

# *Venite a me!*

*Venite a me, voi tutti, che siete affaticati e oppressi, e io vi ristorerò.*

*Prendete il mio giogo sopra di voi e imparate da me, che sono mite e umile di cuore, e troverete ristoro per le vostre anime.*

*Il mio giogo infatti è dolce e il mio carico leggero".*

*(Mt 11, 28-30)*



# *Introduzione*

*Torno dunque ad esortarvi a sempre maggiormente confidare in Dio, poiché sta scritto che chi si confida in Lui non rimarrà giammai confuso (Cfr. Eccl. 2,11). Non vi abbandonate a voi stessa, come purtroppo spesso suole avvenire: ma ogni sollecitudine in mezzo alle tribolazioni, che possono affliggervi, riponetela nel nostro Bene, sapendo che Egli ha cura di noi più che non ha cura una madre del suo pargolo (Eccl. 4,11).*

*Non date luogo nell'anima vostra alla tristezza, poiché essa impedisce la libera operazione allo Spirito Santo. E se pur vogliamo rattristarci, rattristiamoci pure, ma facciamo sì che la nostra tristezza sia santa, ed il tutto in vedere il male che si va sempre più dilagando in mezzo alla odierna società. Oh quante povere anime vanno apostatando quotidianamente da Dio, nostro supremo bene!*

*Il non voler sottomettere il proprio giudizio a quello degli altri, massime a chi è molto esperto nella cosa in questione, è segno di poca docilità, è segno troppo manifesto di segreta superbia. Voi stessa lo conoscete e ne convenite con me; ebbene, fatevi animo, evitate di più ricadervi, siate tutto occhio intorno a questo maledetto vizio, sapendo quanto esso dispiace a Gesù, poiché sta scritto che "Dio resiste ai superbi, agli umili dà la grazia" (Giac 4,6; 1 Pt. 5,5).*

*Coraggio dunque, vi ripeto, coraggio sempre: il Signore è con noi, intento sempre ad accogliere le vostre segrete confidenze. Quale conforto per un'anima sapersi sempre con un sì caro amico, con un sì amabile Sposo! "Se Dio è con noi - alzava alta la voce l'apostolo delle genti - chi è contro di noi?" (Rm 8,31).*

*(Padre Pio, Ep II, p. 246)*

# *1 -Venite a me!*

## **La Parola di Dio**

*Nessuno può venire a me, se non lo attira il Padre che mi ha mandato; e io lo risusciterò nell'ultimo giorno. Sta scritto nei profeti: E tutti saranno ammaestrati da Dio. Chiunque ha udito il Padre e ha imparato da lui, viene a me.*

(Gv 6, 44-45)

## **La Parola della Chiesa**

Se l'uomo può dimenticare o rifiutare Dio, Dio però non si stanca di chiamare ogni uomo a cercarlo perché viva e trovi la felicità. Ma tale ricerca esige dall'uomo tutto lo sforzo della sua intelligenza, la rettitudine della sua volontà, "un cuore retto" ed anche la testimonianza di altri che lo guidino nella ricerca di Dio.

(Catechismo della Chiesa Cattolica, 30)

## **Riflessione**

Tu che sei malato, ascolta l'invito pieno di sollecitudine del Medico divino. Accorri a lui contrito fino in fondo, confessa prontamente le tue colpe e formula il fervido proposito di tenerti lontano dal male, operando il bene per il resto della tua esistenza. Quando poi il peccatore è ridivenuto fedele amico di Cristo con la conversione della sua vita, si applicherà con la massima cura ad aderire al suo Salvatore, a entrare in intimità con lui, ripensando ogni giorno in cuor suo con l'amore più vivo la vita santissima di Gesù.

(Ludolfo di Sassonia, "Vita di Gesù Cristo".

Vita Iesu Christi, Præmium, 1-4. 15-17. Paris, 1878, pp. 1-3. 10-12.)

## **Litanie del Sacro Cuore di Gesù**

Cuore di Gesù, Figlio dell'Eterno Padre *abbi pietà di noi*  
Cuore di Gesù, formato dallo Spirito Santo nel seno “  
della Vergine Maria “ “ “  
Cuore di Gesù, unito alla Persona del Verbo di Dio “ “  
Cuore di Gesù, maestà infinita “ “ “  
Cuore di Gesù, tempio santo di Dio “ “ “  
Cuore di Gesù, tabernacolo dell'Altissimo “ “ “

## **Dagli scritti di Padre Pio**

*... noi che per bontà dell'altissimo Iddio siamo stati chiamati a regnare con lo Sposo divino; noi, a cui chiara e lucida balena ancora alle nostre menti la vera luce di Dio, fissiamo sempre costante il nostro sguardo negli splendori della Gerusalemme celeste. Il considerare quei tanti beni che colà si posseggono, sia il dolce pascolo dei nostri pensieri; e dalla mente innamorata di quelle eterne delizie si accenderanno per esse i più gagliardi affetti nel cuore.*

(Ep II, p 190)

## **Preghiamo insieme**

Gustate e vedete quanto 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 ricchi impoveriscono e hanno fame, ma chi cerca il Signore non manca di nulla.

