MERCOLEDI' 24 dicembre

Ottava feria maggiore – Benedictus

INTRODUZIONE

Mentre tracci sul tuo corpo il segno della croce, dici:

Signore, apri le mie labbra
e la mia bocca canterà la tua lode
Dio, fa' attento il mio orecchio
perché ascolti la tua parola.

Ora prega il salmo

SALMO 90 *Insegnaci a contare i nostri giorni*

(89)

1 *Preghiera di Mosè, uomo di Dio.*

Signore, di età in età
sei stato per noi una dimora,
2 prima che nascessero i monti
e tu generassi la terra e il mondo
tu sei da sempre e per sempre, o Dio.

3 Tu fai tornare l'uomo alla polvere
quando dici: «Figli di Adamo, ritornate!»
4 ai tuoi occhi mille anni come ieri
come un turno di veglia nella notte.

5 Li fai svanire come un sogno al mattino
sono come l'erba che germoglia
6 al mattino germoglia e fiorisce
alla sera è falciata e avvizzisce.

7 Sì, siamo consumati dalla tua ira
dalla tua collera siamo spaventati
8 tu metti le nostre colpe davanti a te
le nostre opacità alla luce del tuo volto.

9 Per la tua collera svaniscono i nostri giorni
i nostri anni se ne vanno come un soffio,
10 la nostra vita arriva a settant'anni
a ottanta se ci sono le forze:
quasi tutti sono pena e fatica
passano presto e noi ci dileguiamo.

11 Chi comprende la forza della tua ira
chi non teme la tua collera?
12 insegnaci a contare i nostri giorni
e giungeremo al cuore della sapienza.

13 Ritorna, Signore! fino a quando?

e porta consolazione ai tuoi servi
14 saziaci con il tuo amore al mattino
esulteremo e gioiremo tutto il giorno.

15 Rallegraci per i giorni in cui ci hai afflitti
per gli anni in cui abbiamo visto il male
16 rivela ai tuoi servi il tuo agire
il tuo splendore ai loro figli, Signore.

17 Su di noi sia la bellezza del nostro Dio
conferma per noi il lavoro delle nostre mani,
porta a termine ogni nostro lavoro.

EVANGELO

Leggi con attenzione e lentamente l'evangelo di oggi. Soffermati sulle parole che senti più eloquenti per te. Memorizza una parola, una breve frase, un gesto da custodire e ripetere durante la giornata. È la memoria dell'evangelo in te!

Evangelo di Gesù Cristo secondo Luca (1,67-79)

In quel tempo, 67 Zaccaria, padre di Giovanni, fu colmato di Spirito Santo e profetò dicendo:

68 «Benedetto il Signore, Dio d'Israele,
perché ha visitato e redento il suo popolo,
69 e ha suscitato per noi un Salvatore potente
nella casa di Davide, suo servo,
70 come aveva detto
per bocca dei suoi santi profeti d'un tempo:
71 salvezza dai nostri nemici,
e dalle mani di quanti ci odiano.
72 Così egli ha concesso misericordia ai nostri padri
e si è ricordato della sua santa alleanza,
73 del giuramento fatto ad Abramo, nostro padre,
di concederci, 74 liberati dalle mani dei nemici,
di servirlo senza timore, 75 in santità e giustizia
al suo cospetto, per tutti i nostri giorni.
76 E tu, bambino, sarai chiamato profeta dell'Altissimo
perché andrai innanzi al Signore a preparargli le strade,
77 per dare al suo popolo la conoscenza della salvezza
nella remissione dei suoi peccati.
78 Grazie alla tenerezza e misericordia del nostro Dio,
ci visiterà un sole che sorge dall'alto,
79 per risplendere su quelli che stanno nelle tenebre
e nell'ombra di morte,
e dirigere i nostri passi
sulla via della pace».

Ora stai un poco in silenzio e interiorizza quanto hai letto.

COMMENTO
Ascolta il commento di fr. Enzo Bianchi, fondatore di Bose

CONTEMPLAZIONE

Ora lascia che la parola del Signore ascoltate diventi preghiera.
Puoi intercalare ogni strofa con questa invocazione:

℟. *Benedetto sei tu, Signore!*

Noi ti benediciamo, Dio Padre,
che hai inviato il tuo messaggero a Zaccaria
per annunciargli la nascita di Giovanni,
il più grande tra i nati da donna. ℟.

Noi ti benediciamo, Spirito santo,
che sei sceso sulla Vergine Maria,
l'hai adombrata con la tua potenza
facendola madre del Signore. ℟.

Noi ti benediciamo, Figlio di Dio,
che ti sei fatto uomo diventando simile a noi
e nel grembo di tua madre
sei andato incontro a Giovanni, tuo precursore. ℟.

Noi ti benediciamo, Figlio di David,
perché Elisabetta ha cantato a Maria:
«Vieni, Arca del Signore,
benedetta tra tutte le donne perché benedetto il frutto
del tuo grembo». ℟.

Noi ti benediciamo, Signore, Emmanuele,
perché Giuseppe ha obbedito con il silenzio:
a lui, uomo giusto e credente,
è stato rivelato il mistero della tua venuta in mezzo a noi. ℟.

PADRE NOSTRO

BENEDIZIONE

Concludi invocando su di te la benedizione del Signore

Il Cristo abiti per la fede nel mio cuore, cf. Ef 3,17
mi radichi e mi confermi nella carità.
– Amen.