# NON TEMO ALCUN MALE, PERCHÉ TU SEI CON ME

## Liturgia penitenziale

*La seguente liturgia penitenziale è proposta alle parrocchie per vivere in spirito di unità e comunione una sera della settimana degli Esercizi Spirituali nel quotidiano.*
*Ogni parrocchia è invitata a utilizzare liberamente il sussidio, adattandolo alle proprie esigenze e arricchendolo opportunamente. La liturgia proposta prevede la possibilità, per le comunità che lo ritengano opportuno, di celebrare nella II$^a$ parte (Confessio vitae) il sacramento della Penitenza.*

### Introduzione

**Canto di ingresso**

**Saluto**

CP: Nel nome del Padre e del Figlio
e dello Spirito santo.
*T:* *Amen.*

CP: Fratelli e sorelle carissimi,

il Signore ci ha invitati a vivere insieme questa settimana di esercizi spirituali che concluderemo domani sera in cattedrale, dove, insieme al Vescovo e agli altri fratelli e sorelle della nostra Chiesa fiorentina, inizieremo il nuovo anno liturgico.

Questa sera vogliamo metterci con umiltà davanti al Signore, per chiedergli di riversare ancora una volta su di noi la sua misericordia.

Perché possiamo presentarci a lui in verità e sincerità e celebrare i frutti del suo perdono, invochiamo lo Spirito, perché illumini le nostre menti e ci insegni a chiedere e accogliere il perdono di Dio.

Insieme preghiamo: *Vieni, Spirito santo, intercedi per noi!*

*Tutti:* *Vieni, Spirito Santo, intercedi per noi!*

*Lettore:* Spirito di sapienza,
donaci la luce
per scegliere le vie della riconciliazione e della pace.

*T:* *Vieni, Spirito Santo, intercedi per noi!*

*L:* Spirito di intelletto,
rendici capaci di leggere nelle vicende della storia
la volontà del Signore.

*T:* *Vieni, Spirito Santo, intercedi per noi!*

*L:* Spirito di consiglio,
guidaci con docilità
sulla via della fratellanza tra i popoli.

*T:* *Vieni, Spirito Santo, intercedi per noi!*

*L:* Spirito di pace,
insegnaci a portare la tua pace
nella nostra vita di tutti i giorni
e a coltivarla con impegno e fedeltà.

*T:* *Vieni, Spirito Santo, intercedi per noi!*

*L:* Vieni e dimora in noi, liberaci da ogni male,
e, per la tua misericordia, salva le nostre anime.
*T:* *Vieni, Spirito Santo, intercedi per noi!*

CP: Preghiamo.
Signore, Dio misericordioso e compassionevole,
manda su di noi il tuo Spirito santo
perché ci faccia il dono di accogliere la tua Parola
come luce vera che illumina i nostri passi,
la nostra mente e il nostro cuore.
Allora in un dolore e in un pentimento sincero
ti confesseremo i peccati commessi
invocando la tua pace
e il tuo perdono che salva.
Per il nostro Signore Gesù Cristo…
*T:* *Amen*

***Confessio laudis*:**
**Tu, Signore, ci circondi di bontà e di misericordia!**

*Mentre si incensa il libro della Parola, preghiamo:*
*(in piedi)*

*L:* Ripetiamo insieme:
Benedici il Signore, anima mia! [cf Sl 119(118)]
*Tutti:* *Benedici il Signore, anima mia!*

L: Non dimenticare tutti i suoi benefici
*T:* *Benedici il Signore, anima mia!*

L. Egli perdona tutte le tue colpe,
guarisce tutte le tue infermità
*T: Benedici il Signore, anima mia!*

L: Salva dalla fossa la tua vita,
ti circonda di bontà e misericordia
*T: Benedici il Signore, anima mia!*

L: Misericordioso e pietoso è il Signore,
lento all'ira e grande nell'amore
*T: Benedici il Signore, anima mia!*