Venite, figli, ascoltatevi; v'insegnerò il timore del Signore. C'è qualcuno che desidera la vita e brama lunghi giorni per gustare il bene? Preserva la lingua dal male, le labbra da parole bugiarde. Sta' lontano dal male e fa' il bene, cerca la pace e perseguila.

Gli occhi del Signore sui giusti, i suoi orecchi al loro grido di aiuto. Il volto del Signore contro i malfattori, per cancellarne dalla terra il ricordo.

(Salmo 34, 9-17)

## 2 - Voi affaticati e oppressi

### La Parola di Dio

*Venite a me, voi tutti, che siete affaticati e oppressi, e io vi ristorerò. Prendete il mio giogo sopra di voi e imparate da me, che sono mite e umile di cuore, e troverete ristoro per le vostre anime. Il mio giogo infatti è dolce e il mio carico leggero".* (Mt 11, 28-30)

### La Parola della Chiesa

La libertà dell'uomo è finita e fallibile. Di fatto, l'uomo ha sbagliato. Liberamente ha peccato. Rifiutando il disegno d'amore di Dio, si è ingannato da sé; è divenuto schiavo del peccato. Questa prima alienazione ne ha generate molte altre. La storia dell'umanità, a partire dalle origini, sta a testimoniare le sventure e le oppressioni nate dal cuore dell'uomo, in conseguenza di un cattivo uso della libertà. (Catechismo della Chiesa Cattolica, 1739)

### Riflessione

Tu sei in angustie poiché non vuoi desistere dalle tue azioni cattive e vuoi non essere visto da Dio. È una gran pena. Vuoi fare il male ogni giorno e pensi di non essere visto? Ascolta Cristo che dice: Venite a me, voi tutti che siete affaticati. Non metterai fine alla fatica con il fuggire. Preferisci forse fuggire da lui anziché rifugiarti in lui? Prima però trova un luogo dove scappare e poi prendi la fuga. Se però non puoi fuggire da lui perché è presente dappertutto, corri a rifugiarti in Dio: egli è tanto vicino a te ch'è presente dove sei tu. Rifúgiati in lui.

(Sant'Agostino, "Discorsi". Sermo LXIX, 1-4. PL 38)

## Litanie del Sacro Cuore di Gesù

Cuore di Gesù, casa di Dio e porta del cielo

*abbi pietà di noi*

Cuore di Gesù, fonte di giustizia e di carità	“	“	“
Cuore di Gesù, pieno di bontà e di amore	“	“	“
Cuore di Gesù, abisso di ogni virtù	“	“	“
Cuore di Gesù, degno di ogni lode	“	“	“
Cuore di Gesù, re e centro di tutti i cuori	“	“	“

## Dagli scritti di Padre Pio

*... Aprite con illuminata fiducia il vostro cuore a colui che solo può consolarci e salvarci e non diffidate per l'avvenire poiché Iddio è con voi ed è superlativamente fedele fino a non permettere che voi veniate oppressa dal nostro nemico. Questo divino Amante non permetterà giammai che un'anima a lui consacrata in modo singolarissimo abbia da lasciar vittima del più acerrimo tra i suoi nemici. No, no; il nemico non avrà questo trionfo giammai.*

(Ep II, p 101)

## Preghiamo insieme

Meravigliosa è la tua alleanza,  
per questo le sono fedele.  
La tua parola nel rivelarsi illumina,  
dona saggezza ai semplici.  
Apro anelante la bocca,  
perché desidero i tuoi comandamenti.  
Volgiti a me e abbi misericordia,  
tu che sei giusto per chi ama il tuo nome.  
Rendi saldi i miei passi secondo la tua parola  
e su di me non prevalga il male.  
Salvami dall'oppressione dell'uomo  
e obbedirò ai tuoi precetti.  
Fa' risplendere il volto sul tuo servo  
e insegnami i tuoi comandamenti. (Salmo 119, 129-135)

Canto: **Fiume di fuoco** (n. 2, pag. 19)

# 3 - Io vi ristorerò

## La Parola di Dio

*Gli apostoli si riunirono attorno a Gesù e gli riferirono tutto quello che avevano fatto e insegnato. Ed egli disse loro: "Venite in disparte, in un luogo solitario, e riposatevi un po'". Era infatti molta la folla che andava e veniva e non avevano più neanche il tempo di mangiare. (Mc 6, 30-31)*

## La Parola della Chiesa

Dio, infinitamente perfetto e beato in se stesso, per un disegno di pura bontà, ha liberamente creato l'uomo per renderlo partecipe della sua vita beata. Per questo, in ogni tempo e in ogni luogo, egli è vicino all'uomo. Lo chiama e lo aiuta a cercarlo, a conoscerlo, e ad amarlo con tutte le forze. Convoca tutti gli uomini, che il peccato ha disperso, nell'unità della sua famiglia, la Chiesa. Lo fa per mezzo del Figlio suo, che nella pienezza dei tempi ha mandato come Redentore e Salvatore. In lui e mediante lui, Dio chiama gli uomini a diventare, nello Spirito Santo, suoi figli adottivi e perciò eredi della sua vita beata.

