



Esercizi Spirituali - Quaresima 2024

## I VOLTI DELLA PASSIONE NEL VANGELO DI LUCA

“La libertà dell’umanità nel  
Compimento delle Scritture”

Domenica 18 febbraio | 16:00

**Introduzione agli Esercizi**

Lunedì 19 febbraio | 21:00

**“Che fai tu, Giuda?”**

(Lc 22,1-6.39-53)

Martedì 20 febbraio | 21:00

**“Pietro chi sei?”**

(Lc 22,54-62)

Mercoledì 21 febbraio | 21:00

**“E tu Sinedrio che cerchi?”**

(Lc 22,63-71)

Giovedì 22 febbraio | 21:00

**“Pilato ed Erode: ignavi o potenti?”**

(Lc 23,1-25)

Venerdì 23 febbraio | 21:00

**“Sotto la croce o in croce:**

**Cireneo dove sei?”**

(Lc 23,26-49)

Domenica 25 febbraio | 14:00

**Pellegrinaggio a Sant’Ambrogio**

Milano

**Pax!**

Carissimi tutti,

il vostro Parroco don Emanuele ci ha rese partecipi dell'evento di grazia che coinvolgerà la vostra Comunità pastorale dal 18 al 25 febbraio: evento importante per una comunità cristiana che si sente chiamata a mettere in campo tutte le sue potenzialità spirituali per fare fruttare al massimo i giorni di grazia che sarà chiamata a vivere con gli esercizi spirituali.

Siamo state invitate, come comunità monastica, ad accompagnarvi in questo itinerario non certo semplice, anche se appassionante, e che porterà buoni frutti nella misura in cui ognuno si lascerà provocare dallo Spirito e sarà attento alla sua voce.

Lo Spirito Santo non può che suggerire cose buone e belle, anche se non sempre facili, soprattutto agli inizi ma che, ve lo possiamo assicurare per esperienza, daranno alla vostra vita una forza e un senso di completezza mai sperimentata prima.

Ci mettiamo quindi idealmente al vostro fianco, pregando per voi e con voi.

Vi auguriamo un buon cammino, esortandovi a vivere in pienezza questo tempo di fatica e di grazia.

Il Signore vi conceda ogni bene!

*Monache Benedettine  
del SS. Sacramento  
Grandate (Como)*

**DOMENICA 18 febbraio**  
**VESPRI**

Il Signore sia con voi.  
**E con il tuo Spirito.**

**RITO DELLA LUCE**

O viva fiamma della mia lucerna,  
o Dio, mia luce!

**Illumina, Signore, il mio cammino,  
sola speranza nella lunga notte.**

Se l'animo vacilla o s'impaura,  
rinvigorisci e salva.

**Illumina, Signore, il mio cammino,  
sola speranza nella lunga notte.**

O viva fiamma della mia lucerna,  
o Dio, mia luce!

**Illumina, Signore, il mio cammino,  
sola speranza nella lunga notte.**

**INNO**

Discendi Santo Spirito,  
le nostre menti illumina;  
del Ciel la grazia accordaci  
tu, Creator degli uomini.

Chiamato sei Paraclito  
e dono dell'Altissimo,  
sorgente limpidissima,  
d'amore fiamma vivida.

I sette doni mandaci,  
onnipotente Spirito;  
le nostre labbra trepide  
in te sapienza attingano.

I nostri sensi illumina,  
fervor nei cuori infondici;  
rinvigorisci l'anima  
nei nostri corpi deboli.  
Dal male tu ci libera,  
serena pace affrettaci;  
con te vogliamo vincere  
ogni mortal pericolo.

Il Padre tu rivelaci  
e il Figlio, l'Unigenito;  
per sempre tutti credano  
in te, divino Spirito. Amen.

**RESPONSORIO**

Volgiti, Signore; fino a quando?  
**Muoviti a pietà dei tuoi servi.**

Saziaci al mattino con la tua grazia: esulteremo e gioiremo per tutti i nostri giorni  
**Muoviti a pietà dei tuoi servi.**

**Ant. 1** Santo, Santo, Santo, Signore,  
Salvatore del mondo; \*  
**abbi pietà di noi.**

*Oracolo del Signore al mio Signore: \**  
«Siedi alla mia destra,  
finché io ponga i tuoi nemici  
a sgabello dei tuoi piedi».

Lo scettro del tuo potere  
stende il Signore da Sion:  
«Domina in mezzo ai tuoi nemici.

A te il principato nel giorno della tua potenza  
tra santi splendori;  
dal seno dell'aurora,  
come rugiada, io ti ho generato».

Il Signore ha giurato e non si pente:  
«Tu sei sacerdote per sempre al modo di Melchisedek».

Il Signore è alla tua destra,  
annienterà i re nel giorno della sua ira.  
Lungo il cammino si disseta al torrente  
e solleva alta la testa.

Gloria...

**Ant. 1** Santo, Santo, Santo, Signore,  
Salvatore del mondo;  
**abbi pietà di noi.**

Salmo 113A

**Ant. 2** Noi siamo il suo santuario, \*  
**il popolo d'Israele è il suo dominio**

*Quando Israele uscì dall'Egitto, \**  
la casa di Giacobbe da un popolo barbaro,  
Giuda divenne il suo santuario,  
Israele il suo dominio.

Il mare vide e si ritrasse,  
il Giordano si volse indietro,  
i monti saltellarono come arieti,  
le colline come agnelli di un gregge.

Che hai tu, mare, per fuggire,  
e tu, Giordano, perché torni indietro?  
Perché voi monti saltellate come arieti  
e voi colline come agnelli di un gregge?

Trema, o terra, davanti al Signore,  
davanti al Dio di Giacobbe,  
che muta la rupe in un lago,  
la roccia in sorgenti d'acqua.

Gloria...

