

ED EGLI ENTRÒ PER RESTARE CON LORO

(Lc 24,29)

Programma delle giornate

Sabato 14 marzo '09

- ore 15.00 Arrivo, iscrizione e sistemazione
- ore 15.30 Presentazione del corso
e I meditazione
*"Eucaristia e Matrimonio,
unico mistero nuziale"*
- ore 17.30 Pausa
- ore 18.00 Lavori di gruppo
- ore 20.00 Cena
- ore 21.00 Serata ricreativa

Domenica 15 marzo '09

- ore 8.30 Colazione
- ore 9.00 Preghiera
- ore 9.30 Inizio lavori: II meditazione
*"Le relazioni sponsali
alla luce del Risorto"*
- ore 11.00 Pausa
- ore 11.30 Lavori di gruppo
- ore 13.00 Pranzo
- ore 15.00 Verifica del corso
- ore 16.00 Santa Messa
celebrata dal Vescovo,
S.E. Mons. Luigi Negri

14 - 15 marzo '09

S.Agata Feltria

CONVENTO
SUORE CLARISSE



Esercizi spirituali per coppie di sposi e fidanzati
X edizione 2009

Ed Egli entrò per restare
con loro

● Quote di partecipazione

iscrizione	€ 5.00 (a coppia)
pasto	€ 9.00 (a persona, per gli adulti)
	€ 7.00 (a persona, per i bambini fino a dieci anni)
notte + colazione	€ 7.00 (a persona)

● E' previsto un servizio di animazione per i bambini

● Per iscrizioni non impegnative (entro il 2 marzo) tel. 0541 / 921543 (Nicoletta) - 921345 (Sara)

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

Lectures for the Holy Mass

First Reading (Ex 20,1-17)

Dal libro dell'Esodo

In quei giorni, Dio pronunciò tutte queste parole: «Io sono il Signore, tuo Dio, che ti ho fatto uscire dalla terra d'Egitto, dalla condizione servile:

Non avrai altri dèi di fronte a me.

Non ti farai idolo né immagine alcuna di quanto è lassù nel cielo, né di quanto è quaggiù sulla terra, né di quanto è nelle acque sotto la terra. Non ti prostrerai davanti a loro e non li servirai. Perché io, il Signore, tuo Dio, sono 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 la sua bontà fino a mille generazioni, per quelli che mi amano e osservano i miei comandamenti.

Non pronuncerai invano il nome del Signore, tuo Dio, perché il Signore non lascia impunito chi pronuncia il suo nome invano.

Ricordati del giorno del sabato per santificarlo. Sei giorni lavorerai e farai ogni tuo lavoro; ma il settimo giorno è il sabato in onore del Signore, tuo Dio: 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 settimo giorno. Perciò il Signore ha benedetto il giorno del sabato e lo ha consacrato.

Onora tuo padre e tua madre, perché si prolunghino i tuoi giorni nel paese che il Signore, tuo Dio, ti dà.

Non ucciderai.

Non commetterai adulterio.

Non ruberai.

Non pronuncerai falsa testimonianza contro il tuo prossimo.

Non desidererai la casa del tuo prossimo. Non desidererai 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».

Parola di Dio

Rendiamo grazie a Dio

Salmo Responsoriale (Sal 18)

Rit. Signore, tu hai parole di vita eterna.

La legge del Signore è perfetta,

rinfranca l'anima;

la testimonianza del Signore è stabile,

rende saggio il semplice.

I precetti del Signore sono retti,

fanno gioire il cuore;

il comando del Signore è limpido,

illumina gli occhi.

Il timore del Signore è puro,

Abbiamo mai inteso il nostro matrimonio come sacramento di salvezza per noi e per gli altri attorno a noi? Cosa fare perché esso possa diventare sempre più "racconto di Dio"?

Sotto quali forme ci siamo sentiti reciprocamente salvati (riconoscimento, accoglienza, tenerezza, solidarietà, perdono, intimità...)?

