***III Domenica***

***di Quaresima***

***Liturgia delle ore***

***PRIMI VESPRI***

Signore, apri le mie labbra

e la mia bocca canterà la tua lode

Dio, fa’ attento il mio orecchio

perché ascolti la tua parola.

Fammi ritornare e io ritor*ne*rò Ger 31,18-19

perché sei tu il Signore, mio Dio

nel mio smarrimento sono pentito

ravveduto mi batto il petto.

Gloria al Padre *e al* Figlio

e allo Spirito santo

com’era nel principio, ora e sempre

nei secoli dei secoli. Amen.

**Inno *(Canto Marco Frisina)***

Ascolta, Creatore pietoso,  
le nostre preghiere e le lacrime  
che in questo tempo santo  
t'offriamo nella penitenza.

Tu scruti le menti e i cuori,  
conosci le nostre miserie;  
a noi che torniamo pentiti  
concedi la grazia del perdono.

**RIT. PIETÀ DI NOI, PIETÀ DI NOI,  
       PIETÀ DI NOI, SIGNORE.  
       ASCOLTA LA NOSTRA SUPPLICA,  
       ASCOLTA E PERDONA.**

È grande il nostro peccato,  
ma il tuo amore è più grande.  
A gloria del tuo santo nome  
ai deboli dona il tuo balsamo.

Col giogo della penitenza  
correggi il corpo ribelle  
e l'anima libera sciogli  
dagli aspri legami del peccato. **RIT.**

**1 ant.**      Convertitevi, credete al Vangelo,  
dice il Signore.  
  
**SALMO 112 Lodate il nome del Signore***Ha rovesciato i potenti dai troni, ha innalzato gli umili (Lc 1, 52).*  
Lodate, servi del Signore, \*  
lodate il nome del Signore.  
Sia benedetto il nome del Signore, \*  
ora e sempre.  
 Dal sorgere del sole al suo tramonto \*  
 sia lodato il nome del Signore.  
 Su tutti i popoli eccelso è il Signore, \*  
 più alta dei cieli è la sua gloria.  
Chi è pari al Signore nostro Dio che siede nell'alto \*  
e si china a guardare nei cieli e sulla terra?  
 Solleva l'indigente dalla polvere, \*  
 dall'immondizia rialza il povero,  
 per farlo sedere tra i principi, \*  
 tra i principi del suo popolo.  
Fa abitare la sterile nella sua casa \*  
quale madre gioiosa di figli.  
  
**1 ant.**      Convertitevi, credete al Vangelo,  
dice il Signore.  
  
**2 ant.**      Offrirò un sacrificio di lode,  
invocherò il nome del Signore.  
  
**SALMO 115 Rendimento di grazie nel tempio***Per mezzo di lui (Cristo) offriamo continuamente un sacrificio di lode a Dio (Eb 13, 15).*  
Ho creduto anche quando dicevo: \*  
«Sono troppo infelice».  
Ho detto con sgomento: \*  
«Ogni uomo è inganno».  
 Che cosa renderò al Signore \*  
 per quanto mi ha dato?  
 Alzerò il calice della salvezza \*  
 e invocherò il nome del Signore.  
Adempirò i miei voti al Signore, \*  
davanti a tutto il suo popolo.  
Preziosa agli occhi del Signore \*  
è la morte dei suoi fedeli.  
 Sì, io sono il tuo servo, Signore, †  
 io sono tuo servo, figlio della tua ancella; \*  
 hai spezzato le mie catene.  
A te offrirò sacrifici di lode \*  
e invocherò il nome del Signore.  
 Adempirò i miei voti al Signore \*  
 davanti a tutto il suo popolo,  
 negli atri della casa del Signore, \*  
 in mezzo a te, Gerusalemme.  
  
