



Esercizi spirituali per coppie e famiglie

IV Edizione 2003

Mistero Pasquale, Mistero Nuziale

Web Site: www.coppieincammino.it
E-mail: info@coppieincammino.it

22-23 Marzo 2003
S.AGATA FELTRIA
CONVENTO SUORE CLARISSE

I Meditazione

Luca 22,7-20.24-27

⁷Venne il giorno degli Azzimi, nel quale si doveva immolare la vittima di Pasqua. ⁸Gesù mandò Pietro e Giovanni dicendo: «Andate a preparare per noi la Pasqua, perché possiamo mangiare». ⁹Gli chiesero: «Dove vuoi che la prepariamo?». ¹⁰Ed egli rispose: «Appena entrati in città, vi verrà incontro un uomo che porta una brocca d'acqua. Seguitelo nella casa dove entrerà ¹¹e direte al padrone di casa: Il Maestro ti dice: Dov'è la stanza in cui posso mangiare la Pasqua con i miei discepoli? ¹²Egli vi mostrerà una sala al piano superiore, grande e addobbata; là preparate». ¹³Essi andarono e trovarono tutto come aveva loro detto e prepararono la Pasqua.

¹⁴Quando fu l'ora, prese posto a tavola e gli apostoli con lui, ¹⁵e disse: «Ho desiderato ardentemente di mangiare questa Pasqua con voi, prima della mia passione, ¹⁶poiché vi dico: non la mangerò più, finché essa non si compia nel regno di Dio». ¹⁷E preso un calice, rese grazie e disse: «Prendetelo e distribuitelo tra voi, ¹⁸poiché vi dico: da questo momento non berrò più del frutto della vite, finché non venga il regno di Dio».

¹⁹Poi, preso un pane, rese grazie, lo spezzò e lo diede loro dicendo: «Questo è il mio corpo che è dato per voi; fate questo in memoria di me». ²⁰Allo stesso modo dopo aver cenato, prese il calice dicendo: «Questo calice è la nuova alleanza nel mio sangue, che viene versato per voi».

²⁴Sorse anche una discussione, chi di loro poteva esser considerato il più grande. ²⁵Egli disse: «I re delle nazioni le governano, e coloro che hanno il potere su di esse si fanno chiamare benefattori. ²⁶Per voi però non sia così; ma chi è il più grande tra voi diventi come il più piccolo e chi governa come colui che serve. ²⁷Infatti chi è più grande, chi sta a tavola o chi serve? Non è forse colui che sta a tavola? Eppure io sto in mezzo a voi come colui che serve.

ORAZIONE

O Dio misericordioso, fonte di ogni bontà, tu ci hai proposto a rimedio del peccato il digiuno, la preghiera e le opere di carità fraterna: guarda benigno a noi che riconosciamo la nostra miseria e, poiché ci opprime il rimorso delle colpe, la tua misericordia ci sollevi. Per il nostro Signore Gesù Cristo, tuo Figlio che è Dio, e vive e regna con te, nell'unità dello Spirito Santo per tutti i secoli dei secoli. Amen.

BENEDIZIONE FINALE

Il Signore ci benedica, ci preservi da ogni male, e ci conduca alla vita eterna.
R Amen.

per rischiarare quelli che stanno nelle tenebre *
e nell'ombra della morte

e dirigere i nostri passi *
sulla via della pace.

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

ANT. Distruggete questo tempio,
e in tre giorni lo ricostruirò, dice il Signore;
e parlava del tempio del suo corpo.

INVOCAZIONI

Benediciamo il nostro Redentore che ci ha meritato questo tempo di salvezza e preghiamo perché ci conceda il dono della conversione:
Crea in noi, Signore, uno spirito nuovo.

Cristo, vita nostra, che mediante il battesimo ci hai sepolti con te nella morte, per renderci partecipi della tua risurrezione,
- donaci di camminare oggi con te nella vita nuova.

