



Invitatorio

MARTEDI' - III SETTIMANA DI QUARESIMA - MARTEDI' - III SETTIMANA DI QUARESIMA - III

SETTIMANA DEL SALTERIO

III SETTIMANA DI QUARESIMA

V.

Signore, apri le mie labbra

R.

e la mia bocca proclami la tua lode

Ant.

Venite, adoriamo Cristo Signore:

per noi ha sofferto tentazione e morte.

Oppure:

Ant.

Ascoltate oggi la voce del Signore:

non indurite il vostro cuore.

SALMO 94 Invito a lodare Dio

Esortatevi a vicenda ogni giorno, finché dura

«quest'oggi»

(Eb 3, 13).

Venite, applaudiamo al Signore, *

acclamiamo alla roccia della nostra salvezza.

Accostiamoci a lui per rendergli grazie, *

a lui acclamiamo con canti di gioia

(Ant.).

Poiché grande Dio è il Signore, *

grande re sopra tutti gli dèi.

Nella sua mano sono gli abissi della terra, *

sono sue le vette dei monti.

Suo è il mare, egli l'ha fatto, *

le sue mani hanno plasmato la terra

(Ant.).

Venite, prostrati adoriamo, *

in ginocchio davanti al Signore che ci ha creati.

Egli è il nostro Dio, e noi il popolo del suo pascolo, *

il gregge che egli conduce

(Ant.).

Ascoltate oggi la sua voce: †

«Non indurite il cuore, *

† come a Meriba, come nel giorno di Massa



nel deserto,
dove mi tentarono i vostri padri: *
mi misero alla prova,
pur avendo visto le mie opere
(Ant.).

Per quarant'anni mi disgustai di quella generazione †
e dissi: Sono un popolo dal cuore traviato, *
non conoscono le mie vie;
perciò ho giurato nel mio sdegno: *
Non entreranno nel luogo del mio riposo»
(Ant.).

Gloria al Padre e al Figlio *
e allo Spirito Santo.

Come era nel principio, e ora e sempre *
nei secoli dei secoli. Amen
(Ant.).

Ant.

Venite, adoriamo Cristo Signore:
per noi ha sofferto tentazione e morte.
Oppure:

Ant.

Ascoltate oggi la voce del Signore:
non indurite il vostro cuore.



V.

O Dio, vieni a salvarmi

R.

Signore, vieni presto in mio aiuto.

Gloria al Padre e al Figlio

e allo Spirito Santo.

Come era nel principio, e ora e sempre

nei secoli dei secoli. Amen.

Questa introduzione si omette quando si comincia l'Ufficio con l'Invitatorio.

INNO

Protési alla gioia pasquale,
sulle orme di Cristo Signore
seguiamo l'austero cammino
della santa Quaresima.

La legge e i profeti annunziarono
dei quaranta giorni il mistero;
Gesù consacrò nel deserto
questo tempo di grazia.

Sia parca e frugale la mensa,
sia sobria la lingua ed il cuore;
fratelli, è tempo di ascoltare
la voce dello Spirito.

Forti nella fede vigiliamo
contro le insidie del nemico:
ai servi fedeli è promessa
la corona di gloria.

Sia lode al Padre onnipotente,
al Figlio Gesù redentore,
allo Spirito Santo Amore
nei secoli dei secoli. Amen.

Oppure:

Nell'Ufficio domenicale:

Ex more docti mystico
servémus abstinéntiam,
deno diérum círculo
ducto quater notíssimo.

Lex et prophétæ prímítus
hanc prætulérunť, póstmodum
Christus sacrávit, ómnium
rex atque factor témporum.

Utámur ergo párcius



verbis, cibus et pótibus,
somno, iocis et árctius
perstémus in custódia.
Vitémus autem péssima
quæ súbruunt mentes vagas,
nullúmque demus cállido
hosti locum tyránnidis.
Præsta, beáta Trínitas,
concéde, simplex Unitas,
ut fructuósa sint tuis
hæc parcitátis múnera. Amen.

Nell'Ufficio feriale:

Nunc tempus acceptábile
fulget datum divínitus,
ut sanet orbem lánguidum
medéla parsimóniæ.

Christi decóro lúmine
dies salútis émicat,
dum corda culpis sáucia
refórmat abstinéntia.

Hanc mente nos et córpore,
Deus, tenére pérfice,
ut appetámus próspero
perénne pascha tránsitu.
Te rerum univérsitas,
clemens, adóret, Trínitas,
et nos novi per véniam
novum canámus cánticum. Amen.

1 ant.

Sorga Dio,
e i suoi nemici fuggano lontano.

SALMO 67 L'ingresso trionfale del Signore
Ascendendo in cielo ha portato con sé i prigionieri,
ha distribuito doni agli uomini. Colui che discese è lo stesso
che anche ascese al di sopra di tutti i cieli, per riempire tutte le cose

(Ef 4, 8. 10).

I (2-11)

Sorga Dio, i suoi nemici si disperdano *
e fuggano davanti a lui quelli che lo odiano.

Come si disperde il fumo, tu li disperdi; †
come fonde la cera di fronte al fuoco, *



periscano gli empi davanti a Dio.
I giusti invece si rallegrino, †
esultino davanti a Dio *
e cantino di gioia.
Cantate a Dio, inneggiate al suo nome, *
spianate la strada a chi cavalca le nubi:
«Signore» è il suo nome, *
gioite davanti a lui.
Padre degli orfani e difensore delle vedove *
è Dio nella sua santa dimora.
Ai derelitti Dio fa abitare una casa, †
fa uscire con gioia i prigionieri; *
solo i ribelli abbandona in arida terra.
Dio, quando uscivi davanti al tuo popolo, *
quando camminavi per il deserto, tremò la terra,
stillarono i cieli davanti al Dio del Sinai, *
davanti a Dio, il Dio di Israele.
Pioggia abbondante riversavi, o Dio, *
rinvigorivi la tua eredità esausta.
E il tuo popolo abitò il paese *
che nel tuo amore, o Dio, preparasti al misero.
1 ant.
Sorga Dio,
e i suoi nemici fuggano lontano.
2 ant.
Il nostro Dio è un Dio che salva,
è lui che ci libera dalla morte.
II (12-24)
Il Signore annunzia una notizia, *
le messaggere di vittoria sono grande schiera:
«Fuggono i re, fuggono gli eserciti, *
anche le donne si dividono il bottino.
Mentre voi dormite tra gli ovili, †
splendono d'argento le ali della colomba, *
le sue piume di riflessi d'oro».
Quando disperdeva i re l'Onnipotente, *
nevicava sullo Zalmon.
Monte di Dio il monte di Basan, *
monte dalle alte cime, il monte di Basan.
Perché invidiate, o monti dalle alte cime, †
il monte che Dio ha scelto a sua dimora? *
Il Signore lo abiterà per sempre.



