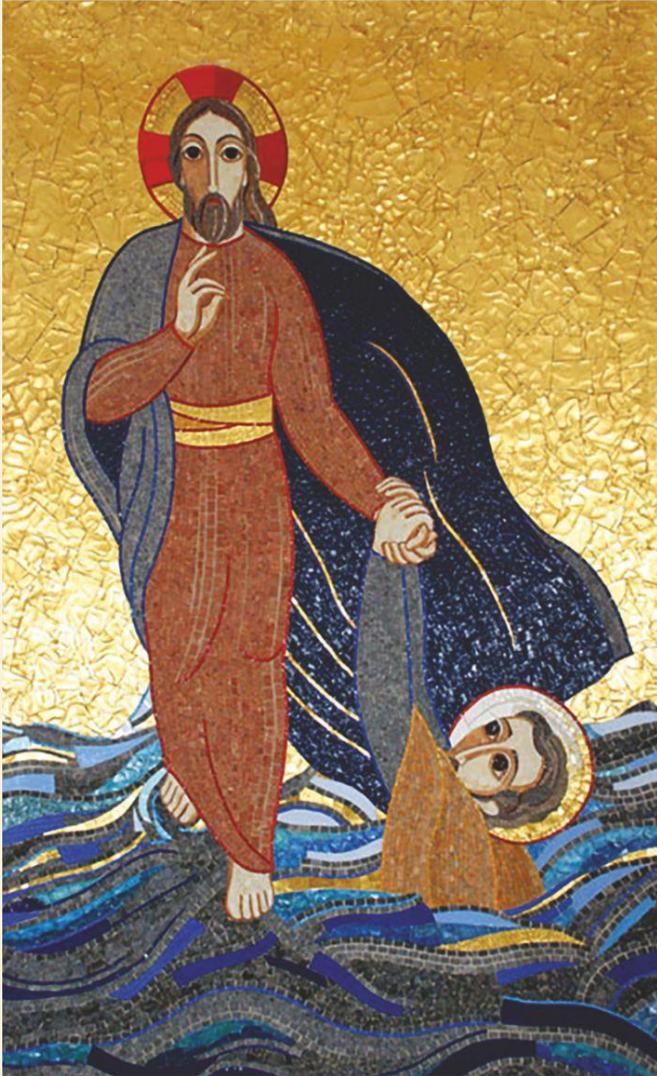


17 APRILE



«Sono io, non abbiate paura!».

*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.

*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

Come un cervo ti ho visto fuggire, \*  
dopo che m'avevi ferita.  
Sono uscita dietro gridando, \*  
ma non c'eri, non c'eri più.

Ed ho chiesto ai prati e ai boschi \*  
se avevano visto passare  
chi più di ogni altro io bramo \*  
perché la tua impronta era lì.

Quando ti troverò non disprezzarmi \*  
se mi copre la polvere del cammino.  
Basterà un tuo sguardo perché \*  
la tua presenza risplenda in me.

*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  
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:*

Alto sopra i cieli è il Signore:  
dalla polvere ha innalzato il povero, alleluia.

## **SALMO 112**

Lodate, servi del Signore, \*  
lodate il nome del Signore.  
Sia benedetto il nome del Signore, \*  
ora e sempre.

Dal sorgere del sole al suo tramonto \*  
sia lodato il nome del Signore.  
Su tutti i popoli eccelso è il Signore, \*  
più alta dei cieli è la sua gloria.

*Il materiale proposto è a solo uso pastorale.*

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

Chi è pari al Signore nostro Dio che siede nell'alto \*  
e si china a guardare nei cieli e sulla terra?

Solleva l'indigente dalla polvere, \*  
dall'immondizia rialza il povero,  
per farlo sedere tra i principi, \*  
tra i principi del suo popolo.

Fa abitare la sterile nella sua casa \*  
quale madre gioiosa di figli.

