



Diocesi di Lugano

CELEBRARE E PREGARE

IN TEMPO DI EPIDEMIA

Sussidio

adattato dall'Ufficio Liturgico Nazionale della CEI

L'inedita impossibilità di celebrare in contesto assembleare l'Eucaristia – fonte e culmine della vita cristiana (cf. SC 10) –, non coincide con l'impossibilità di entrare in comunione con il Signore e il suo mistero di salvezza. Egli infatti imbandisce per il suo popolo la mensa del Pane di vita, ma anche quella della Parola, perché Cristo «è presente nella sua parola, giacché è lui che parla quando nella Chiesa si legge la sacra Scrittura» (SC 7). Assumendo la natura umana, Egli ha unito a sé tutta l'umanità e l'ha associata nell'elevare al Padre quell'Inno di lode perenne cantato nelle dimore celesti. La preghiera, in particolare quella della Liturgia delle Ore, è infatti autentico esercizio del sacerdozio di Cristo, nella lode e nell'intercessione per il mondo intero (cf. SC 83).

Per favorire un ascolto orante della parola di Dio, condotti per mano dalla liturgia della Chiesa e dal cammino dell'Anno liturgico, viene offerto questo sussidio, che di settimana in settimana si arricchirà di testi e riflessioni.

Ogni domenica verrà proposta una **scheda per la preghiera e la riflessione personale o familiare in sintonia con la liturgia del giorno**. Saranno inoltre offerti altri testi per la preghiera. Si suggerisce fin da ora di utilizzare la *Liturgia delle Ore*, usufruendo – se lo si ritiene opportuno – dell'*App Liturgia delle Ore della CEI*, che contiene tutti i testi e la possibilità dell'ascolto audio.

“Dobbiamo uscire di casa il meno possibile, ma nessun limite è posto alla nostra capacità di credere, di sperare e di amare. Ecco perché la nostra preghiera, in questo momento, deve essere particolarmente unanime, corale, intensa e incessante”.

(Vescovo Valerio, 11 marzo 2020)

TERZA DOMENICA DI QUARESIMA

Preghiera in famiglia

La situazione che stiamo vivendo non ci consente di partecipare alla Celebrazione eucaristica della terza domenica di Quaresima. Sugeriamo dunque uno schema per un'esperienza di preghiera da vivere in famiglia in comunione con tutta la Chiesa.

Ogni famiglia potrà adattare lo schema secondo la necessità.

La preghiera può essere guidata dal papà (G) o dalla mamma (G)

G. *Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo.*

T. **Amen.**

G. *Dio Padre, che è benedetto nei secoli, ci conceda di essere in comunione gli uni con gli altri, con la forza dello Spirito, in Cristo Gesù nostro fratello.*

T. **Benedetto nei secoli il Signore.**

G. *Gesù non ha fretta: si ferma al pozzo di Giacobbe, in un'ora improbabile, dopo un percorso improbabile. Lì ci attende, dopo aver faticato per venirci a cercare. Si tratta del pozzo di Giacobbe, quello che ha sempre dato acqua per la vita di tutta la città di Sicar. Nel dialogo con una donna dalla vita tumultuosa si rivela come fonte di acqua viva capace di estinguere ogni sete e ogni desiderio del cuore. E di dare vita, sempre! La Samaritana scopre che davanti a Gesù si può stare a cuore aperto, perché in lui non ci sono pregiudizi, ma solo la sete che ognuno abbia sete di verità. E può lasciare la brocca per comunicare ai suoi compaesani la gioia che nasce da quell'incontro. Anche in questo tempo di prova rivolgiamo al Padre la nostra preghiera umile e piena di fede, affinché ci faccia riconoscere e gustare la presenza di Gesù tra noi.*

Preghiamo insieme il **Salmo 42 (41)**

L1 ² Come la cerva anela ai corsi d'acqua, così l'anima mia anela a te, o Dio.

L2

³ L'anima mia ha sete di Dio, del Dio vivente:
quando verrò e vedrò il volto di Dio?

L1

⁴ Le lacrime sono il mio pane giorno e notte, mentre mi dicono sempre:
"Dov'è il tuo Dio?"

L2

⁵ Questo io ricordo e l'anima mia si strugge:
avanzavo tra la folla,
la precedevo fino alla casa di Dio, fra canti di gioia e di lode di una
moltitudine in festa.

L1

⁶ Perché ti rattristi, anima mia, perché ti agiti in me?
Spera in Dio: ancora potrò lodarlo, lui, salvezza del mio volto e mio
Dio.

G.

O Dio, sorgente della vita, tu offri all'umanità riarsa dalla sete l'acqua viva della grazia che scaturisce dalla roccia che è il Cristo salvatore: concedi a noi il dono dello Spirito, perché sappiamo professare con forza la fede in te, e annunziare con gioia le meraviglie del tuo amore.

