

# Esercizi spirituali della Comunità Pastorale

## Giovedì 27 Agosto – Lodi del mattino

### Lodi del mattino

V. O Dio, vieni a salvarmi.

**R. Signore, vieni presto in mio aiuto.**

Gloria al Padre e al Figlio ...

**Come era nel principio, ... . Alleluia.**

Inno

O Cristo, Verbo del Padre, re glorioso fra i santi, luce e salvezza del mondo, in te crediamo.

**Cibo e bevanda di vita, balsamo, veste, dimora, forza, rifugio, conforto, in te speriamo.**

Illumina col tuo Spirito l'oscura notte del male, orienta il nostro cammino incontro al Padre.

**Amen.**

1<sup>^</sup> Antifona: Svegliatevi, arpa e cetra, voglio svegliare l'aurora.

SALMO 56 Pietà di me, pietà di me, o Dio, \* in te mi rifugio;  
mi rifugio all'ombra delle tue ali \* finché sia passato il pericolo.

**Invocherò Dio, l'Altissimo, \* Dio che mi fa il bene. Mandi dal cielo a salvarmi †  
dalla mano dei miei persecutori, \* Dio mandi la sua fedeltà e la sua grazia.**

Io sono come in mezzo a leoni, \* che divorano gli uomini;  
i loro denti sono lance e frecce, \* la loro lingua spada affilata.

**Innalzati sopra il cielo, o Dio, \* su tutta la terra la tua gloria.**

Hanno teso una rete ai miei piedi, \* mi hanno piegato,  
hanno scavato davanti a me una fossa \* e vi sono caduti.

**Saldo è il mio cuore, o Dio, \* saldo è il mio cuore. Voglio cantare, a te voglio inneggiare: \*  
svegliati, mio cuore, svegliatevi arpa e cetra, \* voglio svegliare l'aurora.**

Ti loderò tra i popoli, Signore, \* a te canterò inni tra le genti,  
perché la tua bontà è grande fino ai cieli, \* e la tua fedeltà fino alle nubi.

**Innalzati sopra il cielo, o Dio, \* su tutta la terra la tua gloria.**

Gloria al Padre e al Figlio \* ...

1<sup>^</sup> Antifona: Svegliatevi, arpa e cetra, voglio svegliare l'aurora.

2<sup>^</sup> Antifona: Il tuo popolo, Signore, abbonda dei tuoi beni.

CANTICO Ascoltate popoli, la parola del Signore, \* annunziatele alle isole lontane  
e dite: «Chi ha disperso Israele lo raduna \* e lo custodisce come un pastore il suo gregge»,

**perché il Signore ha redento Giacobbe, \* lo ha riscattato dalle mani del più forte di lui.**

Verranno e canteranno inni sull'altura di Sion, \* affluiranno verso i beni del Signore,  
verso il grano, il mosto e l'olio, \* verso i nati dei greggi e degli armenti.

**Essi saranno come un giardino irrigato, \* non languiranno mai.**

**Allora si allieterà la vergine alla danza; \* i giovani e i vecchi gioiranno.**

Io cambierò il loro lutto in gioia, \* li consolerò e li renderò felici, senza afflizioni.

Sazierò di delizie l'anima dei sacerdoti \* e il mio popolo abonderà dei miei beni.

Gloria al Padre e al Figlio \* ...

**2^ Antifona: Il tuo popolo, Signore, abbonda dei tuoi beni.**

3^ Antifona: Grande è il Signore e degno di ogni lode nella città del nostro Dio. †

SALMO 47: † Il suo monte santo, altura stupenda, \* è la gioia di tutta la terra.

**Il monte Sion, dimora divina, \* è la città del grande Sovrano.**

**Dio nei suoi baluardi \* è apparso fortezza inespugnabile.**

Ecco, i re si sono alleati, \* sono avanzati insieme.

Essi hanno visto: \* attoniti e presi dal panico, sono fuggiti.

