumina il cuore mio: dammi fede retta, speranza certa, carità perfetta, umiltà profonda, intelligenza e sapienza, perché io osservi i tuoi comandamenti. Prendi, Signore, e accetta tutto ciò che ho e sono: tu me l'hai dato e a te lo ridono. Tutto è tuo: disponine come a te piace; dammi solo il tuo amore e la tua grazia, ché questa mi basta. Che io mi conosca; che io ti conosca, o Dio!

[Cf Francesco d'Assisi, *Preghiera davanti al Crocifisso* | Ignazio di Loyola, *"Suscipe et accipe"* | Agostino, *Soliloqui*, 2.1]

## SALUTO A MARIA

### 83. DURANTE L'ANNO: "ANGELUS"

*L'angelo del Signore portò l'annuncio a Maria ed ella concepì di Spirito Santo. Ave Maria... Santa Maria...*

*«Ecco la serva del Signore: si faccia di me secondo la tua parola». Ave... Santa Maria...*

*E la Parola divenne carne e pose la sua tenda in mezzo a noi. Ave... Santa Maria...*

*Prega per noi, Santa Madre di Dio, perché siamo resi degni delle promesse di Cristo.*

*\*\* Angelus Domini nuntiavit Mariae. Et concepit de Spiritu Sancto. Ecce ancilla Domini. Fiat mihi secundum verbum tuum. Et Verbum caro factum est. Et habitavit in nobis. Ora pro nobis, sancta Dei Genitrix. Ut digni efficiamur promissionibus Christi.*

*Preghiamo. Infondi in noi la tua grazia, o Dio: tu che nell'annuncio dell'angelo ci hai rivelato l'incarnazione del tuo Figlio, per la sua passione e morte guidaci alla gloria della risurrezione. Per Cristo nostro Signore. Amen. Gloria... { Angelo di Dio... | L'eterno riposo... }*

### 84. NEL TEMPO PASQUALE: "REGINA CÆLI"

*Regina del cielo, rallegriati, alleluia: Cristo, che hai portato nel grembo, alleluia, è risorto come aveva promesso, alleluia. Prega il Signore per noi, alleluia. Rallegriati, Vergine Maria, alleluia: il Signore è veramente risorto, alleluia.*

*\*\* Regina cæli lætare, Alleluia, quia quem meruisti portare, Alleluia, resurrexit, sicut dixit, Alleluia. Ora pro nobis Deum, Alleluia. Gaude et lætare, Virgo Maria, Alleluia, quia surrexit Dominus vere, Alleluia.*

*Preghiamo. O Dio, che nella gloriosa risurrezione del tuo Figlio hai ridato la gioia al mondo intero, per intercessione di Maria Vergine concedi a noi di godere la gioia della vita senza fine. Per Cristo... Gloria... { Angelo... | L'eterno... }*

85. NELLA FESTA, DALL'“AKATHISTOS”

*Accogliendo il mistico ordine, l'angelo si presentò a Maria per dirle: “Colui che scendendo ha piegato i cieli, tutto si racchiude in te”. E noi, contemplando lui nel tuo seno, stupiti esclamiamo:*

Ave, iniziata ai divini Misteri.

Ave, compendio dei dogmi di Cristo.

Ave, scala fra il cielo e la terra.

Ave, Madre di Agnello e Pastore.

Ave, ovile del Piccolo Gregge.

Ave, aurora del mistico giorno.

Ave, epifania della vita celeste.

Ave, conciliatrice dei termini opposti.

Ave, Sposa illibata!

*Contemplando il parto strano, rendiamoci estranei al mondo, elevando al cielo la nostra mente. Per questo, infatti, l'Altissimo apparve sulla terra come umile uomo volendo portare in alto coloro che gli cantano: Alleluia!*

*Angeli santi, mandati da Dio,  
custoditeci nel nostro cammino.*

Si tratta di una selezione di versi dell'Inno *Akathistos*, inserita dal 1999 nella liturgia della Festa; il tropario finale era stato citato da Ireos in un suo scritto del 1997 (“Per noi Dio solo!”), come espressione della vocazione “nel mondo ma non del mondo”.

86. IN FORMA BREVE: “SOTTO LA TUA PROTEZIONE”

Sotto la tua protezione cerchiamo rifugio,

Santa Madre di Dio:

non disprezzare le suppliche di noi che siamo nella prova,

ma liberaci da ogni pericolo,

o Vergine gloriosa e benedetta.

\*\* Sub tuum praesidium confugimus, sancta Dei Genetrix; nostras deprecationes ne despicias in necessitatibus; sed a periculis cunctis libera nos semper, Virgo gloriosa et benedicta.

## EUCARISTIA

«L'Eucaristia, vita della nostra vita e sostegno reale del nostro quotidiano esodo, è culmine e fonte della nostra preghiera». Le principali preghiere della Messa, ad esclusione della consacrazione eucaristica, possono essere utilizzate per ogni ringraziamento.

### 87. "CONFITEOR" E "KYRIE"

Confesso a Dio onnipotente e a voi, fratelli, che ho molto peccato in pensieri, parole, opere e omissioni, per mia colpa, mia colpa, mia grandissima colpa. E supplico la beata Vergine Maria, gli angeli, i santi e voi, fratelli, di pregare per me il Signore Dio nostro.

\*\* Confiteor Deo omnipotenti et vobis, fratres, quia peccavi nimis cogitatione, verbo, opere et omissione: mea culpa, mea culpa, mea maxima culpa. Ideo precor beatam Mariam semper Virginem, omnes Angelos et Sanctos, et vos fratres, orare pro me ad Dominum Deum nostrum.

*Kyrie, eleison. Christe, eleison. Kyrie, eleison.*

### 88. "GLORIA"

*Gloria a Dio nell'alto dei cieli e pace in terra agli uomini di buona volontà. Noi ti lodiamo, ti benediciamo, ti adoriamo, ti glorifichiamo, ti rendiamo grazie per la tua gloria immensa, Signore Dio, Re del cielo, Dio Padre onnipotente. Signore, Figlio unigenito, Gesù Cristo, Signore Dio, Agnello di Dio, Figlio del Padre, tu che togli i peccati del mondo, abbi pietà di noi; tu che togli i peccati del mondo, accogli la nostra supplica; tu che siedi alla destra del Padre, abbi pietà di noi. Perché tu solo il Santo, tu solo il Signore, tu solo l'Altissimo, Gesù Cristo, con lo Spirito Santo nella gloria di Dio Padre. Amen.*

\*\* Gloria in excelsis Deo. Et in terra pax hominibus bonæ voluntatis. Laudamus te, benedicimus te, adoramus te, glorificamus te, gratias agimus tibi propter magnam gloriam tuam, Domine Deus, Rex cælestis Deus Pater omnipotens, Domine Fili unigenite, Iesu Christe, Domine Deus, Agnus Dei, Filius Patris, qui tollis peccata mundi, miserere nobis; qui tollis peccata mundi, suscipe deprecationem nostram. Qui sedes ad dexteram Patris, miserere nobis. Quoniam tu solus Sanctus, tu solus Dominus, tu solus Altissimus, Iesu Christe, cum Sancto Spiritu: in gloria Dei Patris. Amen.



## 89. "CREDO"

Credo in un solo Dio, Padre onnipotente, creatore del cielo e della terra, di tutte le cose visibili e invisibili.

Credo in un solo Signore, Gesù Cristo, unigenito Figlio di Dio, nato dal Padre prima di tutti i secoli: Dio da Dio, Luce da Luce, Dio vero da Dio vero, generato, non creato, della stessa sostanza del Padre; per mezzo di lui tutte le cose sono state create. Per noi uomini e per la nostra salvezza discese dal cielo e per opera dello Spirito Santo si è incarnato nel seno della Vergine Maria e si è fatto uomo. Fu crocifisso per noi sotto Ponzio Pilato, morì e fu sepolto. Il terzo giorno è risuscitato, secondo le Scritture, è salito al cielo, siede alla destra del Padre. E di nuovo verrà, nella gloria, per giudicare i vivi e i morti e il suo regno non avrà fine.

Credo nello Spirito Santo, che è Signore e dà la vita, e procede dal Padre e dal Figlio. Con il Padre e il Figlio è adorato e glorificato, e ha parlato per mezzo dei profeti. Credo la Chiesa una, santa, cattolica e apostolica. Professo un solo battesimo per il perdono dei peccati. Aspetto la risurrezione dei morti e la vita del mondo che verrà. Amen.

\*\* Credo in unum Deum, Patrem omnipotentem, factorem caeli et terrae, visibilium omnium et invisibilium. Et in unum Dominum Iesum Christum, Filium Dei unigenitum. Et ex Patre natum ante omnia saecula. Deum de Deo, lumen de lumine, Deum verum de Deo vero. Genitum, non factum, consubstantialem Patri: per quem omnia facta sunt. Qui propter nos homines et propter nostram salutem descendit de caelis. Et incarnatus est de Spiritu Sancto ex Maria Virgine: et homo factus est. Crucifixus etiam pro nobis: sub Pontio Pilato passus et sepultus est. Et resurrexit tertia die, secundum Scripturas. Et ascendit in caelum: sedet ad dexteram Patris. Et iterum venturus est cum gloria iudicare vivos et mortuos: cuius regni non erit finis. Et in Spiritum Sanctum, Dominum et vivificantem: qui ex Patre Filioque procedit. Qui cum Patre et Filio simul adoratur et conglorificatur: qui locutus est per Prophetas. Et unam, sanctam, catholicam et apostolicam Ecclesiam. Confiteor unum Baptisma in remissionem peccatorum. Et expecto resurrectionem mortuorum. Et vitam venturi saeculi. Amen.

## 90. PREGHIERA DI OFFERTORIO

*Benedetto sei tu, Signore, Dio dell'universo: dalla tua bontà abbiamo ricevuto questo pane... { questo vino... }*

Benedetto nei secoli il Signore!

\*\* Benedictus Deus in sæcula.

[Prima dell'orazione di offertorio:]

Il Signore riceva dalle tue mani questo sacrificio, a lode e gloria del suo nome, per il bene nostro e di tutta la sua santa Chiesa.

\*\* Suscipiat Dominus sacrificium de manibus tuis ad laudem et gloriam nominis sui, ad utilitatem quoque nostram totiusque Ecclesiæ suæ sanctæ.

## 91. PREGHIERA EUCARISTICA E "SANCTUS"

*Il Signore sia con voi. E con il tuo spirito. In alto i nostri cuori. Sono rivolti al Signore. Rendiamo grazie al Signore, nostro Dio. È cosa buona e giusta.*

\*\* *Dominus vobiscum.* Et cum spiritu tuo. *Sursum corda.* Habemus ad Dominum. *Gratias agamus Domino Deo nostro.* Dignum et iustum est.

*È veramente giusto renderti grazie, è bello cantare la tua gloria, Padre santo, unico Dio vivo e vero: prima del tempo e in eterno tu sei, nel tuo regno di luce infinita. Tu solo sei buono e fonte della vita, e hai dato origine all'universo, per effondere il tuo amore su tutte le creature e allietarle con gli splendori della tua luce. Schiere innumerevoli di angeli stanno davanti a te per servirti, contemplano la gloria del tuo volto, e giorno e notte cantano la tua lode. Insieme con loro anche noi, fatti voce di ogni creatura, esultanti cantiamo:*

Santo, Santo, Santo il Signore Dio dell'Universo. I Cieli e la Terra sono pieni della tua gloria. Osanna nell'alto dei Cieli. Benedetto Colui che viene nel nome del Signore. Osanna nell'alto dei Cieli.

\*\* Sanctus, Sanctus, Sanctus, Dominus Deus Sabaoth. Pleni sunt cæli et terra maiestatis gloriæ tuæ. Osanna in excelsis. Benedictus qui venit in nomine Domini. Osanna in excelsis.

[Tranne la preghiera consacratrice riservata al sacerdote ordinato, il ringraziamento può essere interiormente fatto proprio da tutti].

*Noi ti lodiamo, Padre santo, per la tua grandezza: tu hai fatto ogni cosa con sapienza e amore, a tua immagine hai formato l'uomo, alle sue mani operose hai affidato l'universo perché nell'obbedienza a te, suo creatore, esercitasse il dominio su tutto il creato. E quando, per la sua disobbedienza, l'uomo perse la tua amicizia, tu non l'hai abbandonato in potere della morte, ma nella tua misericordia a tutti sei venuto incontro perché coloro che ti cercano ti possano trovare. Molte volte hai offerto agli uomini la tua alleanza, e per mezzo dei profeti hai insegnato a sperare nella salvezza.*

*Padre santo, hai tanto amato il mondo da mandare a noi, nella pienezza dei tempi, il tuo unico Figlio come salvatore. Egli si è fatto uomo per opera dello Spirito Santo ed è nato dalla Vergine Maria; ha condiviso in tutto, eccetto il peccato, la nostra condizione umana. Ai poveri annunciò il vangelo di salvezza, la libertà ai prigionieri, agli afflitti la gioia. Per attuare il tuo disegno di redenzione si consegnò volontariamente alla morte, e risorgendo distrusse la morte e rinnovò la vita. E perché non viviamo più per noi stessi ma per lui che è morto e risorto per noi ha mandato, o Padre, lo Spirito Santo, primo dono ai credenti, a perfezionare la sua opera nel mondo e compiere ogni santificazione.*

*Ora ti preghiamo, Padre: lo Spirito Santo + santifichi questi doni perché diventino il corpo e il sangue di Gesù Cristo, nostro Signore, nella celebrazione di questo grande mistero che ci ha lasciato in segno di eterna alleanza. Egli, venuta l'ora d'essere glorificato da te, Padre santo, avendo amato i suoi che erano nel mondo, li amò sino alla fine; e mentre cenava con loro, prese il pane e rese grazie, lo spezzò, lo diede ai suoi discepoli, e disse: "Prendete, e mangiatene tutti: questo è il mio corpo offerto in sacrificio per voi". Allo stesso modo, prese il calice del vino e rese grazie, lo diede ai suoi discepoli, e disse: "Prendete, e bevetene tutti: questo è il calice del mio sangue per la nuova ed eterna alleanza, versato per voi e per tutti in remissione dei peccati. Fate questo in memoria di me".*

*Mistero della fede.*

Annunziamo la tua morte, Signore, proclamiamo la tua risurrezione, nell'attesa della tua venuta.

\*\* Mortem tuam annuntiamus, Domine, et tuam resurrectionem confitemur, donec venias.

*In questo memoriale della nostra redenzione celebriamo, Padre, la morte di Cristo, la sua discesa agli inferi, proclamiamo la sua risurrezione e ascensione al cielo, dove siede alla tua destra, e, in attesa della sua venuta nella gloria, ti offriamo il suo corpo e il suo sangue, sacrificio a te gradito, per la salvezza del mondo. Guarda con amore, o Dio, la vittima che tu stesso hai preparato per la tua Chiesa e a tutti coloro che mangeranno di quest'unico pane e beranno di quest'unico calice; concedi che riuniti in un solo corpo dallo Spirito Santo, diventino offerta viva in Cristo, a lode della tua gloria. Ora, Padre, ricòrdati di tutti quelli per i quali noi ti offriamo questo sacrificio: del tuo servo e nostro Papa..., del nostro Vescovo..., del collegio episcopale, di tutto il clero e di coloro che si uniscono alla nostra offerta, dei presenti e del tuo popolo e di tutti gli uomini che ti cercano con cuore sincero. Ricòrdati anche dei nostri fratelli che sono morti nella pace del tuo Cristo, e di tutti i defunti, dei quali tu solo hai conosciuto la fede.*

*Padre misericordioso concedi a noi, tuoi figli, di ottenere con la beata Maria Vergine e Madre di Dio, con gli apostoli e i santi, l'eredità eterna del tuo regno, dove con tutte le creature liberate dalla corruzione del peccato e della morte canteremo la tua gloria, in Cristo nostro Signore per mezzo del quale doni al mondo ogni bene. Per Cristo, con Cristo e in Cristo, a te, Dio Padre onnipotente, nell'unità dello Spirito Santo ogni onore e gloria per tutti i secoli dei secoli. Amen.*

[“Pregghiera eucaristica IV”: memoriale della storia della salvezza]

## 92. PREGHIERA DEL SIGNORE

Padre nostro...

Tuo è il Regno, tua è la potenza e la gloria nei secoli.

\*\* Quia tuum est regnum et potestas et gloria in sæcula.

## 93. PREGHIERA PER LA CHIESA

*Signore Gesù Cristo, che hai detto ai tuoi apostoli: “Vi lascio la pace, vi do la mia pace”, non guardare ai nostri peccati, ma alla fede della tua Chiesa, e donale unità e pace secondo la tua volontà. Tu che vivi e regni nei secoli dei secoli. Amen.*

#### 94. “AGNUS DEI”

Agnello di Dio, che togli i peccati del mondo, abbi pietà di noi. Agnello di Dio, che togli i peccati del mondo, abbi pietà di noi. Agnello di Dio, che togli i peccati del mondo, dona a noi la pace.

\*\* Agnus Dei, qui tollis peccata mundi, miserere nobis. Agnus Dei, qui tollis peccata mundi, miserere nobis. Agnus Dei, qui tollis peccata mundi, dona nobis pacem.

#### 95. “NON SUM DIGNUS”

*Beati gli invitati alla Cena del Signore. Ecco l'Agnello di Dio, che toglie i peccati del mondo. O Signore, non sono degno di partecipare alla tua mensa: ma di' soltanto una parola e io sarò salvato.*

\*\* Domine, non sum dignus ut intres sub tectum meum, sed tantum dic verbo et sanabitur anima mea.

#### 96. BENEDIZIONE

{ *Sia benedetto il nome del Signore. Ora e sempre. Il nostro aiuto è nel nome del Signore. Egli ha fatto cielo e terra. } Vi benedica Dio onnipotente, Padre e + Figlio e Spirito Santo. Amen. Andate in pace. Rendiamo grazie a Dio.*

\*\* { Ex hoc nunc, et usque in sæculum. | Qui fecit cælum et terram. } *Ite, missa est. Deo gratias.*

#### 97. RINGRAZIAMENTO DOPO LA “MESSA”

Si può meditare la preghiera “Santa Messa” [n. 15] o il salmo 22:

«Il Signore è il mio pastore, non manco di nulla: su pascoli erbosi mi fa riposare, ad acque tranquille mi conduce. Mi guida per il giusto cammino, per amore del suo nome. Se dovessi camminare in valle oscura, non temerei alcun male, perché tu sei con me. Davanti a me tu prepari una mensa, cospargi di olio il mio capo, il mio calice trabocca. Felicità e grazia mi saranno compagne tutti i giorni della mia vita, e abiterò nella casa del Signore per lunghissimi anni. Gloria...».

