



Esercizi spirituali per coppie e famiglie

VII Edizione 2006

Dio è Amore

Spunti di spiritualità coniugale
dalla prima Enciclica di Benedetto XVI

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

1-2 Aprile 2006

S.AGATA FELTRIA

CONVENTO SUORE CLARISSE

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

ORAZIONE

Vieni in nostro aiuto, Signore, perché possiamo vivere e agire sempre in quella carità, che spinse il tuo Figlio a dare la vita per noi. Egli è Dio e vive e regna con te, nell'unità dello Spirito Santo, per tutti i secoli dei secoli.

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

R. Amen

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 prepararli 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.

Ant. al Ben. Farò con voi un'alleanza nuova:
io sarò il vostro Dio, voi il mio popolo.

INVOCAZIONE

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

LETTURE PER LA SANTA MESSA

Prima Lettura (Ger 21, 31-34)

Dal libro del profeta Geremia

«Ecco verranno giorni – dice il Signore – nei quali con la casa di Israele e con la casa di Giuda io concluderò una alleanza nuova. Non come l'alleanza che ho conclusa con i loro padri, quando li presi per mano per farli uscire dal paese d'Egitto, una alleanza che essi hanno violato, benché io fossi loro Signore.

Questa sarà l'alleanza che io concluderò con la casa di Israele dopo quei giorni, dice il Signore: Porrò la mia legge nel loro animo, la scriverò sul loro cuore. Allora io sarò il loro Dio ed essi il mio popolo. Non dovranno più istruirsi gli uni gli altri, dicendo: Riconoscete il Signore, perché tutti mi conosceranno, dal più piccolo al più grande, dice il Signore; poiché io perdonerò la loro iniquità e non mi ricorderò più del loro peccato».

Parola di Dio

Rendiamo grazie a Dio

Salmo Responsoriale (Sal 50)

Rit. Crea in me, o Dio, un cuore puro

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.

Rinnova in me, o Dio, 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.
Insegnerò agli erranti le tue vie

e i peccatori a te ritorneranno.

Seconda Lettura (Eb 5,7-9)

Dalla lettera agli Ebrei

Cristo, nei giorni della sua vita terrena offrì preghiere e suppliche con forti grida e lacrime a colui che poteva liberarlo, da morte e fu esaudito per la sua pietà; pur essendo Figlio, imparò tuttavia l'obbedienza dalle cose che patì e, reso perfetto, divenne causa di salvezza eterna per tutti coloro che gli obbediscono. .

Parola di Dio

Rendiamo Grazie a Dio

Canto al Vangelo

Gloria e lode a te, o Cristo!

Se uno mi vuol servire, mi segua, dice il Signore, e dove sono io, là sarà pure il mio servo..

Gloria e lode a te, o Cristo!

Vangelo (Gv 12,20-33)

Dal vangelo secondo Giovanni

In quel tempo, tra quelli che erano saliti per il culto durante la festa, c'erano anche alcuni Greci. Questi si avvicinarono a Filippo, che era di Betsaida di Galilea, e gli chiesero: «Signore, vogliamo vedere Gesù».

Filippo andò a dirlo ad Andrea, e poi Andrea e Filippo andarono a dirlo a Gesù. Gesù rispose: «È giunta l'ora che sia glorificato il Figlio dell'uomo. In verità, in verità vi dico: se il chicco di grano caduto in terra non muore, rimane solo; se invece muore, produce molto frutto. Chi ama la sua vita la perde e chi odia la sua vita in questo mondo, la conserverà per la vita eterna. Se uno mi vuol servire mi segua, e dove sono io, là sarà anche il mio servo. Se uno mi serve, il Padre lo onorerà. Ora l'anima mia è turbata; e

per tutti i suoi fedeli.

3 ant. E' giunta l'ora:

il Figlio dell'uomo sarà glorificato.

LETTURA BREVE Lv 23, 4-7

Queste sono le solennità del Signore, le sante convocazioni che proclamerete nei tempi stabiliti. Il primo mese, al decimoquarto giorno, al tramonto del sole sarà la Pasqua del Signore; il quindicesimo dello stesso mese sarà la festa degli azzimi in onore del Signore; per sette giorni mangerete pane senza lievito. Il primo giorno sarà per voi santa convocazione; non farete in esso alcun lavoro servile .

RESPONSORIO BREVE

R. Venga su di me la tua misericordia, * e avrò la vita.

Venga su di me la tua misericordia, e avrò la vita.

V. Osserverò le parole della tua bocca, e avrò la vita.

Gloria al Padre e al Figlio e allo Spirito Santo.

Venga su di me la tua misericordia, e avrò la vita

Ant. al Ben. Farò con voi un'alleanza nuova:

io sarò il vostro Dio, voi il mio popolo.

