



Collana: **RACCOLTA DI PREGHIERE**

- © Editrice Shalom - 22.05.2005 Santissima Trinità
© Libreria Editrice Vaticana (Testi Sommi Pontefici)
© 2008 Fondazione di Religione Santi Francesco d'Assisi
e Caterina da Siena (Parola di Dio)

ISBN 978 88 8404 079 4



SHALOM
editrice

Via Galvani, 1
60020 Camerata Picena (AN)

Per ordinare citare il codice 8316:

www.editriceshalom.it
ordina@editriceshalom.it

Tel. 071 74 50 440
dal lunedì al venerdì dalle 8:00 alle 18:00

Whatsapp 36 66 06 16 00 (solo messaggi)

Fax 071 74 50 140
in qualsiasi ora del giorno e della notte

Indice

<i>Invito alla lettura</i>	4
Preghiere comuni	
Per ogni momento della giornata	7
Dall'alba al tramonto ti lodo Signore	
Al mattino	17
Al termine del giorno	19
Al Padre, al Figlio e allo Spirito Santo	
Al Padre	25
Al Figlio	27
Allo Spirito Santo	29
Coroncina alla Divina Misericordia	31
Atto di consacrazione al sacro cuore di Gesù	35
Consacrazione al preziosissimo sangue di Gesù Cristo ...	39
Consacrazione a Gesù per Maria	43
Pregare Maria	
Preghiere a Maria	47
Il santo Rosario	49
Pregare con i santi	
A san Giuseppe	55
A san Michele arcangelo	56
Preghiere all'angelo custode	58
Preghiere per diverse circostanze	62
Giaculatorie	69
Ascoltaci, Signore	70
Preghiere della famiglia	74
Benedizione delle famiglie	78
Le verità della fede cristiana	80
Che cos'è la Messa?	84
Che cos'è la Confessione?	88

Invito alla lettura

Hai in mano un libricino da usare spesso, da tenere accanto a te, da far durare a lungo... E non sarebbe male imparare qualche formula a memoria. La si potrà ripetere anche per strada o nelle soste dal lavoro e dallo studio.

È un libricino che ti aiuta a far diventare vita la preghiera in poco tempo: **Tre minuti per Dio.**

È un libricino che insegna a pregare. Pregare è una cosa diversa dal “dire le preghiere”. Pregare è far nascere il dialogo con Dio dalle cose che ti circondano, dai fatti che ti capitano, dalle persone che ti stanno vicine. Dalla vita. Dalla tua vita. Per lodare. Per ringraziare. Per chiedere aiuto. Per domandare perdono. Per capire. Per tirare fuori il meglio da te stesso. Comprenderai allora che il Signore non è un ospite straordinario, ma un amico fedele, che ti accompagna tutti i giorni attraverso la tua quotidianità.

È un libricino che ti introduce ad altri libri: la Liturgia delle Ore, il Messale, la Bibbia, il Magistero della Chiesa e la vita dei santi... ma tutto a suo tempo!

In questo libricino sono raccolte preghiere semplici e facili: **bastano solo tre minuti...** preghiere di ogni

genere: per il mattino e per la sera, nelle occasioni comuni e straordinarie, quando sei lieto e quando sei triste, quando vuoi pregare... **un po' più di tre minuti**. La pietà cristiana le trova familiari da parecchie generazioni. Alcune le ha ripetute, si può dire, da sempre. Altre sono più nuove e ti guidano alla preghiera nelle circostanze che la tua esistenza attraversa. Puoi scegliere se recitarle tutte o in parte! **Tre minuti per Dio** è un seme gettato nei solchi della tua vita, perché in essa possa germogliare la capacità di pregare sempre, senza sottrarre tempo al lavoro, alle faccende, alla famiglia, allo svago. In questo libricino ci sono tutte quelle preghiere che bastano per incominciare davvero a pregare; almeno quelle che bastano ai semplici e ai piccoli, ai quali sono svelati i misteri del Regno. Buona preghiera!