**2 ant.**      Offrirò un sacrificio di lode,  
invocherò il nome del Signore.  
  
**3 ant.**      Nessuno mi può togliere la vita;  
io stesso la offro e la riprendo.  
  
**CANTICO Fil 2, 6-11 Cristo, servo di Dio**  
Gesù Cristo, pur essendo di natura divina, \*  
non considerò un tesoro geloso   
la sua uguaglianza con Dio;  
 ma spogliò se stesso, †  
 assumendo la condizione di servo \*  
 e divenendo simile agli uomini;   
apparso in forma umana, umiliò se stesso †  
facendosi obbediente fino alla morte \*  
e alla morte di croce.  
 Per questo Dio l'ha esaltato \*  
 e gli ha dato il nome  
       che è al di sopra di ogni altro nome;  
perché nel nome di Gesù ogni ginocchio si pieghi †  
nei cieli, sulla terra \*  
e sotto terra;  
 ogni lingua proclami   
  che Gesù Cristo è il Signore, \*  
  a gloria di Dio Padre.  
  
**3 ant.**      Nessuno mi può togliere la vita;  
io stesso la offro e la riprendo.  
  
**Lettura Breve**       2 Cor 6, 1-4a  
    Fratelli, vi esortiamo a non accogliere invano la grazia di Dio. Egli dice infatti: Al momento favorevole ti ho esaudito e nel giorno della salvezza ti ho soccorso. Ecco ora il momento favorevole, ecco ora il giorno della salvezza!  
    Da parte nostra non diamo motivo di scandalo a nessuno, perché non venga biasimato il nostro ministero; ma in ogni cosa ci presentiamo come ministri di Dio.

**Responsorio (Bose Dom sera)**

Con le sue ali\* Dio ti proteggerà

**Con le sue ali\* Dio ti proteggerà**

Tu troverai accanto a lui protezione

**Dio ti proteggerà**

Gloria al Padre e al Figlio e allo Spirito Santo

**Con le sue ali\* Dio ti proteggerà**

**Ant. al Magn.A.:** Resi giusti dalla fede,

Abbiamo pace con Dio

Per mezzo di Cristo Signore

**Ant. al Magn.B.:** Cantiamo Cristo crocifisso,

Scandalo per gli Ebrei, stoltezza per i pagani;

ma per i chiamati, salvezza di Dio.

**Ant. al Magn.C:**  Ciò che avvenne in antico ai nostri padri  
si compie per noi nei tempi nuovi.

***Intercessioni***Venga su di noi la tua misericordia, Signore

la tua salvezza, secondo la tua promessa.

**R. Gloria a te Signore, gloria a te!**

Sii benedetto, Signore,

per le parole di Cristo tuo Figlio:

accogliendole con un cuore capace di ascolto

riceviamo il vero pane per questo giorno. **R.**

Sii benedetto, Signore,

per la mitezza e l’umiltà di Gesù:

prendendo su di noi la dolcezza del suo giogo

troviamo ristoro per le nostre vite. **R.**

Sii benedetto, Signore,

per l’amore fedele di tuo Figlio:

riconoscendo e credendo al suo amore

siamo resi capaci di amarci fino alla fine. **R.**

Sii benedetto, Signore,

per l’obbedienza di Gesù:

nelle sofferenze che patiamo ogni giorno

impariamo l’obbedienza e la pazienza. **R.**

Sii benedetto, Signore,

per il sacrificio di tuo Figlio:

nutrendo in noi gli stessi sentimenti che furono in lui

offriamo i nostri corpi quale sacrificio vivente. **R.**

**Padre nostro  
Orazione**Padre santo e misericordioso, che mai abbandoni i tuoi figli e riveli ad essi il tuo nome, infrangi la durezza della mente e del cuore, perché sappiamo cogliere con la semplicità dei fanciulli i tuoi insegnamenti, e portiamo frutti di vera e continua conversione. Per il nostro Signore Gesù Cristo... Per il nostro Signore Gesù Cristo.

**Benedizione (Ap 1,5-6)**

E: Benediciamo il Signore.

**T: Rendiamo grazie a Dio.**

E: Colui che ci ama

e ci ha liberati dal peccato con il suo sangue

faccia di noi un regno e dei sacerdoti per Dio suo Padre.

Nel nome del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo

**T: Amen.**

***UFFICIO DELLE LETTURE***

**INNO**

Quaresima è tempo di prova

cammino nell’arida terra

ritorno al Dio vivente

domanda del giorno pasquale.

Preghiamo assidui il Signore

la veglia accenda l’attesa

offriamo a Dio il digiuno

e il cuore capace di pianto.