“ECCO IO FACCIO NUOVE TUTTE LE COSE”

Le relazioni umane alla luce del Risorto

Il meditazione

Dal Vangelo secondo Marco (14,3-9)

3 Gesù si trovava a Betània nella casa di Simone il lebbroso. Mentre stava a mensa, giunse una donna con un vasetto di alabastro, pieno di olio profumato di nardo genuino di gran valore; ruppe il vasetto di alabastro e versò l'unguento sul suo capo. 4 Ci furono alcuni che si sdegnarono fra di loro: "Perché tutto questo spreco di olio profumato? 5 Si poteva benissimo vendere quest'olio a più di trecento denari e darli ai poveri!". Ed erano infuriati contro di lei.

6 Allora Gesù disse: "Lasciatela stare; perché le date fastidio? Ella ha compiuto verso di me un'opera buona; 7 i poveri infatti li avete sempre con voi e potete beneficiarli quando volete, me invece non mi avete sempre. 8 Essa ha fatto ciò ch'era in suo potere, ungendo in anticipo il mio corpo per la sepoltura. 9 In verità vi dico che dovunque, in tutto il mondo, sarà annunziato il vangelo, si racconterà pure in suo ricordo ciò che ella ha fatto".

Giovanni 20,1-10

1 Nel giorno dopo il sabato, Maria di Màgdala si recò al sepolcro di buon mattino, quand'era ancora buio, e vide che la pietra era stata ribaltata dal sepolcro. 2 Corse allora e andò da Simon Pietro e dall'altro discepolo, quello che Gesù amava, e disse loro: "Hanno portato via il Signore dal sepolcro e non sappiamo dove l'hanno posto!". 3 Uscì allora Simon Pietro insieme all'altro discepolo, e si recarono al sepolcro. Correvano insieme tutti e due, ma l'altro discepolo corse più veloce di Pietro e giunse per primo al sepolcro. 5 Chinatosi, vide le bende per terra, ma non entrò. 6 Giunse intanto anche Simon Pietro che lo seguiva ed entrò nel sepolcro e vide le bende per terra, 7 e il sudario, che gli era stato posto sul capo, non per terra con le bende, ma piegato in un luogo a parte. 8 Allora entrò anche l'altro discepolo, che era giunto per primo al sepolcro, e vide e credette. 9 Non avevano infatti ancora compreso la Scrittura, che egli cioè doveva risuscitare dai morti. 10 I discepoli intanto se ne tornarono di nuovo a casa.

DOMANDE PER I LAVORI DI COPPIA

Di fronte a tutta la storia della nostra coppia, nei suoi lati luminosi e fecondi e in quelli oscuri e sterili, sono convinto/a che essa sia comunque la nostra personale storia della salvezza e che possa evolvere verso la pienezza della coniugalità e della sacramentalità?

Ho mai percepito l'incontro con il mio coniuge come occasione d'incontro con Dio? Quale difficoltà trovo a che ciò avvenga?

rimane per sempre;
i giudizi del Signore sono fedeli,
sono tutti giusti.

Più preziosi dell'oro,
di molto oro fino,
più dolci del miele
e di un favo stillante.

Seconda Lettura (1Cor 1, 22-25)

Dalla prima lettera di san Paolo apostolo ai Corinzi

Fratelli, mentre i Giudei chiedono segni e i Greci cercano sapienza, noi invece annunciamo Cristo crocifisso: scandalo per i Giudei e stoltezza per i pagani; ma per coloro che sono chiamati, sia Giudei che Greci, Cristo è potenza di Dio e sapienza di Dio. Infatti 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

Gloria a te, o Cristo!

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

Gloria a te, o Cristo!

