



Comunità Pastorale San Vincenzo

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

“DIO AMA CHI DONA CON GIOIA”



Il martirio di San Lorenzo - Pellegrino Tibaldi



ESERCIZI SPIRITUALI

7 - 11 marzo 2022

“DIO AMA CHI DONA CON GIOIA”

2Cor 9,7

Tema delle cinque serate: la libertà del Cristiano
Il cristiano che vive liberamente è colui che vive il Vangelo non perché si aspetta una ricompensa ma perché sa che vivere il Vangelo è già la ricompensa.

Esercizi spirituali

7 / 11 MARZO 2022

RELATRICI:

- * **Suor Jolanda e suor Annarita**, Sacramentine di Cantù
- * **Suor Sarah Bortolato** delle Suore di Santa Marcellina, Milano
- * **Suor Marta Galbiati** della Famiglia del Sacro Cuore di Sulbiate
- * **Carla Consonni**, “Ordo Virginum”, moderatrice del Gruppo Barnaba del Decanato di Erba, ex insegnante di religione
- * **Giovanna Riboldi** responsabile decanale di Azione Cattolica, membro della Commissione diocesana per la preparazione della Lectio e presidente dell'associazione culturale “G. Lazzati” di Desio, ove risiede

I NOSTRI IDOLI

*Serata di ingresso in Quaresima, revisione di vita
e imposizione delle ceneri*

Canto d'inizio

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.

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.

Lettera ai Romani

1,29-31

Dio li ha abbandonati alla loro intelligenza depravata ed essi hanno commesso azioni indegne: ²⁹sono colmi di ogni ingiustizia, di malvagità, di cupidigia, di malizia; pieni d'invidia, di omicidio, di lite, di frode, di malignità; diffamatori, ³⁰maldicenti, nemici di Dio, arroganti, superbi, presuntuosi, ingegnosi nel male, ribelli ai genitori, ³¹insensati, sleali, senza cuore, senza misericordia.

Dal Vangelo di Marco

7,20-23

²⁰E diceva: «Ciò che esce dall'uomo è quello che rende impuro l'uomo. ²¹Dal di dentro infatti, cioè dal cuore degli uomini, escono i propositi di male: impurità, furti, omicidi, ²²adulteri, avidità, malvagità, inganno, dissolutezza, invidia, calunnia, superbia, stoltezza. ²³Tutte queste cose cattive vengono fuori dall'interno e rendono impuro l'uomo».

RIFLESSIONE
BREVE PAUSA DI SILENZIO MEDITATIVO

RIMANERE NELLA PAROLA

Prepariamoci al rito dell'imposizione delle ceneri

BENEDIZIONE E IMPOSIZIONE DELLE CENERI

Raccogliamoci, fratelli carissimi, in umile preghiera davanti a Dio nostro Padre perché faccia scendere su noi la sua benedizione e accolga l'atto penitenziale che stiamo per compiere.

Breve pausa silenziosa

Orazione

O Dio, che hai pietà di chi si pente e doni la tua pace a chi si converte, accogli con paterna bontà la preghiera del tuo popolo e benedici † questi tuoi figli, che riceveranno l'austero simbolo delle ceneri, perché, attraverso l'itinerario spirituale della Quaresima, giungano interiormente rinnovati a celebrare la Pasqua del tuo Figlio, Gesù Cristo nostro Signore, che vive e regna nei secoli dei secoli.

AMEN

e senza nulla dire asperge le ceneri con l'acqua benedetta

I fedeli si presentano al sacerdote, ed egli impone a ciascuno le ceneri dicendo:

Convertitevi e credete al Vangelo

oppure

Ricordati che sei polvere e in polvere tornerai.

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 rischiara 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.