I carri di Dio sono migliaia e migliaia: *
il Signore viene dal Sinai nel santuario.
Sei salito in alto conducendo prigionieri, †
hai ricevuto uomini in tributo: *
anche i ribelli abiteranno presso il Signore Dio.
Benedetto il Signore sempre; *
ha cura di noi il Dio della salvezza.
Il nostro Dio è un Dio che salva; *
il Signore Dio libera dalla morte.
Sì, Dio schiaccerà il capo dei suoi nemici, *
la testa altera di chi percorre la via del delitto.
Ha detto il Signore: «Da Basan li farò tornare, *
li farò tornare dagli abissi del mare,
perché il tuo piede si bagni nel sangue, *
e la lingua dei tuoi cani
riceva la sua parte tra i nemici».

2 ant.

Il nostro Dio è un Dio che salva,
è lui che ci libera dalla morte.

3 ant.

Cantate a Dio, popoli del mondo,
cantate inni al Signore.

III (25-36)

Appare il tuo corteo, Dio, *
il corteo del mio Dio, del mio re, nel santuario.
Precedono i cantori, †
seguono ultimi i citaredi, *
in mezzo le fanciulle che battono cembali.
«Benedite Dio nelle vostre assemblee, *
benedite il Signore, voi della stirpe di Israele».
Ecco, Beniamino, il più giovane, †
guida i capi di Giuda nelle loro schiere, *
i capi di Zàbulon, i capi di Nèftali.
Dispiega, Dio, la tua potenza, *
conferma, Dio, quanto hai fatto per noi.
Per il tuo tempio, in Gerusalemme, *
a te i re porteranno doni.
Minaccia la belva dei canneti, †
il branco dei tori con i vitelli dei popoli: *
si prostrino portando verghe d'argento;
disperdi i popoli che amano la guerra. †
Verranno i grandi dall'Egitto, *



l'Etiopia tenderà le mani a Dio.
Regni della terra, cantate a Dio, *
cantate inni al Signore;
egli nei cieli cavalca, nei cieli eterni, *
ecco, tuona con voce potente.
Riconoscete a Dio la sua potenza, †
la sua maestà su Israele, *
la sua potenza sopra le nubi.
Terribile sei, Dio, dal tuo santuario; †
il Dio d'Israele dà forza e vigore al suo popolo, *
sia benedetto Dio.

3 ant.

Cantate a Dio, popoli del mondo,
cantate inni al Signore.

V.

Ecco il tempo della grazia,

R.

ecco i giorni della salvezza.

PRIMA LETTURA

Dal libro dell'Esodo

32, 1-20

Il vitello d'oro

Un giorno il popolo, vedendo che Mosè tardava a scendere dalla montagna, si affollò intorno ad Aronne e gli disse: «Facci un Dio che cammini alla nostra testa, perché a quel Mosè, l'uomo che ci ha fatti uscire dal paese d'Egitto, non sappiamo che cosa sia accaduto». Aronne rispose loro: «Togliete i pendenti d'oro che hanno agli orecchi le vostre mogli e le vostre figlie e portateli a me». Tutto il popolo tolse i pendenti che ciascuno aveva agli orecchi e li portò ad Aronne. Egli li ricevette dalle loro mani e li fece fondere in una forma e ne ottenne un vitello di metallo fuso. Allora dissero: «Ecco il tuo Dio, o Israele, colui che ti ha fatto uscire dal paese d'Egitto!». Ciò vedendo, Aronne costruì un altare davanti al vitello e proclamò: «Domani sarà festa in onore del Signore». Il giorno dopo si alzarono presto, offrirono olocausti e presentarono sacrifici di comunione. Il popolo sedette per mangiare e bere, poi si alzò per darsi al divertimento.

Allora il Signore disse a Mosè: «Va', scendi, perché il tuo popolo, che tu hai fatto uscire dal paese d'Egitto, si è pervertito. Non hanno tardato ad allontanarsi dalla via che io avevo loro indicata! Si son fatti un vitello di metallo fuso, poi gli si sono prostrati dinanzi, gli hanno offerto sacrifici e hanno detto: Ecco il tuo Dio, Israele; colui che ti ha fatto uscire dal paese di Egitto».

Il Signore disse inoltre a Mosè: «Ho osservato questo popolo e ho visto che è un popolo dalla dura cervice. Ora lascia che la mia ira si accenda contro di loro e li distrugga. Di te invece farò una grande nazione».

Mosè allora supplicò il Signore, suo Dio, e disse: «Perché, Signore, divamperà la tua ira contro il tuo



popolo, che tu hai fatto uscire dal paese d'Egitto con grande forza e con mano potente? Perché dovranno dire gli Egiziani: Con malizia li ha fatti uscire, per farli perire tra le montagne e farli sparire dalla terra? Desisti dall'ardore della tua ira e abbandona il proposito di fare del male al tuo popolo. Ricòrdati di Abramo, di Isacco, di Israele, tuoi servi, ai quali hai giurato per te stesso e hai detto: Renderò la vostra posterità numerosa come le stelle del cielo e tutto questo paese, di cui ho parlato, lo darò ai tuoi discendenti, che lo possederanno per sempre».

Il Signore abbandonò il proposito di nuocere al suo popolo.

Mosè ritornò e scese dalla montagna con in mano le due tavole della Testimonianza, tavole scritte sui due lati, da una parte e dall'altra. Le tavole erano opera di Dio, la scrittura era scrittura di Dio, scolpita sulle tavole.

Giosuè sentì il rumore del popolo che urlava e disse a Mosè: «C'è rumore di battaglia nell'accampamento». Ma rispose Mosè:

«Non è il grido di chi canta: Vittoria!

Non è il grido di chi canta: Disfatta!

Il grido di chi canta a due cori

io sento».

Quando si fu avvicinato all'accampamento, vide il vitello e le danze. Allora si accese l'ira di Mosè: egli scagliò dalle mani le tavole spezzandole ai piedi della montagna. Poi afferrò il vitello che avevano fatto, lo bruciò nel fuoco, lo frantumò fino a ridurlo in polvere, ne sparse la polvere nell'acqua e la fece trangugiare agli Israeliti.

RESPONSORIO Cfr. Sal 105, 20. 21; Rm 1, 21. 23

R.

Hanno scambiato la gloria del Signore con
l'immagine di un bue che mangia fieno,

*

dimenticando

Dio che li ha salvati con grandi prodigi.

V.

Si è oscurata la loro mente, hanno cambiato la
gloria dell'incorruttibile Dio con l'immagine dell'uomo
corruttibile,

R.

dimenticando Dio che li ha salvati con grandi
prodigi.