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, là seduti, i cambiamonete. Allora fece una frusta di cordicelle e scacciò tutti fuori del tempio, con le pecore e i buoi; gettò a terra il denaro dei cambiamonete e ne rovesciò i banchi, e ai venditori di colombe disse: «Portate via di qui queste cose e non fate della casa del Padre mio un mercato!». I suoi discepoli si ricordarono che sta scritto: «Lo zelo per la tua casa mi divorerà».

Allora i Giudei presero la parola e gli dissero: «Quale segno ci mostri per fare queste cose?». Rispose loro Gesù: «Distrugete 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 egli compiva, credettero nel suo nome. Ma lui, Gesù, non si fidava di loro, perché conosceva tutti e non aveva bisogno che alcuno desse testimonianza sull'uomo. Egli infatti conosceva quello che c'è nell'uomo.

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 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...**
Or 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 mi sembra vero
di pregarti così:
"Padre di ogni uomo
e non t'ho visto mai
Spirito di vita
e nacqui 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,

rai dopo". 8 Gli disse Simon Pietro: "Non mi laverai mai i piedi!". Gli rispose Gesù: "Se non ti laverò, non avrai parte con me". 9 Gli disse Simon Pietro: "Signore, non solo i piedi, ma anche le mani e il capo!". 10 Soggiunse 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". 11 Sapeva infatti chi lo tradiva; per questo disse: "Non tutti siete mondi".

12 Quando dunque ebbe lavato loro i piedi e riprese le vesti, sedette di nuovo e disse loro: "Sapete ciò che vi ho fatto? 13 Voi mi chiamate Maestro e Signore e dite bene, perché lo sono. 14 Se dunque io, il Signore e il Maestro, ho lavato i vostri piedi, anche voi dovete lavarvi i piedi gli uni gli altri. 15 Vi ho dato infatti l'esempio, perché come ho fatto io, facciate anche voi. 16 In 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. 17 Sapendo queste cose, sarete beati se le metterete in pratica.

DOMANDE PER I LAVORI DI COPPIA

L'Eucaristia è veramente il vertice della nostra settimana? E' il momento più elevato della nostra vita personale e di coppia?

La nostra relazione sta camminando verso la dimensione eucaristica del dono totale di sé?

Sappiamo attingere dalla Eucaristia la forza vitale che rende sempre nuova la nostra coppia?

EUCARISTIA E MATRIMONIO UNICO MISTERO NUZIALE

I meditazione

Luca 24,13-35

13 Ed ecco in quello stesso giorno due di loro erano in cammino per un villaggio distante circa sette miglia da Gerusalemme, di nome Emmaus, 14 e conversavano di tutto quello che era accaduto. 15 Mentre discorrevano e discutevano insieme, Gesù in persona si accostò e camminava con loro. 16 Ma i loro occhi erano incapaci di riconoscerlo. 17 Ed egli disse loro: "Che sono questi discorsi che state facendo fra voi durante il cammino?". Si fermarono, col volto triste; 18 uno di loro, di nome Clèopa, gli disse: "Tu solo sei così forestiero in Gerusalemme da non sapere ciò che vi è accaduto in questi giorni?". 19 Domandò: "Che cosa?". Gli risposero: "Tutto ciò che riguarda Gesù Nazareno, che fu profeta potente in opere e in parole, davanti a Dio e a tutto il popolo; 20 come i sommi sacerdoti e i nostri capi lo hanno consegnato per farlo condannare a morte e poi l'hanno crocifisso. 21 Noi speravamo che fosse lui a liberare Israele; con tutto ciò son passati tre giorni da quando queste cose sono accadute. 22 Ma alcune donne, delle nostre, ci hanno sconvolti; recatesi al mattino al sepolcro 23 e non avendo trovato il suo corpo, son venute a dirci di aver avuto anche una visione di angeli, i quali affermano che egli è vivo. 24 Alcuni dei nostri sono andati al sepolcro e hanno trovato come avevan detto le donne, ma lui non l'hanno visto".