T. Amen.

la tua Parola, luce ai miei passi

Dal Vangelo secondo Giovanni (Gv 4, 5-15.19b-26.39°.40-42)

In quel tempo, Gesù giunse a una città della Samaria chiamata Sicar, vicina al terreno che Giacobbe aveva dato a Giuseppe suo figlio: qui c'era un pozzo di Giacobbe. Gesù dunque, affaticato per il viaggio, sedeva presso il pozzo. Era circa mezzogiorno. Giunge una donna samaritana ad attingere acqua. Le dice Gesù: «Dammi da bere». I suoi discepoli erano andati in città a fare provvista di cibi. Allora la donna samaritana gli dice: «Come mai tu, che sei giudeo, chiedi da bere a me, che sono una donna samaritana?».

I Giudei infatti non hanno rapporti con i Samaritani. Gesù le risponde: «Se tu conoscessi il dono di Dio e chi è colui che ti dice: Dammi da bere!, tu avresti chiesto a lui ed egli ti avrebbe dato acqua viva». Gli dice la donna: «Signore, non hai un secchio e il pozzo è profondo; da dove prendi dunque quest'acqua viva? Sei tu forse più grande del nostro padre Giacobbe, che ci diede il pozzo e ne bevve lui con i suoi figli e il suo bestiame?».

Gesù le risponde: «Chiunque beve di quest'acqua avrà di nuovo sete; ma chi berrà dell'acqua che io gli darò, non avrà più sete in eterno. Anzi, l'acqua che io gli darò diventerà in lui una sorgente d'acqua che zampilla per la vita eterna». «Signore - gli dice la donna -, dammi quest'acqua, perché io non abbia più sete e non continui a venire qui ad attingere acqua. Vedo che tu sei un profeta! I nostri padri hanno adorato su questo monte; voi invece dite che è a Gerusalemme il luogo in cui bisogna adorare».

Gesù le dice: «Credimi, donna, viene l'ora in cui né su questo monte né a Gerusalemme adorerete il Padre. Voi adorate ciò che non conoscete, noi adoriamo ciò che conosciamo, perché la salvezza viene dai Giudei. Ma viene l'ora - ed è questa - in cui i veri adoratori adoreranno il Padre in spirito e verità: così infatti il Padre vuole che siano quelli che lo adorano. Dio è spirito, e quelli che lo adorano devono adorare in spirito e verità». Gli rispose la donna: «So che deve venire il Messia, chiamato Cristo: quando egli verrà, ci annuncerà ogni cosa».

Le dice Gesù: «Sono io, che parlo con te». Molti Samaritani di quella città credettero in lui. E quando giunsero da lui, lo pregavano di rimanere da loro ed egli rimase là due giorni. Molti di più credettero per la sua parola e alla donna dicevano: «Non è più per i tuoi discorsi che noi crediamo, ma perché noi stessi abbiamo udito e sappiamo che questi è veramente il salvatore del mondo».

Parola del Signore.

T. Lode a te, o Cristo.

Per meditare sul brano evangelico di questa domenica è possibile utilizzare la scheda posta in appendice.

A te sale la nostra preghiera

G. *Per continuare, senza perdere la fiducia, il nostro cammino verso la Pasqua, invociamo il Signore, sorgente di acqua viva.*

L. *Nei momenti di fragilità, debolezza e sofferenza.*

T. **Donaci acqua viva, Signore!**

L. *Quando ci sediamo stanchi al pozzo della nostra sete.*

T. **Donaci acqua viva, Signore!**

L. *Quando nei nostri smarrimenti ci attendi con tenerezza.*

T. **Donaci acqua viva, Signore!**

L. *Quando ci parli con segni che conquistano il cuore.*

T. **Donaci acqua viva, Signore!**

L. *Quando adoriamo il Padre in spirito e verità.*

T. **Donaci acqua viva, Signore!**

L. *Tu, sorgente viva che zampilla per la vita eterna.*

T. **Donaci acqua viva, Signore!**

L. *Tu, che inondi la Chiesa con l'acqua che rigenera la vita.*

T. **Donaci acqua viva, Signore!**

G. *Preghiamo anche per la difficoltà del tempo presente:*

T. **Signore Gesù Cristo, medico della nostra vita, tu hai incontrato nel corso della tua esistenza donne e uomini ammalati nel corpo e nello spirito. Li hai curati, li hai consolati, e li hai anche guariti, e sempre li hai liberati dalla paura, dall'angoscia e dalla mancanza di speranza.**

Ai tuoi discepoli hai chiesto di curare i malati, di consolare quelli che soffrono, di portare speranza dove c'è sconforto. Ti preghiamo, Signore: benedici, aiuta e ispira tutti noi e quanti sono accanto a chi è malato. Donaci la forza, rinsalda la fede, ravviva la speranza, e accresci la carità.

E così saremo in comunione profonda con chi soffre e in comunione d'amore con te, Signore, medico della nostra vita.