Al termine, ritornati all'altare, si propone

L'ASSUNZIONE DEGLI IMPEGNI QUARESIMALI,

Sac. Fratelli e sorelle vogliamo ora ricordare pubblicamente gli impegni che la quaresima ci offre e fare la nostra scelta per iniziare il cammino di conversione in preparazione alla Pasqua del Signore. Offro alla vostra attenzione alcune proposte che la Chiesa e la nostra comunità suggeriscono per vivere bene questi quaranta giorni di quaresima.

Per la nostra vita di preghiera personale e comunitaria, ricordo:

- ≠ La partecipazione agli esercizi spirituali della comunità nella prima settimana di quaresima
- ≠ Il libretto "La parola ogni giorno" quaresima e Pasqua 2022.
- ≠ Scegliamo 10 minuti al giorno per la nostra preghiera personale.
- ≠ Cerchiamo di partecipare a una messa feriale durante la settimana.
- ≠ Al venerdì celebriamo personalmente o comunitariamente la via crucis.
- ≠ Venerdì 1 e 8 aprile partecipiamo al momento di adorazione della croce

nella basilica di Galliano.

- ≠ Impegniamoci a celebrare il Sacramento della riconciliazione in preparazione alla Pasqua.

Per le nostre rinunce, segno di mortificazione e sacrificio ricordo:

- ≠ Il digiuno quaresimale il primo e l'ultimo venerdì di quaresima
- ≠ L'astinenza dalle carni (cioè il magro) i venerdì di quaresima
- ≠ Il digiuno dalle parole inutili, dai giudizi e dai pregiudizi nei confronti degli altri
- ≠ Il digiuno dall'uso dei mezzi di comunicazione per avere un po' di tempo di silenzio e di meditazione

Per la nostra carità fraterna ricordo:

- ≠ Rinunciamo a qualcosa che ci piace e ci è utile e il denaro risparmiato mettiamolo nelle cassette per la raccolta dei fondi per la quaresima di fraternità, che quest'anno servirà a sostenere la ristrutturazione della casa di accoglienza della nostra Caritas decanale ad Arosio.

Momento di silenzio

Sac. Fratelli e sorelle il Signore con la sua grazia sostenga il nostro impegno e ci aiuti ad arrivare alla Pasqua con il cuore rinnovato. Per Cristo nostro Signore.

T. Amen

Padre Nostro ...

Orazione:

Donaci, o Dio onnipotente,
di rinnovare con propositi di vita austera
il nostro impegno cristiano;
nella lotta contro lo spirito del male
non ci manchi, per tua grazia, il coraggio di rinunce salutari.
Per Gesù Cristo, tuo Figlio, nostro Signore e nostro Dio,
che vive e regna con te, nell'unità dello Spirito Santo,
per tutti i secoli dei secoli.

Canto finale:

PURIFICAMI O SIGNORE

*Rit. Purificami, o Signore,
sarò più bianco della neve.*

1. Pietà di me, o Dio, nel tuo amore:
nel tuo affetto cancella il mio peccato
e lavami da ogni mia colpa,
purificami da ogni mio errore.
2. Il mio peccato, io lo riconosco,
il mio errore mi è sempre dinanzi:
contro Te,
contro Te solo ho peccato,
quello che è male ai tuoi occhi
io l'ho fatto.
3. Così sei giusto nel tuo parlare
e limpido nel tuo giudicare.
Ecco, malvagio sono nato,
peccatore
mi ha concepito mia madre.
4. Ecco, ti piace verità nell'intimo
e nel profondo mi insegna sapienza.
Se mi purifichi con issopo,
sono limpido,
se mi lavi,
sono più bianco della neve.
5. Fammi udire gioia e allegria:
esulteranno le ossa
che hai fiaccato.
Dai miei errori
nascondi il tuo volto
e cancella tutte le mie colpe!
6. Crea in me, o Dio, un cuore puro,
rinnova in me uno spirito fermo.
Non cacciarmi
lontano dal tuo volto,
non mi togliere
il tuo spirito di santità.
7. Ritorni a me
la tua gioia di salvezza,
sorreggi in me
uno spirito risoluto.
Insegnerò ai peccatori le tue vie
e gli erranti ritorneranno a Te.
8. Liberami dal sangue,
o Dio, mia salvezza,
e la mia lingua
griderà la tua giustizia.
Signore, apri le mie labbra,
e la mia bocca
annuncerà la tua lode.
9. Le vittime non ti sono gradite:
se ti offro un olocausto,
non lo vuoi.
La mia vittima
è il mio spirito affranto:
non disprezzi
un cuore affranto e fiaccato.
10. Sia gloria al Padre onnipotente,
al Figlio, Gesù Cristo, Signore,
allo Spirito Santo, Amore,
nei secoli dei secoli. Amen.