## ADORAZIONE PERSONALE

«L'Agnello sacramentalmente presente fra noi è la persona di Gesù da visitare e adorare». Perciò cerchiamo di “metterci in adorazione del Signore, possibilmente con la visita al santissimo sacramento”; altrimenti adorandolo presente in ogni luogo.

### 98. SALUTO

Santo, santo, santo il Signore Gesù, Dio Onnipotente:  
Colui che è, che era e che viene!

### 99. VISITA A GESÙ

Facciamo visita a Gesù, nascosto nell'eucaristia, «come nella sua casa a Nazaret», “quando era confuso tra la gente: li amava, li serviva, ma non vedevano in lui il volto del Padre”. Ireos introduceva così agli Esercizi di Galloro nel 2003 la “visita a Gesù”: «Vuole che lo guardiamo e che ci lasciamo guardare da lui: noi lo guardiamo; lui ci guarda».

### 100. ADORAZIONE

Si possono anche usare le contemplazioni di Gesù nell'Eucaristia [n. 17,1-2] e gli intrattenimenti con il Signore [n. 18,1-3].

#### ACCLAMAZIONI EVANGELICHE

<sup>1</sup> Signore, da chi andremo? Tu solo hai parole di vita eterna; e noi abbiamo creduto e conosciuto che tu sei il Santo di Dio.

<sup>2</sup> Signore, salvaci! Tu sei veramente il Figlio di Dio!

<sup>3</sup> Rabbì, tu sei il Figlio di Dio, tu sei il re d'Israele!

<sup>4</sup> Tu sei il Cristo, il Figlio del Dio vivente!

<sup>5</sup> Sì, o Signore, io credo che tu sei il Cristo, il Figlio di Dio venuto nel mondo!

<sup>6</sup> Rabbunì! <sup>7</sup> Mio Signore e mio Dio!

[<sup>1</sup> Gv 6,68-69 | <sup>2</sup> Mt 14,30.33 | <sup>3</sup> Gv 1,49 | <sup>4</sup> Mt 16,16; Mc 8,29 | <sup>5</sup> Gv 11,27 | <sup>6</sup> Gv 20,16 | <sup>7</sup> Gv 20,28]

## IMPLORAZIONI EVANGELICHE

<sup>1</sup> Rabbi, dove rimani?

<sup>2</sup> Signore, io credo: aiutami nella mia incredulità!  
Aumenta la nostra fede!

<sup>4</sup> Signore, insegnaci a pregare!

<sup>5</sup> Signore, dacci sempre il pane dal cielo,  
perché non abbiamo più fame,  
e dell'acqua viva,  
perché non abbiamo più sete.

<sup>2</sup> Signore, siamo perduti: salvaci!

<sup>6</sup> Maestro, che io veda!

<sup>7</sup> Signore, aiutami!

<sup>8</sup> Signore, se vuoi, puoi sanarmi.

<sup>9</sup> Signore, io non sono degno che tu entri da me,  
ma comanda con una parola  
e il tuo servo sarà guarito.

<sup>10</sup> Signore Gesù Cristo, Figlio del Dio vivo,  
abbi pietà di me che sono peccatore.

<sup>11</sup> Figlio di Davide, Gesù, Maestro, abbi pietà di noi!

<sup>12</sup> Gesù, ricordati di me nel tuo Regno.

<sup>13</sup> Resta con noi, Signore, perché si fa sera  
e il giorno ormai volge al declino.

<sup>14</sup> Maranathà: vieni, Signore Gesù!

[<sup>1</sup> Gv 1,38 | <sup>2</sup> cf Gv 9,38; Mc 9,24; Lc 17,6 | <sup>3</sup> cf Lc 11,1 | <sup>4</sup> cf Gv 6,34-35 e 4,15 | <sup>5</sup> cf Mt 8,25 | <sup>6</sup> cf Mc 10,51 | <sup>7</sup> cf Mt 15,27 | <sup>8</sup> cf Lc 5,12 | <sup>9</sup> cf Lc 7,6 | <sup>10</sup> cf Mt 16,16; Lc 5,8; Lc 18,13 | <sup>11</sup> cf Mc 10,47-48; Mt 9,27, 15,22.25, 17,15 e 20,30-31; Lc 17,13 e 18,38-39 | <sup>12</sup> cf Lc 23,42 | <sup>13</sup> Lc 24,29 | <sup>14</sup> cf Ap 22,20; 1Cor 16,22]

Le acclamazioni e invocazioni a Cristo proposte come efficaci dalla Scrittura sono come un “frasario” per insegnarci a pregare parlando la vera lingua dello Spirito. Per evitare di pregare male, motivo per cui “si prega e non si ottiene”, il vangelo riporta anche alcune preghiere non ben formulate: quella del padre dell’indemoniato (“Se puoi qualcosa, aiutaci”); quella di Giacomo e Giovanni che chiesero il posto a destra e a sinistra di Gesù (ma sulla croce ci furono i due malfattori); o quella di Filippo (“Mostraci il Padre e ci basta”).

## ROSARIO

«A Maria, donna di preghiera, ci rivolgiamo perché preghi per noi e con noi», «con il rosario o altro modo».

Nella Legge data a Mosè, il Signore aveva promesso a Israele di colmarlo di ogni benedizione se avesse messo in pratica tutti i suoi comandi e custodito nel cuore la sua Parola; in particolare avrebbe benedetto il frutto del suo seno, facendone un popolo a lui consacrato. Questa promessa si è realizzata nella Figlia di Sion, Maria, che ha accolto nel suo cuore e nel suo seno la Parola del Signore ed è divenuta perciò innanzitutto la “serva del Signore”, e di conseguenza la “vergine” e “sposa e madre”; ella è così la prima consacrata e la madre di tutti i consacrati in ogni stato di vita. Perciò, con la preghiera mariana del rosario, ci congratuliamo con Maria, “beata perché ha creduto” attraverso i misteri da lei condivisi con Gesù, e preghiamo lei, che è “donna pia”, perché preghi per noi e con noi, come nel Cenacolo, in comunione con tutta la Chiesa e secondo le intenzioni del Papa, così che conseguiamo anche l’indulgenza e riparazione per i danni provocati dai nostri peccati.

[Cf Dt 28,1-2.4.9; 30,11.14; Lc 1,28.42.45; Sof 3,14; Gdt 8,31; At 1,14. Cf anche Ireos, “Trilogia su Maria”. Sull’indulgenza, cf Mt 5,25 e 1Cor 3,15 nella tradizione]

### 101. INTRODUZIONE

*O Dio, vieni a salvarmi. Signore, vieni presto in mio aiuto.  
Gloria al Padre... Come era...  
Gesù vivente in Maria, il nostro Signore sei tu.*

### 102. MISTERI

Per ogni “mistero”, dopo l’enunciazione e, se possibile, la lettura che evidenzia la partecipazione mariana ad esso, si prega così:

*Padre nostro... Dacci oggi...  
Ave Maria... Santa Maria... [per dieci volte].  
Gloria... Com’era...  
Alla fine, si può recitare questa o altra giaculatoria:  
Gesù vivente in Maria, il nostro Signore sei tu.*



## MISTERI DELLA GIOIA

### **1. Nel primo mistero della gioia si contempla l'annunciazione a Maria a Nazaret.**

*L'angelo disse a Maria: "Lo Spirito Santo scenderà su di te.... Colui che nascerà sarà dunque Santo e chiamato Figlio di Dio. Nulla è impossibile a Dio". Allora Maria disse: "Eccomi, sono la serva del Signore, avvenga di me quello che hai detto".*

[Lc 1,35.38]

### **2. Nel secondo mistero della gioia si contempla la visita di Maria ad Elisabetta.**

*Appena Elisabetta ebbe udito il saluto di Maria, il bambino le sussultò nel grembo. Elisabetta fu piena di Spirito Santo ed esclamò...: "Benedetta tu fra le donne e benedetto il frutto del tuo grembo! A che debbo che la madre del mio Signore venga a me...? E beata colei che ha creduto nell'adempimento delle parole del Signore". Allora Maria disse: "L'anima mia magnifica il Signore".*

[Lc 1,41-47]

### **3. Nel terzo mistero della gioia si contempla la nascita di Gesù a Betlemme.**

*Maria... diede alla luce il suo figlio primogenito, lo avvolse in fasce e lo depose in una mangiatoia, perché non c'era posto per loro nell'albergo... E apparve... una moltitudine dell'esercito celeste che... diceva: "Gloria a Dio nel più alto dei cieli e pace in terra agli uomini che egli ama"... Maria, da parte sua, serbava tutte queste cose meditandole nel suo cuore.*

[Lc 2,6-7.13-14.19]

### **4. Nel quarto mistero della gioia si contempla la presentazione di Gesù al Tempio.**

*Simeone... mosso dallo Spirito, si recò al tempio; e mentre i genitori vi portavano il bambino Gesù per adempiere la Legge, lo prese tra le braccia, benedisse Dio... e parlò a Maria, sua madre: "Egli è qui... come segno di contraddizione... E anche a te una spada trafiggerà l'anima".*

[Lc 2,25.27-28.34]

### **5. Nel quinto mistero della gioia si contempla il ritrovamento di Gesù nel Tempio.**

*Trascorsi i giorni della festa..., il fanciullo Gesù rimase a Gerusalemme, senza che i genitori se ne accorgessero... Tornati in cerca di lui..., dopo tre giorni lo trovarono nel tempio, seduto in mezzo ai dottori... Sua madre gli disse: "Figlio, perché ci hai fatto così?"... Ed egli rispose...: "Non sapevate che io devo stare nelle cose del Padre mio?"... { Tornò dunque con loro a Nazaret e stava loro sottomesso... e cresceva in sapienza, età e grazia davanti a Dio e agli uomini }.*

[Lc 2,43-52]

## MISTERI DELLA LUCE

### **1. Nel primo mistero della luce si contempla il battesimo di Gesù nel Giordano.**

*Gesù venne da Nazaret di Galilea e fu battezzato nel Giordano da Giovanni. E, uscendo dall'acqua, vide aprirsi i cieli e lo Spirito discendere su di lui come una colomba. E si sentì una voce dal cielo: "Tu sei il Figlio mio prediletto, in te mi sono compiaciuto"... {Tornato nella sua patria..., cominciò a insegnare... e molti, stupiti, dicevano...: "Non è costui il carpentiere, il figlio di Maria?"}.*

[Mc 1,9-11; 6,1-3]

### **2. Nel secondo mistero della luce si contempla la manifestazione di Gesù alle Nozze di Cana.**

*La madre di Gesù... gli dice: "Non hanno più vino". E Gesù rispose: "Che c'è fra me e te, donna?"... La madre dice ai servi: "Fate quello che vi dirà"... Così Gesù diede inizio ai suoi segni..., manifestò la sua gloria e i suoi discepoli crederono in lui.*

[Gv 2,1-5.11]

### **3. Nel terzo mistero della luce si contempla l'annuncio del Regno da parte di Gesù.**

*Gesù... predicava il vangelo di Dio e diceva...: "Il Regno di Dio è vicino: convertitevi e credete al vangelo!"... Guarì molti, afflitti da varie malattie e scacciò molti demoni... { Giunti sua madre e i suoi fratelli..., disse: "Chi compie la volontà di Dio mi è fratello, sorella e madre"... Una donna... disse: "Beato il ventre che ti ha portato!"... Ma egli disse: "Beati piuttosto coloro che ascoltano la parola di Dio e la osservano!" }.*

[Mc 1,14-15.34; 3,31.35; Lc 11,27.29]

### **4. Nel quarto mistero della luce si contempla la trasfigurazione di Gesù sul monte.**

*Gesù prese con sé Pietro, Giovanni e Giacomo e salì sul monte a pregare. E, mentre pregava, il suo volto cambiò d'aspetto... Pietro disse a Gesù: "Maestro, è bello per noi stare qui" .... Mentre parlava così, venne una nube e li avvolse... e dalla nube uscì una voce, che diceva: "Questi è il Figlio mio, l'electo; ascoltatelo".*

[Lc 9,28-29.33-35]

### **5. Nel quinto mistero della luce si contempla l'ultima cena di Gesù.**

*Mentre mangiavano prese il pane e... lo diede loro, dicendo: "Prendete, questo è il mio corpo". Poi prese il calice..., lo diede loro... e disse: "Questo è il mio sangue,*

*il sangue dell'alleanza versato per la moltitudine"... "Per loro io consacro me stesso, perché siano anch'essi consacrati nella verità".*

[Mc 14,22-24; Gv 17,19]

## MISTERI DEL DOLORE

### **1. Nel primo mistero del dolore si contempla la preghiera di Gesù nel Getsemani.**

*Uscito se ne andò... al monte degli Ulivi; anche i discepoli lo seguirono. Giunto sul luogo... si allontanò da loro... e, inginocchiatosi, pregava: "Padre, se vuoi, allontana da me questo calice! Tuttavia non sia fatta la mia, ma la tua volontà".*

[Lc 22,39-42]

### **2. Nel secondo mistero del dolore si contempla la flagellazione di Gesù.**

*Allora Pilato fece prendere Gesù e lo fece flagellare.*

[Gv 19,1]

### **3. Nel terzo mistero del dolore si contempla la coronazione di spine di Gesù.**

*I soldati, intrecciata una corona di spine, gliela posero sul capo... Allora Gesù uscì, portando la corona di spine e il mantello di porpora. E Pilato disse loro: "Ecco l'uomo!".*

[Gv 19,2-7]

### **4. Nel quarto mistero del dolore si contempla la salita di Gesù al Calvario.**

*Presero Gesù ed egli, portando la croce, si avviò verso il luogo... detto in ebraico Gòlgota... Lo seguiva una gran folla di popolo e di donne che si battevano il petto e facevano lamenti su di lui.*

[Gv 19,17; Lc 23,27]

### **5. Nel quinto mistero del dolore si contempla la crocifissione e morte di Gesù.**

*Gesù, vedendo presso la croce... la madre e lì accanto a lei il discepolo che egli amava, disse alla madre: "Donna, ecco il tuo figlio!". Poi disse al discepolo: "Ecco la tua madre!"... Dopo questo, Gesù... disse: "Tutto è compiuto!". E, chinato il capo, rese lo spirito.*

[Gv 19,25-30]

## MISTERI DELLA GLORIA

### **1. Nel primo mistero della gloria si contempla la resurrezione di Gesù.**

*La sera del... primo giorno dopo il sabato, mentre erano chiuse le porte del luogo dove si trovavano i discepoli..., venne Gesù, si fermò in mezzo a loro e disse: "Pace a voi!". Detto questo, mostrò loro le mani e il costato. E i discepoli gioirono al vedere il Signore. E Gesù disse...: "Beati quelli che pur non avendo visto hanno creduto!".*

[Gv 20,19-21]

### **2. Nel secondo mistero della gloria si contempla l'ascensione di Gesù.**

*Gesù fu elevato in alto sotto i loro occhi e una nube lo sottrasse al loro sguardo..., e <i discepoli> fecero ritorno nel cenacolo dove abitavano... e tutti erano assidui e concordi nella preghiera, insieme con alcune donne e con Maria, la madre di Gesù.*

[At 1,9.12-14]

### **3. Nel terzo mistero della gloria si contempla la discesa dello Spirito Santo a Pentecoste.**

*Mentre il giorno di Pentecoste stava per finire, si trovavano tutti insieme nello stesso luogo. Venne all'improvviso dal cielo un rombo..., e riempì tutta la casa dove si trovavano. Apparvero loro lingue come di fuoco che si dividevano e si posarono su ciascuno di loro; ed essi furono tutti pieni di Spirito Santo.*

[At 2,1-4]

### **4. Nel quarto mistero della gloria si contempla l'assunzione di Maria in Cielo.**

*Allora si aprì il santuario di Dio nel cielo e apparve nel santuario l'arca dell'alleanza... Nel cielo apparve poi un segno grandioso: una donna vestita di sole, con la luna sotto i suoi piedi e sul suo capo una corona di dodici stelle.*

[Ap 11,19.12,1]

### **5. Nel quinto mistero della gloria si contempla la Gerusalemme del Cielo.**

*Uno degli angeli... mi parlò: "Vieni, ti mostrerò la fidanzata, la sposa dell'Agnello"... e mi mostrò la città santa, Gerusalemme, che scendeva dal cielo, da Dio, risplendente della gloria di Dio... Non vidi alcun tempio in essa perché il Signore Dio, l'Onnipotente, e l'Agnello sono il suo tempio. E non vi sarà più maledizione... I suoi servi lo adoreranno... e il Signore Dio li illuminerà e regneranno nei secoli dei secoli.*

[Ap 21,9-10.22; 22,3-5]

### 103. AFFIDAMENTO A MARIA

Salve, o Regina, madre di misericordia; vita, dolcezza e speranza nostra, salve. A te ricorriamo, noi esuli figli di Eva; a te sospiriamo gementi e piangenti in questa valle di lacrime. Orsù, dunque, avvocata nostra, rivolgici a noi quegli occhi tuoi misericordiosi. E mostraci dopo questo esilio Gesù, il frutto benedetto del tuo seno. O clemente, o pia, o dolce Vergine Maria.

\*\* Salve, Regína, mater misericórdiæ, vita, dulcedo et spes nostra, salve. Ad te clamámus, éxsules filii Evæ, ad te suspirámus, geméntes et flentes, in hac lacrimárum valle. Eia ergo, advocáta nostra, illos tuos misericórdes óculos ad nos convérte. Et Iesum, benedíctum fructum ventris tui, nobis post hoc exílium osténde. O clemens, o pia, o dulcis Virgo Maria.