L: Non è in lite per sempre,
non rimane adirato in eterno
*T: Benedici il Signore, anima mia!*

L: Non ci tratta secondo i nostri peccati
e non ci ripaga secondo le nostre colpe
*T: Benedici il Signore, anima mia!*

L: Perché quanto il cielo è alto sulla terra,
così la sua misericordia è potente
*T: Benedici il Signore, anima mia!*

L: Come è tenero un padre verso i figli,
così il Signore è tenero verso quelli che lo temono
*T: Benedici il Signore, anima mia!*

L: Perché egli sa bene di che siamo plasmati,
ricorda che noi siamo polvere
*T: Benedici il Signore, anima mia!*

L: Ma l'amore del Signore è da sempre,
per sempre su quelli che lo temono
*T: Benedici il Signore, anima mia!*

L: Benedite il Signore, voi tutte opere sue,
*T: Benedici il Signore, anima mia!*

ALLELUIA, ALLELUIA! (Mt 28,20)
Io sono con voi tutti i giorni, fino alla fine del mondo,
dice il Signore.
ALLELUIA, ALLEUIA!

DAL VANGELO SECONDO LUCA (1,26-38) *Non temere!*

[26]Al sesto mese, l'angelo Gabriele fu mandato da Dio in una città della Galilea, chiamata Nàzaret, [27]a una vergine, promessa sposa di un uomo della casa di Davide, di nome Giuseppe. La vergine si chiamava Maria. [28]Entrando da lei, disse: «Rallégrati, piena di grazia: il Signore è con te».
[29]A queste parole ella fu molto turbata e si domandava che senso avesse un saluto come questo. [30]L'angelo le disse: «Non temere, Maria, perché hai trovato grazia presso Dio. [31]Ed ecco, concepirai un figlio, lo darai alla luce e lo chiamerai Gesù. [32]Sarà grande e verrà chiamato Figlio dell'Altissimo; il Signore Dio gli darà il trono di Davide suo padre [33]e regnerà per sempre sulla casa di Giacobbe e il suo regno non avrà fine».
[34]Allora Maria disse all'angelo: «Come avverrà questo, poiché non conosco uomo?». [35]Le rispose l'angelo: «Lo Spirito Santo scenderà su di te e la potenza dell'Altissimo ti coprirà con la sua ombra. Perciò colui che nascerà sarà santo e sarà chiamato Figlio di Dio. [36]Ed ecco, Elisabetta, tua parente, nella sua vecchiaia ha concepito anch'essa un figlio e questo è il sesto mese per lei, che era detta

sterile: [37]nulla è impossibile a Dio». [38]Allora Maria disse: «Ecco la serva del Signore: avvenga per me secondo la tua parola». E l'angelo si allontanò da lei.

PAROLA DEL SIGNORE *T: Lode a te, o Cristo.*

*Ci sediamo. Dopo una breve riflessione di chi presiede la celebrazione, in silenzio ci mettiamo davanti al Signore e, alla luce della sua Parola, ci disponiamo a confessare umilmente le nostre colpe, nella consapevolezza che grande è il nostro peccato, ma ancora più grande è la misericordia del Padre. Questo momento di riflessione silenziosa può essere accompagnato da un sottofondo musicale. Al termine:*

***Confessio vitae:***
**Ho esaminato le mie vie, Signore,**
**ho rivolto i miei piedi verso i tuoi insegnamenti**
Salmo 119(118), 59

**Preghiamo**

*(in piedi)*

CP: Signore, riconosciamo la tua fedeltà
e i grandi doni del tuo amore
che ogni giorno ci rinnovi
perché edifichiamo il tuo Regno qui sulla terra.