Signore, che sei passato fra la gente, sanando e beneficiando tutti,
- concedi anche a noi di essere sempre pronti al servizio dei fratelli.

Fa' che ci impegniamo a costruire insieme un mondo più umano e più giusto,
- nella costante ricerca del tuo regno.

Gesù, medico dei corpi e delle anime, guarisci le profonde ferite della nostra umanità,
- perché possiamo godere pienamente dei doni della tua redenzione.

Padre nostro

Traccia di riflessione per il lavoro di coppia e di gruppo

1. Siamo capaci di accogliere l'altro come un dono (cioè così come egli è), oppure accettiamo volentieri solamente i doni dell'altro? Che differenza c'è tra farsi dono all'altro e fare dei regali? Tra accettare l'altro come un dono e "farsi servire"?
2. Gesù sceglie la celebrazione della cena pasquale per lasciare ai suoi discepoli il suo testamento spirituale. Riusciamo a vivere i pasti in famiglia come momento di piena condivisione e comunicazione di coppia e tra le generazioni?
3. Gli apostoli spesso hanno frainteso gli insegnamenti di Gesù. Qual è il nostro atteggiamento rispetto all'incapacità dei figli e dell'altro di comprendere le nostre scelte educative?
4. Talvolta in famiglia sembra che tutto sia dovuto. Noi viviamo il nostro essere sposi sapendo rendere grazie per ciò che l'altro ci dona ogni giorno? Educiamo i nostri figli alla riconoscenza?
5. Nel rapporto con il coniuge e con i figli abbiamo a volte atteggiamenti che nascondono egoismi personali? Cioè ricerchiamo la nostra gratificazione e affermazione tramite loro? Quando?
6. Fino a che punto la comunione della nostra famiglia è fondata veramente sulla nostra Comunione con Cristo? È importante come famiglia condividere l'Eucaristia, la nostra spiritualità e la nostra dimensione liturgica?

Il Meditazione

Gv 13,1-17

¹Prima della festa di Pasqua Gesù, sapendo che era giunta la sua ora di passare da questo mondo al Padre, dopo aver amato i suoi che erano nel mondo, li amò sino alla fine. ²Mentre cenavano, quando già il diavolo aveva messo in cuore a Giuda Iscariota, figlio di Simone, di tradirlo, ³Gesù sapendo che il Padre gli aveva dato tutto nelle mani e che era venuto da Dio e a Dio ritornava, ⁴si alzò da tavola, depose le vesti e, preso un asciugatoio, se lo cinse attorno alla vita. ⁵Poi versò dell'acqua nel catino e cominciò a lavare i piedi dei discepoli e ad asciugarli con l'asciugatoio di cui si era cinto. ⁶Venne dunque da Simon Pietro e questi gli disse: «Signore, tu lavi i piedi a me?». ⁷Rispose Gesù: «Quello che io faccio, tu ora non lo capisci, ma lo capirai dopo». ⁸Gli disse Simon Pietro: «Non mi laverai mai i piedi!». Gli rispose Gesù: «Se non ti laverò, non avrai parte con me». ⁹Gli disse Simon Pietro: «Signore, non solo i piedi, ma anche le mani e il capo!». ¹⁰Soggiunse Gesù: «Chi ha fatto il bagno, non ha bisogno di lavarsi se non i piedi ed è tutto mondo; e voi siete mondi, ma non tutti». ¹¹Sapeva infatti chi lo tradiva; per questo disse: «Non tutti siete mondi».

¹²Quando dunque ebbe lavato loro i piedi e riprese le vesti, sedette di nuovo e disse loro: «Sapete ciò che vi ho fatto? ¹³Voi mi chiamate Maestro e Signore e dite bene, perché lo sono. ¹⁴Se dunque io, il Signore e il Maestro, ho lavato i vostri piedi, anche voi dovete lavarvi i piedi gli uni gli altri. ¹⁵Vi ho dato infatti l'esempio, perché come ho fatto io, facciate anche voi. ¹⁶In verità, in verità vi dico: un servo non è più grande del suo padrone, né un apostolo è più grande di chi lo ha mandato. ¹⁷Sapendo queste cose, sarete beati se le metterete in pratica.

