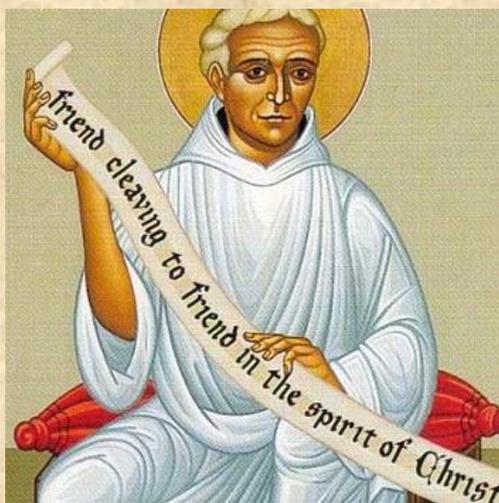


12 GENNAIO

SANT' AELREDO DI RIEVAULX

Dopo aver trascorso giovinezza alla corte del re David I di Scozia, dove, stando a quanto scrive lui stesso «la dolcezza dell'amore e l'impurità della lussuria si sono unite per sfruttare l'inesperienza della mia giovinezza» (Cfr. *De institutione inclusarum*), all'età di 25 anni entrò nel monastero cistercense di Rievaulx di cui divenne abate. Nei suoi scritti promosse assiduamente e con amabilità la vita spirituale e l'amicizia in Cristo.



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

Amami Tu, Signore: anche se non sono amabile,
anche se sono povero, anche se ti amo poco
anche se non lo merito.

Quando mi alzo, al mattino, pieno di velleità
o mi corico la sera pieno di delusioni...
quando lavoro per inerzia,
quando prego in modo dissipato,
quando non ho voglia di amare

quando presumo di amarti senza amare gli altri
quando mi illudo di amare gli altri senza amare Te
quando temo di amare troppo
quando temo di compromettermi

quando fuggo l'amore
quando nessuno mi ama.

Amami tu Signore
e non cessare d'amarmi mai.

Ebdomadario:

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

Tutti:

Amen.

INNO

Cristo, sapienza eterna,
donaci di gustare
la tua dolce amicizia.

Angelo del consiglio,
guida e proteggi il popolo
che spera nel tuo nome.

Il materiale proposto è a solo uso pastorale.

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

Sii tu la nostra forza,
la roccia che ci salva
dagli assalti del male.

A te la gloria e il regno,
la potenza e l'onore,
nei secoli dei secoli. Amen.

SALMODIA

Antifonario:

Ecco fin dove deve tendere l'amore tra amici,
che vogliono morire uno per l'altro.

SALMO 132

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.

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

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

Antifonario:

Ecco fin dove deve tendere l'amore tra amici,
che vogliono morire uno per l'altro.

Il materiale proposto è a solo uso pastorale.

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

Antifonario:

Chi sceglie di amarti non resta deluso.

SALMO 133

Ecco, benedite il Signore, *
voi tutti, servi del Signore;

voi che state nella casa del Signore *
durante le notti.

Alzate le mani verso il tempio *
e benedite il Signore.

Da Sion ti benedica il Signore, *
che ha fatto cielo e terra.

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

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

Antifonario:

Chi sceglie di amarti non resta deluso.

MOMENTO DEDICATO ALL'ASCOLTO

PRIMA LETTURA

Rm 13,8-10

Non abbiate altro debito con nessuno, se non di amarvi gli uni gli altri; perché chi ama il prossimo ha adempiuto la legge. Infatti, «non commettere adulterio», «non uccidere», «non rubare», «non concupire» e ogni altro comandamento si riassumono in questa parola: «Ama il tuo prossimo come te stesso». L'amore non fa nessun male al prossimo; l'amore, quindi è l'adempimento della legge.

RESPONSORIO

Primo Lettore

Insegnami Signore * a servirti nei miei amici:

Antifonari:

guidami nel sopportare * le loro debolezze;

Secondo Lettore:

aiutami a consolare * le loro sofferenze;

Antifonari:

concedimi di condividere * le loro gioie.

SECONDA LETTURA

Dai «Discorsi» di sant'Aelredo di Rievaulx, abate

«Sarà chiamato Emmanuele: che significa “Dio con noi”» (Mt 1,23). Dunque, Dio è con noi. Sinora Dio era sopra di noi, di fronte a noi: oggi è l'Emmanuele, oggi Dio è con noi nella nostra natura, è con noi nella sua grazia; con noi nella nostra infermità, con noi nella sua bontà. Con noi nella nostra miseria, con noi nella sua compassione. Come potrebbe essermi più vicino? È stato piccolo con me, infermo come me, nudo come me: si è conformato a me in tutto (Eb 2,17), ha assunto quanto era mio e mi ha elargito quanto era suo.

Giacevo come morto: privo di voce, di sensi, di luce degli occhi (Sal 37,11). Ed ecco che oggi è disceso quel grande profeta,

Il materiale proposto è a solo uso pastorale.