G. *La parola di Gesù alla samaritana ci consola e ci educa. La nostra casa, come ogni situazione, è il luogo dove Dio ci raggiunge e ci dona di divenire donne e uomini che lo cercano in spirito e verità. Dio parla a noi come ad amici e ci dona lo Spirito nel quale diciamo:*

T. **Padre nostro ...**

G. *Fiumi di acqua viva scorreranno dal cuore del tuo Figlio Gesù.*

Ascolta pietoso il grido di questo popolo:

non giudicare le nostre lentezze e stanchezze, ma guarda la sete del nostro cuore e aprici il tesoro della tua grazia che santifica il cuore dei credenti.

T. **Amen.**

Invochiamo la benedizione del Padre

G. *Concedi la tua benedizione alla nostra famiglia, o Padre, e donaci di essere lieti nella speranza, forti nella tribolazione, perseveranti nella preghiera, attenti alle necessità dei fratelli e solerti nel cammino di conversione che stiamo percorrendo in questa Quaresima.*

Ciascuno traccia su di sé segno di croce mentre il genitore prosegue.

G. *Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo.*

T. **Amen.**

Si può concludere con l'antifona mariana "Sotto la tua protezione":

T. **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.**

Per la meditazione

In questa III domenica di Quaresima siamo invitati ad attingere vita all'unica vera sorgente, il Dio di Gesù Cristo. Nella prima lettura, tratta dal libro dell'Esodo, il popolo protesta contro Mosè mettendo alla prova il Signore. Israele già è passato attraverso il Mar Rosso, già ha visto le acque amare divenire dolci, già ha sperimentato la provvidenza mangiando manna e quaglie, ora non ha acqua e vede la morte di fronte a sé. In tale situazione nasce un tipo di disperazione nella quale la protesta contro Mosè non è altro che lo sfogo del rancore che il popolo ha verso Dio: Egli rimane ancora uno sconosciuto, un'incognita in ogni nuova esperienza della vita. Ecco perché quel luogo è chiamato Massa (prova) e Meriba (disputa). Tali nomi sono ispirati a quanto Mosè dice in Es 17,2: "Perché protestate con me? Perché mettete alla prova il Signore?". Curiosamente in ebraico esistono due parole che, pur avendo diverse radici, sono scritte e pronunciate esattamente nello stesso modo: "massa". Una significa "prova/tentativo" e l'altra "disperazione". Nella nostra vita, succede spesso che la mancanza di fede in Dio generi disperazione, in noi e in chi ci sta intorno. Tale incapacità di sperare si manifesta a volte in una sorta di insofferenza verso coloro che ci guidano. Da qui nasce quell'irresistibile desiderio di mormorare contro l'autorità, sia quando quest'ultima è fedele a Dio, e ancor di più nel caso in

cui essa non lo sia. Ma il punto centrale da cui dipende la nostra storia è dove cerchiamo e attingiamo vita.

Gesù nel Vangelo oltrepassa ogni confine di pregiudizio e si presenta alla Samaritana per chiederle da bere. Sembra che egli stesso abbia bisogno di attingere vita, come quando sulla croce dirà "Ho sete" (Gv 19,28). In realtà Gesù, via, verità e vita, desidera estinguere la nostra sete di Dio e di vita facendosi incontrare. Secondo la sua parola anche noi, nella misura in cui ci dissetiamo presso di lui, diventiamo sorgente per tutti coloro che cercano la vera via che conduce alla salvezza. In questo singolare cammino di Quaresima, segnato dalla dura prova del diffondersi minaccioso dell'epidemia, lasciamo che il deserto ci faccia provare quella sete più profonda che soltanto l'incontro con Dio può estinguere, affinché, come leggiamo nella seconda lettura, ogni nostra speranza non resti delusa, ma al contrario si riversi nel nostro cuore l'amore di Dio per mezzo dello Spirito e anche noi diventiamo sorgente d'acqua che zampilla per la vita eterna.

PER LA PREGHIERA NEL TEMPO DELL'EPIDEMIA

Nell'impossibilità di partecipare alla celebrazione eucaristica è possibile per ogni singolo cristiano o anche in famiglia celebrare la *Liturgia delle Ore*, soprattutto le *Lodi mattutine* e i *Vespri*.

Alle *Invocazioni delle Lodi* e alle *Intercessioni dei Vespri* è possibile inserire una preghiera speciale tra quelle suggerite in questo sussidio.

Invocazioni per le lodi mattutine

Gesù, medico dei corpi e delle anime, guarisci le profonde ferite della nostra umanità,

- perché possiamo godere pienamente dei doni della tua redenzione.

Fa' che i nostri fratelli infermi si sentano partecipi della tua passione, - e ne condividano la grazia e la consolazione.

Ti offriamo, Signore Gesù, le azioni e le sofferenze di questa giornata e di questo tempo:

- promettiamo di servirti sempre con cuore puro e leale.

Rivolgi il tuo sguardo di bontà ai malati e ai sofferenti, che hai associato alla tua croce:

- sentano il conforto della tua presenza.

Intercessioni per il Vespro

Questa preghiera viene inserita come penultima, prima di quella per i defunti.

Tu che hai avuto compassione per tutte le sofferenze umane, rianima la speranza dei malati e dona loro serenità e salute,

- ma rendi anche noi solleciti nell'alleviare le loro sofferenze.