IL FASCINO DEL PROIBITO

Canto:

PADRE, NOSTRO ASCOLTACI

1. Padre nostro ascoltaci,
con il cuore ti preghiamo,
resta sempre accanto a noi,
confidiamo in te.

*La tua mano
stendi sopra tutti i figli tuoi,
il tuo regno venga
in mezzo a noi!*

2. Per il pane d'ogni dì,
per chi vive e per chi muore,
per chi piange in mezzo a noi
noi preghiamo te.

*Per chi ha il cuore vuoto
per chi ormai non spera più
per chi amore non ha visto mai.*

3. Se nel nome di Gesù
con amore perdoniamo,
anche tu che sei l'Amore
ci perdonerai.

*La tristezza dentro al cuore
non ritornerà
nel tuo nome gioia ognuno avrà.*

Preghiera 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 combatterlo 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.

2 ¹⁶ Il Signore Dio diede questo comando all'uomo: «Tu potrai mangiare di tutti gli alberi del giardino, ¹⁷ ma dell'albero della conoscenza del bene e del male non devi mangiare, perché, nel giorno in cui tu ne mangerai, certamente dovrai morire».

²⁵ Ora tutti e due erano nudi, l'uomo e sua moglie, e non provavano vergogna.

3 ¹ Il serpente era il più astuto di tutti gli animali selvatici che Dio aveva fatto e disse alla donna: «È vero che Dio ha detto: «Non dovete mangiare di alcun albero del giardino»?». ² Rispose la donna al serpente: «Dei frutti degli alberi del giardino noi possiamo mangiare, ³ ma del frutto dell'albero che sta in mezzo al giardino Dio ha detto: «Non dovete mangiarne e non lo dovete toccare, altrimenti morirete»». ⁴ Ma il serpente disse alla donna: «Non morirete affatto! ⁵ Anzi, Dio sa che il giorno in cui voi ne mangiaste si aprirebbero i vostri occhi e sareste come Dio, conoscendo il bene e il male». ⁶ Allora la donna vide che l'albero era buono da mangiare, gradevole agli occhi e desiderabile per acquistare saggezza; prese del suo frutto e ne mangiò, poi ne diede anche al marito, che era con lei, e anch'egli ne mangiò.

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 91 - La protezione divina

- ¹ Chi abita al riparo dell'Altissimo
passerà la notte all'ombra dell'Onnipotente.
- ² Io dico al Signore: «Mio rifugio e mia fortezza,
mio Dio in cui confido».
- ³ Egli ti libererà dal laccio del cacciatore,
dalla peste che distrugge.
- ⁴ Ti coprirà con le sue penne,
sotto le sue ali troverai rifugio;
la sua fedeltà ti sarà scudo e corazza.
- ⁵ Non temerai il terrore della notte
né la freccia che vola di giorno,
- ⁶ la peste che vaga nelle tenebre,
lo sterminio che devasta a mezzogiorno.
- ⁷ Mille cadranno al tuo fianco
e diecimila alla tua destra,
ma nulla ti potrà colpire.
- ⁸ Basterà che tu apra gli occhi
e vedrai la ricompensa dei malvagi!
- ⁹ «Sì, mio rifugio sei tu, o Signore!».
Tu hai fatto dell'Altissimo la tua dimora:
- ¹⁰ non ti potrà colpire la sventura,
nessun colpo cadrà sulla tua tenda.

