



*“Il Signore è  
la mia forza  
e il mio scudo,  
ho posto in lui  
la mia fiducia”*



*“Questo tempo propizio non sia un tempo vuoto, ma un’occasione per recuperare anche il valore esistenziale della Quaresima, tempo di deserto e di raccoglimento interiore. Pertanto, ci esortiamo a viverlo nell’impegno personale a scorgere, nella vita ordinaria e familiare, i modi e i momenti adatti per dedicarci alla preghiera, alla lettura della Parola del Vangelo, a vivere momenti di silenzio e riflessione nel segreto della propria casa («quando tu preghi, entra nella tua camera, chiudi la porta e prega il Padre tuo, che è nel segreto; e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà», Mt 6,1-6.16-18).*

*La Quaresima è una sosta essenziale per la salute dello spirito, ci aiuta a contrastare i virus spirituali dei quali il più pericoloso è la tristezza, in questo momento amplificata per la particolare precarietà socio-sanitaria che stiamo vivendo”.*

***Dal messaggio del  
Vescovo Francesco alla Diocesi***

***Proponiamo un piccolo sussidio di preghiera, per aiutare i nostri fedeli ad affidarsi ancora di più al Signore in questo tempo di emergenza e sentirsi comunità nel senso più profondo oltre la distanza fisica, nell’unità che è dono di Dio.***

# *Preghiamo con i Salmi:*

## **Salmo 28**

A te grido, Signore;  
non restare in silenzio, mio Dio,  
perché, se tu non mi parli,  
io sono come chi scende nella fossa.

Ascolta la voce della mia supplica,  
quando ti grido aiuto,  
quando alzo le mie mani  
verso il tuo santo tempio.

Non travolgermi con gli empi,  
con quelli che operano il male.  
Parlano di pace al loro prossimo,  
ma hanno la malizia nel cuore.

Ripagali secondo la loro opera  
e la malvagità delle loro azioni.  
Secondo le opere delle loro mani,  
rendi loro quanto meritano.

Poiché non hanno compreso l'agire del Signore  
e le opere delle sue mani,  
egli li abbatta e non li rialzi.

Sia benedetto il Signore,  
che ha dato ascolto alla voce della mia preghiera;  
il Signore è la mia forza e il mio scudo,  
ho posto in lui la mia fiducia;  
mi ha dato aiuto ed esulta il mio cuore,  
con il mio canto gli rendo grazie.

Il Signore è la forza del suo popolo,  
rifugio di salvezza del suo consacrato.  
Salva il tuo popolo e la tua eredità benedici,  
guidali e sostienili per sempre.

## **Salmo 40**

Ho sperato: ho sperato nel Signore  
ed egli su di me si è chinato,  
ha dato ascolto al mio grido.

Mi ha tratto dalla fossa della morte,  
dal fango della palude;  
i miei piedi ha stabilito sulla roccia,  
ha reso sicuri i miei passi.

Mi ha messo sulla bocca un canto nuovo,  
lode al nostro Dio.  
Molti vedranno e avranno timore  
e confideranno nel Signore.

Beato l'uomo che spera nel Signore  
e non si mette dalla parte dei superbi,  
né si volge a chi segue la menzogna.

Quanti prodigi tu hai fatto, Signore Dio mio,  
quali disegni in nostro favore:  
nessuno a te si può paragonare.  
Se li voglio annunziare e proclamare  
sono troppi per essere contati.

Sacrificio e offerta non gradisci,  
gli orecchi mi hai aperto.  
Non hai chiesto olocausto e vittima per la colpa.

Allora ho detto: «Ecco, io vengo.  
Sul rotolo del libro di me è scritto,  
che io faccio il tuo volere.  
Mio Dio, questo io desidero,  
la tua legge è nel profondo del mio cuore».

Ho annunziato la tua giustizia nella grande assemblea;  
vedi, non tengo chiuse le labbra, Signore, tu lo sai.  
Non ho nascosto la tua giustizia in fondo al cuore,  
la tua fedeltà e la tua salvezza ho proclamato.  
Non ho nascosto la tua grazia  
e la tua fedeltà alla grande assemblea.

Non rifiutarmi, Signore, la tua misericordia,  
la tua fedeltà e la tua grazia  
mi proteggano sempre,  
poiché mi circondano mali senza numero,  
le mie colpe mi opprimono  
e non posso più vedere.  
Sono più dei capelli del mio capo,  
il mio cuore viene meno.

Degnati, Signore, di liberarmi;  
accorri, Signore, in mio aiuto.  
Vergogna e confusione  
per quanti cercano di togliermi la vita.  
Retrocedano coperti d'infamia  
quelli che godono della mia sventura.

Siano presi da tremore e da vergogna  
quelli che mi scherniscono.  
Esultino e gioiscano in te quanti ti cercano,  
dicano sempre: «Il Signore è grande»  
quelli che bramano la tua salvezza.

Io sono povero e infelice;  
di me ha cura il Signore.  
Tu, mio aiuto e mia liberazione,  
mio Dio, non tardare.