Riconosciamo anche la nostra fragilità
e il nostro peccato:
per questo ti domandiamo perdono
e ti preghiamo:

*T: Kyrie eleison* *(cantato se possibile)*

L: “In quel giorno si canterà (Is 26,1-2)
questo canto nel paese di Giuda:
entri il popolo giusto che mantiene la fedeltà”.
Signore, aiutaci a vivere nella fedeltà a te
e alla tua Parola.

*T:* *Kyrie eleison*

L: “Confidate nel Signore sempre, (26,4)
perché il Signore è una roccia eterna”.
Signore, rafforza la nostra fiducia in te.

*T:* *Kyrie eleison*

L: “Sì, nella via dei tuoi giudizi, Signore, (26,8)
noi speriamo in te;
al tuo nome e al tuo ricordo
si volge tutto il nostro desiderio”.
Signore insegnaci a camminare
nella via dei tuoi comandamenti.

*T:* *Kyrie eleison*

L: “Effetto della giustizia sarà la pace, (32,17)
frutto del diritto una perenne sicurezza”
Signore, la tua giustizia plasmi e guidi
tutte le nostre parole e opere.

*T:* *Kyrie eleison*

L: “Cercate il Signore, mentre si fa trovare, (55,6)
invocatelo, mentre è vicino!”
Signore, rimani in noi e noi vivremo della tua santità.

*T:* *Kyrie eleison*

L: “L'empio abbandoni la sua via (55,7)
e l'uomo iniquo i suoi pensieri;
ritorni al Signore che avrà misericordia di lui
e al nostro Dio che largamente perdona”.
Signore, purificaci e noi saremo puri di cuore:
beati, contempleremo allora il tuo volto.

*T:* *Kyrie eleison*

L: “La parola uscita dalla mia bocca (55,11)
non ritornerà a me senza effetto,
senza aver operato ciò che desidero
e senza aver compiuto ciò per cui l'ho mandata”
Signore, la tua Parola risuoni nel nostro cuore
e guidi sempre tutte le nostre opere.

*T:* *Kyrie eleison*

---

*Se si ritiene opportuno, a questo punto si possono celebrare le confessioni individuali. Nel frattempo si alternano le seguenti preghiere con canti, momenti di silenzio …. La riflessione che segue può essere utilizzata per la meditazione personale oppure letta (da uno o più lettori) comunitariamente.*

*Se non si celebra il sacramento della penitenza si può tralasciare questa parte e concludere la preghiera con l’orazione successiva.*

MISERICORDIAS DOMINI IN AETERNUM CANTABO

L: Per la pace che viene dall'alto,
per l'amore misericordioso di Dio verso l'umanità,
per la salvezza di tutte le creature,
invochiamo il Signore e cantiamo la sua misericordia:
(*cantato*)

*T: Misericordias Domini in aeternum cantabo.*

*oppure:*

*T: In eterno canterò la tua misericordia, Signore.*

L: Per la pace nel mondo,
per l'unità delle Chiese di Dio,
invochiamo il Signore e cantiamo la sua misericordia:

*T: Misericordias…*

L: Perché cerchiamo prima di tutto
il Regno di Dio e la sua giustizia,
invochiamo il Signore e cantiamo la sua misericordia:

*T: Misericordias…*

L: Perché la nostra preghiera sia accolta e gradita a Dio,
perché Egli ci colmi della sua benedizione e compassione,
invochiamo il Signore e cantiamo la sua misericordia:

*T: Misericordias…*

L: Perché il perdono del Signore trovi pronti i nostri cuori,
perché le porte dei nostri cuori
siano sempre aperte al suo amore,
invochiamo il Signore e cantiamo la sua misericordia:

*T: Misericordias…*

DAL SALMO 119(118)

ANTIFONA: *Ricòrdati, Signore, della tua misericordia e del tuo amore, che è da sempre.*

Benedetto sei tu, Signore:
insegnami i tuoi decreti.
Nella via dei tuoi insegnamenti è la mia gioia,
più che in tutte le ricchezze.

