

Esercizi Spirituali di Quaresima
Dalla LETTERA DELL' APOSTOLO PAOLO AI FILIPPESI
**PER IL PROGRESSO E LA GIOIA DELLA
VOSTRA FEDE**
venerdì 6 marzo 2020

Noi ti lodiamo e ti ringraziamo,
Signore Gesù Cristo,
perché sei presente
in mezzo a noi e in noi;
in noi perfettamente lodi il Padre
con la voce dello Spirito
che ci hai donato.

Ti chiediamo, o Signore,
che questa voce dello Spirito
venga suscitata in noi
in maniera degna, giusta,
conveniente al significato del testo,
proporzionata alle cose
che ci vengono manifestate
e pronta a riconoscere in noi
le affinità con l'insegnamento
e con l'esempio
che ci viene proposto.

**Tu che sei Dio e vivi e regni
per tutti i secoli dei secoli.
Amen.**

Filippesi 4,4-13: SIATE SEMPRE LIETI NEL SIGNORE

⁴ Siate sempre lieti nel Signore, ve lo ripeto: siate lieti. ⁵ La vostra amabilità sia nota a tutti. Il Signore è vicino! ⁶ Non angustiatevi per nulla, ma in ogni circostanza fate presenti a Dio le vostre richieste con preghiere, suppliche e ringraziamenti. ⁷ E la pace di Dio, che supera ogni intelligenza, custodirà i vostri cuori e le vostre menti in Cristo Gesù.

⁸ In conclusione, fratelli, quello che è vero, quello che è nobile, quello che è giusto, quello che è puro, quello che è amabile, quello che è onorato, ciò che è virtù e ciò che merita lode, questo sia oggetto dei vostri pensieri. ⁹ Le cose che avete imparato, ricevuto, ascoltato e veduto in me, mettetele in pratica. E il Dio della pace sarà con voi!

¹⁰ Ho provato grande gioia nel Signore perché finalmente avete fatto rifiorire la vostra premura nei miei riguardi: l'avevate anche prima, ma non ne avete avuto l'occasione.

¹¹ Non dico questo per bisogno, perché ho imparato a bastare a me stesso in ogni occasione. ¹² So vivere nella povertà come so vivere nell'abbondanza; sono allenato a tutto e per tutto, alla sazietà e alla fame, all'abbondanza e all'indigenza. ¹³ Tutto posso in colui che mi dà la forza.

**Padre misericordioso e fedele,
creatore di ogni cosa e di ogni sapienza,
riempi i nostri cuori
della gioia che proviene dall'alto
e fa di noi dei testimoni credibili
del tuo Vangelo.**

**Preservaci dal pessimismo e dalla malinconia,
dalla tristezza che ci paralizza,
dall'irritazione che ci rende insopportabili.**

**Donaci l'affabilità dei veri apostoli di Cristo,
la cordialità serena
di quanti hanno conosciuto la tua pace;
crea in noi un cuore sensibile e aperto,
capace di accogliere ogni uomo
e di servirlo con rispetto e affetto.**

**Custodisci e difendi la nostra gioia
nei momenti della prova,
quando non capiamo bene
che cosa stia accadendo
e non sappiamo bene che cosa fare.**

**Sostieni la nostra fede
e accogli la nostra preghiera fiduciosa,
fatta di suppliche,
ma anche di ringraziamenti.**

**Vigila sulle nostre comunità,
perché non vi penetri il veleno della divisione.**

**Fa' che sappiamo sempre
ricomporre ogni contrasto
e trovare sempre la via della riconciliazione.**

**Brilli sempre in noi la luce della tua verità
perché ogni uomo possa incontrare in noi
ciò che la sua retta coscienza desidera,
tutto ciò che è vero, nobile,
giusto, puro e onorato,
ciò che è virtù e merita lode.**

**Allora la tua pace sarà con noi
e potremo gustare
la gioia di essere tuoi figli,
o Padre che con il Cristo e lo Spirito Santo
vivi e regni nei secoli dei secoli.
Amen.**