### **Salmo 103**

Benedici, anima mia,  
il Signore;  
e tutto quello ch'è in me, benedica il suo santo nome.  
Benedici, anima mia, il Signore  
e non dimenticare nessuno dei suoi benefici.

Egli perdona tutte le tue colpe,  
risana tutte le tue infermità;  
salva la tua vita dalla fossa,  
ti corona di bontà e compassioni;  
egli sazia di beni la tua esistenza  
e ti fa ringiovanire come l'aquila.

Il Signore agisce con giustizia  
e difende tutti gli oppressi.  
Egli fece conoscere le sue vie a Mosè  
e le sue opere ai figli d'Israele.  
Il Signore è pietoso e clemente,  
lento all'ira e ricco di bontà.

Egli non contesta in eterno,  
né serba la sua ira per sempre.  
Egli non ci tratta secondo i nostri peccati,  
e non ci castiga in proporzione alle nostre colpe.

Come i cieli sono alti al di sopra della terra,  
così è grande la sua bontà verso quelli che lo temono.  
Come è lontano l'oriente dall'occidente,  
così ha egli allontanato da noi le nostre colpe.

Come un padre è pietoso verso i suoi figli,  
così è pietoso il Signore verso quelli che lo temono.  
Poiché egli conosce la nostra natura;  
egli si ricorda che siamo polvere.  
I giorni dell'uomo sono come l'erba;  
egli fiorisce come il fiore dei campi;  
se lo raggiunge un colpo di vento esso non esiste più  
e non si riconosce più il luogo dov'era.

Ma la bontà del Signore è senza fine per quelli che lo temono,  
e la sua misericordia per i figli dei loro figli,  
per quelli che custodiscono il suo patto  
e si ricordano di mettere in pratica i suoi comandamenti.

Il Signore ha stabilito il suo trono nei cieli,  
e il suo dominio si estende su tutto.  
Benedite il Signore, voi suoi angeli,  
potenti e forti, che fate ciò ch'egli dice,  
ubbidienti alla voce della sua parola!

Benedite il Signore, voi tutti gli eserciti suoi,  
che siete suoi ministri, e fate ciò che egli gradisce!  
Benedite il Signore, voi tutte le opere sue,  
in tutti i luoghi del suo dominio!  
Anima mia, benedici il Signore!

# *Santo Rosario*

## *Misteri della Gioia (lunedì e sabato)*

- Nel primo mistero contempliamo **l'annunciazione della nascita di Gesù a Maria SS**, preghiamo in modo particolare per i pastori della Chiesa perché sostengano il popolo loro affidato;
- Nel secondo mistero contempliamo **Maria SS. che visita S. Elisabetta**, preghiamo in modo particolare per tutte le mamme che in questo tempo daranno alla luce i loro bambini;
- Nel terzo mistero contempliamo **Gesù Cristo che nasce povero a Betlemme**, preghiamo in modo particolare per i poveri che in questa emergenza vivono ancor più l'emarginazione;
- Nel quarto mistero contempliamo **Gesù che viene presentato al tempio**, preghiamo in modo particolare per tutti i volontari di questa emergenza;
- Nel quinto mistero contempliamo **Gesù che viene ritrovato al tempio**, preghiamo in modo particolare per le giovani coppie che si preparano a celebrare il loro matrimonio.

## *Misteri del dolore (martedì e venerdì)*

- Nel primo mistero contempliamo **Gesù che agonizza nel giardino degli ulivi**, preghiamo in modo particolare per tutti i ricoverati in terapia intensiva;
- Nel secondo mistero contempliamo **Gesù che viene flagellato alla colonna**, preghiamo in modo particolare per tutti i carcerati perché sappiano vivere questo tempo di emergenza con responsabilità;
- Nel terzo mistero contempliamo **Gesù che viene incoronato di spine**, preghiamo in modo particolare per quanti continuano a svolgere il loro lavoro per garantire a tutti i servizi necessari;

- Nel quarto mistero contempliamo **Gesù che viene caricato della croce**, preghiamo in modo particolare per quanti vivono momenti di depressione e di panico di fronte a questa epidemia;

- Nel quinto mistero contempliamo **Gesù che muore in croce**, preghiamo in modo particolare per tutti i defunti delle nostre comunità.

### *Misteri della Luce (giovedì)*

- Nel primo mistero contempliamo **il Battesimo di Gesù al Giordano**, preghiamo in modo particolare per i bambini nati in questi giorni;

- Nel secondo mistero contempliamo **la Rivelazione di Gesù alle nozze di Cana**, preghiamo in modo particolare per tutte le famiglie colpite dalla malattia o dalla morte dei loro cari;

- Nel terzo mistero contempliamo **l'Annuncio del Regno di Dio con l'invito alla conversione**, preghiamo in modo particolare per tutti i sacerdoti perché testimonino il perdono di Dio;

- Nel quarto mistero contempliamo **la Trasfigurazione di Nostro Signore Gesù Cristo**, preghiamo in modo particolare per tutte le comunità cristiane perché vengano rinnovate da questo tempo di silenzio e di meditazione;

- Nel quinto mistero contempliamo **l'istituzione dell'Eucaristia, espressione Sacramentale del tempo Pasquale**, preghiamo in modo particolare perché questo tempo di digiuno eucaristico faccia crescere il desiderio di Dio.