Insegnaci a portare la nostra croce in unione alle tue sofferenze, - perché si manifesti in noi la luce della tua gloria.

Fa' che in mezzo alle lotte e alle prove della vita ci sentiamo partecipi della tua passione,

- per sperimentare in noi la forza della tua redenzione.

Cristo, che nell'Eucaristia ci dai il farmaco dell'immortalità e il pegno della risurrezione,

- dona la salute agli infermi e il perdono ai peccatori.

Pregare con i salmi

Salmo 33 *L'occhio del Signore è su chi lo teme*

Esultate, o giusti, nel Signore; per gli uomini retti è bella la lode. Lodate il Signore con la cetra, con l'arpa a dieci corde a lui cantate.

Cantate al Signore un canto nuovo, con arte suonate la cetra e acclamate, perché retta è la parola del Signore e fedele ogni sua opera. Egli ama la giustizia e il diritto; dell'amore del Signore è piena la terra.

Dalla parola del Signore furono fatti i cieli, dal soffio della sua bocca ogni loro schiera. Come in un otre raccoglie le acque del mare, chiude in riserve gli abissi. Tema il Signore tutta la terra, tremino davanti a lui gli abitanti del mondo, perché egli parlò e tutto fu creato, comandò e tutto fu compiuto.

Il Signore annulla i disegni delle nazioni, rende vani i progetti dei popoli.

Ma il disegno del Signore sussiste per sempre, i progetti del suo cuore per tutte le generazioni.

Beata la nazione che ha il Signore come Dio, il popolo che egli ha scelto come sua eredità.

Il Signore guarda dal cielo: egli vede tutti gli uomini; dal trono dove siede scruta tutti gli abitanti della terra,

lui, che di ognuno ha plasmato il cuore e ne comprende tutte le opere. Il re non si salva per un grande esercito né un prode scampa per il suo grande vigore.

Un'illusione è il cavallo per la vittoria, e neppure un grande esercito può dare salvezza.

Ecco, l'occhio del Signore è su chi lo teme, su chi spera nel suo amore, per liberarlo dalla morte e nutrirlo in tempo di fame.

L'anima nostra attende il Signore: egli è nostro aiuto e nostro scudo. È in lui che gioisce il nostro cuore, nel suo santo nome noi confidiamo.

Su di noi sia il tuo amore, Signore, come da te noi speriamo.

Salmo 34 *Il Signore salva gli spiriti affranti*

Benedirò il Signore in ogni tempo, sulla mia bocca sempre la sua lode.

Io mi glorio nel Signore: i poveri ascoltino e si rallegrino.

Magnificate con me il Signore, esaltiamo insieme il suo nome. Ho cercato il Signore: mi ha risposto e da ogni mia paura mi ha liberato.

Guardate a lui e sarete raggianti, i vostri volti non dovranno arrossire. Questo povero grida e il Signore lo ascolta, lo salva da tutte le sue angosce.

L'angelo del Signore si accampa attorno a quelli che lo temono, e li libera. Gustate e vedete com'è buono il Signore; beato l'uomo che in lui si rifugia.

Temete il Signore, suoi santi: nulla manca a coloro che lo temono.

I leoni sono miseri e affamati, ma a chi cerca il Signore non manca alcun bene.

Venite, figli, ascoltate:

vi insegnerò il timore del Signore.

Chi è l'uomo che desidera la vita e ama i giorni in cui vedere il bene? Custodisci la lingua dal male, le labbra da parole di menzogna.

Stai lontano dal male e fa' il bene, cerca e persegui la pace. Gli occhi del Signore sui giusti, i suoi orecchi al loro grido di aiuto.

Il volto del Signore contro i malfattori, per eliminarne dalla terra il ricordo. Gridano e il Signore li ascolta, li libera da tutte le loro angosce.

Il Signore è vicino a chi ha il cuore spezzato, egli salva gli spiriti affranti.

Molti sono i mali del giusto, ma da tutti lo libera il Signore.

Custodisce tutte le sue ossa: neppure uno sarà spezzato. Il male fa morire il malvagio e chi odia il giusto sarà condannato. Il Signore riscatta la vita dei suoi servi; non sarà condannato chi in lui si rifugia.

Salmo 85 *La salvezza è vicina a chi teme il Signore*

Sei stato buono, Signore, con la tua terra, hai ristabilito la sorte di Giacobbe. Hai perdonato la colpa del tuo popolo, hai coperto ogni loro peccato.

Hai posto fine a tutta la tua collera, ti sei distolto dalla tua ira ardente. Ritorna a noi, Dio nostra salvezza, e placa il tuo sdegno verso di noi.

Forse per sempre sarai adirato con noi, di generazione in generazione riverserai la tua ira?

Non tornerai tu a ridarci la vita, perché in te gioisca il tuo popolo?

Mostraci, Signore, la tua misericordia e donaci la tua salvezza.