**Ant. 2** Noi siamo il suo santuario,  
**il popolo d'Israele è il suo dominio**

**PRIMA ORAZIONE**

O Dio forte e clemente, che nella conversione dei peccatori manifesti la tua misericordia, convertici a te con quella grazia che trasformò il beato apostolo Paolo da persecutore della Chiesa a strumento eletto del Vangelo.  
Per Gesù Cristo, tuo Figlio... **Amen.**

### **MEDITAZIONE, segue SILENZIO**

### **CANTICO DELLA BEATA VERGINE**

**Ant. Magnificat, magnificat, magnificat  
anima mea Dominum (2v.)**

*L'anima mia magnifica il Signore \**  
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.

Gloria...

**Ant. Magnificat, magnificat, magnificat  
anima mea Dominum (2v.)  
Kyrie eleison (3v.)**

### **SECONDA ORAZIONE**

Assisti, o Dio di misericordia, la tua Chiesa, che entra in questo tempo di penitenza con animo docile e pronto, perché, liberandosi dall'antico contagio del male, possa giungere in novità di vita alla gioia della Pasqua.  
Per Cristo nostro Signore. **Amen.**

### **COMMEMORAZIONE DEL BATTESIMO**

*Cantico: 1Pt 2,21-24*

**Ant.** Custodisci, Signore,  
l'uomo, tua immagine viva, \*  
**che hai prediletto, col Padre,  
su tutte le cose.**

*Cristo patì per voi, lasciandovi un esempio\**  
perché ne seguiate le orme:

egli non commise peccato  
e non si trovò inganno sulla sua bocca,

oltraggiato non rispondeva con oltraggi,  
e soffrendo non minacciava vendetta,

ma rimetteva la sua causa

a colui che giudica con giustizia.

Egli portò i nostri peccati nel suo corpo  
sul legno della croce,

perché, non vivendo più per il peccato, vivessimo per la giustizia;  
dalle sue piaghe siamo stati guariti.

Gloria...

**Ant. Custodisci, Signore,  
l'uomo, tua immagine viva,  
che hai prediletto, col Padre,  
su tutte le cose.**

#### **ORAZIONE**

Signore Gesù Cristo, che in questo prezioso tempo di Quaresima ci inviti a sopportare la fatica e il dolore con animo più forte e generoso, concedi a tutti gli uomini, rinnovati dal lavacro battesimale, una preghiera assidua e senza stanchezze e la capacità di attendere alla penitenza che salva. Tu che vivi e regni nei secoli dei secoli. **Amen.**

#### **INTERCESSIONI**

*A Dio che ci ha riconciliato a sé per mezzo di Cristo, eleviamo la nostra implorazione:*

***Converti a te i nostri cuori.***

Signore, che rimetti le colpe ai tuoi servi pentiti,  
**- dona vigore alla Chiesa che annuncia il perdono.**

Dio di misericordia, che ci hai chiamato a costruire un solo corpo in Cristo,  
**- fa' che regni in tutti noi la tua pace.**

Creatore buono e paziente, che nella mitezza e nella fedeltà governi l'universo,  
**- cambia la vita di chi si è allontanato dal tuo amore.**

Tu che, in vista della loro assoluzione, richiami e correggi gli erranti,  
**- sostieni coloro che intraprendono il cammino della conversione.**

Giudice eterno, che tutti gli uomini giudichi con benevolenza,  
**- accogli quanti sono morti nel segno della fede.**

*In questo tempo di grazia supplichiamo con fiducia colui che ascolta sempre con bontà la voce dei suoi figli:*

**Padre Nostro – Benedizione**

***Salve Regina...***

**Lunedì 19 febbraio**  
**“Che fai tu, Giuda?”**  
(Lc 22,1-6.39-53)

**CANTO**

Se tu m'accogli o Padre buono  
prima che venga sera  
se tu mi doni il tuo perdono  
avrò la pace vera.

*Ti chiamerò mio Salvator  
e tornerò Gesù con Te.*

Pur nell'angoscia più profonda  
quando il nemico assale  
se la tua grazia mi circonda  
non temerò alcun male.

*Ti invocherò mio Redentor  
e resterò sempre con Te.*

Signore, a te veniam fidenti:  
tu sei la vita, sei l'amor.

Dal sangue tuo siam redenti,  
Gesù, Signore, Salvator.

*Ascolta, tu che tutto puoi:  
vieni, Signor, resta con noi.*

**Saluto liturgico del sacerdote**

**PREGHIERA** (Lettore)

Signore Gesù, tu sai che,  
come gli apostoli,  
cerchiamo a ogni costo  
di respingere la verità  
del tuo messaggio difficile  
e non sappiamo seguirti  
come e fin dove tu vai;  
immaginiamo una sequela facile,  
esaltante e respingiamo quella che tu prepari per noi ogni giorno.  
Illumina la nostra mente,  
riscalda il nostro cuore  
perché possiamo comprendere  
ciò che tu vuoi da noi.  
Vedi il discorso della tua Passione  
già in se stesso è per noi difficile  
nell'esperienza delle realtà quotidiane.  
Donaci almeno di intuire che,  
se andiamo a fondo di queste esperienze,  
troveremo quanto da noi desideri:  
cioè la nostra povera offerta,  
pur se debole e saltuaria, di fronte a te.

*Carlo Maria Martini  
I racconti della Passione*

—————**Salmo 116** (114-115)—————

*a cori alterni*

**Ant.** Pregate per non entrare  
in tentazione

*Amo il Signore, perché ascolta \**  
il grido della mia preghiera.  
Verso di me ha teso l'orecchio  
nel giorno in cui lo invocavo.

Mi stringevano funi di morte,  
ero preso nei lacci degli inferi,  
ero preso da tristezza e angoscia.  
Allora ho invocato il nome del Signore:  
"Ti prego, liberami, Signore".

Pietoso e giusto è il Signore,  
il nostro Dio è misericordioso.  
Il Signore protegge i piccoli:  
ero misero ed egli mi ha salvato.  
Ritorna, anima mia, al tuo riposo,  
perché il Signore ti ha beneficiato.

Sì, hai liberato la mia vita dalla morte,  
i miei occhi dalle lacrime,  
i miei piedi dalla caduta.

Io camminerò alla presenza del Signore  
nella terra dei viventi.