(Catechismo della Chiesa Cattolica, 1)

## Riflessione

Dio infatti vuole che lo conosciamo e gli piace che troviamo in lui la nostra quiete. Nulla fuori di lui può colmarci: ecco perché nessuna anima trova riposo finché tutto il creato non sarà per lei un bel nulla.

Quando l'anima amante si è totalmente spogliata per possedere colui che è tutto quello che vi è di buono, allora essa è capace di ricevere la quiete spirituale.

(Dalle Rivelazioni di Giuliana di Norwich.  
Une révélation de l'amour de Dieu. Belefontaine, 1977)



## Litanie del Sacro Cuore di Gesù

Cuore di Gesù, tesoro inesauribile di sapienza  
e di scienza *abbi pietà di noi*  
Cuore di Gesù, in cui abita tutta la pienezza della divinità  
Cuore di Gesù, in cui il Padre si compiacque “ “ “  
Cuore di Gesù, dalla cui pienezza noi tutti abbiamo  
ricevuto “ “ “  
Cuore di Gesù, paziente e misericordioso “ “ “  
Cuore di Gesù, generoso verso tutti quelli che ti invocano

## Dagli scritti di Padre Pio

*Pensiamo all'amore che Gesù ci porta ed allo zelo per il nostro benessere, e stiamocene tranquilli e non dubitiamo che egli ci assisterà sempre con cura più che paterna contro tutti i nostri nemici. Se dipendesse da noi ... lo stare in piedi oh! allora non ci staremmo mai. Al primo soffio cadremmo sicuramente senza speranza di più rizzarci. Più i nemici si moltiplicano e più voi dovete abbandonarvi nel Signore ... Egli vi sosterrà sempre col suo potentissimo braccio [affinché] non inciampiate.*

(Ep II, p 140)

## Preghiamo insieme

Il Signore ha giurato a Davide e non ritratterà la sua parola: “Il frutto delle tue viscere io metterò sul tuo trono! Se i tuoi figli custodiranno la mia alleanza e i precetti che insegnerò ad essi, anche i loro figli per sempre sederanno sul tuo trono”.

Il Signore ha scelto Sion, l'ha voluta per sua dimora: “Questo è il mio riposo per sempre; qui abiterò, perché l'ho desiderato. Benedirò tutti i suoi raccolti, sazierò di pane i suoi poveri. Rivestirò di salvezza i suoi sacerdoti, esulteranno di gioia i suoi fedeli.

Là farò germogliare la potenza di Davide, preparerò una lampada al mio consacrato. Coprirò di vergogna i suoi nemici, ma su di lui splenderà la corona”.

(Salmo 132, 11-18)

# 4 - *Imparate da me*

## **La Parola di Dio**

*Gesù in quel tempo disse: dal fico ... imparate la parabola: quando ormai il suo ramo diventa tenero e spuntano le foglie, sapete che l'estate è vicina.*

*Così anche voi, quando vedrete tutte queste cose, sappiate che Egli è proprio alle porte.* (Mt 24, 32-33)

## **La Parola della Chiesa**

Gesù "pur essendo Figlio, imparò tuttavia l'obbedienza dalle cose che patì" (Eb 5,8); a maggior ragione, noi, creature e peccatori, diventati in lui figli di adozione. Noi chiediamo al Padre nostro di unire la nostra volontà a quella del Figlio suo per compiere la sua Volontà, il suo Disegno di salvezza per la vita del mondo. Noi siamo radicalmente incapaci di ciò, ma, uniti a Gesù e con la potenza del suo Santo Spirito, possiamo consegnare a lui la nostra volontà e decidere di scegliere ciò che sempre ha scelto il Figlio suo: fare ciò che piace al Padre [Cf Gv 8,29]. (Catechismo della Chiesa Cattolica, 2825)

## **Riflessione**

Il Signore non dice: "Diventate miei discepoli, imparate a creare il mondo, a risuscitare i morti, a compiere miracoli ma: *Imparate da me, che sono mite e umile di cuore*" (Mt 11,29). Cerchiamo perciò di acquisire innanzi tutto l'umiltà, cari fratelli: non quella che si manifesta di tanto in tanto all'esterno, ma quella celata nell'intimo della coscienza. Quando spira la bonaccia, taluni sfoggiano una sedicente umiltà nelle parole e nei lineamenti del volto; ma se infuria la tormenta della prova o dello scandalo, vedrete come sono sferzanti le loro parole, come alzano il capo e come sale alle labbra l'orgoglio annidato in fondo al cuore. Perché questo, fratelli? Perché mancava il fondamento dell'autentica umiltà, perché l'umiltà non veniva dal fondo del cuore.

