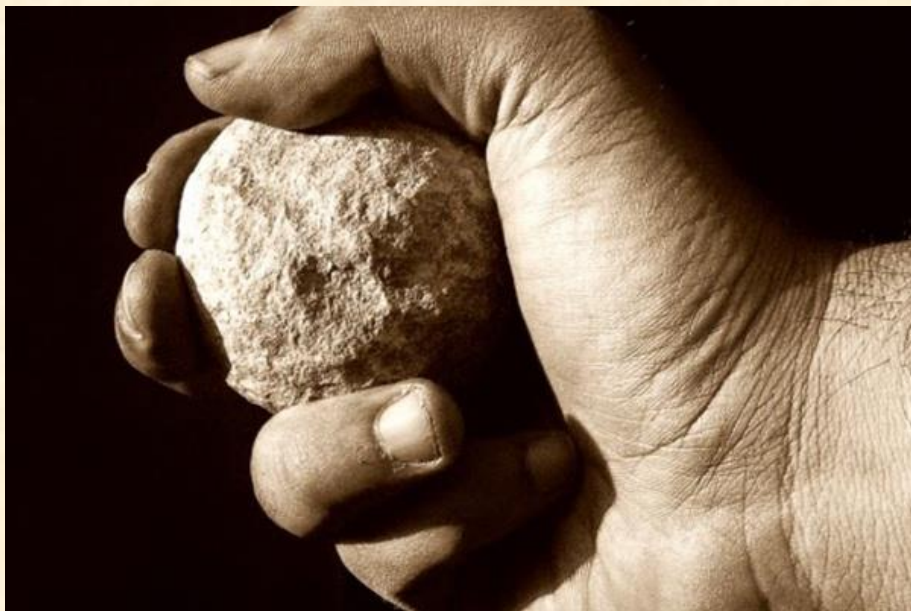


## 26 MARZO



Sentirsi i possessori della Verità delle volte ci arma contro gli altri. La prova vera di essere nella Verità è la capacità di dialogare sempre, e con tutti.

*(don Luigi Maria Epicoco)*

*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.

*Il materiale proposto è a solo uso pastorale.*

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

## ESAME DI COSCIENZA

Gesù vieni, ho i piedi sporchi. \*  
Per me fatti servo.  
Versa l'acqua nel bacile. \*  
Vieni, lava i miei piedi.

So che quel che dico è temerario; \*  
ma temo la minaccia delle tue parole:  
«Se non ti laverò i piedi, \*  
non avrai parte con me».

Lavami dunque i piedi \*  
perché abbia parte con te.

Ma che dico, lava i miei piedi? \*  
Questo l'ha potuto dire Pietro  
che aveva bisogno di lavarsi solo i piedi \*  
perché era tutto puro.

Io invece, una volta lavato i piedi, \*  
ho bisogno del tuo battesimo.

Di quello stesso battesimo \*  
di cui il Signore ha detto:  
“Quanto a me, con un altro battesimo \*  
devo essere battezzato”.

### *Ebdomadario:*

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

### *Tutti:*

Amen.

## INNO

Protesi alla gioia pasquale,  
sulle orme di Cristo Signore,  
seguiamo l'austero cammino  
della santa Quaresima.

*Il materiale proposto è a solo uso pastorale.*

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

La legge e i profeti annunziarono  
dei quaranta giorni il mistero;  
Gesù consacrò nel deserto  
questo tempo di grazia.

Sia parca e frugale la mensa,  
sia sobria la lingua ed il cuore;  
fratelli, è tempo di ascoltare  
la voce dello Spirito.

Forti nella fede vigiliamo  
contro le insidie del nemico:  
ai servi fedeli è promessa  
la corona di gloria.

Sia lode al Padre onnipotente,  
al Figlio Gesù redentore,  
allo Spirito Santo Amore,  
nei secoli dei secoli. Amen.

## SALMODIA

*Primo Antifonario:*

Risanami, Signore, ho peccato contro di te.

## SALMO 40

Beato l'uomo che ha cura del debole, \*  
nel giorno della sventura il Signore lo libera.

Veglierà su di lui il Signore, †  
lo farà vivere beato sulla terra, \*  
non lo abbandonerà alle brame dei nemici.

Il Signore lo sosterrà sul letto del dolore; \*  
gli darai sollievo nella sua malattia.

Io ho detto: «Pietà di me, Signore; \*

*Il materiale proposto è a solo uso pastorale.*

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

risanami, contro di te ho peccato».   
I nemici mi augurano il male: \*   
«Quando morirà e perirà il suo nome?».

Chi viene a visitarmi dice il falso, †   
il suo cuore accumula malizia \*   
e uscito fuori parla.

Contro di me sussurrano insieme i miei nemici, \*   
contro di me pensano il male:   
«Un morbo maligno su di lui si è abbattuto, \*   
da dove si è steso non potrà rialzarsi».

Anche l'amico in cui confidavo, †   
anche lui, che mangiava il mio pane, \*   
alza contro di me il suo calcagno.