Il Signore veglia sul cammino dei giusti.

ANT. Distruggete questo tempio,
e in tre giorni lo ricostruirò, dice il Signore;
e parlava del tempio del suo corpo.

CANTICO di Zaccaria - Lc 1,68-79

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

rettili e uccelli alati.

I re della terra e i popoli tutti, *
i governanti e i giudici della terra,

i giovani e le fanciulle, †
i vecchi insieme ai bambini *
lodino il nome del Signore:

perché solo il suo nome è sublime, †
la sua gloria risplende sulla terra e nei cieli. *
Egli ha sollevato la potenza del suo popolo.

È canto di lode per tutti i suoi fedeli, *
per i figli di Israele, popolo che egli ama.

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

3 ant. Grandi della terra, acclamate il Signore;
lodatelo, popoli tutti!

LETTURA BREVE (Cfr. Ne 8,9.10)

Questo giorno è consacrato al Signore vostro Dio; non fate lutto e non piangete! Perché questo giorno è consacrato al Signore nostro; non vi rattristate, perché la gioia del Signore è la vostra forza.

RESPONSORIO BREVE

R Il Signore veglia * sul cammino dei giusti.

Il Signore veglia sul cammino dei giusti.

V Fa splendere la sua misericordia e la sua pace,
sul cammino dei giusti.

Gloria al Padre e al Figlio e allo Spirito Santo.

Traccia di riflessione per il lavoro di coppia e di gruppo

1. Dopo avere svolto una serie di servizi per l'altro senza ottenere un riconoscimento, mi perdo d'animo oppure continuo la mia opera? Se continuo, lo faccio per spirito d'amore, o per senso del dovere?
2. Ricordando la parola di Gesù "*anche voi dovete lavarvi i piedi gli uni gli altri*", sappiamo lasciare all'altro il giusto spazio affinché possa prestare a noi il suo servizio?
3. Che posto occupano gli ultimi nei bilanci delle nostre famiglie?
4. La vita di famiglia si fonda sul dono di sé, sul servizio e sulla suddivisione dei compiti. Con quali gesti concretamente riusciamo a trasmettere ai nostri figli uno stile di servizio e di gratuità?
5. Lavarsi i piedi può significare un impegno nella correzione fraterna e nel perdono. Queste dimensioni sono presenti nelle nostre famiglie? Le abbiamo sperimentate? Quale atteggiamento prevale in questi casi (sincerità, carità, condanna, spirito di rivalsa, tolleranza...)?

Lectures for the Holy Mass**First Reading****Es 20, 1-17****From the Book of Exodus**

In quei giorni, Dio pronunciò tutte queste parole: "Io sono il Signore, tuo Dio, che ti ho fatto uscire dal paese d'Egitto, dalla condizione di schiavitù: non avrai altri dei di fronte a me. Non ti farai idolo né immagine alcuna di ciò che è lassù nel cielo né di ciò che è quaggiù sulla terra, né di ciò che è nelle acque sotto la terra. Non ti prostrerai davanti a loro e non li servirai. Perché io, il Signore, sono il tuo Dio, un Dio geloso, che punisce la colpa dei padri nei figli fino alla terza e alla quarta generazione, per coloro che mi odiano, ma che dimostra il suo favore fino a mille generazioni, per quelli che mi amano e osservano i miei comandi. Non pronuncerai invano il nome del Signore, tuo Dio, perché il Signore non lascerà impunito chi pronuncia il suo nome invano. Ricordati del giorno di sabato per santificarlo: sei giorni faticherai e farai ogni tuo lavoro; ma il settimo giorno è il sabato in onore del Signore, tuo Dio: tu non farai alcun lavoro, né tu, né tuo figlio, né tua figlia, né il tuo schiavo, né la tua schiava, né il tuo bestiame, né il forestiero che dimora presso di te. Perché in sei giorni il Signore ha fatto il cielo e la terra e il mare e quanto è in essi, ma si è riposato il giorno settimo. Perciò il Signore ha benedetto il giorno di sabato e lo ha dichiarato sacro. Onora tuo padre e tua madre, perché si prolunghino i tuoi giorni nel paese che ti dà il Signore, tuo Dio. Non uccidere. Non commettere adulterio. Non rubare. Non pronunciare falsa testimonianza contro il tuo prossimo. Non desiderare la casa del tuo prossimo. Non desiderare la moglie del tuo prossimo, né il suo schiavo, né la sua schiava, né il suo bue, né il suo asino, né alcuna cosa che appartenga al tuo prossimo".