In croce il Cristo ci attira

le braccia distese sul mondo

andiamo all’incontro nuziale

è questo il tempo di grazia.

**I Antifona**Ogni giorno ti lodo e benedico, Signore.  
  
**SALMO 144, 1-9 [I] Lode alla Maestà divina***Imperscrutabili sono le ricchezze di Cristo. Si manifesta per mezzo della Chiesa la multiforme sapienza di Dio, secondo il disegno eterno che ha attuato in Cristo nostro Signore (cfr. Ef 3, 8-11).*  
O Dio, mio re, voglio esaltarti \*  
e benedire il tuo nome in eterno e per sempre.   
Ti voglio benedire ogni giorno, \*  
lodare il tuo nome in eterno e per sempre.   
 Grande è il Signore \*  
 e degno di ogni lode,   
 la sua grandezza \*  
 non si può misurare.   
Una generazione narra all'altra le tue opere, \*  
annunzia le tue meraviglie.   
Proclamano lo splendore della tua gloria \*  
e raccontano i tuoi prodigi.   
 Dicono la stupenda tua potenza \*  
 e parlano della tua grandezza.   
 Diffondono il ricordo della tua bontà immensa, \*  
 acclamano la tua giustizia.   
Paziente e misericordioso è il Signore, \*  
lento all'ira e ricco di grazia.   
Buono è il Signore verso tutti, \*  
la sua tenerezza si espande su tutte le creature.  
   
**I Antifona**Ogni giorno ti lodo e benedico, Signore.  
  
**II Antifona**Il tuo regno,  
è regno di tutti i secoli, Signore.

**SALMO 144, 10-13 [II] Lode alla Maestà divina**Ti lodino, Signore, tutte le tue opere \*  
e ti benedicano i tuoi fedeli.   
Dicano la gloria del tuo regno \*  
e parlino della tua potenza,   
 per manifestare agli uomini i tuoi prodigi \*  
 e la splendida gloria del tuo regno.   
 Il tuo regno è regno di tutti i secoli, \*  
 il tuo dominio si estende ad ogni generazione.  
  
**II Antifona**Il tuo regno,  
è regno di tutti i secoli, Signore.  
  
**III Antifona**Fedeltà in tutte le parole del Signore,  
amore in tutte le sue opere.  
  
**SALMO 144, 14-21 [III] Lode alla Maestà divina**Fedele é il Signore in tutte le sue parole, \*  
santo in tutte le sue opere.  
Il Signore sostiene quelli che vacillano \*  
e rialza chiunque è caduto.   
 Gli occhi di tutti sono rivolti a te in attesa \*  
 e tu provvedi loro il cibo a suo tempo.   
 Tu apri la tua mano \*  
 e sazi la fame di ogni vivente.   
Giusto è il Signore in tutte le sue vie, \*  
santo in tutte le sue opere.   
Il Signore è vicino a quanti lo invocano, \*  
a quanti lo cercano con cuore sincero.   
 Appaga il desiderio di quelli che lo temono, \*  
 ascolta il loro grido e li salva.   
 Il Signore protegge quanti lo amano, \*  
 ma disperde tutti gli empi.   
Canti la mia bocca \*  
la lode del Signore.  
Ogni vivente benedica il suo nome santo, \*  
in eterno e sempre.  
  
**III Antifona**Fedeltà in tutte le parole del Signore,  
amore in tutte le sue opere.

**ORAZIONE SALMICA**

Preghiamo.

Padre nostro, eccoci in ascolto della tua Parola viva ed efficace:

essa penetri in noi come una spada a doppio taglio

e nella forza del tuo Spirito Santo ci chiami a conversione,

trasformi le nostre vite

e faccia di noi dei discepoli di Gesù tuo Figlio,

Colui che è la Parola fatta carne, il tuo volto e la tua immagine,

la tua narrazione agli uomini.

Sii benedetto ore e nei secoli dei secoli.

**T.Amen**

V. Con il pane della vita ci nutri, Signore;  
**R. ci offri da bere l'acqua della sapienza.**

**Le letture sono prese dall’Ora dell’Ascolto**

**ORAZIONE**

Dio nostro unico custode,

tu hai guidato i nostri padri nella tenebra del deserto

attraverso una colonna di luce ed era Cristo che già li illuminava:

la tua Parola ascoltata, meditata e pregata in questa sera

rischiari il cammino del tuo popolo

verso la terra promessa del tuo regno,

dove tu vivi ora e nei secoli dei secoli.

