



DIOCESI DI
BRESCIA

X^{um} di Vita

ORA NONA

Preghiera delle tre del pomeriggio
durante i giorni di Quaresima



Davvero costui era Figlio di Dio!
(Mt 27, 54c)



IN COPERTINA:

Gerardo Dottori, *Crocifissione*, 1927, olio su tela, 170 x 133 cm.
Città del Vaticano, Musei vaticani, Collezione d'Arte Contemporanea

ORA NONA

Preghiera delle tre del pomeriggio durante i giorni di Quaresima

PREMESSA

Il tempo di Quaresima è fondamentale per la preparazione spirituale alla Pasqua di Resurrezione del Signore. Solitamente gli appuntamenti di preghiera comunitari sono stabiliti dopo cena, quando, si suppone, la gente è più libera dai molti impegni di lavoro e casalinghi. Ed è così. Stanchezza e problemi di vario genere spesso contrastano con la volontà o il desiderio di aderire alle proposte delle Parrocchie per il cammino quaresimale.

Ecco, allora, il senso/fine di questo breve sussidio: garantire anche a gruppi o famiglie la possibilità di pregare nell'ora stessa della morte in croce del Signore, ora nona – tre del pomeriggio. Gli antichi Padri avevano individuato questo momento come molto importante e degno di essere celebrato. Anche la liturgia delle ore ha stabilito a quest'ora del pomeriggio una delle tre possibilità dell'Ora Media.

Il presente sussidio è per tutti i fedeli che desiderino sostare brevemente, sospendendo, per quanto possibile, l'attività, volgendo cuore e mente alla Passione del Signore. I giorni vanno dal lunedì al venerdì, componendo, attraverso alcuni passi del Vangelo di Matteo, ccpp 26 e 27, un breve percorso dalla Pasqua fino alla morte del Signore.

G. Nel nome del Padre, e del Figlio e dello Spirito Santo.

T. **Amen.**

G. Ti adoriamo, o Cristo, e ti benediciamo,

T. **Perché con la tua morte hai redento il mondo.**

INVOCAZIONE

Signore delle nostre vite
allontana da noi
lo spirito dell'ozio
della tristezza
del dominio
e le parole vane.

“O Dio, purifica me, peccatore”.
Accorda ai tuoi servi
lo spirito di castità
di umiltà
di perseveranza
e la carità che non viene mai meno.

“O Dio, purifica me, peccatore”.
Sì, nostro Signore e nostro Re
concedici di vedere i nostri peccati
e di non giudicare i fratelli
e tu sarai benedetto
ora e nei secoli dei secoli.
Amen.

T. **Apri il mio cuore, Signore,
all'ascolto della tua Parola.**

Dal Vangelo di Matteo (26,1-5)

Terminati tutti questi discorsi, Gesù disse ai suoi discepoli: «Voi sapete che fra due giorni è Pasqua e che il Figlio dell'uomo sarà consegnato per essere crocifisso». Allora i sommi sacerdoti e gli anziani del popolo si riunirono nel palazzo del sommo sacerdote, che si chiamava Caifa, e tennero consiglio per arrestare con un inganno Gesù e farlo morire. Ma dicevano: «Non durante la festa, perché non avvengano tumulti fra il popolo».

Breve silenzio

LITANIA DI QUARESIMA

Signore pietà,
Signore pietà.

Cristo pietà,
Cristo pietà.

Signore pietà,
Signore pietà.

Gesù per l'obbedienza che imparasti al Getsemani,
Pietà di noi.

Gesù per la tua accettazione al Getsemani,
Pietà di noi.

Gesù per l'agonia e la tristezza di quelle ore,
Pietà di noi.

Gesù per l'insistenza della tua preghiera al Getsemani,
Pietà di noi.

Gesù per la tua prostrazione con la faccia a terra,
Pietà di noi.

Gesù per la tua richiesta che ti fosse allontanato il calice
della Passione,
Pietà di noi.

Gesù per la tua preghiera: “non la mia, ma la tua Volontà
sia fatta”,
Pietà di noi.