25 Ed egli disse loro: "Sciocchi e tardi di cuore nel credere alla parola dei profeti! 26 Non bisognava che il Cristo sopportasse queste sofferenze per entrare nella sua gloria?". 27 E cominciando da Mosè e da tutti i profeti spiegò loro in tutte le Scritture ciò che si riferiva a lui. 28 Quando furon vicini al villaggio dove erano diretti, egli fece come se dovesse andare più lontano. 29 Ma essi insistettero: "Resta con noi perché si fa sera e il giorno già volge al declino". Egli entrò per rimanere con loro. 30 Quando fu a tavola con loro, prese il pane, disse la benedizione, lo spezzò e lo diede loro. 31 Allora si aprirono loro gli occhi e lo riconobbero. Ma lui sparì dalla loro vista. 32 Ed essi si dissero l'un l'altro: "Non ci ardeva forse il cuore nel petto mentre conversava con noi lungo il cammino, quando ci spiegava le Scritture?". 33 E partirono senz'indugio e fecero ritorno a Gerusalemme, dove trovarono riuniti gli Undici e gli altri che erano con loro, 34 i quali dicevano: "Davvero il Signore è risorto ed è apparso a Simone". 35 Essi poi riferirono ciò che era accaduto lungo la via e come l'avevano riconosciuto nello spezzare il pane.

Giovanni 13,1-17

1 Prima 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. 2 Mentre cenavano, quando già il diavolo aveva messo in cuore a Giuda Iscariota, figlio di Simone, di tradirlo, 3 Gesù sapendo che il Padre gli aveva dato tutto nelle mani e che era venuto da Dio e a Dio ritornava, 4 si alzò da tavola, depose le vesti e, preso un asciugatoio, se lo cinse attorno alla vita. 5 Poi versò dell'acqua nel catino e cominciò a lavare i piedi dei discepoli e ad asciugarli con l'asciugatoio di cui si era cinto. 6 Venne dunque da Simon Pietro e questi gli disse: "Signore, tu lavi i piedi a me?". 7 Rispose Gesù: "Quello che io faccio, tu ora non lo capisci, ma lo capi-

voce e silenzio, annuncio di novità.

Rit. **Ave Maria Ave Maria**

Dio t'ha prescelta 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 mai!

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 mia 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.

TERZA DOMENICA DI QUARESIMA

PRIMI VESPRI

V O Dio, vieni a salvarmi.

R Signore, vieni presto in mio aiuto.

Gloria al Padre e al Figlio ...

INNO

Accogli, o Dio pietoso,
le preghiere e le lacrime
che il tuo popolo effonde
in questo tempo santo.

Tu che scruti e conosci
i segreti dei cuori,
concedi ai penitenti
la grazia del perdono.

Grande è il nostro peccato,
ma più grande è il tuo amore:
cancella i nostri debiti
a gloria del tuo nome.

Risplenda la tua lampada
sopra il nostro cammino,
la tua mano ci guidi
alla meta pasquale.

Ascolta, o Padre altissimo,
tu che regni nei secoli
con il Cristo tuo Figlio
e lo Spirito Santo. Amen.

1 ant. *Convertitevi, credete al Vangelo,
dice il Signore.*

SALMO 112, *Lodate il nome del Signore*

Lodate, servi del Signore, *
lodate il nome del Signore.
Sia benedetto il nome del Signore, *
ora e sempre.

Dal sorgere del sole al suo tramonto *
sia lodato il nome del Signore.
Su tutti i popoli eccelso è il Signore, *
più alta dei cieli è la sua gloria.

Chi è pari al Signore nostro Dio che siede nell'alto *

Padre nostro

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.

BENEDIZIONE FINALE

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 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.

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.

e si china a guardare nei cieli e sulla terra?

Solleva l'indigente dalla polvere, *
dall'immondizia rialza il povero,
per farlo sedere tra i principi, *
tra i principi del suo popolo.

Fa abitare la sterile nella sua casa *
quale madre gioiosa di figli.