(San Cesario di Arles, "Discorsi", Sermo 233)

## Litanie del Sacro Cuore di Gesù

Cuore di Gesù, fonte di vita e di santità	<i>abbi pietà di noi</i>		
Cuore di Gesù, colmato di insulti		“	“
Cuore di Gesù, propiziazione per i nostri peccati		“	“
Cuore di Gesù, annientato dalle nostre colpe		“	“
Cuore di Gesù, obbediente fino alla morte		“	“
Cuore di Gesù, trafitto dalla lancia		“	“

## Dagli scritti di Padre Pio

*In tutti gli umani eventi imparate anche voi maggiormente di riconoscere e di adorare in tutto la divina volontà. Ripetete spesso quelle divine parole del nostro carissimo Maestro: Fiat voluntas tua sicut in coelo et in terra. Sì, questa bella esclamazione sia sempre nel vostro cuore e sul vostro labbro in tutte le vicende della vita vostra. Ripetetela nell'afflizione; ripetetela nelle tentazioni e nelle prove a cui Gesù vorrà sottoporvi; ripetetela ancora mentre vi sentite immersa nell'oceano dell'amore di Gesù. Sarà dessa la vostra àncora e la vostra salvezza. Non temete il nemico, egli non varrà nulla contro la navicella del vostro spirito, perché il nocchiero è Gesù, la stella è Maria.*

(Ep III, p 55)

## Preghiamo insieme

Hai fatto il bene al tuo servo, Signore, secondo la tua parola. Insegnami il senno e la saggezza, perché ho fiducia nei tuoi comandamenti. Prima di essere umiliato andavo errando, ma ora osservo la tua parola. Tu sei buono e fai il bene, insegnami i tuoi decreti.

Mi hanno calunniato gli insolenti, ma io con tutto il cuore osservo i tuoi precetti. Torpido come il grasso è il loro cuore, ma io mi diletto della tua legge. Bene per me se sono stato umiliato, perché impari ad obbedirti. La legge della tua bocca mi è preziosa più di mille pezzi d'oro e d'argento.

(Salmo 119, 65-72)

# 5 - Mite e umile di cuore

## La Parola di Dio

*Gesù in quel tempo disse: Non c'è albero buono che faccia frutti cattivi, né albero cattivo che faccia frutti buoni. Ogni albero infatti si riconosce dal suo frutto: non si raccolgono fichi dalle spine, né si vendemmia uva da un rovo. L'uomo buono trae fuori il bene dal buon tesoro del suo cuore; l'uomo cattivo dal suo cattivo tesoro trae fuori il male, perché la bocca parla dalla pienezza del cuore.*

(Lc 6, 43-45)

## La Parola della Chiesa

Considerate come Gesù Cristo ci insegni ad essere umili, mostrandoci che la nostra virtù non dipende soltanto dai nostri sforzi, ma anche dalla grazia di Dio. Egli comanda ad ogni fedele che prega, di farlo con respiro universale, cioè per tutta la terra. Egli, infatti, non dice "sia fatta la tua Volontà" in me o in voi, "ma in terra, su tutta la terra"; e ciò perché dalla terra sia eliminato l'errore e sulla terra regni la verità, sia distrutto il vizio, rifiorisca la virtù, e la terra non sia diversa dal cielo.

(Catechismo della Chiesa Cattolica, 2825)

## Riflessione

Se siamo eredi di Cristo, rimaniamo nella pace di Cristo. Se siamo figli di Dio, dobbiamo essere persone che costruiscono la pace, dato che sta scritto: Beati gli operatori di pace, perché saranno chiamati figli di Dio (Mt 5,9). I figli di Dio devono quindi essere artefici di pace, miti di cuore, semplici nelle parole, concordi nell'amore, uniti fedelmente mediante il vincolo della concordia.

(San Cipriano di Cartagine,  
Trattato "Sull'unità della Chiesa cattolica" PL 4,518.)

## Litanie del Sacro Cuore di Gesù

Cuore di Gesù, vita e risurrezione nostra *abbi pietà di noi*  
Cuore di Gesù, pace e riconciliazione nostra “ “ “  
Cuore di Gesù, vittima per i peccatori “ “ “  
Cuore di Gesù, salvezza di chi spera in te “ “ “  
Cuore di Gesù, speranza di chi muore in te “ “ “  
Cuore di Gesù, gioia di tutti i santi “ “ “

## Dagli scritti di Padre Pio

*Il mio cuore è traboccante di gioia e si sente sempre più forte ad incontrare qualunque afflizione, qualora si tratta di piacere a Gesù. È anche vero però che il demonio non può darsi requie per farmi perdere la pace dell'anima e scemare in me quella tanta fiducia, che ho nella divina misericordia. ... Di tutto ciò me ne rido come cose da non curarsi, seguendo il suo consiglio. ... Certo che ad esaminarmi presentemente preferirei la morte prima di deliberarmi ad offendere il mio caro Gesù con un solo peccato, benché lieve.*

(Ep I, p 196)

## Preghiamo insieme

Ti rendo grazie, Signore, con tutto il cuore: hai ascoltato le parole della mia bocca.