**T.Amen**

***LODI***

Signore, apri le mie labbra

e la mia bocca canterà la tua lode

Dio, fa’ attento il mio orecchio

perché ascolti la tua parola.

mattino

Le misericordie del Signore non sono *fi*nite Lam 3,22-23

non sono esaurite le sue compassioni

esse sono rinnovate ogni mattina

perché grande è la sua fedeltà.

**Ant. Inv.** Ascoltate, oggi, la voce del Signore:  
non indurite il vostro cuore.

**INNO (Quar Bose)**

Il sole che sorge nel cielo

rivela il tuo amore fedele

da’ luce a ogni carne mortale

e insegnaci il tempo di grazia.

Nel nuovo mattino, Signore

ravviva la nostra speranza

Promessa e Amen eterno

a te sia rivolta l’attesa.

La strada che oggi si apre

domanda un custode fedele

sii roccia e bastone al cammino

e noi giungeremo nel Regno.

La lotta che il cuore sostiene

richiede il tuo Spirito santo

sii forza e balsamo e vita

a te lode e gloria per sempre.

**1 Antifona**Più forte del fragore di molte acque  
la voce dei tuoi insegnamenti, Signore.  
  
**SALMO 92 Esaltazione della potenza di Dio creatore***Ha preso possesso del suo regno il Signore, il nostro Dio, l'Onnipotente. Rallegriamoci, esultiamo e rendiamo a lui gloria (Ap 19, 6.7).*  
Il Signore regna, si ammanta di splendore; †  
il Signore si riveste, si cinge di forza; \*  
rende saldo il mondo, non sarà mai scosso.   
 Saldo è il tuo trono fin dal principio, \*  
 da sempre tu sei.   
Alzano i fiumi, Signore, †  
alzano i fiumi la loro voce, \*  
alzano i fiumi il loro fragore.   
 Ma più potente delle voci di grandi acque, †  
 più potente dei flutti del mare, \*  
 potente nell'alto è il Signore.   
Degni di fede sono i tuoi insegnamenti, †  
la santità si addice alla tua casa \*  
per la durata dei giorni, Signore.  
  
**I Antifona**Più forte del fragore di molte acque  
la voce dei tuoi insegnamenti, Signore.

**II Antifona**Acque e sorgenti, benedite il Signore;  
cantate, e celebratelo nei secoli.  
  
**Cantico Dn 3 (Breviario di Bose AT )**

Creature tutte del Signore benedite il Signore!

A lui lode e gloria per sempre!

messaggeri del Signore benedite il Signore!

A lui lode e gloria per sempre!

E voi o cieli

benedite il Signore!

acque al di sopra dei cieli

benedite il Signore!

potenze del Signore

benedite il Signore!

Sole e luna

benedite il Signore!

astri del cielo

benedite il Signore!

piogge e nebbie

benedite il Signore!

Venti e brezze

benedite il Signore!

fuoco e calore

benedite il Signore!

freddo e rigore

benedite il Signore!

Rugiade e brinate

benedite il Signore!

ghiaccio e gelo

benedite il Signore!

nevi perenni e nevicate

benedite il Signore!

Notti e giorni

benedite il Signore!

luce e tenebre

benedite il Signore!

fulmini e nubi

benedite il Signore!

Benedica la terra il Signore

a lui lode e gloria per sempre!

Monti e colline

benedite il Signore!

piante della terra

benedite il Signore!

Sorgenti e fontane

benedite il Signore!

mari e fiumi

benedite il Signore!

pesci del mare e balene

benedite il Signore!

Uccelli del cielo

benedite il Signore!

fiere e bestiame

benedite il Signore!

uomini e donne

benedite il Signore!

Figli di Israele

benedite il Signore!

sacerdoti di Israele

benedite il Signore!

servi del Signore

benedite il Signore!

Spiriti e anime dei giusti

benedite il Signore!

santi e umili di cuore

benedite il Signore!

creature tutte del Signore

benedite il Signore!