Gloria

Ant. **Pregate per non entrare  
in tentazione.**

## INVOCAZIONE DELLO SPIRITO *pag. 1*

### Dal Vangelo secondo Luca

(22,1-6.39-53)

<sup>1</sup>Si avvicinava la festa degli Azzimi, chiamata Pasqua, <sup>2</sup>e i capi dei sacerdoti e gli scribi cercavano in che modo toglierlo di mezzo, ma temevano il popolo. <sup>3</sup>Allora Satana entrò in Giuda, detto Iscariota, che era uno dei Dodici. <sup>4</sup>Ed egli andò a trattare con i capi dei sacerdoti e i capi delle guardie sul modo di consegnarlo a loro. <sup>5</sup>Essi si rallegrarono e concordarono di dargli del denaro. <sup>6</sup>Egli fu d'accordo e cercava l'occasione propizia per consegnarlo a loro, di nascosto dalla folla. [...]

<sup>39</sup>Uscì e andò, come al solito, al monte degli Ulivi; anche i discepoli lo seguirono. <sup>40</sup>Giunto sul luogo, disse loro: "Pregate, per non entrare in tentazione". <sup>41</sup>Poi si allontanò da loro circa un tiro di sasso, cadde in ginocchio e pregava dicendo: <sup>42</sup>"Padre, se vuoi, allontana da me questo calice! Tuttavia, non sia fatta la mia, ma la tua volontà". <sup>43</sup>Gli apparve allora un angelo dal cielo per confortarlo. <sup>44</sup>Entrato nella lotta, pregava più intensamente, e il suo sudore diventò come gocce di sangue che cadono a terra. <sup>45</sup>Poi, rialzatosi dalla preghiera, andò dai discepoli e li trovò che dormivano per la tristezza. <sup>46</sup>E disse loro: "Perché dormite? Alzatevi e pregate, per non entrare in tentazione".

<sup>47</sup> Mentre ancora egli parlava, ecco giungere una folla; colui che si chiamava Giuda, uno dei Dodici, li precedeva e si avvicinò a Gesù per baciarlo. <sup>48</sup> Gesù gli disse: "Giuda, con un bacio tu tradisci il Figlio dell'uomo?". <sup>49</sup> Allora quelli che erano con lui, vedendo ciò che stava per accadere, dissero: "Signore, dobbiamo colpire con la spada?". <sup>50</sup> E uno di loro colpì il servo del sommo sacerdote e gli staccò l'orecchio destro. <sup>51</sup> Ma Gesù intervenne dicendo: "Lasciate! Basta così!". E, toccandogli l'orecchio, lo guarì. <sup>52</sup> Poi Gesù disse a coloro che erano venuti contro di lui, capi dei sacerdoti, capi delle guardie del tempio e anziani: "Come se fossi un ladro siete venuti con spade e bastoni. <sup>53</sup> Ogni giorno ero con voi nel tempio e non avete mai messo le mani su di me, ma questa è l'ora vostra e il potere delle tenebre".

### Proposta di Riflessione – Silenzio

**Preghiamo** *insieme*  
O Padre onnipotente e buono,  
che difendi i tuoi figli da ogni male  
e doni loro la tua stessa vita,  
sostieni la nostra lotta contro la tentazione.

Rendici vittoriosi nel Cristo tuo figlio,  
per la potenza dello Spirito santo.  
Liberaci da ogni forma di tristezza,  
dallo scoraggiamento che ci toglie le forze,  
dalla paura che blocca  
ogni nostra positiva reazione.  
Aiutaci a non temere il male,  
a credere nella tua paternità provvidente,  
ad affrontare le prove senza spaventarci.  
Se il calice che si avvicina a noi  
non può essere allontanato,  
sii al nostro fianco nella battaglia  
che dovremo affrontare,  
per accettarlo nel tuo nome.  
Insegnaci a pregare come pregò Gesù,  
nostro Signore e Figlio tuo,  
alla vigilia della sua passione.  
Fa' che la sua preghiera sia la nostra,  
che anche noi possiamo lottare  
nella preghiera  
e vincere così la tentazione che ci assale.  
Il potere delle tenebre  
non ci strapperà mai da te,  
perché il Cristo redentore  
ci ha resi suoi nel suo sangue  
ed ora ci custodisce nel suo amore.  
E se il nostro cuore sarà a volte  
spinto alla violenza  
e penserà ad essa come soluzione  
o risposta al male subito,  
il ricordo del tuo Figlio  
fermi la nostra mano  
e ci conserva nella mansuetudine  
della fede.  
Lo chiediamo a te, o Padre,  
che sei sorgente dell'eterna pace  
e vivi e regni per tutti i secoli dei secoli.  
Amen

*Pierantonio Tremolada*

*Itinerari di Lettura Biblica - 2007*

## **Padre Nostro – Benedizione**

### **CANTO**

Dono di grazia, dono di salvezza  
e questo tempo che ci guida a Pasqua:  
nella tua croce noi saremo salvi,  
Cristo Signore!

Nuovo Israele verso la tua terra,  
noi camminiamo come nel deserto:  
a te veniamo nella penitenza,  
Cristo Signore!

Lungo la strada sei al nostro fianco,  
per sostenerci nella tentazione:  
Figlio di Dio, dona a noi la forza,  
Cristo Signore!

Con la tua morte tu ci dai la vita,  
nella tua Pasqua noi risorgeremo:



per sempre grazie noi ti canteremo,  
Cristo Signore!

**Martedì 20 febbraio**  
**“Pietro chi sei?”**  
(Lc 22,54-62)

**CANTO**

Signore dolce volto di pena e di dolor.  
O volto pien di luce, colpito per amor. Avvolto nella morte di,  
perduto sei per noi.  
Accogli il nostro pianto,  
o nostro Salvatore.  
Nell'ombra della morte,  
resistere non puoi.  
O Verbo, nostro Dio, in croce sei per noi.  
Nell'ora del dolore ci rivolgiamo a te. Accogli il nostro pianto, o nostro Salvator.

