

# 13 APRILE



*Ebdomadario:*

O Dio, vieni a salvarmi.

*Antifonario:*

Signore, vieni presto in mio aiuto.

*Ebdomadario:*

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

*Antifonario:*

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

## ESAME DI COSCIENZA

La giornata è finita. \*

Nel pensiero scorrono le ore trascorse  
e come ho saputo impiegare, o Signore, \*  
questo tuo dono d'amore.

*Il materiale proposto è a solo uso pastorale.*

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

Sento di aver fatto poco o niente \*  
e ti chiedo perdono.

Signore, ti ho visitato in chiesa \*  
per pochi secondi soltanto!

«Figlio mio, quei pochi secondi †  
hanno alleviato il peso della solitudine \*  
a cui tanti uomini mi condannano».

Signore, ti ho ricordato? †  
Mi sono fermato un momento \*  
Per dedicarti una preghiera?

«Figlio mio, †  
quando pronunzi il mio nome, \*  
il mio cuore sussulta di gioia.

Per questo, ogni volta che mi rivolgi il tuo pensiero, \*  
sappi che mi rendi felice».

Signore, †  
so che ho fatto qualcosa di sbagliato \*  
e ho paura che tu possa allontanarti da me.

«Figlio mio, capita che tu possa farmi soffrire. \*  
Ma non dubitare mai della mia presenza accanto a te.  
Io sono al tuo fianco, \*  
soprattutto nei momenti in cui tu hai bisogno».

Signore, †  
al termine di questa giornata \*  
ti ringrazio con tutto il cuore!

«Figlio mio, i piccoli gesti d'amore che oggi hai compiuto, †  
anche quelli che ti sembrano insignificanti, \*  
sono sorrisi che hai fatto fiorire sul mio volto.

Promettimi che per ogni giorno che ti darò da vivere, \*  
mi procurerai sempre un sorriso in più.

*Il materiale proposto è a solo uso pastorale.*

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

E adesso, figlio mio, †  
deponi nelle mie mani l'offerta del tuo sonno. \*  
E io veglierò accanto a te.

*Ebdomadario:*

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

*Tutti:*

Amen.

## INNO

Eterno Signore dei tempi,  
tu che l'umana fatica ammanti  
della diurna luce  
e affidi il nostro riposo alla notte,

veglia sull'anima casta,  
perché il lungo silenzio delle tenebre  
non ci abbandoni indifesi  
ai dardi avvelenati del demonio.

Sotto la tua custodia  
non ci svigorisca il torpore,  
nessun terrore vano ci tormenti  
né ci seduca piacere ingannevole.

Accogli, o Dio pietoso, la preghiera  
per Gesù Cristo Signore,  
che nello Spirito Santo  
regna per tutti i secoli. Amen.

## SALMODIA

*Antifonario:*

Ascoltate, popoli tutti, \*  
porgete orecchio, abitanti del mondo. †

## SALMO 48,1-13

Ascoltate, popoli tutti, \*  
porgete orecchio abitanti del mondo,  
† voi nobili e gente del popolo, \*  
ricchi e poveri insieme.

La mia bocca esprime sapienza, \*  
il mio cuore medita saggezza;  
porgerò l'orecchio a un proverbio, \*  
spiegherò il mio enigma sulla cetra.

Perché temere nei giorni tristi, \*  
quando mi circonda la malizia dei perversi?  
Essi confidano nella loro forza, \*  
si vantano della loro grande ricchezza.

Nessuno può riscattare se stesso, \*  
o dare a Dio il suo prezzo.

Per quanto si paghi il riscatto di una vita, †  
non potrà mai bastare \*  
per vivere senza fine, e non vedere la tomba.

Vedrà morire i sapienti; †  
lo stolto e l'insensato periranno insieme \*  
e lasceranno ad altri le loro ricchezze.

Il sepolcro sarà loro casa per sempre, †  
loro dimora per tutte le generazioni, \*  
eppure hanno dato il loro nome alla terra.

Ma l'uomo nella prosperità non comprende, \*  
è come gli animali che periscono.

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

come era nel principio, ora e sempre, \*

*Il materiale proposto è a solo uso pastorale.*

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

nei secoli dei secoli. Amen.

*Antifonario:*

Ascoltate, popoli tutti, \*  
porgete orecchio, abitanti del mondo.

*Antifonario:*

Accumulate come vostro tesoro frutti di buone opere \*  
per la vita eterna.

**SALMO 48,14,21**

Questa è la sorte di chi confida in se stesso, \*  
l'avvenire di chi si compiace nelle sue parole.  
Come pecore sono avviati agli inferi, \*  
sarà loro pastore la morte;

scenderanno a precipizio nel sepolcro, †  
svanirà ogni loro parvenza: \*  
gli inferi saranno la loro dimora.

Ma Dio potrà riscattarmi, \*  
mi strapperà dalla mano della morte.

