

7 MARZO

SANTE PERPETUA E FELICITA

Perpetua e Felicità sono due donne nordafricane che, secondo la tradizione furono martirizzate a Cartagine il 7 marzo del 203 sotto l'imperatore Settimio Severo. Di loro, John Boswell, scrive: «La popolarità della loro storia era largamente dovuta al richiamo costituito dall'amore tra le due donne. Cinque cristiani subirono insieme il martirio a Cartagine il 7 marzo 203, ricevendo la morte da bestie feroci, ma solo Perpetua e Felicità catturarono la fantasia della comunità cristiana, perché il racconto delle due donne che si confortano a vicenda in prigione, soffrono insieme il martirio da amiche e si scambiano il bacio della pace nel momento della fine affascinò i lettori dell'epoca». Per questo le indica come una delle tre coppie omosessuali venerate nella Chiesa primitiva.



Il materiale proposto è a solo uso pastorale.

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

Ebdomadario:

O Dio, vieni a salvarmi.

Antifonari:

Signore, vieni presto in mio aiuto.

Ebdomadario:

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

Antifonari:

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

ESAME DI COSCIENZA

La mia voce ascolta, Signore, *
Dio, accogli la mia preghiera:
nella tua fedeltà e giustizia, *
dammi aiuto, Signore, rispondi.

Non chiamare in giudizio il tuo servo, *
ai Tuoi occhi nessuno è giusto:
il nemico m'insidia la vita, *
il mio sangue umilia nel fango.

Io ti offro le gioie di oggi *
ti ringrazio per quanto hai donato
E ti chiedo perdono per quello *
che nel corso del giorno ho sbagliato.

Ebdomadario:

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

Tutti:

Amen.

INNO

Al termine del giorno,
o sommo Creatore,
veglia sul nostro riposo

Il materiale proposto è a solo uso pastorale.

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

con amore di Padre.

Dona salute al corpo
e fervore allo spirito,
la tua luce rischiari
le ombre della notte.

Nel sonno delle membra
resti fedele il cuore,
e al ritorno dell'alba
intoni la tua lode.

Sia onore al Padre e al Figlio
e allo Spirito Santo,
al Dio trino ed unico
nei secoli sia gloria. Amen.

SALMODIA

Antifonario:

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,

Il materiale proposto è a solo uso pastorale.

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

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.

Gloria al Padre, al Figlio *

Il materiale proposto è a solo uso pastorale.

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

e allo Spirito Santo

Come era in principio, ora e sempre *
Nei secoli dei secoli. Amen.

Antifonario:

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

ASCOLTO DELLA PAROLA

LETTURA DEL VANGELO DI GIOVANNI

Gv 2,13-25

Letto:

Si avvicinava intanto la Pasqua dei Giudei e Gesù salì a Gerusalemme. Trovò nel tempio gente che vendeva buoi, pecore e colombe, e i cambiavalute seduti al banco. Fatta allora una sferza di cordicelle, scacciò tutti fuori del tempio con le pecore e i buoi; gettò a terra il denaro dei cambiavalute e ne rovesciò i banchi, e ai venditori di colombe disse: «Portate via queste cose e non fate della casa del Padre mio un luogo di mercato».

I discepoli si ricordarono che sta scritto: Lo zelo per la tua casa mi divora. Allora i Giudei presero la parola e gli dissero: «Quale segno ci mostri per fare queste cose?». Rispose loro Gesù: «Distruggete questo tempio e in tre giorni lo farò risorgere». Gli dissero allora i Giudei: «Questo tempio è stato costruito in quarantasei anni e tu in tre giorni lo farai risorgere?». Ma egli parlava del tempio del suo corpo. Quando poi fu risuscitato dai morti, i suoi discepoli si ricordarono che aveva detto questo, e credettero alla Scrittura e alla parola detta da Gesù. Mentre era a Gerusalemme per la Pasqua, durante la festa molti, vedendo i segni che faceva, credettero nel suo nome. Gesù però non si confidava con loro, perché conosceva tutti e non aveva bisogno che qualcuno gli desse testimonianza su un altro, egli infatti sapeva quello che c'è in ogni uomo.

Il materiale proposto è a solo uso pastorale.

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

MEDITAZIONE SUL DIGIUNO

Isaia 58,3-6

«Perché digiunare, se tu non lo vedi,
mortificarci, se tu non lo sai?».

Ecco, nel giorno del vostro digiuno curate i vostri affari,
angariate tutti i vostri operai.

Ecco, voi digiunate fra litigi e alterchi
e colpendo con pugni iniqui.

Non digiunate più come fate oggi,
così da fare udire in alto il vostro chiasso.

È forse come questo il digiuno che bramo,
il giorno in cui l'uomo si mortifica?

Piegare come un giunco il proprio capo,
usare sacco e cenere per letto,
forse questo vorresti chiamare digiuno
e giorno gradito al Signore?

Non è piuttosto questo il digiuno che voglio:
sciogliere le catene inique,
togliere i legami del giogo,
rimandare liberi gli oppressi e spezzare ogni giogo?

Non consiste forse nel dividere il pane con l'affamato,
nell'introdurre in casa i miseri, senza tetto,
nel vestire uno che vedi nudo,
senza distogliere gli occhi da quelli della tua carne?

RESPONSORIO BREVE

Letto:

Distruggete questo tempio * e in tre giorni lo farò risorgere

Il materiale proposto è a solo uso pastorale.

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

Antifonari (insieme):

Distrugete questo tempio * e in tre giorni lo farò risorgere

Letto:

Egli parlava del tempio del suo corpo

Antifonari (insieme):

in tre giorni lo farò risorgere

Letto:

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

Antifonari (insieme):

Distrugete questo tempio * e in tre giorni lo farò risorgere

NUNC DIMITTIS

Primo antifonario:

Il tuo sangue, o Cristo, agnello senza colpa,
è il prezzo della nostra libertà.

CANTICO DI SIMEONE

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:

Il tuo sangue, o Cristo, agnello senza colpa,
è il prezzo della nostra libertà.

ORAZIONE FINALE

Ebdomadario:

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.

Antifonari (insieme):

Amen.

Ebdomadario:

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

Antifonari (insieme):

Amen.

ANTIFONA ALLA BEATA VERGINE MARIA

SALVE REGINA

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,
rivolgi 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.