Ascolterò che cosa dice Dio, il Signore: egli annuncia la pace per il suo popolo, per i suoi fedeli, per chi ritorna a lui con fiducia.

Sì, la sua salvezza è vicina a chi lo teme, perché la sua gloria abiti la nostra terra.

Amore e verità s'incontreranno, giustizia e pace si baceranno.

Verità germoglierà dalla terra e giustizia si affaccerà dal cielo. Certo, il Signore donerà il suo bene e la nostra terra darà il suo frutto; giustizia camminerà davanti a lui: i suoi passi tracceranno il cammino.

Invocazioni a Cristo

Si può suggerire anche per la preghiera personale o in famiglia le invocazioni cristologiche della terza forma dell'atto penitenziale della Messa secondo il *Rito per l'Unzione e cura pastorale degli infermi*.

Signore, che hai preso su di te le nostre sofferenze e hai portato i nostri dolori, abbi pietà di noi.

Cristo, che nella tua bontà verso tutti sei passato beneficiando e risanando gli infermi, abbi pietà di noi.

Signore, che hai detto ai tuoi Apostoli di imporre le mani sugli infermi, abbi pietà di noi.

ALCUNI TESTI DI PREGHIERA PER ACCOMPAGNARE L'ADORAZIONE EUCARISTICA PERSONALE

Rimani con noi, Signore

Mane nobiscum, Domine!

Come i due discepoli del Vangelo, ti imploriamo, Signore Gesù: *rimani con noi!*
Tu, divino Viandante, esperto delle nostre strade e conoscitore del nostro cuore,
non lasciarci prigionieri delle ombre della sera.

Sostienici nella stanchezza, perdona i nostri peccati, orienta i nostri passi sulla via
del bene.

Benedici i bambini, i giovani, gli anziani, le famiglie, in particolare i malati.

Benedici i sacerdoti e le persone consacrate.

Benedici tutta l'umanità.

Nell'Eucaristia ti sei fatto "farmaco d'immortalità": dacci il gusto di una vita piena,
che ci faccia camminare su questa terra come pellegrini fiduciosi e gioiosi,
guardando sempre al traguardo della vita che non ha fine.

Rimani con noi, Signore! Rimani con noi! Amen.

(San Giovanni Paolo II, Papa)

Litanie eucaristiche

Santissima Eucaristia, noi ti adoriamo.

Dono ineffabile del Padre, noi ti adoriamo.

Segno dell'amore supremo del Figlio, noi ti adoriamo.

Prodigio di carità dello Spirito Santo, noi ti adoriamo.

Frutto benedetto della Vergine Maria, noi ti adoriamo.

Sacramento del Corpo e del Sangue di Cristo, noi ti adoriamo.

Sacramento che perpetua il sacrificio della Croce, noi ti adoriamo.

Sacramento della nuova ed eterna alleanza, noi ti adoriamo.

Memoriale della morte e risurrezione del Signore, noi ti adoriamo.

Memoriale della nostra salvezza, noi ti adoriamo.

Sacrificio di lode e di ringraziamento, noi ti adoriamo.

Sacrificio d'espiazione e di propiziazione, noi ti adoriamo.

Dimora di Dio con gli uomini, noi ti adoriamo.

Banchetto delle Nozze dell'Agnello, noi ti adoriamo.

Pane vivo disceso dal Cielo, noi ti adoriamo.

Manna nascosta piena di dolcezza, noi ti adoriamo.

Vero Agnello pasquale, noi ti adoriamo.

Tesoro dei fedeli, noi ti adoriamo.

Viatico della Chiesa pellegrinante, noi ti adoriamo.

Rimedio delle nostre quotidiane infermità, noi ti adoriamo.

Farmaco di immortalità, noi ti adoriamo.

Mistero della Fede, noi ti adoriamo.

Sostegno della Speranza, noi ti adoriamo.

Vincolo di carità, noi ti adoriamo.

Segno di unità e di pace, noi ti adoriamo.

Sorgente di gioia purissima, noi ti adoriamo.

Sacramento che dà forza e vigore, noi ti adoriamo.

Pregustazione del convito celeste, noi ti adoriamo.

Pegno della nostra risurrezione, noi ti adoriamo.

Pegno della gloria futura, noi ti adoriamo.

Supplica alla Beata Vergine Maria, salute degli infermi

Vergine Madre di Cristo e della Chiesa, generazioni di credenti si rivolgono fiduciose a te con il titolo di salute degli infermi.

Guarda a noi tuoi figli in quest'ora di preoccupazione e di sofferenza per un contagio che semina timore e apprensione nelle nostre case, nei luoghi dell'impegno e della distensione.

Tu che hai conosciuto l'incertezza del presente e del futuro e con il tuo Figlio hai anche percorso le strade dell'esilio, ricordaci che lui è nostra via, verità e vita e solo lui, che con la sua morte ha vinto la nostra morte, può liberarci da ogni male. Madre addolorata accanto alla croce del Figlio, anche tu hai conosciuto la sofferenza:

lenisci il nostro patire con il tuo sguardo materno e con la tua protezione. Benedici i malati, e chi vive questi giorni nella paura, le persone che a loro si stanno dedicando con amore e coraggio, le famiglie con i piccoli e gli anziani, la Chiesa e tutta l'umanità.