La Redazione dell'Editrice Shalom

PREGHIERE COMUNI



Pregiamo veramente? Senza un rapporto costante con Dio, è difficile avere una vita cristiana autentica e coerente.

(Papa Francesco, 1° ottobre 2013)



PER OGNI MOMENTO DELLA GIORNATA

■ Segno della Croce

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

■ Gloria al Padre

Gloria al Padre e al Figlio e allo Spirito Santo.

Come era nel principio, e ora e sempre nei secoli dei secoli. **Amen.**

■ Padre nostro

Padre nostro che sei nei cieli, sia santificato il tuo nome, venga il tuo regno, sia fatta la tua volontà, come in cielo così in terra.

Dacci oggi il nostro pane quotidiano, e rimetti a noi i nostri debiti come anche noi li rimettiamo ai nostri debitori, e non abbandonarci alla tentazione, ma liberaci dal male. **Amen.**

■ Ave Maria

Ave, Maria, piena di grazia, il Signore è con te. Tu sei benedetta fra le donne e benedetto è il frutto del tuo seno, Gesù.

Santa Maria, Madre di Dio, prega per noi peccatori, adesso e nell'ora della nostra morte. **Amen.**

■ **Salve Regina**

Salve, Regina, Madre di misericordia, vita, dolcezza e speranza nostra, salve. A te ricorriamo, esuli figli di Eva; a te sospiriamo, gementi e piangenti in questa valle di lacrime.

Orsù dunque, avvocata nostra, rivolgici a noi gli occhi tuoi misericordiosi. E mostraci, dopo questo esilio, Gesù, il frutto benedetto del tuo seno. O clemente, o pia, o dolce Vergine Maria.

■ **Angelo di Dio** (*vedi pag. 59*)

■ **L'eterno riposo**

L'eterno riposo dona loro, o Signore, e splenda ad essi la luce perpetua. Riposino in pace. **Amen.**

■ **Confessione della colpa**

Confesso a Dio onnipotente e a voi, fratelli e sorelle, che ho molto peccato in pensieri, in parole, opere e omissioni, (*battendosi il petto*) per mia colpa, mia colpa, mia grandissima colpa. E supplico la beata sempre Vergine Maria, gli angeli, i santi e voi fratelli e sorelle di pregare per me il Signore Dio nostro.

■ **Credo** (*Simbolo apostolico*)

Io credo in **Dio, Padre** onnipotente, Creatore del cielo e della terra; e in **Gesù Cristo**, suo unico Figlio, nostro Signore, il quale fu concepito di Spirito Santo, nacque da Maria Vergine, patì sotto Ponzio Pilato, fu crocifisso, morì e fu sepolto; discese agli inferi; il terzo giorno risuscitò da morte; salì al cielo, siede alla destra di Dio Padre onnipotente; di là verrà a giudicare i vivi e i morti.

Credo nello **Spirito Santo**, la santa Chiesa cattolica, la comunione dei santi, la remissione dei peccati, la risurrezione della carne, la vita eterna. **Amen.**

■ **Sequenza allo Spirito Santo** (*vedi pag. 29*)

■ **Atto di fede**

Mio Dio, perché sei verità infallibile, credo tutto quello che tu hai rivelato e la santa Chiesa ci propone a credere. Credo in te, unico vero Dio in tre Persone uguali e distinte, Padre, Figlio e Spirito Santo. Credo in Gesù Cristo, Figlio di Dio, incarnato, morto e risorto per noi, il quale darà a ciascuno, secondo i meriti, il premio o la pena eterna. Conforme a questa fede voglio sempre vivere.

Signore, accresci la mia fede. **Amen.**

■ Atto di speranza

Mio Dio, spero dalla tua bontà, per le tue promesse e per i meriti di Gesù Cristo, nostro Salvatore, la vita eterna e le grazie necessarie per meritarsela con le buone opere, che io debbo e voglio fare.