Oppure:

*Maria, Madre di Cristo e Madre della Chiesa*, benedici noi tuoi figli e volgi a noi un particolare sguardo di bontà che ci aiuti a realizzare totalmente quella santità stabilita da Dio per ognuno di noi. Tu ci conosci tutti e con il tuo amore materno, ad uno ad uno, puoi accoglierci tra le tue braccia e metterci in soave comunione. Noi ci abbandoniamo a te in ogni nostra necessità, ma anche per chiederti di aprire i nostri cuori ad ogni persona in difficoltà. Stendi la tua mano su di noi e liberaci da ogni male, perché possiamo contemplarti fin da ora e in eterno con tuo figlio Gesù, nostro fratello Dio.

### 104. PREGHIERA ECCLESIALE

*Secondo le intenzioni del Papa: Padre nostro... Dacci... Ave Maria... Santa Maria... Gloria... Come era...*

*Per ciascuno di noi: Angelo di Dio... Illumina...*

*Per i nostri defunti: L'eterno riposo... Splenda ad essi...*

105. LITANIE DELLA MADONNA

LITANIE LAURETANE

*Signore, pietà.* Signore, pietà.

*Cristo, pietà.* Cristo, pietà.

*Signore, pietà.* Signore, pietà.

*Cristo, ascoltaci.* Cristo, ascoltaci.

*Cristo, esaudiscici.* Cristo, esaudiscici.

*Padre del Cielo, Dio,* abbi pietà di noi.

*Figlio, Redentore del mondo, Dio,* abbi pietà di noi.

*Spirito Santo, Dio,* abbi pietà di noi.

*Santa Trinità, un solo Dio,* abbi pietà di noi.

*Santa Maria,* prega per noi.

*Santa Madre di Dio,* ” ”

*Santa Vergine delle vergini,* ” ”

*Madre di Cristo,* ” ”

*Madre della Chiesa,* ” ”

*Madre della divina grazia,* ” ”

*Madre purissima,* ” ”

*Madre castissima,* ” ”

*Madre sempre vergine,* ” ”

*Madre immacolata,* ” ”

*Madre amabile,* ” ”

*Madre ammirabile,* ” ”

*Madre del buon consiglio,* ” ”

*Madre del Creatore,* ” ”

*Madre del Salvatore,* ” ”

{ *Madre del Piccolo Gruppo,* ” ” }

*Vergine saggia,* ” ”

*Vergine da onorare,* ” ”

*Vergine da lodare,* ” ”

*Vergine potente,* ” ”

*Vergine clemente,* ” ”

*Vergine fedele,* ” ”

*Specchio di giustizia,* ” ”

*Sede della Sapienza,* ” ”

*Causa della nostra gioia, ” ”*  
*Strumento dello Spirito Santo, ” ”*  
*Strumento eletto, ” ”*  
*Strumento consacrato a Dio, ” ”*  
*Rosa mistica, ” ”*  
*Torre di Davide, ” ”*  
*Torre d’avorio, ” ”*  
*Casa d’oro, ” ”*  
*Arca dell’Alleanza, ” ”*  
*Porta del cielo, ” ”*  
*Stella del mattino, ” ”*  
*Salute degli infermi, ” ”*  
*Rifugio dei peccatori, ” ”*  
*Consolatrice degli afflitti, ” ”*  
*Aiuto dei cristiani, ” ”*  
*Regina degli angeli, ” ”*  
*Regina dei patriarchi, ” ”*  
*Regina dei profeti, ” ”*  
*Regina degli apostoli, ” ”*  
*Regina dei martiri, ” ”*  
*Regina dei confessori della fede, ” ”*  
*Regina dei celibi, ” ”*  
*{ Regina degli sposati, ” ” }*  
*Regina di tutti i santi, ” ”*  
*Regina concepita senza peccato originale, ” ”*  
*Regina assunta in cielo, ” ”*  
*Regina del santo Rosario, ” ”*  
*Regina della famiglia, ” ”*  
*Regina della pace, ” ”*  
*Agnello di Dio, che toglì i peccati del mondo,*  
*perdonaci, Signore.*  
*Agnello di Dio, che toglì i peccati del mondo,*  
*ascoltaci, Signore.*  
*Agnello di Dio, che toglì i peccati del mondo,*  
*abbi pietà di noi.*  
*Prega per noi, Santa Madre di Dio,*  
*affinché siamo resi degni delle promesse di Cristo.*

Oppure:

LITANIE BIBLICHE DELLA FESTA

*Signore, pietà.* Signore, pietà.

*Cristo, pietà.* Cristo, pietà.

*Signore, pietà.* Signore, pietà.

Maria di Nazaret, prega per noi.

Piena di grazia, ” ”

Serva del Signore, ” ”

Vergine che non conosce uomo, ” ”

Sposa di Giuseppe, ” ”

Madre di Gesù, ” ”

Madre del Signore, ” ”

Benedetta fra le donne, ” ”

Beata perché hai creduto, ” ”

Donna nuova, ” ”

Madre dei viventi, ” ”

Vittoriosa sul serpente, ” ”

Roveto ardente, ” ”

Tenda della Testimonianza, ” ”

Arca dell'Alleanza, ” ”

Dimora della Gloria, ” ”

Tempio consacrato a Dio, ” ”

Città dell'Altissimo, ” ”

Figlia di Sion, ” ”

Donna pia, ” ”

Gloria di Gerusalemme, ” ”

Magnifico vanto di Israele, ” ”

Splendido onore del nostro popolo, ” ”

Vergine che ha concepito, ” ”

Madre del Dio-con-noi, ” ”

Figlia del Re, tutta splendore, ” ”

Sposa del Re, in preziosi ricami, ” ”

Regina che intercedi e trovi grazia, ” ”

Specchio di giustizia, ” ”

Riflesso della luce perenne, ” ”



Immagine della bontà di Dio, ” ”  
Madre del bell’ Amore e del timore, ” ”  
Madre della Conoscenza e della certa speranza, ” ”  
Sapienza uscita dalla bocca di Dio, ” ”  
Canale di grazia, ” ”  
Donna perfetta e da lodare, ” ”  
Donna che teme Dio, ” ”  
Amica dell’ Amato, ” ”  
Tutta bella, senza macchia, ” ”  
Giardino chiuso, fontana sigillata, ” ”  
Unica perfetta, ” ”  
Potente come schiere a vessilli spiegati, ” ”  
Segno grandioso in cielo, ” ”  
Donna vestita di sole e bella come la luna, ” ”  
Donna coronata di stelle, ” ”  
Congiunta alla Trinità divina, ” ”  
Vergine fatta Chiesa, ” ”  
{ Madre del Piccolo Gruppo, ” ” }  
Modello dei consacrati, ” ”  
Modello dei celibi e degli sposati, ” ”  
Modello dei vedovi e delle persone in ricerca, ” ”  
Regina delle famiglie, ” ”  
Regina della pace, ” ”

*Agnello di Dio, che togli i peccati del mondo,*  
perdonaci, Signore.

*Agnello di Dio, che togli i peccati del mondo,*  
ascoltaci, Signore.

*Agnello di Dio, che togli i peccati del mondo,*  
abbi pietà di noi.

*Prega per noi, Santa Madre di Dio,*  
affinché siamo resi degni delle promesse di Cristo.

[Litanie mariane della liturgia della Festa del Gruppo. Gli appellativi mariani sono tratti da Vangelo, Genesi, Esodo e Legge, Storie e Profeti, Salmi ed Ester, Scritti sapienziali, Cantico dei Cantici, Apocalisse e tradizione ecclesiale e comunitaria].

## 106. ORAZIONE FINALE

*Preghiamo.*

*O Dio, il tuo unico Figlio ci ha procurato i beni della salvezza eterna con la sua vita, morte e resurrezione: a noi che con il santo rosario della Beata Vergine Maria abbiamo meditato questi misteri, concedi di imitare ciò che contengono e conseguire ciò che promettono. Per Cristo nostro Signore. Amen.*

Oppure:

*O Dio, che nella verginità feconda di Maria hai dato agli uomini i beni della salvezza eterna, fa' che sperimentiamo la sua intercessione, poiché per mezzo di lei abbiamo ricevuto l'autore della vita, Gesù Cristo tuo Figlio e nostro Signore. Amen.*

Oppure:

*Concedi ai tuoi fedeli, Signore Dio nostro, di godere sempre la salute del corpo e dello spirito, e per la gloriosa intercessione di Maria santissima, sempre vergine, salvaci dai mali che ora ci rattristano e guidaci alla gioia senza fine. Per Cristo nostro Signore. Amen.*

*Gesù Cristo, che reggi l'universo, il nostro Signore sei tu.  
Nel nome del Padre... Amen.*

## ESAME DI COSCIENZA

«Con l'*esame di coscienza*... rinnoviamo la nostra vita alla sua luce e ci disponiamo a ricevere il suo perdono». L'*esame della vita* si può fare o ripercorrerone i tempi o rivedendola nell'insieme, alla luce dei comandamenti, per confessare a Dio il grazie per il bene ricevuto e fatto e il pentimento per il male commesso.

### 107. INVOCAZIONE E RINGRAZIAMENTO INIZIALE

Nel nome del Padre... Gloria al Padre...

In preparazione si può chiedere il dono del lume di Dio, ad esempio con la "Preghiera del bello sguardo" [n. 19,1].

### 108. ESAME DI VITA

#### E CONFESSIONE DI LODE E PENTIMENTO

#### I COMANDAMENTI

*Dio solo è buono. Se vuoi entrare nella vita, osserva i comandamenti.*

**-I-** Il primo e più grande comandamento è: "Ascolta, Israele: il Signore Dio nostro è l'unico Signore! Amerai dunque il Signore Dio tuo con tutto il tuo cuore, con tutta la tua mente e con tutta la tua forza". **-II-** E il secondo è simile al primo: "Amerai il prossimo tuo come te stesso". **-I|II-** Vi do un comandamento nuovo: che vi amiate gli uni gli altri, come io ho amato voi...: da questo tutti sapranno che siete miei discepoli... Nessuno ha un amore più grande di questo: dare la vita per i propri amici.

*Se vuoi essere perfetto, va'..., da' ai poveri e avrai un tesoro nel cielo; poi vieni e seguimi... Va' nella tua casa, dai tuoi, e annunzia loro ciò che il Signore ti ha fatto...*

**1.** Io sono il Signore Dio tuo. Non avere altri dèi di fronte a me. Non ti fare idolo alcuno.

**2.** Non nominare il nome di Dio invano.

*Non chiunque mi dice: "Signore, Signore", entrerà nel regno dei cieli, ma colui che fa la volontà del Padre mio che è nei cieli... Rendete a Cesare ciò che è di Cesare e a Dio ciò che è di Dio...*

**3.** Ricordati di santificare il tempo del riposo.

*Fate questo in memoria di me... Restate con me, vegliate e pregate...*

**4.** Onora il padre e la madre.

*Cbi è mia madre e chi sono i miei fratelli? Chiunque fa la volontà del Padre mi è fratello, sorella e madre...*

## 5. Non uccidere.

*Avete inteso che fu detto agli antichi: "Non uccidere"... Ma io vi dico: chiunque si adira con il proprio fratello, sarà sottoposto a giudizio... Se dunque presenti la tua offerta sull'altare e lì ti ricordi che tuo fratello ha qualche cosa contro di te, lascia lì il tuo dono davanti all'altare e va' prima a riconciliarti con il tuo fratello e poi torna ad offrire il tuo dono...*

## 6. Non commettere adulterio.

*Avete inteso che fu detto: "Non commettere adulterio"; ma io vi dico: chiunque guarda una donna per desiderarla, ha già commesso adulterio con lei nel suo cuore... Fu pure detto: "Chi ripudia la propria moglie, le dia l'atto di ripudio"; ma io vi dico: chiunque ripudia sua moglie, eccetto il caso di concubinato, la espone all'adulterio e chiunque sposa una ripudiata, commette adulterio...*

## 7. Non rubare. Non frodare.

*Non accumulatevi tesori sulla terra..., ma nel cielo..., perché là dov'è il tuo tesoro, sarà anche il tuo cuore... Non potete servire a Dio e a mammona...*

*Avete inteso che fu detto: "Occhio per occhio e dente per dente"; ma io vi dico di non opporvi al malvagio; anzi se uno ti percuote la guancia destra, tu porgigli anche l'altra; e a chi ti vuol chiamare in giudizio per toglierti la tunica, tu lascia anche il mantello. E se uno ti costringerà a fare un miglio, tu fanne con lui due. Da' a chi ti domanda e a chi desidera da te un prestito non volgere le spalle...*

## 8. Non testimoniare il falso contro il tuo prossimo.

*Avete inteso che fu detto agli antichi: "Non spergiurare, ma adempi con il Signore i tuoi giuramenti"; ma io vi dico...: sia il vostro parlare "sì, sì; no, no"; il di più viene dal maligno... Sarete miei testimoni...*

## 9. Non desiderare.

*Guardatevi dal praticare le vostre buone opere davanti agli uomini per essere da loro ammirati, altrimenti non avrete ricompensa presso il Padre vostro che è nei cieli. Quando dunque fai l'elemosina..., preghi... e digiuni, non farti vedere dalla gente..., ma solo da tuo Padre...; e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà...*

*La lucerna del corpo è l'occhio; se dunque il tuo occhio è chiaro, tutto il tuo corpo sarà nella luce; ma se il tuo occhio è malato, tutto il tuo corpo sarà tenebroso... Per la vostra vita non affannatevi... Di questo si preoccupano i pagani; il Padre vostro celeste sa che ne avete bisogno. Cercate prima il regno di Dio e la sua giustizia, e tutto il resto vi sarà dato in aggiunta. Non affannatevi dunque per il domani, perché il domani avrà già le sue inquietudini. A ogni giorno basta la sua pena...*

## (10.) Ma ama il prossimo tuo come te stesso.

*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 i vostri persecutori, perché siate figli del Padre vostro celeste, che fa sorgere il suo sole sopra i malvagi e sopra i buoni, e fa piovere sopra i giusti e sopra gli ingiusti. Infatti se amate quelli che vi amano, quale merito ne avete...? Se voi perdonerete agli uomini le loro colpe, il Padre vostro celeste perdonerà anche a voi; ma se voi non perdonerete agli uomini, neppure il Padre vostro perdonerà le vostre colpe...*

*Non giudicate, per non essere giudicati... Perché osservi la pagliuzza nell'occhio del tuo fratello, mentre non ti accorgi della trave che hai nel tuo occhio...? Tutto quanto volete che gli uomini facciano a voi, anche voi fatelo a loro... Quello che avete fatto a uno di questi miei*

*fratelli più piccoli, l'avete fatto a me... Entrate per la porta stretta... Siate perfetti come è perfetto il Padre vostro celeste.*

[Cf Mc 12,29-31; Mt 22,36-38; Es 20,2-17; Dtr 5,6-21; 6,4-5; Lv 19,18 | Mt 5-7; 12,48-49; 19,16,21; 22,21; 25,40,44-45 | Gv 13,34-35; 15,13,16 | Mt 26,38,41; Mc 5,19; At 1,8]

## LE BEATITUDINI

*“Beati i poveri in spirito, perché di essi è il regno dei cieli. Beati gli afflitti, perché saranno consolati. Beati i miti, perché erediteranno la terra. Beati quelli che hanno fame e sete della giustizia, perché saranno saziati. Beati i misericordiosi, perché troveranno misericordia. Beati i puri di cuore, perché vedranno Dio. Beati gli operatori di pace, perché saranno chiamati figli di Dio. Beati i perseguitati a causa della giustizia, perché di essi è il regno dei cieli. Beati voi, quando vi insulteranno, vi perseguiteranno e, mentendo, diranno ogni sorta di male contro di voi per causa mia. Rallegratevi ed esultate, perché grande è la vostra ricompensa nei cieli. Così infatti hanno perseguitato i profeti prima di voi. Voi siete il sale della terra; ma se il sale perdesse il sapore, con che cosa lo si potrà render salato? A null'altro serve che ad esser gettato via e calpestato dagli uomini. Voi siete la luce del mondo: non può restare nascosta una città collocata sopra un monte, né si accende una lucerna per collocarla sotto il moggio, ma sopra il lucerniere, perché faccia luce a tutti quelli che sono nella casa. Così risplenda la vostra luce davanti agli uomini perché vedano le vostre opere buone e rendano gloria al Padre vostro che è nei cieli”.*

[Mt 5,1-16]

## LA VIA MIGLIORE DI TUTTE E GLI ATTI DELL'AMORE

*Se anche parlassi le lingue degli uomini e degli angeli, ma non avessi la carità, sono come un bronzo che risuona o un cembalo che tintinna. E se avessi il dono della profezia e conoscessi tutti i misteri e tutta la scienza e possedessi la pienezza della fede così da trasportare le montagne, ma non avessi la carità, non sono nulla. E se anche distribuissi tutte le mie sostanze e dessi il mio corpo per esser bruciato, ma non avessi la carità, niente mi giova. La carità è paziente, è benigna la carità; non è invidiosa la carità, non si vanta, non si gonfia, non manca di rispetto, non cerca il suo interesse, non si adira, non tiene conto del male ricevuto, non gode dell'ingiustizia, ma si compiace della verità. Tutto copre, tutto crede, tutto spera, tutto sopporta. La carità non avrà mai fine... Queste dunque le tre cose che rimangono: la fede, la speranza e la carità; ma di tutte più grande è la carità!*

[1Cor 13,1-13]

## I FRUTTI DELLO SPIRITO SANTO

*Voi, fratelli, siete stati chiamati a libertà. Purché questa libertà non divenga un pretesto... Vi dico dunque: camminate secondo lo Spirito e non sarete portati a soddisfare i desideri della carne...: queste cose si oppongono a vicenda, sicché voi non fate quello che vorreste... Del resto le opere della carne sono ben note: fornicazione, impurità, libertinaggio, idolatria, stregonerie, inimicizie, discordia, gelosia, dissensi, divisioni, fazioni, invidie, ubriachezze, orge e cose del genere...: chi le compie non erediterà il regno di Dio. Il frutto dello Spirito invece è amore, gioia, pace, pazienza, benevolenza, bontà, fedeltà, mitezza, dominio di sé; contro queste cose non c'è legge.*

[Gal 5,13-24]

## LE ESIGENZE DELLA VOCAZIONE, SECONDO L'ICONA

Credo in Dio, che mi dice di non temere? Le mie radici sono ben affondate nella terra? La mia preghiera sale contemplativa dalla valle operosa? La mia casa appoggia saldamente sulla roccia? Amo quanti a me si rivolgono come li ama il Signore? Mi conformo ad uno stile di vita popolare? Mi accontento delle cose semplici, senza volermi distinguere? Cerco di essere un Vangelo vivente e una Eucaristia fatta comunione per aiutare gli altri? Il mio sguardo è rivolto, più che a me stesso, a condividere le gioie e le sofferenze altrui? Sono convinto che non sono mai solo, perché il Signore entra in me con la sua grazia? Lavoro e prego, facendo opere di bene senza pretendere nessuna ricompensa, sotto lo sguardo amorevole del Signore? Mi sforzo di essere sempre più virtuoso e generoso? Sono disponibile ad insegnare agli erranti, illuminare i dubbiosi, sostenere i deboli, guidare chi è in difficoltà, aiutare chi è solo, educare chi è inesperto? Sono impegnato con competenza, onestà e carità nel mio lavoro, in casa, nelle realtà culturali e sociali? Cerco di portare il lieto annuncio ai poveri, consolare i cuori spezzati, proclamare la libertà e la misericordia del Signore? Accetto serenamente di essere incompreso, deriso, insultato, debole, trascurato, solo? In ogni circostanza sono convinto che il Signore mi vede e che avrà compassione di me, mi sollevierà, mi laverà dai miei peccati? Appoggio la testa sul suo petto e sono suo amico e fratello fedele? Con gli occhi dell'Agnello assiso sul trono riesco a intravedere cosa Dio ha fatto per me e con me? Contribuisco, in comunione con la Chiesa e i fratelli e le sorelle di vocazione a costruire e manifestare la città sul monte umile, povera, casta, obbediente, serena e piena di pace del Paradiso? Mi riconosco amato davvero da Dio? Mi abbandono fiducioso a lui?