SECONDA LETTURA

Dai «Discorsi» di san Pietro Crisologo, vescovo
(Disc. 43; PL 52, 320 e 322)



La preghiera bussava, il digiuno ottiene,
la misericordia riceve

Tre sono le cose, tre, o fratelli, per cui sta salda la fede, perdura la devozione, resta la virtù: la preghiera, il digiuno, la misericordia. Ciò per cui la preghiera bussava, lo ottiene il digiuno, lo riceve la misericordia. Queste tre cose, preghiera, digiuno, misericordia, sono una cosa sola e ricevono vita l'una dall'altra.

Il digiuno è l'anima della preghiera e la misericordia la vita del digiuno. Nessuno le divida, perché non riescono a stare separate. Colui che ne ha solamente una o non le ha tutte e tre insieme, non ha niente. Perciò chi prega, digiuni. Chi digiuna abbia misericordia. Chi nel domandare desidera di essere esaudito, esaudisca chi gli rivolge domanda. Chi vuol trovare aperto verso di sé il cuore di Dio non chiuda il suo a chi lo supplica.

Chi digiuna comprenda bene cosa significhi per gli altri non aver da mangiare. Ascolti chi ha fame, se vuole che Dio gradisca il suo digiuno. Abbia compassione, chi spera compassione. Chi domanda pietà, la eserciti. Chi vuole che gli sia concesso un dono, apra la sua mano agli altri. È un cattivo richiedente colui che nega agli altri quello che domanda per sé.

O uomo, sii tu stesso per te la regola della misericordia. Il modo con cui vuoi che si usi misericordia a te, usalo tu con gli altri. La larghezza di misericordia che vuoi per te, abbila per gli altri. Offri agli altri quella stessa pronta misericordia, che desideri per te.

Perciò preghiera, digiuno, misericordia siano per noi un'unica forza mediatrice presso Dio, siano per noi un'unica difesa, un'unica preghiera sotto tre aspetti.

Quanto col disprezzo abbiamo perduto, conquistiamolo con il digiuno. Immoliamo le nostre anime col digiuno perché non c'è nulla di più gradito che possiamo offrire a Dio, come dimostra il profeta quando dice: «Uno spirito contrito è sacrificio a Dio, un cuore affranto e umiliato, tu, o Dio, non disprezzi» (Sal 50, 19).

O uomo, offri a Dio la tua anima ed offri l'oblazione del digiuno, perché sia pura l'ostia, santo il sacrificio, vivente la vittima, che a te rimanga e a Dio sia data. Chi non dà questo a Dio non sarà scusato, perché non può non avere se stesso da offrire. Ma perché tutto ciò sia accetto, sia accompagnato dalla misericordia. Il digiuno non germoglia se non è innaffiato dalla misericordia. Il digiuno inaridisce, se inaridisce la misericordia. Ciò che è la pioggia per la terra, è la misericordia per il digiuno. Quantunque ingentilisca il cuore, purifichi la carne, sradichi i vizi, semini le virtù, il digiunatore non coglie frutti se non farà scorrere fiumi di misericordia.

O tu che digiuni, sappi che il tuo campo resterà digiuno se resterà digiuna la misericordia. Quello invece che tu avrai donato nella misericordia, ritornerà abbondantemente nel tuo granaio. Pertanto, o uomo, perché tu non abbia a perdere col voler tenere per te, elargisci agli altri e allora raccoglierai. Da' a te stesso, dando al povero, perché ciò che avrai lasciato in eredità ad un altro, tu non lo avrai.

RESPONSORIO

Cfr. Tb 12, 8. 9

R.

Buona cosa è la preghiera con il digiuno e
l'elemosina.

*

L'elemosina salva dalla morte e purifica



dal peccato.

V.

Chi fa l'elemosina godrà lunga vita:

R.

l'elemosina salva dalla morte e purifica dal peccato.

ORAZIONE

Non ci abbandoni mai la tua grazia, Signore, ci renda fedeli al tuo santo servizio e ci ottenga sempre il tuo aiuto. Per il nostro Signore.

Benediciamo il Signore.

R.

Rendiamo grazie a Dio.



Lodi mattutine

V.

O Dio, vieni a salvarmi

R.

Signore, vieni presto in mio aiuto.

Gloria al Padre e al Figlio
e allo Spirito Santo.

Come era nel principio, e ora e sempre
nei secoli dei secoli. Amen.

Questa introduzione si omette quando si comincia l'Ufficio con l'Invitatorio.

INNO

Nella santa assemblea,
o nel segreto dell'anima
prostriamoci e imploriamo
la divina clemenza.

Dall'ira del giudizio
liberaci, o Padre buono;
non togliere ai tuoi figli
il segno della tua gloria.

Ricorda che ci plasmasti
col soffio del tuo Spirito:
siam tua vigna, tuo popolo
e opera delle tue mani.

Perdona i nostri errori,
sana le nostre ferite,
guidaci con la tua grazia
alla vittoria pasquale.

Sia lode al Padre altissimo,
al Figlio e al Santo Spirito
com'era nel principio,
ora e nei secoli eterni. Amen.

Nell'Ufficio domenicale:
Precémur omnes cernui,
clamémus atque sínguli,
plorémus ante iúdicem,
flectámus iram víndicem:

Nostris malis offéndimus
tuam, Deus, cleméntiam;
effúnde nobis désuper,
remíssor, indulgéntiam.

Meménto quod sumus tui,



licet cadúci, plásmatis;
ne des honórem nóminis
tui, precámur, álteri.
Laxa malum quod fécimur,
auge bonum quod póscimus,
placére quo tandem tibi
possímus hic et pérpetim.
Præsta, beáta Trínitas,
concéde, simplex Unitas,
ut fructuósa sint tuis
hæc parcitátis múnera. Amen.

Nell'Ufficio feriale:

Iam, Christe, sol iustítiæ,
mentis dehíscant ténebræ,
virtútum ut lux rédeat,
terris diem cum réparas.

Dans tempus acceptábile
et pñitens cor tribue,
convértat ut benígnitas
quos longa suffert píetas;
Quiddámque pæniténtiæ
da ferre, quo fit démpcio,
maióre tuo múnere,
culpárum quamvis grándium.

Dies venit, dies tua,
per quam reflórent ómnia;
lætémur in hac ut tuæ
per hanc redúcti grátie.
Te rerum univérsitas,
clemens, adóret, Trínitas,
et nos novi per véniam
novum canámus cánticum. Amen.

1 ant.

Sei stato buono con noi, Signore:

hai perdonato l'iniquità del tuo popolo.

SALMO 84 La nostra salvezza è vicina

Cristo Gesù è diventato per noi sapienza, giustizia,
santificazione e redenzione
(1 Cor 1, 30).

Signore, sei stato buono con la tua terra, *

hai ricondotto i deportati di Giacobbe.



Hai perdonato l'iniquità del tuo popolo, *
hai cancellato tutti i suoi peccati.