Word of God*Rendiamo grazie a Dio*

Benediciamo il Padre e il Figlio con lo Spirito Santo, *
lodiamolo ed esaltiamolo nei secoli.
Benedetto sei tu, Signore, nel firmamento del cielo, *
degnò di lode e di gloria nei secoli.

2 ant. Acque e sorgenti, benedite il Signore;
cantate, e celebratelo nei secoli.

3 ant. Grandi della terra, acclamate il Signore;
lodatelo, popoli tutti!

SALMO 148 Glorificazione di Dio Signore e Creatore

Lodate il Signore dai cieli, *
lodatelo nell'alto dei cieli.
Lodatelo, voi tutti, suoi angeli, *
lodatelo, voi tutte, sue schiere.

Lodatelo, sole e luna, *
lodatelo, voi tutte, fulgide stelle.
Lodatelo, cieli dei cieli, *
voi acque al di sopra dei cieli.

Lodino tutti il nome del Signore, *
perché egli disse e furono creati.
Li ha stabiliti per sempre, *
ha posto una legge che non passa.

Lodate il Signore dalla terra, *
mostrì marini e voi tutti abissi,
fuoco e grandine, neve e nebbia, *
vento di bufera
che obbedisce alla sua parola,

monti e voi tutte, colline, *
alberi da frutto e tutti voi, cedri,
voi fiere e tutte le bestie, *

Benedite, sole e luna, il Signore, *
benedite, stelle del cielo, il Signore.

Benedite, piogge e rugiade, il Signore, *
benedite, o venti tutti, il Signore.
Benedite, fuoco e calore, il Signore *
benedite, freddo e caldo; il Signore.

Benedite, rugiada e brina, il Signore, *
benedite, gelo e freddo, il Signore.
Benedite, ghiacci e nevi, il Signore *
benedite, notti e giorni, il Signore.

Benedite, luce e tenebre, il Signore, *
benedite, folgori e nubi, il Signore.
Benedica la terra il Signore *
lo lodi e lo esalti nei secoli.

Benedite monti e colline, il Signore *
benedite, creature tutte che germinate sulla terra, il Signore. *
Benedite, sorgenti, il Signore
benedite, mari e fiumi, il Signore:

Benedite, mostri marini e quanto si muove nell'acqua, il Signore *
benedite, uccelli tutti dell'aria, il Signore.
Benedite animali tutti selvaggi e domestici, il Signore, *
benedite, figli dell'uomo, il Signore.

Benedica Israele il Signore, *
lo lodi e lo esalti nei secoli.
Benedite, sacerdoti del Signore, il Signore, *
benedite, o servi del Signore, il Signore.

Benedite, spiriti e anime dei giusti il Signore, *
benedite, pii e umili di cuore, il Signore.
Benedite, Anania, Azaria e Misaele, il Signore, *
lodatelo ed esaltatelo nei secoli.

Salmo Responsoriale **Sal 18/19**

Rit. Signore, tu hai parole di vita eterna.