**Là sgomento li ha colti, \* doglie come di partoriente,**

**simile al vento orientale \* che squarcia le navi di Tarsis.**

Come avevamo udito, così abbiamo visto nella città del Signore degli eserciti, †  
nella città del nostro Dio; \* Dio l'ha fondata per sempre.

**Ricordiamo, Dio, la tua misericordia \* dentro il tuo tempio.**

Come il tuo nome, o Dio, † così la tua lode si estende

sino ai confini della terra; \* è piena di giustizia la tua destra.

**Gioisca il monte di Sion, † esultino le città di Giuda \* a motivo dei tuoi giudizi.**

**Circondate Sion, giratele intorno, \* contate le sue torri.**

Osservate i suoi baluardi, † passate in rassegna le sue fortezze, \*  
per narrare alla generazione futura:

**Questo è il Signore, nostro Dio † in eterno, sempre: \* egli è colui che ci guida.**

Gloria al Padre e al Figlio \* ...

**3^ Antifona: Grande è il Signore e degno di ogni lode nella città del nostro Dio.**

Lettura breve Rm 12, 1-2

Vi esorto, fratelli, per la misericordia di Dio, ad offrire i vostri corpi come sacrificio vivente, santo e gradito a Dio; è questo il vostro culto spirituale. Non conformatevi alla mentalità di questo secolo, ma trasformatevi rinnovando la vostra mente, per poter discernere la volontà di Dio, ciò che è buono, a lui gradito e perfetto.

Responsorio Breve

R. Dio la sostiene \* con la luce del suo volto.

**Dio la sostiene con la luce del suo volto.**

V. Non potrà vacillare: Dio è con lei

**con la luce del suo volto.**

Gloria al Padre e al Figlio e allo Spirito Santo.

**Dio la sostiene con la luce del suo volto.**

Antifona al Benedictus: Tu non disprezzi, o Dio, il pianto di una madre;  
tu ascolti la sua incessante preghiera.

#### CANTICO DI ZACCARIA

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 al Padre e al Figlio \* ...

Antifona al Benedictus: Tu non disprezzi, o Dio, il pianto di una madre;  
tu ascolti la sua incessante preghiera.

#### Intercessioni

Glorifichiamo il nostro Salvatore con tutti i santi e le sante del cielo, e supplichiamolo:

*Vieni, Signore Gesù.*

\* Signore Gesù, che hai perdonato molto alla donna peccatrice perché aveva molto amato,  
**- perdona i nostri debiti.**

\* Signore Gesù, che nei tuoi viaggi apostolici fosti seguito dalle sante donne e aiutato dal loro  
umile servizio,

**- concedi a noi di seguire la via della carità.**

\* Signore Gesù, ascoltato come maestro da Maria e servito da Marta,

**- rendici attenti alla tua parola e generosi nella carità.**

\* Signore Gesù, che chiami fratello, sorella e madre quanti compiono la tua volontà,

**- fa' che aderiamo sempre ai tuoi desideri nelle parole e nelle opere.**

Padre nostro ...

#### Orazione

O Dio, consolatore degli afflitti, che hai esaudito le pie lacrime di santa Monica con la conversione  
del figlio Agostino, per la loro comune preghiera, concedi a noi tuoi fedeli una viva contrizione  
dei nostri peccati, per gustare la dolcezza del tuo perdono. Per il nostro Signore.