¹¹ Egli per te darà ordine ai suoi angeli
di custodirti in tutte le tue vie.

¹² Sulle mani essi ti porteranno,
perché il tuo piede non inciampi nella pietra.

¹³ Calpesterai leoni e vipere,
schiaccerai leoncelli e draghi.

¹⁴ «Lo libererò, perché a me si è legato,
lo porrò al sicuro, perché ha conosciuto il mio nome.

¹⁵ Mi invocherà e io gli darò risposta;
nell'angoscia io sarò con lui,
lo libererò e lo renderò glorioso.

¹⁶ Lo sazierò di lunghi giorni
e gli farò vedere la mia salvezza».

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

ALLA CROCE

Oh Dio conosci me, le mie vie.
Anche quando sbaglio, so che mi ami.
La Tua presenza avvolge me
in ogni istante, so che mi ami, so che mi ami.

**Alla croce adoro Te, hai sparso il sangue Tuo per me,
no non c'è più grande amor.
Nella tomba non sei più, ma nella gloria di lassù,
niente ci separerà...**

Tu mi hai mostrato qual è la via,
tu mi proteggi, so che mi ami.

**Alla croce adoro Te, hai sparso il sangue Tuo per me,
no non c'è più grande amor.
Nella tomba non sei più, ma nella gloria di lassù,
niente ci separerà...**

**Sei morto per me, risorto per me,
per salvarmi mio Signor.
Sei morto per me, risorto per me,
per salvarmi mio Signor.**

Quando la terra scomparirà,
vedrò il Tuo volto:
mi dirai che mi ami, mi dirai che mi ami.

Alla croce....

Sei morto per me...

Mercoledì

LIBERTÀ NON È FARE CIÒ CHE SI VUOLE MA VOLERE CIÒ CHE SI FA.

Canto

APRI LE TUE BRACCIA

Hai cercato la libertà lontano
hai trovato la noia e le catene
hai vagato senza via, solo con la tua fame.

**Rit.: Apri le tue braccia
corri incontro al Padre
oggi la sua casa sarà in festa per te!**

Se vorrai spezzare le catene
troverai la strada dell'amore
la tua gioia canterai, questa è libertà. *RIT.*

I tuoi occhi ricercano l'azzurro
c'è una casa che aspetta il tuo ritorno
e la pace tornerà, questa è libertà. *RIT.*

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.

Seconda lettera ai Corinzi

9,6-10

⁶Tenete presente questo: chi semina scarsamente, scarsamente raccoglierà e chi semina con larghezza, con larghezza raccoglierà.

⁷Ciascuno dia secondo quanto ha deciso nel suo cuore, non con tristezza né per forza, perché Dio ama chi dona con gioia. ⁸Del resto, Dio ha potere di far abbondare in voi ogni grazia perché, avendo sempre il necessario in tutto, possiate compiere generosamente tutte le opere di bene. ⁹Sta scritto infatti:

*Ha largheggiato, ha dato ai poveri,
la sua giustizia dura in eterno.*

¹⁰Colui che dà il seme al seminatore e il pane per il nutrimento, darà e moltiplicherà anche la vostra semente e farà crescere i frutti della vostra giustizia.