La legge del Signore è perfetta,
rinfranca l'anima;
la testimonianza del Signore è verace,
rende saggio il semplice. Rit.

Gli ordini del Signore sono giusti,
fanno gioire il cuore;
i comandi del Signore sono limpidi,
danno luce agli occhi. Rit.

Il timore del Signore è puro, dura sempre;
i giudizi del Signore sono tutti fedeli e giusti, più preziosi dell'oro, di molto oro fino,
più dolci del miele e di un favo stillante. Rit.

Seconda Lettura **Cor 1, 22-25**

Dalla prima lettera di san Paolo apostolo ai Corinzi

Fratelli, mentre i Giudei chiedono i miracoli e i Greci cercano la sapienza, noi predichiamo Cristo crocifisso, scandalo per i Giudei, stoltezza per i pagani; ma per coloro che sono chiamati, sia Giudei che Greci, predichiamo Cristo potenza di Dio e sapienza di Dio. Perché ciò che è stoltezza di Dio è più sapiente degli uomini, e ciò che è debolezza di Dio è più forte degli uomini

Parola di Dio

Rendiamo Grazie a Dio

Canto al Vangelo**Lode a te, o Cristo, re di eterna gloria!**

Dio ha tanto amato il mondo da dare il suo Figlio unigenito; chi crede in lui ha la vita eterna.

Lode a te, o Cristo, re di eterna gloria!**Vangelo****Gv 2, 13-25****Dal vangelo secondo Giovanni**

Si avvicinava la Pasqua dei Giudei e Gesù salì a Gerusalemme. Trovò nel tempio gente che vendeva buoi, pecore e colombe, e i cambiavalute seduti al banco. Fatta allora una sferza di cordicelle, scacciò tutti fuori del tempio con le pecore e i buoi; gettò a terra il denaro dei cambiavalute e ne rovesciò i banchi, e ai venditori di colombe disse: "Portate via queste cose e non fate della casa del Padre mio un luogo di mercato". I discepoli si ricordarono che sta scritto: Lo zelo per la tua casa mi divora. Allora i Giudei presero la parola e gli dissero: "Quale segno ci mostri per fare queste cose?". Rispose loro Gesù: "Distruggete questo tempio e in tre giorni lo farò risorgere". Gli dissero allora i Giudei: "Questo tempio è stato costruito in quarantasei anni e tu in tre giorni lo farai risorgere?". Ma egli parlava del tempio del suo corpo. Quando poi fu risuscitato dai morti, i suoi discepoli si ricordarono che aveva detto questo, e credettero alla Scrittura e alla parola detta da Gesù. Mentre era a Gerusalemme per la Pasqua, durante la festa molti, vedendo i segni che faceva, credettero nel suo nome. Gesù però non si confidava con loro, perché conosceva tutti e non aveva bisogno che qualcuno gli desse testimonianza su un altro, egli infatti sapeva quello che c'è in ogni uomo.

Parola del Signore**Lode a Te, o Cristo****SALMO 92 Esaltazione della potenza di Dio creatore**

Il Signore regna, si ammanta di splendore; †
 il Signore si riveste, si cinge di forza; *
 rende saldo il mondo, non sarà mai scosso.

Saldo è il tuo trono fin dal principio, *
 da sempre tu sei.

Alzano i fiumi, Signore, †
 alzano i fiumi la loro voce, *
 alzano i fiumi il loro fragore.

Ma più potente delle voci di grandi acque, †
 più potente dei flutti del mare, *
 potente nell'alto è il Signore.

Degni di fede sono i tuoi insegnamenti, †
 la santità si addice alla tua casa *
 per la durata dei giorni, Signore.

Gloria al Padre e al Figlio ...

1 ant. Più forte del fragore di molte acque
 la voce dei tuoi insegnamenti, Signore.

2 ant. Acque e sorgenti, benedite il Signore;
 cantate, e celebratelo nei secoli.

