

4 GENNAIO

SANT'ANGELA DA FOLIGNO

Vissuta tra il 1248 e il 1309. Nata a Foligno da buona famiglia, dopo il matrimonio condusse una vita mondana e sregolata fino a che non si convertì e si fece terziaria francescana; dopo la morte del marito e dei figli si diede completamente a Dio ed alla penitenza.



Ebdomadario:

O Dio, vieni a salvarmi.

Antifonari (insieme):

Signore, vieni presto in mio aiuto.

Ebdomadario:

Gloria al Padre e al Figlio *
e allo Spirito Santo.

Antifonari (insieme):

Come era nel principio, e ora e sempre *
nei secoli dei secoli. Amen. Alleluia.

Il materiale proposto è a solo uso pastorale.

Per tutte le informazioni consultare il sito: <https://www.gionata.org/liturgiadelleore/>

ESAME DI COSCIENZA

Grazie Signore perché questo giorno *
può terminare con una preghiera,
grazie per quanto di buono c'è stato, *
grazie ti dico sul far della sera.

Offro le azioni di questa giornata, *
dei miei peccati ti chiedo perdono:
fammi così come tu vuoi che sia, *
prendimi ora per quello che sono.

Ebdomadario:

Dio onnipotente abbia misericordia di noi, perdoni i nostri
peccati e ci conduca alla vita eterna.

Tutti:

Amen.

INNO

Resta con noi, Signore, la sera,
quando le ombre si mettono in via
e scenderà sulle case la tenebra
e sarà solo terrore e silenzio.

Ognuno è solo davanti alla notte,
solo di fronte alla sua solitudine,
solo col suo passato e futuro:
il cuore spoglio del tempo vissuto.

Resta con noi, Signore, la sera,
entra e cena con questi perduti
fa' comunione con noi, Signore,
senza di te ogni cuore è un deserto.

Ora crediamo, tu sei il Vivente,
sei il compagno del nostro cammino,
ti conosciamo nel frangere il pane,
tu dai il senso ad ogni esistenza.

Ora corriamo di nuovo al cenacolo,

Il materiale proposto è a solo uso pastorale.

Per tutte le informazioni consultare il sito: <https://www.gionata.org/liturgiadelleore/>

gridando a tutti: «Abbiam visto il Signore!».
Nuova facciamo insieme la chiesa
di uomini liberi da ogni paura.

A te, Gesù, o Risorto, ogni gloria:
ora risorgi in ognuno di noi,
perché chi vede te veda il Padre,
l'eguale Spirito in tutta la terra. Amen.

SALMODIA

Antifonario:

Lodiamo il Signore nostro Dio: *
eterna è la sua misericordia.

SALMO 135,1-9

Lodate il Signore perché è buono: *
eterna è la sua misericordia.
Lodate il Dio degli dèi: *
eterna è la sua misericordia.

Lodate il Signore dei signori: *
eterna è la sua misericordia.
Egli solo ha compiuto meraviglie: *
eterna è la sua misericordia.

Ha creato i cieli con sapienza: *
eterna è la sua misericordia.
Ha stabilito la terra sulle acque: *
eterna è la sua misericordia.

Ha fatto i grandi luminari: *
eterna è la sua misericordia.
Il sole per regolare il giorno: *
eterna è la sua misericordia;

la luna e le stelle per regolare la notte: *
eterna è la sua misericordia.

Gloria al Padre e al Figlio *
e allo Spirito Santo.

Il materiale proposto è a solo uso pastorale.

Per tutte le informazioni consultare il sito: <https://www.gionata.org/liturgiadelleore/>

Come era nel principio, e ora e sempre, *
nei secoli dei secoli. Amen.

Antifonario:

Lodiamo il Signore nostro Dio:
eterna è la sua misericordia.

Antifonario:

Grandi meravigliose le tue opere
Signore onnipotente!

SALMO 135,10-26

Percosse l'Egitto nei suoi primogeniti: *
eterna è la sua misericordia.
Da loro liberò Israele: *
eterna è la sua misericordia;

con mano potente e braccio teso: *
eterna è la sua misericordia.
Divise il mar Rosso in due parti: *
eterna è la sua misericordia.

In mezzo fece passare Israele: *
eterna è la sua misericordia.
Travolse il faraone e il suo esercito nel mar Rosso: *
eterna è la sua misericordia.

Guidò il suo popolo nel deserto: *
eterna è la sua misericordia.
Percosse grandi sovrani: *
eterna è la sua misericordia.

Uccise re potenti: *
eterna è la sua misericordia.
Seon, re degli Amorrei e Og, re di Basan: *
eterna è la sua misericordia.

Diede in eredità il loro paese: *
eterna è la sua misericordia.
In eredità a Israele suo servo: *

Il materiale proposto è a solo uso pastorale.

Per tutte le informazioni consultare il sito: <https://www.gionata.org/liturgiadelleore/>

eterna è la sua misericordia.

