



Comunità Pastorale San Vincenzo

San Paolo - San Teodoro - San Michele - San Carlo - San Leonardo



Le tre tentazioni di Gesù - Botticelli" (particolare)

"LA FRAGILITÀ E I MOMENTI DI PROVA NELLA VITA DI GESÙ"



ESERCIZI SPIRITUALI

22 - 26 febbraio 2021

“LA FRAGILITA’ E I MOMENTI DI PROVA NELLA VITA DI GESU’

Nella esperienza ignaziana fondamentale è il tema della fragilità nei suoi vari aspetti umani e spirituali. Esso viene proposto utilizzando come filo conduttore gli episodi della vita di Gesù in cui si trova a vivere questa situazione. Un tema classico, ma che ci dice molto in questo tempo che stiamo vivendo.

Dopo la presentazione del brano della Sacra Scrittura, e a partire da quello, ogni sera aggiungeremo alcune istruzioni sul modo di pregare secondo lo stile della spiritualità ignaziana.

Esercizi spirituali

22 / 26 FEBBRAIO 2021

FRATEL ANDREA MARELLI

Seminarista nella Compagnia di Gesù

Andrea, nell'ordine dei Gesuiti, ci offrirà momenti di riflessione.

Se qualcuno volesse condividere pensieri, oppure ha delle domande o desidera dei chiarimenti, Andrea sarà disponibile a ricevere i nostri interventi alla sua mail marelli.a@gesuiti.it.

GESÙ E LA TENTAZIONE

Canto d'inizio

L'ARCO DEI FORTI

L'arco dei forti s'è spezzato,
gli umili si vestono della tua forza.
Grande è il nostro Dio!

**Non potrò tacere, mio Signore,
i benefici del tuo amore.**

Dio solleva il misero dal fango,
libera il povero dall'ingiustizia.
Grande è il nostro Dio!

Dio tiene i cardini del mondo,
veglia sui giusti, guida i loro passi.
Grande è il nostro Dio.

Inno allo Spirito Santo

Vieni o Spirito Creatore,
visita le nostre menti,
riempi della tua grazia i cuori che hai creato.

O dolce Consolatore,
dono del Padre altissimo,
acqua viva, fuoco, amore, santo crisma dell'anima.

Dito della mano di Dio,
promesso dal Salvatore,
irradia i tuoi sette doni, suscita in noi la parola.

Sii luce all'intelletto, fiamma ardente nel cuore;
sana le nostre ferite col balsamo del tuo amore.

Difendici dal nemico, reca in dono la pace,
la tua guida invincibile ci preservi dal male.

Luce d'eterna sapienza, svelaci il grande mistero
di Dio Padre e del Figlio uniti in un solo Amore.

Amen.

Sac.: Preghiamo

Dio nostro Padre, manda su di noi il tuo Spirito Santo perché spenga il rumore delle nostre parole, faccia regnare il silenzio dell'ascolto e accompagni la tua Parola dai nostri orecchi fino al nostro cuore: così incontreremo Gesù Cristo e conosceremo il suo amore. Egli vive e regna ora e nei secoli dei secoli.

Amen.

dal vangelo di Matteo

3,16 - 4,11

3¹⁶ Appena battezzato, Gesù uscì dall'acqua: ed ecco, si aprirono per lui i cieli ed egli vide lo Spirito di Dio discendere come una colomba e venire sopra di lui. ¹⁷Ed ecco una voce dal cielo che diceva: «Questi è il Figlio mio, l'amato: in lui ho posto il mio compiacimento».

4¹ Allora Gesù fu condotto dallo Spirito nel deserto, per essere tentato dal diavolo. ²Dopo aver digiunato quaranta giorni e quaranta notti, alla fine ebbe fame. ³Il tentatore gli si avvicinò e gli disse: «Se tu sei Figlio di Dio, di' che queste pietre diventino pane». ⁴Ma egli rispose: «Sta scritto:

*Non di solo pane vivrà l'uomo,
ma di ogni parola che esce dalla bocca di Dio».*

⁵Allora il diavolo lo portò nella città santa, lo pose sul punto più alto del tempio ⁶e gli disse: «Se tu sei Figlio di Dio, gettati giù; sta scritto infatti:

(Continua a pagina 6)

*Ai suoi angeli darà ordini a tuo riguardo
ed essi ti porteranno sulle loro mani
perché il tuo piede non inciampi in una pietra».*

⁷Gesù gli rispose: «Sta scritto anche:

Non metterai alla prova il Signore Dio tuo».

⁸Di nuovo il diavolo lo portò sopra un monte altissimo e gli mostrò tutti i regni del mondo e la loro gloria ⁹e gli disse: «Tutte queste cose io ti darò se, gettandoti ai miei piedi, mi adorerai». ¹⁰Allora Gesù gli rispose: «Vattene, Satana! Sta scritto infatti:

*Il Signore, Dio tuo, adorerai:
a lui solo renderai culto».*

¹¹Allora il diavolo lo lasciò, ed ecco, degli angeli gli si avvicinarono e lo servivano.

