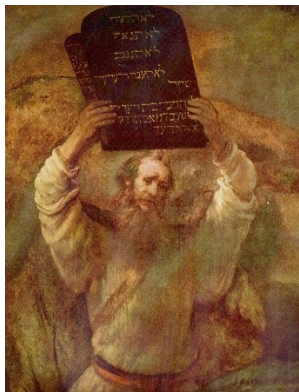


# PARROCCHIA SANT' ELIA PROFETA



**“Io sono il Signore Dio tuo”**

*Cenacolo comunitario sul Libro  
dell'Esodo\_*

**12**

*«Io sono il Signore Dio tuo»*

Canto iniziale

## **IO TI ADORO**

Quando guardo alla tua Santità, quando ammiro il tuo gran splendor, la tua luce mi circonda e le ombre svaniscono. Quale gioia contemplare il tuo cuore, esaltare il tuo amor, la tua luce mi circonda e le ombre svaniscono.

*Io ti adoro, io ti adoro, il vivere per me è adorare Te. Io ti adoro, io ti adoro, il vivere per me è adorare Te.*

**C.** Sia lodato e ringraziato ogni momento...

## **T. Il Santissimo e divinissimo Sacramento**

**C.** Oh Signore nostro Dio, le dieci parole che scandiscono la tua alleanza con Israele, sono le parole che tu rivogli ad ognuno di noi per esprimerci tutto il tuo amore e la tua premura nei nostri riguardi. In fondo, dietro ogni comandamento, risuona sempre le eco: “abbi cura di te”. Sì, Signore, ci inviti a prenderci cura di noi stessi seguendo l'esempio di come Tu ti prendi cura di noi, perché solo amando veramente noi stessi, senza egoismi, senza orgoglio, senza

ipocrisie, potremo amare veramente gli altri rispettando quanto di più prezioso ci hai donato: la dignità di essere tuoi figli nella libertà. Perdonaci, Signore, per le volte che “non ci siamo amati” e, non amandoci, non abbiamo amato Te.

**L1.** Signore, nostra Guida: abbi pietà di noi.

**T.** **Signore, Signore pietà di noi, Signore pietà di noi, Signore pietà, pietà di noi!**

**L1.** Cristo, nostro Rifugio: abbi pietà di noi.

**T.** **Cristo, Cristo pietà di noi, Cristo pietà di noi, Cristo pietà, pietà di noi!**

**L1.** Signore, nostra Giustizia: abbi pietà di noi.

**T.** **Signore, Signore pietà di noi, Signore pietà di noi, Signore pietà, pietà di noi!**

**C.** Dio onnipotente abbia misericordia di noi, perdoni i nostri peccati e ci conduca alla vita eterna.

**T.** **Amen!**

*Mentre ci si siede, si canta il seguente canto:*

## **T. OH, ASCOLTA ISRAEL!**

Oh, ascolta Israel, ascolta Israel, io sono il tuo Dio. Oh, ascolta Israel, ascolta Israel, io sono Yhwh (bis)... Colui che è, Colui che è!

## **L2. Dal Libro dell'Esodo (Es, 20, 1-26)**

*Dio allora pronunciò tutte queste parole: «Io sono il Signore, tuo Dio, che ti ho fatto uscire dal paese d'Egitto, dalla condizione di schiavitù: non avrai altri dèi di fronte a me. Non ti farai idolo né immagine alcuna di ciò che è lassù nel cielo né di ciò che è quaggiù sulla terra, né di ciò che è nelle acque sotto la terra. Non ti prostrerai davanti a loro e non li servirai. Perché io, il Signore, sono il tuo Dio, un Dio geloso, che punisce la colpa dei padri nei figli fino alla terza e alla quarta generazione, per coloro che mi odiano, ma che dimostra il suo favore fino a mille generazioni, per quelli che mi amano e osservano i miei comandi. Non pronuncerai invano il nome del Signore, tuo Dio, perché il Signore non lascerà*