### *Misteri della Gloria (mercoledì e domenica)*

- Nel primo mistero contempliamo **Gesù che risorge dai morti**, preghiamo in modo particolare per tutte le vittime di questa pandemia;

- Nel secondo mistero contempliamo **Gesù che sale al cielo**, preghiamo in modo particolare per tutti gli operatori sanitari che ogni giorno lavorano per la nostra salute;

- Nel terzo mistero contempliamo lo **Spirito Santo che discende su Maria e i discepoli**, preghiamo in modo particolare per i governanti chiamati a scelte coraggiose e illuminate;

- Nel quarto mistero contempliamo **Maria SS. Assunta in cielo**, preghiamo in modo particolare per i malati e per quanti vivono in quarantena;

- Nel quinto mistero contempliamo **Maria SS. incoronata Regina dell'universo**, preghiamo in modo particolare per i nostri bambini e giovani speranza del futuro.

**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, rivolgì 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. Amen.

## LITANIE LAURETANE

Signore, pietà - **Signore, pietà**

Cristo, pietà - **Cristo, pietà**

Signore, pietà - **Signore, pietà**

Cristo, ascoltaci - **Cristo, ascoltaci**

Cristo, esaudiscici - **Cristo, esaudiscici**

Padre del cielo, che sei Dio, **Abbi pietà di noi.**

Figlio, Redentore del mondo, **che sei Dio, Abbi pietà di noi.**

Spirito Santo, che sei Dio, **Abbi pietà di noi.**

Santa Trinità, unico Dio, **Abbi pietà di noi.**

Santa Maria, **prega per noi.**  
Santa Madre di Dio, **prega per noi.**  
Santa Vergine delle vergini, **prega per noi.**  
Madre di Cristo, **prega per noi.**  
Madre della Chiesa, **prega per noi.**  
Madre della divina grazia, **prega per noi.**  
Madre purissima, **prega per noi.**  
Madre castissima, **prega per noi.**  
Madre sempre vergine, **prega per noi.**  
Madre immacolata, **prega per noi.**  
Madre degna d'amore, **prega per noi.**  
Madre ammirabile, **prega per noi.**  
Madre del buon consiglio, **prega per noi.**  
Madre del Creatore, **prega per noi.**  
Madre del Salvatore, **prega per noi.**  
Madre di misericordia, **prega per noi.**  
Vergine prudentissima, **prega per noi.**  
Vergine degna di onore, **prega per noi.**  
Vergine degna di lode, **prega per noi.**  
Vergine potente, **prega per noi.**  
Vergine clemente, **prega per noi.**  
Vergine fedele, **prega per noi.**  
Specchio della santità divina, **prega per noi.**  
Sede della Sapienza, **prega per noi.**  
Causa della nostra letizia, **prega per noi.**  
Tempio dello Spirito Santo, **prega per noi.**  
Tabernacolo dell'eterna gloria, **prega per noi.**  
Dimora tutta consacrata a Dio, **prega per noi.**  
Rosa mistica, **prega per noi.**  
Torre di Davide, **prega per noi.**  
Torre d'avorio, **prega per noi.**  
Casa d'oro, **prega per noi.**  
Arca dell'alleanza, **prega per noi.**  
Porta del cielo, **prega per noi.**  
Stella del mattino, **prega per noi.**  
Salute degli infermi, **prega per noi.**

Rifugio dei peccatori, **prega per noi.**  
Consolatrice degli afflitti, **prega per noi.**  
Aiuto dei cristiani, **prega per noi.**  
Regina degli Angeli, **prega per noi.**  
Regina dei Patriarchi, **prega per noi.**  
Regina dei Profeti, **prega per noi.**  
Regina degli Apostoli, **prega per noi.**  
Regina dei Martiri, **prega per noi.**  
Regina dei veri cristiani, **prega per noi.**  
Regina delle Vergini, **prega per noi.**  
Regina di tutti i Santi, **prega per noi.**  
Regina concepita senza peccato originale, **prega per noi.**  
Regina assunta in cielo, **prega per noi.**  
Regina del santo Rosario, **prega per noi.**  
Regina della famiglia, **prega per noi.**  
Regina della pace, **prega per noi.**

Agnello di Dio che togli i peccati del mondo, **perdonaci, o Signore.**  
Agnello di Dio che togli i peccati del mondo, **ascoltaci, o Signore.**  
Agnello di Dio che togli i peccati del mondo, **abbi pietà di noi.**

Prega per noi, Santa Madre di Dio.  
**E saremo degni delle promesse di Cristo.**

## **PREGHIAMO**

Concedi ai tuoi fedeli, Signore Dio nostro,  
di godere sempre la salute del corpo e dello spirito,  
per la gloriosa intercessione di Maria santissima, sempre vergine,  
salvacì dai mali che ora ci rattristano e guidaci alla gioia senza fine.  
Per Cristo nostro Signore.