RIFLESSIONE BREVE PAUSA DI SILENZIO MEDITATIVO CANTO

CREDO IN TE

1. Credo in te, Signore, credo nel tuo amore,
nella tua forza, che sostiene il mondo.
Credo nel tuo sorriso, che fa splendere il cielo
e nel tuo canto, che mi dà gioia.
2. Credo in te, Signore, credo nella tua pace,
nella tua vita, che fa bella la terra.
Nella tua luce che rischiarla la notte,
sicura guida nel mio cammino.
3. Credo in te, Signore, credo che tu mi ami,
che mi sostieni, che mi doni il perdono,
che tu mi guidi per le strade del mondo
che mi darai la tua vita.

RIMANERE NELLA PAROLA

Recitiamo a cori alterni (coro 1 gli uomini e coro 2 le donne) il salmo

Salmo 40

² Ho sperato, ho sperato nel Signore,
ed egli su di me si è chinato,
ha dato ascolto al mio grido.

³ Mi ha tratto da un pozzo di acque tumultuose,
dal fango della palude;
ha stabilito i miei piedi sulla roccia,
ha reso sicuri i miei passi.

⁴ Mi ha messo sulla bocca un canto nuovo,
una lode al nostro Dio.
Molti vedranno e avranno timore
e confideranno nel Signore.

⁵ Beato l'uomo che ha posto la sua fiducia nel Signore
e non si volge verso chi segue gli idoli
né verso chi segue la menzogna.

⁶ Quante meraviglie hai fatto,
tu, Signore, mio Dio,
quanti progetti in nostro favore:
nessuno a te si può paragonare!

Se li voglio annunciare e proclamare,
sono troppi per essere contati.

⁷ Sacrificio e offerta non gradisci,
gli orecchi mi hai aperto,
non hai chiesto olocausto né sacrificio per il peccato.

⁸ Allora ho detto: «Ecco, io vengo.
Nel rotolo del libro su di me è scritto

⁹ di fare la tua volontà,
mio Dio, questo io desidero;
la tua legge è nel mio intimo».

-
- ¹⁰ Ho annunciato la tua giustizia nella grande assemblea;
vedi: non tengo chiuse le labbra, Signore, tu lo sai.
- ¹¹ Non ho nascosto la tua giustizia dentro il mio cuore,
la tua verità e la tua salvezza ho proclamato.
Non ho celato il tuo amore
e la tua fedeltà alla grande assemblea.
- ¹² Non rifiutarmi, Signore, la tua misericordia;
il tuo amore e la tua fedeltà mi proteggano sempre,
- ¹³ perché mi circondano mali senza numero,
le mie colpe mi opprimono e non riesco più a vedere:
sono più dei capelli del mio capo,
il mio cuore viene meno.
- ¹⁴ Dégnati, Signore, di liberarmi;
Signore, vieni presto in mio aiuto.
- ¹⁵ Siano svergognati e confusi
quanti cercano di togliermi la vita.
Retrocedano, coperti d'infamia,
quanti godono della mia rovina.
- ¹⁶ Se ne tornino indietro pieni di vergogna
quelli che mi dicono: «Ti sta bene!».
- ¹⁷ Esultino e gioiscano in te
quelli che ti cercano;
dicano sempre: «Il Signore è grande!»
quelli che amano la tua salvezza.
- ¹⁸ Ma io sono povero e bisognoso:
di me ha cura il Signore.
Tu sei mio aiuto e mio liberatore:
mio Dio, non tardare.

Padre Nostro ...

Orazione

Signore Gesù Cristo, che hai voluto condividere la nostra vita e, ritornato al Padre, hai aperto agli uomini l'eterna dimora, fa' che, camminando senza colpa sul sentiero dei tuoi precetti, veniamo ad abitare per sempre sul tuo monte santo. Tu che sei Dio, e vivi e regni con il Padre, nell'unità dello Spirito santo, per tutti i secoli dei secoli.

Canto finale:

SIGNORE, NOSTRA FORZA

1. E' la voce del mondo, come gemito lieve,
che ripete da sempre il suo inno alla pace.
E' la voce dell'uomo, tra fatiche e silenzi,
che ricerca un rifugio in sentieri lontani.

Ma un giorno di memoria e stupore
la Parola è presente, si fa corpo di Figlio.
Nessuno lo credeva davvero ed invece, per tutti,
un annuncio di amore.

***Rit. Signore, nostra forza sapienza d'ogni tempo,
illumina la strada, ricolmaci di gioia.
Signore, nostra forza, fratello d'ogni istante,
salvezza offerta all'uomo: insegnaci ad amare.***

2. E' lo Spirito vivo all'inizio dei tempi,
che diffuse la luce sulle terre infinite.
E' l'amore di Padre, nella storia più antica,
che divenne promessa sconfiggendo il peccato.

Quel gesto, indicibile dono d'immolarsi per tutti,
di donare la vita, quel gesto ci accompagna
per sempre, è sorgente perenne
di speranza e di amore.

GESÙ E IL RIFIUTO

Canto:

PADRE, PERDONA

Rit. Signore, ascolta:

Padre, perdona!

Fa' che vediamo il tuo amore.