#### Pensieri sulla speranza

## Insegnami l'arte dei piccoli passi (Antoine de Saint-Exupéry)

*Non ti chiedo né miracoli né visioni  
ma solo la forza necessaria per questo giorno!  
Rendimi attento e inventivo per scegliere  
al momento giusto  
le conoscenze ed esperienze  
che mi toccano particolarmente.  
Rendi più consapevoli le mie scelte  
nell'uso del mio tempo.  
Donami di capire ciò che è essenziale  
e ciò che è soltanto secondario.  
Io ti chiedo la forza, l'autocontrollo e la misura:  
che non mi lasci, semplicemente,  
portare dalla vita  
ma organizzzi con sapienza  
lo svolgimento della giornata.  
Aiutami a far fronte,  
il meglio possibile,  
all'immediato  
e a riconoscere l'ora presente  
come la più importante.  
Dammi di riconoscere  
con lucidità  
che le difficoltà e i fallimenti  
che accompagnano la vita  
sono occasione di crescita e maturazione.  
Fa' di me un uomo capace di raggiungere  
coloro che hanno perso la speranza.  
E dammi non quello che io desidero  
ma solo ciò di cui ho davvero bisogno.  
Signore, insegnami l'arte dei piccoli passi.*

## Speranza

*Ti saluto, Speranza, tu che vieni da lontano  
inonda col tuo canto i tristi cuori.  
Tu che dai nuove ali ai sogni vecchi.  
Tu che riempi l'anima di bianche illusioni.  
Ti saluto, Speranza, forgerai i sogni  
in quelle deserte, disilluse vite  
in cui fuggì la possibilità di un futuro sorridente,  
ed in quelle che sanguinano le recenti ferite.  
Al tuo soffio divino fuggiranno i dolori  
quale timido stormo sprovvisto di nido,*

*ed un'aurora radiante coi suoi bei colori  
annuncerà alle anime che l'amore è venuto.*

*"La fede è fondamento delle cose che si sperano e prova di quelle che non si vedono."*

San Paolo

## **Giovedì 27 Agosto – Preghiera di metà giornata**

### **Preghiera di metà giornata: Angelus**

*Preghiamo l'angelus con la stessa modalità in cui la Domenica viene formulato in piazza S. Pietro e trasmesso dalla televisione, sotto vi è la traduzione in italiano, per comprendere meglio quanto andiamo dicendo:*

*Ÿ. Angelus Domini nuntiavit Mariæ,*

***Ŕ. Et concepit de Spiritu Sancto.***

*Ave, Maria, gratia plena, Dominus tecum: benedicta tu in mulieribus et benedictus fructus ventris tui, Iesus. Sancta Maria, Mater Dei, ora pro nobis peccatoribus nunc et in hora mortis nostrae. Amen.*

*Ÿ. "Ecce Ancilla Domini."*

***Ŕ. "Fiat mihi secundum Verbum tuum."***

*Ave, Maria...*

*Sancta Maria, ...*

*Ÿ. Et Verbum caro factum est.*

***Ŕ. Et habitavit in nobis.***

*Ave, Maria...*

*Sancta Maria, ...*

*Ÿ. Ora pro nobis, sancta Dei Genitrix.*

***Ŕ. Ut digni efficiamur promissionibus Christi.***

*Ÿ. Oremus. Gratiam tuam quæsumus, Domine, mentibus nostris infunde; ut qui, angelo nuntiante, Christi Filii tui Incarnationem cognovimus, per passionem eius et crucem, ad resurrectionis gloriam perducamur. Per eundem Christum Dominum nostrum. Amen.*

*Gloria Patri, et Filio, et Spiritui Sancto.*

***Sicut erat in principio, et nunc, et semper, et in saecula saeculorum. Amen.***

*Gloria Patri...*

***Sicut erat ...***

*Gloria Patri...*

***Sicut erat ...***

*Pro fidelibus defunctis:*

*Rèquiem aetèrnam dona eis, Domine,*

***et lux perpètua lùceat eis. Requiéscant in pace. Amen.***

*Ÿ L'Angelo del Signore portò l'annuncio a Maria*

***Ŕ Ed ella concepì per opera dello Spirito Santo.***

*Ave, 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.**

Ÿ "Eccomi, sono la serva del Signore."

**℞ "Si compia in me la tua parola."**

Ave, Maria, piena di grazia, ...

**Santa Maria, Madre di Dio, ...**

Ÿ E il Verbo si fece carne.