**SALUTO liturgico del sacerdote**

**PREGHIERA** (Lettore)

“Signore Gesù,  
che per nostro amore vai alla Passione,  
fa' che ciascuno di noi  
si lasci attrarre da te  
per seguirti là dove vuoi condurci”.  
Signore, facci dunque capire  
ciò che non accettiamo,  
ciò che scartiamo da noi,  
che lasciamo in ombra  
girandogli sempre attorno  
senza volerlo affrontare.  
Gesù si dona a noi  
come parola evangelica  
sempre buona e desiderosa  
di portare frutto,  
ma anche inerme, e noi la riceviamo  
a partire dal nostro calcolo  
e dalle nostre diffidenze;  
quindi con la possibilità di respingerla;  
e Gesù si lascia respingere.

*Carlo Maria Martini*  
*I racconti della Passione*

—————**Salmo 139** (138)—————

*a cori alterni. (assemblea)*

**Ant.** Pietro, oggi il gallo non canterà prima che tu, \*  
**per tre volte,**  
**abbia negato di conoscermi.**

*Signore, tu mi scruti e mi conosci \**  
tu conosci quando mi siedo  
e quando mi alzo,  
intendi da lontano i miei pensieri,  
osservi il mio cammino e il mio riposo,  
ti sono note tutte le mie vie.

La mia parola non è ancora sulla lingua  
ed ecco, Signore, già la conosci tutta.  
Alle spalle e di fronte mi circondi  
e poni su di me la tua mano.

Meravigliosa per me la tua conoscenza,  
troppo alta, per me inaccessibile.  
Dove andare lontano dal tuo spirito?  
Dove fuggire dalla tua presenza?

Se salgo in cielo, là tu sei;  
se scendo negli inferi, eccoti.  
Se prendo le ali dell'aurora  
per abitare all'estremità del mare,

anche là mi guida la tua mano  
e mi afferra la tua destra.  
Se dico: "Almeno le tenebre mi avvolgano  
e la luce intorno a me sia notte",

nemmeno le tenebre per te sono tenebre  
e la notte è luminosa come il giorno;  
per te le tenebre sono come luce.  
Sei tu che hai formato i miei reni  
e mi hai tessuto nel grembo di mia madre.

Scrutami, o Dio, e conosci il mio cuore,  
provami e conosci i miei pensieri;  
vedi se percorro una via di dolore  
e guidami per una via di eternità.

Gloria.

**Ant. Pietro, oggi il gallo non canterà prima che tu, per tre volte,  
abbia negato di conoscermi.**

#### **INVOCAZIONE DELLO SPIRITO**

Invochiamo la tua presenza vieni Signor,  
invochiamo la tua presenza scendi su di noi.  
Vieni consolatore dona pace ed 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 vieni,  
vieni Spirito vieni Spirito scendi su di noi,  
vieni Spirito vieni Spirito scendi su di noi  
scendi su di noi.

#### **Dal Vangelo secondo Luca (22,54-62)**

<sup>54</sup> Dopo averlo catturato, lo condussero via e lo fecero entrare nella casa del sommo sacerdote. Pietro lo seguiva da lontano. <sup>55</sup> Avevano acceso un fuoco in mezzo al cortile e si erano seduti attorno; anche Pietro sedette in mezzo a loro. <sup>56</sup> Una giovane serva lo vide seduto vicino al fuoco e, guardandolo attentamente, disse: "Anche questi era con lui". <sup>57</sup> Ma egli negò dicendo: "O donna, non lo conosco!". <sup>58</sup> Poco dopo un altro lo vide e disse: "Anche tu sei uno di loro!". Ma Pietro rispose: "O uomo, non lo sono!". <sup>59</sup> Passata circa un'ora, un altro insisteva: "In verità, anche questi era con lui; infatti, è Galileo". <sup>60</sup> Ma Pietro disse: "O uomo, non so quello che dici". E in quell'istante, mentre ancora parlava, un gallo cantò. <sup>61</sup> Allora il Signore si voltò e fissò lo sguardo su Pietro, e Pietro si ricordò della parola che il Signore gli aveva detto: "Prima che il gallo canti, oggi mi rinnegherai tre volte". <sup>62</sup> E, uscito fuori, pianse amaramente.

#### **Proposta di Riflessione – Silenzio**

**Preghiamo** *insieme*

O Dio onnipotente e santo,  
Padre del Signore nostro Gesù Cristo,  
che vedi le nostre debolezze e conosci le nostre colpe,  
abbi pietà di noi.  
Tu che hai mandato il tuo Figlio  
a condividere la nostra vita,  
porta a compimento in noi  
l'opera della sua redenzione.  
Preservaci dall'incredulità e dall'ostinazione;  
non permettere che cadiamo nell'ipocrisia,  
che il nostro cuore si allontani da te  
mentre rimaniamo fedeli alle pratiche religiose.  
Sostieni la nostra fragilità quando,  
davanti a un mondo che a volte  
sentiamo estraneo e ostile,  
in mezzo a persone che non sempre condividono la nostra fede,  
siamo tentati di nasconderci  
e di non presentarci come tuoi discepoli.  
Mantieni vivo in noi il desiderio  
di seguire Gesù, nostro Signore,  
sulla via della sua passione,  
imitando la sua regale fermezza  
e la sua esemplare mansuetudine.  
La sua via sia la nostra via,  
i suoi sentimenti i nostri sentimenti,  
perché anche la sua gloria  
sia la nostra gloria,  
nostro Signore e nostro Dio  
che vive e regna nei secoli dei secoli.  
Amen

*Pierantonio Tremolada  
Itinerari di Lettura Biblica - 2007*

**Padre Nostro – Benedizione**

**CANTO**

Signore a te cantiamo un cantico di lode  
o Dio noi ringraziamo l'immensa tua bontà,

*Tu sei un Dio fedele per l'eternità.*

Signore la tua luce diriga i nostri passi  
risplenda al nostro volto l'eterna verità,

*Tu sei un Dio fedele per l'eternità.*

Il dono del tuo amore rinnovi o Dio la vita,  
rinfranchi il nostro cuore la vera libertà,