1. A te guardiamo, Redentore nostro,
da te speriamo gioia di salvezza:
fa' che troviamo grazia di perdono.
2. Ti confessiamo ogni nostra colpa,
riconosciamo ogni nostro errore
e ti preghiamo: dona il tuo perdono.
3. O buon Pastore, tu che dai la vita,
Parola certa, Roccia che non muta,
perdona ancora, con pietà infinita.

Pregiera allo Spirito Santo di Paolo VI

Vieni, o Spirito Santo
e donami un cuore puro,
pronto ad amare Cristo Signore
con la pienezza, la profondità e la gioia
che tu solo sai infondere.

Donami un cuore puro,
come quello di un fanciullo
che non conosce il male
se non per combatterla e fuggirlo.
Vieni, o Spirito Santo
e donami un cuore grande,

aperto alla tua parola ispiratrice
e chiuso ad ogni meschina ambizione.

Donami un cuore grande e forte
capace di amare tutti,
deciso a sostenere per loro
ogni prova, noia e stanchezza,
ogni delusione e offesa.
Donami un cuore grande,
forte e costante fino al sacrificio,
felice solo di palpitare con il cuore di Cristo
e di compiere umilmente, fedelmente
e coraggiosamente la volontà di Dio. Amen.

Sac.: Preghiamo

Padre nostro eccoci in ascolto della tua Parola viva ed efficace: essa penetri in noi come spada a doppio taglio e nella forza del tuo Spirito Santo ci chiami a conversione, trasformi le nostre vite e faccia di noi dei discepoli di Gesù Cristo tuo Figlio, colui che è la tua Parola fatta carne, il tuo volto e la tua immagine, la tua narrazione agli uomini. Sii benedetto ora e nei secoli dei secoli.

Amen.

dal Vangelo di Marco

3,20-35

²⁰Entrò in una casa e di nuovo si radunò una folla, tanto che non potevano neppure mangiare. ²¹Allora i suoi, sentito questo, uscirono per andare a prenderlo; dicevano infatti: «È fuori di sé».

²²Gli scribi, che erano scesi da Gerusalemme, dicevano: «Costui è posseduto da Beelzebùl e scaccia i demòni per mezzo del capo dei demòni». ²³Ma egli li chiamò e con parabole diceva loro: «Come può Satana scacciare Satana? ²⁴Se un regno è diviso in se stesso, quel

(Continua a pagina 12)

regno non potrà restare in piedi; ²⁵se una casa è divisa in se stessa, quella casa non potrà restare in piedi. ²⁶Anche Satana, se si ribella contro se stesso ed è diviso, non può restare in piedi, ma è finito. ²⁷Nessuno può entrare nella casa di un uomo forte e rapire i suoi beni, se prima non lo lega. Soltanto allora potrà saccheggiargli la casa. ²⁸In verità io vi dico: tutto sarà perdonato ai figli degli uomini, i peccati e anche tutte le bestemmie che diranno; ²⁹ma chi avrà bestemmiato contro lo Spirito Santo non sarà perdonato in eterno: è reo di colpa eterna». ³⁰Poiché dicevano: «È posseduto da uno spirito impuro».

³¹Giunsero sua madre e i suoi fratelli e, stando fuori, mandarono a chiamarlo. ³²Attorno a lui era seduta una folla, e gli dissero: «Ecco, tua madre, i tuoi fratelli e le tue sorelle stanno fuori e ti cercano». ³³Ma egli rispose loro: «Chi è mia madre e chi sono i miei fratelli?». ³⁴Girando lo sguardo su quelli che erano seduti attorno a lui, disse: «Ecco mia madre e i miei fratelli! ³⁵Perché chi fa la volontà di Dio, costui per me è fratello, sorella e madre».

RIFLESSIONE
BREVE PAUSA DI SILENZIO MEDITATIVO
CANTO

IL SIGNORE È LA MIA SALVEZZA

*Rit. Il Signore è la mia salvezza
e con lui non temo più
perché ho nel cuore la certezza,
la salvezza è qui con me.*

1. Ti lodo, Signore, perché
un giorno eri lontano da me,
ora invece sei tornato
e mi hai preso con te.
2. Fate conoscere ai popoli
tutto quello che lui ha compiuto,
e ricordino per sempre,
ricordino sempre
che il suo nome è grande.

RIMANERE NELLA PAROLA

Recitiamo a cori alterni (coro 1 gli uomini e coro 2 le donne) il salmo

Salmo 55

² *Porgi l'orecchio, Dio, alla mia preghiera,
non nasconderti di fronte alla mia supplica.*

³ *Dammi ascolto e rispondimi;
mi agito ansioso e sono sconvolto*

⁴ *dalle grida del nemico, dall'oppressione del malvagio.*

*Mi rovesciano addosso cattiveria
e con ira mi aggrediscono.*

⁵ *Dentro di me si stringe il mio cuore,
piombano su di me terrori di morte.*

⁶ *Mi invadono timore e tremore
e mi ricopre lo sgomento.*

⁷ *Dico: «Chi mi darà ali come di colomba
per volare e trovare riposo?»*

⁸ *Ecco, errando, fuggirei lontano,
abiterei nel deserto.*

⁹ *In fretta raggiungerei un riparo
dalla furia del vento, dalla bufera».*

¹⁰ *Disperdili, Signore, confondi le loro lingue.
Ho visto nella città violenza e discordia:*