## 109. CONFESSIONE DI FEDE, FIDUCIA, AMORE

A conclusione si esprime il rammarico per non aver corrisposto all'amore di Dio e il proposito di correzione, ravvivando la propria fede, fiducia nel perdono e carità.

Si può recitare la "Preghiera dello sgabello" [n. 19,2], oppure la formula liturgica seguente:

*Pietà di noi, Signore. Contro di te abbiamo peccato. Mostraci, Signore, la tua misericordia. E donaci la tua salvezza.*

*Dio onnipotente abbia misericordia di noi, perdoni i nostri peccati e ci conduca alla vita eterna. Amen.*

Oppure si può recitare uno dei salmi proposti, qui sotto [n. 110, 113 e 115], per la Confessione, o il "Nunc dimittis" [n. 69].

## CONFESSIONE

«Con... la *confessione* sacramentale di lode e pentimento a Dio... rinnoviamo la nostra vita alla sua luce e ci disponiamo a ricevere il suo perdono». La grazia propria della confessione è quella di produrre una vera contrizione, che cancella i peccati e dà serenità e forza per meglio corrispondere all'amore di Dio.

### 110. PREPARAZIONE

Nel cuore dell'empio parla il peccato,  
davanti ai suoi occhi non c'è timor di Dio.

Poiché egli si illude con se stesso  
nel ricercare la sua colpa e detestarla.  
Si ostina su vie non buone, via da sé non respinge il male.

Signore, la tua grazia è nel cielo,  
la tua fedeltà fino alle nubi;  
la tua giustizia è come i monti più alti,  
il tuo giudizio come il grande abisso:  
uomini e bestie tu salvi, Signore.

Quanto è preziosa la tua grazia, o Dio!  
Si rifugiano gli uomini all'ombra delle tue ali.  
È in te la sorgente della vita, alla tua luce vediamo la luce.

Gloria...

[Dal Sal 35]

### 111. INTRODUZIONE

*Nel nome del Padre... Amen.*

*Il Signore sia nel tuo cuore e nelle tue parole, perché tu possa ben confessare i tuoi peccati.*

*Il Signore che ha detto agli apostoli: «Ricevete lo Spirito Santo: a chi rimetterete i peccati saranno rimessi», dice a noi ancora oggi: «Non sono venuto per chiamare i giusti, ma i peccatori a convertirsi»; «Il Figlio dell'uomo infatti è venuto a cercare e salvare quello che era perduto».*

[Gv 20,22-23 | Lc 5,32 e 19,10]



## 112. CONFESSIONE SACRAMENTALE

Secondo l'esame di coscienza previo, si fa una breve confessione di grazie per i beni ricevuti, di pentimento per i mali commessi, e di fede nella misericordia divina, con il proposito di correggersi.

## 113. ATTO DI CONTRIZIONE

Si esprime la propria contrizione per aver mancato all'amore di Dio con il seguente salmo o con la successiva formula evangelica.

Pietà di me, o Dio, secondo la tua misericordia;  
nella tua grande bontà cancella il mio peccato.  
Lavami da tutte le mie colpe, mondami dal mio peccato.

Riconosco la mia colpa,  
il mio peccato mi sta sempre dinanzi.  
Contro di te, contro te solo ho peccato,  
quello che è male ai tuoi occhi, io l'ho fatto;  
perciò sei giusto quando parli, retto nel tuo giudizio.  
Ecco, nella colpa sono stato generato,  
nel peccato mi ha concepito mia madre.

Ma tu vuoi la sincerità del cuore  
e nell'intimo m'insegna la sapienza.  
Distogli lo sguardo dai miei peccati,  
cancella tutte le mie colpe.

Crea in me, o Dio, un cuore puro,  
rinnova in me uno spirito saldo.

Non respingermi dalla tua presenza  
e non privarmi del tuo santo spirito.

Rendimi la gioia di essere salvato,  
sostieni in me un animo generoso.

Purificami con issopo e sarò mondo;  
lavami e sarò più bianco della neve.

Fammi sentire gioia e letizia,  
esulteranno le ossa che hai spezzato.

Insegnerò agli erranti le tue vie  
e i peccatori a te ritorneranno.

Liberami dal sangue, Dio, Dio mia salvezza,  
la mia lingua esalterà la tua giustizia. Gloria...

[Dal Sal 50]

Oppure:

Padre, ho peccato contro di te;  
non sono più degno di esser chiamato tuo figlio.  
Abbi pietà di me peccatore.

[Cf Lc 15,21; 18,13]

#### 114. ASSOLUZIONE SACRAMENTALE

*Dio, Padre di misericordia, che ha riconciliato a sé il mondo nella morte e risurrezione del suo Figlio e ha effuso lo Spirito Santo per la remissione dei peccati, ti conceda, mediante il ministero della Chiesa, il perdono e la pace. E io ti assolvo dai tuoi peccati nel nome del Padre e del Figlio + e dello Spirito Santo. Amen.*

*Lodiamo il Signore perché è buono.*

Eterna è la sua misericordia.

*Il Signore ha perdonato i tuoi peccati. Va' in pace.*

#### 115. RINGRAZIAMENTO E RIPARAZIONE

Finita la confessione, in ringraziamento per il perdono ricevuto si può recitare il salmo seguente. Poi, con le opere penitenziali (preghiera, digiuno o elemosina) indicate dal confessore, si riparano per grazia di Dio i danni spirituali causati dai propri peccati.

Beato l'uomo a cui è rimessa la colpa  
e perdonato il peccato.

Beato l'uomo a cui Dio non imputa alcun male  
e nel cui spirito non è inganno.

Tacevo e si logoravano le mie ossa,  
mentre gemevo tutto il giorno.

Allora ho detto: "Confesserò al Signore le mie colpe"  
e tu hai rimesso la malizia del mio peccato.

Per questo ti prega ogni fedele  
nel tempo dell'angoscia.

Gioite nel Signore ed esultate, giusti,  
giubilate, voi tutti, retti di cuore. Gloria...

[Sal 31,1-3.5-6.11]

## VIA DELLA CROCE

«Con... le opere di una continua *conversione* a lui, rinnoviamo la nostra vita alla sua luce e ci disponiamo a ricevere il suo perdono». Perciò cerchiamo di “vivere il venerdì e la Quaresima in raccoglimento e con qualche pratica penitenziale”. La via della croce con l’invocazione della virtù dell’umiltà è fondamentale; in una lettera del 4 marzo 1990 per la Quaresima, Ireos scriveva:

«Mentre lo conducevano via, presero un certo Simone di Cirene che veniva dalla campagna e gli misero addosso la croce da portare dietro a Gesù” [Lc 23,26]. Il Cireneo lo vedo come l’immagine dell’umanità chiamata a seguire Gesù, mentre la croce che portiamo è quella che ci è stata addossata dal peccato... Per tutti, quel Cireneo che porta la croce dietro a Gesù è di esempio, anche se il Vangelo non ci dice perché è stato scelto lui o se si sia lamentato o difeso, dato che poteva essere stanco; in modo succinto dice soltanto che per un tratto portò la croce dietro a Gesù; così, certamente ha avuto la possibilità di vederlo bene davanti a sé. Anche noi dovremmo intensificare lo sguardo su Gesù, conoscerlo meglio in tutto il racconto della sua passione e crocifissione. Io sento la necessità di restargli vicino, rivedere e riscoprire il mistero della sua offerta affinché anche la mia diventi più pura e più piena. Cercherò di vedere dal di dentro la parola, la flagellazione, l’incoronazione di spine, la salita al Calvario, la spogliazione, la crocifissione e la morte di Gesù vero Dio e nostro autentico fratello. Mi rendo conto che non conosco sufficientemente il suo amore per noi: perciò lo pregherò di aprirmi il suo costato e farmi conoscere il suo cuore trafitto. Forse non scoprirò cose nuove, ma soltanto cose già note che però non faccio mie. Penso che dovrò rivedere il mio comportamento fraterno con lui, perché sento di non essere un fratello buono e fedele. Devo ascoltarlo meglio, guardarlo negli occhi con umiltà e amore, stringergli la mano e abbracciarlo con affetto. Non sarà necessario parlare, né lodarlo, né ringraziarlo, e neppure chiedergli misericordia: basterà “stare lì con lui”, ascoltare silenziosamente il suo respiro divino-umano, e se, respirando il suo alito dovessi addormentarmi ai suoi piedi, tanto meglio. Sento di avere profondamente bisogno di Gesù, ma penso che questo anelito in modo cosciente o incosciente pervada tutta l’umanità: tutti hanno bisogno di soffermarsi con il Padre, conoscere intimamente Gesù Cristo e lasciarsi invadere dall’amore dello Spirito Santo. Spero perciò che Gesù mi aiuti a farlo conoscere agli altri mediante un comportamento simile al suo».

## 116. INTRODUZIONE

*Nel nome del Padre... Amen.*

*Così dice il Signore: «Chi ama i suoi e la sua stessa vita più di me non è degno di me; chi non prende la sua croce e non mi segue, non può essere mio discepolo; perché chi avrà trovato la sua vita, la perderà: e chi avrà perduto la sua vita per causa mia, la troverà».*

[Cf Lc 14,26-27; Mt 10,37-39]

*Signore, sostieni il nostro cammino sulla via della santità.*

La croce abbracciata con amore ci inserisca nella gloria eterna.

*Preghiamo. Fa', o Signore, che in questo tempo di conversione la nostra preghiera del cuore sia assidua, intensa e capace di favorire astinenze e digiuni, per rimediare al nostro peccato, aumentare la nostra unione con te, e mettere a disposizione dei più poveri il frutto delle nostre rinunce. Per Cristo nostro Signore. Amen.*

## 117. STAZIONI

Si può scegliere uno dei tre percorsi proposti qui di seguito. Ad ogni stazione, dopo l'enunciazione si canta:

*Ti adoriamo, o Cristo, e ti benediciamo,  
perché con la tua santa Croce hai redento il mondo.*

*\*\* Adoramus te, Christe, et benedicimus tibi, quia per sanctam  
Crucem tuam redemisti mundum.*

Seguono la lettura e un momento di silenzio. Alla fine, si recitano giaculatorie come queste [cf n. 21-22]:

*Signore, sostieni il nostro cammino sulla via della santità.*

La croce abbracciata con amore ci inserisca nella gloria eterna.

*Donaci di sopportare le fatiche dell'esistenza  
con animo paziente e sereno:*

aiutaci a rispondere al tuo amore con il più grande amore.

Tra una stazione e l'altra si recita il "Padre Nostro" e si canta un versetto dello "Stabat Mater" [n. 118]. Alla fine si recitano le tradizionali "Litanie dell'umiltà" [n. 119; cf 22], adattate e diffuse da Ireos in Gruppo nel 1993, quale esemplare espressione di sequela.

## PASSIONE DI GESÙ SECONDO I VANGELI SINOTTICI

### 1. Prima stazione: Gesù prega nel Getsemani.

*Giunsero a un podere chiamato Getsemani, e Gesù disse ai suoi discepoli: "Sedetevi qui, mentre io prego". Prese con sé Pietro, Giacomo e Giovanni e cominciò a sentire paura e angoscia. Gesù disse loro: "La mia anima è triste fino alla morte. Restate qui e vegliate". Poi, andato un po' innanzi, si gettò a terra e pregava...: "Abbà, Padre! Tutto è possibile a te, allontana da me questo calice! Però non ciò che io voglio, ma ciò che vuoi tu".*

[Mc 14,32-36]

### 2. Seconda stazione: Gesù è tradito e arrestato.

*Ecco arrivò Giuda, uno dei Dodici, e con lui una gran folla con spade e bastoni... E subito si avvicinò a Gesù... e lo baciò. E Gesù gli disse: "Amico, per questo sei qui!". Allora... misero le mani addosso a Gesù e lo arrestarono.*

[Mt 26,47-50]

### 3. Terza stazione: Gesù è calunniato e condannato.

*Allora condussero Gesù dal sommo sacerdote... Intanto i capi dei sacerdoti e tutto il sinedrio cercavano una testimonianza contro Gesù per metterlo a morte, ma non la trovavano. Molti infatti attestavano il falso contro di lui e così le loro testimonianze non erano concordi... Allora il sommo sacerdote lo interrogò dicensi: "Sei tu il Cristo, il Figlio di Dio benedetto?". Gesù rispose: "Io lo sono! E vedrete il Figlio dell'uomo seduto alla destra della Potenza e venire con le nubi del cielo". Allora il sommo sacerdote, stracciandosi le vesti, disse...: "Avete udito la bestemmia; che ve ne pare?". Tutti sentenziarono che era reo di morte.*

[Mc 14,53.55-56.61-64]

### 4. Quarta stazione: Gesù è rinnegato.

*Pietro seguiva Gesù da lontano... Vedutolo..., una serva fissandolo disse: "Anche questi era con lui". Ma egli negò dicendo: "Non lo conosco!" .... Mentre ancora parlava, un gallo cantò. Allora il Signore, voltatosi, guardò Pietro, e Pietro si ricordò delle parole che il Signore gli aveva detto: "Prima che il gallo canti, oggi mi rinnegherai tre volte". E, uscito, pianse amaramente.*

[Lc 22,54-62]

### 5. Quinta stazione: Gesù è giudicato.

*Venuto il mattino..., consegnarono Gesù al governatore Pilato..., che l'interrogò: "Sei tu il re dei Giudei?". Gesù rispose "Tu lo dici". E mentre lo accusavano... non rispondeva nulla.... Il governatore era solito, per ciascuna festa di Pasqua, rilasciare al popolo un prigioniero, a loro scelta... Pilato disse loro: "Chi volete che vi rilasci: Barabba o Gesù chiamato il Cristo?"... Quelli risposero: "Barabba!". Disse loro Pilato: "Che farò dunque di Gesù chiamato il Cristo?". Tutti gli risposero: "Sia crocifisso!". Ed egli aggiunse: "Ma che male ha fatto?".*

*Essi allora urlarono: "Sia crocifisso!". Pilato, visto che non otteneva nulla, anzi che il tumulto cresceva sempre più, presa dell'acqua, si lavò le mani davanti alla folla: "Non sono responsabile", disse, "di questo sangue; vedetela voi!".*

[Mt 27,1-2.11-24]

#### **6. Sesta stazione: Gesù è flagellato e deriso.**

*E Pilato... dopo aver fatto flagellare Gesù, lo consegnò perché fosse crocifisso. Allora i soldati lo condussero dentro il cortile... Lo rivestirono di porpora e, dopo aver intrecciato una corona di spine, gliela misero sul capo. Cominciarono poi a salutarlo: "Salve, re dei Giudei!". E gli percuotevano il capo con una canna, gli sputavano addosso e, piegando le ginocchia, si prostravano a lui.*

[Mc 15,15-19]

#### **7. Settima stazione: Gesù è caricato della croce.**

*Dopo averlo schernito, lo spogliarono della porpora e gli rimisero le sue vesti, poi lo condussero fuori per crocifiggerlo.*

[Mc 15,20]

#### **8. Ottava stazione: Gesù è aiutato a portare la croce.**

*Mentre lo conducevano via, presero un certo Simone di Cirene che veniva dalla campagna e gli misero addosso la croce da portare dietro a Gesù.*

[Lc 23,26]

#### **9. Nona stazione: Gesù è compianto.**

*Lo seguiva una gran folla di popolo e di donne che si battevano il petto e facevano lamenti su di lui. Ma Gesù disse: "Figlie di Gerusalemme, non piangete su di me, ma su voi stesse e sui vostri figli..., perché se trattano così il legno verde, che avverrà di quello secco?".*

[Lc 23,27-28.31]

#### **10. Decima stazione: Gesù è crocifisso.**

*Condussero Gesù al Golgota, che significa luogo del Cranio, e gli offrirono vino mescolato con mirra, ma egli non ne prese. Poi lo crocifissero e si divisero le sue vesti, tirando a sorte... Erano le nove del mattino quando lo crocifissero.*

[Mc 15,22-25; allusione a Sal 21,18-19]

#### **11. Undicesima stazione: Gesù perdona e apre il paradiso.**

*Gesù diceva: "Padre, perdonali, perché non sanno quello che fanno"... Lo schernivano dicendo: "Ha salvato altri, salvi se stesso, se è il Cristo di Dio".... Uno dei malfattori appesi alla croce lo insultava... Ma l'altro lo rimproverava: "Neanche tu hai timore di Dio?"... E aggiunse: "Gesù, ricordati di me quando entrerai nel tuo Regno". Gli rispose: "In verità ti dico: oggi sarai con me nel Paradiso".*

[Lc 23,34.39-43]