Sii benevolo con il tuo servo e avrò vita,
osserverò la tua parola.
Aprimi gli occhi perché io consideri
le meraviglie della tua legge.

La mia vita è incollata alla polvere:
fammi vivere secondo la tua parola.
Io piango lacrime di tristezza;
fammi rialzare secondo la tua parola.

Tieni lontana da me la via della menzogna,
donami la grazia della tua legge.
Dammi intelligenza, perché io custodisca la tua legge
e la osservi con tutto il cuore.

Piega il mio cuore verso i tuoi insegnamenti
e non verso il guadagno.
Distogli i miei occhi dal guardare cose vane,
fammi vivere nella tua via.

Venga a me la tua misericordia e io avrò vita,
perché la tua legge è la mia delizia.
Mia eredità per sempre sono i tuoi insegnamenti,
perché sono essi la gioia del mio cuore.

SI COMPIA IN ME LA TUA VOLONTÀ *(santa Teresa d'Avila )*
In questo istante, o mio Dio,
liberamente e senza alcuna riserva,
io consacro a te il mio volere.
Purtroppo, Signore, la mia volontà
non sempre si accorda con la tua.
Tu vuoi che ami la verità
e io spesso amo la menzogna.
Tu vuoi che cerchi l'eterno
e io mi accontento dell'effimero.
Tu vuoi che aspiri a cose grandi,
e io mi attacco a delle piccolezze.
Quello che mi tormenta, Signore,
è di non sapere con certezza
se amo te sopra ogni cosa.
Liberami per sempre da ogni male,
la tua volontà si compia in me:
solo tu, Signore, sii il mio tutto. Amen.

PER LA RIFLESSIONE:
MARIA DONNA CORAGGIOSA *(Tonino Bello)*

Sarà stato effetto di quel «*non temere*» pronunciato dall' angelo dell' annunciazione. Certo è che, da quel momento, Maria ha affrontato la vita con una incredibile forza d'animo, ed è divenuta il simbolo delle "madri-coraggio" di tutti i tempi. È chiaro: ha avuto a che fare anche lei con la paura.
Paura di non essere capita. Paura per la cattiveria degli uomini. Paura di non farcela. Paura per la salute di Giuseppe. Paura per la sorte di Gesù. Paura di rimanere sola... Quante paure!

Se ancora non ci fosse, bisognerebbe elevare un santuario alla "Madonna della paura". Nelle sue navate ci rifugeremmo un po' tutti. Perché tutti, come Maria, siamo attraversati da quell'umanissimo sentimento che è il segno più chiaro del nostro limite.
Paura del domani. Paura che possa finire all'improvviso un amore coltivato tanti anni. Paura per il figlio che non trova lavoro e ha già superato la trentina. Paura per la sorte della più piccola di casa che si ritira sempre dopo mezzanotte, anche d'inverno, e non le si può dire niente perché risponde male. Paura per la salute che declina. Paura della vecchiaia. Paura della notte. Paura della morte...
Ebbene, nel santuario eretto alla "Madonna della paura", davanti a lei divenuta la "Madonna della fiducia", ciascuno di noi ritroverebbe la forza per andare avanti, riscoprendo i versetti di un salmo che Maria avrà mormorato chi sa quante volte: «*Pur se andassi per valle oscura, non avrò a temere alcun male, perché sempre mi sei vicino... lungo tutto il migrare dei giorni*».
Madonna della paura, dunque. Ma non della rassegnazione. Perché lei non si è mai lasciate cadere le braccia nel segno del cedimento, né le ha mai alzate nel gesto della resa. Una volta sola si è arresa: quando ha pronunciato il *fiat* e si è consegnata prigioniera al suo Signore.
Da allora ha sempre reagito con incredibile determinazione, andando controcorrente e superando inaudite difficoltà che avrebbero stroncato le gambe a tutti. Dal disagio del parto nella clinica di una stalla all' espatrio forzato per sfuggire alla persecuzione di Erode. Dai giorni amari dell'asilo politico in Egitto alla presa d'atto della profezia di Simeone greve di cruenti presagi. Dai sacrifici di una vita grama nei trent'anni del silenzio all'amarezza del giorno in cui si chiuse per sempre la bottega del "falegname" profumata di vernici e di ricordi.