¹¹ *giorno e notte fanno la ronda sulle sue mura;
in mezzo ad essa cattiveria e dolore,*

¹² *in mezzo ad essa insidia,
e non cessano nelle sue piazze sopruso e inganno.*

¹³ *Se mi avesse insultato un nemico,
l'avrei sopportato;
se fosse insorto contro di me un avversario,
da lui mi sarei nascosto.*

-
- 14 Ma tu, mio compagno,
mio intimo amico,
15 legato a me da dolce confidenza!
Camminavamo concordi verso la casa di Dio.
- 16 Li sorprenda improvvisa la morte,
scendano vivi negli inferi,
perché il male è nelle loro case e nel loro cuore.
- 17 Io invoco Dio
e il Signore mi salva.
- 18 Di sera, al mattino, a mezzogiorno
vivo nell'ansia e sospiro,
ma egli ascolta la mia voce;
19 in pace riscatta la mia vita
da quelli che mi combattono:
sono tanti i miei avversari.
- 20 Dio ascolterà e li umilierà,
egli che domina da sempre;
essi non cambiano e non temono Dio.
- 21 Ognuno ha steso la mano contro i suoi amici,
violando i suoi patti.
- 22 Più untuosa del burro è la sua bocca,
ma nel cuore ha la guerra;
più fluide dell'olio le sue parole,
ma sono pugnali sguainati.
- 23 Affidati al Signore il tuo peso
ed egli ti sosterrà,
mai permetterà che il giusto vacilli.
- 24 Tu, o Dio, li sprofonderai nella fossa profonda,
questi uomini sanguinari e fraudolenti:
essi non giungeranno alla metà dei loro giorni.
Ma io, Signore, in te confido.

Padre Nostro

Orazione

O Dio, che hai posto sul capo dell'unico tuo Figlio la splendida corona della regalità universale, soccorri la tua Chiesa con la soavità delle tue benedizioni; così, superato ogni avverso potere, dalla bellezza del tuo volto essa sarà colmata di gioia. Per Cristo nostro Signore.

Benedizione

Canto finale

TU MI GUARDI DALLA CROCE

Tu mi guardi dalla croce
Questa sera mio Signor,
Ed intanto la Tua voce
Mi sussurra: ``Dammi il cuor!``

Questo cuore sempre ingrato
Oh, comprenda il Tuo dolor,
E dal sonno del peccato
Lo risvegli, alfin, l'Amor!

Madre afflitta, tristi giorni
Ho trascorso nell'error;
Madre buona, fa' ch'io torni
Lacrimando, al Salvator!

GESÙ E LA VERA FELICITÀ

Canto

NEL SIGNORE ESULTATE

Rit: nel signore esultate, o santi, Benedetti nel regno del padre

1 La parola di Dio è santa
e fedele in ogni sua opera,
egli ama giustizia e diritto,
la sua grazie riempì la terra.

2 La parola sua riempie i cieli
il suo spirito adorna il creato
come in vaso raccoglie i mari
come in scrigno racchiude gli abissi.

3 Beato il popolo cui egli è Dio
la nazione che è sua erede,
guarda Dio dal cielo gli uomini
dalla sua dimora li scruta.

Preghiera allo Spirito Santo di Sant'Agostino

Vieni in me, Spirito Santo,
Spirito di sapienza: donami lo sguardo e l'udito interiore,
perché non mi attacchi alle cose materiali
ma ricerchi sempre le realtà spirituali.

Vieni in me, Spirito Santo,
Spirito dell'amore: riversa sempre più la carità nel mio cuore.

Vieni in me, Spirito Santo,
Spirito di verità: concedimi di pervenire
alla conoscenza della verità
in tutta la sua pienezza.

Vieni in me, Spirito Santo,
acqua viva che zampilla per la vita eterna:
fammi la grazia di giungere
a contemplare il volto del Padre
nella vita e nella gioia senza fine. Amen.

Sac.: Preghiamo

Signore, fa tacere in noi ogni altra voce che non sia la tua affinché non troviamo condanna nella tua parola letta ma non accolta, meditata ma non amata, pregata ma non custodita, contemplata ma non realizzata. Manda il tuo Spirito Santo ad aprire le nostre menti e a guarire i nostri cuori, solo così il nostro incontro con la tua parola sarà rinnovamento dell'alleanza e comunione con Te e il Figlio e lo Spirito Santo Dio benedetto nei secoli dei secoli.