### **12. Dodicesima stazione: Gesù affida la Madre.**

*Gesù vedendo la madre e lì accanto a lei il discepolo che egli amava, disse alla madre: “Donna, ecco il tuo figlio!”. Poi disse al discepolo: “Ecco la tua madre!”. E da quel momento il discepolo la prese nella sua casa.*

[Gv 19,26-27]

### **13. Tredicesima stazione: Gesù muore in Croce.**

*Alle tre, Gesù gridò con voce forte: “Eloì, Eloì, lemà sabactàni?”, che significa: “Dio mio, Dio mio, perché mi hai abbandonato?”... “Padre, nelle tue mani affido il mio spirito”... Uno corse ad inzuppare di aceto una spugna e gli dava da bere... Ma Gesù, dando un forte grido, spirò.*

[Mc 15,34-37, citazione di Sal 21,2 | Lc 24,36, citazione di Sal 30,6]

### **14. Quattordicesima stazione: Gesù è sepolto.**

*Giuseppe d'Arimatea, comprato un lenzuolo, calò il corpo di Gesù giù dalla croce e, avvolto nel lenzuolo, lo depose in un sepolcro scavato nella roccia.*

[Mc 15,46]

## PASSIONE DI GESÙ SECONDO GIOVANNI

### **1. Prima stazione: Gesù è tradito e catturato.**

*Gesù uscì con i suoi discepoli e andò di là dal torrente Cedron, dove c'era un giardino nel quale entrò... Giuda, preso un distaccamento di soldati e delle guardie fornite dai sommi sacerdoti e dai farisei, si recò là con lanterne, torce e armi. Gesù allora, conoscendo tutto quello che gli doveva accadere, si fece innanzi e disse loro: "Chi cercate?". Gli risposero: "Gesù, il Nazareno". Disse loro Gesù: "Sono io...! Se dunque cercate me, lasciate che questi se ne vadano"... Allora Simon Pietro, che aveva una spada, la trasse fuori e colpì il servo del sommo sacerdote e gli tagliò l'orecchio... Gesù allora disse a Pietro: "Rimetti la tua spada nel fodero; non devo forse bere il calice che il Padre mi ha dato?".*

[Gv 18,1-11]

### **2. Seconda stazione: Gesù è portato da Anna e Caifa.**

*Il distaccamento con il comandante e le guardie dei Giudei afferrarono Gesù, lo legarono e lo condussero prima da Anna... Allora il sommo sacerdote interrogò Gesù riguardo ai suoi discepoli e alla sua dottrina. Gesù gli rispose: "Io ho parlato al mondo apertamente...; perché interroghi me? Interroga quelli che hanno udito ciò che ho detto loro"... Allora una delle guardie presenti diede uno schiaffo a Gesù... Gli rispose Gesù: "Se ho parlato male, dimostrami dov'è il male; ma se ho parlato bene, perché mi percuoti?". Allora Anna lo mandò legato a Caifa, sommo sacerdote.*

[Gv 18,12-24]

### **3. Terza stazione: Gesù è rinnegato.**

*Simon Pietro seguì Gesù insieme con un altro discepolo... nel cortile del sommo sacerdote... Ma la giovane portinaia disse a Pietro: "Forse anche tu sei dei discepoli di quest'uomo?". Egli rispose: "Non lo sono". Intanto i servi e le guardie avevano acceso un fuoco...; anche Pietro stava con loro e si scaldava... Gli dissero: "Non sei anche tu dei suoi discepoli?". Egli lo negò e disse: "Non lo sono". Ma uno dei servi del sommo sacerdote, parente di quello a cui Pietro aveva tagliato l'orecchio, disse: "Non ti ho forse visto con lui nel giardino?". Pietro negò di nuovo, e subito un gallo cantò.*

[Gv 18,15-27]

### **4. Quarta stazione: Gesù è consegnato a Pilato.**

*Allora condussero Gesù dalla casa di Caifa nel pretorio... Uscì Pilato verso di loro e domandò: "Che accusa portate contro quest'uomo?". Gli risposero: "Se non fosse un malfattore, non te l'avremmo consegnato". Allora Pilato disse loro: "Prendetelo voi e giudicatelo secondo la vostra legge!". Gli risposero i Giudei: "A noi non è consentito mettere a morte nessuno". Così si adempivano le parole che Gesù aveva detto indicando di quale morte doveva morire.*



[Gv 18,28-32]

### 5. Quinta stazione: Gesù è rifiutato.

*Pilato rientrò nel pretorio, fece chiamare Gesù e gli disse: "Tu sei il re dei Giudei?"... Rispose Gesù: "Il mio regno non è di questo mondo"... Allora Pilato gli disse: "Dunque tu sei re?". Rispose Gesù: "Tu lo dici; io sono re. Per questo io sono nato e per questo sono venuto nel mondo: per rendere testimonianza alla verità...". Gli dice Pilato: "Che cos'è la verità?". Detto questo, uscì di nuovo verso i Giudei e disse loro: "Io non trovo in lui nessuna colpa. Vi è tra voi l'usanza che io vi liberi uno per la Pasqua: volete dunque che io vi liberi il re dei Giudei?". Allora essi gridarono di nuovo: "Non costui, ma Barabba!". Barabba era un brigante.*

[Gv 18,33-38]

### 6. Sesta stazione: Gesù è flagellato, deriso, umiliato.

*Allora Pilato fece prendere Gesù e lo fece flagellare. E i soldati, intrecciata una corona di spine, gliela posero sul capo e gli misero addosso un mantello di porpora; quindi gli venivano davanti e gli dicevano: "Salve, re dei Giudei!". E gli davano schiaffi. Pilato intanto uscì di nuovo e disse loro: "Ecco, io ve lo conduco fuori, perché sappiate che non trovo in lui nessuna colpa". Allora Gesù uscì, portando la corona di spine e il mantello di porpora. E Pilato disse loro: "Ecco l'uomo!". Al vederlo i sommi sacerdoti e le guardie gridarono: "Crocifiggilo!"....*

[Gv 18,38-19,7]

### 7. Settima stazione: Gesù tace.

*Pilato ebbe ancor più paura ed entrato di nuovo nel pretorio disse a Gesù: "Di dove sei?". Ma Gesù non gli diede risposta. Gli disse allora Pilato: "Non mi parli? Non sai che ho il potere di metterti in libertà e il potere di metterti in croce?"....*

[Gv 19,8-11]

### 8. Ottava stazione: Gesù è condannato a morte.

*Da quel momento Pilato cercava di liberarlo; ma i Giudei gridarono: "Se liberi costui, non sei amico di Cesare! Chiunque infatti si fa re si mette contro Cesare". Udite queste parole, Pilato fece condurre fuori Gesù e sedette nel tribunale, nel luogo chiamato Litòstroto, in ebraico Gabbatà. Era la Preparazione della Pasqua, verso mezzogiorno. Pilato disse ai Giudei: "Ecco il vostro re!". Ma quelli gridarono: "Via, via, crocifiggilo!". Disse loro Pilato: "Metterò in croce il vostro re?". Risposero i sommi sacerdoti: "Non abbiamo altro re all'infuori di Cesare". Allora lo consegnò loro perché fosse crocifisso.*

[Gv 19,12-16]

### **9. Nona stazione: Gesù è crocifisso.**

*Presero Gesù ed egli, portando la croce, si avviò verso il luogo... detto in ebraico Gòlgota, dove lo crocifissero e con lui altri due, uno da una parte e uno dall'altra, e Gesù nel mezzo. Pilato compose anche l'iscrizione e la fece porre sulla croce; vi era scritto: "Gesù il Nazareno, il re dei Giudei". Molti Giudei lessero questa iscrizione...; era scritta in ebraico, in latino e in greco. I sommi sacerdoti... dissero allora a Pilato: "Non scrivere: il re dei Giudei, ma che egli ha detto: Io sono il re dei Giudei". Rispose Pilato: "Ciò che ho scritto, ho scritto".*

[Gv 19,17-22]

### **10. Decima stazione: Gesù è privato delle vesti.**

*I soldati, quando ebbero crocifisso Gesù, presero le sue vesti e ne fecero quattro parti, una per ciascun soldato, e la tunica. Ora quella tunica era senza cuciture, tessuta tutta d'un pezzo da cima a fondo. Perciò dissero tra loro: Non stracciamola, ma tiriamo a sorte a chi tocca. Così si adempiva la Scrittura: "Si son divise tra loro le mie vesti e sulla mia tunica han gettato la sorte". E i soldati fecero proprio così.*

[Gv 19,23-24 | cf Sal 21]

### **11. Undicesima stazione: Gesù affida sua madre.**

*Stavano presso la croce di Gesù sua madre, la sorella di sua madre, Maria di Clèofa e Maria di Màgdala. Gesù allora, vedendo la madre e lì accanto a lei il discepolo che egli amava, disse alla madre: "Donna, ecco il tuo figlio!". Poi disse al discepolo: "Ecco la tua madre!". E da quel momento il discepolo la prese nella sua casa.*

[Gv 19,25-27]

### **12. Dodicesima stazione: Gesù muore in croce.**

*Gesù, sapendo che ogni cosa era stata ormai compiuta, disse per adempiere la Scrittura: "Ho sete". Vi era lì un vaso pieno d'aceto; posero perciò una spugna imbevuta di aceto in cima a una canna e gliela accostarono alla bocca. E dopo aver ricevuto l'aceto, Gesù disse: "Tutto è compiuto!". E, chinato il capo, rese lo spirito.*

[Gv 19,28-30 | cf Sal 68,22]

### **13. Tredicesima stazione: Gesù è trafitto dalla lancia.**

*Era il giorno della Preparazione e i Giudei, perché i corpi non rimanessero in croce durante il sabato..., chiesero a Pilato che fossero loro spezzate le gambe e fossero portati via. Vennero dunque i soldati e spezzarono le gambe al primo e poi all'altro che era stato crocifisso insieme con lui. Venuti però da Gesù e vedendo che era già morto, non gli spezzarono le gambe, ma uno dei soldati gli colpì il fianco con la lancia e subito ne uscì sangue e acqua. Chi ha visto ne dà testimonianza e la sua testimonianza è vera e egli sa che dice il vero, perché anche voi crediate. Questo infatti avvenne perché si adempisse la Scrittura: "Non gli sarà*

spezzato alcun osso". E un altro passo della Scrittura dice ancora: "Volgeranno lo sguardo a colui che hanno trafitto".

[Gv 19,31-37 | cf Es 12,46 e Sal 33,21; Zc 12,10]

#### 14. Quattordicesima stazione. Gesù è sepolto.

*Dopo questi fatti, Giuseppe d'Arimatea, che era discepolo di Gesù ma di nascosto..., chiese a Pilato di prendere il corpo di Gesù. Pilato lo concesse. Allora egli andò e prese il corpo di Gesù. Vi andò anche Nicodèmo, quello che in precedenza era andato da lui di notte... Essi presero allora il corpo di Gesù e lo avvolsero in bende insieme con oli aromatici, com'è usanza seppellire per i Giudei. Ora, nel luogo dove era stato crocifisso, vi era un giardino e nel giardino un sepolcro nuovo, nel quale nessuno era stato ancora deposto. Là dunque deposero Gesù..., poiché quel sepolcro era vicino.*

[Gv 19,38-42]

#### "VIA CRUCIS" TRADIZIONALE

Gesù 1. è condannato a morte; 2. è caricato della croce; 3. cade la prima volta; 4. incontra sua Madre; 5. è aiutato dal Cireneo; 6. è confortato; 7. cade la seconda volta; 8. incontra le donne di Gerusalemme; 9. cade la terza volta; 10. è spogliato delle vesti; 11. è inchiodato alla croce; 12. muore in croce; 13. è deposto dalla croce; 14. è deposto nel sepolcro.

#### 118. "STABAT MATER"

<sup>1</sup> Stava la Madre dolorosa  
presso la Croce, lacrimosa  
mentre pendeva il Figlio.

<sup>2</sup> E la sua anima gemente,  
contristata e dolente  
trapassò una spada.

<sup>3</sup> Quanto triste ed afflitta  
fu quella benedetta  
Madre dell'Unigenito.

<sup>4</sup> Che piangeva e si doleva,  
la pia Madre, che vedeva  
le pene del Figlio.

<sup>5</sup> Chi è l'uomo che non pianga  
vedendo la Madre di Cristo  
in così gran tormento?

<sup>6</sup> Chi non si rattristerebbe  
guardando la Madre di Cristo  
dolente con suo Figlio?

<sup>7</sup> Per i peccati della gente  
vide Gesù nei tormenti

<sup>\*\* 1</sup> Stabat Mater dolorosa  
iuxta Crucem lacrimosa  
dum pendebat Filius.

<sup>2</sup> Cuius animam gementem  
contristatam et dolentem  
pertransivit gladius.

<sup>3</sup> O quam tristis et afflicta  
fuit illa benedicta  
Mater Unigeniti!

<sup>4</sup> Quæ mœrebat et dolebat,  
pia Mater, dum videbat  
Nati pœnas incliti.

<sup>5</sup> Quis est homo qui non fleret,  
Matrem Christi si videret  
in tanto supplicio?

<sup>6</sup> Quis non posset contristari,  
Christi Matrem contemplari,  
dolentem cum Filio?

<sup>7</sup> Pro peccatis suæ gentis  
vidit Iesum in tormentis

e sotto i flagelli.

<sup>8</sup> Del tuo figlio torturato,  
che per me volle patir tanto,  
condividi con me le pene.

<sup>9</sup> Su, Madre, fonte d'amore,  
fa' ch'io senta il tuo dolore  
affinché con te io pianga.

<sup>10</sup> Fa' che arda il cuore mio  
nell'amare Cristo Dio,  
perché possa a lui piacere.

<sup>11</sup> Santa Madre, questo fai:  
che le piaghe del Signore  
siano impresse nel mio cuore.

<sup>12</sup> Tu vedesti il dolce Nato  
che moriva abbandonato  
nel donar lo Spirito.

<sup>13</sup> Fa' che con te pietoso pianga  
e mi dolga col Crocifisso  
per tutta la mia vita.

<sup>14</sup> Quando il corpo morirà,  
fa' che all'anima sia data  
la gloria del Paradiso. Amen.

et flagellis subditum.

<sup>8</sup> Tui nati vulnerati,  
tam dignati pro me pati,  
pœnas mecum divide.

<sup>9</sup> Eia, Mater, fons amoris,  
me sentire vim doloris  
fac, ut tecum lugeam.

<sup>10</sup> Fac ut ardeat cor meum  
in amando Christum Deum,  
ut sibi complaceam.

<sup>11</sup> Sancta Mater, istud agas,  
Crucifixi fige plagas  
cordi meo valide.

<sup>12</sup> <Tu vidisti> dulcem Natum  
moriendo desolatum  
dum emisit spiritum.

<sup>13</sup> Fac me tecum pie flere,  
Crucifixo condolere,  
donec ego vixero.

<sup>14</sup> Quando corpus morietur,  
fac ut animæ donetur  
paradisi gloria. Amen.

#### 119. LITANIE DELL'UMILTÀ

*Signore, pietà. Signore, pietà.*

*Cristo, pietà. Cristo, pietà.*

*Signore, pietà. Signore, pietà.*

*Dal desiderio di essere innalzato liberami, Gesù.*

*Dal desiderio di essere apprezzato ” ”*

*Dal desiderio di essere approvato ” ”*

*Dal desiderio di essere preferito ” ”*

*Dal desiderio di essere consultato ” ”*

*Dal desiderio di essere lodato ” ”*

*Dal desiderio di essere onorato ” ”*

*Dal timore di essere umiliato ” ”*

*Dal timore di essere disprezzato ” ”*

*Dal timore di essere biasimato ” ”*

*Dal timore di essere trascurato ” ”*

*Dal timore di essere ignorato ” ”*

*Dal timore di essere deriso ” ”*

*Dal timore di essere calunniato ” ”*

*Che altri siano più amati, dammi la grazia di volerlo, Gesù.  
Che altri siano più stimati, ” ”  
Che altri possano crescere e io diminuire, ” ”  
Che altri siano preferiti e io messo in disparte, ” ”  
Che altri siano più santi, purché io lo sia quanto vuoi tu, ” ”  
Che possa mettermi con te all'ultimo posto, concedimi, Gesù.  
Il giusto concetto di me ” ”  
La costante memoria dei miei peccati ” ”  
L'amore alla tua Croce ” ”  
Per il primo di noi che dovrà morire, ti preghiamo: ascolta.  
Maria, umile serva del Signore, prega per me.  
Gesù, mite ed umile di cuore, abbi pietà di me.*

Si può dare l'annuncio della resurrezione [n. 124]. Alla fine:

*Preghiamo. Padre santo, fa' che, ripercorrendo dietro a Gesù la via della Croce, con lui giungiamo alla gloria della resurrezione. Egli vive e regna nella potenza dello Spirito Santo per tutti i secoli dei secoli. Amen.*

## BENEDIZIONE DOMENICALE E FESTIVA

«Celebriamo con gioia il giorno del Signore quale Pasqua settimanale». Questo rito di benedizione a Dio e delle creature – o qualche sua parte – aiuta a celebrare in famiglia o in comunità, in virtù del sacerdozio battesimale, le principali Feste o occasioni. Si sta all'*angolo* domestico della preghiera, con il Libro della Parola, il crocifisso (come quello, caro al Gruppo, dell'eremo San Salvatore di Erba) o un'icona, il cero o altri segni della presenza di Dio.

### 120. INVITO ALLA FESTA

*Nel nome del Padre... Amen.*

*Questo è il giorno che ha fatto il Signore:*

*ralleghiamoci ed esultiamo in esso. Gloria... Come era...*

[Dal Sal 117]

### 121. SEQUENZA DELLO SPIRITO SANTO

Vieni, Santo Spirito,  
manda a noi dal cielo un raggio della tua luce.  
Vieni, padre dei poveri,  
vieni, datore dei doni, vieni, luce dei cuori.  
Consolatore perfetto,  
ospite dolce dell'anima, dolcissimo sollievo.  
Nella fatica riposo,  
nella calura riparo, nel pianto conforto.  
O luce beatissima,  
invadi nell'intimo il cuore dei tuoi fedeli.  
Senza la tua forza  
nulla è nell'uomo, nulla senza colpa.  
Lava ciò che è sordido,  
bagna ciò che è arido, sana ciò che sanguina.  
Piega ciò che è rigido,  
scalda ciò che è gelido, drizza ciò che è sviato.  
Dona ai tuoi fedeli,  
che solo in te confidano, i tuoi santi doni.  
Dona virtù e premio,  
dona morte santa, dona gioia eterna. Amen.

