

## ESERCIZI SPIRITUALI

“Ripartire dal Vangelo  
guidati dallo Spirito”

Celebrazione della Parola  
Ascoltata, meditata pregata

“...Tu sei il mio Figlio diletto” (Lc 3,22)

Canto iniziale:

**Rit. - Spirito Santo, tu che santifichi e liberi l'uomo:  
dacci il coraggio di proclamare il tuo amore che salva**

Invito alla preghiera

Canto finale

Invocazione allo Spirito Santo

Ascolto della parola

Silenzio

Lectio

Domande per noi

Gesto

Padre nostro

Benedizione

## Invito alla preghiera

---

Signore, apri le nostre labbra

*E la nostra bocca proclami la tua lode*

Signore, purificaci fin nelle profondità del cuore

*E saremo capaci di ascoltare la tua parola*

Signore, accendi in noi la fiamma del tuo amore

*E tutto il nostro essere sarà illuminato dalla tua presenza.*

Signore, aprici alla conoscenza della tua parola

*E anche noi diventeremo tuoi discepoli.*



## Invocazione allo Spirito Santo

---

Vieni, o Spirito Santo,

da a noi un **cuore nuovo**,

che ravvivi in noi tutti i doni da te ricevuti

con la gioia di essere cristiani,

un cuore nuovo, sempre giovane e lieto.

Vieni, o Spirito Santo,

e da a noi un **cuore puro**,

allenato ad amare Dio,

un cuore puro che non conosca il male

se non per definirlo, per combatterlo e per fuggirlo;

un cuore puro, come quello di un fanciullo

capace di entusiasinarsi e di trepidare.

Vieni, o Spirito Santo,

e da a noi un **cuore grande**,

aperto alla tua silenziosa e potente parola ispiratrice,

e chiuso ad ogni meschina ambizione,

un cuore grande e forte ad amare tutti,

a tutti servire, con tutti soffrire;

un cuore grande, forte,  
solo beato di palpitare col cuore di Dio. Amen.

*(Paolo VI)*



## Ascolto della Parola

---

Vangelo di Luca **cap. 3, 21-22; cap. 4, 1-13.**

### Lo Spirito Santo agli inizi della vita di Gesù

#### **Battesimo di Gesù**

Quando tutto il popolo fu battezzato e mentre Gesù, ricevuto anche lui il battesimo, stava in preghiera, il cielo si aprì e scese su di lui lo Spirito Santo in apparenza corporea, come di colomba, e vi fu una voce dal cielo: «Tu sei il mio figlio prediletto, in te mi sono compiaciuto».

#### **Tentazione nel deserto**

Gesù, pieno di Spirito Santo, si allontanò dal Giordano e fu condotto dallo Spirito nel deserto dove, per quaranta giorni, fu tentato dal diavolo. Non mangiò nulla in quei giorni; ma quando furono terminati ebbe fame. Allora il diavolo gli disse: «Se tu sei Figlio di Dio, dì a questa pietra che diventi pane». Gesù gli rispose: «Sta scritto: Non di solo pane vivrà l'uomo». Il diavolo lo condusse in alto e, mostrandogli in un istante tutti i regni della terra, gli disse: «Ti darò tutta questa potenza e la gloria di questi regni, perché è stata messa nelle mie mani e io la do a chi voglio. Se ti prostri dinanzi a me tutto sarà tuo». Gesù gli rispose: «Sta scritto: Solo al Signore Dio tuo ti prostrerai, lui solo adorerai». Lo condusse a Gerusalemme, lo pose sul pinnacolo del tempio e gli disse: «Se tu sei Figlio di Dio, buttati giù; sta scritto infatti: Ai suoi angeli darà ordine per te, perché essi ti custodiscano; e anche: essi ti sosterranno con le mani, perché il tuo piede non inciampi in una pietra». Gesù gli rispose: «E' stato detto: Non tenterai il Signore Dio tuo». Dopo aver esaurito ogni specie di tentazione, il diavolo si allontanò da lui per ritornare al tempo fissato.



Silenzio

---



## Spunti di riflessione

---

1. Preghiera: condizione per ricevere lo Spirito Santo
2. Trinità che si rivela: scopo della nostra vita
3. Figlio di Dio: è la novità della tua vita
4. Tentazione:
  - a) occasione per crescere come figlio di Dio
  - b) peccato, fallimento, deviazione



## Domande per noi

---

1. Lo Spirito Santo è in me fin dal battesimo:
  - a. Conosco la data del mio battesimo?
  - b. Ne celebro l'anniversario?
2. Provo gioia nel sentirmi amato da Dio come un figlio?
3. A proposito di tentazione:
  - a. Cosa può significare oggi “essere tentati”?
  - b. Quali sono le nostre tentazioni più frequenti e seducenti?
  - c. Ciascuno provi ad elencare le tre più significative.



## Gesto

---

*Alla croce posta davanti all'altare ciascuno appende la cartolina con il proprio nome.*

## Padre nostro

---



# APPUNTI