Signore, che io possa goderti in eterno. **Amen.**

■ Atto di carità

Mio Dio, ti amo con tutto il cuore sopra ogni cosa, perché sei bene infinito e nostra eterna felicità; e per amor tuo amo il prossimo come me stesso e perdono le offese ricevute. Signore, che io ti ami sempre più.

Amen.

■ Atto di dolore

Mio Dio, mi pento e mi dolgo con tutto il cuore dei miei peccati, perché peccando ho meritato i tuoi castighi e molto più perché ho offeso te, infinitamente buono e degno di essere amato sopra ogni cosa. Propongo con il tuo santo aiuto di non offenderti mai più e di fuggire le occasioni prossime di peccato. Signore, misericordia, perdonami.

■ Comunione spirituale

*I santi spesso hanno fatto ricorso alla comunione spirituale quando non potevano accostarsi alla Comunione sacramentale. Durante l'arco della giornata, più volte ripetevano una preghiera nella quale esprimevano il desiderio ardente di ricevere Gesù spiritualmente nel proprio cuore, traendone grandi benefici spirituali. Anche noi possiamo seguire il loro esempio, facendo molte comunioni spirituali, specialmente nei momenti più impegnativi della giornata. **San Leonardo da Porto Maurizio** ci assicura che: «Se voi praticate parecchie volte al giorno il santo esercizio della comunione spirituale, vi do un mese di tempo per vedere il vostro cuore tutto cambiato».*

*La vita di **san Francesco di Sales** non dovette forse essere tutta una catena di comunioni spirituali? Era suo proposito fare una comunione spirituale almeno ogni quarto d'ora.*

*Lo stesso proposito l'aveva fatto **san Massimiliano Maria Kolbe** fin da giovane.*

In una visione Gesù apparve a santa Caterina da Siena, con due calici in mano, e le disse: «In questo calice d'oro metto le tue Comunioni sacramentali; in questo calice d'argento metto le

tue comunioni spirituali. Questi due calici mi sono tanto graditi».

QUANDO FARE LA COMUNIONE SPIRITUALE?

- *Durante la Messa, quando non ci si può comunicare sacramentalmente.*
- *Durante le visite al Santissimo Sacramento, come consigliato da sant'Alfonso.*
- *Al mattino appena svegli e la sera prima di addormentarsi.*
- *Dopo la preghiera o meditazione o lettura spirituale.*
- *Prima o dopo la recita del santo Rosario.*
- *In qualsiasi momento del giorno e della notte.*

■ Preghiera per la comunione spirituale

Gesù mio, io credo che tu sei realmente presente nel Santissimo Sacramento. Ti amo sopra ogni cosa e ti desidero nell'anima mia. Poiché ora non posso riceverti sacramentalmente, vieni almeno spiritualmente nel mio cuore. *(Breve pausa di raccoglimento)* Come già venuto io ti abbraccio e tutto mi unisco a te; non permettere che io mi abbia mai a separare da te. **Amen.**

■ Gloria a Dio

Gloria a Dio nell'alto dei cieli e pace in terra agli uomini amati dal Signore. Noi ti lodiamo, ti benediciamo, ti adoriamo, ti glorifichiamo, ti rendiamo grazie per la tua gloria immensa, Signore Dio, Re del cielo, Dio Padre onnipotente.

Signore, Figlio unigenito, Gesù Cristo. Signore Dio, Agnello di Dio, Figlio del Padre, tu che togli i peccati del mondo, abbi pietà di noi; tu che togli i peccati del mondo, accogli la nostra supplica; tu che siedi alla destra del Padre, abbi pietà di noi.

Perché tu solo il Santo, tu solo il Signore, tu solo l'Altissimo, Gesù Cristo, con lo Spirito Santo nella gloria di Dio Padre. **Amen.**

■ L'angelo del Signore

Commemora al mattino, a mezzogiorno e alla sera, il mistero dell'incarnazione e la missione di Maria nel disegno di Dio.