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

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

*Antifonario:*

Alto sopra i cieli è il Signore:  
dalla polvere ha innalzato il povero, alleluia.

*Antifonario:*

Hai spezzato le mie catene, Signore:  
a te offro un sacrificio di lode, alleluia.

## SALMO 115

Ho creduto anche quando dicevo: \*

«Sono troppo infelice».

Ho detto con sgomento: \*

«Ogni uomo è inganno».

Che cosa renderò al Signore \*

per quanto mi ha dato?

Alzerò il calice della salvezza \*

e invocherò il nome del Signore.

Adempirò i miei voti al Signore, \*

davanti a tutto il suo popolo.

Preziosa agli occhi del Signore \*

*Il materiale proposto è a solo uso pastorale.*

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

è la morte dei suoi fedeli.

Sì, io sono il tuo servo, Signore, †  
io sono tuo servo, figlio della tua ancella; \*  
hai spezzato le mie catene.

A te offrirò sacrifici di lode \*  
e invocherò il nome del Signore.

Adempirò i miei voti al Signore \*  
davanti a tutto il suo popolo,  
negli atri della casa del Signore, \*  
in mezzo a te, Gerusalemme.

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

*Antifonario:*

Hai spezzato le mie catene, Signore:  
a te offro un sacrificio di lode, alleluia.

## LETTURA

*Gv 6,16-21*

*Letto:*

Venuta la sera, i discepoli di Gesù scesero al mare, salirono in barca e si avviarono verso l'altra riva del mare in direzione di Cafàrnao. Era ormai buio e Gesù non li aveva ancora raggiunti; il mare era agitato, perché soffiava un forte vento. Dopo aver remato per circa tre o quattro miglia, videro Gesù che camminava sul mare e si avvicinava alla barca, ed ebbero paura. Ma egli disse loro: «Sono io, non abbiate paura!». Allora vollero prenderlo sulla barca, e subito la barca toccò la riva alla quale erano diretti.

## PAUSA DI SILENZIO E PREGHIERA LIBERA

Riflettiamo in silenzio su quanto abbiamo ascoltato e condividiamo con gli altri le nostre preghiere. Cerchiamo di essere brevi per poter lasciare spazio a tutti.

## RESPONSORIO BREVE

*Letto:*

Resta con noi, Signore, \*  
alleluia, alleluia.

*Antifonario:*

Resta con noi, Signore, \*  
alleluia, alleluia.

*Letto:*

Ormai si fa sera.

*Antifonario:*

Alleluia! Alleluia!

*Letto:*

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

*Antifonario:*

Resta con noi, Signore, \*  
alleluia, alleluia.

## NUNC DIMITTIS

### *Antifonario:*

Tu amerai il Signore tuo Dio  
con tutto il cuore, con tutta l'anima e con tutte le forze.

## 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:*

Tu amerai il Signore tuo Dio  
con tutto il cuore, con tutta l'anima e con tutte le forze.

## ORAZIONE FINALE

### *Ebdomadario:*

O Padre, che ci hai donato il Salvatore e lo Spirito Santo, guarda con benevolenza i tuoi figli di adozione, perché a tutti i credenti in Cristo sia data la vera libertà e l'eredità eterna. Per Cristo nostro Signore.

### *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/>*

## REGINA COELI

Regina del cielo, rallegrati, alleluia.  
Cristo che hai portato nel grembo, alleluia.

È risorto, come aveva promesso, alleluia.  
Prega per noi il Signore, alleluia.



Ant.  
6.  
R E-gí-na cáeli \* 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.

## PREGA IL SIGNORE MEDITAZIONE SUL DIGIUNO

*(Papa Francesco)*

Digiuna dal pessimismo \*  
e riempi di speranza e ottimismo

Digiuna dalle parole offensive \*  
e trasmetti parole gentili

Digiuna di lamentarti \*  
e riempi di cose semplici della vita

*Il materiale proposto è a solo uso pastorale.*

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