Gesù per l'abbandono degli Apostoli,
Pietà di noi.
Gesù per il conforto che ricevesti dall'Angelo,
Pietà di noi.
Gesù per il tuo sudore di Sangue,
Pietà di noi.
Gesù per la conoscenza al Getsemani di tutti i peccati del mondo,
Pietà di noi.
Gesù per la tua obbedienza alla Volontà del Padre.
Pietà di noi.

Agnello di Dio che togli i peccati del mondo,
perdona i nostri peccati.
Agnello di Dio che togli i peccati del mondo,
ascolta le nostre suppliche.
Agnello di Dio che togli i peccati del mondo,
abbi pietà di noi.

ORAZIONE

- G.** O Dio, che ci hai dato come modello di umiltà e di pazienza
Gesù Cristo, nostro fratello e nostro redentore,
morto in croce per noi,
donaci di accogliere gli insegnamenti della sua passione
e di condividere la sua gloria di Salvatore risorto,
che vive e regna nei secoli dei secoli.
- T. Amen.**

G. Nel nome del Padre, e del Figlio e dello Spirito Santo.

T. **Amen.**

G. Ti adoriamo, o Cristo, e ti benediciamo,

T. **Perché con la tua morte hai redento il mondo.**

INNO

Questo è il tempo del ritorno.
Ritornate a me con tutto il cuore.
Laceratevi il cuore e non le vesti.
Ritornate a me con tutto il cuore.

Torna il figlio a casa del Padre.
Padre, ho peccato contro di te,
non son più degno d'essere tuo figlio.
Trova il figlio un Padre misericordioso.

Questo è il tempo del ritorno.
Egli è misericordioso e benigno.
Tardo all'ira e ricco di bontà.
Si muove a compassione per voi.

Piange la donna sui piedi di Gesù,
li asciuga con i suoi capelli,
le sono perdonati i suoi peccati,
perché essa ha molto amato.

Non ricordate più le cose passate,
non pensate più a quelle antiche.
Io non mi ricordo dei tuoi peccati,
va' in pace e più non peccare.

T. **Apri il mio cuore, Signore,
all'ascolto della tua Parola.**

Dal Vangelo di Matteo (26,6-13)

Mentre Gesù si trovava a Betània, in casa di Simone il lebbroso, gli si avvicinò una donna che aveva un vaso di alabastro, pieno di profumo molto prezioso, e glielo versò sul capo mentre egli stava a tavola. I discepoli, vedendo ciò, si sdegnarono e dissero: «Perché questo spreco? Si poteva venderlo per molto denaro e darlo ai poveri!». Ma Gesù se ne accorse e disse loro: «Perché infastidite questa donna? Ella ha compiuto un'azione buona verso di me. I poveri infatti li avete sempre con voi, ma non sempre avete me. Versando questo profumo sul mio corpo, lei lo ha fatto in vista della mia sepoltura. In verità io vi dico: dovunque sarà annunciato questo Vangelo, nel mondo intero, in ricordo di lei si dirà anche ciò che ella ha fatto».

Breve silenzio

LITANIA DI QUARESIMA

Signore pietà,
 Signore pietà.
Cristo pietà,
 Cristo pietà.
Signore pietà,
 Signore pietà.

O Dio clemente, che manifesti la Tua onnipotenza e la Tua bontà,
 abbi pietà di noi.
O Dio, che pazientemente aspetti il peccatore
 abbi pietà di noi.
O Dio, che affettuosamente lo inviti a pentirsi
 abbi pietà di noi.
O Dio, che tanto gioisci del suo ritorno a Te
 abbi pietà di noi.
Di ogni peccato
 mi pento di tutto cuore, o mio Dio.

Di ogni peccato in pensieri e parole
mi pento di tutto cuore, o mio Dio.
Di ogni peccato in opere ed omissioni
mi pento di tutto cuore, o mio Dio.
Di ogni peccato commesso contro la carità
mi pento di tutto cuore, o mio Dio.
Per ogni rancore nascosto nel mio cuore
mi pento di tutto cuore, o mio Dio.
Per non aver accolto il povero
mi pento di tutto cuore, o mio Dio.
Per non aver visitato l'ammalato ed il bisognoso
mi pento di tutto cuore, o mio Dio.
Per non aver cercato la Tua Volontà
mi pento di tutto cuore, o mio Dio.
Per non aver perdonato volentieri
mi pento di tutto cuore, o mio Dio.
Per ogni forma d'orgoglio e di vanità
mi pento di tutto cuore, o mio Dio.
Della mia prepotenza e di ogni forma di violenza
mi pento di tutto cuore, o mio Dio.
D'aver dimenticato il Tuo amore per me
mi pento di tutto cuore, o mio Dio.
Di aver offeso il Tuo Amore infinito
mi pento di tutto cuore, o mio Dio.
Perchè ho ceduto alla menzogna e all'ingiustizia
mi pento di tutto cuore, o mio Dio.