Hai depresso tutto il tuo sdegno *
e messo fine alla tua grande ira.

Rialzaci, Dio, nostra salvezza, *
e placa il tuo sdegno verso di noi.

Forse per sempre sarai adirato con noi, *
di età in età estenderai il tuo sdegno?

Non tornerai tu forse a darci vita, *
perché in te gioisca il tuo popolo?

Mostraci, Signore, la tua misericordia *
e donaci la tua salvezza.

Ascolterò che cosa dice Dio, il Signore: †
egli annunzia la pace
per il suo popolo, per i suoi fedeli, *
per chi ritorna a lui con tutto il cuore.

La sua salvezza è vicina a chi lo teme *
e la sua gloria abiterà la nostra terra.

Misericordia e verità s'incontreranno, *
giustizia e pace si baceranno.

La verità germoglierà dalla terra *
e la giustizia si affaccerà dal cielo.

Quando il Signore elargirà il suo bene, *
la nostra terra darà il suo frutto.

Davanti a lui camminerà la giustizia *
e sulla via dei suoi passi la salvezza.

1 ant.

Sei stato buono con noi, Signore:
hai perdonato l'iniquità del tuo popolo.

2 ant.

L'anima mia anela a te di notte,
al mattino il mio spirito ti cerca.

CANTICO Is 26, 1-4. 7-9. 12 Inno dopo la vittoria

Le mura della città poggiano su dodici fondamenti

(cfr. Ap 21, 14).

Abbiamo una città forte; *
egli ha eretto a nostra salvezza mura e baluardo.

Aprite le porte: *
entri il popolo giusto che si mantiene fedele.



Il suo animo è saldo; †
tu gli assicurerai la pace, *
pace perché in te ha fiducia.
Confidate nel Signore sempre, *
perché il Signore è una roccia eterna;
il sentiero del giusto è diritto, *
il cammino del giusto tu rendi piano.
Sì, nella via dei tuoi giudizi, Signore,
in te noi speriamo; *
al tuo nome e al tuo ricordo
si volge tutto il nostro desiderio.
Di notte anela a te l'anima mia, *
al mattino ti cerca il mio spirito,
perché quando pronunzi i tuoi giudizi sulla terra, *
giustizia imparano gli abitanti del mondo.
Signore, ci concederai la pace, *
poiché tu dai successo a tutte le nostre imprese.

2 ant.

L'anima mia anela a te di notte,
al mattino il mio spirito ti cerca.

3 ant.

Fa' splendere su di noi il tuo volto, Signore.

SALMO 66 Tutti i popoli glorifichino il Signore

Sia noto a voi che questa salvezza di Dio viene ora
rivolta ai pagani
(At 28, 28).

Dio abbia pietà di noi e ci benedica, *
su di noi faccia splendere il suo volto
perché si conosca sulla terra la tua via, *
fra tutte le genti la tua salvezza.

Ti lodino i popoli, Dio, *
ti lodino i popoli tutti.

Esultino le genti e si rallegriano, †
perché giudichi i popoli con giustizia, *
governi le nazioni sulla terra.

Ti lodino i popoli, Dio, *
ti lodino i popoli tutti.

La terra ha dato il suo frutto. *
Ci benedica Dio, il nostro Dio,
ci benedica Dio *
e lo temano tutti i confini della terra.



3 ant.

Fa' splendere su di noi il tuo volto, Signore.

LETTURA BREVE

GI 2, 12-13

Ritornate a me con tutto il cuore, con digiuni, con pianti e lamenti. Laceratevi il cuore e non le vesti, ritornate al Signore vostro Dio, perché egli è misericordioso e benigno, tardo all'ira e ricco di benevolenza e si impietosisce riguardo alla sventura.

RESPONSORIO BREVE

R.

Lavami da tutte le mie colpe

*

nella tua misericordia.

Lavami da tutte le mie colpe nella tua misericordia.

V.

Cancella, Signore, il mio peccato

nella tua misericordia.

Gloria al Padre e al Figlio e allo Spirito Santo.

Lavami da tutte le mie colpe nella tua misericordia.

Ant. al Ben.

Non sette volte tu perdonerai,

ma settanta volte sette,

dice il Signore.

CANTICO DI ZACCARIA

Lc 1, 68-79

Il Messia e il suo Precursore

Benedetto il Signore Dio d'Israele, *

perché ha visitato e redento il suo popolo,

e ha suscitato per noi una salvezza potente *

nella casa di Davide, suo servo,

come aveva promesso *

per bocca dei suoi santi profeti d'un tempo:

salvezza dai nostri nemici, *

e dalle mani di quanti ci odiano.

Così egli ha concesso misericordia ai nostri padri *

e si è ricordato della sua santa alleanza,

del giuramento fatto ad Abramo, nostro padre, *

di concederci, liberati dalle mani dei nemici,

di servirlo senza timore, in santità e giustizia *

al suo cospetto, per tutti i nostri giorni.

E tu, bambino, sarai chiamato profeta dell'Altissimo *



perché andrai innanzi al Signore
a preparargli le strade,
per dare al suo popolo la conoscenza della salvezza *
nella remissione dei suoi peccati,
grazie alla bontà misericordiosa del nostro Dio, *
per cui verrà a visitarci dall'alto un sole che sorge,
per rischiarare quelli che stanno nelle tenebre *
e nell'ombra della morte
e dirigere i nostri passi *
sulla via della pace.

Gloria al Padre e al Figlio *
e allo Spirito Santo.

Come era nel principio, e ora e sempre *
nei secoli dei secoli. Amen.

Ant. al Ben.

Non sette volte tu perdonerai,
ma settanta volte sette,
dice il Signore.

INVOCAZIONI

Benediciamo il Cristo, che si è donato a noi come
pane disceso dal cielo e rivolgiamo a lui la nostra
comune preghiera:
*Cristo, pane vivo e farmaco d'immortalità, fortifica
le nostre anime.*

Signore, fa' che partecipiamo con fede al banchetto
eucaristico,

—
per possedere in abbondanza i beni del mistero
pasquale.

Donaci di accogliere con cuore libero e ardente la
tua parola,

—
per portare frutto nella perseveranza.
Fa' che collaboriamo a costruire un mondo giusto e
fraterno,

—
perché tutti gli uomini siano disponibili a ricevere
l'annuncio di pace della tua Chiesa.



Abbiamo peccato, Signore, abbiamo molto peccato,

—

lava le nostre colpe nella tua misericordia senza
limiti.

Padre nostro.

ORAZIONE

Non ci abbandoni mai la tua grazia, Signore, ci renda fedeli al tuo santo servizio e ci ottenga sempre il tuo aiuto. Per il nostro Signore.

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

R.

Amen.

Ora media



Ora terza

V.

O Dio, vieni a salvarmi

R.

Signore, vieni presto in mio aiuto.