Dalle strette al cuore che le procuravano certe notizie che circolavano sul conto di suo figlio al momento del Calvario quando, sfidando la violenza dei soldati e lo sghignazzo della plebe, si piantò coraggiosamente sotto la croce.
Una prova difficile, la sua. Contrassegnata, come per il figlio morente, dal silenzio di Dio. Una prova senza scenografie e senza sconti sui prezzi della sofferenza, che rende ragione di quell'antifona che risuona nella liturgia del Venerdì santo: «*O voi tutti che passate per via, fermatevi e vedete se c'è un dolore simile al mio*».
Santa Maria, donna coraggiosa, alcuni anni fa in una celebre omelia pronunciata a Zapopan nel Messico, Giovanni Paolo II ha scolpito il monumento più bello che il magistero della Chiesa abbia mai elevato alla tua umana fierezza, quando disse che tu ti presenti come modello «*per coloro che non accettano passivamente le avverse circostanze della vita personale e sociale, né sono vittime della alienazione*».
Dunque, tu non ti sei rassegnata a subire l'esistenza. Hai combattuto. Hai affrontato gli ostacoli a viso aperto. Hai reagito di fronte alle difficoltà personali e ti sei ribellata dinanzi alle ingiustizie sociali del tuo tempo. Non sei stata, cioè, quella donna tutta casa e chiesa che certe immagini devozionali vorrebbero farci passare. Sei scesa sulla strada e ne hai affrontato i pericoli, con la consapevolezza che i tuoi privilegi di Madre di Dio non ti avrebbero offerto isole pedonali capaci di preservarti dal traffico violento della vita.
Perciò, Santa Maria, donna coraggiosa, tu che nelle tre ore di agonia sotto la croce hai assorbito come una spugna le afflizioni di tutte le madri della terra, prestaci un po' della tua fortezza. Nel nome di Dio, vendicatore dei poveri, alimenta i moti di ribellione di chi si vede calpestato nella sua dignità. Alleggerisci le pene di tutte le vittime dei soprusi. E conforta il pianto nascosto di tante donne che,

nell'intimità della casa, vengono sistematicamente oppresse dalla prepotenza del maschio.
Santa Maria, donna coraggiosa, tu che sul Calvario, pur senza morire hai conquistato la palma del martirio, rincuoraci col tuo esempio a non lasciarci abbattere dalle avversità. Aiutaci a portare il fardello delle tribolazioni quotidiane, non con l'anima dei disperati, ma con la serenità di chi sa di essere custodito nel cavo della mano di Dio. E se ci sfiora la tentazione di farla finita perché non ce la facciamo più, mettiti accanto a noi. Siediti sui nostri sconsolati marciapiedi. Ripetici parole di speranza.
E allora, confortati dal tuo respiro, ti invocheremo con la preghiera più antica che sia stata scritta in tuo onore: «*Sotto la tua protezione cerchiamo rifugio, santa Madre di Dio; non disprezzare le suppliche di noi che siamo nella prova, e liberaci da ogni pericolo, o Vergine gloriosa e benedetta*». Così sia.

