

*Benedici il Signore, anima mia,
quanto è in me
benedica il suo santo nome.
Benedici il Signore, anima mia,
non dimenticare tanti suoi benefici.*

Egli perdona tutte le tue colpe,
guarisce tutte le tue malattie;
salva dalla fossa la tua vita,
ti corona di grazia e di misericordia.

*Buono e pietoso è il Signore,
lento all'ira e grande nell'amore.
Non ci tratta secondo i nostri peccati,
non ci ripaga secondo le nostre colpe.*

Come il cielo è alto sulla terra,
così è grande la sua misericordia su quanti lo temono;
come dista l'oriente dall'occidente,
così allontana da noi le nostre colpe.

*Come un padre ha pietà dei suoi figli,
così il Signore ha pietà
di quanti lo temono.
La grazia del Signore è da sempre.*

*(Insieme) Benedite il Signore, voi tutte opere sue,
Benedici il Signore, anima mia.*



Benedizione

Canto

Suore Apostoline, Castel Gandolfo

Come ho fatto io, fate anche voi ***Liturgia Penitenziale***

Canto

Preghiera

Anche se confusi per i nostri peccati,
noi confidiamo in te, Padre buono.
Il tuo amore fedele ci dà conforto
e risana la nostra fragilità.
Apri, Signore, il nostro cuore
all'ascolto della tua parola.
Muovici a conversione.
La tristezza svanirà
e il tuo amore ci farà nuovi.
Dimenticheremo il passato
e con Gesù, tuo Figlio,
vivremo nel tuo amore
che ci salva, oggi,
e per tutti i secoli dei secoli.
Amen



Dal vangelo secondo Giovanni (13. 1-17)

¹Prima della festa di Pasqua Gesù, sapendo che era giunta la sua ora di passare da questo mondo al Padre, dopo aver amato i suoi che erano nel mondo, li amò sino alla fine. ²Mentre cenavano, quando già il diavolo aveva messo in cuore a Giuda Iscariota, figlio di Simone, di tradirlo, ³Gesù sapendo che il Padre gli aveva dato tutto nelle mani e che era venuto da Dio e a Dio ritornava, ⁴si alzò da tavola, depose le vesti e, preso un asciugatoio, se lo cinse attorno alla vita. ⁵Poi versò dell'acqua nel catino e cominciò a lavare i piedi dei discepoli e ad asciugarli con l'asciugatoio di cui si era cinto. ⁶Venne dunque da Simon Pietro e questi gli disse: «Signore, tu lavi i piedi a me?».

⁷Rispose Gesù: «Quello che io faccio, tu ora non lo capisci, ma lo capirai dopo». ⁸Gli disse Simon Pietro: «Non mi laverai mai i piedi!». Gli rispose Gesù: «Se non ti laverò, non avrai parte con me». ⁹Gli disse Simon Pietro: «Signore, non solo i piedi, ma anche le mani e il capo!». ¹⁰Soggiunse Gesù: «Chi ha fatto il bagno, non ha bisogno di lavarsi se non i piedi ed è tutto mondo; e voi siete mondi, ma non tutti». ¹¹Sapeva infatti chi lo tradiva; per questo disse: «Non tutti siete mondi». ¹²Quando dunque ebbe lavato loro i piedi e riprese le vesti, sedette di nuovo e disse loro: «Sapete ciò che vi ho fatto? ¹³Voi mi chiamate Maestro e Signore e dite bene, perché lo sono. ¹⁴Se dunque io, il Signore e il Maestro, ho lavato i vostri piedi, anche voi dovete lavarvi i piedi gli uni gli altri. ¹⁵Vi ho dato infatti l'esempio, perché come ho fatto io, facciate anche voi. ¹⁶In verità, in verità vi dico: un servo non è più grande del suo padrone, né un apostolo è più grande di chi lo ha mandato. ¹⁷Sapendo queste cose, sarete beati se le metterete in pratica.