Ma tu, Signore, abbi pietà e sollevami, \*   
che io li possa ripagare.   
Da questo saprò che tu mi ami \*   
se non trionfa su di me il mio nemico;

per la mia integrità tu mi sostieni, \*   
mi fai stare alla tua presenza per sempre.

Sia benedetto il Signore, Dio d'Israele, \*   
da sempre e per sempre.   
Amen, amen.

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:*

Risanami, Signore, ho peccato contro di te.

*Il materiale proposto è a solo uso pastorale.*

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

*Primo Antifonario:*

Il Signore dell'universo è con noi,  
rifugio e salvezza è il nostro Dio.

## SALMO 45

Dio è per noi rifugio e forza, \*  
aiuto sempre vicino nelle angosce.

Perciò non temiamo se trema la terra, \*  
se crollano i monti nel fondo del mare.  
Fremano, si gonfino le sue acque, \*  
tremino i monti per i suoi flutti.

Un fiume e i suoi ruscelli rallegrano la città di Dio, \*  
la santa dimora dell'Altissimo.

Dio sta in essa: non potrà vacillare; \*  
la soccorrerà Dio, prima del mattino.  
Fremettero le genti, i regni si scossero; \*  
egli tuonò, si sgretolò la terra.

Il Signore degli eserciti è con noi, \*  
nostro rifugio è il Dio di Giacobbe.

Venite, vedete le opere del Signore, \*  
egli ha fatto portenti sulla terra.

Farà cessare le guerre sino ai confini della terra, †  
romperà gli archi e spezzerà le lance, \*  
brucerà con il fuoco gli scudi.

Fermatevi e sappiate che io sono Dio, \*  
eccelso tra le genti, eccelso sulla terra.

Il Signore degli eserciti è con noi, \*  
nostro rifugio è il Dio di Giacobbe.

*Il materiale proposto è a solo uso pastorale.*

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

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 Signore dell'universo è con noi,  
rifugio e salvezza è il nostro Dio.

## LETTURA

*Gv 10,31-42*

*Letture:*

In quel tempo, i Giudei raccolsero delle pietre per lapidare Gesù. Gesù disse loro: «Vi ho fatto vedere molte opere buone da parte del Padre: per quale di esse volete lapidarmi?». Gli risposero i Giudei: «Non ti lapidiamo per un'opera buona, ma per una bestemmia: perché tu, che sei uomo, ti fai Dio».

Disse loro Gesù: «Non è forse scritto nella vostra Legge: “Io ho detto: voi siete dèi”? Ora, se essa ha chiamato dèi coloro ai quali fu rivolta la parola di Dio – e la Scrittura non può essere annullata –, a colui che il Padre ha consacrato e mandato nel mondo voi dite: “Tu bestemmi”, perché ho detto: “Sono Figlio di Dio”? Se non compio le opere del Padre mio, non credetemi; ma se le compio, anche se non credete a me, credete alle opere, perché sappiate e conosciate che il Padre è in me, e io nel Padre». Allora cercarono nuovamente di catturarlo, ma egli sfuggì dalle loro mani. Ritornò quindi nuovamente al di là del Giordano, nel luogo dove prima Giovanni battezzava, e qui rimase. Molti andarono da lui e dicevano: «Giovanni non ha compiuto nessun segno, ma tutto quello che Giovanni ha detto di costui era vero». E in quel luogo molti credettero in lui.

## MOMENTO DI RIFLESSIONE

*In questa quaresima riflettiamo su queste parole che ci vengono offerte da Papa Francesco.*

*Il materiale proposto è a solo uso pastorale.*

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

Ricorda agli altri quanto li ami.

Saluta con gioia quelle persone che vedi ogni giorno.

Ascolta la storia dell'altro, senza pregiudizi, con amore.

Fermati per aiutare. Sii attento a chi ha bisogno di te.

## RESPONSORIO BREVE

*Letto:*

Come agnello condotto alla morte, \* Cristo non aprì bocca.

*Antifonari:*

Come agnello condotto alla morte, \* Cristo non aprì bocca.

*Letto:*

Percosso per il peccato del suo popolo,

*Antifonari:*

Cristo non aprì bocca.

*Letto:*

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

*Antifonari:*

Come agnello condotto alla morte, \* Cristo non aprì bocca.

## NUNC DIMITTIS

*Primo Antifonario:*

Tu sei in mezzo a noi Signore, e noi siamo chiamati con il tuo nome: non abbandonarci, Signore Dio nostro.

## **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.

*Il materiale proposto è a solo uso pastorale.*

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

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:*

Tu sei in mezzo a noi Signore, e noi siamo chiamati con il tuo nome: non abbandonarci, Signore Dio nostro.

## ORAZIONE

*Ebdomadario:*

Preghiamo. Perdona, Signore, i nostri peccati, e nella tua misericordia spezza le catene che ci tengono prigionieri a causa delle nostre colpe, e guidaci alla libertà che Cristo ci ha conquistata. 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, 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.

*Il materiale proposto è a solo uso pastorale.*

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