## 122. SALMODIA

Beato l'uomo che si compiace della legge del Signore:  
il Signore veglia sulla via dei giusti,  
ma la via degli empi andrà in rovina.

I cieli narrano la gloria di Dio:  
non è linguaggio di cui non si oda il suono;  
per tutta la terra si diffonde la loro voce.  
La legge del Signore è perfetta, rinfranca l'anima.

O Signore, nostro Dio,  
quanto è grande il tuo nome su tutta la terra:  
sopra i cieli si innalza la tua magnificenza.  
Se guardo il cielo, opera delle tue dita,  
la luna e le stelle che tu hai fissate,  
che cosa è l'uomo perché te ne curi?  
Eppure lo hai fatto poco meno degli angeli,  
di gloria e di onore lo hai coronato,  
tutto hai posto sotto i suoi piedi.

Da sempre e per sempre tu sei, Dio.  
Tu fai ritornare l'uomo in polvere: come l'erba  
che fiorisce al mattino e alla sera è falciata e dissecca.  
Gli anni della vita sono settanta, ottanta per i più robusti:  
quasi tutti sono fatica, dolore,  
passano presto e noi ci dileguiamo.  
Insegnaci a contare i nostri giorni  
e giungeremo alla sapienza del cuore

Nessuno può riscattare se stesso o dare a Dio il suo prezzo.  
Per quanto si paghi il riscatto di una vita,  
non potrà mai bastare per vivere senza fine  
e non vedere la tomba. Ma Dio potrà riscattarmi:  
mi strapperà dalla mano della morte.

Io sono tranquillo e sereno  
come un bimbo svezzato in braccio a sua madre.

Il Signore è il mio pastore, non manco di nulla:  
ad acque tranquille mi conduce; mi prepara una mensa,  
cosparge di olio il mio capo, il mio calice trabocca.

Rafforza per noi, o Dio, l'opera delle nostre mani,  
l'opera delle nostre mani rafforza. Gloria...

[Dai Sal 1; 18; 8; 48; 89; 130; 22]

## 123. LETTURA (FACOLTATIVA)

*In mano a Dio, assiso sul trono, vidi  
un libro scritto dentro e fuori e sigillato con sette sigilli,  
che nessuno poteva aprire e leggere, se non l'Agnello.*

A Colui che siede sul trono e all'Agnello

lode, onore, gloria e potenza, nei secoli dei secoli. Amen.

[Cf Ap 5,1-7.13-14].

*Il Dio... che voi adorate senza conoscere io ve lo annunzio: ha fatto il mondo..., è signore del cielo e della terra, non... si lascia servire come se avesse bisogno di qualche cosa, essendo lui che dà a tutti la vita... e ogni cosa; creò da uno solo tutte le nazioni degli uomini...; per essi ha stabilito ordine... e confini, perché cercassero Dio, se mai arrivino a trovarlo andando come a tentoni, benché non sia lontano da ciascuno di noi. In lui infatti viviamo, ci muoviamo e siamo... poiché di lui stirpe noi siamo... Non dobbiamo dunque pensare che la divinità... porti l'impronta... dell'immaginazione umana. Dopo esser passato sopra ai tempi dell'ignoranza, ora Dio ordina a tutti gli uomini... di ravvedersi, poiché egli ha stabilito un giorno in cui giudicare la terra con giustizia per mezzo di un uomo che egli ha designato, dandone a tutti prova sicura col risuscitarlo dai morti.*

Oppure:

*Questa è la parola che Dio ha inviato ai figli d'Israele..., la buona novella della pace per mezzo di Gesù Cristo..., Signore di tutti...: Dio consacrò in Spirito Santo e potenza Gesù di Nazaret, il quale passò beneficando e risanando tutti coloro che stavano sotto il potere del diavolo, perché Dio era con lui...; essi lo uccisero appendendolo a una croce, ma Dio lo ha risuscitato al terzo giorno e volle che apparisse... a testimoni da lui prescelti...; e ci ha ordinato di annunziare al popolo... che egli è il giudice dei vivi e dei morti costituito da Dio. Tutti i profeti gli rendono questa testimonianza: chiunque crede in lui ottiene la remissione dei peccati per mezzo del suo nome.*

[At 17,23-31 | At 10,36-43]

Oppure altra lettura biblica adatta. Alla fine si acclama:

*Parola di Dio! Rendiamo grazie a Dio!*

Si può aggiungere una lettura spirituale. Ad esempio, in una celebrazione di Gruppo, quella delle due icone [n. 32 e 33].

## 124. ANNUNCIO DELLA RESURREZIONE

Si dà l'annuncio della resurrezione, segno che ogni festa scaturisce dalla Pasqua: si canta l'acclamazione con il versetto (in Quaresima, anziché l'Alleluia: «Gloria e lode a te, o Cristo!»), possibilmente accendendo le luci festive; si può proclamare il vangelo.



Alleluia. Alleluia. Alleluia.

*Non temete! Gesù, il crocifisso, è risorto. Alleluia.*

*Dal vangelo secondo Marco. Il primo giorno dopo il sabato, Maria di Màgda-  
la, Maria di Giacomo e Salome vennero al sepolcro al levar del sole per andare a  
imbalsamare Gesù. Esse dicevano tra loro: "Chi ci rotolerà via il masso dall'in-  
gresso del sepolcro?". Ma, guardando, videro che il masso era già stato rotolato  
via, benché fosse molto grande. Entrando nel sepolcro, videro un giovane..., vestito  
d'una veste bianca, ed ebbero paura. Ma egli disse loro: "Non abbiate paura!  
Voi cercate Gesù Nazareno, il crocifisso. È risorto, non è qui. Ecco il luogo dove  
l'averano deposto. Ora andate, dite ai suoi discepoli e a Pietro che egli vi precede  
in Galilea. Là lo vedrete".*

Oppure:

*Dal vangelo secondo Luca. In quello stesso giorno due di loro erano in cammi-  
no per un villaggio... di nome Emmaus... Mentre... discutevano insieme, Gesù in  
persona si accostò e camminava con loro. Ma i loro occhi erano incapaci di rico-  
noscerlo... Ed egli disse loro...: "Non bisognava che il Cristo sopportasse queste  
sofferenze per entrare nella sua gloria?". E cominciando da Mosè e da tutti i  
profeti spiegò loro in tutte le Scritture ciò che si riferiva a lui. Quando furono vicini  
al villaggio dove erano diretti, egli fece come se dovesse andare più lontano. Ma  
essi insistettero: "Resta con noi perché si fa sera e il giorno già volge al declino".  
Egli entrò per rimanere con loro. Quando fu a tavola con loro, prese il pane, dis-  
se la benedizione, lo spezzò e lo diede loro. Allora si aprirono loro gli occhi e lo  
riconobbero. Ma lui sparì dalla loro vista. Ed essi si dissero l'un l'altro: "Non ci  
ardeva forse il cuore nel petto mentre conversava con noi lungo il cammino, quan-  
do ci spiegava le Scritture?". E partirono senz'indugio e fecero ritorno a Ge-  
rusalemme.*

[Mc 16,1-7 | Lc 24,13-49]

Alla fine:

*Parola del Signore! Lode a te, o Cristo!*

Può seguire una breve riflessione o esortazione.

## 125. BENEDIZIONE A DIO: "TE DEUM"

Te lodiamo Dio, | te celebriamo   \*\* Te Deum, laudamus; | te Do-  
Signore. || Te, eterno Padre, | minum confitemur. || Te æter-  
tutta la terra adora.                   num Patrem, | omnis terra vene-  
ratur.

A te tutti gli angeli, | a te i cieli   Tibi omnes angeli, | tibi cæli et  
e tutte le potenze; || a te i che-   universæ potestates; || tibi che-  
rubini e i serafini | con voce in-   rubim et seraphim | incessabili  
cessante proclamano:               voce proclamant:

Santo, | Santo, | Santo, | il Si-   Sanctus, | Sanctus, | Sanctus, |

gnore Dio delle schiere. || I cieli e la terra sono pieni | della maestà della tua gloria. Dominus Deus Sabaoth. || Pleni sunt cæli et terra | maiestatis gloriæ tuæ.

Te loda il glorioso | coro degli apostoli; || te loda il lodevole gruppo | dei profeti; || te loda la candida schiera | dei martiri. Te gloriosus | apostolorum chorus, || te prophetarum | laudabilis numerus, || te martyrum candidatus | laudat exercitus.

Te, per tutto il mondo, | celebra la santa Chiesa: || te, Padre | d'immensa maestà, || l'adorabile tuo vero | ed unico Figlio, || e anche il Santo Spirito | Paraclito. Te per orbem terrarum | sancta confitetur Ecclesia, || Patrem | immensæ maiestatis, || venerandum tuum verum | et unicum Filium, || Sanctum quoque | Paraclitum Spiritum.

Tu, re di gloria, | Cristo; || tu sei il Figlio eterno | del Padre; || tu, volendo redimere l'uomo, | non disdegnasti di essere concepito dalla Vergine; || tu, sconfitto il pungiglione della morte, | apristi ai credenti il regno dei cieli; || tu siedi alla destra di Dio, | nella gloria del Padre; || crediamo che verrai | come giudice alla fine dei tempi. Tu, rex gloriæ, | Christe, || tu Patris | sempiternus es Filius; || tu ad liberandum suscepturus hominem | non horruisti Virginis uterum; || tu, devicto mortis aculeo, | aperuisti credentibus regna cælorum; || tu ad dexteram Dei sedes, | in gloria Patris; || iudex crederis, | esse venturus.

Ti preghiamo: soccorri i tuoi servi, | che hai redento col prezioso tuo sangue. || Fa' che siamo annoverati con i tuoi santi | nella gloria eterna. Te ergo quæsumus tuis famulis subveni, | quos pretioso sanguine redemisti. || Æterna fac cum sanctis tuis | in gloria numerari.

La seguente parte del "Te Deum" può essere omessa.

{ Salva il tuo popolo, Signore, | e benedici la tua eredità. || E guidali | e proteggili per sempre. || Ogni giorno | benediciamo te; || e lodiamo il nome tuo nei secoli | e nei secoli dei secoli. { Salvum fac populum tuum, Domine, | et benedic hereditati tuæ. || Et rege eos, | et extolle illos usque in æternum. || Per singulos dies | benedicimus te; || et laudamus nomen tuum in sæculum, | et in sæculum sæculi.

Dégnati, Signore, in questo giorno, | di custodirci senza peccato. || Pietà di noi, Signore; | pietà di noi. || Sia su di noi, Signore, la tua misericordia, | perché in te abbiamo sperato. || In te, Signore, ho sperato: | non sarò confuso in eterno. } Dignare, Domine, die isto | sine peccato nos custodire. || Miserere nostri, Domine, | miserere nostri. || Fiat misericordia tua, Domine, super nos, | quemadmodum speravimus in te. || In te, Domine, speravi: | non confundar in æternum. }

## 126. LITANIE DEI SANTI

A invocazione della divina benedizione si recitano o cantano le litanie dei santi (dalla liturgia comunitaria della Festa del Gruppo).  
Le invocazioni tra graffe possono essere omesse.

*Kyrie, eleison. Kyrie, eleison.*

*Christe, eleison. Christe, eleison.*

*Maria, umile serva del Signore, Vergine, Sposa e Madre,  
prega per noi.*

*Michele, Raffaele e Gabriele, che state sempre al cospetto  
di Dio, pregate per noi.*

*Angeli santi, mandati da Dio a custodirci nel nostro cammino, ” ”*

*Giuseppe, uomo giusto, artigiano, che hai dato il nome al  
Cristo, prega per noi.*

*Famiglia di Nazaret, serena nella gioia, serena nel dolore,  
” ”*

*Abramo, amico di Dio e padre di tutti i credenti, ” ”*

*Mosè, per mezzo del quale fu data la Legge, ” ”*

*Elia, cocchio di Israele e suo cocchiere, ” ”*

*Giovanni, amico dello Sposo, che hai indicato l'Agnello di  
Dio presente nel mondo, ” ”*

*Pietro, pietra su cui è costruita la Chiesa, ” ”*

*Paolo, strumento eletto di Dio, ” ”*

*Andrea, primo chiamato da Cristo, ” ”*

*Giovanni, che hai veduto la Città di Dio, ” ”*

*Natanaele, vero Israelita in cui non c'è inganno, ” ”*

*Maria di Magdala, che molto hai amato, ” ”*

*Marta, che hai accolto Gesù nella tua casa, ” ”*

*Maria di Betania, che hai scelto l'unico necessario, ” ”*

*Lazzaro, amico di Gesù, ” ”*

*Discepoli radunati da Cristo, Piccolo Gregge che stava  
con lui, pregate per noi.*

*Primi cristiani riuniti nel Cenacolo, assidui e concordi nella  
preghiera, un cuor solo e un'anima sola verso Dio, ” ”*

*{ Antonio, padre di tutti gli asceti, prega per noi.*

*Agostino, che hai cercato e trovato Dio Amore, ” ”*

*Benedetto, che pregando e lavorando nulla hai anteposto all'amore di Cristo, " "*

*Francesco, che abbracciando la povertà come una sposa hai vissuto secondo la forma del santo Vangelo, " "*

*Domenico, che predicando la verità contemplata hai preso l'ufficio del Verbo di Dio, " "*

*Bonaventura e Tommaso, lampade che illuminano la Chiesa, pregate per noi.*

*Nicola Cavàsilas, guida ai misteri della vita in Cristo, prega per noi.*

*Caterina da Siena, docile e autorevole maestra nella Chiesa, " "*

*Ignazio di Loyola, contemplativo in azione, che hai amato le cose tanto quanto portano ad amare Dio, " "*

*Teresa la grande, che hai trovato Dio in te, e te in Dio, " "*

*Giovanni della Croce, che ci guidi alla vetta del monte, " "*

*Francesco di Sales, che ci introduci nella vita devota, " "*

*Alfonso de Liguori, che ci insegni a ben vivere e morire, " "*

*Piccola Teresa, cuore nella Chiesa, che ci additi la piccola via, " " }*

*{ Sara e Tobia, sposi uniti in preghiera davanti a Dio, pregate per noi. | Priscilla ed Aquila, sposi ed apostoli, " " | Ambrogio, Pio V, Carlo Borromeo, Ildefonso Schuster, pastori irreprensibili, " " | Gregorio Palamas, teologo della luce della trasfigurazione, prega per noi. | Giuliana di Norwich, profetessa del lieto fine, " " | Tommaso Moro, politico e martire della coscienza, " " }.*

*Santi comuni, che nel mondo, ma non del mondo, avete costruito la città dell'uomo secondo Dio, pregate per noi.*

*Santi innocenti, testimoni ignari del dono di Dio, " "*

*Santi nascosti, ignoti a noi, ma non a Dio, " "*

*Anime sante del purgatorio, pregate per noi, che preghiamo per voi.*

*Gesù, nostro fratello, salvaci, Signore.*

*Dalla morte eterna, " "*

*Da ogni peccato, " "*

*Dal desiderio d'essere innalzati, " "*

*Dal timore d'essere umiliati, " "*

*Perché ci mettiamo con te all'ultimo posto, ” ”*  
*Per la tua Chiesa e il tuo Regno, ti preghiamo: ascoltaci.*  
*Per il papa e tutti i pastori e ministri, ” ”*  
*Per tutti i consacrati, ” ”*  
*{ Per questo tuo Piccolo Gruppo, ” ” }*  
*Perché la nostra vita viva nella tua, ” ”*  
*Perché la nostra persona sia preghiera, ” ”*  
*Per il primo di noi che dovrà morire, ” ”*  
*Per tutti noi, perché perseveriamo nella fede, nella vocazione e nel tuo santo servizio, ” ”*  
*Cristo, ascoltaci. Cristo, ascoltaci.*  
*Cristo, esaudiscici. Cristo, esaudiscici.*  
*Agnello di Dio che togli i peccati del mondo,*  
*abbi pietà di noi.*

#### 127. PROFESSIONE DI FEDE, SPERANZA, CARITÀ

Con la benedizione si rinnova anche la consacrazione a Dio.

*Benediciamo il Signore che ci diede il Consiglio,*  
*poiché anche di notte istruisce il nostro cuore.*

*Ci addita la Via della Vita,*  
*la pienezza di gioia davanti al suo volto.*

*Egli ci ha fatti e noi siamo suoi,*  
*suo popolo e gregge che egli conduce.*

*Gloria... Come era...*

*Tenendo fisso lo sguardo su Gesù, Agnello e Pastore, e*  
*deponendo ciò che ci è di peso, rinviviamo la nostra totale*  
*appartenenza a Dio che, amandoci, ci ha fatti suoi.*

Rinuncio a Satana, a tutte le sue opere e seduzioni.

Io credo  
in Dio Padre onnipotente, creatore del cielo e della terra;

e credo in Gesù Cristo, suo unico Figlio, nostro Signore,  
che nacque di Spirito Santo da Maria Vergine,  
visse, consacrato da Dio, beneficiando tutti  
e annunciando il vangelo in opere e parole,  
patì per noi sotto Ponzio Pilato, fu crocifisso,  
morì e fu sepolto; discese agli inferi;  
è risuscitato il terzo giorno,  
è salito al Cielo e siede alla destra del Padre,  
da dove verrà a giudicare i vivi e i morti  
e il suo Regno non avrà fine;  
e credo nello Spirito Santo,  
la santa Chiesa Cattolica,  
la comunione dei santi, la remissione dei peccati,  
la resurrezione della carne e la vita eterna.

Con la certezza in lui, spero in Dio Padre che è nei cieli,  
sperando da lui contro ogni umana speranza  
la santificazione del suo Nome, la venuta del suo Regno,  
la realizzazione della sua volontà,  
il pane sovressenziale, il perdono dei peccati,  
la fortificazione nella prova e la liberazione da ogni male.

Con la sua grazia, amo  
il Signore Dio nostro con tutto il cuore,  
e il mio prossimo come me stesso,  
così come Gesù ha amato, secondo i suoi comandamenti.