A lui lode e gloria per sempre!

**II Antifona**Acque e sorgenti, benedite il Signore;  
cantate, e celebratelo nei secoli.  
  
**III Antifona**Grandi della terra, acclamate il Signore;  
lodatelo, popoli tutti.

**SALMO 148 Glorificazione di Dio Signore e Creatore***A colui che siede sul trono e all'Agnello lode, onore, gloria e potenza nei secoli dei secoli (Ap 5, 13).*  
Lodate il Signore dai cieli, \*  
lodatelo nell'alto dei cieli.   
Lodatelo, voi tutti, suoi angeli, \*  
lodatelo, voi tutte, sue schiere.   
 Lodatelo, sole e luna, \*  
 lodatelo, voi tutte, fulgide stelle.   
 Lodatelo, cieli dei cieli, \*  
 voi acque al di sopra dei cieli.  
Lodino tutti il nome del Signore, \*  
perché egli disse e furono creati.   
Li ha stabiliti per sempre, \*  
ha posto una legge che non passa.   
 Lodate il Signore dalla terra, \*  
 mostri marini e voi tutti abissi,   
 fuoco e grandine, neve e nebbia, \*  
 vento di bufera che obbedisce alla sua parola,   
monti e voi tutte, colline, \*  
alberi da frutto e tutti voi, cedri,   
voi fiere e tutte le bestie, \*  
rettili e uccelli alati.   
 I re della terra e i popoli tutti, \*  
 i governanti e i giudici della terra,   
i giovani e le fanciulle, †  
i vecchi insieme ai bambini \*  
lodino il nome del Signore:   
 perché solo il suo nome è sublime, †  
 la sua gloria risplende sulla terra e nei cieli. \*  
 Egli ha sollevato la potenza del suo popolo.   
E' canto di lode per tutti i suoi fedeli, \*  
per i figli di Israele, popolo che egli ama.  
  
**III Antifona**Grandi della terra, acclamate il Signore;  
lodatelo, popoli tutti.  
  
***Lettura Breve*** **Cfr. Ne 8, 9. 10**Questo giorno è consacrato al Signore vostro Dio; non fate lutto e non piangete! Perché questo giorno è consacrato al Signore nostro; non vi rattristate, perché la gioia del Signore è la vostra forza.  
  
***Responsorio Breve (mercoledì sera )*℟.** Tu sei Signore il mio luogo di riparo \* il mio rifugio nel giorno dell’angoscia.

**Tu sei Signore il mio luogo di riparo \* il mio rifugio nel giorno dell’angoscia.**

Mio Dio, sei tu la mia speranza

**il mio rifugio nel giorno dell’angoscia.**

Gloria al Padre e al Figlio e allo Spirito santo

**tu sei Signore il mio luogo di riparo \* il mio rifugio nel giorno dell’angoscia.**

**Antifona al Benedictus  
Anno A:** Dio è spirito: adoratelo in spirito e verità

**Anno B:** Distruggete questo tempio,

e in tre giorni lo ricostruirò, dice il Signore;

e parlava del tempio del suo corpo

**Anno C** Il Signore, Dio dei vostri padri,  
mi ha mandato a voi.  
  
***Invocazioni* (sabato matt Quar Bose)**Venga su di noi la tua misericordia, Signore, la tua salvezza secondo la tua promessa.

**Noi cantiamo la tua misericordia!**

Da sempre, Signore, ci hai amati:

prima del nostro giorno tu ci hai attesi. R.

Sempre ci guidi e ci parli, Signore:

nel nostro cuore l’eco della tua voce è fuoco che brucia. R.

Sempre ci accompagna la tua benedizione:

è mano materna, è carezza di consolazione. R.

Sempre ci precede la tua sapienza increata:

come parola paterna ci guida e ci dà forza. R.

Sempre vogliamo cercarti, Signore Dio nostro:

in te solo troviamo la vita e la speranza al di là della morte. R.

**Padre nostro  
Orazione**Signore nel mattino di questo nuovo giorno della domenica,

giorno da te fatto e benedetto, eccoci alla tua presenza:

nella nostra salita verso Gerusalemme

fa che camminiamo con perseveranza

tenendo fisso lo sguardo su Gesù, l’autore della nostra fede,

sottoposto alla croce, ma risorto e vivente con te e lo Spirito Santo per tutti i secoli dei secoli.

