



"Io sono l'Immacolata Concezione"

Esercizi Spirituali a Lourdes...
...da casa



16 - 18 ottobre 2020

16 ottobre 2020
VENERDI' della XXVIII settimana del T.O.

OGNI GIORNO UN SANTO SUL NOSTRO CAMMINO

SANTA MARGHERITA MARIA ALACOQUE
VERGINE

Nacque nel 1647 nella diocesi di Autun in Francia. Accolta tra le suore della Visitazione di Paray-le Monial, percorse rapidamente la via della perfezione. Ricevette mistiche rivelazioni, particolarmente sulla devozione verso il Cuore di Gesù, e lavorò molto per introdurne il culto nella Chiesa. Morì il 17 ottobre del 1690.



**Vieni, Santo Spirito, riempi il cuore dei tuoi fedeli
e accendi in essi il fuoco del tuo amore**

- INTRODUZIONE agli ESERCIZI SPIRITUALI
- PRIMA RIFLESSIONE

COMPIETA

O Dio, vieni a salvarmi.
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. Alleluia*

*A questo punto, è bene sostare alquanto in silenzio per l'esame di coscienza. Poi
Tutti: Confesso a Dio Onnipotente e a voi, fratelli...*

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.



Antifona

**Dimora all'ombra dell'Onnipotente:
troverai rifugio dalle insidie del male.**

SALMO 90

Tu che abiti al riparo dell'Altissimo *
e dimori all'ombra dell'Onnipotente,
di' al Signore: «Mio rifugio e mia fortezza, *
mio Dio, in cui confido».

Egli ti libererà dal laccio del cacciatore, *
dalla peste che distrugge.
Ti coprirà con le sue penne, *
sotto le sue ali troverai rifugio.

La sua fedeltà ti sarà scudo e corazza; *
non temerai i terrori della notte,
né la freccia che vola di giorno, †
la peste che vaga nelle tenebre, *
lo sterminio che devasta a mezzogiorno.

Mille cadranno al tuo fianco †
e diecimila alla tua destra; *
ma nulla ti potrà colpire.

Solo che tu guardi, con i tuoi occhi *
vedrai il castigo degli empi.
Poiché tuo rifugio è il Signore *
e hai fatto dell'Altissimo la tua dimora,

non ti potrà colpire la sventura, *
nessun colpo cadrà sulla tua tenda.
Egli darà ordine ai suoi angeli *
di custodirti in tutti i tuoi passi.

Sulle loro mani ti porteranno *
perché non inciampi nella pietra il tuo piede.
Camminerai su àspidi e vipere, *
schiaccerai leoni e draghi.

Lo salverò, perché a me si è affidato; *
lo esalterò, perché ha conosciuto il mio nome.

Mi invocherà e gli darò risposta; †
presso di lui sarò nella sventura, *
lo salverò e lo renderò glorioso.

Lo sazierò di lunghi giorni *
e gli mostrerò la mia salvezza.



*Tutti: Gloria al Padre e al Figlio *
e allo Spirito Santo.
Come era nel principio, e ora e sempre, *
nei secoli dei secoli. Amen.*

Antifona

*Tutti: Dimora all'ombra dell'Onnipotente:
troverai rifugio dalle insidie del male.*

LETTURA BREVE Ap 22, 4-5

Gli eletti vedranno la faccia del Signore e porteranno il suo nome sulla fronte. Non vi sarà più notte e non avranno più bisogno di luce di lampada, né di luce di sole, perché il Signore Dio li illuminerà e regneranno nei secoli dei secoli

RESPONSORIO BREVE

Signore, * nelle tue mani affido il mio spirito.
Signore, nelle tue mani affido il mio spirito.

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.

Antifona

**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

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.

*Tutti: Gloria al Padre e al Figlio *
e allo Spirito Santo.
Come era nel principio, e ora e sempre, *
nei secoli dei secoli. Amen.*

Antifona

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

ORAZIONE

Salga a te, o Padre, la nostra preghiera al termine di questo giorno, memoriale della risurrezione del Signore: la tua grazia ci conceda di riposare in pace, sicuri da ogni male, e di risvegliarci nella gioia, per cantare la tua lode. Per Cristo nostro Signore.