**L'angelo del Signore portò l'annuncio a Maria,
ed ella concepì per opera dello Spirito Santo.**

Ave Maria

**Eccomi, sono la serva del Signore,
si compia in me la tua parola.**

Ave Maria

**E il Verbo si fece carne,
e venne ad abitare in mezzo a noi.**

Ave Maria

**Prega per noi, santa Madre di Dio,
e saremo degni delle promesse di Cristo.**

Preghiamo

Infondi nel nostro spirito la tua grazia, o Padre; tu, che nell'annuncio dell'angelo ci hai rivelato l'incarnazione del tuo Figlio, per la sua passione e la sua croce guidaci alla gloria della risurrezione. Per Cristo nostro Signore. **Amen.**

3 Gloria al Padre • L'eterno riposo • Angelo di Dio

■ Regina dei cieli

(Nel tempo di Pasqua)

Invece dell'Angelus, dalla domenica di Pasqua alla domenica di Pentecoste, si prega il Regina dei cieli. Esprime la gioia di Maria e la nostra gioia per la risurrezione del Signore.

Regina dei cieli, rallegriati, alleluia.

Cristo, che hai portato nel grembo, alleluia.

È risorto come aveva promesso, alleluia.

Prega il Signore per noi, alleluia.

Rallegriati, Vergine Maria, alleluia.

Il Signore è veramente risorto, alleluia.

Preghiamo

O Dio, che nella gloriosa risurrezione del tuo Figlio hai ridato la gioia al mondo intero, per intercessione di Maria Vergine concedi a noi di godere la gioia della vita senza fine.

Per Cristo nostro Signore. **Amen.**

3 Gloria al Padre • L'eterno riposo • Angelo di Dio

DALL'ALBA AL TRAMONTO TI LODO SIGNORE



Il Signore ci dice: «Il primo compito nella vita è questo: la preghiera». Ma non la preghiera di parole, come i pappagalli; ma la preghiera del cuore: guardare il Signore, ascoltare il Signore, chiedere al Signore. Noi sappiamo che la preghiera fa dei miracoli.

(Papa Francesco, 8 ottobre 2013)



AL MATTINO

Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo. Amen.

■ **Ti adoro**

Ti adoro, mio Dio, e ti amo con tutto il cuore.

Ti ringrazio di avermi creato, fatto cristiano e conservato in questa notte. Ti offro le azioni della giornata: fa' che siano tutte secondo la tua santa volontà per la tua maggior gloria. Preservami dal peccato e da ogni male. La tua grazia sia sempre con me e con tutti i miei cari. **Amen.**

■ **Offerta del giorno al Sacro Cuore di Gesù**

Cuore divino di Gesù, io ti offro, per mezzo del Cuore immacolato di Maria, Madre della Chiesa, in unione al sacrificio eucaristico, le preghiere e le azioni, le gioie e le sofferenze di questo giorno, in riparazione dei peccati, e per la salvezza di tutti gli uomini, nella grazia dello Spirito Santo, a gloria del divin Padre. **Amen.**

Dolce Cuor del mio Gesù,
fa' che io t'ami sempre più.

Dolce Cuore di Maria,
sii la salvezza dell'anima mia (*e della mia famiglia*).

■ Offerta del giorno a Maria santissima

O Maria, Madre del Verbo incarnato e Madre nostra dolcissima, siamo qui ai tuoi piedi mentre sorge un nuovo giorno, un altro grande dono del Signore. Deponiamo nelle tue mani e nel tuo cuore tutto il nostro essere. Noi saremo tuoi nella volontà, nel pensiero, nel cuore e nel corpo.