A te voglio cantare davanti agli angeli, mi prostro verso il tuo tempio santo.

Rendo grazie al tuo nome per la tua fedeltà e la tua misericordia: hai reso la tua promessa più grande di ogni fama.

Nel giorno in cui t'ho invocato, mi hai risposto, hai accresciuto in me la forza.

Ti loderanno, Signore, tutti i re della terra quando udranno le parole della tua bocca.

Canteranno le vie del Signore, perché grande è la gloria del Signore; eccelso è il Signore e guarda verso l'umile ma al superbo volge lo sguardo da lontano.

(Salmo 138, 1-6)

# *Benedizione Eucaristica*

## **TANTUM ERGO**

Tantum ergo Sacraméntum  
venéremur cernui;  
et antiquum documéntum  
novo cedat rítui:  
præstet fides suppleméntum  
sénsuum deféctui.

Genitòri, Genitòque  
laus et iubilàtio,  
salus, honor, virtus quoque  
sit et benedictio;  
procedénti ab utròque  
compar sit laudàtio. Amen.

## **ADORIAMO IL SACRAMENTO**

Adoriamo il Sacramento  
che Dio Padre ci donò.  
Nuovo patto, nuovo rito  
nella fede si compì.  
Al mistero è fondamento  
la parola di Gesù.

Gloria al Padre onnipotente,  
gloria al Figlio Redentor,  
lode grande, sommo onore  
all'eterna Carità.  
Gloria immensa, eterno amore  
alla santa Trinità. Amen.

## *Preghiamo*

Signore Gesù Cristo, che nel mirabile sacramento dell'eucaristia, ci hai lasciato il memoriale della tua Pasqua, fa' che adoriamo con viva fede il santo mistero del tuo corpo e del tuo sangue per sentire sempre in noi i benefici della redenzione.

Tu che vivi e regni nei secoli dei secoli. Amen.

## **DIO SIA BENEDETTO**

Dio sia benedetto.

Benedetto il suo santo nome.

Benedetto Gesù Cristo, vero Dio e vero Uomo.

Benedetto il nome di Gesù.

Benedetto il suo sacratissimo Cuore.

Benedetto il suo preziosissimo Sangue.

Benedetto Gesù

nel Santissimo Sacramento dell'altare.

Benedetto lo Spirito Santo paraclito.

Benedetta la gran Madre di Dio,

Maria Santissima.

Benedetta

la sua santa e immacolata concezione.

Benedetta la sua gloriosa assunzione.

Benedetto il nome di Maria, Vergine e Madre.

Benedetto san Giuseppe,

suo castissimo sposo.

Benedetto Dio nei suoi angeli e nei suoi santi.

# *Preghiere*

**Consacrazione al Cuore di Gesù** - Cuore sacratissimo di Gesù, cuore amabilissimo del nostro redentore, cuore di Padre, di fratello, di amico delle anime nostre, quanto siamo debitori al tuo amore per noi! Dal tuo cuore adorabile abbiamo ricevuto tanti benefici e favori e abbiamo ottenuto le grazie più belle per la santificazione delle nostre anime. Cuore dolcissimo di Gesù, ti sei consumato d'amore per noi, ti sei donato totalmente a noi per la nostra salvezza. Oggi vogliamo consacrarci tutti al tuo cuore divino. Siamo tuoi per natura e per grazia e tuoi vogliamo essere nel tempo e nell'eternità. Ci doniamo totalmente a te: ti doniamo tutto il nostro essere, il nostro corpo, la nostra anima, il nostro cuore. Cuore dolcissimo di Gesù, ti doniamo la nostra memoria per ricordare sempre le dolcezze del tuo amore, la nostra mente per apprendere solo la bellezza del tuo cuore divino, la nostra volontà per amare soltanto il tuo amabilissimo Cuore, la nostra libertà per vivere obbedendo soltanto alla tua santa volontà. Cuore sacratissimo di Gesù, delizia dell'eterno Padre, conforto dei cuori afflitti, accetta e gradisci l'offerta irrevocabile dei nostri cuori. Racchiudi tutti e per sempre nel tuo cuore sacratissimo, affinché uniti a te sulla terra restiamo per sempre in Paradiso. Così sia.