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

potente in opere e in parole (Lc 24, 19): ha posto il suo volto sopra il mio volto, la sua bocca sopra la mia bocca, le sue mani sopra le mie mani ed è diventato l'Emmanuele, il Dio con noi (2 Re 4, 34).

In due modi si possono conoscere le cose: o per sapienza o per esperienza. Ora la nostra miseria, la nostra afflizione, la nostra infermità e corruzione erano note a Dio in virtù della sua sapienza, adesso lo sono mediante la sua esperienza.

O Emmanuele, dov'è il tuo convito? O tu, che sei l'oggetto del mio amore, dove ti riposi a mezzogiorno? (Ct 1, 6). Egli risponde: «Ecco io sto alla porta e busso; se uno mi aprirà io entrerò da noi, cenerò con lui e lui cenerà con me» (Ap 3, 20). Felice colui che ti apre la porta del cuore, o buon Gesù! Lì tu entrerai e prenderai il tuo cibo, lì riposerai nell'ora del mezzogiorno. La tua venuta, Signore, diffonde nel cuore casto il meriggio luminoso del cielo; la tua venuta componendo ogni moto del cuore con l'infusione della pace divina, prepara un letto soavissimo, dove puoi riposare, e lo cosparge gioiosamente di fiori e di profumi spirituali. Così l'anima, contemplandoti e gustando l'improvvisa dolcezza di quella quiete, con mirabile affetto e con voce esultante esclama: «Sei bello, o mio diletto, e splendido, e pieno di fiori è il nostro giaciglio» (Ct 1,15).

MOMENTO DI SILENZIO E DI PREGHIERA

Rileggendo i testi proposti possiamo condividere riflessioni e intenzioni di preghiera.

NUNC DIMITTIS

Primo Antifonario:

O Dio con noi, o Emmanuele,
concedimi di restare con te durante il riposo.

CANTICO DI SIMEONE (Lc 2, 29-32)

Ora lascia, o Signore, che il tuo servo *
vada in pace secondo la tua parola;

Il materiale proposto è a solo uso pastorale.

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

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.

Primo Antifonario:

O Dio con noi, o Emmanuele,
concedimi di restare con te durante il riposo.

ORAZIONE FINALE

Ebdomadario:

O Dio, che in Aelredo di Rievaulx ci hai donato un cantore della dolcezza e dell'amicizia metti sulla nostra bocca parole vere e giuste e gradevoli, così che quanti ci stanno vicini siano edificati nella fede, nella speranza e nella carità, nell'umiltà, nella pazienza e nell'obbedienza, nel fervore dello spirito e nello slancio del cuore. Per Cristo nostro Signore.

Antifonari (insieme):

Amen.

Ebdomadario:

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

Antifonari (insieme):

Amen.

ANTIFONA ALLA BEATA VERGINE MARIA

Dell'antifona mariana riportiamo la versione da recitare in italiano e lo spartito in gregoriano.

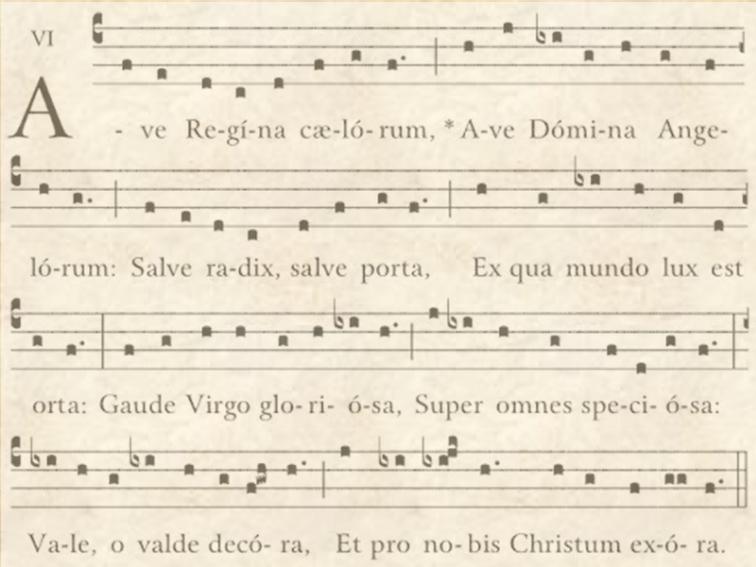
AVE REGINA COELORUM

Ave, regina dei cieli,
ave, signora degli angeli;

porta e radice di salvezza,
rechi nel mondo la luce.

Godi, vergine gloriosa,
bella fra tutte le donne;

salve, o tutta santa,
prega per noi Cristo Signore.



VI

A - ve Re-gí-na cæ-ló-rum, *A-ve Dómi-na Ange-
ló-rum: Salve ra-dix, salve porta, Ex qua mundo lux est
orta: Gaude Virgo glo-ri-ó-sa, Super omnes spe-ci-ó-sa:
Va-le, o valde decó-ra, Et pro no-bis Christum ex-ó-ra.

Il materiale proposto è a solo uso pastorale.

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