CANTICO Dn 3,57-88.56 Ogni creatura lodi il Signore

Benedite; opere tutte del Signore, il Signore, *
 lodatelo ed esaltatelo nei secoli.
 benedite, angeli del Signore, il Signore, *
 benedite, cieli, il Signore.

Benedite, acque tutte, che siete sopra i cieli il Signore *
 benedite, potenze tutte del Signore, il Signore.

LODI MATTUTINE

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

Gloria al Padre e al Figlio ...

INNO

Nella santa assemblea,
o nel segreto dell'anima,
prostriamoci, e imploriamo
la divina clemenza.

Dall'ira del giudizio
liberaci, o Padre buono;
non togliere ai tuoi figli
il segno della tua gloria.

Ricorda che ci plasmasti
col soffio del tuo Spirito:
siam tua vigna, tuo popolo,
e opera delle tue mani.

Perdona i nostri errori,
sana le nostre ferite,
guidaci con la tua grazia
alla vittoria pasquale.

Sia lode al Padre altissimo,
al Figlio e al Santo Spirito
com'era nel principio,
ora e nei secoli eterni. Amen.

1 ant. Più forte del fragore di molte acque
la voce dei tuoi insegnamenti, Signore.

Canti per la messa

CAMMINERO'

Rit. **Camminerò, camminerò
nella tua strada, Signor,
dammi la mano voglio restar
per sempre insieme a Te.**

Quando ero solo solo e stanco del
mondo
quando non c'era l'amor
tante persone vidi intorno a me
sentivo cantare così: **Rit...**

Io non capivo ma rimasi a sentire
quando il Signore mi parlò
Lui mi chiamava chiamava anche me
e la mia risposta s'alzo: **Rit...**
Ora non m'importa se uno ride di me
lui certamente non sa
del gran regalo che ebbi quel di
che dissi al Signore così: **Rit...**
A volte son triste ma mi guardo
intorno scopro il mondo e l'amor
son questi i doni che lui fa a me
e felice ritorno a cantar: **Rit...**

COME MARIA

Vogliamo vivere, Signore,
offrendo a Te la nostra vita;
con questo pane e questo vino
accetta quello che noi siamo.
Vogliamo vivere Signore
abbandonati alla Tua voce,
staccati dalle cose vane,
fissati nella vita vera.

*Vogliamo vivere come Maria,
l'irraggiungibile,
la Madre amata*

*che vince il mondo con l'Amore
e offrire sempre la Tua vita
che viene dal cielo.*

Accetta dalle nostre mani
come un'offerta a Te gradita,
i desideri di ogni cuore
le ansie della nostra vita.
Vogliamo vivere Signore
accesi dalle tue parole
per riportare in ogni uomo
la fiamma viva del Tuo Amore.

E sono solo un uomo

Io lo so Signore
che vengo da lontano
prima nel pensiero
e poi nella tua mano
io mi rendo conto
che tu sei la mia vita
e non i sembra vero
di pregarti così:
"Padre di ogni uomo
e non t'ho visto mai
Spirito di vita
e nacque da una donna
Figlio mio fratello
e sono solo un uomo
eppure io capisco che
tu sei verità
**E imparerò a guardare tutto il
mondo
con gli occhi trasparenti di un
bambino
e insegnerò a chiamarti "Padre
Nostro"**
**ad ogni figlio che diventa uomo
(bis)**
Io lo so Signore

che tu mi sei vicino
 luce alla mia mente
 guida al mio cammino
 mano che sorregge
 sguardo che perdona
 e non mi sembra vero
 che tu esista così
 Dove nasce amore
 tu sei la sorgente
 dove c'è una croce
 tu sei la speranza
 dove il tempo ha fine
 tu sei vita eterna
 e so che posso sempre
 contare su di te!