ORAZIONE

G. Manda su noi, Signore, il Tuo Santo Spirito,
che purifichi con la penitenza i nostri cuori,
e ci trasformi in sacrificio a Te gradito;
nella gioia di una vita nuova loderemo sempre
il Tuo Nome santo e misericordioso.
Per Cristo nostro Signore.

T. **Amen.**

G. Nel nome del Padre, e del Figlio e dello Spirito Santo.

T. **Amen.**

G. Ti adoriamo, o Cristo, e ti benediciamo,

T. **Perché con la tua morte hai redento il mondo.**

INVOCAZIONE

Sapremo nel deserto
resistere al maligno
nell'ora della lotta
il Nome tuo invocare?

Sul monte della luce
vedremo la tua gloria
il Figlio sempre amato
per noi trasfigurato.

Sapremo nella morte
amare e ancora amare?
il bacio del Risorto
sarà respiro eterno.

Nel Regno senza fine
saremo accanto a Cristo
seduti al suo banchetto
vivremo in comunione.

A te la nostra lode
Signore nostro Dio
a te, tre volte santo
è gloria in ogni tempo.

T. **Apri il mio cuore, Signore,
all'ascolto della tua Parola.**

Dal Vangelo di Matteo (26,14-19)

Allora uno dei Dodici, chiamato Giuda Iscariota, andò dai sommi sacerdoti e disse: «Quanto mi volete dare perché io ve lo consegno?». E quelli gli fissarono trenta monete d'argento. Da quel momento cercava l'occasione propizia per consegnarlo. Il primo giorno degli Azzimi, i discepoli si avvicinarono a Gesù e gli dissero: «Dove vuoi che ti prepariamo, per mangiare la Pasqua?». Ed egli rispose: «Andate in città, da un tale, e ditegli: Il Maestro ti manda a dire: Il mio tempo è vicino; farò la Pasqua da te con i miei discepoli». I discepoli fecero come aveva loro ordinato Gesù, e prepararono la Pasqua.

Breve silenzio

LITANIA DI QUARESIMA

Signore pietà,
 Signore pietà.
Cristo pietà,
 Cristo pietà.
Signore pietà,
 Signore pietà.

Cristo, Signore della storia,
 abbi pietà di noi.
Cristo, Salvatore dell'uomo,
 abbi pietà di noi.
Cristo, speranza del creato,
 abbi pietà di noi.
Cristo, Signore della storia,
 abbi pietà di noi.
Cristo, Salvatore dell'uomo,
 abbi pietà di noi.
Cristo, speranza del creato,
 abbi pietà di noi.

ORAZIONE

- G.** O Dio, nostro Padre, che ci hai riconciliati con te,
per mezzo del sangue del tuo Figlio, agnello innocente,
fa' che nulla ci strappi mai dalla tua amicizia e dal tuo amore.
Tu che hai risuscitato Gesù da morte per mezzo del tuo Spirito,
dona anche ai nostri corpi mortali la vita nel tuo Spirito.
Per Cristo nostro Signore.
- T.** **Amen.**

GIOVEDÌ

- G. Nel nome del Padre, e del Figlio e dello Spirito Santo.
T. **Amen.**
G. Ti adoriamo, o Cristo, e ti benediciamo,
T. **Perché con la tua morte hai redento il mondo.**

INNO

Nell'ora in cui Cristo ebbe sete
e in cui salì sulla croce,
Lui stesso riempia di sete di giustizia
coloro a cui concede di pregare in questa ora.
Allo stesso tempo,
abbiamo costoro fame di essere saziati da Lui stesso,
[tengano] il peccato come nausea,
e la virtù come desiderio.
Il dono dello Spirito Santo
si riversi in coloro che salmeggiano,
raffreddi l'ardore della carne
e riscaldi il gelo dell'anima.
Cristo supplichiamo e il Padre,
e lo Spirito di Cristo e del Padre,
unico che può tutto,
asseconda noi che ti preghiamo, o Trinità. Amen.