I commenti (di fronte al quadro della lavanda dei piedi)

Dio in Gesù si rivela nostro servo. Ha voluto mettersi a nostra disposizione, pronto ad obbedire alle nostre più profonde necessità, pronto ad ascoltare i nostri più profondi bisogni.

Quale misura dell'amore?

"Gesù, dopo aver amato i suoi che erano nel mondo, li amò sino alla fine".

La misura dell'amore è di non avere misura.

Per Gesù "amare sino alla fine" non è un dato cronologico, ma è intensità dell'amore: più di così è impossibile. Un amore che non calcola, non è a tempo, non presenta scadenze, non è possibile misurare. È sincero. È totale. Sa arrivare al dono della VITA!

Un amore che non solo riempie la bocca di parole o fa battere più forte il cuore, ma un amore che si inginocchia di fronte all'amato e lo serve così come lo incontra.

Come potrò incontrare ed amare gli altri,
se non riesco ad incontrare ed amare me stesso?
Signore, tu che mi ami così come sono e non come mi sogno,
aiutami ad accettare la mia condizione di uomo limitato
eppur chiamato a superarsi.
Insegnami a vivere con le mie luci e le mie ombre,
le mie dolcezze e i miei atti di collera,
i miei sorrisi e le mie lacrime,
col mio passato ed il mio presente.
Donami di accogliermi come mi accogli tu,
di amarmi come tu mi ami.
Liberami dal tipo di perfezione che io pretendo di darmi,
e aprimi alla santità che tu vuoi donarmi,
risparmiami i rimorsi di Giuda,
che è rientrato in se stesso per non uscirne più,
spaventato e disperato davanti al suo peccato.
Concedimi il pentimento di Pietro
che ha incontrato il silenzio del tuo sguardo
pieno di tenerezza e di misericordia.
E se devo piangere, che non sia su me stesso,
ma sul tuo amore non corrisposto.
Signore, tu conosci la disperazione che sovente corrode il mio cuore.
Il disgusto di me stesso io lo proietto senza sosta sugli altri!
Poiché tu mi hai amato per primo, mi hai reso amabile.
Che la tua tenerezza, Signore, mi renda finalmente amabile ai miei occhi.
Vorrei tanto aprire la serratura della porta della mia prigione
di cui io stesso tengo in pugno la chiave.
Donami il coraggio di uscire da me stesso.
Dimmi che tutto è possibile a colui che crede.
Dimmi che posso ancora guarire,
alla luce del tuo sguardo e della tua Parola.
(M. Hubaut)

Rit. Insegnaci o Padre, insegnaci ad amare. (2 v.)



Dal Vangelo di Luca (7. 37-50)
RINGRAZIAMENTO COMUNITARIO

Dal Salmo 102

in te ho sempre sperato. Rit.

Ricordati, Signore, del tuo amore,
della tua fedeltà che è da sempre.
Non ricordare i peccati della mia giovinezza:
ricordati di me nella tua misericordia,
per la tua bontà, Signore. Rit.

Buono e retto è il Signore,
la via giusta addita ai peccatori;
guida gli umili secondo giustizia,
insegna ai poveri le sue vie. Rit.

Tutti i sentieri del Signore sono verità e grazia
per chi osserva il suo patto e i suoi precetti.
Per il tuo nome, Signore,
perdona il mio peccato anche se grande. Rit.

Il Signore si rivela a chi lo teme,
gli fa conoscere la sua alleanza.
Tengo i miei occhi rivolti al Signore,
perché libera dal laccio il mio piede. Rit.

Volgiti a me e abbi misericordia,
perché sono solo ed infelice.
Allevia le angosce del mio cuore,
liberami dagli affanni.
Vedi la mia miseria e la mia pena
e perdona tutti i miei peccati. Rit.

Proteggimi, dammi salvezza;
al tuo riparo io non sia deluso.
Mi proteggano integrità e rettitudine,
perché in te ho sperato. Rit.

Dal Vangelo di Giovanni (8. 1-11)

Preghiamo

Rit. *Insegnaci o Padre, insegnaci ad amare. (2 v.)*

Signore, riconciliami con me stesso!