BENEDIZIONE

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

Amen.

ANTIFONA ALLA B.V.M.

SUB TUUM PRAESIDIUM

Sotto la tua protezione cerchiamo rifugio,
santa Madre di Dio:
non disprezzare le suppliche di noi che siamo nella prova,
e liberaci da ogni pericolo,
o Vergine gloriosa e benedetta.

17 ottobre 2020
SABATO della XXVIII settimana del T.O.

OGNI GIORNO UN SANTO SUL NOSTRO CAMMINO

SANT'IGNAZIO DI ANTIOCHIA
VESCOVO E MARTIRE

Ignazio fu il successore di Pietro come vescovo della chiesa di Antiochia. Condannato alle fiere nel circo fu condotto a Roma e là subì il glorioso martirio nell'anno 107. Durante il viaggio scrisse sette lettere a varie chiese. In questi scritti si ritrovano dati importanti sull'organizzazione della Chiesa e sui principi fondamentali della vita cristiana. La sua memoria era venerata in questo giorno ad Antiochia fin dal IV secolo.

PREGHIERA del MATTINO

O Dio, vieni a salvarmi.
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. Alleluia*

Antifona

*E' bello dar lode all'Altissimo,
annunziare al mattino il suo amore.*

SALMO 91

E' bello dar lode al Signore *
e cantare al tuo nome, o Altissimo,

annunziare al mattino il tuo amore, *
la tua fedeltà lungo la notte,
sull'arpa a dieci corde e sulla lira, *
con canti sulla cetra.



Poiché mi rallegri, Signore, con le tue meraviglie, *
esulto per l'opera delle tue mani.

Come sono grandi le tue opere, Signore, *
quanto profondi i tuoi pensieri!
L'uomo insensato non intende *
e lo stolto non capisce:

se i peccatori germogliano come l'erba *
e fioriscono tutti i malfattori,
li attende una rovina eterna: *
ma tu sei l'eccelso per sempre, o Signore.

Ecco, i tuoi nemici, o Signore, †
ecco, i tuoi nemici periranno, *
saranno dispersi tutti i malfattori.

Tu mi doni la forza di un bufalo, *
mi cospargi di olio splendente.

I miei occhi disprezzeranno i miei nemici, †
e contro gli iniqui che mi assalgono *
i miei orecchi udranno cose infauste.

Il giusto fiorirà come palma, *
crescerà come cedro del Libano;
piantati nella casa del Signore, *
fioriranno negli atri del nostro Dio.

Nella vecchiaia daranno ancora frutti, *
saranno vegeti e rigogliosi,
per annunciare quanto è retto il Signore: *
mia roccia, in lui non c'è ingiustizia.

*Tutti: Gloria al Padre e al Figlio *
e allo Spirito Santo.
Come era nel principio, e ora e sempre, *
nei secoli dei secoli. Amen.*

Antifona

*Tutti: E' bello dar lode all'Altissimo,
annunziare al mattino il suo amore.*

IN ASCOLTO DELLA PAROLA

Dalla Lettera di San Paolo Apostolo agli Efesini (1, 3-8.11-14)

Benedetto Dio, Padre del Signore nostro Gesù Cristo,
che ci ha benedetti con ogni benedizione spirituale nei cieli in Cristo.

In lui ci ha scelti prima della creazione del mondo
per essere santi e immacolati di fronte a lui nella carità,
predestinandoci a essere per lui figli adottivi
mediante Gesù Cristo,

secondo il disegno d'amore della sua volontà,
a lode dello splendore della sua grazia,
di cui ci ha gratificati nel Figlio amato.

In lui, mediante il suo sangue,
abbiamo la redenzione, il perdono delle colpe,
secondo la ricchezza della sua grazia.