- T. **Apri il mio cuore, Signore,
all'ascolto della tua Parola.**

Dal Vangelo di Matteo (26,30-38. 45-46)

E dopo aver cantato l'inno, uscirono verso il monte degli Ulivi. Allora Gesù disse loro: «Voi tutti vi scandalizzerete per causa mia in questa

notte. Sta scritto infatti: Percuoterò il pastore e saranno disperse le pecore del gregge, ma dopo la mia risurrezione, vi precederò in Galilea». E Pietro gli disse: «Anche se tutti si scandalizzassero di te, io non mi scandalizzerò mai». Gli disse Gesù: «In verità ti dico: questa notte stessa, prima che il gallo canti, mi rinnegherai tre volte». E Pietro gli rispose: «Anche se dovessi morire con te, non ti rinnegherò». Lo stesso dissero tutti gli altri discepoli. Allora Gesù andò con loro in un podere, chiamato Getsèmani, e disse ai discepoli: «Sedetevi qui, mentre io vado là a pregare». E presi con sé Pietro e i due figli di Zebedèo, cominciò a provare tristezza e angoscia. Disse loro: «La mia anima è triste fino alla morte; Ecco, è giunta l'ora nella quale il Figlio dell'uomo sarà consegnato in mano ai peccatori. Alzatevi, andiamo; ecco, colui che mi tradisce si avvicina».

Breve silenzio

LITANIA DI QUARESIMA

Signore pietà,
Signore pietà.
Cristo pietà,
Cristo pietà.
Signore pietà,
Signore pietà.
O Gesù, Figlio del Dio vivente,
abbi pietà di noi.
O Gesù, Sacerdote e Redentore,
abbi pietà di noi.
O Gesù, Uomo dei dolori,
abbi pietà di noi.
O Gesù, rifiutato dal tuo popolo,
abbi pietà di noi.
O Gesù, venduto per trenta denari,
abbi pietà di noi.
O Gesù, triste fino alla morte,
abbi pietà di noi.

O Gesù, tradito da Giuda con un bacio,
abbi pietà di noi.

O Gesù, preso e legato come un malfattore,
abbi pietà di noi.

O Gesù, abbandonato dai tuoi discepoli,
abbi pietà di noi.

O Gesù, rinnegato per tre volte da Pietro,
abbi pietà di noi.

Da ogni male,
liberaci, o Signore.

Dall'ira, dall'odio e da ogni cattiva volontà,
liberaci, o Signore.

Dalla superbia della vita,
liberaci, o Signore.

Dalla concupiscenza degli occhi e della carne,
liberaci, o Signore.

Dalla durezza di cuore,
liberaci, o Signore.

Dalla morte improvvisa,
liberaci, o Signore.

Dalla dannazione eterna,
liberaci, o Signore.

ORAZIONE

- G.** Padre misericordioso,
tu hai voluto che il Cristo tuo Figlio
subisse per noi il supplizio della croce
per liberarci dal potere del nemico:
donaci di giungere alla gloria della risurrezione.
Per il nostro Signore Gesù Cristo, tuo Figlio, che è Dio,
e vive e regna con te, nell'unità dello Spirito Santo,
per tutti i secoli dei secoli.
- T. Amen.**

G. Nel nome del Padre, e del Figlio e dello Spirito Santo.

T. **Amen.**

G. Ti adoriamo, o Cristo, e ti benediciamo,

T. **Perché con la tua morte hai redento il mondo.**

INNO

Gesù Signore
sale ingiuriato la croce,
ma noi pensosi gli offriamo
l'affetto di un animo orante.

Quest'ora ha segnato la fine
al lungo torpore del male,
ha debellato la morte,
ha cancellato la colpa.

Di qui l'epoca inizia
della salvezza di Cristo
nelle Chiese dell'universo
la verità s'irradia della fede.

Dalla gloria del suo patibolo
Gesù parla alla Vergine:
Ecco tuo figlio, o donna;
Giovanni, ecco tua madre.