*Tu sei un Dio fedele per l'eternità.*

**Mercoledì 21 febbraio 2024**  
**“Tu Sinedrio che cerchi?”**  
(Lc 22,63-71)

**CANTO**

Quanta sete nel mio cuore,  
solo in Dio si spegnerà.  
Quanta attesa di salvezza,

solo in Dio si sazierà.  
L'acqua viva che egli dà  
sempre fresca sgorgherà

**Il Signore è la mia vita,  
il Signore è la mia gioia.**

Se la strada si fa oscura,  
spero in Lui: mi guiderà.  
Se l'angoscia mi tormenta,  
spero in Lui: mi salverà.  
Non si scorda mai di me,  
presto a me riapparirà. *Rit.*

Nel mattino io ti invoco:  
tu, mio Dio, risponderai.  
Nella sera rendo grazie:  
tu, mio Dio, ascolterai.  
Al tuo monte salirò  
e vicino ti vedrò. *Rit.*

**SALUTO liturgico del sacerdote**

**PREGHIERA** (Lettore)

Scuotici, Signore,  
chiamaci, infiammaci e rapiscici,  
sii per noi fuoco e dolcezza.  
Insegnaci a correre nell'amore.  
Forse molti non ritornano a te  
da un abisso di cecità?  
Fa' che anche noi ci avviciniamo a te  
e siamo illuminati da questa luce  
mediante la quale si riceve  
il potere di diventare tuoi figli.

*Sant'Agostino  
Confessioni, VIII, 4,9*

---

**Salmo 102 (101)**

---

*a cori alterni*

**Ant.** Il Figlio dell'uomo siederà \*  
**alla destra della potenza di Dio**

*Signore, ascolta la mia preghiera, \**  
a te giunga il mio grido di aiuto.  
Non nascondermi il tuo volto  
nel giorno in cui sono nell'angoscia.  
Tendi verso di me l'orecchio,  
quando t'invoco, presto, rispondimi! [...]

Tutto il giorno mi insultano i miei nemici,  
furenti imprecano contro di me.  
Cenere mangio come fosse pane,  
alla mia bevanda mescolo il pianto. [...]

I miei giorni declinano come ombra  
e io come erba inaridisco.  
Ma tu, Signore, rimani in eterno,  
il tuo ricordo di generazione in generazione.

Ti alzerai e avrai compassione di Sion:  
è tempo di averne pietà, l'ora è venuta!  
Poiché ai tuoi servi sono care le sue pietre  
e li muove a pietà la sua polvere.

Le genti temeranno il nome del Signore  
e tutti i re della terra la tua gloria,  
quando il Signore avrà ricostruito Sion  
e sarà apparso in tutto il suo splendore.

Egli si volge alla preghiera dei derelitti,  
non disprezza la loro preghiera.  
Questo si scriva per la generazione futura  
e un popolo, da lui creato,  
darà lode al Signore.

Gloria.

**Ant. Il Figlio dell'uomo siederà  
alla destra della potenza di Dio**

#### **INVOCAZIONE DELLO SPIRITO**

**Vieni Santo Spirito,  
manda dal cielo la tua luce;  
diffondi sulla terra la tua gioia**

Vieni, tu sei l'Amore!

Vieni, tu sei la forza!

Vieni, vita dell'uomo!

Vieni, tu sei il conforto!

Vieni, tu sei la pace!

Vieni, gioia dei cuori!

Vieni, nostra speranza!

Vieni nostra salvezza!

Vieni, premio dei buoni!

#### **Dal Vangelo secondo Luca (22,63-71)**

<sup>63</sup>E intanto gli uomini che avevano in custodia Gesù lo deridevano e lo picchiavano, <sup>64</sup>gli bendavano gli occhi e gli dicevano: "Fa' il profeta! Chi è che ti ha colpito?". <sup>65</sup>E molte altre cose dicevano contro di lui, insultandolo. <sup>66</sup> Appena fu giorno, si riunì il consiglio degli anziani del popolo, con i capi dei sacerdoti e gli scribi; lo condussero davanti al loro sinedrione <sup>67</sup>e gli dissero: "Se tu sei il Cristo, dillo a noi". Rispose loro: "Anche se ve lo dico, non mi crederete; <sup>68</sup>se vi interrogo, non mi risponderete. <sup>69</sup>Ma d'ora in poi il Figlio dell'uomo siederà alla destra della potenza di Dio". <sup>70</sup>Allora tutti dissero: "Tu, dunque, sei il Figlio di Dio?". Ed egli rispose loro: "Voi stessi dite che io lo sono". <sup>71</sup>E quelli dissero: "Che bisogno abbiamo ancora di testimonianza? L'abbiamo udito noi stessi dalla sua bocca".

#### **Proposta di Riflessione – Silenzio**

**Preghiamo** *insieme*

Signore Gesù,

la tua regalità è derisa e insultata,  
di te ci si prende gioco.

Signore nostro,

tu ci salvi spogliandoti di tutto,  
facendoti agnello muto  
in mezzo ai lupi.

Purifica noi e tutta la tua santa Chiesa  
e rendi forti i tuoi discepoli

nell'ora delle tenebre,

affinché vincano la tentazione

di mettere in salvo la propria vita.

Signore mio,

tu non ci vieni in aiuto

in forza della tua onnipotenza,

ma in virtù del tuo silenzio,  
della tua mitezza,  
della tua apparente debolezza e  
soprattutto, in virtù della tua sofferenza  
condivisa fino all'ultimo respiro  
con tutta l'umanità.

Tu sei segno di contraddizione  
di fronte al quale ci si divide  
e di fronte al quale i pensieri,  
e le intenzioni del cuore  
si manifestano senza più alibi.

Aiutaci ad entrare nella tua intimità,  
a liberarci dall'accecamento del male  
e dalla falsa presunzione di sapere già tutto.