RIFLESSIONE
BREVE PAUSA DI SILENZIO MEDITATIVO
CANTO

RICORDA LA PROMESSA

*Rit.: Ricorda la promessa fatta al tuo servo,
con la quale mi hai dato speranza.
Questo mi consola nella mia miseria;
la tua parola mi dona la vita.*

1. Beato l'uomo d'integra condotta,
che pratica la legge del Signore.
 2. Beato che è fedele al suo volere
e medita ogni giorno la sua legge.
 3. Beato chi cammina con giustizia:
il giusto sarà sempre ricordato.
 4. Potente sulla terra è la sua stirpe,
la sua discendenza benedetta.
 5. A me, Signore, venga la tua grazia,
la tua luce sulla mia strada.
 6. I tuoi fedeli lieto mi vedranno,
Perché ho sperato nella tua Parola.
-

RIMANERE NELLA PAROLA

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

Salmo 112 - Inno di elogio del giusto

¹ Beato l'uomo che teme il Signore
e nei suoi precetti trova grande gioia.

² *Potente sulla terra sarà la sua stirpe,
la discendenza degli uomini retti sarà benedetta.*

³ Prosperità e ricchezza nella sua casa,
la sua giustizia rimane per sempre.

⁴ *Spunta nelle tenebre, luce per gli uomini retti:
misericordioso, pietoso e giusto.*

⁵ Felice l'uomo pietoso che dà in prestito,
amministra i suoi beni con giustizia.

⁶ *Egli non vacillerà in eterno:
eterno sarà il ricordo del giusto.*

⁷ Cattive notizie non avrà da temere,
saldo è il suo cuore, confida nel Signore.

⁸ *Sicuro è il suo cuore, non teme,
finché non vedrà la rovina dei suoi nemici.*

⁹ Egli dona largamente ai poveri,
la sua giustizia rimane per sempre,
la sua fronte s'innalza nella gloria.

¹⁰ *Il malvagio vede e va in collera,
digrigna i denti e si consuma.
Ma il desiderio dei malvagi va in rovina.*

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

TU FONTE VIVA

1. Tu, fonte viva: chi ha sete, beva!
Fratello buono,
che rinfranchi il passo:
nessuno è solo se tu lo sorreggi,
grande Signore!
2. Tu, pane vivo:
chi ha fame venga!
Se tu lo accogli,
entrerà nel Regno:
sei tu la luce per l'eterna festa,
grande Signore!
3. Tu, segno vivo: chi ti cerca veda!
Una dimora troverà con gioia:
dentro l'aspetti, tu sarai l'amico,
grande Signore!

Giovedì

METTERE ORDINE NELLA PROPRIA VITA: “TUTTO MI È LECITO MA NON TUTTO GIOVA”

Canto - UNITÀ NELLA DIVERSITÀ

1. Il calice che noi benediciamo
è comunione col Sangue di Cristo;
il pane che assieme noi spezziamo,
è comunione col Corpo di Cristo.
E noi che pure siamo molti
formiamo tutti un solo corpo,
perché mangiamo un solo pane
come fratelli alla mensa del Padre.

***Rit. Noi siamo in un mondo diviso
un segno di speranza e di pace:
siamo il Corpo di Cristo risorto
che era, che è e che viene!***

2. E come in un solo corpo
le membra sono numerose,
così anche noi che siamo molti
formiamo un solo corpo in Cristo.
Infatti siamo stati battezzati
per costruire il Corpo di Cristo:
e tutti ci siamo dissetati
ad un medesimo ed unico Spirito.

Pregiera 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.

Prima lettera ai Corinzi

6,12-17

¹² «Tutto mi è lecito!. Sì, ma non tutto giova. «Tutto mi è lecito!. Sì, ma non mi lascerò dominare da nulla. ¹³ «I cibi sono per il ventre e il ventre per i cibi!. Dio però distruggerà questo e quelli. Il corpo non è per l'impurità, ma per il Signore, e il Signore è per il corpo. ¹⁴ Dio, che ha risuscitato il Signore, risusciterà anche noi con la sua potenza.

(Continua a pagina 23)

¹⁵Non sapete che i vostri corpi sono membra di Cristo? Prenderò dunque le membra di Cristo e ne farò membra di una prostituta? Non sia mai! ¹⁶Non sapete che chi si unisce alla prostituta forma con essa un corpo solo? *I due - è detto - diventeranno una sola carne.* ¹⁷Ma chi si unisce al Signore forma con lui un solo spirito.