Gloria al Padre e al Figlio

e allo Spirito Santo.

Come era nel principio, e ora e sempre

nei secoli dei secoli. Amen.

INNO

O Spirito Paraclito,
uno col Padre e il Figlio,
discendi a noi benigno
nell'intimo dei cuori.

Voce e mente si accordino
nel ritmo della lode,
il tuo fuoco ci unisca
in un'anima sola.

O luce di sapienza,
rivelaci il mistero
del Dio trino e unico,
fonte di eterno Amore. Amen.

Ant.

Ecco i giorni della penitenza,
tempo di perdono e di salvezza.

SALMO 118, 97-104 XIII (Mem)

Quanto amo la tua legge, Signore; *
tutto il giorno la vado meditando.

Il tuo precetto mi fa più saggio dei miei nemici, *
perché sempre mi accompagna.

Sono più saggio di tutti i miei maestri, *
perché medito i tuoi insegnamenti.

Ho più senno degli anziani, *
perché osservo i tuoi precetti.

Tengo lontano i miei passi da ogni via di male, *
per custodire la tua parola.

Non mi allontano dai tuoi giudizi, *
perché sei tu ad istruirmi.

Quanto sono dolci al mio palato le tue parole: *
più del miele per la mia bocca.

Dai tuoi decreti ricevo intelligenza, *



per questo odio ogni via di menzogna.

SALMO 73 Lamento per la distruzione del tempio

Non abbiate paura di quelli che uccidono il corpo
(Mt 10, 28).

I (1-12)

O Dio, perché ci respingi per sempre, *
perché divampa la tua ira
contro il gregge del tuo pascolo?
Ricordati del popolo *
che ti sei acquistato nei tempi antichi.
Hai riscattato la tribù che è tuo possesso, *
il monte Sion, dove hai preso dimora.
Volgi i tuoi passi a queste rovine eterne: *
il nemico ha devastato tutto nel tuo santuario.
Ruggirono i tuoi avversari nel tuo tempio, *
issarono i loro vessilli come insegna.
Come chi vibra in alto la scure *
nel folto di una selva,
con l'ascia e con la scure *
frantumavano le sue porte.
Hanno dato alle fiamme il tuo santuario, *
hanno profanato e demolito
la dimora del tuo nome;
pensavano: «Distruggiamoli tutti»; *
hanno bruciato tutti i santuari di Dio nel paese.
Non vediamo più le nostre insegne; †
non ci sono più profeti *
e tra di noi nessuno sa fino a quando.
Fino a quando, o Dio, insulterà l'avversario, *
il nemico continuerà a disprezzare il tuo nome?
Perché ritiri la tua mano *
e trattieni in seno la destra?
Eppure Dio è nostro re dai tempi antichi, *
ha operato la salvezza nella nostra terra.

II (13-23)

Tu con potenza hai diviso il mare, *
hai schiacciato la testa dei draghi sulle acque.
Al Leviatàn hai spezzato la testa, *
lo hai dato in pasto ai mostri marini.
Fonti e torrenti tu hai fatto scaturire, *



hai inaridito fiumi perenni.
Tuo è il giorno e tua è la notte, *
la luna e il sole tu li hai creati.
Tu hai fissato i confini della terra, *
l'estate e l'inverno tu li hai ordinati.
Ricorda: il nemico ha insultato Dio, *
un popolo stolto ha disprezzato il tuo nome.
Non abbandonare alle fiere la vita di chi ti loda, *
non dimenticare mai la vita dei tuoi poveri.
Sii fedele alla tua alleanza; *
gli angoli della terra sono covi di violenza.
L'umile non torni confuso, *
l'afflitto e il povero lodino il tuo nome.
Sorgi, Dio, difendi la tua causa, *
ricorda che lo stolto ti insulta tutto il giorno.
Non dimenticare lo strepito dei tuoi nemici; *
il tumulto dei tuoi avversari cresce senza fine.

Ant.

Ecco i giorni della penitenza,
tempo di perdono e di salvezza.

LETTURA BREVE

GI 2, 17

Tra il vestibolo e l'altare piangono i sacerdoti, ministri del Signore, e dicano: «Perdona, Signore, al tuo popolo e non esporre la tua eredità al vituperio e alla derisione delle genti».

V.

Un cuore puro crea in me, o Signore,

R.

rinnova in me uno spirito saldo.

ORAZIONE

Non ci abbandoni mai la tua grazia, Signore, ci renda fedeli al tuo santo servizio e ci ottenga sempre il tuo aiuto. Per il nostro Signore.

Benediciamo il Signore.

R.

Rendiamo grazie a Dio.



Ora sesta

V.

O Dio, vieni a salvarmi

R.

Signore, vieni presto in mio aiuto.

Gloria al Padre e al Figlio

e allo Spirito Santo.

Come era nel principio, e ora e sempre

nei secoli dei secoli. Amen.

INNO

Glorioso e potente Signore,

che alterni i ritmi del tempo,

irradi di luce il mattino

e accendi di fuochi il meriggio,

tu placa le tristi contese,

estingui la fiamma dell'ira,

infondi vigore alle membra,

ai cuori concedi la pace.

Sia gloria al Padre ed al Figlio,

sia onore al Santo Spirito,

all'unico e trino Signore

sia lode nei secoli eterni. Amen.

Ant.

Io sono il Vivente, dice il Signore:

non voglio la morte del peccatore,

ma che si converta e viva.

SALMO 118, 97-104 XIII (Mem)

Quanto amo la tua legge, Signore; *

tutto il giorno la vado meditando.

Il tuo precetto mi fa più saggio dei miei nemici, *

perché sempre mi accompagna.

Sono più saggio di tutti i miei maestri, *

perché medito i tuoi insegnamenti.

Ho più senno degli anziani, *

perché osservo i tuoi precetti.

Tengo lontano i miei passi da ogni via di male, *

per custodire la tua parola.

Non mi allontanano dai tuoi giudizi, *

perché sei tu ad istruirmi.

Quanto sono dolci al mio palato le tue parole: *

più del miele per la mia bocca.



Dai tuoi decreti ricevo intelligenza, *
per questo odio ogni via di menzogna.

SALMO 73 Lamento per la distruzione del tempio

Non abbiate paura di quelli che uccidono il corpo
(Mt 10, 28).

I (1-12)

O Dio, perché ci respingi per sempre, *
perché divampa la tua ira
contro il gregge del tuo pascolo?

Ricordati del popolo *

che ti sei acquistato nei tempi antichi.

Hai riscattato la tribù che è tuo possesso, *
il monte Sion, dove hai preso dimora.

Volgi i tuoi passi a queste rovine eterne: *
il nemico ha devastato tutto nel tuo santuario.

Ruggirono i tuoi avversari nel tuo tempio, *
issarono i loro vessilli come insegna.