Tu forma in noi con materna bontà in questo giorno una vita nuova, la vita del tuo Gesù. Previeni e accompagna, o Regina del cielo, anche le nostre più piccole azioni con la tua ispirazione materna, affinché ogni cosa sia pura e gradita al momento del sacrificio santo e immacolato. Rendici santi, o Madre buona; santi come Gesù ci ha comandato, come il tuo cuore ci chiede e ardentemente desidera. **Amen.**

■ Benedizione conclusiva

Con le parole che Dio stesso ha detto a Mosè (Nm 6,24-26).

Ti benedica il Signore e ti custodisca. **Amen.**

Il Signore faccia risplendere per te il suo volto e ti faccia grazia. **Amen.**

Il Signore rivolga a te il suo volto e ti conceda pace. **Amen.**



AL TERMINE DEL GIORNO

Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo. Amen.

■ Magnificat

Il Magnificat è il cantico contenuto nel Vangelo di Luca (1,46-56) con il quale Maria loda e ringrazia Dio perché, nella sua immensa bontà, ha liberato il suo popolo. È talmente bello che non basterebbero centinaia di volumi per analizzarne la poesia. Il Magnificat ci aiuta a capire le beatitudini annunciate da Gesù. Le beatitudini sono rivolte ai poveri, agli afflitti, agli affamati di giustizia... un messaggio controcorrente, profezia di un modo nuovo di vivere. Il mondo, infatti, dice che per avere la felicità devi essere ricco, potente, bello, sempre giovane e forte, godere di fama e di successo. Invece le beatitudini ci dicono di farci piccoli e affidarci a Dio. La Vergine santa ci insegna, come ha fatto lei a lodare con gioia il Signore che «rovescia i potenti dai troni e innalza gli umili».

L'anima mia magnifica il Signore
e il mio spirito esulta in Dio, mio salvatore,
perché ha guardato l'umiltà della sua serva.
D'ora in poi tutte le generazioni
mi chiameranno beata.

Grandi cose ha fatto per me l'Onnipotente
e Santo è il suo nome;
di generazione in generazione la sua misericordia
per quelli che lo temono.

Ha spiegato la potenza del suo braccio,
ha disperso i superbi nei pensieri del loro cuore;
ha rovesciato i potenti dai troni,
ha innalzato gli umili;
ha ricolmato di beni gli affamati,
ha rimandato i ricchi a mani vuote.

Ha soccorso Israele, suo servo,
ricordandosi della sua misericordia,
come aveva detto ai nostri padri,
per Abramo e la sua discendenza, per sempre.

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

■ Ti adoro

Ti adoro, mio Dio, e ti amo con tutto il cuore.

Ti ringrazio di avermi creato, fatto cristiano e conservato in questo giorno. Perdonami il male oggi commesso e, se qualche bene ho compiuto, accettalo. Custodiscimi nel riposo e liberami dai pericoli. La tua grazia sia sempre con me e con tutti i miei cari. **Amen.**

■ Esamino la mia giornata

*Fare l'esame di coscienza è la cosa più salutare per la nostra vita, al punto che l'ideale sarebbe farlo anche tre volte al giorno, per tentare di migliorarci continuamente come uomini e come cristiani; un tale cammino interiore può portarci a una sempre più profonda purificazione, allo sradicamento dei peccati e dei difetti per crescere nelle virtù. Facciamolo almeno una volta, al termine delle nostre giornate sempre più segnate dal «non avere tempo per...». Il modo migliore per esaminare la propria coscienza è quello di considerare questo giorno come l'ultimo e rispondere alla più radicale delle domande: «**Se in questo momento il Signore mi chiamasse a sé, come mi troverebbe?**».*

- a. Sarebbe d'accordo con me sulla mia vita di preghiera? (Orazioni quotidiane, santa Messa almeno settimanale e nelle feste di precetto, meglio se il più frequente possibile, lettura, meditazione e studio della Parola di Dio).
- b. Sarebbe d'accordo con me sulla mia vita familiare? (Vita coniugale, educazione dei figli, relazioni con i genitori, fratelli e sorelle).

