

TEMPO DI DIGIUNO

*Signore, insegnaci a pregare
Venite in disparte e riposatevi un poco*

Introduzione:

P. Sia benedetto il nostro Dio in ogni tempo (+)

T. ora e sempre, nei secoli dei secoli. Amen

P. Venite adoriamo Dio nostro Re

T. adoriamo il Cristo in mezzo a noi nostro Re e nostro Dio

P. Venite, inchiniamoci davanti al Signore nostro Re e nostro Dio

T. Dio santo, Dio santo e forte, Dio santo e immortale abbi pietà di noi

P. Preghiamo.

Dio fedele, tu hai manifestato la tua potenza in favore del tuo popolo nella notte in cui l'hai liberato dalla schiavitù: rivela la tua forza nella nostra debolezza, perdona ogni nostro peccato e noi potremo gioiosamente cantare la tua gloria nell'attesa del nostro esodo pasquale. Per Cristo nostro Signore.

Segno

Se il chicco di grano, caduto in terra, non muore, rimane solo; se invece muore, produce molto frutto.

Nel cuore è deposto il chicco della Parola che si schiude e porta frutto perché la nostra vita sia seme di Vangelo nella quotidianità.

Mentre viene portato il segno si canta un ritornello adatto

Tempo di silenzio e contemplazione per disporsi alla preghiera



QUINTA settimana

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

SALMO 118,161-168 XXI (Sin)

I potenti mi perseguitano senza motivo, *
ma il mio cuore teme le tue parole.

Io gioisco per la tua promessa, *
come uno che trova grande tesoro.

Odio il falso e lo detesto, *
amo la tua legge.

Sette volte al giorno io ti lodo *
per le sentenze della tua giustizia.

Grande pace per chi ama la tua legge, *
nel suo cammino non trova inciampo.

Aspetto da te la salvezza, Signore, *
e obbedisco ai tuoi comandi.

Io custodisco i tuoi insegnamenti *
e li amo sopra ogni cosa.

Osservo i tuoi decreti e i tuoi insegnamenti: *
davanti a te sono tutte le mie vie. *Gloria*

SALMO 132 Gioia dell'amore fraterno

*La moltitudine di coloro che erano venuti alla fede aveva
un cuor solo e un'anima sola... (At 4, 32)*

Ecco quanto è buono e quanto è soave *
che i fratelli vivano insieme!

È come olio profumato sul capo, †
che scende sulla barba, sulla barba di Aronne, *
che scende sull'orlo della sua veste.

È come rugiada dell'Ermon, *
che scende sui monti di Sion.



QUINTA settimana

Là il Signore dona la benedizione *
e la vita per sempre. *Gloria*

SALMO 139, 1-9ab. 13-14

Il Figlio dell'uomo sarà consegnato in mano ai peccatori (Mt 26, 45).

Salvami, Signore, dal malvagio, *
proteggimi dall'uomo violento,
da quelli che tramano sventure nel cuore *
e ogni giorno scatenano guerre.

Aguzzano la lingua come serpenti; *
veleno d'aspide è sotto le loro labbra.

Proteggimi, Signore, dalle mani degli empi, †
salvami dall'uomo violento: *
essi tramano per farmi cadere.

I superbi mi tendono lacci †
e stendono funi come una rete, *
pongono agguati sul mio cammino.

Io dico al Signore: «Tu sei il mio Dio; *
ascolta, Signore, la voce della mia preghiera».
Signore, mio Dio, forza della mia salvezza, *
proteggi il mio capo nel giorno della lotta.

Signore, non soddisfare i desideri degli empi, *
non favorire le loro trame.

So che il Signore difende la causa dei miseri, *
il diritto dei poveri.

Sì, i giusti loderanno il tuo nome, *
i retti abiteranno alla tua presenza. *Gloria*

