

8 GENNAIO

SAN SEVERINO ABATE

Nato da una nobile famiglia romana nel 410, visse per lungo tempo come eremita in Oriente e, nel 454, si ritirò sul Danubio.



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. Alleluia.

ESAME DI COSCIENZA

Come un cervo ti ho visto fuggire, *
dopo che m'avevi ferita.
Sono uscita dietro gridando, *

Il materiale proposto è a solo uso pastorale.

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

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

Divina luce, Cristo,
stella che splendi sulla nostra sera,
ai servi che ti invocano
dona l'eterna vita.

Noi ti preghiamo e al sonno
ci abbandoniamo sereni:
se tu pietoso vigili,
senza affanno è il riposo.

Torbido sogno non ci inquieta
né ci inganna il Nemico,
se tu nella notte difendi
i cuori incontaminati.

Guardaci dal tuo trono,
sventa ogni perfida insidia,
proteggi i poveri che hai redento

Il materiale proposto è a solo uso pastorale.

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

a prezzo del tuo sangue.

A tua immagine ci hai creati
nel corpo e nello spirito:
nella tenebra orrenda
veglia sull'opera tua.

Al Padre eleviamo la lode,
all'unico suo Figlio,
allo Spirito Santo,
ora e per sempre. Amen.

SALMODIA

Primo Antifonario:

Ecco i giorni della penitenza,
tempo di perdono e di salvezza.

SALMO 139,1-9AB.13-14

Salvami, Signore, dal malvagio, *
proteggimi dall'uomo violento,
da quelli che tramano sventure nel cuore *
e ogni giorno scatenano guerre.

Aguzzano la lingua come serpenti; *
veleno d'aspide è sotto le loro labbra.

Proteggimi, Signore, dalle mani degli empi, †
salvami dall'uomo violento: *
essi tramano per farmi cadere.

I superbi mi tendono lacci †
e stendono funi come una rete, *
pongono agguati sul mio cammino.

Io dico al Signore: «Tu sei il mio Dio; *
ascolta, Signore, la voce della mia preghiera».

Il materiale proposto è a solo uso pastorale.

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

Signore, mio Dio, forza della mia salvezza, *
proteggi il mio capo nel giorno della lotta.

Signore, non soddisfare i desideri degli empi, *
non favorire le loro trame.

So che il Signore difende la causa dei miseri, *
il diritto dei poveri.

Sì, i giusti loderanno il tuo nome, *
i retti abiteranno alla tua presenza.

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:

Ecco i giorni della penitenza,
tempo di perdono e di salvezza.

Primo Antifonario:

Umili e pentiti accogli, Signore:
ti sia gradito il nostro sacrificio
che oggi si compie dinanzi a te.

SALMO 140,1-9

Signore, a te grido, accorri in mio aiuto; *
ascolta la mia voce quando t'invoco.
Come incenso salga a te la mia preghiera, *
le mie mani alzate come sacrificio della sera.

Poni, Signore, una custodia alla mia bocca, *
sorveglia la porta delle mie labbra.

Non lasciare che il mio cuore si pieghi al male †
e compia azioni inique con i peccatori: *

Il materiale proposto è a solo uso pastorale.

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

che io non gusti i loro cibi deliziosi.

Mi percuota il giusto e il fedele mi rimproveri, †
ma l'olio dell'empio non profumi il mio capo; *
tra le loro malvagità continui la mia preghiera.

Dalla rupe furono gettati i loro capi, *
che da me avevano udito dolci parole.

Come si fende e si apre la terra, *
le loro ossa furono disperse
alla bocca degli inferi.

A te, Signore mio Dio, sono rivolti i miei occhi; *
in te mi rifugio, proteggi la mia vita.
Preservami dal laccio che mi tendono, *
dagli agguati dei malfattori.

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

Secondo Antifonario:

Umili e pentiti accogli, Signore:
ti sia gradito il nostro sacrificio
che oggi si compie dinanzi a te.