- c. Sarebbe d'accordo con me sul modo di condurre la mia vita di lavoro? (Professione, impiego, scuola).
- d. Sarebbe d'accordo con me sul modo di divertirmi? (Uso della stampa, spettacoli, guida dell'auto).
- e. Sarebbe d'accordo con me sul modo di condurre la mia vita di cittadino? (I vicini, il quartiere...).
- f. Sarebbe d'accordo con me sul modo di comportarmi con me stesso e con i miei fratelli nella comune dignità di figli di Dio? (Amore, rispetto, accoglienza degli altri, perdono, purezza, sincerità, linguaggio).
- g. Sarebbe d'accordo sul modo in cui mi sento responsabile della fede dei miei fratelli? (Scandalo, disinteresse, superficialità, rifiuto di collaborazione).
- h. Sarebbe d'accordo con me sul modo in cui vivo nella Chiesa? (Mia appartenenza alla Chiesa, famiglia dei figli di Dio).

Atto di dolore (*vedi pag. 10*)

■ Ringraziamento

Signore, grazie per tutto il tuo amore, grazie per la mano che continuamente ci tendi; grazie perché ci ami, nonostante le nostre miserie e la nostra ingratitude; grazie perché continui ad amarci anche quando rifiutiamo il tuo amore. Grazie per tutti i tuoi doni. Grazie per il dono del tuo Figlio Gesù, che si è fatto uomo per ridarci la tua amicizia; grazie perché egli è voluto restare con noi nel sacramento dell'Eucaristia. **Amen.**

■ Al termine del giorno

Al termine del giorno, o sommo Creatore, vegliaci nel riposo con amore di Padre. Dona salute al corpo e fervore allo spirito, la tua luce rischiari le ombre della notte. Nel sonno delle membra resti fedele il cuore e al ritorno dell'alba intoni la tua lode. **Amen.**

AL PADRE, AL FIGLIO E ALLO SPIRITO SANTO



La Santissima Trinità è il volto con cui Dio stesso si è rivelato, non dall'alto di una cattedra, ma camminando con l'umanità. È proprio Gesù che ci ha rivelato il Padre e che ci ha promesso lo Spirito Santo.

(Papa Francesco, 26 maggio 2013)



AL PADRE

■ Atto di abbandono al Padre

Padre mio, io mi abbandono a te: fa' di me ciò che ti piace. Qualunque cosa tu faccia di me, io ti ringrazio. Sono pronto a tutto, accetto tutto, purché la tua volontà si compia in me e in tutte le tue creature: non desidero altro, o mio Dio. Rimetto la mia anima nelle tue mani. Te la dono, mio Dio, con tutto l'amore del mio cuore, perché ti amo ed è per me un bisogno d'amore il donarmi a te, il rimettermi senza misura tra le tue mani, con infinita fiducia, perché tu sei mio Padre. **Amen.**

■ Preghiera di totale fiducia in Dio

Mio Dio, non solamente confido in te, ma non ho fiducia che in te. Donami dunque lo spirito di abbandono per accettare le cose che non posso cambiare. Donami anche lo spirito di forza, per cambiare le cose che posso cambiare. Donami infine lo spirito di saggezza per discernere ciò che dipende effettivamente da me, e allora fa' che io faccia la tua sola e santa volontà. **Amen.**

■ Preghiera per chiedere a Dio la divina sapienza

(san Luigi Maria Grignion de Montfort)

Dio dei Padri, Signore misericordioso, Spirito di verità! Io, povera creatura, prostrata dinanzi alla tua divina maestà, sono consapevole di trovarmi in estremo bisogno della tua divina sapienza, che ho perduto con i miei peccati. Fiducioso che manterrai fedelmente la promessa di dare la sapienza a quanti te la domanderanno, senza esitare, te la chiedo oggi con viva insistenza e profonda umiltà. Manda a noi, Signore, questa sapienza, che è sempre presente dinanzi al tuo trono e racchiude tutti i tuoi beni. Essa sostenga la nostra debolezza, illumini le nostre menti, infiammi i nostri cuori, ci insegni a parlare e agire, a lavorare e soffrire con te. Diriga i nostri passi e colmi le nostre anime delle virtù di Gesù Cristo e dei doni dello Spirito Santo.