Aiutaci Signore,  
affinché siamo capaci di riconoscerti  
nel tuo Mistero Santo di Figlio di Dio,  
nel nome del Padre, del Figlio  
e dello Spirito Santo. Amen

### **Padre Nostro – Benedizione**

#### **CANTO**

Ti seguirò, ti seguirò o Signore,  
e nella tua strada camminerò  
Ti seguirò, nella via dell'amore  
e donerò al mondo la vita  
Ti seguirò, nella via del dolore  
e la tua croce ci salverà  
Ti seguirò, nella via della gioia  
e la tua luce ci guiderà

**Giovedì 22 febbraio 2024**

**“Pilato ed Erode  
ignavi o potenti?”**

(Lc 23, 1-25)

#### **CANTO**

Signore, dolce volto di pena e di dolor,  
O volto pien di luce, colpito per amor.  
Avvolto nella morte, perduto sei per noi.  
Accogli il nostro pianto, o nostro Salvator.

Nell'ombra della morte resistere non puoi.  
O Verbo, nostro Dio, in croce sei per noi.  
Nell'ora del dolore ci rivolgiamo a te.  
Accogli il nostro pianto, o nostro Salvator.

#### **SALUTO liturgico del sacerdote**

#### **PREGHIERA** *(Lettore)*

Parla con me – ci dice il Signore –  
fatti liberare,  
sappi che in ogni momento  
puoi essere spinto a calpestare l'altro  
per difendere un mondo che ti sei costruito,  
a metterti in una situazione irreparabile,  
senza via d'uscita.

Con il suo affidarsi a noi,  
con la sua vulnerabilità,  
Dio ci rivela la sua volontà  
di illuminarci su ciò  
che possiamo essere se lo riconosciamo nella sua Verità.  
“Signore che ci hai manifestato  
il tuo Figlio  
nella povertà di un uomo  
rivelaci quello che siamo.  
Fa’ che il sangue delle tue ferite  
non sia vano per noi,  
che per le tue ferite noi siamo risanati;  
in virtù di questo sangue  
ognuno di noi ritrovi la libertà  
cui è destinato”. Amen.

*Carlo Maria Martini  
I racconti della Passione*

---

**SALMO 38 (37)**

---

*a cori alterni*

**Ant.** Maltrattato, si lasciò umiliare \*  
**e non aprì la sua bocca.**

*Signore, è davanti a te ogni mio desiderio\**  
e il mio gemito non ti è nascosto.  
Palpita il mio cuore,  
le forze mi abbandonano,  
non mi resta neppure la luce degli occhi.

I miei amici e i miei compagni  
si scostano dalle mie piaghe,  
i miei vicini stanno a distanza.  
Tendono agguati quelli che attentano alla mia vita,  
quelli che cercano la mia rovina tramano insidie  
e tutto il giorno studiano inganni.

Io come un sordo non ascolto  
e come un muto non apro la bocca;  
sono come un uomo che non sente  
e non vuole rispondere.

Perché io attendo te, Signore;  
tu risponderai, Signore, mio Dio.

Avevo detto: "Non ridano di me!  
Quando il mio piede vacilla,  
non si facciano grandi su di me!".

Ecco, io sto per cadere  
e ho sempre dinanzi la mia pena.  
Ecco, io confesso la mia colpa,  
sono in ansia per il mio peccato.

I miei nemici sono vivi e forti,  
troppi mi odiano senza motivo:  
mi rendono male per bene,  
mi accusano perché cerco il bene.

Non abbandonarmi, Signore,

Dio mio, da me non stare lontano;  
vieni presto in mio aiuto,  
Signore, mia salvezza.

Gloria.

**Ant. Maltrattato, si lasciò umiliare  
e non aprì la sua bocca.**

#### **INVOCAZIONE DELLO SPIRITO**

**Un solo spirito, un solo battesimo,  
un solo Signore: Gesù!  
Nel segno dell'amore tu sei con noi,  
nel nome tuo viviamo fratelli:  
nel cuore la speranza che Tu ci dai,  
la fede che ci unisce cantiamo!**

Io sono la vite e voi siete i tralci miei:  
il tralcio che in me non vive sfiorirà,  
ma se rimanete in me,  
il Padre mio vi darà  
la forza di una vita che non muore mai.

Io sono la vera via e la verità;  
amici vi chiamo e sempre sto con voi;  
chi annuncia al fratello suo  
la fede nel nome mio  
davanti al Padre io lo riconoscerò.

#### **Dal Vangelo secondo Luca (23,1-25)**

<sup>1</sup>Tutta l'assemblea si alzò; lo condussero da Pilato <sup>2</sup>e cominciarono ad accusarlo: "Abbiamo trovato costui che metteva in agitazione il nostro popolo, impediva di pagare tributi a Cesare e affermava di essere Cristo re". <sup>3</sup>Pilato allora lo interrogò: "Sei tu il re dei Giudei?". Ed egli rispose: "Tu lo dici". <sup>4</sup>Pilato disse ai capi dei sacerdoti e alla folla: "Non trovo in quest'uomo alcun motivo di condanna". <sup>5</sup>Ma essi insistevano dicendo: "Costui solleva il popolo, insegnando per tutta la Giudea, dopo aver cominciato dalla Galilea, fino a qui". <sup>6</sup>Udito ciò, Pilato domandò se quell'uomo era Galileo <sup>7</sup>e, saputo che stava sotto l'autorità di Erode, lo rinviò a Erode, che in quei giorni si trovava anch'egli a Gerusalemme.