Insegnaci ancora, o Madre, a fare ogni giorno ciò che tuo Figlio dice alla sua Chiesa. Ricordaci oggi e sempre, nella prova e nella gioia, che Gesù si è caricato delle nostre sofferenze e si è addossato i nostri dolori, e con il suo sacrificio ha acceso nel mondo la speranza di una vita che non muore.

Salute degli infermi, Madre nostra e di tutti gli uomini, prega per noi.

La più antica preghiera mariana

Sub tuum praesidium confugimus, Sancta Dei Genetrix; nostras deprecationes ne despicias in necessitatibus, sed a periculis cunctis libera nos semper, Virgo gloriosa et benedicta.

PREGHIERA DI AFFIDAMENTO
ALLA BEATA VERGINE MARIA DEL DIVINO AMORE
di Papa Francesco

O Maria, tu risplendi sempre nel nostro cammino come segno di salvezza e di speranza. Noi ci affidiamo a te, Salute dei malati, che presso la croce sei stata associata al dolore di Gesù, mantenendo ferma la tua fede. Tu, Salvezza del popolo romano, sai di che cosa abbiamo bisogno e siamo certi che provvederai perché, come a Cana di Galilea, possa tornare la gioia e la festa dopo questo momento di prova. Aiutaci, Madre del Divino Amore, a conformarci al volere del Padre e a fare ciò che ci dirà Gesù, che ha preso su di sé le nostre sofferenze e si è caricato dei nostri dolori per condurci, attraverso la croce, alla gioia della risurrezione.

Amen.

Sotto la tua protezione troviamo 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.

INVOCAZIONE DEI SANTI
PER LA SALVAGUARDIA DELLA SALUTE

Signore, pietà.

Cristo pietà.

Signore, pietà.

Santa Maria, Madre di Dio, **prega per noi.**

Santa Maria, salute degli infermi, **prega per noi.**

Santi Michele, Gabriele e Raffaele, **pregate per noi.**

Santi angeli di Dio, **pregate per noi.**

San Giovanni Battista, **prega per noi.**

San Giuseppe, **prega per noi.**

Santi patriarchi e profeti, **pregate per noi.**

Santi Pietro e Paolo, **pregate per noi.**

Sant'Andrea, **prega per noi.**

San Giovanni, **prega per noi.**

San Luca, **prega per noi.**

Santi apostoli ed evangelisti, **pregate per noi.**

Santa Maria Maddalena, **prega per noi.**

Santi discepoli del Signore, **pregate per noi.**

Santo Stefano, **prega per noi.**

San Lorenzo, **prega per noi.**

Santa Lucia, **prega per noi.**

Santi Cosma e Damiano, **pregate per noi.**

San Sebastiano, **prega per noi.**

Santa Maria Goretti, **prega per noi.**

Santi martiri di Cristo, **pregate per noi.**

San Silvestro, **prega per noi.**

San Gregorio, **prega per noi.**

Sant' Ambrogio, **prega per noi.**

Sant' Agostino, **prega per noi.**

Sant' Abbondio, **prega per noi.**

Santi Cirillo e Metodio, **pregate per noi.**

San Benedetto, **prega per noi.**

San Francesco, **prega per noi.**

San Camillo de' Lellis, **prega per noi.**

San Giovanni di Dio, **prega per noi.**

San Vincenzo de' Paoli, **prega per noi.**

San Rocco, **prega per noi.**

San Giuseppe Moscati, **prega per noi.**

Santa Caterina da Siena, **prega per noi.**

Sant' Elisabetta d'Ungheria, **prega per noi.**

San Carlo, **prega per noi.**

San Nicolao della Flüe, Patrono della terra elvetica, **prega per noi.**

Santi e Sante di Dio, **pregate per noi.**

Nella tua misericordia, **salvacì, Signore.**

Da ogni male, **salvacì, Signore.**

Da ogni peccato, **salvacì, Signore.**

Dalla morte eterna, **salvacì, Signore.**

Per la tua incarnazione, **salvacì, Signore.**

Per la tua morte e risurrezione, **salvacì, Signore.**

Per il dono dello Spirito Santo, **salvacì, Signore.**

Noi, peccatori, ti preghiamo, **ascoltaci, Signore.**

Guarda con bontà a tutti coloro che in queste ore soffrono a causa dell'epidemia, **ascoltaci, Signore.**

Dona all'umanità intera la tua forza, ti preghiamo, **ascoltaci, Signore.**

Lenisci le sofferenze e le angosce di tutti gli uomini, **ascoltaci, Signore.** Fa' che mediante la comune preghiera con l'invocazione del tuo nome tutti abbiano vita e salute, **ascoltaci, Signore.**

Soccorri con la tua grazia tutti gli infermi, **ascoltaci, Signore.**

Sostieni con la tua forza quanti li assistono, **ascoltaci, Signore.**

Aiuta e conforta tutti coloro che sono nella prova e nel dolore, **ascoltaci, Signore.**

Gesù Figlio del Dio vivente, ascolta la nostra supplica.