Padre misericordioso, Dio di ogni consolazione! Per la bontà materna di Maria, per il sangue prezioso del tuo diletto Figlio, per il tuo immenso desiderio di comunicare i tuoi beni alle creature, ti chiediamo il tesoro infinito della tua sapienza.

Ascolta ed esaudisci questa mia preghiera. **Amen.**



AL FIGLIO

■ **Preghiera quotidiana in onore delle sante piaghe**

Recitare Padre nostro, Ave Maria, Gloria al Padre, dopo aver letto ogni singola invocazione in onore delle sante piaghe.

Per la santa piaga della mano destra:

Padre nostro (vedi pag. 7)

Ave Maria (vedi pag. 7)

Gloria al Padre (vedi pag. 7)

Per la santa piaga della mano sinistra.

Per la santa piaga del piede destro.

Per la santa piaga del piede sinistro.

Per la santa piaga del sacro costato.

Per il Santo Padre.

Per l'effusione dello Spirito Santo.

Mattino e sera, baciando il crocifisso, preghiamo dicendo:

**Ti adoriamo, o Cristo, e ti benediciamo,
perché con la tua santa croce
hai redento il mondo.**

■ **Coroncina alla Divina Misericordia** (vedi pag. 31)

■ Preghiera davanti al Crocifisso

Eccomi, o mio amato e buon Gesù, che, alla tua santissima presenza, ti prego con il fervore più vivo di imprimere nel mio cuore sentimenti di fede, di speranza, di carità, di dolore dei miei peccati, e il proponimento di non offenderti. Con tutto l'amore e la compassione del mio cuore contemplo le tue cinque piaghe, cominciando da ciò che disse di te, il santo profeta Davide: «Hanno trapassato le mie mani e i miei piedi, hanno contato tutte le mie ossa». **Amen.**

■ Anima di Cristo *(Sant'Ignazio di Loyola)*

Anima di Cristo, santificami.

Corpo di Cristo, salvami.

Sangue di Cristo, inebriami.

Acqua del costato di Cristo, lavami.

Passione di Cristo, confortami.

O buon Gesù, esaudiscimi.

Dentro le tue piaghe, nascondimi.

Non permettere che io mi separi da te.

Dal nemico maligno, difendimi.

Nell'ora della mia morte, chiamami: e comanda che io venga a te, affinché ti lodi con i tuoi santi, nei secoli dei secoli. **Amen.**



ALLO SPIRITO SANTO

■ Sequenza allo Spirito Santo

1. Vieni, Santo Spirito,
manda a noi dal cielo
un raggio della tua luce.

2. **Vieni, padre dei poveri,
vieni, datore dei doni,
vieni, luce dei cuori.**

3. Consolatore perfetto,
ospite dolce dell'anima,
dolcissimo sollievo.

4. **Nella fatica, riposo,
nella calura, riparo,
nel pianto, conforto.**

5. O luce beatissima,
invadi nell'intimo
il cuore dei tuoi fedeli.

6. **Senza la tua forza,
nulla è nell'uomo,
nulla senza colpa.**

7. Lava ciò che è sordido,
bagna ciò che è arido,
sana ciò che sanguina.

8. **Piega ciò che è rigido,
scalda ciò che è gelido,
drizza ciò che è sviato.**

9. Dona ai tuoi fedeli,
che solo in te confidano,
i tuoi santi doni.

10. **Dona virtù e premio,
dona morte santa,
dona gioia eterna.**

Amen.