**Benedizione (Ap 1,5-6)**

E: Benediciamo il Signore.

**T: Rendiamo grazie a Dio.**

E: Colui che ci ama

e ci ha liberati dal peccato con il suo sangue

faccia di noi un regno e dei sacerdoti per Dio suo Padre.

Nel nome del Padre del Figlio e dello Spirito Santo

**T: Amen.**

***VESPRI***

Signore, apri le mie labbra

e la mia bocca canterà la tua lode

Dio, fa’ attento il mio orecchio

perché ascolti la tua parola.

Fammi ritornare e io ritor*ne*rò Ger 31,18-19

perché sei tu il Signore, mio Dio

nel mio smarrimento sono pentito

ravveduto mi batto il petto.

Gloria al Padre *e al* Figlio

e allo Spirito santo

com’era nel principio, ora e sempre

nei secoli dei secoli. Amen.

**Inno *(Canto Marco Frisina)***

Ascolta, Creatore pietoso,  
le nostre preghiere e le lacrime  
che in questo tempo santo  
t'offriamo nella penitenza.

Tu scruti le menti e i cuori,  
conosci le nostre miserie;  
a noi che torniamo pentiti  
concedi la grazia del perdono.

**RIT. PIETÀ DI NOI, PIETÀ DI NOI,  
       PIETÀ DI NOI, SIGNORE.  
       ASCOLTA LA NOSTRA SUPPLICA,  
       ASCOLTA E PERDONA.**

È grande il nostro peccato,  
ma il tuo amore è più grande.  
A gloria del tuo santo nome  
ai deboli dona il tuo balsamo.

Col giogo della penitenza  
correggi il corpo ribelle  
e l'anima libera sciogli  
dagli aspri legami del peccato. **RIT.**

**I Antifona**Per la gloria del tuo nome, Dio onnipotente,  
vieni a liberarci,  
donaci tempo per la penitenza.  
  
**SALMO 109, 1-5. 7 Il Messia, re e sacerdote***Bisogna che egli regni finché non abbia posto tutti i suoi nemici sotto i suoi piedi (1 Cor 15, 25).*  
Oracolo del Signore al mio Signore: \*  
«Siedi alla mia destra,   
finché io ponga i tuoi nemici \*  
a sgabello dei tuoi piedi».   
 Lo scettro del tuo potere stende il Signore da Sion: \*  
 «Domina in mezzo ai tuoi nemici.   
A te il principato nel giorno della tua potenza \*  
tra santi splendori;   
dal seno dell'aurora, \*  
come rugiada, io ti ho generato».   
 Il Signore ha giurato e non si pente: \*  
 «Tu sei sacerdote per sempre   
 al modo di Melchisedek».   
Il Signore è alla tua destra, \*  
annienterà i re nel giorno della sua ira.   
Lungo il cammino si disseta al torrente \*  
e solleva alta la testa.  
  
**I Antifona**Per la gloria del tuo nome, Dio onnipotente,  
vieni a liberarci,  
donaci tempo per la penitenza.  
  
**II Antifona**Il tuo sangue, o Cristo, Agnello senza colpa,  
è il prezzo della nostra libertà.  
  
**SALMO 110 Grandi le opere del Signore***Grandi e mirabili sono le tue opere, o Signore Dio onnipotente (Ap 15, 3).*  
Renderò grazie al Signore con tutto il cuore, \*  
nel consesso dei giusti e nell'assemblea.   
 Grandi sono le opere del Signore, \*  
 le contemplino coloro che le amano.   
 Le sue opere sono splendore di bellezza, \*  
 la sua giustizia dura per sempre.   
Ha lasciato un ricordo dei suoi prodigi: \*  
pietà e tenerezza è il Signore.   
Egli dà il cibo a chi lo teme, \*  
si ricorda sempre della sua alleanza.   
 Mostrò al suo popolo la potenza delle sue opere, \*  
 gli diede l'eredità delle genti.   
Le opere delle sue mani sono verità e giustizia, \*  
stabili sono tutti i suoi comandi,   
immutabili nei secoli, per sempre, \*  
eseguiti con fedeltà e rettitudine.   
 Mandò a liberare il suo popolo, \*  
 stabilì la sua alleanza per sempre.   
Santo e terribile il suo nome. \*  
Principio della saggezza è il timore del Signore,   
saggio è colui che gli è fedele; \*  
la lode del Signore è senza fine.  
  