RIFLESSIONE
BREVE PAUSA DI SILENZIO MEDITATIVO

Canto - LA VITA NELL'AMORE

*Rit. Se la nostra vita sarà nuova
se vivremo fra noi con vero amore,
a quest'uomo che cerca la tua strada
noi sapremo donare la tua luce.*

1. Di tutto ciò che hai fai dono ai tuoi fratelli;
vi troverai la pace gioia e libertà!
Resisti alle ricchezze non vendere il tuo cuore
amare la giustizia vuol dire povertà!

3. Ma dove attingeremo la forza dell'amore?
Chi mi darà il coraggio di offrire la mia vita?
E' nel Signore solo che trovi il vero amore;
a lui chiedi la forza e un cuore nuovo avrai!

RIMANERE NELLA PAROLA

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

Salmo 86 - Preghiera nei pericoli e nelle prove

- ¹ Signore, tendi l'orecchio, rispondimi,
perché io sono povero e misero.
- ² Custodiscimi perché sono fedele;
tu, Dio mio, salva il tuo servo, che in te confida.

*3 Pietà di me, Signore,
a te grido tutto il giorno.*

*4 Rallegra la vita del tuo servo,
perché a te, Signore, rivolgo l'anima mia.*

*5 Tu sei buono, Signore, e perdoni,
sei pieno di misericordia con chi t'invoca.*

*6 Porgi l'orecchio, Signore, alla mia preghiera
e sii attento alla voce delle mie suppliche.*

*7 Nel giorno dell'angoscia alzo a te il mio grido
perché tu mi rispondi.*

*8 Fra gli dèi nessuno è come te, Signore,
e non c'è nulla come le tue opere.*

*9 Tutte le genti che hai creato verranno
e si prostreranno davanti a te, Signore,
per dare gloria al tuo nome.*

*10 Grande tu sei e compi meraviglie:
tu solo sei Dio.*

*11 Mostrami, Signore, la tua via,
perché nella tua verità io cammini;
tieni unito il mio cuore,
perché tema il tuo nome.*

*12 Ti loderò, Signore, mio Dio, con tutto il cuore
e darò gloria al tuo nome per sempre,*

*13 perché grande con me è la tua misericordia:
hai liberato la mia vita dal profondo degli inferi.*

*14 O Dio, gli arroganti contro di me sono insorti
e una banda di prepotenti insidia la mia vita,
non pongono te davanti ai loro occhi.*

*15 Ma tu, Signore, Dio misericordioso e pietoso,
lento all'ira e ricco di amore e di fedeltà,*

*16 volgiti a me e abbi pietà:
dona al tuo servo la tua forza,
salva il figlio della tua serva.*

*17 Dammi un segno di bontà;
vedano quelli che mi odiano e si vergognino,
perché tu, Signore, mi aiuti e mi consoli.*

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 - OLTRE LA MEMORIA

1. 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.

***Rit. 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!***

2. 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.

OPPURE SEI INVIDIOSO PERCHÉ IO SONO BUONO?

Canto

IL DISEGNO

*Rit. Avevi scritto già il mio nome lassù nel cielo,
avevi scritto già la mia vita insieme a te,
avevi scritto già di me.*

1. Nel mare del silenzio una voce si alzò,
da una notte senza confini una luce brillò,
dove non c'era niente, quel giorno.
2. E quando la tua mente fece splendere le stelle,
e quando le tue mani modellarono la terra,
dove non c'era niente, quel giorno.
3. E quando hai calcolato la profondità del cielo,
e quando hai colorato ogni fiore della terra,
dove non c'era niente, quel giorno.
4. E quando hai disegnato le nubi e le montagne,
e quando hai disegnato il cammino di ogni uomo,
l'avevi fatto anche per me.