---

*Al termine delle confessioni individuali o della supplica comunitaria chi presiede invoca su tutti il perdono del Padre.*

CP: O Dio, nostro Padre,
tu hai mandato il tuo unico figlio, Gesù,
perché assumesse la nostra natura umana
e condividesse con noi tutto eccetto il peccato.
Egli ci ha liberati dal peccato e dalla morte
e ha aperto per noi le porte del tuo Regno.
Padre buono, concedi a noi tuoi fedeli,
che ritorniamo a te pentiti con tutto il cuore,
la tua misericordia,
perdona i nostri peccati e conducici alla vita eterna.
*T:* *Amen.*

***Confessio fidei:***
**In te crediamo e celebriamo la tua misericordia!**

**Preghiera di lode e di ringraziamento** *(in piedi)*

CP: Fratelli e sorelle,
è veramente giusto ringraziare
e glorificare il Signore della vita,
vivo e presente nella sua parola,
che ci riconcilia e rinnova con il suo amore.
Diciamo insieme: Noi ti ringraziamo, Signore!

*T: Noi ti ringraziamo, Signore!*

*(cf salmo 95)*

CP: Cantiamo con gioia al Signore,
acclamiamo la roccia della nostra salvezza.

*T: Noi ti ringraziamo, Signore!*

CP: Accostiamoci a lui per rendergli grazie,
a lui acclamiamo con canti di gioia.

*T: Noi ti ringraziamo, Signore!*

CP: Perché grande Dio è il Signore,
grande re sopra tutti gli dèi.

*T: Noi ti ringraziamo, Signore!*

CP: Nella sua mano sono gli abissi della terra,
sono sue le vette dei monti.

*T: Noi ti ringraziamo, Signore!*

CP: Suo è il mare, è lui che l'ha fatto;
le sue mani hanno plasmato la terra.

*T: Noi ti ringraziamo, Signore!*

CP: Venite: prostràti, adoriamo,
in ginocchio davanti al Signore che ci ha fatti
e ci ha colmati della sua misericordia.

*T: Noi ti ringraziamo, Signore!*

**Gesto di fraternità e di pace**

CP: Fratelli e sorelle, riconciliati nel Signore,
preghiamo gli uni per gli altri
e scambiamoci nel Signore
un gesto di fraternità e di pace.

(dal Sl 133)

*T: Ecco, com'è bello e com'è dolce*
*che i fratelli vivano insieme!*
*Perché là il Signore manda la benedizione,*
*la vita per sempre.*

*Ci scambiamo* **UN GESTO DI FRATERNITÀ E DI PACE.**
*Al termine:*

CP: Padre santo,
in Cristo tu ci hai liberati
dal peccato e dalla morte;
in te ci riconosciamo fratelli,
figli di uno stesso Padre,
e crediamo che tu spezzi ogni barriera e catena.
Per questo vogliamo benedire il tuo nome
e pregarti come Gesù ci ha insegnato:

**Padre nostro**

**Orazione conclusiva e benedizione**

CP: O Dio, Padre misericordioso,
che conosci i pensieri e vedi i segreti dei cuori,
infondi il tuo Spirito Santo in questi tuoi fedeli
che hanno celebrato con fede e amore
la tua misericordia.
Essi hanno confessato la tua lode,
insieme al loro peccato e alla loro fiducia in te.

Purificati nell'intimo,
possano vivere alla tua presenza,
resi figli nel tuo Figlio Gesù,
rinnovati nell'amore e nella fedeltà alla tua Parola.
Te lo chiediamo per Cristo nostro Signore.

*T:* *Amen.*

CP: Il Signore sia con voi.
*T:* *E con il tuo spirito.*

CP: Che Dio sia davanti a voi per mostrarvi il cammino.
*T:* *Amen*

CP: Che Dio sia al vostro fianco per proteggere i vostri passi.
*T:* *Amen*

CP: Che Dio sia dietro di voi per sostenervi quando vacillate.
*T:* *Amen*

CP: Che Dio sia in voi, per consolarvi e illuminarvi.
*T:* *Amen*

CP: E la benedizione di Dio onnipotente
Padre e Figlio ✠ e Spirito Santo
discenda su di voi e con voi rimanga sempre.

*T:* *Amen*

CP: Siate testimoni del Signore che viene
e fa nuove tutte le cose. Andate in pace.

*T:* *Rendiamo grazie a Dio.*

**Canto finale**