Nella nostra umiliazione si è ricordato di noi: *
eterna è la sua misericordia;
ci ha liberati dai nostri nemici: *
eterna è la sua misericordia.

Egli dà il cibo ad ogni vivente: *
eterna è la sua misericordia.
Lodate il Dio del cielo: *
eterna è la sua misericordia.

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

Antifonario:

Grandi meravigliose le tue opere
Signore onnipotente!

LETTURA

Mt 11,25-30

Gesù disse: «Ti rendo lode, Padre,
Signore del cielo e della terra, perché hai nascosto queste cose ai
sapienti e ai dotti e le hai rivelate ai piccoli. Sì, o Padre, perché
così hai deciso nella tua benevolenza. Tutto è stato dato a me dal
Padre mio; nessuno conosce il Figlio se non il Padre, e nessuno
conosce il Padre se non il Figlio e colui al quale il Figlio vorrà
rivelarlo. Venite a me, voi tutti che siete stanchi e oppressi, e io
vi darò ristoro. Prendete il mio giogo sopra di voi e imparate da
me, che sono mite e umile di cuore, e troverete ristoro per la
vostra vita. Il mio giogo, infatti è dolce e il mio peso leggero».

RESPONSORIO BREVE

Letture:

Benedetto sei tu Signore *
perché ai piccoli hai rivelato il Regno dei cieli.

Antifonari:

Il materiale proposto è a solo uso pastorale.

Per tutte le informazioni consultare il sito: <https://www.gionata.org/liturgiadelleore/>

Benedetto sei tu Signore *
perché ai piccoli hai rivelato il Regno dei cieli.

Letture:

Benedetto per sempre il tuo nome

Antifonari:

perché ai piccoli hai rivelato il Regno dei cieli.

Letture:

Gloria al Padre, al Figlio *
e allo Spirito Santo.

Antifonari:

Benedetto sei tu Signore *
perché ai piccoli hai rivelato il Regno dei cieli.

NUNC DIMITTIS

Primo Antifonario:

Ti ringraziamo Signore *
perché ci guidi con l'esempio dei tuoi santi.

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 hanno visto la tua salvezza *
preparata da te davanti a tutti i popoli,

luce per illuminare le genti *
e gloria del tuo popolo Israele.

Gloria al Padre e al Figlio *
e allo Spirito Santo.

Come era nel principio, e ora e sempre *
nei secoli dei secoli. Amen.

Secondo Antifonario:

Ti ringraziamo Signore *
perché ci guidi con l'esempio dei tuoi santi.

INTENZIONI LIBERE E ORAZIONE FINALE

Ebdomadario:

Guidati dall'ascolto del vangelo, dei salmi e del cantico che abbiamo recitato insieme, offriamo al Signore le nostre preghiere personali.

Si riprende l'ordine della salmodia:

Signore Gesù, con sincera gratitudine ti ringraziamo, perché ci hai donato l'esempio di una donna che è stata capace di seguirti con lo stesso amore con cui vorremmo amarti noi. Sostienici Signore nel nostro cammino.

Tutti

Amen

A questo punto si possono aggiungere brevi intenzioni libere concludendole con l'invocazione: «Sostienici Signore nel nostro cammino».

Tutti rispondono:

Amen!

ORAZIONE FINALE

Ebdomadario:

Guarda, o Dio, dal cielo il tuo popolo e vieni; tu che hai dato principio all'azione di salvezza conducila a compimento accrescendo in noi la fede e l'amore per te, che vivi e regni nei secoli dei secoli.

Tutti:

Amen.

Ebdomadario:

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

Tutti:

Amen.

Il materiale proposto è a solo uso pastorale.

Per tutte le informazioni consultare il sito: <https://www.gionata.org/liturgiadelleore/>

ANTIFONA ALLA BEATA VERGINE MARIA

ALMA REDEMPTORIS MATER

O santa Madre del Redentore,
porta dei cieli, stella del mare,

soccorri il tuo popolo
che anela a risorgere.

Tu che, accogliendo il saluto dell'angelo,
nello stupore di tutto il creato
hai generato il tuo Creatore,

madre sempre vergine,
pietà di noi peccatori.

ALMA REDEMPTORIS MATER (TONO SIMPLEX)

Liber Usualis, Solesmes, 1961, p. 277

v

A L- ma * Re-demptó-ris Ma-ter, quæ pérv- a cæ-li porta ma-nes, Et stel-la ma-ris,
succúrre ca-dénti súrge-re qui cu-rat pópu-lo : Tu quæ genu- í-sti, na-tú-ra mi-ránte, tu-um
sanctum Ge-ni-tó-rem : Virgo pri-us ac posté-ri- us, Gabri- é-lis ab o-re sumens il-lud Ave,
pecca-tó-rum mi-se-ré-re.

Il materiale proposto è a solo uso pastorale.

Per tutte le informazioni consultare il sito: <https://www.gionata.org/liturgiadelleore/>