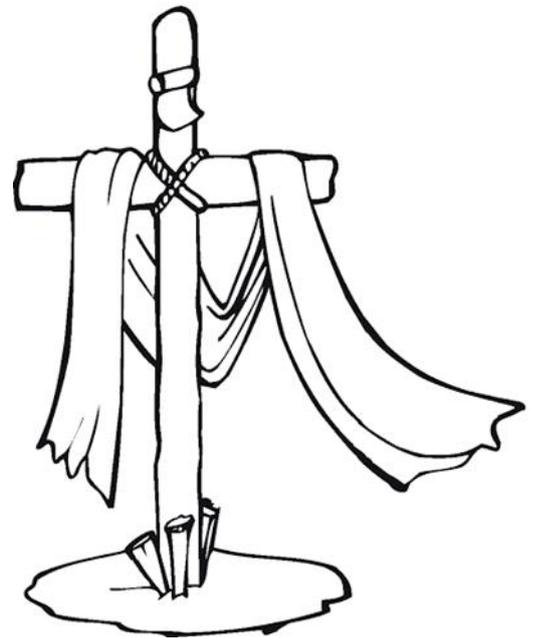
Egli l'ha riversata in abbondanza su di noi
con ogni sapienza e intelligenza.

In lui siamo stati fatti anche eredi,
predestinati - secondo il progetto di colui
che tutto opera secondo la sua volontà -

a essere lode della sua gloria,
noi, che già prima abbiamo sperato nel Cristo.

In lui anche voi,
dopo avere ascoltato la parola della verità,
il Vangelo della vostra salvezza,

e avere in esso creduto,
avete ricevuto il sigillo dello Spirito Santo che era stato promesso,
il quale è caparra della nostra eredità,
in attesa della completa redenzione
di coloro che Dio si è acquistato a lode della sua gloria.



INVOCAZIONI

Adoriamo Dio Padre, che nel Cristo, suo Figlio, ha ridato al mondo la speranza e la vita. Animati da questa certezza, diciamo:
Signore, ascolta la nostra preghiera.

Dio, Padre di tutti, che ci hai fatto giungere all'alba del nuovo giorno,
- fa' che viviamo nell'amore del Cristo a lode e gloria del tuo nome.

Rafforza in noi la fede, la speranza e la carità,
- che lo Spirito Santo ha seminato nei nostri cuori.

Il nostro sguardo sia sempre rivolto a te,
- perché rispondiamo prontamente alla tua chiamata.

Salvaci dalle insidie e dalle seduzioni del male,
- difendici da ogni pericolo nel cammino verso la patria del cielo.

Padre nostro...

ORAZIONE

O Dio, vera luce e giorno senza tramonto,
accogli la lode mattutina del tuo popolo
e fa' che il nostro spirito, libero dalle tenebre della colpa,
risplenda nel fulgore della tua venuta.
Per il nostro Signore...

SALUTO A MARIA DAVANTI LA GROTTA

MARIA, DONNA DEI NOSTRI GIORNI

L'angelo Gabriele ti ha salutata, o Maria,
come giovane donna contemplata da Dio
perché in te era la sua bellezza.

E anche noi oggi ti contempliamo
perché sei la donna del nostro primo bacio infantile;
dell'attesa e della speranza, della preghiera e del servizio,

Ti contempliamo perché sei la donna nel cui ventre Dio ha preso carne,
nel cui cuore Dio ha operato grandi cose,
che il peccato non ha mai sfiorato,
capolavoro di Dio e fiore dell'umanità.

Ti contempliamo perché sei la donna che ci ascolta e ci capisce,
madre di Gesù e madre della Chiesa,
nostra carezza e nostro riposo,
che sempre intercedi per noi presso il Padre che è nei cieli.
Amen.

*(Preghiera dell'Associazione
Amici di Lourdes di Pistoia)*



**Vieni, Santo Spirito, riempi il cuore dei tuoi fedeli
e accendi in essi il fuoco del tuo amore**

- SECONDA RIFLESSIONE

A MEZZOGIORNO

ANGELUS

L'Angelo del Signore
portò l'annunzio a Maria
*- Ed ella concepì
per opera dello Spirito Santo.*
Ave Maria...

Eccomi, sono la serva del Signore.
- Si compia in me la tua parola.
Ave Maria...