Amen.

dal vangelo di Luca

6,20-26

²⁰*Ed egli, alzati gli occhi verso i suoi discepoli, diceva:*

*«Beati voi, poveri,
perché vostro è il regno di Dio.*

²¹*Beati voi, che ora avete fame,
perché sarete saziati.
Beati voi, che ora piangete,
perché riderete.*

²²*Beati voi, quando gli uomini vi odieranno e quando vi metteranno al bando e vi insulteranno e disprezzeranno il vostro nome come infame, a causa del Figlio dell'uomo.* ²³*Rallegratevi in quel giorno ed esultate perché, ecco, la vostra ricompensa è grande nel cielo. Allo stesso modo infatti agivano i loro padri con i profeti.*

²⁴*Ma guai a voi, ricchi,
perché avete già ricevuto la vostra consolazione.*

²⁵*Guai a voi, che ora siete sazi,
perché avrete fame.*

*Guai a voi, che ora ridete,
perché sarete nel dolore e piangerete.*

²⁶*Guai, quando tutti gli uomini diranno bene di voi. Allo stesso modo infatti agivano i loro padri con i falsi profeti.*

RIFLESSIONE
BREVE PAUSA DI SILENZIO MEDITATIVO
CANTO

BENEDIRO' IL SIGNORE

**rit. Benedirò il Signore in ogni tempo,
sempre avrò sul labbro la sua lode.**

1 Il Signore con me magnificate,
esaltiamo insieme il suo nome.

2 Gustate quanto è buono il signore
e com'è felice chi lo invoca.

RIMANERE NELLA PAROLA

Recitiamo a cori alterni (coro 1 gli uomini e coro 2 le donne) il salmo

Salmo 33

¹ Esultate, o giusti, nel Signore;
per gli uomini retti è bella la lode.

² Lodate il Signore con la cetra,
con l'arpa a dieci corde a lui cantate.

³ Cantate al Signore un canto nuovo,
con arte suonate la cetra e acclamate,

⁴ perché retta è la parola del Signore
e fedele ogni sua opera.

⁵ Egli ama la giustizia e il diritto;
dell'amore del Signore è piena la terra.

⁶ Dalla parola del Signore furono fatti i cieli,
dal soffio della sua bocca ogni loro schiera.

⁷ Come in un otre raccoglie le acque del mare,
chiude in riserve gli abissi.

⁸ Tema il Signore tutta la terra,
tremino davanti a lui gli abitanti del mondo,

⁹ perché egli parlò e tutto fu creato,
comandò e tutto fu compiuto.

¹⁰ Il Signore annulla i disegni delle nazioni,
rende vani i progetti dei popoli.

¹¹ Ma il disegno del Signore sussiste per sempre,
i progetti del suo cuore per tutte le generazioni.

¹² Beata la nazione che ha il Signore come Dio,
il popolo che egli ha scelto come sua eredità.

¹³ Il Signore guarda dal cielo:
egli vede tutti gli uomini;

¹⁴ dal trono dove siede
scruta tutti gli abitanti della terra,

¹⁵ lui, che di ognuno ha plasmato il cuore
e ne comprende tutte le opere.

¹⁶ Il re non si salva per un grande esercito
né un prode scampa per il suo grande vigore.

¹⁷ Un'illusione è il cavallo per la vittoria,
e neppure un grande esercito può dare salvezza.

¹⁸ Ecco, l'occhio del Signore è su chi lo teme,
su chi spera nel suo amore,

¹⁹ per liberarlo dalla morte
e nutrirlo in tempo di fame.

²⁰ L'anima nostra attende il Signore:
egli è nostro aiuto e nostro scudo.

²¹ È in lui che gioisce il nostro cuore,
nel suo santo nome noi confidiamo.

²² Su di noi sia il tuo amore, Signore,
come da te noi speriamo.

Padre Nostro

Orazione

O Signore Gesù, Figlio dell'uomo,
tu che non avevi dove posare il capo sei la nostra dimora per l'eternità.
Solo in te l'anima nostra trova riposo e forza.
Fa' che in questo mondo inospitale
siano tanti a trovare ristoro e accoglienza nella tua dimora.

Benedizione

Canto finale

BEATI QUELLI CHE POVERI SONO

Beati quelli che poveri sono, beati quanti sono puri di cuore ,
beati quelli che vivono in pena nell'attesa di un nuovo mattino .

**Rit. Saran beati, vi dico beati, perché di essi è il Regno dei cieli.
Saran beati, vi dico beati, perché di essi è il Regno dei cieli .**

Beati quelli che fanno la pace , beati quelli che insegnano amore ,
beati quelli che hanno la fame e la sete di vera giustizia .

**Rit. Saran beati, vi dico beati, perché di essi è il Regno dei cieli.
Saran beati, vi dico beati, perché di essi è il Regno dei cieli .**

Beati quelli che un giorno saranno perseguitati per causa di Cristo ,
perché nel cuore non hanno violenza , ma la forza di questo Vangelo .

**Rit. Saran beati, vi dico beati, perché di essi è il Regno dei cieli.
Saran beati, vi dico beati, perché di essi è il Regno dei cieli .**

Giovedì

GESÙ E L'ANGOSCIA

Canto

VIENI SPIRITO

Invochiamo la tua presenza vieni Signor.
Invochiamo la tua presenza scendi su di noi.
Vieni Consolatore e dona pace e umiltà.
Acqua viva d'amore questo cuore apriamo a Te.