Gesù inginocchiato di fronte a Pietro gli mostra quale deve essere la misura del vero amore.

Dov'è Dio?

Per trovare Dio bisogna abbassare la testa, bisogna cercarlo inginocchiato di fronte a Pietro,
di fronte a noi mentre ci serve e ci lava i piedi. È l'immagine di un Dio inginocchiato di fronte a un peccatore.

Incontriamo Dio dove ci sono dei piedi sporchi da lavare.

Pietro non accetta la logica di Gesù. Esclama "Non sia mai!"...
Lasciarsi servire da Gesù significa accettare di fare nostra la sua identità di servo.

Pietro non accetta fino in fondo di dipendere da Dio. Egli desidera ancora meritare qualcosa da solo, salvarsi da solo. Non accetta che ci sia qualcuno che lo ami fino a questo punto...
Accogliere la gratuità di Gesù significa renderci dipendenti da Lui. Accogliere la logica di Gesù significa condividere la sua stessa vita.

Pietro è ancora prigioniero della ricerca di sé. Ha la forma di un feto... è come un "embrione". È prigioniero del suo ripiegamento, della non accettazione della logica dell'amore gratuito.

Deve ancora nascere dall'acqua e dallo Spirito. È in quest'acqua dove affonda i piedi che si trova la possibilità di una vita nuova.

In quest'acqua c'è il volto del Signore che gli si sta consegnando in un dono gratuito e totale di se stesso.

È necessario nascere dall'acqua e dallo Spirito...

Pietro non accetta la consegna totale di Gesù, perché rifiuta la via della croce, la via dell'amore senza misura.

Amati per primi

Gesù consegna se stesso, quando Pietro è ancora peccatore.
Il dono totale e gratuito della vita di Gesù è sacramentalmente simboleggiato nei segni del pane spezzato e del vino versato, segni dell'esistenza concreta di Gesù spezzata e consegnata a noi... perché abbiamo la vita.

Pietro parla a Gesù con franchezza e sincerità. La sua verità interiore prepara al Signore il terreno per potervi entrare dentro, per poter operare la conversione.

La sincerità di Pietro prepara e opera la sua conversione.

Si lascia portare sulle spalle dal suo Maestro e amico Gesù.

Si arrende. Si appoggia sul Maestro, si lascia prendere per mano, si lascia lavare i piedi.

Gesù gli tende la mano, gli lava i piedi, lo salva perché Pietro si lascia salvare.

Gesù lo carica su di sé, come un pastore...

Le linee figurative si fondono: Gesù diventa Pietro, Pietro diventa Gesù. Come il Padre è in Gesù, come Gesù è nel Padre, così Pietro ora è in Gesù e Gesù in Pietro.

Tra Gesù che lo porta e Pietro che si lascia portare si instaura una eccezionale relazione di comunione, di appartenenza, di amore.

Mentre Gesù, il Signore, si abbassa e si fa servo, è l'uomo che ritrova la sua posizione di "signore", persona degna di essere amata e per questo servita. Questa è la vera dignità e libertà del discepolo di Gesù: fare propria la proposta d'amore di Gesù perché ha sperimentato in prima persona cosa significa essere amato e essere servito da Lui.

Ogni persona è al centro dell'attenzione compassionevole della Trinità. Il Padre si china sulla creatura, la sorregge, la porta, se ne prende cura, l'abbraccia.

Il Figlio scende in basso, si china sulla persona, le prende i piedi, li copre di baci, li lava...

Lo Spirito Santo irrompe dall'alto. Vuol riempire la persona, possederla.

Ognuno di noi è al centro dell'amore di Dio.

Cristo ci fa dono della bellezza dei gesti da lui compiuti...

rialza le mura di Gerusalemme.
Allora gradirai i sacrifici prescritti,
l'olocausto e l'intera oblazione,
allora immoleranno vittime
sopra il tuo altare. *Rit.*

Dal Vangelo di Luca (15. 1-7)

Salmo 129

Rit. Bonum est confidere in Domino, bonum sperare in Domino.