E il Verbo si fece carne.
- E venne ad abitare in mezzo a noi.
Ave Maria...

Prega per noi, santa Madre di Dio.
- Perché siamo resi degni delle promesse di Cristo.

Preghiamo.

**Infondi nel nostro spirito la tua grazia, o Padre;
tu, che nell'annunzio dell'angelo
ci hai rivelato l'incarnazione del tuo Figlio,
per la sua passione e la sua croce
guidaci alla gloria della risurrezione.
Per Cristo nostro Signore. Amen.
Gloria al Padre...**

NEL POMERIGGIO



**Vieni, Santo Spirito, riempi il cuore dei tuoi fedeli
e accendi in essi il fuoco del tuo amore**

- TERZA RIFLESSIONE

SABATO

al ROSARIO: Misteri della GIOIA

L'Annuncio dell'Angelo a Maria
La Visita di Maria Santissima a Santa Elisabetta
La Nascita di Gesù a Betlemme
La Presentazione di Gesù al Tempio
Il ritrovamento di Gesù nel Tempio



18 ottobre 2020
XXIX DOMENICA
del T.O.

OGNI GIORNO UN SANTO SUL NOSTRO CAMMINO

SAN LUCA
EVANGELISTA

Nato da famiglia pagana e convertitosi alla fede, fu compagno dell'apostolo Paolo e scrisse il vangelo, secondo la predicazione di lui.

Negli Atti degli Apostoli ci ha tramandato gli inizi della vita della Chiesa e ne ha narrato le vicende fino alla prima dimora di Paolo a Roma.

PREGHIERA del MATTINO

O Dio, vieni a salvarmi.
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. Alleluia*

Antifona

Rallegrati, vergine Maria:
hai portato in grembo il Salvatore del mondo

CANTICO Dn 3, 57-88.56 *Ogni creatura lodi il Signore*

Benedite, opere tutte del Signore, il Signore, *
lodatelo ed esaltatelo nei secoli.

Benedite, angeli del Signore, il Signore, *
benedite, cieli, il Signore.

Benedite, acque tutte, che siete sopra i cieli, il Signore, *
benedite, potenze tutte del Signore, il Signore.

Benedite, sole e luna, il Signore, *
benedite, stelle del cielo, il Signore.

Benedite, piogge e rugiade, il Signore. *
benedite, o venti tutti, il Signore.



Benedite, fuoco e calore, il Signore, *
benedite, freddo e caldo, il Signore.

Benedite, rugiada e brina, il Signore, *
benedite, gelo e freddo, il Signore.

Benedite, ghiacci e nevi, il Signore, *
benedite, notti e giorni, il Signore.

Benedite, luce e tenebre, il Signore, *
benedite, folgori e nubi, il Signore.

Benedica la terra il Signore, *
lo lodi e lo esalti nei secoli.

Benedite, monti e colline, il Signore, *
benedite, creature tutte che germinate sulla terra, il Signore.

Benedite, sorgenti, il Signore, *
benedite, mari e fiumi, il Signore.

Benedite, mostri marini
e quanto si muove nell'acqua, il Signore, *

benedite, uccelli tutti dell'aria, il Signore.

Benedite, animali tutti, selvaggi e domestici, il Signore, *
benedite, figli dell'uomo, il Signore.

Benedica Israele il Signore, *
lo lodi e lo esalti nei secoli.

Benedite, sacerdoti del Signore, il Signore, *
benedite, o servi del Signore, il Signore.

Benedite, spiriti e anime dei giusti, il Signore, *
benedite, pii e umili di cuore, il Signore.

Benedite, Anania, Azaria e Misaele, il Signore, *
lodatelo ed esaltatelo nei secoli.

Benediciamo il Padre e il Figlio con lo Spirito Santo, *
lodiamolo ed esaltiamolo nei secoli.

Benedetto sei tu, Signore, nel firmamento del cielo, *
degnò di lode e di gloria nei secoli.