Vieni Spirito, vieni Spirito, scendi su di noi!
Vieni Spirito, vieni Spirito, scendi su di noi!
Vieni su noi Maranathà, vieni su noi Spirito!
Vieni Spirito, vieni Spirito, scendi su di noi!
Vieni Spirito, vieni Spirito, scendi su di noi,
scendi su di noi.

Invochiamo la tua presenza, vieni Signor,
invochiamo la tua presenza scendi su di noi.
Vieni luce dei cuori dona forza e fedeltà.
Fuoco eterno d'amore questa vita offriamo a te.

Vieni Spirito...

Preghiera allo Spirito Santo di Santa Teresa D'Avila

O Spirito Santo,
sei tu che unisci la mia anima a Dio:
muovila con ardenti desideri
e accendila con il fuoco
del tuo amore.
Quanto sei buono con me,
o Spirito Santo di Dio:
sii per sempre lodato e benedetto
per il grande amore che effondi su di me!

Dio mio e mio Creatore
è mai possibile che vi sia
qualcuno che non ti ami?
Per tanto tempo non ti ho amato!
Perdonami, Signore.
O Spirito Santo,
concedi all'anima mia
di essere tutta di Dio e di servirlo
senza alcun interesse personale,
ma solo perché è Padre mio e mi ama.
Mio Dio e mio tutto,
c'è forse qualche altra cosa
che io possa desiderare?
Tu solo mi basti.
Amen.

Sac.: Preghiamo

Dio nostro, Padre della luce, tu hai inviato nel mondo la tua Parola attraverso la Legge, i Profeti e i Salmi, e negli ultimi tempi hai voluto che lo stesso tuo Figlio, tua Parola eterna, facesse conoscere a noi te, unico vero Dio: manda ora su di noi lo Spirito Santo, affinché ci dia un cuore capace di ascolto, tolga il velo ai nostri occhi e ci conduca a tutta la Verità. Te lo chiediamo per Cristo, il Signore nostro, benedetto ora e nei secoli dei secoli.

Amen.

dal vangelo di Matteo

26,36-46

³⁶Allora Gesù andò con loro in un podere, chiamato Getsèmani, e disse ai discepoli: «Sedetevi qui, mentre io vado là a pregare». ³⁷E, presi con sé Pietro e i due figli di Zebedeo, cominciò a provare tristezza e angoscia. ³⁸E disse loro: «*La mia anima è triste* fino alla morte; restate qui e vegliate con me». ³⁹Andò un poco più avanti,

(Continua a pagina 23)

cadde faccia a terra e pregava, dicendo: «Padre mio, se è possibile, passi via da me questo calice! Però non come voglio io, ma come vuoi tu!». ⁴⁰Poi venne dai discepoli e li trovò addormentati. E disse a Pietro: «Così, non siete stati capaci di vegliare con me una sola ora? ⁴¹Vegliate e pregate, per non entrare in tentazione. Lo spirito è pronto, ma la carne è debole». ⁴²Si allontanò una seconda volta e pregò dicendo: «Padre mio, se questo calice non può passare via senza che io lo beva, si compia la tua volontà». ⁴³Poi venne e li trovò di nuovo addormentati, perché i loro occhi si erano fatti pesanti. ⁴⁴Li lasciò, si allontanò di nuovo e pregò per la terza volta, ripetendo le stesse parole. ⁴⁵Poi si avvicinò ai discepoli e disse loro: «Dormite pure e riposatevi! Ecco, l'ora è vicina e il Figlio dell'uomo viene consegnato in mano ai peccatori. ⁴⁶Alzatevi, andiamo! Ecco, colui che mi tradisce è vicino».

RIFLESSIONE
BREVE PAUSA DI SILENZIO MEDITATIVO
CANTO

Come la pioggia e la neve scendono giù dal cielo
e non vi ritornano senza irrigare e far germogliare la terra,
così ogni mia parola non ritornerà a me
senza operare quanto desidero,
senza aver compiuto ciò per cui l'avevo mandata;
ogni mia parola, ogni mia parola.

RIMANERE NELLA PAROLA

Recitiamo a cori alterni (coro 1 gli uomini e coro 2 le donne) il salmo

Salmo 42

² Con la mia voce grido al Signore,
con la mia voce supplico il Signore;
³ davanti a lui sfogo il mio lamento,
davanti a lui espongo la mia angoscia,
⁴ mentre il mio spirito viene meno.

Tu conosci la mia via:
nel sentiero dove cammino
mi hanno teso un laccio.

⁵ Guarda a destra e vedi:
nessuno mi riconosce.
Non c'è per me via di scampo,
nessuno ha cura della mia vita.

⁶ Io grido a te, Signore!
Dico: «Sei tu il mio rifugio,
sei tu la mia eredità nella terra dei viventi».

⁷ Ascolta la mia supplica
perché sono così misero!
Liberami dai miei persecutori
perché sono più forti di me.

⁸ Fa' uscire dal carcere la mia vita,
perché io renda grazie al tuo nome;
i giusti mi faranno corona
quando tu mi avrai colmato di beni.

Padre Nostro ...