Preghiamo.

Noi ti rendiamo grazie, Dio onnipotente, che hai creato l'uomo per la gioia e la vita immortale, e con l'opera redentrice del tuo Figlio lo hai liberato dalla schiavitù del peccato, radice di ogni male. Tu ci doni la certezza che un giorno sarà asciugata ogni lacrima e ricompensata ogni fatica sostenuta per tuo amore. Benedici i tuoi figli provati dalla sofferenza, che ti invocano mediante l'intercessione della beata Vergine Maria, salute degli infermi e consolatrice degli afflitti, e di tutti i santi, e confermati dalla grazia del tuo Spirito glorifichino in parole e opere il tuo santo nome.

Per Cristo nostro Signore.

Amen.

PREGHIERA NEL TEMPO DELLA FRAGILITÀ

O Dio onnipotente ed eterno, ristoro nella fatica, sostegno nella debolezza: da Te tutte le creature ricevono energia, esistenza e vita. Veniamo a Te per invocare la tua misericordia

poiché oggi conosciamo ancora la fragilità della condizione umana vivendo l'esperienza di una nuova epidemia virale.

Affidiamo a Te gli ammalati e le loro famiglie:

porta guarigione al loro corpo, alla loro mente e al loro spirito. Aiuta tutti i membri della società a svolgere il proprio compito e a rafforzare lo spirito di solidarietà tra di loro.

Sostieni e conforta i medici e gli operatori sanitari in prima linea e tutti i curanti, nel compimento del loro servizio. Tu che sei fonte di ogni bene, benedici con abbondanza la famiglia umana, allontana da noi ogni male e dona una fede salda a tutti i cristiani. Liberaci dall'epidemia che ci sta colpendo affinché possiamo ritornare sereni alle nostre consuete occupazioni e lodarti e ringraziarti con cuore rinnovato.

In Te noi confidiamo e a Te innalziamo la nostra supplica perché Tu, o Padre, sei l'autore della vita, e con il tuo Figlio, nostro Signore Gesù Cristo, in unità con lo Spirito Santo, vivi e regni nei secoli dei secoli. Amen.

Maria, salute degli infermi, prega per noi!

A cura dell'Ufficio Nazionale per la pastorale della salute della CEI

PREGHIERA NELLE SITUAZIONI DI EMERGENZA

L. *Dal libro del profeta Daniele*

Benedetto sei tu, Signore Dio dei nostri padri; degno di lode e glorioso è il tuo nome per sempre. Non ci abbandonare fino in fondo, per amore del tuo nome, non rompere la tua alleanza.

G. O Padre, Dio di bontà, ristoro nella fatica, sostegno nella debolezza, conforto nel pianto, ascolta la preghiera che rivolgiamo a te:

salvacì dalle angustie presenti e donaci un rifugio sicuro nella tua misericordia.

Per Cristo nostro Signore.

T. Amen.

Oppure:

G. Padre del cielo, donaci la grazia di saper affrontare con fede e animo sereno l'epidemia che minaccia la nostra esistenza e quella di tanti nostri fratelli e sorelle.

Fa' che affrontiamo con responsabilità i compiti che ci attendono, e, da te consolati, sappiamo consolare i nostri fratelli.

Per Cristo nostro Signore.

T. Amen.

PREGHIERE PER LA MENSA

Quando ci sediamo a mensa e quando ci alziamo da essa, anche in questo tempo di prova e di sofferenza rendiamo grazie alla provvidenza di Dio, per il pane quotidiano. La tavola di famiglia ci richiama la mensa eucaristica, che ci impegna all'ospitalità verso i poveri. «Se condividiamo il pane celeste, come non condivideremo il pane terreno?» (CCC 2834).

Benedizione della mensa prima del pasto

Radunata la famiglia attorno alla mensa, dopo il segno della croce si prega con una delle seguenti formule a scelta.

L. *Dal libro dei Salmi*

Tutti aspettano da te, o Dio, il loro cibo nel tempo opportuno. Tu lo provvedi ed essi lo raccolgono; tu apri la mano e si saziano di beni.

G. Benedici, Padre, noi e questi doni che stiamo per ricevere come segno della tua bontà. Per Cristo nostro Signore.

T. Amen

L. *Dal libro dei Salmi*

I poveri mangeranno e saranno saziati. Loderanno il Signore quanto lo cercano.

G. Dio di provvidenza infinita, che nutri gli uccelli del cielo e vesti i gigli del campo, noi ti benediciamo per il cibo che stiamo per prendere; non permettere che ad alcuno dei tuoi figli manchi il pane quotidiano.

T. Amen.

Nel Tempo di Quaresima

Si può pregare con il Padre nostro ed eventualmente una delle formule seguenti per benedire la mensa.