*Tutti: Gloria al Padre e al Figlio *
e allo Spirito Santo.
Come era nel principio, e ora e sempre, *
nei secoli dei secoli. Amen.*

Antifona

*Tutti: Rallegrati, vergine Maria:
hai portato in grembo il Salvatore del mondo*

IN ASCOLTO DELLA PAROLA

Dal libro dell'Apocalisse di san Giovanni apostolo 21, 1-5a.6b-7

Io, Giovanni, vidi un cielo nuovo e una terra nuova: il cielo e la terra di prima infatti erano scomparsi e il mare non c'era più. E vidi anche la città santa, la Gerusalemme nuova, scendere dal cielo, da Dio, pronta come una sposa adorna per il suo sposo.

Udii allora una voce potente, che veniva dal trono e diceva:

«Ecco la tenda di Dio con gli uomini!

Egli abiterà con loro ed essi saranno suoi popoli ed egli sarà il Dio con loro, il loro Dio.

E asciugherà ogni lacrima dai loro occhi e non vi sarà più la morte né lutto né lamento né affanno, perché le cose di prima sono passate».

E Colui che sedeva sul trono disse:

«Ecco, io faccio nuove tutte le cose.

**Io sono l'Alfa e l'Omèga,
il Principio e la Fine.**

A colui che ha sete io darò gratuitamente da bere alla fonte dell'acqua della vita.

Chi sarà vincitore erediterà questi beni; io sarò suo Dio ed egli sarà mio figlio».

INVOCAZIONI

Rivolgiamo la nostra lode e la nostra supplica al Cristo Salvatore, nato da Maria Vergine e diciamo: *Maria, la Madre tua, sostenga la nostra preghiera.*

Sole di giustizia, che hai voluto farti precedere da Maria immacolata, mistica aurora della redenzione,

– fa' che camminiamo sempre nella luce della tua presenza.

Verbo eterno, che hai scelto Maria come arca santa per la tua dimora fra noi,

– liberaci dalla corruzione del peccato.

Salvatore nostro, che hai voluto la Madre tua ai piedi della croce, unita nell'offerta del sacrificio,

– fa' che comunichiamo, per sua intercessione, al mistero della tua passione e della tua gloria.

Gesù buono, che mentre pendevi dalla croce, hai dato per madre a Giovanni la Vergine addolorata,

– concedi a noi la grazia di vivere come suoi veri figli.

Padre nostro...

ORAZIONE

Dio onnipotente ed eterno, concedi al tuo popolo che confida nella materna protezione della Vergine Maria, di esser liberato da tutti i mali per giungere alla gioia eterna del cielo. Per il nostro Signore...

SALUTO A MARIA DAVANTI LA GROTTA

MARIA, DONNA DEI NOSTRI GIORNI

L'angelo Gabriele ti ha salutata, o Maria,
come giovane donna contemplata da Dio
perché in te era la sua bellezza.

E anche noi oggi ti contempliamo
perché sei la donna del nostro primo bacio infantile;
dell'attesa e della speranza, della preghiera e del servizio,

Ti contempliamo perché sei la donna nel cui ventre Dio ha preso carne,
nel cui cuore Dio ha operato grandi cose,
che il peccato non ha mai sfiorato,
capolavoro di Dio e fiore dell'umanità.

Ti contempliamo perché sei la donna che ci ascolta e ci capisce,
madre di Gesù e madre della Chiesa,
nostra carezza e nostro riposo,
che sempre intercedi per noi presso il Padre che è nei cieli.

Amen.

*(Preghiera dell'Associazione
Amici di Lourdes di Pistoia)*



**Vieni, Santo Spirito, riempi il cuore dei tuoi fedeli
e accendi in essi il fuoco del tuo amore**

- QUARTA RIFLESSIONE

A MEZZOGIORNO

ANGELUS

L'Angelo del Signore
portò l'annunzio a Maria
*- Ed ella concepì
per opera dello Spirito Santo.*
Ave Maria...

Eccomi, sono la serva del Signore.
- Si compia in me la tua parola.
Ave Maria...

E il Verbo si fece carne.
- E venne ad abitare in mezzo a noi.
Ave Maria...