**Accendi il mio cuore** - lo ti saluto, o Sacro Cuore di Gesù, fonte viva e vivificante della vita eterna, tesoro infinito del divino amore. Tu sei il luogo del mio riposo, il rifugio della mia sicurezza. O mio amabile Salvatore, accendi il mio cuore di quell'amore ardentissimo di cui è acceso il tuo; versa nel mio cuore le grazie grandi di cui il tuo è la fonte; che la tua volontà sia la mia, e che la mia sia eternamente conforme alla tua, perché io desidero che in avvenire la tua santa volontà sia norma di tutti i miei desideri e di tutte le mie azioni. *(Santa Geltrude di Hefta)*



**Atto di amore** - Ti amo, mio Dio, e il mio desiderio è di amarti fino all'ultimo respiro della mia vita. Ti amo, o Dio infinitamente amabile, e preferisco morire amandoti, piuttosto che vivere un solo istante senza amarti. Ti amo, Signore, e l'unica grazia che ti chiedo è di amarti eternamente. Ti amo, mio Dio, e desidero il cielo, soltanto per avere la felicità di amarti perfettamente. Mio Dio, se la mia lingua non può dire ad ogni istante: ti amo, voglio che il mio cuore te lo ripeta ogni volta che respiro. Ti amo, mio divino Salvatore, perché sei stato crocifisso per me, e mi tieni quaggiù crocifisso con te. Mio Dio, fammi la grazia di morire amandoti e sapendo che ti amo.

*(San Giovanni Maria Vianney - Curato d'Ars)*

**Amare te soltanto** - O Cuore di Gesù, ti sei fatto squarciare dalla lancia per mostrarmi l'eccesso del tuo amore e per essere l'abitazione dell'anima mia. Gesù, attraverso la ferita del tuo costato aperto, introduci quanto prima l'anima mia nel segreto del tuo amabile e amato Cuore, perché essa si purifichi, si abbellisca, si infiammi della tua carità e pensi soltanto ad amare te, mio Dio crocifisso.

*(San Bonaventura da Bagnoregio)*

**Prendimi o Cuore di Cristo** - O Cuore di Cristo, prendimi come tuo servo e tuo indegno amico. Prendi tutta la mia dedizione, fino in fondo, senza limiti. Prendimi per il lavoro della tua grande missione, per il dono integrale della salvezza del prossimo e per ogni sacrificio a servizio dei tuoi. Prendimi, o Cuore di Cristo, senza limiti e senza fine.

*(Jean Galot)*

**Confido in Te** - Gesù, il tuo cuore è solo amore. Confido in Te, Signore, ma continua ad aiutarmi nei miei tanti momenti di sfiducia e di dubbio. Continua a richiamarmi a te, di giorno e di notte, nella gioia e nella tristezza, nel successo e nel fallimento. Non permettere che ti lasci mai. So che camminerai con me. Aiutami a camminare con te, oggi, domani e sempre.

*(Henri J.M. Nouwen)*

**Cuore del mondo** - Noi guardiamo a te, Cuore del mondo, al tuo Cuore che abbiamo trafitto. Tutta l'incomprensibilità, che siamo noi e la nostra vita, si nasconde nel tuo Cuore. Tutta l'angoscia dell'esistenza rimane afferrata a te, tutta la santità ritorna alla sua origine, tutto trova lì la sua vera essenza e si riconosce come amore. Tutto entra nel mistero che è il tuo amore beato

*(Karl Rahner)*

**Unito ai fratelli** - Signore, tu mi ripeti: "Non temere di mostrarmi il tuo cuore ferito; lascia che ti abbracci, ti conforti e ti consoli, perché ti amo di un amore illimitato e incondizionato". Grazie per le tue parole. Desidero che tu mi guarisca per uscire dal mio egoismo e raggiungere vicini e lontani. So che sei mite e umile di cuore. E poiché la tua passione, morte e risurrezione continuano nella storia, dammi la speranza, il coraggio e la fiducia di lasciare che il tuo Cuore unisca anche il mio cuore a quello dei tuoi fratelli che soffrono, così da diventare per noi sorgente di vita nuova. *(Henri J.M. Nouwen)*

**Voglio amare come te** - Signore mio Gesù, voglio amare tutti coloro che tu ami. Voglio amare con te la volontà del Padre. Non voglio che nulla separi il mio cuore dal tuo, che qualcosa sia nel mio cuore e non sia immerso nel tuo. Tutto quel che vuoi io lo voglio. Tutto quel che desideri io lo desidero. Dio mio, ti do il mio cuore, offrilo assieme al tuo a tuo Padre, come qualcosa che è tuo e che ti è possibile offrire, perché esso ti appartiene.

*(Charles De Foucauld)*

**Gesù il tuo Cuore per me** - Gesù, per me il tuo Cuore sia forza e combattimento, sostegno alla mia debolezza, luce e guida nelle tenebre, riparo ai miei difetti, santificazione delle mie intenzioni e azioni. O Cuore di Gesù, consuma in me tutto ciò che c'è di me e metti al posto di me ciò che è tuo: trasformami in te. Voglio vivere soltanto di te e per te. Sii, dunque, la mia vita, il mio amore e il mio tutto. *(Santa Margherita M. Alacoque)*

# Canti

## 1. T'ADORIAM, OSTIA DIVINA

T'adoriam, Ostia divina! / T'adoriam, Ostia d'amor!  
Tu degli angeli il sospiro, / Tu dell'uomo sei l'onor.