Come chi vibra in alto la scure *
nel folto di una selva,

con l'ascia e con la scure *
frantumavano le sue porte.

Hanno dato alle fiamme il tuo santuario, *
hanno profanato e demolito
la dimora del tuo nome;

pensavano: «Distruggiamoli tutti»; *
hanno bruciato tutti i santuari di Dio nel paese.

Non vediamo più le nostre insegne; †
non ci sono più profeti *
e tra di noi nessuno sa fino a quando.

Fino a quando, o Dio, insulterà l'avversario, *
il nemico continuerà a disprezzare il tuo nome?

Perché ritiri la tua mano *
e trattieni in seno la destra?

Eppure Dio è nostro re dai tempi antichi, *
ha operato la salvezza nella nostra terra.

II (13-23)

Tu con potenza hai diviso il mare, *
hai schiacciato la testa dei draghi sulle acque.

Al Leviatàn hai spezzato la testa, *
lo hai dato in pasto ai mostri marini.



Fonti e torrenti tu hai fatto scaturire, *
hai inaridito fiumi perenni.
Tuo è il giorno e tua è la notte, *
la luna e il sole tu li hai creati.
Tu hai fissato i confini della terra, *
l'estate e l'inverno tu li hai ordinati.
Ricorda: il nemico ha insultato Dio, *
un popolo stolto ha disprezzato il tuo nome.
Non abbandonare alle fiere la vita di chi ti loda, *
non dimenticare mai la vita dei tuoi poveri.
Sii fedele alla tua alleanza; *
gli angoli della terra sono covi di violenza.
L'umile non torni confuso, *
l'afflitto e il povero lodino il tuo nome.
Sorgi, Dio, difendi la tua causa, *
ricorda che lo stolto ti insulta tutto il giorno.
Non dimenticare lo strepito dei tuoi nemici; *
il tumulto dei tuoi avversari cresce senza fine.

Ant.

Io sono il Vivente, dice il Signore:
non voglio la morte del peccatore,
ma che si converta e viva.

LETTURA BREVE

Ger 3, 25b

Abbiamo peccato contro il Signore nostro Dio, noi e i nostri padri, dalla nostra giovinezza fino ad oggi;
non abbiamo ascoltato la voce del Signore nostro Dio.

V.

Dai miei peccati distogli lo sguardo,

R.

cancella tutte le mie colpe.

ORAZIONE

Non ci abbandoni mai la tua grazia, Signore, ci renda fedeli al tuo santo servizio e ci ottenga sempre il tuo aiuto. Per il nostro Signore.

Benediciamo il Signore.

R.

Rendiamo grazie a Dio.



Ora nona

V.

O Dio, vieni a salvarmi

R.

Signore, vieni presto in mio aiuto.

Gloria al Padre e al Figlio

e allo Spirito Santo.

Come era nel principio, e ora e sempre

nei secoli dei secoli. Amen.

INNO

Signore, forza degli esseri,

Dio immutabile, eterno,

tu segni i ritmi del mondo:

i giorni, i secoli, il tempo.

Irradia di luce la sera,

fa' sorgere oltre la morte,

nello splendore dei cieli,

il giorno senza tramonto.

Sia lode al Padre altissimo,

al Figlio e al Santo Spirito,

com'era nel principio,

ora e nei secoli eterni. Amen.

Ant.

Siamo saldi nella prova:

nostra forza è la giustizia di Dio.

SALMO 118, 97-104 XIII (Mem)

Quanto amo la tua legge, Signore; *

tutto il giorno la vado meditando.

Il tuo precetto mi fa più saggio dei miei nemici, *

perché sempre mi accompagna.

Sono più saggio di tutti i miei maestri, *

perché medito i tuoi insegnamenti.

Ho più senno degli anziani, *

perché osservo i tuoi precetti.

Tengo lontano i miei passi da ogni via di male, *

per custodire la tua parola.

Non mi allontano dai tuoi giudizi, *

perché sei tu ad istruirmi.

Quanto sono dolci al mio palato le tue parole: *

più del miele per la mia bocca.

Dai tuoi decreti ricevo intelligenza, *



per questo odio ogni via di menzogna.

SALMO 73 Lamento per la distruzione del tempio

Non abbiate paura di quelli che uccidono il corpo
(Mt 10, 28).

I (1-12)

O Dio, perché ci respingi per sempre, *
perché divampa la tua ira
contro il gregge del tuo pascolo?
Ricordati del popolo *
che ti sei acquistato nei tempi antichi.
Hai riscattato la tribù che è tuo possesso, *
il monte Sion, dove hai preso dimora.
Volgi i tuoi passi a queste rovine eterne: *
il nemico ha devastato tutto nel tuo santuario.
Ruggirono i tuoi avversari nel tuo tempio, *
issarono i loro vessilli come insegna.
Come chi vibra in alto la scure *
nel folto di una selva,
con l'ascia e con la scure *
frantumavano le sue porte.
Hanno dato alle fiamme il tuo santuario, *
hanno profanato e demolito
la dimora del tuo nome;
pensavano: «Distruggiamoli tutti»; *
hanno bruciato tutti i santuari di Dio nel paese.
Non vediamo più le nostre insegne; †
non ci sono più profeti *
e tra di noi nessuno sa fino a quando.
Fino a quando, o Dio, insulterà l'avversario, *
il nemico continuerà a disprezzare il tuo nome?
Perché ritiri la tua mano *
e trattieni in seno la destra?
Eppure Dio è nostro re dai tempi antichi, *
ha operato la salvezza nella nostra terra.

II (13-23)

Tu con potenza hai diviso il mare, *
hai schiacciato la testa dei draghi sulle acque.
Al Leviatàn hai spezzato la testa, *
lo hai dato in pasto ai mostri marini.
Fonti e torrenti tu hai fatto scaturire, *



hai inaridito fiumi perenni.

Tuo è il giorno e tua è la notte, *

la luna e il sole tu li hai creati.

Tu hai fissato i confini della terra, *

l'estate e l'inverno tu li hai ordinati.

Ricorda: il nemico ha insultato Dio, *

un popolo stolto ha disprezzato il tuo nome.

Non abbandonare alle fiere la vita di chi ti loda, *

non dimenticare mai la vita dei tuoi poveri.

Sii fedele alla tua alleanza; *

gli angoli della terra sono covi di violenza.

L'umile non torni confuso, *

l'afflitto e il povero lodino il tuo nome.

Sorgi, Dio, difendi la tua causa, *

ricorda che lo stolto ti insulta tutto il giorno.

Non dimenticare lo strepito dei tuoi nemici; *

il tumulto dei tuoi avversari cresce senza fine.

Ant.

Siamo saldi nella prova:

nostra forza è la giustizia di Dio.