G. Benedici, Signore, la nostra comunità familiare e sazia con la tua parola la fame e la sete del nostro spirito.

T. Amen

Oppure, per i giorni di digiuno e astinenza:

G. Guarda con bontà, Signore, la nostra mensa in questo giorno di digiuno e fa' che sia dato alla carità fraterna ciò che è tolto alla nostra sazietà. **T.** Amen.

Preghiera dei bambini

Caro Gesù,

Tu sei mio amico e hai detto che posso rivolgermi a te quando ho bisogno. Ti prego di aiutarci a vincere contro il Coronavirus. Aiuta le persone che devono prendere delle scelte importanti. Fa' che gli ammalati guariscano, che i medici e gli infermieri siano forti, che i nonni non si sentano soli e che papà e mamma possano essere sereni. Se sto con te, non ho paura di nulla. Proteggi me, la mia famiglia e tutto il mondo. Amen.



Indice

Celebrare e pregare in tempo di epidemia	Pag. 1
Terza domenica di Quaresima - Preghiera in famiglia	Pag. 3
La Tua Parola, luce ai miei passi	Pag. 5
A Te sale la nostra preghiera	Pag. 6
Invochiamo la benedizione del Padre	Pag. 8
Per la meditazione	Pag. 9
Per la preghiera nel tempo dell'epidemia	Pag. 11
Invocazioni per le lodi del Mattino	Pag. 11
Intercessioni per il Vespro	Pag. 12
Pregare con i salmi	Pag. 12
Invocazioni a Cristo	Pag. 16
Alcuni testi di preghiera per accompagnare l'adorazione eucaristica personale	Pag. 17
Supplica alla beata Vergine Maria, salute degli infermi	Pag. 19
La più antica preghiera mariana	Pag. 21
Preghiera di affidamento alla beata Vergine Maria del Divino Amore di Papa Francesco	Pag. 22
Invocazione dei Santi per la salvaguardia della salute	Pag. 23
Preghiera nel tempo della fragilità	Pag. 27
Preghiera nelle situazioni di emergenza	Pag. 28
Preghiere per la mensa	Pag. 29
Preghiera dei bambini.....	Pag. 31

A cura dell'Ufficio Liturgico Nazionale - Conferenza Episcopale Italiana
(Adattato – CLP Lugano)

Roma, 12 marzo 2020

**NOVENA ALLA B.V.M. DEL SASSO
PATRONA DELLA DIOCESI DI LUGANO**

1. O nostra Signora del Sasso, Baluardo della fede, per cui tutela comparisti su questo colle; mantienici ad essa fedeli sino alla morte affinché possiamo giungere alla corona della vita. *Ave Maria...*
2. O nostra Signora del Sasso, Regina del Ticino, che predestinasti la nostra terra ad essere il campo delle tue misericordie, fa' che in ogni tempo perseveriamo nel culto della riconoscenza e dell'amore per Te. *Ave Maria...*
3. O nostra Signora del Sasso, Specchio del Clero che brami il trionfo di Gesù nei suoi ministri, santifica le anime sacerdotali affinché compiano degnamente il ministero della salvezza. *Ave Maria...*
4. O nostra Signora del Sasso, Rifugio dei peccatori, che esulti al ritorno della pecorella smarrita, richiama gli erranti sulla via del bene, perché si formi un solo ovile sotto il divino Pastore Gesù. *Ave Maria...*
5. O nostra Signora del Sasso, Salute degli infermi, che possiedi il rimedio per tutti i mali, dona la sanità o la rassegnazione a coloro che nella malattia fanno ricorso a Te con viva fede. *Ave Maria...*
6. O nostra Signora del Sasso, Consolatrice degli afflitti, che hai un cuore pietoso per il pianto dei tuoi figli, allevia e santifica il loro dolore affinché diventi sorgente di gioia eterna. *Ave Maria...*
7. O nostra Signora del Sasso, Madre dei poveri e dei miseri che non abbandoni mai i tribolati, sii ad essi tutela e conforto, onde sollevino lo sguardo alle ricompense eterne. *Ave Maria...*
8. O nostra Signora del Sasso, Speranza dei moribondi, che nell'ora estrema moltiplichi le cure per la salvezza dei tuoi devoti, ottieni che la nostra morte sia il passaggio della vita terrena al seno di Dio. *Ave Maria...*
9. O nostra Signora del Sasso, Avvocata delle anime gementi del Purgatorio che a Te tendono supplichevoli le mani, sciogli le catene di quelle anime care, affinché possano giungere presto a farti corona in Paradiso. *Ave Maria...*

Prega per noi, Santa Madre di Dio

Affinché siamo fatti degni delle promesse di Cristo

Preghiamo

O Dio che attraverso la Santissima Vergine Maria, Madre tua, hai compiuto da sempre opere mirabili per la salvezza dei popoli, noi Ti preghiamo, fa' che, ricordando la Sua manifestazione e i benefici per essa ricevuti, siamo fatti degni di comprendere maggiormente e di godere pienamente la visione del tuo volto in cielo. Tu che vivi e regni nei secoli dei secoli. Amen.