*E accoglierò la vita come un dono
 e avrò coraggio di morire anch'io
 e incontro a te verrò col mio fratello
 che non si sente amato da nessuno
 (bis)*

GIOVANE DONNA

Giovane Donna, attesa dell'umanità,
 un desiderio d'amore e pura libertà.
 Il Dio lontano è qui, vicino a Te,
 voce e silenzio, annuncio di novità.

Rit. **Ave Maria**
Ave Maria

Dio t'ha scelta qual Madre piena di
 bellezza,
 ed il suo amore t'avvolgerà con la sua
 ombra.
 Grembo per Dio venuto sulla terra
 Tu sarai Madre di un uomo nuovo. Rit.

Ecco l'ancella che vive della sua parola,
 libero il cuore perché l'amore trovi
 casa.

Ora l'attesa è densa di preghiera
 e l'Uomo nuovo è qui in mezzo a noi.
 Rit.

SE MI ACCOGLI

Tra le mani non ho niente.
 spero che mi accoglierai;
 chiedo solo di restare accanto a te.
 Sono ricco solamente
 dell'amore che mi dai:
 è per quelli che non l'hanno avuto tnaì!

Se mi accogli, mio Signore,
 altro non ti chiederò
 e per sempre la tua strada
 la mia strada resterà.
 Nella gioia, nel dolore
 fino a quando tu vorrai,
 con la mano nella tua camminerò.

Io ti prego con il cuore,
 so che tu mi ascolterai.
 Rendi forte la mia fede più che mai!
 Tieni accesa la tua luce fino al giorno
 che tu sai.
 Con i miei fratelli incontro a te verrò.

SYMBOLUM '80

Oltre le memorie del tempo che ho
 vissuto,
 oltre la speranza che serve al mio do-
 mani,
 oltre il desiderio di vivere il presente,
 anch'io, confesso, ho chiesto che cosa
 è verità ?
 E Tu come un desiderio che non ha
 memorie,
 Padre buono, come una speranza che
 non ha confini,

V Dio di verità, tu mi hai redento: * nelle tue mani affido il mio spirito.
 Gloria al Padre e al Figlio e allo Spirito Santo.
 Signore, nelle tue mani affido il mio spirito.

Ant. Nella veglia salvaci Signore,
 nel sonno non ci abbandonare:
 il cuore vegli con Cristo e il corpo riposi nella pace.

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 al Padre e al Figlio...

Ant. Nella veglia salvaci Signore,
 nel sonno non ci abbandonare:
 il cuore vegli con Cristo e il corpo riposi nella pace.

ORAZIONE

Veglia su di noi in questa notte, o Signore: la tua mano ci ridesti al
 nuovo giorno perché possiamo celebrare con gioia la risurrezione del
 tuo Figlio, che vive e regna nei secoli dei secoli.

BENEDIZIONE FINALE

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

Gloria al Padre e al Figlio...

1 ant. Pietà di me, o Signore:
ascolta la mia preghiera.

2 ant. Nella notte, benedite il Signore.

SALMO 133 Orazione notturna nel tempio

Ecco, benedite il Signore, *
voi tutti, servi del Signore;

voi che state nella casa del Signore *
durante le notti.

Alzate le mani verso il tempio *
e benedite il Signore.

Da Sion ti benedica il Signore, *
che ha fatto cielo e terra.

Gloria al Padre e al Figlio...

2 ant. Nella notte, benedite il Signore.

LETTURA BREVE (Dt 6,4-7)

Ascolta, Israele: il Signore è il nostro Dio, il Signore è uno solo. Tu amerai il Signore tuo Dio con tutto il cuore, con tutta l'anima e con tutte le forze. Questi precetti che oggi ti do, ti stiano fissi nel cuore; li ripeterai ai tuoi figli, ne parlerai quando sarai seduto in casa tua, quando camminerai per via, quando ti coricherai e quando ti alzerai.

RESPONSORIO BREVE

R Signore, * nelle tue mani affido il mio spirito.
Signore, nelle tue mani affido il mio spirito.

come un tempo eterno sei per me.