*Queste sono le cose che rimangono: fede, fiducia, amore;  
questa è la via migliore da conoscere, desiderare e attuare  
per entrare fin d'ora nella vita eterna. Amen.*

[Dalla liturgia comunitaria della Festa del Gruppo. || Cf Simbolo apostolico; cf At 26,18; 1Gv 2,16; Mt 1,18,20; Lc 4,18; At 1,1 e 10,38 | cf Mt 6,9-13; Rm 4,18 | cf Mt 22,36-40; Gv 13,34 e 14,15 | cf 1Cor 13,13; Gv 17,3; Rm 8,26; Mt 19,16 | cf Mc 10,30; 1Cor 7,25 e 2Cor 8,10; Gv 21,15,22; 15,16]

## 128. IMPEGNO SPECIFICO (IN OCCASIONI SPECIALI)

Si aggiungono formule specifiche per assemblee [n. 7; 10]; dedizioni a servizi [n. 29]; festeggiamenti di perseveranza [n. 5]; assunzione o rinnovo di impegni spirituali [n. 8-9 o 14] o evangelici [secondo la propria vocazione] o di stato di vita [n. 11-13].

## 129. ORAZIONE DELLA PRIMA COMUNITÀ CRISTIANA

*Signore, tu che hai creato il cielo, la terra e ciò che è in essi,  
tu che per mezzo dello Spirito Santo dicesti  
per bocca del nostro padre, il tuo servo Davide:*

*“Perché si agitano le genti e i popoli tramano cose vane?  
Si sollevano i re della terra e i principi si radunano insieme  
contro il Signore e contro il suo Cristo”*

*davvero si sono radunati insieme  
contro il tuo santo servo Gesù, che hai unto come Cristo,  
per compiere ciò che avevi preordinato che avvenisse.*

*Ed ora, Signore, volgi lo sguardo e concedi ai tuoi servi  
di annunziare con tutta franchezza la tua Parola;*

*stendi la mano perché si compiano  
guarigioni, prodigi e segni  
nel nome del tuo santo servo Gesù;*

*e riempi del tuo Santo Spirito perché  
divenendo un cuor solo e un'anima sola  
possiamo dirti con franchezza filiale: Padre nostro...*

[Cf At 4,24-32 (cf Sal 2,1-2): è l'esempio di preghiera negli Atti degli Apostoli]

Si può aggiungere un'orazione adatta [n. 73-82, o 142, o 157].

## 130. BENEDIZIONE DEI FIGLI DI DIO

Si può usare una delle benedizioni riportate dopo [n. 136; se si fa l'aspersione si usa l'ultima]; oppure la seguente [cf n. 30]:

*Ci benedica il Signore e ci protegga. Il Signore faccia  
brillare su di noi il suo volto e ci sia propizio. Il Signore ri-  
volga su di noi il suo volto e ci dia la pace, che per tutti in-  
vochiamo nel nome del Padre e † del Figlio... Amen.*

*Gesù Cristo che reggi l'universo, il nostro Signore sei tu.*

## BENEDIZIONI DOMESTICHE

«In casa e nel segreto della vita quotidiana curiamo e valorizziamo i segni della presenza del Signore, per favorire la preghiera domestica e quella diffusa».

### 131. BENEDIZIONE AL RISVEGLIO

*Signore, apri le mie labbra: e la mia bocca proclami la tua lode. Gloria al Padre...*

### 132. BENEDIZIONE DEL PRINCIPIO E DELLA FINE

All'inizio di un tempo o di una attività:

*Ispira le nostre azioni, Signore, e accompagnale con il tuo aiuto, perché ogni nostra attività abbia da te il suo inizio e in te il suo compimento. Per Cristo nostro Signore. Amen.*

Alla fine del medesimo tempo o della medesima attività:

*Ti ringraziamo, Signore Dio, per tutti i tuoi benefici. Tu che vivi e regni nei secoli dei secoli. Amen.*

### 133. BENEDIZIONE DEL RIPOSO NOTTURNO

*Il Signore ci conceda una notte serena e un riposo tranquillo. Amen.*

### 134. BREVI BENEDIZIONI

Benedizione breve 1. delle persone che si incontrano; 2. della casa; 3. del cammino; 4. dell'ambiente e della "città di Dio e dell'uomo":

<sup>1</sup> *Il Signore ti dia pace! <sup>2</sup> Pace a questa casa!*

<sup>3</sup> *Il Signore diriga i nostri passi sulla via della pace!*

<sup>4</sup> *Su di te sia pace!*

[Lc 10,5 | Lc 24,36, Francesco d'Assisi, *Testamento* | Lc 1,79 | Sal 121,8]



## 135. BENEDIZIONE DELLA MENSA

### BENEDIZIONE FERIALE

*Benedici noi, Signore, e il cibo che stiamo per prendere  
{ e donaci la grazia di servircene in bene } nel nome del  
Padre † e del Figlio e dello Spirito Santo. Amen.*

### BENEDIZIONE FESTIVA

*Tutti aspettano da te, o Dio, che tu provveda loro il cibo a  
suo tempo. Tu apri la tua mano e sazi la fame di ogni vi-  
vente. Perciò il tuo Nome è benedetto nei secoli. Amen.*

*Il Signore benedica noi e il cibo che stiamo per prendere,  
nel nome del Padre † e del Figlio e dello Spirito Santo.  
Amen.*

### BENEDIZIONE SOLENNE

*Benedetto sei tu, o Dio, Signore del Cielo e della Terra,  
per questo cibo che sostiene il vigore del nostro corpo e fa  
brillare di gioia il nostro volto.*

Benedetto nei secoli il Signore!

*Benedetto sei tu, o Dio, Signore del Cielo e della Terra,  
per questa festosa adunanza che allieta la nostra anima,  
facendoci pregustare la gioia del tuo Regno.*

Benedetto nei secoli il Signore!

*Benedetto sei tu, o Dio, Signore del Cielo e della Terra,  
per questa tua Festa, che rallegra il nostro spirito.*

Benedetto nei secoli il Signore!

*E benedetta sia questa mensa, nel nome del Padre † e del  
Figlio e dello Spirito Santo.*

Amen!

## 136. BENEDIZIONI PARTICOLARI

### BENEDIZIONE DELLA “CITTÀ DI DIO E DELL’UOMO”

Per i miei fratelli e i miei amici io dirò: “Su di te sia pace!”.  
Per la casa del Signore nostro Dio, chiederò per te il bene.

### BENEDIZIONE DELLA VIA

*Così dice il Signore mediante il libro di Tobia: «Non fare a nessuno ciò che non piace a te. Da' il tuo pane a chi ha fame e fa' parte dei tuoi vestiti agli ignudi. Chiedi il parere ad ogni persona che sia saggia e non disprezzare nessun buon consiglio. In ogni circostanza benedici il Signore e domanda che ti sia guida nelle tue vie e che i tuoi sentieri e i tuoi desideri giungano a buon fine».*

[Salmo: Sal 121,8-9 | Lettura: Tb 4,15a.16a.18-19a]

*Dio, benedici la mia via, perché il mio cammino e i miei desideri giungano a buon fine. Il tuo spirito buono mi guidi in terra piana. Per Cristo nostro Signore. Amen.*

[Cf Tb 4, 19a; Sal 142,10]

### BENEDIZIONE DELLA “CASA”

Se il Signore non costruisce la casa,  
invano vi faticano i costruttori;  
se la città non è custodita dal Signore,  
invano veglia il custode.

Ecco, dono del Signore sono i figli: come frecce  
in mano a un eroe sono i figli nella giovinezza. Gloria...

*Così dice il Signore: «Chi ascolta le mie parole e le mette in pratica è simile a un uomo che ha costruito la sua casa sulla roccia. Vennero i venti, strariparono i fiumi, soffiarono i venti, ed essa non cadde».*

*Preghiamo. Il Signore Gesù, che visse con la sua famiglia nella casa di Nazaret, rimanga sempre con noi, ci preservi da ogni male e ci conceda di essere un cuor solo e un'anima sola nel nome del Padre e † del Figlio e dello Spirito Santo. Amen.*

[Dal Sal 126 | Mt 7,24-25]

## BENEDIZIONE DELLA FAMIGLIA “CHIESA DOMESTICA”

Beato l’uomo che teme il Signore e cammina nelle sue vie.  
Vivrai del lavoro delle tue mani,  
sarai felice e godrai d’ogni bene.

La tua sposa come vite feconda nell’intimità della tua casa;  
i tuoi figli come virgulti d’ulivo intorno alla tua mensa.  
Così sarà benedetto l’uomo che teme il Signore. Gloria...

*Così dice il Signore per bocca dell’apostolo Paolo: «Siate sottomessi gli uni agli altri nel timore di Cristo... Nessuno mai ha preso in odio la propria carne; al contrario la nutre e la cura, come fa Cristo con la Chiesa, poiché siamo membra del suo corpo. Per questo l’uomo lascerà suo padre e sua madre e si unirà alla sua donna e i due formeranno una carne sola. Questo mistero è grande; lo dico in riferimento a Cristo e alla Chiesa! Quindi anche voi, ciascuno da parte sua, ami la propria moglie come se stesso, e la donna sia rispettosa verso il marito. Figli, obbedite ai vostri genitori nel Signore, perché questo è giusto. Onora tuo padre e tua madre: è questo il primo comandamento associato a una promessa: perché tu sia felice e goda di una vita lunga sopra la terra. E voi, padri, non inasprirete i vostri figli, ma allevateli nell’educazione e nella disciplina del Signore».*

Si recita la stessa orazione della benedizione precedente.

[Dal Sal 127 | Ef 5,29-6,3]

## BENEDIZIONE DEI BAMBINI

Con la bocca dei bimbi e dei lattanti, o Dio,  
afferma la tua potenza contro i tuoi avversari,  
per ridurre al silenzio nemici e ribelli. Gloria...

*Così dice il Signore: «Lasciate che i bambini vengano a me e non glielo impedito, perché a chi è come loro appartiene il regno dei cieli».*

Imponendo la mano sulla fronte del bambino e poi segnandola con il pollice col segno della croce il genitore o l’educatore dice:

*N...., ti benedica il Signore e ti protegga. Il Signore faccia brillare su di te il suo volto e ti sia propizio. Il Signore rivolga su di te il suo volto e ti dia la pace, che io per te invoco nel nome del Padre e + del Figlio e dello Spirito Santo. Amen.*

[Sal 8 | Lc 18,16 | “Benedizione ai figli” (n. 30,1) che riprende quella di Mosè]

#### “SIGNATIO” DEI FIGLI NEONATI DA BATTEZZARE

In forza del loro sacerdozio generale e speciale, i genitori cristiani accolgano subito i loro nuovi figli in famiglia col segno di croce.

E tu bambino, sarai chiamato profeta dell’Altissimo, perché andrai innanzi al Signore a preparargli le strade, per dare al suo popolo la conoscenza della salvezza nella remissione dei suoi peccati. Gloria...

*Così dice il Signore per bocca di Giovanni: «Coloro che sono stati segnati con il sigillo stanno davanti al trono di Dio e gli prestano servizio giorno e notte nel suo santuario; e Colui che siede sul trono stenderà la sua tenda sopra di loro... e l’Agnello... sarà il loro pastore e li guiderà alle fonti delle acque della vita».*

*N., io ti segno con il segno della croce,  
sigillo del Dio vivente, in vista del Battesimo,  
nel nome del Padre e + del Figlio... Amen.*

[“Benedictus” | Ap 7,4.9-10.15-17]

#### BENEDIZIONE PER I DEFUNTI

Io pongo sempre dinanzi a me il Signore,  
sta alla mia destra, non posso vacillare.

Di questo gioisce il mio cuore, esulta la mia anima,  
anche il mio corpo riposa al sicuro.

perché non abbandonerai la mia vita nel sepolcro,  
né lascerai che il tuo santo veda la corruzione.

Mi indicherai il sentiero della vita,  
gioia piena alla tua presenza,  
dolcezza senza fine alla tua destra. Gloria...

*Così dice il Signore: «Riguardo poi ai morti che devono risorgere..., non avete letto nel libro di Mosè, a proposito del roseto, come Dio gli parlò dicendo: “Io sono il Dio di Abramo, il Dio di Isacco e di Giacobbe”? Non è un Dio dei morti ma dei viventi!».*

*Preghiamo. Ascolta, o Dio, la preghiera che la comunità dei credenti innalza a te nella fede del Signore risorto e conferma in noi la beata speranza che insieme ai nostri fratelli defunti { e in particolare a... } risorgeremo in Cristo a vita nuova. Egli vive e regna nei secoli dei secoli. Amen.*

[Sal 15 | Mc 12,26-27]

#### BENEDIZIONE NELLE AFFLIZIONI

Dal profondo a te grido, Signore:

Signore, ascolta la mia voce!

Siano i tuoi orecchi attenti alla voce della mia preghiera.

Se tu guardi le colpe, Signore, Signore, chi potrà sussistere?

Ma presso di te è il perdono, perciò avremo il tuo timore.

Gloria...

*Nudo uscii dal seno di mia madre, e nudo vi ritornerò. Il Signore ha dato, il Signore ha tolto: sia benedetto il nome del Signore!*

*Signore Gesù, che hai pianto per il tuo amico morto e ti sei commosso per le nostre miserie, abbi pietà di noi!*

*Signore Gesù, Amico degli uomini, che hai voluto sperimentare le nostre stesse infermità e hai sofferto le nostre stesse sofferenze, abbi pietà di noi!*

*Signore Gesù, che sei venuto a portare il lieto annuncio ai poveri, fasciare le piaghe dei cuori spezzati, proclamare la libertà dei prigionieri e promulgare l'anno di misericordia del Signore, abbi pietà di noi! E fa' che sentiamo oggi compiersi in noi questa tua parola di salvezza. Amen.*

[Sal 129 | Gb 1,21 | Cf Gv 11,35; Mc 6,34; Mt 8,17; 20,34; Lc 19,41; 4,18-19]

#### BENEDIZIONE NELLA PROSPERITÀ

*Ci benedica il Signore da Sion!*

Che possiamo vedere la prosperità della tua Città santa per tutti i giorni della nostra vita. *Pace su Israele!*

[Cf Sal 127,5]

#### ASPERSIONE CON L'ACQUA BENEDETTA

*Ravviva in noi, o Padre, nel segno di quest'acqua benedetta, il ricordo della nostra rinascita in Cristo, per mezzo dello Spirito Santo nella tua famiglia che è la Chiesa. Nel nome del Padre e † del Figlio e dello Spirito Santo. Amen.*

Si asperge con un rametto. Oppure, quando ci si segna da soli:

*Per questa santa asperzione si ravvivi in me, o Dio, la grazia del Battesimo. Nel nome del Padre † ... Amen.*

## INCONTRI E COLLOQUI

«Inseriti in Cristo, ne invochiamo lo Spirito, nel comune esercizio del sacerdozio battesimale. Per lasciarci edificare dal Signore in tempio spirituale, viviamo alla sua presenza ogni nostro incontro in unità di preghiera». L'incontro è una "pratica di preghiera", a mo' di meditazione comunitaria. Il rito, che si può adattare anche ai colloqui, è presieduto dal responsabile o da chi per lui. Qualche segno, come la Bibbia aperta o la candela accesa o un'icona, può esprimere la presenza di Dio. Si sta seduti fino al Padre Nostro.

### 137. PREGHIERE INIZIALI

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

*Amen.*

*Padre, parlaci.*

*Padre, proteggici.*

*Padre, dacci la tua benedizione.*

*Gesù, salvaci.*

*Gesù, guidaci.*

*Gesù, facci tuo Regno.*

*Spirito Santo, consigliaci.*

*Spirito Santo, santificaci.*

*Spirito Santo, facci tuo Tempio.*

*Mamma, aiutaci.*

*Mamma, dacci Gesù.*

*Mamma, donaci a Gesù.*

*Benediciamo il Signore che ci diede il Consiglio,  
poiché anche di notte istruisce il nostro cuore.*

*Ci addita la Via della Vita,  
la pienezza di gioia davanti al suo volto.*

*Egli ci ha fatti e noi siamo suoi,  
suo popolo e gregge che egli conduce.*

*Gloria al Padre... Come era...*

Con le invocazioni iniziali, i «due o più» sono riuniti con Maria nell'unità del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo; con la *preghiera del Consiglio* il gruppo si dispone ad essere istruito e guidato dal suo Maestro e Pastore.

### 138. INTRODUZIONE AL TEMA (FACOLTATIVA)

Si può aggiungere un salmo o un inno o una lettura attinenti al tema. In caso si preveda una pausa per la meditazione personale, l'esposizione introduttiva viene fatta a questo punto.

### 139. INVOCAZIONE DELLO SPIRITO SANTO

Per incontri di confronto, si recita la seguente invocazione; invece per incontri consiliari e assembleari si usa la "Preghiera per il discernimento" [n. 7] o, in certi casi, del "Buon Consiglio" [n. 10]; per istruzioni o ritiri si usa la preghiera apposita [n. 156; cf 8-9].

*Spirito Santo*, fa' che questo incontro sia un'agape fraterna allietata dalla tua presenza. Metti nel nostro cuore un atteggiamento docile e consenti che la tua Sapienza, da noi invocata e accolta, diventi l'ispiratrice del nostro comportamento fraterno. Aiutaci ad essere attenti e comprensivi, affinché il dialogo sia sereno e favorisca la nostra comunione. Rendi i nostri interventi cordiali e semplici, come si conviene ai figli che per dono appartengono alla grande famiglia di Dio. Facci comprendere che solo tu sei il nostro Maestro, e perciò metti in cuore il desiderio di ascoltarti, ora e sempre, con animo umile, sempre più umile. Amen.

### 140. CONFRONTO

Senza interrompere il clima di preghiera si passa al confronto: «gli incontri hanno come caratteristica peculiare lo scambio di esperienze di vita alla luce della Parola di Dio»; in essi sviluppiamo «i legami di una amicizia insieme spirituale ed umana» e trattiamo «le esigenze sempre nuove della vocazione».

### 141. PREGHIERE FINALI

Dopo la conclusione del confronto, chi presiede invita tutti a rivolgersi a Dio in preghiera con queste o altre parole.