**R.** *T'adoriam, Ostia divina,  
T'adoriam, Ostia d'amor!*

T'adoriam, Ostia divina! / T'adoriam, Ostia d'amor!  
Tu dei forti la dolcezza, / Tu dei deboli il vigor. **R.**

T'adoriam, Ostia divina! / T'adoriam, Ostia d'amor!  
Tu dei giusti sei la via, / Tu sei venia al peccator. **R.**

T'adoriam, Ostia divina! / T'adoriam, Ostia d'amor!  
Tu salute dei viventi, / Tu speranza di chi muor. **R.**

T'adoriam, Ostia divina! / T'adoriam, Ostia d'amor!  
Ti conosca il mondo e t'ami! / Tu la gioia d'ogni cuor. **R.**

## 2. FIUME DI FUOCO

Ho visto, sì, la lampada dell'olio,  
dove la fiamma, accesa, resta uguale  
e questa attira l'olio lentamente  
e corre l'olio a farsi consumare  
per divenire luce con la fiamma.

Cos'è, Signore, questo cuore mio?

lo voglio come l'olio illuminare.

lo voglio come fuoco consumarmi.

lo voglio come terra riscaldarmi.

Ma Tu, mio Dio, dammi vita ancora.

Ho visto legna al fuoco crepitare,  
non so se per dolore o per la gioia  
di ricambiare all'uomo il suo favore  
poiché lo tenne vegeto con cura;  
ed or diviene cenere col fuoco.

Oh, sì, sei Tu, Signore, che m'incendi;

mi fai gustar l'ebbrezza dell'amore.

lo grido: "Accresci ancora questo fuoco!"

lo sento d'esser fatto tutto un rogo,

e grido: "Brucia ancor, fiume di fuoco!"

### 3. DOVE SEI

La cerva, quando ha sete, corre a bere  
benché la corsa accresca in lei la sete.

Pur la morgana fata nel deserto  
ti rende più crudele quel tormento  
perché più fugge quanto più tu corri.

Il bimbo grida forte nel terrore,  
sperando che la voce sua richiami  
chi liberarlo può dalla paura,  
e se nessuno risponde alla sua voce,  
lo stesso grido accresce il suo terrore.

O Dio sei Tu il ristoro del mio cuore.

Amore mio, sei l'unica mia fonte.

Io corro verso Te per dissetarmi.

E cerco e chiamo e grido e sempre invano.

Perché mi fuggi, vita di mia vita?

È paradiso averTi, mio Diletto,  
ed è l'inferno poi non ritrovarTi.

Che cosa resta ancora nel mio cuore?

Sono frammento d'astro consumato  
dal proprio fuoco, lungo la discesa.

O dimmi. dimmi dove sei, mio Bene,

in terra, sotto terra o su nel Cielo?

Vicino o dentro o lungi sei da me?

O nel cercar la Vita è la mia vita?

Tu sei la Vita! O Vita, dove sei.

### 4. O DOLCE CUOR

O dolce amor mio, o Cuor di Gesù,

o Cuore di Dio, mio tutto sei Tu.

**R.** *O dolce cuor del mio Gesù,  
deh, fa' ch'io t'ami sempre più. (2v)*

Nell'ostia umiliato sei vittima ognor,  
sei cibo a noi dato e sol per amor. **R**

Potessi col sangue gli oltraggi lavar,  
che fanno l'esangue Tuo Cuore penar. **R**

## **5. ECCOMI**

**R.** *Eccomi, eccomi! Signore, io vengo.*

*Eccomi, eccomi! Si compia in me la tua volontà.*

Nel mio Signore ho sperato e su di me si è chinato,  
ha dato ascolto al mio grido,  
m'ha liberato dalla morte. **R.**

I miei piedi ha reso saldi, sicuri ha reso i miei passi.  
Ha messo sulla mia bocca  
un nuovo canto di lode. **R.**

Il sacrificio non gradisci, ma m'hai aperto l'orecchio,  
non hai voluto olocausti  
allora ho detto: io vengo! **R.**

Sul tuo libro di me è scritto: si compia il tuo volere.  
Questo, mio Dio, desidero,  
la tua legge è nel mio cuore. **R.**

La tua giustizia ho proclamato,  
non tengo chiuse le labbra.  
Non rifiutarmi, Signore, la tua misericordia. **R.**

## **6. MIA DIMORA**

Restar vorrei con Te, Gesù; parlami ancora del tuo amore,  
rimani in me e insegnami ad amare:  
quello che Tu vuoi, io ti darò, quello che Tu vuoi, io ti darò.

L'amato del mio cuor sei Tu; delizia e gioia sei per me, Gesù;  
dolce abbandono, intimo silenzio:  
mia dimora è il tuo amore, mia dimora è il tuo amore.