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

Canto al Vangelo

Dal Vangelo secondo Giovanni

Gv 12,20-33

In quel tempo, tra quelli che erano saliti per il culto durante la festa c'erano anche alcuni Greci. Questi si avvicinarono a Filippo, che era di Betsàida di Galilea, e gli domandarono: «Signore, vogliamo vedere Gesù». Filippo andò a dirlo ad Andrea, e poi Andrea e Filippo andarono a dirlo a Gesù. Gesù rispose loro: «È venuta l'ora che il Figlio dell'uomo sia glorificato. In verità, in verità io vi dico: se il chicco di grano, caduto in terra, non muore, rimane solo; se invece muore, produce molto frutto. Chi ama la propria vita, la perde e chi odia la propria vita in questo mondo, la conserverà per la vita eterna. Se uno mi vuole servire, mi segua, e dove sono io, là sarà anche il mio servitore. Se uno serve me, il Padre lo onorerà. Adesso l'anima mia è turbata; che cosa dirò? Padre, salvami da quest'ora? Ma proprio per questo sono giunto a quest'ora! Padre, glorifica il tuo nome». Venne allora una voce dal cielo: «L'ho glorificato e lo glorificherò ancora!». La folla, che era presente e aveva udito, diceva che era stato un tuono. Altri dicevano: «Un angelo gli ha parlato». Disse Gesù: «Questa voce non è venuta per me, ma per voi. Ora è il giudizio di questo mondo; ora il principe di questo mondo sarà gettato fuori. E io, quando sarò innalzato da terra, attirerò tutti a me». Diceva questo per indicare di quale morte doveva morire.

Meditazione

Una cosa è la dolcezza della preghiera e altra cosa è la visione che è nella preghiera; e la seconda è più eccellente della prima, come l'adulto lo è rispetto a un giovane ragazzo. Vi è un tempo in cui le parole [della preghiera] sono dolci in bocca (Sal 118 [Ir9], r03) e si ripete senza sosta una sola parola della preghiera, ignari di come si possa smettere e passare ad altra pienezza. E vi è un tempo in cui dalla preghiera nasce una qualche contemplazione che interrompe anche la preghiera delle labbra; e colui che l'assapora diviene come un cadavere senz'anima, per lo stupore. Questo è ciò che chiamiamo visione durante la preghiera e non una qualche immagine o forma figurata, come dicono gli stupidi. E anche in questa contemplazione che è nella preghiera vi sono misure e differenze di doni, ma fin qui è ancora preghiera; infatti, il pensiero non è ancora andato al di là, raggiungendo ciò che sarà "non-preghiera", che è più eccellente di questa, perché i moti della lingua e del cuore nella preghiera sono le chiavi, ma ciò che li segue è l'ingresso nella casa del tesoro. Facciano silenzio allora tutte le bocche, le lingue, il cuore, tesoriere dei pensieri, l'intelletto, guida dei sensi, e il pensiero, veloce uccello impudente, con tutti i mezzi e i modi che sono in essi, e cessino qui le suppliche, perché il padrone della casa viene in essa ... Quando si è

oltrepassato questo limite, il pensiero non ha più preghiera, né moti, né lacrime, né potere, né libertà, né suppliche, né desiderio, né brama di nulla di quanto è oggetto di speranza in questo mondo o nel mondo futuro. Quindi, dopo la preghiera pura, non c'è più preghiera; ma tutti i suoi moti e le sue forme, secondo il potere della loro libertà, conducono il pensiero fin qui. Per questo [nella preghiera] c'è lotta. Ma oltre questo limite, c'è stupore, non preghiera. Di qui in avanti cessa la preghiera e c'è la visione, e il pensiero non prega.

(ISACCO DI NINIVE, *Prima collezione 22*)

Tempo di silenzio e contemplazione per la meditazione

Invocazioni

Venga su di noi la tua misericordia, Signore
La tua salvezza, secondo la tua promessa

R. Christe, eleison!

O Cristo, la tua passione è anche passione dell'umanità:
è la fame degli affamati, la sete degli assetati. R.

O Cristo, la tua passione continua tra i viventi:
è il languire dei malati, l'agonia dei morenti. R.

O Cristo, la tua passione è presente nella storia:
è l'oppressione dei poveri, la tortura dei perseguitati. R.

O Cristo, la tua passione è sofferta in mezzo a noi:
ogni dolore è tuo dolore, ogni vergogna è tua vergogna. R.

O Cristo, la tua passione è vissuta in noi e in ogni creatura:
è gemito e sofferenza in attesa della redenzione. R.

Padre Nostro

Signore nostro Padre,
tuo Figlio, primogenito di una moltitudine di fratelli,
ha portato le sofferenze



QUINTA settimana

dei disprezzati, degli oppressi e dei perseguitati:
perdona la nostra durezza di cuore
e donaci la forza di una vera conversione,
perché egli è morto per tutti gli uomini
e ora è il Vivente per i secoli dei secoli.

Amen

Durante il Canto finale ciascuno depone dell'incenso nel braciere