*Fin. Se ieri non sapevo, oggi ho incontrato te,
e la mia libertà è il tuo disegno su di me,
non cercherò più niente perché
tu mi salverai.*

Pregghiera 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.

Dal Vangelo di Matteo

20,1-16

¹ Il regno dei cieli è simile a un padrone di casa che uscì all'alba per prendere a giornata lavoratori per la sua vigna. ² Si accordò con loro per un denaro al giorno e li mandò nella sua vigna. ³ Uscito poi verso le nove del mattino, ne vide altri che stavano in piazza, disoccupati, ⁴ e disse loro: «Andate anche voi nella vigna; quello che è giusto ve lo darò». ⁵ Ed essi andarono. Uscì di nuovo verso mezzogiorno, e verso

(Continua a pagina 28)

le tre, e fece altrettanto. ⁶Uscito ancora verso le cinque, ne vide altri che se ne stavano lì e disse loro: «Perché ve ne state qui tutto il giorno senza far niente?». ⁷Gli risposero: «Perché nessuno ci ha presi a giornata». Ed egli disse loro: «Andate anche voi nella vigna». ⁸Quando fu sera, il padrone della vigna disse al suo fattore: «Chiama i lavoratori e da' loro la paga, incominciando dagli ultimi fino ai primi». ⁹Venuti quelli delle cinque del pomeriggio, ricevettero ciascuno un denaro. ¹⁰Quando arrivarono i primi, pensarono che avrebbero ricevuto di più. Ma anch'essi ricevettero ciascuno un denaro. ¹¹Nel ritirarlo, però, mormoravano contro il padrone ¹²dicendo: «Questi ultimi hanno lavorato un'ora soltanto e li hai trattati come noi, che abbiamo sopportato il peso della giornata e il caldo». ¹³Ma il padrone, rispondendo a uno di loro, disse: «Amico, io non ti faccio torto. Non hai forse concordato con me per un denaro? ¹⁴Prendi il tuo e vattene. Ma io voglio dare anche a quest'ultimo quanto a te: ¹⁵non posso fare delle mie cose quello che voglio? Oppure tu sei invidioso perché io sono buono?». ¹⁶Così gli ultimi saranno primi e i primi, ultimi».

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 potrò 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 32 - La gioia del peccatore perdonato

¹ Beato l'uomo a cui è tolta la colpa
e coperto il peccato.

² Beato l'uomo a cui Dio non imputa il delitto
e nel cui spirito non è inganno.

³ Tacevo e si logoravano le mie ossa,
mentre ruggivo tutto il giorno.

⁴ Giorno e notte pesava su di me la tua mano,
come nell'arsura estiva si inaridiva il mio vigore.

⁵ Ti ho fatto conoscere il mio peccato,
non ho coperto la mia colpa.
Ho detto: «Confesserò al Signore le mie iniquità»
e tu hai tolto la mia colpa e il mio peccato.

⁶ Per questo ti prega ogni fedele
nel tempo dell'angoscia;
quando irromperanno grandi acque
non potranno raggiungerlo.

⁷ Tu sei il mio rifugio, mi liberi dall'angoscia,
mi circondi di canti di liberazione:

⁸ «Ti istruirò e ti insegnerò la via da seguire;
con gli occhi su di te, ti darò consiglio.

⁹ Non siate privi d'intelligenza come il cavallo e come il mulo:
la loro foga si piega con il morso e le briglie,
se no, a te non si avvicinano».

¹⁰ Molti saranno i dolori del malvagio,
ma l'amore circonda chi confida nel Signore.

¹¹ Rallegratevi nel Signore ed esultate, o giusti!
Voi tutti, retti di cuore, gridate di gioia!

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

TI SEGUIRO'

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

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 2022

Santuario della Madonna dei Miracoli

Comunità Pastorale San Vincenzo - Cantù /Intimiano

Sussidio di _____