Orazione

Estendi, o Padre, a tutta la famiglia umana il regno di giustizia e di pace che hai preparato per Davide e per il Figlio di Davide Gesù Cristo, re e salvatore; così nel tuo Unigenito pace vera e dolcissima sarà donata agli uomini, i poveri troveranno giustizia, saranno consolati gli afflitti e tutte le tribù della terra saranno benedette in lui nostro Signore e nostro Dio, che vive e regna con te, nell'unità dello Spirito santo, per tutti i secoli dei secoli.

Benedizione

Canto finale

SERVO PER AMORE

Una notte di sudore sulla barca in mezzo al mare
e mentre il cielo si imbianca già tu guardi le tue reti vuote.
Ma la voce che ti chiama un altro mare ti mostrerà
e sulle rive di ogni cuore le tue reti getterai.

**Offri la vita tua come Maria ai piedi della Croce
e sarai servo di ogni uomo,
servo per amore, sacerdote dell'umanità.**

Avanzavi nel silenzio fra le lacrime e speravi
che il seme sparso davanti a te cadesse sulla buona terra.
Ora il cuore tuo è in festa perché il grano biondeggia ormai,
è maturato sotto il sole, puoi riporlo nei granai.

GESÙ SCEGLIE I FRAGILI

Canto

IL CANTO DELL'AMORE

Se dovrai attraversare il deserto / non temere io sarò con te
se dovrai camminare nel fuoco / la sua fiamma non ti brucerà
seguirai la mia luce nella notte / sentirai la mia forza nel cammino
io sono il tuo Dio, il Signore.

Sono io che ti ho fatto e plasmato / ti ho chiamato per nome
io da sempre ti ho conosciuto / e ti ho dato il mio amore
perché tu sei prezioso ai miei occhi / vali più del più grande dei tesori
io sarò con te / dovunque andrai.

Non pensare alle cose di ieri / cose nuove fioriscono già
aprìrò nel deserto sentieri / darò acqua nell'aridità
perché tu sei prezioso ai miei occhi / vali più del più grande dei tesori
io sarò con te dovunque andrai.

Perché tu sei prezioso ai miei occhi / vali più del più grande dei tesori
io sarò con te dovunque andrai.

Io ti sarò accanto sarò con te / per tutto il tuo viaggio sarò con te
io ti sarò accanto sarò con te / per tutto il tuo viaggio sarò con te.

Pregiera allo Spirito Santo di Giovanni Paolo II

Vieni, Spirito Santo,
vieni Spirito Consolatore,
vieni e consola il cuore di ogni uomo
che piange lacrime di disperazione.

Vieni, Spirito Santo,
vieni Spirito della luce,
vieni e libera il cuore di ogni uomo
dalle tenebre del peccato.

Vieni, Spirito Santo,
vieni Spirito di verità e di amore,
vieni e ricolma il cuore di ogni uomo
che senza amore e verità
non può vivere.

Vieni, Spirito Santo,
vieni, Spirito della vita e della gioia,
vieni e dona ad ogni uomo la piena comunione con te,
con il Padre e con il Figlio,
nella vita e nella gioia eterna,
per cui è stato creato e a cui è destinato.

Amen.

Sac.: Preghiamo

Dio nostro, che hai promesso di stabilire la tua dimora in quanti ascoltano la tua parola e la mettono in pratica, manda il tuo Spirito, perché richiami al nostro cuore tutto quello che Gesù ha fatto e insegnato, e ci renda capaci di amarci gli uni gli altri come lui ci ha amati. Per Cristo, nostro Signore.

Amen.

dagli Prima lettera di San Paolo ai Corinzi

1,18-31

¹⁸La parola della croce infatti è stoltezza per quelli che si perdono, ma per quelli che si salvano, ossia per noi, è potenza di Dio. ¹⁹Sta scritto infatti:

(Continua a pagina 28)

*Distruggerò la sapienza dei sapienti
e annullerò l'intelligenza degli intelligenti.*

²⁰Dov'è il sapiente? Dov'è il dotto? Dov'è il sottile ragioniere di questo mondo? Dio non ha forse dimostrato stolta la sapienza del mondo? ²¹Poiché infatti, nel disegno sapiente di Dio, il mondo, con tutta la sua sapienza, non ha conosciuto Dio, è piaciuto a Dio salvare i credenti con la stoltezza della predicazione. ²²Mentre i Giudei chiedono segni e i Greci cercano sapienza, ²³noi invece annunciamo Cristo crocifisso: scandalo per i Giudei e stoltezza per i pagani; ²⁴ma per coloro che sono chiamati, sia Giudei che Greci, Cristo è potenza di Dio e sapienza di Dio. ²⁵Infatti ciò che è stoltezza di Dio è più sapiente degli uomini, e ciò che è debolezza di Dio è più forte degli uomini.