<sup>8</sup>Vedendo Gesù, Erode si rallegrò molto. Da molto tempo infatti desiderava vederlo, per averne sentito parlare, e sperava di vedere qualche miracolo fatto da lui. <sup>9</sup>Lo interrogò, facendogli molte domande, ma egli non gli rispose nulla. <sup>10</sup>Erano presenti anche i capi dei sacerdoti e gli scribi, e insistevano nell'accusarlo. <sup>11</sup>Allora anche Erode, con i suoi soldati, lo insultò, si fece beffe di lui, gli mise addosso una splendida veste e lo rimandò a Pilato. <sup>12</sup>In quel giorno Erode e Pilato diventarono amici tra loro; prima, infatti, tra loro vi era stata inimicizia. <sup>13</sup>Pilato, riuniti i capi dei sacerdoti, le autorità e il popolo, <sup>14</sup>disse loro: "Mi avete portato quest'uomo come agitatore del popolo. Ecco, io l'ho esaminato davanti a voi, ma non ho trovato in quest'uomo nessuna delle colpe di cui lo accusate; <sup>15</sup>e neanche Erode: infatti ce l'ha rimandato. Ecco, egli non ha fatto nulla che meriti la morte. <sup>16</sup>Perciò, dopo averlo punito, lo rimetterò in libertà". <sup>17</sup><sup>18</sup>Ma essi si misero a gridare tutti insieme: "Togli di mezzo costui! Rimettici in libertà Barabba!". <sup>19</sup>Questi era stato messo in prigione per una rivolta, scoppiata in città, e per omicidio. <sup>20</sup>Pilato parlò loro di nuovo, perché voleva rimettere in libertà Gesù. <sup>21</sup>Ma essi urlavano: "Crocifiggilo! Crocifiggilo!". <sup>22</sup>Ed egli, per la terza volta, disse loro: "Ma che male ha fatto costui? Non ho trovato in lui nulla che meriti la morte. Dunque, lo punirò e lo rimetterò in libertà". <sup>23</sup>Essi però insistevano a gran voce, chiedendo che venisse crocifisso, e le loro grida crescevano. <sup>24</sup>Pilato allora decise che la loro richiesta venisse eseguita. <sup>25</sup>Rimise in libertà colui che era stato messo in prigione per rivolta e omicidio, e che essi richiedevano, e consegnò Gesù al loro volere.

#### **Proposta di Riflessione – Silenzio**

**Preghiamo** *insieme*  
Padre di immensa misericordia,



noi abbiamo conosciuto  
la misura del tuo amore  
attraverso il Cristo tuo Figlio  
e nostro Signore.  
Nella sua passione  
abbiamo contemplato  
la mansuetudine del suo cuore:  
il suo silenzio davanti alle calunnie e agli oltraggi,  
la sua pacata fermezza  
di fronte ad una sentenza ingiusta e vile,  
sono il segno di una magnanimità  
senza limiti.  
Chi ha chiesto la sua morte  
E insieme la liberazione di un omicida,  
non avrebbe mai immaginato  
che da quella morte  
sarebbe sgorgata la vita  
per l'intera umanità,  
e che quella crocifissione  
avrebbe segnato  
l'inizio della salvezza universale.  
Mentre meditiamo sulla serietà del male  
che l'uomo può compiere nella sua libertà,  
sulle forme di colpevole ingiustizia,  
di gelosia, di disprezzo e di volgarità,  
rimaniamo conquistati  
da questa bontà veramente divina,  
che non si lascia vincere dal male  
e che porta al limite estremo  
la solidarietà con i peccatori.  
Ti preghiamo o Padre per tutti gli uomini  
che il Cristo ha amato e continua ad amare come fratelli:  
difendili dal male, converti i loro cuori,  
guidali sulla via della redenzione,  
fa' che sentano la potenza  
della tua amorevole paternità,  
della grazia che in Cristo Gesù  
ha visitato il mondo  
e che sempre lo custodirà,  
ora e per tutti i secoli dei secoli. Amen

*Pierantonio Tremolada  
Itinerari di Lettura Biblica - 2007*

## **Padre Nostro – Benedizione**

### **CANTO**

**Nostra gloria è la Croce di Cristo,  
In Lei la vittoria.  
Il Signore è la nostra salvezza,  
La vita, la Risurrezione.**

Non c'è amore più grande  
Di chi dona la sua vita.  
O Croce, tu doni la vita  
E splendi di gloria immortale.

O Albero della vita,  
Che ti innalzi come un vessillo,  
Tu guidaci verso la meta,  
O segno potente di grazia.

Venerdì 23 febbraio 2024  
"Sotto la croce o in croce:  
Cireneo dove sei?"  
(Lc 23,26-49)  
SERATA PENITENZIALE

**CANTO**

Se tu m'accogli, Padre buono,  
prima che venga sera,  
se tu mi doni il tuo perdono  
avrò la pace vera:  
ti chiamerò mio Salvatore e tornerò, Gesù con te.

Se nell'angoscia più profonda,  
quando il nemico assale,  
se la tua grazia mi circonda,  
non temerò alcun male:  
ti invocherò, mio Redentore e resterò sempre con te.

**SALUTO liturgico del sacerdote**

**PREGHIERA** (lettore)

Madre di Gesù,  
fa' che sentiamo il giusto senso  
della croce e che questo senso  
risplenda nella nostra preghiera,  
nelle nostre difficoltà,  
nel nostro contatto  
con le sofferenze degli altri  
e ci metta nella giusta situazione  
rispetto alle sofferenze del mondo  
e di tutti gli uomini.  
Fa' che preghiamo con te,  
Madre di Gesù, in unione  
Con le sofferenze di tutta  
l'umanità.

Carlo Maria Martini  
I racconti della Passione

—————**SALMO 51** (50)—————

a cori alterni

**Ant.** Oggi con me sarai nel paradiso

*Pietà di me, o Dio, nel tuo amore; \**  
nella tua grande misericordia  
cancella la mia iniquità.  
Lavami tutto dalla mia colpa,  
dal mio peccato rendimi puro.

Sì, le mie iniquità io le riconosco,  
il mio peccato mi sta sempre dinanzi.  
Contro di te, contro te solo ho peccato,  
quello che è male ai tuoi occhi, io l'ho fatto:  
così sei giusto nella tua sentenza,  
sei retto nel tuo giudizio.

Ecco, nella colpa io sono nato,  
nel peccato mi ha concepito mia madre.  
Ma tu gradisci la sincerità nel mio intimo,  
nel segreto del cuore mi insegni la sapienza.

Aspergimi con rami d'issòpo e sarò puro;  
lavami e sarò più bianco della neve.  
Fammi sentire gioia e letizia:  
esulteranno le ossa che hai spezzato.

Distogli lo sguardo dai miei peccati,  
cancella tutte le mie colpe  
Crea in me, o Dio, un cuore puro,  
rinnova in me uno spirito saldo.

