

*Parrocchia Ss. Trinità*

*Via Giusti*

*Milano*



*Imparare a chiamare Dio “papà”  
e divenire costruttori di pace.  
Quando la preghiera ti cambia la vita*

*Imparare a credere è imparare a inginocchiarsi  
Joseph Ratzinger*



*Contro indicazioni per la preghiera:  
quello che dici, quello che fai, quello che vivi*

*Esercizi spirituali parrocchiali*

*13 - 17 marzo 2023*

## Canto: Vieni Spirito d'Amore (pag. 242)

S.: Nel nome del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo.

T.: Amen.

S.: Padre, che ai piccoli hai voluto rivelare i misteri del Tuo Regno, disponi i nostri cuori all'ascolto e apri il nostro intelletto alla comprensione dei Tuoi insegnamenti e della Tua volontà. Te lo chiediamo per Gesù Cristo, Tuo Figlio e nostro Signore, che vive e regna con Te, nell'unità dello Spirito santo, per tutti i secoli dei secoli.

T.: Amen.

L 1 Donami un cuore docile  
Spirito di Dio, donami un cuore docile all'ascolto.  
Togli dal mio petto il cuore di pietra  
e dammi un cuore di carne  
perché accolga la parola del Signore  
e la metta in pratica.

T *Voglio ascoltare che cosa dice il Signore.  
Fa' che il tuo volto di Padre  
risplenda su di me e io sarò salvo.  
Mostrami la tua via, perché nella tua verità io cammini;  
donami un cuore semplice  
che tema il tuo nome.*

L 2 Fa' che io impari il silenzio vigile di Nazaret  
per conservare, come Maria, la Parola dentro di me.  
Per lasciarmi trovare da Dio che incessantemente mi cerca.

T *Fa' che io mi lasci penetrare dalla Parola  
"per comprendere con tutti i santi  
quale sia l'ampiezza, la lunghezza, l'altezza e la profondità,  
e conoscere l'amore di Cristo".*

L 3 Fa' che io sperimenti nella mia vita  
la presenza amorevole del mio Dio  
che "mi ha disegnato  
sulle palme delle sue mani".

T *Fa' che io non ponga ostacoli alla Parola  
che uscirà dalla bocca di Dio.  
Che tale Parola non torni a lui  
senza aver operato in me ciò che egli desidera  
e senza aver compiuto ciò per cui l'hai mandata.*

Carlo Maria Martini

## Preghiamo con il Salmo 1

Beato l'uomo che non entra nel consiglio dei malvagi,  
non resta nella via dei peccatori  
e non siede in compagnia degli arroganti,

*ma nella legge del Signore trova la sua gioia,  
la sua legge medita giorno e notte.*

È come albero piantato lungo corsi d'acqua,  
che dà frutto a suo tempo:  
le sue foglie non appassiscono  
e tutto quello che fa, riesce bene.

*Non così, non così i malvagi,  
ma come pula che il vento disperde;*

perciò non si alzeranno i malvagi nel giudizio  
né i peccatori nell'assemblea dei giusti,

*poiché il Signore veglia sul cammino dei giusti,  
mentre la via dei malvagi va in rovina.*

## In ascolto della Parola

### Canto: Verremo a Te - str. 1 (pag. 240)

**S.:** Lettura del Vangelo secondo Matteo (Mt 6,1-8.14-15)

State attenti a non praticare la vostra giustizia davanti agli uomini per essere ammirati da loro, altrimenti non c'è ricompensa per voi presso il Padre vostro che è nei cieli. Dunque, quando fai l'elemosina, non suonare la tromba davanti a te, come fanno gli ipocriti nelle sinagoghe e nelle strade, per essere lodati dalla gente. In verità io vi dico: hanno già ricevuto la loro ricompensa. Invece, mentre tu fai l'elemosina, non sappia la tua sinistra ciò che fa la tua destra, perché la tua elemosina resti nel segreto; e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà.

E quando pregate, non siate simili agli ipocriti che, nelle sinagoghe e negli angoli delle piazze, amano pregare stando ritti, per essere visti dalla gente. In verità io vi dico: hanno già ricevuto la loro ricompensa. Invece, quando tu preghi, entra nella tua camera, chiudi la porta e prega il Padre tuo, che è nel segreto; e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà.

Pregando, non sprecate parole come i pagani: essi credono di venire ascoltati a forza di parole. Non siate dunque come loro, perché il Padre vostro sa di quali cose avete bisogno prima ancora che gliele chiediate.

Se voi infatti perdonerete agli altri le loro colpe, il Padre vostro che è nei cieli perdonerà anche a voi; ma se voi non perdonerete agli altri, neppure il Padre vostro perdonerà le vostre colpe.

Parola del Signore.

**T.:** Lode a Te, o Cristo.

## Riflessione di d. Carlo Confalonieri

### Silenzio

### Canto: Ora che il giorno finisce (317)

**S.:** Guidati da Gesù, Maestro e Signore, preghiamo come Lui ci ha insegnato:

**T.:** **Padre nostro, che sei nei cieli, sia santificato il Tuo nome, venga il Tuo regno, sia fatta la Tua volontà, come in cielo così in terra.**

**Dacci oggi il nostro pane quotidiano, e rimetti a noi i nostri debiti come anche noi li rimettiamo ai nostri debitori, e non ci abbandonare alla tentazione, ma liberaci dal male.**

### Congedo

**S.:** Il Signore sia con voi.

**T.:** **E con il tuo spirito.**

**Kyrie, eleison. Kyrie, eleison. Kyrie, eleison.**

**S.:** Vi benedica Dio onnipotente, Padre † e Figlio † e Spirito † Santo.

**T.:** **Amen.**

**S.:** Andiamo in pace.

**T.:** **Nel nome di Cristo.**

### Canto: Resta qui con noi (pag. 190)