Prega per noi, santa Madre di Dio.
- Perché siamo resi degni delle promesse di Cristo.

Preghiamo.
Infondi nel nostro spirito la tua grazia, o Padre;
tu, che nell'annunzio dell'angelo
ci hai rivelato l'incarnazione del tuo Figlio,
per la sua passione e la sua croce
guidaci alla gloria della risurrezione.
Per Cristo nostro Signore. Amen.
Gloria al Padre...



NEL POMERIGGIO



**Vieni, Santo Spirito, riempi il cuore dei tuoi fedeli
e accendi in essi il fuoco del tuo amore**

- QUINTA RIFLESSIONE

DOMENICA al ROSARIO: Misteri GLORIOSI

La Risurrezione di Gesù da morte
L'Ascensione di Gesù al cielo
La discesa dello Spirito Santo nel Cenacolo
L'Assunzione di Maria al cielo
L'Incoronazione di Maria Regina del cielo e della terra

SALUTO DI ARRIVEDERCI DAVANTI LA GROTTA

Vergine Santa, l'angelo Gabriele ti disse: «Gioisci o piena di grazia».

E' l'invito che Tu, mediatrice di grazie, rivolgi a ciascuno di noi, perché, tra gli uomini del nostro tempo, portiamo la gioia di Cristo. Le tristezze e i dolori della vita presente fanno soffrire tante famiglie: a tutti, tu, Madre della gioia, concedi il coraggio di accettare i pesi di ogni giorno, nella fede, per meritare la gioia che più nessuno ci strapperà e fino da ora siamo uomini della gioia.

Ave Maria...

Vergine Santa, l'angelo Gabriele ti disse: «Non temere, Maria, hai trovato grazia presso Dio».

Le stesse parole, tu mediatrice di grazie infinite, le dici a noi, per ricordarci che al di sopra di tutto c'è un Padre Buono che ci ama e che presso di Lui tutti gli uomini trovano la forza di non temere, ma di avere sempre tanta speranza. E tu, Madre dolce, tienici per mano, aiutaci a lottare, ad andare avanti, nella certezza che non c'è ragione di temere, di disperarsi, di avere paura, perché tu ci custodisci e proteggi sempre.

Ave Maria...

Vergine santa, l'angelo Gabriele ha portato a Dio Padre la tua parola: «Ecco la serva del Signore, si compia in me la tua parola».

Anche noi, come te, vogliamo fare sempre la volontà di Dio, con amore, perché solo in essa è la nostra salvezza. Tu, mediatrice di tutte le grazie, rendici stabili in questo proposito perché vogliamo essere con te nel Regno dei Cieli.

Ave Maria...

Ed ora, Regina di bontà e Mediatrice di tutte le grazie, ti affidiamo la nostra preghiera per tutta la Chiesa soprattutto: per i malati, i disoccupati, le persone sole, i nostri giovani ed i nostri bambini.

Tutti proteggi e benedici. Amen.

Noi ti salutiamo, Maria tutta Santa;

candida presenza sui monti di Lourdes:

donna nuova dalla primitiva purezza, figlia vergine della nostra terra.

Tu sei Argilla docile

plasmata dal Vasaio primordiale;

dal tuo fango le mani abili del Creatore

hanno reimpastato l'uomo a sua immagine.

Tu ti chiami Immacolata Concezione, inizio di una discendenza incontaminata:

creatura senza macchia e senza ruga, splendente per grazia.

Tu appari nella grotta di Massabielle, quasi in un grembo materno dischiuso;

perché con te possiamo rinascere dall'alto in Colui

che in una grotta nacque come nostro fratello.

Tu hai aperto una sorgente di acque perenni

per i pellegrini assetati di grazia celeste.

Tu hai acceso la fiamma di innumerevoli ceri ardenti

perché la luce vera rompa il buio di ogni notte.

Tu che permani viva presenza nel tuo santuario

unisci alle nostre voci oranti la tua intercessione

perché possiamo perseverare nel dono della vita nuova fino

a raggiungere nella gloria il Dio della vita eterna.

Amen.