Non scacciarmi dalla tua presenza  
e non privarmi del tuo santo spirito.  
Rendimi la gioia della tua salvezza,  
sostienimi con uno spirito generoso.

Insegnerò ai ribelli le tue vie  
e i peccatori a te ritorneranno.  
Liberami dal sangue, o Dio, Dio mia salvezza:  
la mia lingua esalterà la tua giustizia.

Signore, apri le mie labbra  
e la mia bocca proclami la tua lode.  
Uno spirito contrito è sacrificio a Dio;  
un cuore contrito e affranto tu, o Dio, non disprezzi.

Gloria.

**Ant. Oggi con me sarai nel paradiso**

**INVOCAZIONE DELLO SPIRITO pag. 1**

**Dal Vangelo secondo Luca (23,26-49)**

<sup>26</sup>Mentre lo conducevano via, fermarono un certo Simone di Cirene, che tornava dai campi, e gli misero addosso la croce, da portare dietro a Gesù. <sup>27</sup>Lo seguiva una grande moltitudine di popolo e di donne, che si battevano il petto e facevano lamenti su di lui. <sup>28</sup>Ma Gesù, voltandosi verso di loro, disse: "Figlie di Gerusalemme, non piangete su di me, ma piangete su voi stesse e sui vostri figli. <sup>29</sup>Ecco, verranno giorni nei quali si dirà: "Beate le sterili, i grembi che non hanno generato e i seni che non hanno allattato". <sup>30</sup>Allora cominceranno a *dire ai monti: "Cadete su di noi!", e alle colline: "Copriteci!"*. <sup>31</sup>Perché, se si tratta così il legno verde, che avverrà del legno secco?". <sup>32</sup>Insieme con lui venivano condotti a morte anche altri due, che erano malfattori.

<sup>33</sup>Quando giunsero sul luogo chiamato Cranio, vi crocifissero lui e i malfattori, uno a destra e l'altro a sinistra. <sup>34</sup>Gesù diceva: "Padre, perdona loro perché non sanno quello che fanno". *Poi dividendo le sue vesti, le tirarono a sorte.* <sup>35</sup>Il popolo stava a vedere; i capi invece lo deridevano dicendo: "Ha salvato altri! Salvi se stesso, se è lui il Cristo di Dio, l'eletto". <sup>36</sup>Anche i soldati lo deridevano, gli si accostavano per porgergli dell'aceto <sup>37</sup>e dicevano: "Se tu sei il re dei Giudei, salva te stesso". <sup>38</sup>Sopra di lui c'era anche una scritta: "Costui è il re dei Giudei".

<sup>39</sup> Uno dei malfattori appesi alla croce lo insultava: "Non sei tu il Cristo? Salva te stesso e noi!". <sup>40</sup>L'altro invece lo rimproverava dicendo: "Non hai alcun timore di Dio, tu che sei condannato alla stessa pena? <sup>41</sup>Noi, giustamente, perché riceviamo quello che abbiamo meritato per le nostre azioni; egli invece non ha fatto nulla di male". <sup>42</sup>E disse: "Gesù, ricordati di me quando entrerai nel tuo regno".

<sup>43</sup>Gli rispose: "In verità io ti dico: oggi con me sarai nel paradiso".

<sup>44</sup> Era già verso mezzogiorno e si fece buio su tutta la terra fino alle tre del pomeriggio, <sup>45</sup>perché il sole si era eclissato. Il velo del tempio si squarciò a metà. <sup>46</sup> Gesù, gridando a gran voce, disse: "Padre, *nelle tue mani consegno il mio spirito*". Detto questo, spirò.

<sup>47</sup>Visto ciò che era accaduto, il centurione dava gloria a Dio dicendo: "Veramente quest'uomo era giusto".<sup>48</sup>Così pure tutta la folla che era venuta a vedere questo spettacolo, ripensando a quanto era accaduto, se ne tornava battendosi il

petto. <sup>49</sup>Tutti i suoi conoscenti, e le donne che lo avevano seguito fin dalla Galilea, stavano da lontano a guardare tutto questo.

## **Proposta di Riflessione**

### **Silenzio**

#### **Possibilità di accedere personalmente alla confessione sacramentale**

### **Silenzio**

#### **Preghiamo** *insieme*

Padre santo e onnipotente,  
che il Cristo ci ha insegnato a invocare con il nome di Padre,  
ascolta la preghiera che ti innalziamo  
mentre contempliamo la morte in croce del tuo Figlio amato.

Egli è morto perdonando i suoi crocifissori,  
offrendo all'umanità l'esempio  
di un amore senza confini,  
più forte di ogni crudeltà e  
di ogni ingiustizia.

Questa misericordia che ci ha salvato  
si apre ora ad accogliere anche noi,  
perché anche sappiamo perdonare  
i nostri debitori,  
amare i nostri nemici,  
vincere il male con il bene.

Il nostro cuore e  
la nostra mente meditano  
sul Signore che ha salvato noi  
non salvando se stesso,  
che ha condiviso tutto di noi  
fino alla morte,  
nella forma atroce della crocifissione.

Martire della carità divina,  
libero nell'offrire la sua vita,  
egli ci ha riconciliato col Padre.

La comunione con lui,  
che il buon ladrone per primo  
ha ricevuto in dono,  
è il nostro paradiso, già ora qui in terra  
e un giorno nel cielo.

Donaci, o Padre, occhi attenti  
e cuore sensibile,  
perché sappiamo vivere  
l'esperienza della contrizione,  
perché sappiamo batterci il petto  
davanti allo spettacolo  
della croce del salvatore,  
segno perenne e fecondo  
della infinita bontà di Dio.

Alla sua potenza regale noi ci affidiamo,  
mentre, pellegrini nella storia,  
siamo in cammino verso il  
compimento del disegno di grazia,  
verso l'attuazione del tuo progetto  
di grazia, o Padre,  
che con il Figlio e lo Spirito santo  
vivi e regni nei secoli dei secoli. Amen



Lined writing area consisting of multiple horizontal lines.