**Amen.**

# *Invocazione dei Santi*

## *per la salvaguardia della salute*

Kýrie, eléison, **Kýrie, eléison**  
Christe eléison, **Christe eléison**  
Kýrie, eléison, **Kýrie, eléison**

Santa Maria, Madre di Dio, **prega per noi**  
San Michele, **prega per noi**  
Santi angeli di Dio, **pregate per noi**

Coro universale dei Giusti, **pregate per noi**

San Giovanni Battista, **prega per noi**  
San Giuseppe, **prega per noi**  
Santi patriarchi e profeti, **prega per noi**

Santi Pietro e Paolo, **pregate per noi**  
Sant' Andrea, **prega per noi**  
San Giovanni, **prega per noi**  
Santi apostoli ed evangelisti, **pregate per noi**

Santa Maria Maddalena, **prega per noi**  
Santi discepoli del Signore, **pregate per noi**

Santo Stefano, **prega per noi**  
San Lorenzo, **prega per noi**  
Santa Lucia, **prega per noi**  
Santa Maria Goretti, **prega per noi**  
Santi martiri di Cristo, **pregate per noi**

San Silvestro, **prega per noi**  
San Gregorio, **prega per noi**  
Sant' Agostino, **prega per noi**  
Santi Cirillo e Metodio, **pregate per noi**  
San Benedetto, **prega per noi**

San Francesco, **prega per noi**  
San Venanzio, **prega per noi**  
San Romualdo, **prega per noi**  
Sant'Adriano, **prega per noi**  
San Sebastiano, **prega per noi**  
San Camillo de' Lellis, **prega per noi**  
San Giovanni di Dio, **prega per noi**  
San Vincenzo de' Paoli, **prega per noi**  
Santa Caterina da Siena, **prega per noi**  
Beata Mattia, **prega per noi**  
Santi e Sante di Dio, **pregate per noi**

Nella tua misericordia, **salvaci, Signore**  
Da ogni male, **salvaci, Signore**  
Da ogni peccato, **salvaci, Signore**  
Dalla morte eterna, **salvaci, Signore**  
Per la tua incarnazione, **salvaci, Signore**  
Per la tua morte e risurrezione, **salvaci, Signore**  
Per il dono dello Spirito Santo, **salvaci, Signore**

Noi, peccatori, ti preghiamo, **ascoltaci, Signore**  
Guarda con bontà  
questi nostri fratelli infermi, **ascoltaci, Signore**  
Dona loro nuovo vigore, **ascoltaci, Signore**  
Lenisci le loro sofferenze e angosce, **ascoltaci, Signore**

Fa' che mediante la comune preghiera  
con l'invocazione del tuo nome  
abbiano vita e salute, **ascoltaci, Signore**

Soccorri con la tua grazia tutti gli infermi, **ascoltaci, Signore**  
Sostieni con la tua forza quanti li assistono, **ascoltaci, Signore**

Aiuta e conforta tutti coloro  
che sono nella prova e nel dolore, **ascoltaci, Signore**

Gesù Figlio del Dio vivente, **ascolta la nostra supplica.**

## **PREGHIAMO**

Signore nostro Dio,  
che nella tua provvidenza  
custodisci tutte le tue creature,  
salvacì con il tuo amore;  
solleva con la tua santa mano i tuoi figli malati,  
sii tu il loro medico e la loro medicina  
perché sperimentino il beneficio che aspettano da te.

Per Cristo nostro Signore.

**Amen.**

*Oppure*

Signore Dio nostro,  
che hai mandato nel mondo il tuo Figlio  
a portare il peso dei nostri dolori  
e delle nostre infermità,  
ascolta la preghiera della tua Chiesa  
per questi nostri fratelli e sorelle:  
fa' che fortificati nella pazienza  
dalla tua benedizione  
raccolgano ai piedi della croce  
il frutto della speranza.

Per Cristo nostro Signore.

**Amen.**

## ***Via Crucis:*** ***meditazioni di don Tonino Bello, Vescovo***

Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo.  
**Amen.**

### **PRIMA STAZIONE: Gesù è condannato a morte.**

Ti adoriamo, Cristo, e ti benediciamo:  
perchè con la Tua Santa Croce hai redento il mondo.

***“Pilato lo diede nelle loro mani perché fosse crocifisso;  
presero dunque Gesù e lo condussero via” (Gv 19,16).***

### **MEDITAZIONE**

A voi che non contate nulla agli occhi degli uomini, ma che davanti agli occhi di Dio siete grandi, coraggio! Dio non fa graduatorie. Non sempre si lascia incantare da chi sa parlare meglio. Non sempre, rispetto ai sospiri dignitosi del povero, dà la precedenza al canto gregoriano che risuona nelle chiese. Non sempre si fa sedurre dal profumo dell'incenso, più di quanto non si accorga del tanfo che sale dai sotterranei della storia.

Padre nostro....

***Ti saluto, o croce santa, che portasti il Redentor, gloria,  
lode, onor ti canta ogni lingua ed ogni cuor.***

### **SECONDA STAZIONE: Gesù è caricato della croce.**

Ti adoriamo, Cristo, e ti benediciamo:  
perchè con la Tua Santa Croce hai redento il mondo.