1 ant. *Convertitevi, credete al Vangelo,
dice il Signore.*

2 ant. *Offrirò un sacrificio di lode,
invocherò il nome del Signore.*

SALMO 115 Rendimento di grazie nel tempio

Ho creduto anche quando dicevo: *
«Sono troppo infelice».
Ho detto con sgomento: *
«Ogni uomo è inganno».

Che cosa renderò al Signore *
per quanto mi ha dato?
Alzerò il calice della salvezza *
e invocherò il nome del Signore.

Adempirò i miei voti al Signore, *
davanti a tutto il suo popolo.
Preziosa agli occhi del Signore *
è la morte dei suoi fedeli.

Sì, io sono il tuo servo, Signore, †
io sono tuo servo, figlio della tua ancella; *
hai spezzato le mie catene.

A te offrirò sacrifici di lode *
e invocherò il nome del Signore.

Adempirò i miei voti al Signore *
davanti a tutto il suo popolo,
negli atri della casa del Signore, *
in mezzo a te, Gerusalemme.

2 ant. *Offrirò un sacrificio di lode,
invocherò il nome del Signore.*

3 ant. *Nessuno mi può togliere la vita;
io stesso la offro e la riprendo.*

CANTICO FIL 2, 6-11

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.

3 ant. Nessuno mi può togliere la vita;
io stesso la offro e la riprendo.

LETTURA BREVE (2 Cor 6, 1-4a)

Fratelli, vi esortiamo a non accogliere invano la grazia di Dio. Egli dice infatti: Al momento favorevole ti ho esaudito e nel giorno della salvezza ti ho soccorso (Is 49, 8). Ecco ora il momento favorevole, ecco ora il giorno della salvezza! Da parte nostra non diamo motivo di scandalo a nessuno, perché non venga biasimato il nostro ministero; ma in ogni cosa ci presentiamo come ministri di Dio.

RESPONSORIO BREVE

R. Ora è il momento favorevole, * ora è il giorno della salvezza.

Ora è il momento favorevole, ora è il giorno della salvezza.

V. Non vi sia data invano la grazia del Signore:

ora è il giorno della salvezza.

Gloria al Padre e al Figlio e allo Spirito Santo.

Ora è il momento favorevole, ora è il giorno della salvezza.

ANT. Cantiamo Cristo crocifisso,
scandalo per gli Ebrei, stoltezza per i pagani;
ma per i chiamati, salvezza di Dio.

Magnificat - Lc 1, 46-55

L'anima mia magnifica il Signore *

Lodate il Signore dalla terra, *
mostri 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, *
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.

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

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

LETTURA BREVE (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.

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,

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.

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

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.

ANT. *Cantiamo Cristo crocifisso,
 scandalo per gli Ebrei, stoltezza per i pagani;
 ma per i chiamati, salvezza di Dio.*

INVOCAZIONI

Gloria a Cristo, che si è fatto maestro, amico, modello dell'umanità. Pieni di fiducia invociamo il suo nome:

Sii la vita del tuo popolo, Signore.

Cristo, che hai voluto essere simile a noi in tutto fuorché nel peccato, insegnaci a gioire con chi gioisce e a piangere con chi piange,
 - perché la nostra carità diventi sempre più concreta e generosa.

Donaci la grazia di riconoscerti nei poveri e nei sofferenti,
 - per saziare la tua fame negli affamati e la tua sete negli assetati.

Tu che hai risvegliato Lazzaro dal sonno della morte,
 - fa' che i peccatori passino da morte a vita mediante la preghiera e la penitenza.

Fa' che molti seguono la via della perfetta carità,
 - sull'esempio di Maria Vergine e dei tuoi santi.

Conduci i defunti alla risurrezione gloriosa,
 - perché si allietino in eterno nel tuo amore.

Padre nostro**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.

BENEDIZIONE FINALE

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

R Amen.

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 plasmosti
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.*

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.

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.
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, *