**II Antifona**Il tuo sangue, o Cristo, Agnello senza colpa,  
è il prezzo della nostra libertà.  
  
**III Antifona**Cristo ha preso su di sé la nostra debolezza,  
ha conosciuto il nostro dolore.  
  
**CANTICO Cfr. 1 Pt 2, 21-24**Cristo patì per voi,   
lasciandovi un esempio, \*  
perché ne seguiate le orme:   
 egli non commise peccato   
 e non si trovò inganno \*  
 sulla sua bocca;  
oltraggiato non rispondeva con oltraggi, \*  
e soffrendo   
non minacciava vendetta  
 ma rimetteva   
 la sua causa \*  
 a colui che giudica con giustizia.   
Egli portò i nostri peccati   
sul suo corpo \*  
sul legno della croce,   
 perché, non vivendo più per il peccato,   
 vivessimo per la giustizia. \*  
 Dalle sue piaghe siamo stati guariti.  
  
**III Antifona**Cristo ha preso su di sé la nostra debolezza,  
ha conosciuto il nostro dolore.  
  
***Lettura*** 1 Cor 9, 24-25  
Non sapete che nelle corse allo stadio tutti corrono, ma uno solo conquista il premio? Correte anche voi in modo da conquistarlo! Però ogni atleta è temperante in tutto; essi lo fanno per ottenere una corona corruttibile, noi invece una incorruttibile.

**Responsorio**Con le sue ali\* Dio ti proteggerà

**Con le sue ali\* Dio ti proteggerà**

Tu troverai accanto a lui protezione

**Dio ti proteggerà**

Gloria al Padre e al Figlio e allo Spirito Santo

**Con le sue ali\* Dio ti proteggerà**

**Antifona al Magnificat  
Anno A:** Chi beve l'acqua che io gli darò,  
non avrà sete in eterno, dice il Signore.  
  
**Anno B:** La casa del Padre mio  
è casa di preghiera, dice il Signore.

**Anno C:** Chi rimane in me,  
porta molto frutto.

***Intercessioni***Venga su di noi la tua misericordia, Signore

la tua salvezza, secondo la tua promessa.

**R. Gloria a te Signore, gloria a te!**

Sii benedetto, Signore,

per le parole di Cristo tuo Figlio:

accogliendole con un cuore capace di ascolto

riceviamo il vero pane per questo giorno. **R.**

Sii benedetto, Signore,

per la mitezza e l’umiltà di Gesù:

prendendo su di noi la dolcezza del suo giogo

troviamo ristoro per le nostre vite. **R.**

Sii benedetto, Signore,

per l’amore fedele di tuo Figlio:

riconoscendo e credendo al suo amore

siamo resi capaci di amarci fino alla fine. **R.**

Sii benedetto, Signore,

per l’obbedienza di Gesù:

nelle sofferenze che patiamo ogni giorno

impariamo l’obbedienza e la pazienza. **R.**

Sii benedetto, Signore,

per il sacrificio di tuo Figlio:

nutrendo in noi gli stessi sentimenti che furono in lui

offriamo i nostri corpi quale sacrificio vivente. **R.**

**Padre nostro  
Orazione**Signore Dio, tu ami tutte le tue creature

e non provi disprezzo per nessuna delle tue opere:

non guardare ai nostri peccati, ma rinnovaci con il tuo Spirito,

affinchè accogliamo con gratitudine questo tempo favorevole,

tempo di ritorno a te e di riconciliazione tra di noi tuoi figli.

Per il nostro Signore Gesù Cristo tuo Figlio che è Dio...   
  
**Benedizione (Ap 1,5-6)**

E: Benediciamo il Signore.

**T: Rendiamo grazie a Dio.**

E: Colui che ci ama

e ci ha liberati dal peccato con il suo sangue

faccia di noi un regno e dei sacerdoti per Dio suo Padre.

**T: Amen.**