***“Ed egli, portando su di sé la croce,  
uscì verso il luogo detto Cranio, in ebraico Golgota” (Gv 19,17).***

## MEDITAZIONE

La croce l'abbiamo inquadrata nella cornice della sapienza umana, e nel telaio della sublimità di parola. L'abbiamo attaccata con riverenza alle pareti di casa nostra, ma non ce la siamo piantata nel cuore. Pende dal nostro collo, ma non pende sulle nostre scelte. Le rivolgiamo inchini e incensazioni in chiesa, ma ci manteniamo agli antipodi della sua logica. L'abbiamo isolata, sia pure con tutti i riguardi che merita. È un albero nobile che cresce su zolle recintate..

Padre nostro....

*Ti saluto, o croce santa, che portasti il Redentor, gloria, lode, onor ti canta ogni lingua ed ogni cuor.*

**TERZA STAZIONE: Gesù cade per la prima volta.**

Ti adoriamo, Cristo, e ti benediciamo:  
perchè con la Tua Santa Croce hai redento il mondo.

*“Guardai attorno e nessuno che mi aiutasse;  
attesi ansioso e nessuno che mi sostenesse” (Is 63,5).*

## MEDITAZIONE

Dal deserto del digiuno e della tentazione fino al monte Calvario, la pace passa attraverso tutte le strade scoscese della quaresima. E quando arriva ai primi tornanti del Calvario, non cerca deviazioni di comodo, ma vi si inerpicca fino alla croce. Sì, la pace, prima che traguardo, è cammino. E per giunta, cammino in salita. Vuol dire, allora, che ha le sue tabelle di marcia e i suoi ritmi. I suoi rallentamenti e le sue accelerazioni. Forse anche le sue soste.

Padre nostro....

*Ti saluto, o croce santa, che portasti il Redentor, gloria, lode, onor ti canta ogni lingua ed ogni cuor.*

## **QUARTA STAZIONE: Gesù incontra sua Madre.**

Ti adoriamo, Cristo, e ti benediciamo:  
perchè con la Tua Santa Croce hai redento il mondo.

*“Gesù vide la Madre lì presente” (Gv 19,26).*

### **MEDITAZIONE**

Nessun linguaggio umano deve essere stato così pregnante come quello di Maria. Fatto di monosillabi, veloci come un sì. O di sussurri, brevi come un fiat. O di abbandoni, totali come un amen. O di riverberi biblici, ricuciti dal filo di una sapienza antica, alimentata da fecondi silenzi. Maria, immagine dell'antiretorica, non posa per nessuno. Neppure per il suo Dio.

Padre nostro....

*Ti saluto, o croce santa, che portasti il Redentor, gloria,  
lode, onor ti canta ogni lingua ed ogni cuor.*

## **QUINTA STAZIONE: Gesù è aiutato dal Cireneo.**

Ti adoriamo, Cristo, e ti benediciamo:  
perchè con la Tua Santa Croce hai redento il mondo.

*“Or mentre lo conducevano al patibolo, presero un certo  
Simone di Cirene e gli posero addosso la Croce” (Lc 23,26).*

### **MEDITAZIONE**

L'amore per Cristo che non abbia il marchio della totalità è ambiguo. Il «part-time» non è ammissibile. Il servizio a ore, in cui magari per ogni eccedenza chiediamo compensi maggiorati come un operaio che esige lo straordinario, sa di mercificazione. In concreto, innamorarsi di Gesù Cristo vuol dire conoscenza profonda di lui, dimestichezza con lui, assimilazione del suo pensiero, accoglimento senza sconti delle esigenze radicali del vangelo.

Padre nostro....

*Ti saluto, o croce santa, che portasti il Redentor, gloria,  
lode, onor ti canta ogni lingua ed ogni cuor.*

### **SESTA STAZIONE: La Veronica asciuga il Volto di Cristo.**

Ti adoriamo, Cristo, e ti benediciamo:  
perchè con la Tua Santa Croce hai redento il mondo.

*“In verità vi dico: ogni volta che avete fatto queste cose  
a uno dei più piccoli, l'avete fatta a me” (Mt 25,40).*

### **MEDITAZIONE**

Eccoci, Signore, davanti a te. Col fiato grosso, dopo aver tanto camminato. Ma se ci sentiamo sfiniti, non è perché abbiamo percorso un lungo tragitto o abbiamo coperto chissà quali interminabili rettilinei. E perché, purtroppo, molti passi li abbiamo consumati sulle viottole nostre, e non sulle tue. Seguendo i tracciati involuti della nostra caparbia faccendiera, e non le indicazioni della tua Parola.

Padre nostro....

*Ti saluto, o croce santa, che portasti il Redentor, gloria,  
lode, onor ti canta ogni lingua ed ogni cuor.*

### **SETTIMA STAZIONE: Gesù cade per la seconda volta.**

Ti adoriamo, Cristo, e ti benediciamo:  
perchè con la Tua Santa Croce hai redento il mondo.