**℞ E venne ad abitare in mezzo a noi.**

Ave, Maria, piena di grazia, ...

**Santa Maria, Madre di Dio, ...**

Ÿ Prega per noi, santa Madre di Dio.

**℞ Perché siamo resi degni delle promesse di Cristo.**

Ÿ Preghiamo. Infondi nel nostro spirito la tua grazia, o Padre; tu, che nell'annuncio dell'angelo ci hai rivelato l'incarnazione del tuo Figlio, per la sua passione e la sua croce guidaci alla gloria della risurrezione. Per Cristo nostro Signore.

**℞ Amen.**

Ÿ Gloria al Padre e al Figlio e allo Spirito Santo

**℞ com'era nel principio e ora e sempre nei secoli dei secoli.**

Ÿ Gloria al Padre ...

**℞ com'era nel principio ...**

Ÿ Gloria al Padre ...

**℞ com'era nel principio ...**

Per i fedeli defunti: L'eterno riposo...

## **Giovedì 27 Agosto – Lettura spirituale**

### **Lettura spirituale:**

Dai «Discorsi» di Paolo VI, Papa (Manila, 29 novembre 1970)

*«Guai a me se non predicassi il Vangelo!» (1 Cor 9, 16). Io sono mandato da lui, da Cristo stesso per questo. Io sono apostolo, io sono testimone. Quanto più è lontana la meta, quanto più difficile è la mia missione, tanto più urgente è l'amore che a ciò mi spinge. Io devo confessare il suo nome: Gesù è il Cristo, Figlio di Dio vivo (cfr. Mt 16, 16). Egli è il rivelatore di Dio invisibile, è il primogenito d'ogni creatura (cfr. Col 1, 15). E' il fondamento d'ogni cosa (cfr. Col 1, 12). Egli è il Maestro dell'umanità, e il Redentore. Egli è nato, è morto, è risorto per noi. Egli è il centro della storia e del mondo. Egli è colui che ci conosce e che ci ama. Egli è il compagno e l'amico della nostra vita. Egli è l'uomo del dolore e della speranza. E' colui che deve venire e che deve un giorno essere il nostro giudice e, come noi speriamo, la pienezza eterna della nostra esistenza, la nostra felicità. Io non finirei più di parlare di lui. Egli è la luce, è la verità, anzi egli è «la via, la verità, la vita» (Gv 14, 6). Egli è il pane, la fonte d'acqua viva per la nostra fame e per la nostra sete, egli è il pastore, la nostra guida, il nostro esempio, il nostro conforto, il nostro fratello. Come noi, e più di noi, egli è stato piccolo, povero, umiliato, lavoratore e paziente nella sofferenza. Per noi egli ha parlato, ha compiuto miracoli, ha fondato un regno nuovo, dove i poveri sono beati, dove la pace è principio di convivenza, dove i puri di cuore e i piangenti sono esaltati e consolati, dove quelli che aspirano alla giustizia sono rivendicati, dove i peccatori possono essere perdonati, dove tutti sono fratelli. Gesù Cristo: voi ne avete sentito parlare,*

*anzi voi, la maggior parte certamente, siete già suoi, siete cristiani. Ebbene, a voi cristiani io ripeto il suo nome, a tutti io lo annunzio: Gesù Cristo è il principio e la fine; l'alfa e l'omega. Egli è il re del nuovo mondo. Egli è il segreto della storia. Egli è la chiave dei nostri destini. Egli è il mediatore, il ponte fra la terra e il cielo; egli è per antonomasia il Figlio dell'uomo, perché egli è il Figlio di Dio, eterno, infinito; è il Figlio di Maria, la benedetta fra tutte le donne, sua madre nella carne, madre nostra nella partecipazione allo Spirito del Corpo mistico. Gesù Cristo! Ricordate: questo è il nostro perenne annunzio, è la voce che noi facciamo risuonare per tutta la terra, e per tutti i secoli dei secoli.*