Dal profondo a te grido,
o Signore;
Signore, ascolta la mia voce.
Siano i tuoi orecchi attenti
alla voce della mia preghiera. *Rit.*

Se consideri le colpe, Signore,
Signore, chi potrà sussistere?
Ma presso di te è il perdono:
e avremo il tuo timore. *Rit.*

Io spero nel Signore,
l'anima mia spera nella sua parola.
L'anima mia attende il Signore
più che le sentinelle l'aurora. *Rit.*

Israele attenda il Signore,
perché presso il Signore è la misericordia
e grande presso di lui la redenzione.
Egli redimerà Israele
da tutte le sue colpe. *Rit.*

Dal Vangelo di Matteo (9. 10-11)

Dal Salmo 24

*Rit. Il Signore è la mia forza e io spero in Lui, il Signor è il Salvator,
in Lui confido non ho timor, in Lui confido non ho timor.*

A te, Signore, elevo l'anima mia,
Dio mio, in te confido: non sia confuso!
Non trionfino su di me i miei nemici!
Chiunque spera in te non resti deluso. *Rit.*

Fammi conoscere, Signore, le tue vie,
insegnami i tuoi sentieri.

Guidami nella tua verità e istruiscimi,
perché sei tu il Dio della mia salvezza,

Salmo 50

Rit. Misericordias Domini in aeternum cantabo

Pietà di me, o Dio, secondo la tua misericordia;
nella tua grande bontà cancella il mio peccato.
Lavami da tutte le mie colpe,
mondami dal mio peccato. *Rit.*

Riconosco la mia colpa,
il mio peccato mi sta sempre dinanzi.
Contro di te, contro te solo ho peccato,
quello che è male ai tuoi occhi, io l'ho fatto;
perciò sei giusto quando parli,
retto nel tuo giudizio. *Rit.*

Ecco, nella colpa sono stato generato,
nel peccato mi ha concepito mia madre.
Ma tu vuoi la sincerità del cuore
e nell'intimo m'insegni la sapienza. *Rit.*

Purificami con issopo e sarò mondo;
lavami e sarò più bianco della neve.
Fammi sentire gioia e letizia,
esulteranno le ossa che hai spezzato.
Distogli lo sguardo dai miei peccati. *Rit.*

Crea in me, o Dio, un cuore puro,
rinnova in me uno spirito saldo.
Non respingermi dalla tua presenza
e non privarmi del tuo santo spirito.
Rendimi la gioia di essere salvato,
sostieni in me un animo generoso. *Rit.*

Insegnerò agli erranti le tue vie
e i peccatori a te ritorneranno.
Liberami dal sangue, Dio, Dio mia salvezza,
la mia lingua esalterà la tua giustizia. *Rit.*

Signore, apri le mie labbra
e la mia bocca proclami la tua lode;
poiché non gradisci il sacrificio
e, se offro olocausti, non li accetti.
Uno spirito contrito è sacrificio a Dio,
un cuore affranto e umiliato,
Dio, tu non disprezzi. *Rit.*



Nel tuo amore fa grazia a Sion,

I gesti di Gesù sono belli perché attraverso di essi s'irradia
l'agape salvifica...e allora...

Per rispondere All'Amore

Amare è una decisione. IO decido di coinvolgermi
affettivamente, IO decido quanto e se amare, IO scelgo di
amare. Tale decisione investe la scelta di vita ed è parte
integrante del cammino di sequela di Gesù. Devo decidere di
amare, ogni giorno! Di amare la mia storia, la mia vita, le persone
che mi stanno intorno...

Ogni giorno il Signore aspetta il mio SÌ perché a differenza del
Suo che ha il sapore dell'eternità,
il mio è pronunciato nella umanità che desidera camminare verso
la meta che non è ancora raggiunta.

Imparare ad amare è mettersi alla scuola del mistero, è giocare,
è camminare con una libertà interiore che passa dall'IO al NOI, è
mettersi in sintonia con un progetto di Dio che è AMORE e
desidera per noi l'AMORE.