*“Consegnò la sua vita alla morte, e fu annoverato tra i malfattori” (Is  
52,12).*

## MEDITAZIONE

Stare con Gesù significa mettere il vangelo al centro della nostra vita personale e comunitaria. Lasciarci contaminare inguaribilmente dalla speranza della risurrezione. Affrontare le tribolazioni, il dolore e perfino la morte, sapendo che verranno giorni in cui «non ci sarà né lutto né pianto», e tutte le lacrime saranno asciugate dal volto degli uomini.

Padre nostro....

*Ti saluto, o croce santa, che portasti il Redentor, gloria, lode, onor ti canta ogni lingua ed ogni cuor.*

### **OTTAVA STAZIONE: Gesù parla alle donne piangenti.**

Ti adoriamo, Cristo, e ti benediciamo:  
perchè con la Tua Santa Croce hai redento il mondo.

*“Figlie di Gerusalemme, non piangete per me, ma piangete per voi stesse e per i vostri figli” (Lc 23,28).*

## MEDITAZIONE

Coraggio, fratello che soffri. Non angosciarti tu che, per un tracollo improvviso, vedi i tuoi beni pignorati, i tuoi progetti in frantumi, le tue fatiche distrutte. Non tirare i remi in barca, tu che sei stanco di lottare e hai accumulato delusioni a non finire. Non abbatterti fratello povero, che non sei calcolato da nessuno, che non sei creduto dalla gente e che, invece del pane, sei costretto a ingoiare bocconi di amarezza. Coraggio! La tua croce, anche se durasse tutta la vita, è sempre «collocazione provvisoria».

Padre nostro....

*Ti saluto, o croce santa, che portasti il Redentor, gloria, lode, onor ti canta ogni lingua ed ogni cuor.*

## **NONA STAZIONE: Gesù cade per la terza volta.**

Ti adoriamo, Cristo, e ti benediciamo:  
perchè con la Tua Santa Croce hai redento il mondo.

*“Quasi esanime a terra mi ha ridotto; già mi vanno accerchiando i cani in frotta” (Sal 22,17).*

### **MEDITAZIONE**

Un giorno, quando avrete finito di percorrere la mulattiera del calvario e avrete sperimentato come Cristo l'agonia del patibolo, si squarceranno da cima a fondo i veli che avvolgono il tempio della storia, e finalmente saprete che la vostra vita non è stata inutile. Che il vostro dolore ha alimentato l'economia sommersa della grazia. Che il vostro martirio non è stato un assurdo, ma ha ingrossato il fiume della redenzione raggiungendo i più remoti angoli della terra.

Padre nostro...

*Ti saluto, o croce santa, che portasti il Redentor, gloria, lode, onor ti canta ogni lingua ed ogni cuor.*

## **DECIMA STAZIONE: Gesù viene spogliato delle vesti.**

Ti adoriamo, Cristo, e ti benediciamo:  
perchè con la Tua Santa Croce hai redento il mondo.

*“Divisero le sue vesti, tirarono a sorte la sua veste per sapere a chi di loro dovesse toccare” (Mt 15,24).*

### **MEDITAZIONE**

Chi sta alla tavola dell'eucaristia deve «deporre le vesti». Le vesti del tornaconto, del calcolo, dell'interesse personale, per assumere la nudità della comunione; le vesti della ricchezza, del lusso, dello spreco, della mentalità

borghese, per indossare le trasparenze della modestia, della semplicità, della leggerezza. Dobbiamo abbandonare i segni del potere, per conservare il potere dei segni.

Padre nostro....

***Ti saluto, o croce santa, che portasti il Redentor, gloria, lode, onor ti canta ogni lingua ed ogni cuor.***

### **UNDICESIMA STAZIONE: Gesù viene crocifisso.**

Ti adoriamo, Cristo, e ti benediciamo:  
perchè con la Tua Santa Croce hai redento il mondo.

***“Fu crocifisso insieme ai malfattori,  
uno alla sua destra e uno alla sua sinistra” (Lc 23,33).***

### **MEDITAZIONE**

Non sfugge a nessuno che stiamo vivendo giorni amari quali ci è sembrato di non vivere mai. Perfino ad attardarsi sulla rievocazione delle violenze si dà l'impressione di essere stancamente ripetitivi. La situazione internazionale, gli eccidi, gli spettacoli della fame ci sfilano davanti agli occhi come grondaie inconsumabili, e si ha la tentazione di pensare a situazioni senza sbocco. La nostra coscienza morale esce schiacciata da questa temperie di dolore. E il tempo del torchio. Il nostro animo si gonfia di turbamento. Siamo presi dallo sconforto.

Padre nostro....

***Ti saluto, o croce santa, che portasti il Redentor, gloria, lode, onor ti canta ogni lingua ed ogni cuor.***

## **DODICESIMA STAZIONE: Gesù muore sulla Croce.**

Ti adoriamo, Cristo, e ti benediciamo:  
perchè con la Tua Santa Croce hai redento il mondo.

*“Quando Gesù ebbe preso l’aceto esclamò:  
Tutto è compiuto! Poi, chinato il capo, rese lo spirito” (Gv 19,30).*

### **MEDITAZIONE**

«Da mezzogiorno alle tre del pomeriggio». Ecco le sponde che delimitano il fiume delle lacrime umane. Ecco le saracinesche che comprimono in spazi circoscritti tutti i rantoli della terra.