²⁶Considerate infatti la vostra chiamata, fratelli: non ci sono fra voi molti sapienti dal punto di vista umano, né molti potenti, né molti nobili. ²⁷Ma quello che è stolto per il mondo, Dio lo ha scelto per confondere i sapienti; quello che è debole per il mondo, Dio lo ha scelto per confondere i forti; ²⁸quello che è ignobile e disprezzato per il mondo, quello che è nulla, Dio lo ha scelto per ridurre al nulla le cose che sono, ²⁹perché nessuno possa vantarsi di fronte a Dio. ³⁰Grazie a lui voi siete in Cristo Gesù, il quale per noi è diventato sapienza per opera di Dio, giustizia, santificazione e redenzione, ³¹perché, come sta scritto, *chi si vanta, si vanti nel Signore.*

RIFLESSIONE BREVE PAUSA DI SILENZIO MEDITATIVO CANTO

IL CANTO DEGLI UMILI

L'arco dei forti s'è spezzato,
gli umili si vestono della tua forza. Grande è il nostro Dio!

**Non potrà tacere, mio Signore, i benefici del tuo amore.
Non potrò tacere / i benefici del tuo amore.**

Dio solleva il misero dal fango,
libera il povero dall'ingiustizia. Grande è il nostro Dio! R.

Dio tiene i cardini del mondo, veglia sui giusti, guida i loro passi. Grande è il nostro Dio! R.

RIMANERE NELLA PAROLA

Recitiamo a cori alterni (coro 1 gli uomini e coro 2 le donne) il salmo

Salmo 103

*Benedici il Signore, anima mia,
quanto è in me benedica il suo santo nome.*

² Benedici il Signore, anima mia,
non dimenticare tutti i suoi benefici.

³ Egli perdona tutte le tue colpe,
guarisce tutte le tue infermità,
⁴ salva dalla fossa la tua vita,
ti circonda di bontà e misericordia,
⁵ sazia di beni la tua vecchiaia,
si rinnova come aquila la tua giovinezza.

⁶ Il Signore compie cose giuste,
difende i diritti di tutti gli oppressi.

⁷ Ha fatto conoscere a Mosè le sue vie,
le sue opere ai figli d'Israele.

⁸ Misericordioso e pietoso è il Signore,
lento all'ira e grande nell'amore.

⁹ Non è in lite per sempre,
non rimane adirato in eterno.

¹⁰ Non ci tratta secondo i nostri peccati
e non ci ripaga secondo le nostre colpe.

¹¹ Perché quanto il cielo è alto sulla terra,
così la sua misericordia è potente su quelli che lo temono;

¹² quanto dista l'oriente dall'occidente,
così egli allontana da noi le nostre colpe.

¹³ Come è tenero un padre verso i figli,
così il Signore è tenero verso quelli che lo temono,

¹⁴ perché egli sa bene di che siamo plasmati,
ricorda che noi siamo polvere.

¹⁵ L'uomo: come l'erba sono i suoi giorni!
Come un fiore di campo, così egli fiorisce.

¹⁶ Se un vento lo investe, non è più,
né più lo riconosce la sua dimora.

¹⁷ Ma l'amore del Signore è da sempre,
per sempre su quelli che lo temono,
e la sua giustizia per i figli dei figli,
¹⁸ per quelli che custodiscono la sua alleanza
e ricordano i suoi precetti per osservarli.

¹⁹ Il Signore ha posto il suo trono nei cieli
e il suo regno domina l'universo.

²⁰ Benedite il Signore, angeli suoi,
potenti esecutori dei suoi comandi,
attenti alla voce della sua parola.

²¹ Benedite il Signore, voi tutte sue schiere,
suoi ministri, che eseguite la sua volontà.

²² Benedite il Signore, voi tutte opere sue,
in tutti i luoghi del suo dominio.
Benedici il Signore, anima mia.

Padre Nostro

Orazione

O Dio, che hai edificato sulla pietra la nuova Gerusalemme, rendila pura e lieta col fiume di grazia che sgorga dal trono dell'Agnello e custodiscila contro ogni violenza; mentre le umane certezze vacillano intatta la tua Chiesa rimanga, tabernacolo del tuo incontro con gli uomini e segno imperituro di salvezza al cospetto dei popoli. Per Cristo nostro Signore.

Benedizione

Canto finale

CANTO D'UMILTÀ

O Signore,
non si esalta il mio cuore
i miei occhi non si alzano superbi, non inseguo cose grandi,
troppo grandi per me.
O Signore a te canto in umiltà.

O Signore,
ho placato il desiderio,
ho finito di ambire all'infinito, ora affido la mia mente,
ora affido a te il mio cuore.
O Signore a te canto in umiltà.

O Signore,
non abbiamo più bisogno d'innalzare grandi torri fino al cielo
non il mio ma il tuo volere sia annunziato sulla terra.
O Signore a te canto in umiltà. O Signore.

PER VIVERE BENE GLI ESERCIZI:

Nei limiti delle possibilità di ciascuno sarebbe opportuno partecipare a tutti gli appuntamenti serali, dal lunedì al venerdì, perché ogni meditazione vorrebbe essere la tappa di un unico cammino.

*Esercizi Spirituali 2021
Santuario della Madonna dei Miracoli
e su youtube sul sito della
Comunità Pastorale San Vincenzo - Cantù /Intimiano*

Sussidio di _____