Se vedi un uomo arricchirsi, non temere, \*  
se aumenta la gloria della sua casa.  
Quando muore con sé non porta nulla, \*  
né scende con lui la sua gloria.

Nella sua vita si diceva fortunato: \*  
«Ti loderanno, perché ti sei procurato del bene».

Andrà con la generazione dei suoi padri \*  
che non vedranno mai più la luce.

L'uomo nella prosperità non comprende, \*  
è come gli animali che periscono.

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, ora e sempre, \*  
nei secoli dei secoli. Amen.

*Antifonario:*

Accumulate come vostro tesoro frutti di buone opere \*  
per la vita eterna.

## LETTURA

*Gv 1,43-51*

*Letto:*

Il Signore Gesù volle partire per la Galilea; trovò Filippo e gli disse: «Seguimi!». Filippo era di Betsàida, la città di Andrea e di Pietro. Filippo trovò Natanaele e gli disse: «Abbiamo trovato colui del quale hanno scritto Mosè, nella Legge, e i Profeti: Gesù, il figlio di Giuseppe, di Nazareth». Natanaele gli disse: «Da Nazareth può venire qualcosa di buono?». Filippo gli rispose: «Vieni e vedi». Gesù intanto, visto Natanaele che gli veniva incontro, disse di lui: «Ecco davvero un Israelita in cui non c'è falsità». Natanaele gli domandò: «Come mi conosci?». Gli rispose Gesù: «Prima che Filippo ti chiamasse, io ti ho visto quando eri sotto l'albero di fichi». Gli replicò Natanaele: «Rabbi, tu sei il Figlio di Dio, tu sei il re d'Israele!». Gli rispose Gesù: «Perché ti ho detto che ti avevo visto sotto l'albero di fichi, tu credi? Vedrai cose più grandi di questel!». Poi gli disse: «In verità, in verità io vi dico: vedrete il cielo aperto e gli angeli di Dio salire e scendere sopra il Figlio dell'uomo».

## PAUSA DI SILENZIO E PREGHIERA LIBERA

*Possiamo comunicare a tutti le risonanze che il testo della Scrittura che abbiamo ascoltato ha fatto nascere in noi e le intenzioni di preghiera che abbiamo nel cuore.*

## RESPONSORIO BREVE

*Letto:*

Nella mia vita \* loderò il Signore.

*Antifonario:*

Nella mia vita \* loderò il Signore.

*Letto:*

*Il materiale proposto è a solo uso pastorale.*

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

Finché avrò vita

*Antifonario:*

loderò il Signore.

*Letto:*

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

*Antifonario:*

Nella mia vita \* loderò il Signore.

## NUNC DIMITTIS

*Antifonario:*

Beato chi dimora \*

nel tuo tempio santo Signore

## 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.

*Antifonario:*

Beato chi dimora \*

nel tuo tempio santo Signore

## ORAZIONE FINALE

*Ebdomadario:*

Esulti sempre il tuo popolo, o Dio, per la rinnovata giovinezza  
dello spirito e, come ora si allieta per il dono della dignità filiale,

*Il materiale proposto è a solo uso pastorale.*

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

così pregusti nella speranza il giorno glorioso della risurrezione.  
Per Cristo nostro Signore.

*Tutti:*

Amen.

*Ebdomadario:*

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

*Tutti:*

Amen.

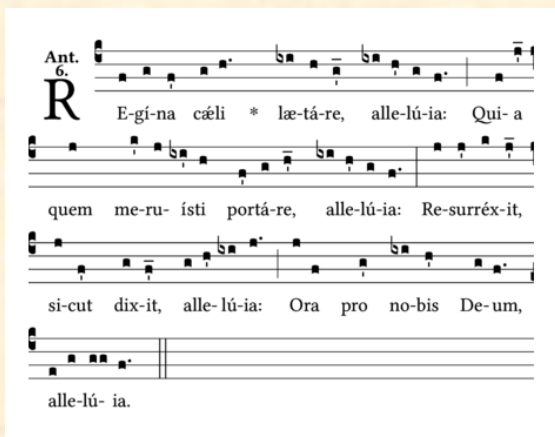
## REGINA COELI

Regina del cielo, rallegrati, alleluia.

Cristo che hai portato nel grembo, alleluia.

È risorto, come aveva promesso, alleluia.

Prega il Signore per noi, alleluia.



Ant.  
6.  
R E-gi-na cœli \* læ-tá-re, alle-lú-ia: Qui a  
quem me-ru- isti portá-re, alle-lú-ia: Re-surréx-it,  
si-cut dix-it, alle-lú-ia: Ora pro no-bis De-um,  
alle-lú- ia.

## MEDITAZIONE SUL DIGIUNO

*(Papa Francesco)*

Digiuna dalle parole offensive \*  
e trasmetti parole gentili.

Digiuna di parole \*  
e riempi di silenzio e ascolta gli altri.

*Il materiale proposto è a solo uso pastorale.*

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