Ecco le barriere entro cui si consumano tutte le agonie dei figli dell’uomo. «Da mezzogiorno alle tre del pomeriggio», solo allora è consentita la sosta sul Gòlgota.

Una permanenza più lunga sarà considerata abusiva anche da Dio. La mia, la tua, le nostre croci sono provvisorie.

Padre nostro....

*Ti saluto, o croce santa, che portasti il Redentor, gloria,  
lode, onor ti canta ogni lingua ed ogni cuor.*

## **TREDICESIMA STAZIONE: Gesù viene deposto dalla Croce.**

Ti adoriamo, Cristo, e ti benediciamo:  
perchè con la Tua Santa Croce hai redento il mondo.

*“E Giuseppe d’Arimatea prese il corpo di Gesù  
e lo avvolse in un candido lenzuolo” (Mt 27,59).*

### **MEDITAZIONE**

È vero che ogni cristiano deve accogliere la sua croce, ma deve anche schiodare tutti coloro che vi sono appesi. Noi oggi siamo chiamati a un compito

dalla portata storica senza precedenti: «Sciogliere le catene inique, togliere i legami dal giogo, rimandare liberi gli oppressi»

Padre nostro....

*Ti saluto, o croce santa, che portasti il Redentor, gloria, lode, onor ti canta ogni lingua ed ogni cuor.*

### **QUATTORDICESIMA STAZIONE: Gesù viene deposto nel sepolcro.**

Ti adoriamo, Cristo, e ti benediciamo:  
perchè con la Tua Santa Croce hai redento il mondo.

*“Giuseppe lo mise in un sepolcro scavato nella pietra, dove nessuno ancora era stato messo” (Lc 23,53).*

### **MEDITAZIONE**

Coraggio, comunque! Noi credenti, nonostante tutto, possiamo contare sulla Pasqua. E sulla domenica, che è l'edizione settimanale della pasqua. Essa è il giorno dei macigni che rotolano via dall'imboccatura dei sepolcri. E l'intreccio di annunci di liberazione, portati da donne ansimanti dopo lunghe corse sull'erba. E l'incontro di compagni trafelati sulla strada polverosa. E il tripudio di una notizia che si temeva non potesse giungere più e che corre di bocca in bocca ricreando rapporti nuovi tra vecchi amici. E la gioia delle apparizioni del Risorto che scatena abbracci nel cenacolo. E la festa degli ex delusi della vita, nel cui cuore all'improvviso dilaga la speranza.

Padre nostro....

*Ti saluto, o croce santa, che portasti il Redentor, gloria, lode, onor ti canta ogni lingua ed ogni cuor.*

## **PREGHIAMO**

Voglio ringraziarti, Signore, per il dono della vita. Ho letto da qualche parte che gli uomini sono angeli con un'ala soltanto: possono volare solo rimanendo abbracciati. A volte, nei momenti di confidenza, oso pensare, Signore, che anche tu abbia un'ala soltanto. L'altra, la tieni nascosta: forse per farmi capire che anche tu non vuoi volare senza di me. Per questo mi hai dato la vita: perché io fossi tuo compagno di volo. Insegnami, allora, a librarmi con te. Perché vivere non è «trascinare la vita», non è «strappare la vita» non è «rosicchiare la vita». Vivere è abbandonarsi, come un gabbiano, all'ebbrezza del vento. Vivere è assaporare l'avventura della libertà. Vivere è stendere l'ala, l'unica ala, con la fiducia di chi sa di avere nel volo un partner grande come te!

**Amen.**

# *Benedizione della mensa*

## **PRIMA DEL PASTO**

Ti ringraziamo, Signore,  
che ci nutri del tuo pane e della tua parola;  
fa' che tutti i poveri della terra  
siedano con noi alla tua mensa,  
perché possiamo partecipare insieme  
al banchetto del tuo regno.  
Per Cristo nostro Signore.

**Amen.**

### *Oppure*

Da te, Signore, discende ogni bene;  
benedici noi e questo cibo,  
che stiamo per ricevere  
con filiale gratitudine.

### *Oppure*

Benedetto sei tu, Padre onnipotente,  
che ci doni il pane quotidiano.

Benedetto il tuo Figlio Unigenito,  
che ci nutre con la sua parola.

Benedetto il tuo Santo Spirito,  
che ci riunisce a questa mensa fraterna.

**Amen.**

### *Oppure*

Ti lodiamo, o Padre,  
fonte di ogni bene:

benedici noi questo cibo che stiamo per prendere  
e fa' che formiamo in te una cosa sola,  
in spirito di vera fraternità.  
Per Cristo nostro Signore.

**Amen.**

*Oppure*

Signore Gesù Cristo,  
che aderendo in tutto alla volontà del Padre  
ti sei fatto obbediente per noi  
fino alla morte,  
benedici la tua famiglia  
raccolta intorno a questa mensa;  
concedi anche a noi  
di nutrirci del tuo stesso cibo spirituale  
per discernere quanto buona, amabile e perfetta  
è la divina volontà.  
Tu che vivi e regni nei secoli dei secoli.