LETTURA BREVE

Is 58, 1-2

Grida a squarciagola, non aver riguardo; come una tromba alza la voce; dichiara al mio popolo i suoi delitti, alla casa di Giacobbe i suoi peccati. Mi ricercano ogni giorno, bramano di conoscere le mie vie, come un popolo che pratici la giustizia e non abbia abbandonato il diritto del suo Dio; mi chiedono giudizi giusti, bramano la vicinanza di Dio.

V.

Un animo pentito tu gradisci, o Dio,

R.

non disprezzi un cuore affranto e umiliato.

ORAZIONE

Non ci abbandoni mai la tua grazia, Signore, ci renda fedeli al tuo santo servizio e ci ottenga sempre il tuo aiuto. Per il nostro Signore.

Benediciamo il Signore.

R.

Rendiamo grazie a Dio.



Vespri

V.

O Dio, vieni a salvarmi

R.

Signore, vieni presto in mio aiuto.

Gloria al Padre e al Figlio

e allo Spirito Santo.

Come era nel principio, e ora e sempre

nei secoli dei secoli. Amen.

INNO

Accogli, o Dio pietoso,

le preghiere e le lacrime

che il tuo popolo effonde

in questo tempo santo.

Tu che scruti e conosci

i segreti dei cuori,

concedi ai penitenti

la grazia del perdono.

Grande è il nostro peccato,

ma più grande è il tuo amore:

cancella i nostri debiti

a gloria del tuo nome.

Risplenda la tua lampada

sopra il nostro cammino,

la tua mano ci guidi

alla meta pasquale.

Ascolta, o Padre altissimo,

tu che regni nei secoli

con il Cristo tuo Figlio

e lo Spirito Santo. Amen.

Oppure:

Nell'Ufficio domenicale:

Audi, benígne Cónditor,

nostras preces cum fléribus,

sacráta in abstinéntia

fusas quadragenária.

Scrutátor alme córdium,

infírma tu scis vírium;

ad te revérsis éxhibe

remissiónis grátiam.

Multum quídem peccávimus,



sed parce confiténtibus,
tuíque laude nóminis
confer medélam lánguidis.
Sic corpus extra cónteri
dona per abstinéntiam,
ieiúnet ut mens sóbria
a labe prorsus críminum.
Præsta, beáta Trínitas,
concéde, simplex Unitas,
ut fructuósa sint tuis
hæc parcitátis múnera. Amen.

Nell'Ufficio feriale:

lesu, quadragenáriæ
dicátor abstinéntiæ,
qui obsalútem méntium
præcéperas ieiúnum,
Adésto nunc Ecclésiæ,
adésto pæniténtiæ,
qua supplicámus cérnui
peccáta nostra dílui.
Tu retroácta crímina
tua remítte grátia
et a futúris ádhibe
custódiam mitíssime,
Ut, expiáti ánnuis
compunctiónis áctibus,
tendámus ad paschália
digne colénda gáudia.
Te rerum univérsitas,
clemens, adóret, Trínitas
et nos novi per véniam
novum canámus cánticum. Amen.

1 ant.

Circonda il tuo popolo, Signore,
ora e sempre.

SALMO 124 Il Signore custodisce il suo popolo
Pace e misericordia su tutto l'Israele di Dio
(Gal 6, 16).

Chi confida nel Signore è come il monte Sion: *
non vacilla, è stabile per sempre.
I monti cingono Gerusalemme: †



il Signore è intorno al suo popolo, *
ora e sempre.

Egli non lascerà pesare lo scettro degli empi *
sul possesso dei giusti,
perché i giusti non stendano le mani *
a compiere il male.

La tua bontà, Signore, sia con i buoni *
e con i retti di cuore.

Quelli che vanno per sentieri tortuosi †
il Signore li accomuni alla sorte dei malvagi: *
Pace su Israele!

1 ant.

Circonda il tuo popolo, Signore,
ora e sempre.

2 ant.

Se non saprete farvi come bambini,
nella novità del cuore e della vita,
non entrerete nel regno dei cieli.

SALMO 130

Confidare in Dio come il bimbo nella madre
Imparate da me, che sono mite e umile di cuore

(Mt 11, 29).

Signore, non si inorgoglisce il mio cuore *
e non si leva con superbia il mio sguardo;
non vado in cerca di cose grandi, *
superiori alle mie forze.

Io sono tranquillo e sereno †
come bimbo svezzato in braccio a sua madre, *
come un bimbo svezzato è l'anima mia.

Speri Israele nel Signore, *
ora e sempre.

2 ant.

Se non saprete farvi come bambini,
nella novità del cuore e della vita,
non entrerete nel regno dei cieli.

3 ant.

Hai fatto di noi, Signore,
un popolo regale,
sacerdoti per il nostro Dio.

CANTICO Cfr. Ap 4, 11; 5, 9, 10, 12 Inno dei salvati

Tu sei degno, o Signore e Dio nostro,



di ricevere la gloria, *
l'onore e la potenza,
perché tu hai creato tutte le cose, †
per la tua volontà furono create, *
per il tuo volere sussistono.
Tu sei degno, o Signore,
di prendere il libro *
e di aprirne i sigilli,
perché sei stato immolato †
e hai riscattato per Dio con il tuo sangue *
uomini di ogni tribù, lingua, popolo e nazione
e li hai costituiti per il nostro Dio
un regno di sacerdoti *
e regneranno sopra la terra.
L'Agnello che fu immolato è degno di potenza, †
ricchezza, sapienza e forza, *
onore, gloria e benedizione.

3 ant.

Hai fatto di noi, Signore,
un popolo regale,
sacerdoti per il nostro Dio.

LETTURA BREVE

Gc 2, 14. 17. 18b

Che giova, fratelli miei, se uno dice di avere la fede ma non ha le opere? Forse che quella fede può salvarlo? La fede, se non ha le opere, è morta in se stessa. Mostrami la tua fede senza opere, ed io con le mie opere ti mostrerò la mia fede.

RESPONSORIO BREVE

R.
Non chi dice: Signore, Signore,
*
entrerà nel
regno dei cieli.
Non chi dice: Signore, Signore, entrerà nel regno
dei cieli.

V.
Ma chi fa la volontà del Padre mio
entrerà nel regno dei cieli.
Gloria al Padre e al Figlio e allo Spirito Santo.
Non chi dice: Signore, Signore, entrerà nel regno
dei cieli.



Ant. al Magn.

Se non perdonate di cuore
al vostro fratello,

neanche il Padre vi perdonerà.

CANTICO DELLA BEATA VERGINE

Lc 1, 46-55

Esultanza dell'anima nel Signore

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 al Padre e al Figlio *

e allo Spirito Santo.

Come era nel principio, e ora e sempre *

nei secoli dei secoli. Amen.

Ant. al Magn.

Se non perdonate di cuore

al vostro fratello,

neanche il Padre vi perdonerà.