Trova la rondine il suo nido, il passero la sua casa;  
corre il pulcino sotto la sua chiocchia.  
Il mio rifugio sei Tu, Gesù. Il mio rifugio sei Tu, Gesù.

## **7. DAVANTI AL RE**

Davanti al Re c'inchiniamo insieme,  
per adorarlo con tutto il cuor.  
Verso di Lui eleviamo insieme  
canti di gloria al nostro Re dei re.

## 8. IL SIGNORE È LA MIA SALVEZZA

**R.** *Il Signore è la mia salvezza e con lui non temo più,  
perché ho nel cuore la certezza:  
la salvezza è qui con me.*

Ti lodo Signore perché un giorno eri lontano da me,  
ora invece sei tornato e mi hai preso con Te. **R.**

Berrete con gioia alle fonti, alle fonti della salvezza e quel  
giorno voi direte: lodate il Signore, invocate il suo nome. **R.**

Fate conoscere ai popoli tutto quello che Lui ha  
compiuto e ricordino per sempre ricordino sempre, che  
il suo nome è grande. **R.**

Cantate a chi ha fatto grandezze e sia fatto sapere nel  
mondo; sia forte la tua gioia, abitante di Sion, perché  
grande con te è il Signore. **R.**

## 9. PICCOLO VASO

La primavera sveglia la natura.  
Il suo tepore invita a germogliare.  
E vedi l'erba nuova di spuntare,  
e vedi nuove gemme sulle piante,  
e campi e prati e piante vedi in fiore.

**R.** *Tu sei, Signore, il Sommo e l'Infinito  
che ti riversi dentro questo cuore,  
qual primavera, caldo e temporale  
e fai scoppiare tutto l'esser mio.  
O Dio, pietà del piccolo tuo vaso!*

L'estate riempie l'aria di calore  
e, disgelando i monti, li riscopre,  
sicché la neve è sciolta tutta in acqua  
e questa a valle, placida, discende  
o s'incanala lungo le caverne. **R.**

Ed all'autunno vado pur pensando,  
quando talvolta scoppia il temporale,  
che la pianura inonda e svelle piante  
e con furor disargina le sponde  
di fiumi e di torrenti e di ruscelli. **R.**

## 10. TI CERCO

Gesù, tesoro mio centro della mia vita,  
non sarà mai ch'io perda Te. Troppo viva io sento  
la dolcezza che piove dagli occhi tuoi, Signore.

Ti cerco e non Ti trovo, Ti chiamo e non rispondi,  
mi fai languire d'amore. Perché Ti nascondi?  
Troppo mi hai innamorato, o bellezza infinita.

Il tuo ardente amore aprì profonde ferite  
e Tu continui, Signore, a trapassarmi col fuoco,  
ad aumentare la brama. Mi uccidi e mi dai vita!

Non smetto di cercarti, non cesso di bussare.  
Deh! Apri, o mio Diletto! Ch'io mi sazi all'acqua tua,  
ch'io contempi il tuo volto: Tu m'hai ferito il cuore.

## 11. VIENI ANCHE TU

Ecco il sole sta nascendo, è bello camminare sulle tue  
vie, Signor, dove non c'è più né ombra né paura, ma la  
certezza che Tu sei in mezzo a noi vivo in Padre Pio.

**R.** *Vieni, vieni anche tu con noi, vieni a far festa. (2 v.)*

Insieme nella tua gioia noi cantiamo a Te il nostro grazie,  
Signor; quel che hai dato a noi vogliam donare al  
mondo, perché conosca e creda nel tuo amore vivo in  
Padre Pio. **R.**

## 12. FUOCO DI DIO

Mi hai trapassato il cuore o Spirito di Dio,  
col dardo dell'amore. Adesso nelle vene  
mi scorre sempre fuoco.

**R.** *In quale fuoco, o Dio, hai posto l'esser mio!  
lo spegnerò la sete nel crescere del fuoco. 2v.)*

Io tremo come foglia nel turbine del vento.  
Io belo come agnello smarrito tra le cime  
del monte più sublime. **R.**

Mi avvolge e mi divora il fuoco misterioso.  
Lo stesso mio respiro mi brucia come fiamma.  
Invoco refrigerio. **R.**

## *Benedizione*

Il Signore vi benedica e vi protegga.

**Amen.**

- Faccia risplendere il suo volto su di voi  
e vi doni la sua misericordia.

**Amen.**

- Rivolga su di voi il suo sguardo  
e vi doni la sua pace.

**Amen.**

- E la benedizione di Dio onnipotente,  
Padre e Figlio † e Spirito Santo,  
discenda su di voi e con voi rimanga  
sempre.

**Amen.**

*a cura del:*

*Centro Regionale Gruppi di Preghiera di Padre Pio  
Santuario Madonna dei Sette Dolori,  
tel fax 085/411158 -  
65125 PESCARA*

*e-mail: [centrogruppipescara@yahoo.it](mailto:centrogruppipescara@yahoo.it)*