LETTURA

Mt 25, 1-13

In quel tempo. Il Signore Gesù disse: «Il regno dei cieli sarà simile a dieci vergini che presero le loro lampade e uscirono incontro allo sposo. Cinque di esse erano stolte e cinque sagge; le stolte presero le loro lampade, ma non presero con sé l'olio; le sagge invece, insieme alle loro lampade, presero anche l'olio in piccoli vasi. Poiché lo sposo tardava, si assopirono tutte e si

Il materiale proposto è a solo uso pastorale.

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

addormentarono. A mezzanotte si alzò un grido: “Ecco lo sposo! Andategli incontro!”. Allora tutte quelle vergini si destarono e prepararono le loro lampade. Le stolte dissero alle sagge: “Dateci un po’ del vostro olio, perché le nostre lampade si spengono”. Le sagge risposero: “No, perché non venga a mancare a noi e a voi; andate piuttosto dai venditori e compratevene”. Ora, mentre quelle andavano a comprare l’olio, arrivò lo sposo e le vergini che erano pronte entrarono con lui alle nozze, e la porta fu chiusa. Più tardi arrivarono anche le altre vergini e incominciarono a dire: “Signore, signore, aprici!”. Ma egli rispose: “In verità io vi dico: non vi conosco”. Vegliate dunque, perché non sapete né il giorno né l’ora».

RESPONSORIO BREVE

Lettore:

Signore, * nelle tue mani affido il mio spirito.

Antifonari:

Signore, * nelle tue mani affido il mio spirito.

Lettore:

Dio di verità tu mi hai redento

Antifonari:

nelle tue mani affido il mio spirito.

Lettore:

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

Antifonari:

Signore, * nelle tue mani affido il mio spirito.

NUNC DIMITTIS

Primo Antifonario:

A Simeone era stato preannunziato dallo Spirito Santo che non avrebbe visto la morte senza prima aver veduto il Messia del Signore.

CANTICO DI SIMEONE (Lc 2, 29-32)

Ora lascia, o Signore, che il tuo servo *
vada in pace secondo la tua parola;

Il materiale proposto è a solo uso pastorale.

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

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.

Secondo Antifonario:

A Simeone era stato preannunziato dallo Spirito Santo
che non avrebbe visto la morte
senza prima aver veduto il Messia del Signore.

INTENZIONI LIBERE E ORAZIONE FINALE

Ebdomadario:

Nessuna sofferenza umana è nascosta agli occhi di Dio. Perciò,
uniti in un'unica voce, le offriamo al Signore insieme alle nostre
preghiere.

Si leggono l'intenzione nell'ordine stabilito:

Soccorri, Padre, questa nostra umanità oppressa dalla violenza,
dall'ingiustizia e dalla guerra. Riaccendi l'amore nei cuori spenti
dall'odio. Signore, ascolta la voce della nostra preghiera.

Tutti

Amen

*A questo punto è possibile aggiungere delle brevi intenzioni libere. È
importante mantenere un clima di sobrietà e di raccoglimento. Si conclude
ogni intenzione con "Signore, ascolta la voce della nostra preghiera".*

Tutti poi rispondono:

Amen!

Il materiale proposto è a solo uso pastorale.

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

ORAZIONE

Ebdomadario:

O Dio, il cui unico Figlio si è manifestato nella nostra carne mortale, concedi a noi, che lo abbiamo conosciuto come vero uomo, di essere interiormente rinnovati a sua immagine. Egli è Dio, e vive e regna con te, nell'unità dello Spirito Santo, per tutti i secoli dei secoli.

Tutti:

Amen.

Ebdomadario:

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

Tutti:

Amen.

ANTIFONA ALLA BEATA VERGINE MARIA

ALMA REDEMPTORIS MATER

O santa Madre del Redentore,
porta dei cieli, stella del mare,

soccorri il tuo popolo
che anela a risorgere.

Tu che accogliendo il saluto dell'angelo,
nello stupore di tutto il creato,
hai generato il tuo Creatore,

madre sempre vergine,
pietà di noi peccatori.

Il materiale proposto è a solo uso pastorale.

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