INTERCESSIONI

Memori della parola del Salvatore, che ci ha

raccomandato di vegliare e pregare per non

cadere in tentazione, invochiamo con forza il

suo nome:

Guarda la nostra miseria, Signore, e abbi pietà.

Cristo Gesù, che hai promesso di essere presente

in mezzo ai tuoi fedeli, riuniti nel tuo nome,



—
donaci la grazia di pregare il Padre in unione
con te nello Spirito.
Purifica da ogni macchia il volto della Chiesa tua
sposa,

—
donale di camminare nella speranza con la
potenza del tuo Spirito.
Tu che ami gli uomini, rendici disponibili all'aiuto
fraterno secondo il tuo comandamento,

—
perché risplenda più viva ad ogni uomo la luce
della salvezza.
O Re della pace, fa' che in tutto il mondo regni la
tua pace,

—
e l'umanità intera sperimenti la gioia della tua
presenza.
Apri le porte della beata eternità a tutti i defunti,

—
prepara un posto anche per noi nella gloria
incorruttibile del tuo regno.

Padre nostro.

ORAZIONE

Non ci abbandoni mai la tua grazia, Signore, ci renda fedeli al tuo santo servizio e ci ottenga sempre il tuo aiuto. Per il nostro Signore.

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

R.

Amen.



Compieta

V.

O Dio, vieni a salvarmi

R.

Signore, vieni presto in mio aiuto.

Gloria al Padre e al Figlio

e allo Spirito Santo.

Come era nel principio, e ora e sempre

nei secoli dei secoli. Amen.

A questo punto, è bene sostare alquanto in silenzio per l'esame di coscienza.

INNO

Gesù, luce da luce,

sole senza tramonto,

tu rischiari le tenebre

nella notte del mondo.

In te, santo Signore,

noi cerchiamo il riposo

dall'umana fatica,

al termine del giorno.

Se i nostri occhi si chiudono,

veglia in te il nostro cuore;

la tua mano protegga

coloro che in te sperano.

Difendi, o Salvatore,

dalle insidie del male

i figli che hai redenti

col tuo sangue prezioso.

A te sia gloria, o Cristo,

nato da Maria vergine,

al Padre ed allo Spirito

nei secoli dei secoli. Amen.

Oppure:

Al termine del giorno,

o sommo Creatore,

vegliaci nel riposo

con amore di Padre.

Dona salute al corpo

e fervore allo spirito,

la tua luce rischiari

le ombre della notte.



Nel sonno delle membra
resti fedele il cuore,
e al ritorno dell'alba
intoni la tua lode.

Sia onore al Padre e al Figlio
e allo Spirito Santo,
al Dio trino ed unico
nei secoli sia gloria. Amen.

Ant.

Non nascondermi il tuo volto,
perché in te confido, Signore.

SALMO 142, 1-11 Preghiera nella tribolazione

Siamo giustificati dalla fede in Cristo e non dalle opere
della legge
(Gal 2, 16).

Signore, ascolta la mia preghiera, †
porgi l'orecchio alla mia supplica,
tu che sei fedele, *
e per la tua giustizia rispondimi.

Non chiamare in giudizio il tuo servo: *
nessun vivente davanti a te è giusto.

Il nemico mi perseguita, †
calpesta a terra la mia vita, *
mi ha relegato nelle tenebre
come i morti da gran tempo.

In me languisce il mio spirito, *
si agghiaccia il mio cuore.

Ricordo i giorni antichi, †
ripenso a tutte le tue opere, *
medito sui tuoi prodigi.

A te protendo le mie mani, *
sono davanti a te come terra riarsa.

Rispondimi presto, Signore, *
viene meno il mio spirito.

Non nascondermi il tuo volto, *
perché non sia come chi scende nella fossa.

Al mattino fammi sentire la tua grazia, *
poiché in te confido.

Fammi conoscere la strada da percorrere, *
perché a te si innalza l'anima mia.

Salvami dai miei nemici, Signore, *
a te mi affido.



Insegnami a compiere il tuo volere, †
perché sei tu il mio Dio. *

Il tuo spirito buono mi guidi in terra piana.

Per il tuo nome, Signore, fammi vivere, *
liberami dall'angoscia, per la tua giustizia.

Ant.

Non nascondermi il tuo volto,
perché in te confido, Signore.

LETTURA BREVE

1 Pt 5, 8-9

Siate temperanti, vigilate. Il vostro nemico, il diavolo, come leone ruggente va in giro, cercando chi divorare. Resistetegli saldi nella fede.

RESPONSORIO BREVE

R.

Signore,

*

nelle tue mani affido il mio spirito.

Signore, nelle tue mani affido il mio spirito.

V.

Dio di verità, tu mi hai redento:
nelle tue mani affido il mio spirito.

Gloria al Padre e al Figlio e allo Spirito Santo.

Signore, nelle tue mani affido il mio spirito.

Ant.

Nella veglia salvaci, Signore,
nel sonno non ci abbandonare:
il cuore vegli con Cristo
e il corpo riposi nella pace.

CANTICO DI SIMEONE Lc 2, 29-32

Cristo, luce delle genti e gloria di Israele

Ora lascia, o Signore, che il tuo servo *
vada in pace secondo la tua parola;
perché i miei occhi han visto la tua salvezza, *
preparata da te davanti a tutti i popoli,
luce per illuminare le genti *
e gloria del tuo popolo Israele.

Ant.

Nella veglia salvaci, Signore,
nel sonno non ci abbandonare:
il cuore vegli con Cristo
e il corpo riposi nella pace.



ORAZIONE

Illumina questa notte, o Signore, perché dopo un sonno tranquillo ci risvegliamo alla luce del nuovo giorno, per camminare lieti nel tuo nome. Per Cristo.

Il Signore ci conceda una notte serena e un riposo tranquillo.

R.

Amen.

Si conclude con un'antifona della Beata Vergine Maria.

Salve, Regina, madre di misericordia,
vita, dolcezza e speranza nostra, salve.

A te ricorriamo, esuli figli di Eva;
a te sospiriamo, gementi e piangenti
in questa valle di lacrime.

Orsù dunque, avvocata nostra,
rivolgi a noi gli occhi tuoi misericordiosi.

E mostraci, dopo questo esilio, Gesù,
il frutto benedetto del tuo seno.

O clemente, o pia, o dolce Vergine Maria.

Oppure:

Salve, Regína, mater misericórdiæ;
vita, dulcédo et spes nostra, salve.

Ad te clamámus, éxsules fílii Evæ.

Ad te suspirámus, geméntes et flentes
in hac lacrimárum valle.

Eia ergo, advocáta nostra,
illos tuos misericórdes óculos
ad nos convérte.

Et Iesum, benedíctum fructum ventris tui,
nobis post hoc exsílium osténde.

O clemens, o pia, o dulcis Vírgo María.