impunito chi pronuncia il suo nome invano. Ricordati del giorno di sabato per santificarlo: sei giorni faticherai e farai ogni tuo lavoro; ma il settimo giorno è il sabato in onore del Signore, tuo Dio: tu non farai alcun lavoro, né tu, né tuo figlio, né tua figlia, né il tuo schiavo, né la tua schiava, né il tuo bestiame, né il forestiero che dimora presso di te. Perché in sei giorni il Signore ha fatto il cielo e la terra e il mare e quanto è in essi, ma si è riposato il giorno settimo. Perciò il Signore ha benedetto il giorno di sabato e lo ha dichiarato sacro. Onora tuo padre e tua madre, perché si prolunghino i tuoi giorni nel paese che ti dà il Signore, tuo Dio. Non uccidere. Non commettere adulterio. Non rubare. Non pronunciare falsa testimonianza contro il tuo prossimo. Non desiderare la casa del tuo prossimo. Non desiderare la moglie del tuo prossimo, né il suo schiavo, né la sua schiava, né il suo bue, né il suo asino, né alcuna cosa che appartenga al tuo prossimo». Tutto il popolo percepiva i tuoni e i lampi, il suono del corno e il monte fumante. Il popolo vide, fu preso da tremore e si tenne lontano. Allora dissero a Mosè: «Parla tu a noi e noi ascolteremo, ma non ci parli Dio, altrimenti moriremo!». Mosè disse al popolo: «Non abbiate timore: Dio è venuto per mettervi alla prova e perché il suo timore vi sia sempre presente e non pecchiate». Il popolo si tenne dunque lontano, mentre Mosè avanzò verso la nube oscura, nella quale era Dio. Il Signore disse a Mosè: «Dirai agli Israeliti: Avete visto che vi ho parlato dal cielo! Non fate dèi d'argento e dèi d'oro accanto a me: non fatene per voi! Farai per me un altare di terra e, sopra, offrirai i tuoi olocausti e i tuoi sacrifici di comunione, le tue pecore e i tuoi buoi; in ogni luogo dove io vorrò ricordare il mio nome, verrò a te e ti benedirò. Se tu mi fai un altare di pietra, non lo costruirai con pietra tagliata, perché alzando la tua lama su di essa, tu la renderesti profana. Non salirai sul mio altare per mezzo di gradini, perché là non si scopra la tua nudità.

A seguire, breve riflessione del celebrante.  
Dialogo interiore con la Parola

## PER RILFETTERE...

- Che rapporto ho con i "Comandamenti" del Signore?
- Ho rispetto di Dio, degli altri, di me stesso?
- So riconoscere la "cura" che Dio ha per me?
- La mie relazioni sono vissute nella verità, nella giustizia e nell'amore?

Al termine del dialogo interiore con la Parola si canta il seguente canone:

### T. **Misericordias Domini in aeternum cantabo.**

Tutti insieme, si recita la seguente preghiera:

T. **Signore, i tuoi "comandamenti" sono parole d'amore e di libertà che Tu ci hai donato affinché avessimo "a cuore" la nostra vita e quella degli altri. Non sono parole di schiavitù: eppure, nonostante tutto, molti le recepiscono in tal modo, pensando siano di minaccia alla propria libertà. Invece essi, al contrario, la tutelano! Perdona, Signore, la nostra confusione e la nostra superficialità: in fondo, l'amore, la giustizia, il rispetto reciproco non sono solo tue provocazioni, ma esigenze della nostra stessa umanità. Ecco perché non rispettarli significa non solo non amare Te, ma anche non amare noi stessi e gli altri. Consapevoli di ciò, ci affidiamo a Te, nostra luce nel cammino della vita. Amen!**

Tutti lodano col seguente canone:

T. **Laudate Dominum, laudate Dominum omnes gentes, alleluia! Laudate Dominum, laudate Dominum, omnes gentes, alleluia!**

C. Ed ora eleviamo fiduciosi la nostra preghiera a Dio così come ci ha insegnato Gesù: **Padre nostro...**

Canto di adorazione

### **MI AFFIDO A TE**

Come la cerva anela ai corsi d'acqua, così il mio cuore cerca te. L'anima mia ha sete del Dio vivente, il Dio della speranza. Vieni e manda la tua luce sui miei passi, vieni e guida il mio cammino.

*Mi affido a te Gesù, alla tua fedeltà, tu sei il sole che rischiara le mie tenebre. Mi affido a*

*te Gesù e in te riposerò, perché so che la mia vita tu rinnoverai.*

Oggi io vengo davanti al tuo altare per adorare te, Signor. Nelle tue mani depongo tutti gli affanni ed ogni mio dolore. Vieni e manda la tua luce sui miei passi, vieni e guida il mio cammino.

**C.** Donaci, Signore, di attingere gioia nella suprema libertà che Tu stesso ci offri indicando a noi la via dei tuoi comandamenti. Non permettere che ci allontaniamo da Te, affinché possiamo guardare, come tuoi veri figli, la pace perfetta di coloro che contemplan il tuo volto e godono la suprema beatitudine del tuo amore.

**T. Amen!**

Benedizione eucaristica.

*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*

Canto finale

**MAGNIFICAT**

Dio ha fatto in me cose grandi, Lui che guarda l'umile servo e disperde i superbi nell'orgoglio del cuore.

*L'anima mia esulta in Dio mio Salvatore (2 v.).*

*La sua salvezza canterò.*

Lui Onnipotente e Santo, Lui abbatte i grandi dai troni e solleva dal fango il suo umile servo.

Lui, Misericordia infinita, Lui che rende povero il ricco e ricolma di beni chi si affida al suo amore.

Lui, Amore sempre fedele, Lui guida il suo servo Israele e ricorda il suo patto stabilito per sempre.