*Al termine di questo incontro eleviamo a Dio la nostra preghiera.*

Seguono alcune intenzioni di preghiera spontanee, a cui tutti rispondono. Alla fine:

*Signore, illuminaci e guidaci nella fede, nella speranza e nella carità. La strada che tu hai percorso sia da noi seguita. Tutto ciò che tu ami, sia da noi amato. Tu, Luce, illumina le nostre tenebre. Tu, Forza, sorreggi la nostra debolezza. I nostri occhi siano i tuoi occhi, le nostre mani siano le tue mani, le nostre spalle siano le tue. Il nostro cuore sia il tuo cuore, affinché i fratelli, tramite la nostra umile e fedele presenza, possano incontrare te e, nella fede, vederti e amarti. Signore, prendici come siamo e fatti come tu ci vuoi.*

Viene introdotta la "Preghiera del Signore" così:

*Facci, Signore, come tu ci vuoi e manda su di noi il tuo Spirito perché possiamo pregare il Padre come tu ci hai insegnato:*

Oppure, più brevemente, così:

*Facci come tu ci vuoi e ammettici a pregare con le tue parole:*

Se possibile, ci si alza in piedi, con le mani nel gesto dell'orante:

*Padre nostro, che sei nei cieli...*

#### 142. ORAZIONE (FACOLTATIVA)

*Trinità beata, fonte dell'infinito amore, che hai voluto che la nostra fedeltà fosse frutto della tua carità, fa' che la nostra vita e prima il capolavoro della tua benevolenza e realizzi in pienezza il motivo per cui ci hai chiamati. Per Cristo nostro Signore. Amen.*

Oppure:

*O Dio, che ci hai creati, rigenerati e santificati e ci hai consacrati nel seno materno della Chiesa, fa' che col vivere quotidiano tutto abbandonato a te manifestiamo il fine della nostra vita, che è la partecipazione umana alla tua gloria divina. Per Cristo...*

Oppure:

*O Dio che ci fai partecipare al tuo trionfo in Cristo, fa' che lavorando, pregando e facendo opere di bene senza pretendere nessuna ricompensa, possiamo costruire la tua Città di pace. Per Cristo...*



### 143. PREGHIERA A MARIA (FACOLTATIVA)

*Maria, Madre di Cristo e Madre della Chiesa, benedici noi tuoi figli e volgi a noi un particolare sguardo di bontà che ci aiuti a realizzare totalmente quella santità stabilita da Dio per ognuno di noi. Tu ci conosci tutti e con il tuo amore materno, ad uno ad uno, puoi accoglierci tra le tue braccia e metterci in soave comunione. Noi ci abbandoniamo a te in ogni nostra necessità, ma anche per chiederti di aprire i nostri cuori ad ogni persona in difficoltà. Stendi la tua mano su di noi e liberaci da ogni male, perché possiamo contemplarti fin da ora e in eterno con tuo figlio Gesù, nostro fratello Dio.*

Oppure, “Preghiera della porta” [n. 27] o altra preghiera mariana.

### 144. BENEDIZIONE

*Ci benedica il Signore e ci protegga. Il Signore faccia brillare su di noi il suo volto e ci sia propizio. Il Signore rivolga su di noi il suo volto e ci dia la pace, che per tutti invociamo nel nome del Padre e † del Figlio e dello Spirito Santo. Amen.*

Oppure, più brevemente:

*Nella sua infinita misericordia ci benedica Dio, Padre e † Figlio e Spirito Santo. Amen.*

### 145. CONGEDO E SALUTO FRATERNO

*Scambiamoci il segno di pace.*

Oppure:

*Salutiamoci con il bacio santo.*

Tutti si scambiano secondo gli usi il saluto di pace. Oppure (se si omette il gesto del saluto fraterno):

*Gesù Cristo che reggi l'universo,  
il nostro Signore sei tu.*

## ADORAZIONE COMUNITARIA

«L’Agnello sacramentalmente presente fra noi è la persona di Gesù da visitare e adorare». «Nell’adorazione comunitaria dell’Agnello eucaristico ci lasciamo illuminare dalla sua luce e ci fermiamo a contemplare in lui che “Dio è Dio”».

L’esposizione eucaristica mostra il Cristo “sole che sorge” e “lampada” che illumina la Città di Dio; l’adorazione senza esposizione mostra la presenza discreta di Gesù, “nascosto nella sua umanità”.

L’adorazione eucaristica, che nel complesso non dovrebbe durare più di un’ora, deve essere strutturata in maniera semplice ed essenziale; non deve essere caricata di elementi meditativi o celebrativi più adatti ad altri momenti.

### 146. ESPOSIZIONE E ATTO DI ADORAZIONE

*Santo, Santo, Santo il Signore Onnipotente:*

Colui che era, che è, e che viene!

*Fermatevi e sappiate che il Signore è Dio:*

Colui che era, che è, e che viene!

*Gloria al Padre e al Figlio e allo Spirito Santo.*

Colui che era, che è, e che viene!

*A Colui che ci ama e ci ha liberati dai nostri peccati con il suo sangue, che ha fatto di noi un regno di sacerdoti per il suo Dio e Padre, a lui la gloria e la potenza nei secoli dei secoli. Amen.*

*Ecco viene nello Spirito e ognuno lo vedrà.*

*Così dice il Signore Gesù: «Sì! Amen! Io sono l’Alfa e l’Omega, il Principio e la Fine: Colui che è, che era e che viene, l’Onnipotente!».*

*Dio è Dio! Alleluia! Alleluia! [In Quaresima: “Gloria!”]*

*Dio è Dio! Osanna! Osanna!*

[Cf Ap 1,5-8; 22,13; 4,8b; Sal 45,11; *Icona biblica*]

Oppure, altra forma di omaggio al Signore presente, ad esempio le invocazioni iniziali: “Padre, parlaci” e “Benediciamo” [n. 137]; o altra lettura biblica in cui il Signore si presenta.

#### 147. INNO O SALMO O CANTICO SPIRITUALE

Si può recitare o cantare un cantico spirituale [n. 58-65], specie dell'Apocalisse, o un salmo, o un inno di adorazione [n. 3-5], ma con sobrietà, per non rischiare di distogliere dal silenzio.

#### 148. LETTURA BIBLICA O SPIRITUALE (FACOLTATIVA)

Se e solo se utile a disporre all'adorazione, si può proporre una lettura biblica o spirituale. Ad esempio:

*Io, Giovanni, ebbi una visione: una porta era aperta nel cielo.... Ed ecco, c'era un trono nel cielo, e sul trono uno stava seduto.... Sette lampade accese ardevano davanti al trono, simbolo dei sette spiriti di Dio. E vidi nella mano destra di Colui che era assiso sul trono un libro a forma di rotolo, scritto sul lato interno e su quello esterno, sigillato con sette sigilli.... Poi vidi ritto in mezzo al trono... un Agnello, come immolato. E l'Agnello giunse e prese il libro dalla destra di Colui che era seduto sul trono.... L'angelo mi mostrò poi un fiume d'acqua viva..., che scaturiva dal trono di Dio e dell'Agnello... E non vi sarà più maledizione. Il trono di Dio e dell'Agnello sarà in mezzo alla città e i suoi servi lo adoreranno; vedranno la sua faccia e porteranno il suo nome sulla fronte. Non vi sarà più notte e non avranno più bisogno di luce di lampada, né di luce di sole, perché il Signore Dio li illuminerà e regneranno nei secoli dei secoli.*

[Ap 1,1-2,5; 5,1,6-7; 22,1,3-5]

Oppure, "Chi sei?" [n. 17,1] o "Ti amo" [n. 17,2] o uno degli "Intrattenimenti con il Signore" [n. 18,1-3].

#### 149. SILENZIO DI ADORAZIONE

Si fa un congruo tempo di silenzio, in cui si cerca di fermare le potenze dell'anima in una contemplazione silenziosa e amorosa dell'Agnello, lasciandosi guardare e illuminare da lui e disponendosi intorno a lui come nella Città Santa.

#### 150. RESPONSORIO

Alla fine del silenzio, si può intonare un responsorio ripetitivo: ad esempio "Resta con noi" [cf Lc 24,29]; oppure si può ripetere qualche preghiera breve [n. 20-24, o n. 46-50, o 100].

## 151. PREGHIERE DI LODE E INTERCESSIONE

A Dio, che siede sul trono, e all' Agnello salga come profumo d'incenso la nostra preghiera di lode, di grazie, di invocazione e di intercessione.

Ad ogni intenzione di preghiera l'assemblea risponde con acclamazioni corrispondenti al tipo di preghiera: ad esempio, "Gloria a te!", "Ascoltaci, Signore!", "Aiutaci, Signore!", "Lode e onore a te, Signore Gesù!", "Grazie, Signore!", "Signore, pietà!".

## 152. PREGHIERA DEL SIGNORE

Con la Preghiera del Cammino s'introduce il Padre Nostro.

*Signore, illuminaci e guidaci...* [n. 25, variante, o 141].

*Facci, Signore Gesù, come tu ci vuoi, perché, ripieni del tuo Santo Spirito, possiamo pregare il Padre come tu ci hai insegnato: Padre nostro...*

## 153. ATTO DI ADORAZIONE E ORAZIONE FINALE

Tale dunque sacramento veneriamo chini e all'antico memoriale subentri il nuovo rito: supplisca la fede al limite dei sensi.	** Tantum ergo sacramentum veneremur cernui [ci si inchina] et antiquum documentum novo cedat ritui: præstet fides supplementum sensuum defectui.
Al Padre e all'Unigenito siano lode e giubilo: salvezza, onore, potenza e benedizione.	Genitori genitoque laus et iubilatio: [si china il capo] salus, honor, virtus quoque sit et benedictio.
Per lo Spirito che da entrambi procede sia pari la lode. Amen.	Procedenti ab utroque compar sit laudatio. Amen.

Oppure:

Adoriamo il Sacramento che Dio Padre ci donò: nuovo patto, nuovo rito, nella fede si compì. Al mistero è fondamento la Parola di Gesù. Gloria al Padre onnipotente, gloria al Figlio redentore, lode grande, sommo onore all'eterna carità: gloria immensa, eterno amore alla Santa Trinità. Amen.

*Hai dato loro il pane disceso dal Cielo,  
che porta in sé ogni dolcezza.*

*Preghiamo.*

*Signore Gesù Cristo, che nel mirabile sacramento dell'Eucaristia ci hai lasciato il memoriale della tua Pasqua, fa' che adoriamo con viva fede il santo mistero del tuo Corpo e del tuo Sangue, per sentire sempre in noi i benefici della redenzione. Tu che vivi e regni nei secoli dei secoli. Amen.*

#### 154. BENEDIZIONE

*Ci benedica il Signore e ci protegga. Il Signore faccia brillare su di noi il suo volto e ci sia propizio. Il Signore rivolga su di noi il suo volto e ci dia pace.*

Se presiede un presbitero o un diacono, segue la benedizione eucaristica.

#### 155. ACCLAMAZIONI EUCARISTICHE

*Dio sia benedetto.*

Benedetto il suo santo Nome.

Benedetto Gesù Cristo, vero Dio e vero uomo.

Benedetto il Nome di Gesù.

Benedetto il suo sacratissimo Cuore.

Benedetto il suo preziosissimo sangue.

Benedetto Gesù nel santissimo sacramento dell'altare.

Benedetto lo Spirito Santo Paraclito.

Benedetta la gran Madre di Dio, Maria Santissima.

Benedetta la sua santa e immacolata concezione.

Benedetta la sua gloriosa assunzione.

Benedetto il nome di Maria Vergine e Madre.

Benedetto san Giuseppe, suo castissimo sposo.

Benedetto Iddio nei suoi angeli e nei suoi santi.

*Gesù Cristo che reggi l'universo, il nostro Signore sei tu.*

## RITIRO COMUNITARIO

«Nei tempi comunitari di ritiro ci esercitiamo a una vita di pietà secondo lo spirito e la vocazione» comuni. Gesù, che ristorava i suoi in disparte, si manifesta fra quanti sono riuniti in suo nome, per dir loro: “Io ci sono: e voi?”. Di qui l’impegno per l’ascolto.

### 156. INVOCAZIONE ALL’INIZIO DEL RITIRO

Si possono premettere le preghiere iniziali [n. 137]. Poi:

*Acclamiamo al Dio della nostra salvezza.*

Egli è il nostro Dio, e noi il popolo del suo pascolo.

*Ascoltate oggi la sua voce! Non indurite i vostri cuori.*

*La Parola di Dio è viva, efficace,  
più tagliente di una spada a doppio taglio.*

Entriamo nel riposo di Dio!

*Vieni, Santo Spirito, riempi il cuore dei tuoi fedeli  
e accendi in essi il fuoco del tuo amore.*

*Mandi il tuo Spirito e sono creati e rinnovi la faccia della terra.*

*Preghiamo. Signore, facci conoscere la bellezza della tua chiamata e il dono della tua costante presenza; aiutaci a capire il tuo disegno su di noi e ad ascoltarti e imitarti con filiale docilità. Facci comprendere a che punto siamo nel cammino della vita cristiana: quali sono i difetti da superare e le virtù da conquistare. Ci abbandoniamo a te, perché tu ci aiuti sempre a fare la tua soave volontà. Te lo chiediamo con cuore nuovo, grande e forte, per Cristo nostro Signore. Amen.*

### 157. ORAZIONE ALLA FINE DEL RITIRO

*Preghiamo. Signore, abbiamo recepito la bellezza della tua costante presenza e sperimentato la nostra debole corrispondenza alla tua Parola. Fa’ che siamo una cosa sola in te e diventiamo una profonda espressione della tua volontà. Aiutaci a realizzare il tuo progetto su di noi, affinché la nostra unione sia completa e noi rendiamo visibile al mondo il tuo misericordioso amore. Per Cristo nostro Signore. Amen.*

*Andiamo e facciamo secondo l’esemplare che ci è stato mostrato, nel nome del Padre... Amen.*

*Gesù Cristo che reggi l’universo, il nostro Signore sei tu.*

[Cf Sal 94; 1Cr 16,35; Eb 4,11-12; Es 25,40 e Eb 8,5 | Preghiere n. 40, 8 e 9, 31]

*Lo Spirito e la Sposa dicono: "Vieni!".  
E chi ascolta ripeta: "Vieni!".*

*Colui che attesta queste cose dice:  
"Sì, verrò presto!".*

*"Amen. Vieni, Signore Gesù!".*  
[Ap 22,17.20-21]

\*

Per Cristo, con Cristo e in Cristo,  
che è *nostro fratello Dio* e nostra Pasqua,  
facciamo che la nostra vita viva nella sua  
e la nostra persona sia preghiera.

La *pace*, riflesso nel tempo dell'eterna gloria,  
ci fa vivere fin d'ora alla presenza di Dio,  
che è in cielo e in terra, in ogni luogo.

[Dalle costituzioni del Gruppo]

## INDICE

PRESENTAZIONE.....	3
AVVERTENZE.....	6
0. INTRODUZIONE.....	7
PREGHIERE CHE ESPRIMONO UNA VITA DI PREGHIERA .....	11
AL COSPETTO DEL DIO CHE CI HA FATTI .....	13
1. Invocazioni iniziali.....	15
2. Preghiera del Consiglio.....	17
A LODE E GLORIA DELLA TRINITÀ.....	19
3. Contemplazione del divino amore.....	21
4. Preghiera per vivere in comunione.....	23
5. Preghiera della perseveranza .....	25
PER SCOPRIRE E REALIZZARE LA VOLONTÀ DI DIO.....	27
6. Preghiera dell'agape.....	29
7. Preghiera per il discernimento .....	30
8. Preghiera "Mi abbandono a te" .....	32
9. Preghiera "Una cosa sola in te" .....	33
10. Preghiera del Buon Consiglio .....	34
11. Preghiera dei celibi .....	36
12. Preghiera degli sposati .....	38
13. Preghiera nei diversi stati di vita .....	41
14. Preghiera assidua e concorde .....	44
PER CONTEMPLARE E ACCOGLIERE IL DONO DI DIO .....	45
15. Preghiera "Santa Messa".....	47
16. Contemplazione di Gesù nella Parola .....	48
17. Contemplazione di Gesù nell'Eucaristia .....	50
18. Intrattenimenti con il Signore.....	54
19. Preghiere del perdono .....	62
PER PREGARE SENZA INTERRUZIONE.....	65
20. Preghiere per credere, pregare e farsi santi .....	67
21. Preghiere per convertirsi e purificarsi .....	69
22. Preghiere per pazientare e perdonare .....	70
23. Preghiera per vivere in Cristo .....	71
24. Preghiere dell'Agnello .....	72
A GESÙ CON L'AIUTO DI MARIA .....	73
25. Preghiera del Cammino.....	75
26. Preghiera a Maria.....	77
27. Preghiera della Porta .....	78



PER INVOCARE LA DIVINA BENEDIZIONE .....	79
28. Preghiera di intercessione .....	81
29. Preghiera di dedicazione .....	82
30. Preghiera di benedizione .....	84
31. Giaculatoria finale .....	86
ICONE CHE DESCRIVONO UNA VITA DI PREGHIERA .....	87
32. Icona biblica .....	89
33. Icona teologica .....	95
RICAPITOLAZIONE IN CRISTO .....	97
34. “Osservazione” di Gesù .....	100
35. Conclusione .....	106
APPENDICE: SUSSIDI PER LE PRATICHE DI PREGHIERA .....	111
Preghiere comuni ecclesiali .....	113
Preghiera continua .....	116
Meditazione .....	117
Orazione diurna .....	119
<i>Invitatorio</i> .....	119
<i>Inno</i> .....	120
<i>Salmodia</i> .....	122
<i>Cantico spirituale</i> .....	124
<i>Cantico evangelico</i> .....	132
<i>Preci</i> .....	136
<i>Orazione</i> .....	138
<i>Saluto a Maria</i> .....	140
Eucaristia .....	142
Adorazione personale .....	148
Rosario .....	150
Esame di coscienza .....	161
Confessione .....	166
Via della croce .....	169
<i>Litanie dell’umiltà</i> .....	179
Benedizione domenicale e festiva .....	180
<i>Sequenza dello Spirito Santo</i> .....	180
<i>“Te Deum”</i> .....	184
<i>Litanie dei Santi</i> .....	185
Benedizioni domestiche .....	190
Incontri e colloqui .....	196
Adorazione comunitaria .....	200
Ritiro comunitario .....	204
INDICE .....	207