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,

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. Salvaci, rinnova i prodigi per noi,
strappaci dal potere della morte.

3 ant. E' giunta l'ora:
il Figlio dell'uomo sarà glorificato.

SALMO 149 Festa degli amici di Dio

Cantate al Signore un canto nuovo; *
la sua lode nell'assemblea dei fedeli.
Gioisca Israele nel suo Creatore, *
esultino nel loro Re i figli di Sion.

Lodino il suo nome con danze, *
con timpani e cetre gli cantino inni.
Il Signore ama il suo popolo, *
incorona gli umili di vittoria.

Esultino i fedeli nella gloria, *
sorgano lieti dai loro giacigli.
Le lodi di Dio sulla loro bocca *
e la spada a due tagli nelle loro mani,

per compiere la vendetta tra i popoli *
e punire le genti;
per stringere in catene i loro capi, *
i loro nobili in ceppi di ferro;

per eseguire su di essi *
il giudizio già scritto:
questa è la gloria *

che devo dire? Padre, salvami da quest'ora? Ma per questo sono
giunto a quest'ora! Padre, glorifica il tuo nome».
Venne allora una voce dal cielo: «L'ho glorificato e di nuovo lo glo-
rifierò!».

La folla che era presente e aveva udito, diceva che era stato un
tuono. Altri dicevano: «Un angelo gli ha parlato». Rispose Gesù:
«Questa voce non è venuta per me, ma per voi. Ora è il giudizio di
questo mondo; ora il principe di questo mondo sarà gettato fuori.
Io quando sarò elevato da terra, attirerò tutti a me».

Questo diceva per indicare di qual morte doveva morire..

Parola del Signore

Lode a Te, o Cristo

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 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 dì
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

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

O Dio, tu sei il mio Dio, all'aurora ti cerco, *
di te ha sete l'anima mia,
a te anela la mia carne, *
come terra deserta, arida, senz'acqua.

Così nel santuario ti ho cercato, *
per contemplare la tua potenza e la tua gloria.
Poiché la tua grazia vale più della vita, *
le mie labbra diranno la tua lode.

Così ti benedirò finché io viva, *
nel tuo nome alzerò le mie mani.
Mi sazierò come a lauto convito, *
e con voci di gioia ti loderà la mia bocca.

Nel mio giaciglio di te mi ricordo, *
penso a te nelle veglie notturne,
tu sei stato il mio aiuto; *
esulto di gioia all'ombra delle tue ali.

A te si stringe *
l'anima mia.
La forza della tua destra *
mi sostiene. .

1 ant. Mio Dio, sei tu il mio aiuto!.

2 ant. Salvaci, rinnova i prodigi per noi,
strappaci dal potere della morte.

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.

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 tnai!

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 domani,
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,
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 rischiarerà !***

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.

ECCO QUEL CHE ABBIAMO

Ecco quel che abbiamo
 nulla ci appartiene ormai
 ecco i frutti della terra
 che tu moltiplicherai
 Ecco queste mani
 puoi usarle se lo vuoi
 per dividere nel mondo
 il pane che tu hai dato a noi.
 Solo una goccia hai messo tra le mani mie
 solo una goccia che tu ora chiedi a me

una goccia che in mano a te
 una pioggia diventerà
 e la terra feconderà. Ecco...
 Le nostre gocce pioggia tra le mani tue
 saranno linfa di una nuova civiltà
 E la terra preparerà la festa del pane che
 o gni uomo condividerà. Ecco...
 Sulle strade il vento da lontano porterà
 il profumo del frumento che tutti avvolge-
 rà.
 E sarà l'amore che il raccolto spartirà
 e il miracolo del pane in terra si ripeterà
 (bis).

BENEDICI, O SIGNORE

Nebbia e freddo, giorni lunghi e amari
 mentre il seme muore.
 Poi il prodigio antico e sempre nuovo
 del primo filo d'erba.
 E nel vento dell'estate ondeggiano le spi-
 ghe:
 avremo ancora pane!

Benedici o Signore
 questa offerta che portiamo a te;
 facci uno come il pane
 che anche oggi hai dato a noi.

Nei filari dopo il lungo inverno
 fremono le viti.

La rugiada avvolge nel silenzio
 i primi tralci verdi.
 Poi i colori dell'autunno coi grappoli ma-
 turi:
 avremo ancora vino!

QUINTA DOMENICA DI QUARESIMA**LODI MATTUTINE**

V. O Dio, vieni a salvarci.
R. Signore, vieni presto in nostro 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:
 siamo 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. Mio Dio, sei tu il mio aiuto!

SALMO 69,2-9 L'anima assetata del Signore