***Io so quanto amore chiede
questa lunga attesa del Tuo giorno,
o Dio;***

luce in ogni cosa io non vedo ancora:

ma la Tua parola mi rischierà !

Quando le parole non bastano all'amore,

quando il mio fratello domanda più del pane,

quando l'illusione promette un mondo nuovo,

anch'io rimango incerto nel mezzo del cammino.

E Tu, Figlio tanto amato, verità dell'uomo,

mio Signore, come la promessa di un perdono eterno,

libertà infinita sei per me.

Chiedo alla mia mente coraggio di cercare,

chiedo alle mie mani la forza di donare,

chiedo al cuore incerto passione per la vita

e chiedo a te, fratello, di credere con me !

E Tu, forza della vita, Spirito d'amore, dolce Iddio, grembo d'ogni cosa, tenerezza immensa,

verità del mondo sei per me.

SYMBOLUM '77

Tu sei la mia vita, altro io non ho.

Tu sei la mia strada, la mia verità.

Nella Tua parola io camminerò

finché avrò respiro, fino a quando Tu vorrai.

Non avrò paura, sai, se Tu sei con me:
io Ti prego, resta con me.

Credo in Te, Signore, nato da Maria,
Figlio eterno e santo, uomo come noi.
Morto per amore, vivo in mezzo a noi:
una cosa sola con il Padre e con i Tuoi,
fino a quando, io lo so, tu ritornerai,
per aprirci il Regno di Dio.

Tu sei la mia forza, altro io non ho,
Tu sei la mia pace, la mia libertà.

Niente nella vita ci separerà.

So che la Tua mano forte non mi lascerà.

So che da ogni male Tu mi libererai
e nel Tuo perdono vivrò.

Padre della vita, noi crediamo in Te.

Figlio Salvatore, noi speriamo in Te.

Spirito d'amore, vieni in mezzo a noi.

Tu da mille strade ci raduni in unità.

E per mille strade poi, dove Tu vorrai,
noi saremo il seme di Dio.

TERZA DOMENICA DI QUARESIMA

DOPO I PRIMI VESPRI DELLA DOMENICA

COMPIETA

V O Dio, vieni a salvarmi.

R Signore, vieni presto in mio aiuto.

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

Come era nel principio, e ora e sempre,
nei secoli dei secoli. Amen

ESAME DI COSCIENZA

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 sempre vergine Maria, gli angeli, i santi e voi, fratelli, di pregare per me il Signore Dio nostro.

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

R Amen.

INNO

Al termine del giorno,
o sommo Creatore,
veglia sul nostro riposo
con amore di Padre.

Dona salute al corpo
e fervore allo spirito,
la tua luce rischiarì
le ombre della notte.

Nel sonno delle membra

resti fedele il cuore,
e al ritorno dell'alba
intoni la tua lode.

Sia onore al Padre e al Figlio
e allo Spirito Santo,
al Dio trino ed unico
nei secoli sia gloria. Amen.

1 ant. Pietà di me, o Signore:
ascolta la mia preghiera.

SALMO 4 *Rendimento di grazie*

Quando ti invoco, rispondimi, Dio, mia giustizia: †
dalle angosce mi hai liberato; *
pietà di me, ascolta la mia preghiera.

Fino a quando, o uomini, sarete duri di cuore? *
Perché amate cose vane e cercate la menzogna?

Sappiate che il Signore fa prodigi per il suo fedele: *
il Signore mi ascolta quando lo invoco.

Tremate e non peccate, *
sul vostro giaciglio riflettete e placatevi.

Offrite sacrifici di giustizia *
e confidate nel Signore.

Molti dicono: "Chi ci farà vedere il bene?". *
Risplenda su di noi, Signore, la luce del tuo volto.

Hai messo più gioia nel mio cuore *
di quando abbondano vino e frumento.

In pace mi corico e subito mi addormento: *
tu solo, Signore, al sicuro mi fai riposare.