Stupendi prodigi dal cielo
confermano l'alto disegno;
la turba malvagia non crede,
chi crede ritrova salvezza.

Credo in un Dio Unigenito,
nato tra noi dalla Vergine,
che ha tolto i peccati del mondo
e siede alla destra del Padre.

Gloria si canti all'unico Dio
e a Gesù Cristo Signore,
con lo Spirito santo
negli infiniti secoli. Amen.

**T. Apri il mio cuore, Signore,
all'ascolto della tua Parola.**

 **Dal Vangelo di Matteo** (27,32-37. 46-50)

Mentre uscivano, incontrarono un uomo di Cirene, chiamato Simone, e lo costrinsero a prender su la croce di lui. Giunti a un luogo detto Gòlgota, che significa luogo del cranio, gli diedero da bere vino mescolato con fiele; ma egli, assaggiatolo, non ne volle bere. Dopo averlo quindi crocifisso, si spartirono le sue vesti tirandole a sorte. E sedutisi, gli facevano la guardia. Al di sopra del suo capo, posero la motivazione scritta della sua condanna: «Questi è Gesù, il re dei Giudei». Verso le tre, Gesù gridò a gran voce: «Eli, Eli, lemà sabactàni?», che significa: «Dio mio, Dio mio, perché mi hai abbandonato?». Udendo questo, alcuni dei presenti dicevano: «Costui chiama Elia». E subito uno di loro corse a prendere una spugna e, imbevutala di aceto, la fissò su una canna e così gli dava da bere. Gli altri dicevano: «Lascia, vediamo se viene Elia a salvarlo!». E Gesù, emesso un alto grido, spirò.

Breve silenzio

LITANIA DI QUARESIMA

Signore pietà,
Signore pietà.

Cristo pietà,
Cristo pietà.

Signore pietà,
Signore pietà.

O Gesù, condannato alla morte,
abbi pietà di noi.

O Gesù, caricato del peso della croce,
abbi pietà di noi.

O Gesù, condotto al supplizio come un agnello,
abbi pietà di noi.

O Gesù, spogliato delle vesti,
abbi pietà di noi.

O Gesù, inchiodato sulla croce
abbi pietà di noi.

O Gesù, amareggiato con fiele ed aceto,
abbi pietà di noi.

O Gesù, obbediente fino alla morte di croce,
abbi pietà di noi.

O Gesù, morto di amore per noi,
abbi pietà di noi.

O Gesù, trafitto da una lancia,
abbi pietà di noi.

ORAZIONE

G. O Dio, nostro Padre, che ci hai riconciliati con te,
per mezzo del sangue del tuo Figlio, agnello innocente,
fa' che nulla ci strappi mai dalla tua amicizia e dal tuo amore.
Tu che hai risuscitato Gesù da morte per mezzo del tuo Spirito,
dona anche ai nostri corpi mortali la vita nel tuo Spirito.
Per Cristo nostro Signore.

T. **Amen.**



DIOCESI DI
BRESCIA

X un + di Vita

CAMMINO QUARESIMA 2023

Il materiale per vivere
il Cammino di Quaresima
"x un + di vita" è disponibile
in una sezione del sito
www.diocesi.brescia.it

Le diverse proposte
sono organizzate in aree
tematiche e in appuntamenti
del giorno (vedi
calendario dedicato).



UN CAMMINO, DIVERSE PROPOSTE

.....
5 tracce per la Lettura condivisa della Parola
a partire dai Vangeli della domenica [testo e video]

.....
Podcast quotidiani per la preghiera personale
sulla Parola di Dio (da lunedì a sabato) [audio]

.....
Buon giorno Gesù per bambini/e - ragazzi/e
[slides power point]

.....
5 progetti per la quaresima
[poster e video]

.....
Statio quaresimale
in chiesa della città e nelle parrocchie (venerdi,
pausa pranzo) [testo]

.....
Via Crucis cittadina e per le parrocchie [testo]

.....
Cena del povero [testimonianze video o in presenza]

.....
Segno del Cammino di Quaresima 2023
[Totem a completamento progressivo da prenotare:
logisticaeventi@diocesi.brescia.it
euro 90,00]



Lanterna della Pace

Le infermerie delle comunità religiose
e monastiche della Diocesi si uniscono
in preghiera per chiedere
il dono della Pace.