**Amen.**

## **DOPO IL PASTO**

Dio, che nel digiuno quaresimale del tuo Figlio  
ci insegni che il solo pane materiale  
non basta a saziare la fame dell'uomo  
senza il dono della parola di vita:  
aiutaci a innalzare i nostri cuori fino a te,  
perché rinnovati nello spirito,  
ci disponiamo a gustare insieme con i fratelli  
la gioia pasquale.  
Per Cristo nostro Signore.

**Amen.**

*Oppure*

O Dio, Padre di tutti i popoli,  
guarda con amore i tuoi figli  
raccolti intorno alla mensa;  
fa' che questa nostra agape  
sia segno del festoso convito della Pasqua eterna.  
Per Cristo nostro Signore.

**Amen.**

*Oppure*

Ti ringraziamo, o Dio, Padre nostro,  
il cibo che ci hai fatto gustare  
a questa mensa di famiglia;  
fa' che condividendo fraternamente  
i tuoi doni e i tuoi benefici,  
possiamo partecipare tutti insieme al banchetto eterno.  
Per Cristo nostro Signore.

**Amen.**

*Oppure*

Ti rendiamo grazie  
per tutti i tuoi benefici, Dio onnipotente.  
Ti vivi e regni nei secoli dei secoli.

**Amen.**

*Oppure*

Ti ringraziamo, Signore, Padre santo:  
tu che ci hai dato il cibo per la nostra fame  
e la bevanda per la nostra sete,  
donaci di essere un giorno  
commensali nel tuo regno,  
per cantare in eterno la sua lode.  
Per Cristo nostro Signore.

**Amen.**

*Alcune preghiere  
per questo tempo di emergenza*

*O Maria, noi ci affidiamo a te*

*Preghiera di Papa Francesco*

O Maria, tu risplendi sempre nel nostro cammino  
come segno di salvezza e di speranza.

Noi ci affidiamo a te, Salute dei malati,  
che presso la croce sei stata associata al dolore di Gesù,  
mantenendo ferma la tua fede.

Tu, Salvezza del popolo romano,  
sai di che cosa abbiamo bisogno e siamo certi che provvederai perché,  
come a Cana di Galilea,  
possa tornare la gioia e la festa dopo questo momento di prova.

Aiutaci, Madre del Divino Amore,  
a conformarci al volere del Padre e a fare ciò che ci dirà Gesù,  
che ha preso su di sé le nostre sofferenze e si è caricato dei nostri dolori per  
conducerci, attraverso la croce, alla gioia della risurrezione.

Amen.

*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.*

# ***Benedici, Signore, la nostra terra***

*Preghiera Mons. Delpini, Arcivescovo di Milano*

Benedici, Signore, la nostra terra, le nostre famiglie, le nostre attività.

Infondi nei nostri animi e nei nostri ambienti

la fiducia e l'impegno per il bene di tutti,

l'attenzione a chi è solo, povero, malato.

Benedici, Signore, e infondi forza e saggezza

in tutti coloro che si dedicano al servizio del bene comune

e a tutti noi:

le sconfitte non siano motivo di umiliazione o di rassegnazione,

le emozioni e le paure non siano motivo di confusione,

per reazioni istintive e spaventate.

La vocazione alla santità ci aiuti anche in questo momento

a vincere la mediocrità, a reagire alla banalità,

a vivere la carità, a dimorare nella pace.

*Te lo chiediamo per intercessione*

*dei nostri Santi Patroni*

*Venanzio e Severino.\**

*Amen.*

*\*nostra libera aggiunta*

# *La preghiera nel tempo della fragilità*

*A cura dell'Ufficio Nazionale per la pastorale della salute della CEI*

O Dio onnipotente ed eterno, ristoro nella fatica, sostegno nella debolezza: da Te tutte le creature ricevono energia, esistenza e vita. Veniamo a Te per invocare la tua misericordia poiché oggi conosciamo ancora la fragilità della condizione umana vivendo l'esperienza di una nuova epidemia virale.

Affidiamo a Te gli ammalati e le loro famiglie: porta guarigione al loro corpo, alla loro mente e al loro spirito.

Aiuta tutti i membri della società a svolgere il proprio compito e a rafforzare lo spirito di solidarietà tra di loro.

Sostieni e conforta i medici e gli operatori sanitari in prima linea e tutti i curanti nel compimento del loro servizio.

Tu che sei fonte di ogni bene, benedici con abbondanza la famiglia umana, allontana da noi ogni male e dona una fede salda a tutti i cristiani.

Liberaci dall'epidemia che ci sta colpendo affinché possiamo ritornare sereni alle nostre consuete occupazioni e lodarti e ringraziarti con cuore rinnovato.

In Te noi confidiamo e a Te innalziamo la nostra supplica perché Tu, o Padre, sei l'autore della vita, e con il tuo Figlio, nostro Signore Gesù Cristo, in unità con lo Spirito Santo, vivi e regni nei secoli dei secoli. Amen.

Maria, salute degli infermi, prega per noi!