TEMPO PER L'ESAME DI COSCIENZA

*Alcune indicazioni per vivere l'esame di coscienza e per la
confessione individuale.*

L'esame di coscienza non è principalmente un ripiegamento
su di me o un'introspezione scrupolosa, ma uno sguardo rivolto
a Gesù crocifisso che mi ha amato da sempre, mi ama in
questo istante, mi ha preceduto nell'amore, mi attende per
offrirmi il perdono e portarmi nell'abbraccio riconciliante del
Padre.

Parto dal grazie. Riconosco, in una situazione concreta, i segni
dell'Amore del Signore per me. Prima della mia risposta c'è

sempre una chiamata di Dio. Questo mi aiuterà a trovare la vera motivazione per chiedere perdono.

Chiedo il dono di conoscere i miei peccati. È l'azione della grazia di Dio in me che mi rende capace di riconoscere come ho risposto, o non ho risposto, a quanto la sua volontà mi chiedeva in questo tempo. Per questo, con semplicità, chiedo questo dono di grazia.

Riconosco il mio peccato e manifesto il mio dolore. Il Signore mi chiede di cooperare al dono della conversione e di essere attivamente impegnato nel cambiamento che mi propone. Come ho vissuto il "grazie", ora posso trovare i segni della mia ingratitudine, del mio peccato, e manifestarglieli senza troppi giri di parole. Anche ciò che ho sbagliato nel passato serve perché, conoscendolo e chiedendo sinceramente perdono, possa esserci un domani diverso.

Mi impegno insieme a Dio. Cerco di capire come posso ricominciare il cammino con il Signore e formulo un proposito per il futuro (farne molti porta con sé il rischio della dispersione e di non aver ancora compreso qual è il punto centrale su cui lavorare per crescere!).

"...Li AMÒ SINO ALLA FINE"

Ho corrisposto a questo amore quando:

*Ho amato Dio Padre come figlio/a, accogliendo il suo amore gratuito e fedele.

*Ho messo in lui tutta la mia fiducia, non lasciandomi prendere dallo scoraggiamento.

*Ho considerato la mia famiglia, il mio studio, il mio lavoro, i miei programmi, idee o altre cose buone, doni di Dio.

*Sono stato testimone chiaro dell'amore di Dio nella vita pubblica e privata.

*Mi sento parte attiva della Chiesa, partecipando alla celebrazione Eucaristica domenicale come momento di crescita nell'amore verso Dio e nell'incontro con i fratelli.

"Come ho fatto io fate anche voi"

Questo significa:

*Collaborare nel creare un clima di riconciliazione con pazienza e spirito di servizio negli ambienti dove vivo, studio o lavoro.

*Condividere i miei beni e il mio tempo con i più bisognosi.

*Perdonare quando ho ricevuto delle offese.

*Essere fedele nel rispetto dei miei fratelli.

*Non essere, in nessun modo, favorevole alla violenza, all'aggressività, rispettando i beni comuni.

"Signore, non solo i piedi..."

Per crescere nell'amore è necessario:

*Sentire che la mia vita ha un indirizzo fondamentale e mi impegno a superare resistenze, egoismi, risentimenti.

*Cercare di crescere nelle virtù e nei valori dell'umiltà contro la superbia, della generosità contro l'avarizia, del rispetto al proprio corpo contro la sensualità, della carità contro l'invidia, della diligenza contro la pigrizia, della pazienza contro l'ira.

*In ogni momento usare del tempo, per moltiplicare i miei talenti, perfezionare i doni ricevuti per dare gloria a Dio e mettermi al servizio dei fratelli.

*Sforzarmi per progredire nella vita spirituale, attraverso la preghiera, la lettura e la meditazione della Parola di Dio, e la partecipazione ai sacramenti.

*Testimoniare nella vita quotidiana l'incontro con il Cristo che mi ha cambiato la vita.

TEMPO PER LE CONFESIONI INDIVIDUALI

Canone: *Dio è amore osate vivere per amore,
Dio è amore non temete.*

Gesto: Al termine della propria confessione individuale, ciascuno si porta all'altare e versa un po' d'acqua nel catino.

