

## ADORAZIONE E BENEDIZIONE

<b>CUSTU GRANDU SACRAMENTU</b> venerus umiliaus, e coment'e nui a su bentu cedant is ritus passaus: e su chi ogu non bidit accetteus cum firma fidi	A Deus Babbu onnipotenti e a su Fillu Redentori, cun su coru e cun sa menti alabeus cun grandu onori; e siat puru onori uguali a s' Amori eternali. Amen.
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

✠. Pani de celu nos as donau ✠. Pani chi a totu cantus donat sa vida.

✠. Pregheus. Deus de amistadi, Gesù Signori nostru, chi in su pani sacramentau nos as lassau s' ammentu de sa bénnida tua, ti pregaus chi, pighendi parti a su mistèriu de sa vida, passioni, morti e resurrezzioni tua, | siaus nos puru totu impari in sa Crésia corpus donau a salvesa de su mundu. Tui chi bivis e régnas in sèculus e sèculus. R/. Amen.

*Su ministru pigat s' ostensoriu e tenendiddu in altu intonat:*

✠. *Mannu est su mistèriu de sa fidi nostra*

✠. **Tue nos as redemidu cun sa rughe tua, e sa resurrezzione, nos as redemidu. Salva nos, Salvatore, salva nos, Salvatore de su mundu.**

## BENEDITU SIAT DEUS

- 1 Beneditu siat Deus, \* Babbu nostu soberanu.
- 2 Beneditu siat su Nomini \* su Nomini santu suu.
- 3 Beneditu siat Gèsus \* Òmini e Deus verdadeu
- 3 Beneditu siat Gèsus \* Sacramentadu Deus.
- 4 Beneditu si-at su Spiridu, \* Amparu e Defensori nostu!
- 5 Beneditu siat Deus, \* po Santa Maria, | mama de Deus e mama nosta!
- 6 Beneditu siat Deus, \* po Santu Giusepi, | de Maria fideli isposu!
- 7 Beneditu siat Deus, \* po Santu/a \_\_\_\_\_, | protetori/a nostu/a!
- 8 Beneditu siat Deus, \* po totu is àngelus e santus!

---

## CONTEMPLAZIONE EUCARISTICA SULLA TRACCIA DEL SALMO 139(138)



CHIESA DI SANTA CHIARA  
MONASTERO DELLE SORELLE CLARISSE  
ORISTANO

---

FESTA DI SAN GIOVANNI BATTISTA

---

odia il fatto che sono cattivi e si ama la loro condizione di uomini? C'è un esempio che risale ai tempi del Vecchio Testamento quando a quel popolo carnale venivano applicate sanzioni e pene esterne: si tratta di un uomo, che per l'intelligenza [del mistero] apparteneva al Nuovo Testamento, dico di Mosè, servo di Dio. Come poteva egli odiare quanti erano caduti in peccato, se nello stesso tempo pregava per loro? e come non li odiava se li condannava a morte? Li odiava con odio perfetto. E per la perfezione del suo odio, pur odiando le colpe che puniva, amava l'uomo per il quale pregava.

*Rit. Tu mi conosci fino in fondo.*

MEDITAZIONE - 3

*Rit. Tu mi conosci fino in fondo.*

**Guida.** *Concludiamo la nostra meditazione con la preghiera salmica.*

**Guida**

*Dio, abbi pietà della nostra notte. E sia come qui è scritto: La notte sarà la mia luce e la mia gioia.*

**Tutti**

O Dio, che tutto vedi e sai,  
fa' che pure noi vediamo te  
sia che tu rifulga in chiarezza  
dalla tua sede di stelle,  
sia che tu incomba come ombra nella notte;  
e là dove più ti pensiamo assente,  
come nella ingiustizia e nella sofferenza,  
là soprattutto rivelati  
con tutta la potenza del tuo amore.

*Amen.*

(D.M. Turollo)

*Festa di San Giovanni Battista*

*Il salmo 139(138) è salmo responsoriale per la festa di San Giovanni Battista;  
per il Sacramento della Riconciliazione;  
Ufficio: vv. 1-12 sett. 4 mercoledì vespri*

*Testi a cura di Antonio Pinna e delle Sorelle Clarisse di Oristano*

4. [v 2.] *Tu mi hai conosciuto quando siedo e quando sorgo.* Cos'è nel nostro contesto il sedersi e il sorgere? Chi si mette seduto s'umilia. Così il Signore si assise nella passione, si alzò nella resurrezione. Dice: *Tu hai conosciuto* questo, cioè tu l'hai voluto, l'hai approvato: è accaduto in conformità col tuo volere. Che se vorrai intendere la voce del Capo come applicata al corpo, diciamo anche noi: *Tu mi hai conosciuto quando siedo e quando sorgo.* L'uomo si mette seduto quando si umilia nella penitenza; sorge quando, rimessi i peccati, si solleva alla speranza della vita eterna. Per questo anche in un altro salmo è detto: *Alzatevi dopo d'essere stati seduti, voi che mangiate il pane del dolore* (Sal 126, 2). Mangiano il pane del dolore i penitenti, coloro che cantando in un altro salmo dicono: *Le mie lacrime sono a me pane giorno e notte* (Sal 41, 4). Che significa allora: *Alzatevi dopo d'essere stati seduti?* Non tentate d'elevarvi se prima non vi siete umiliati. Ci sono infatti molti che vogliono sollevarsi prima d'essersi posti a sedere; vogliono apparire giusti, prima di confessare che sono peccatori. In conclusione, se le parole: *Tu mi hai conosciuto quando siedo e quando sorgo* le riferisci al nostro Capo, intendi che tu hai conosciuto la mia passione e la mia resurrezione. Se le parole: *Tu mi hai conosciuto quando siedo e quando sorgo* le riferisci al complesso del corpo significano che io ho confessato i miei peccati dinanzi ai tuoi occhi e sono stato giustificato per la tua grazia.

Rit. *Tu mi conosci fino in fondo.*

28. [v 22.] *Li odiavo con un odio perfetto.* Che significa: *Con un odio perfetto?* In loro io odiavo le colpe da loro commesse, ma amavo la creatura tua. Ecco come si odia con odio perfetto: non odiando la persona a causa dei suoi vizi e non amando i vizi in vista della persona. E ora osserva come continua: *Mi son diventati nemici.* Nemici non soltanto di Dio ma suoi nemici personali. Lo dichiara espressamente. Come, allora, metterà in pratica nei loro riguardi le parole che sopra diceva e cioè: *Non ho forse odiato coloro che odiavano te?* e insieme quelle del Signore che comanda: *Amate i vostri nemici?* Come adempirà il suo dovere, se non ricorrendo a quell'odio perfetto, per il quale nei cattivi si

- ESPOSIZIONE DELL'EUCARESTIA. CANTO COMUNITARIO
- ASCOLTO CELEBRATIVO DELLA PAROLA

**Guida.** *Riascoltiamo la prima lettura dal Libro di Isaia (49,1-6)*

**Letture:** <sup>1</sup>Ascoltatevi, abitanti delle isole, fate attenzione, popolazioni lontane. Fin dal grembo di mia madre il Signore ha pensato a me e mi ha chiamato per nome.  
<sup>2</sup>Ha reso la mia parola affilata come una spada e mi protegge con la sua mano. Ha reso il mio messaggio penetrante come una freccia ben conservata nella sua custodia.  
<sup>3</sup>Mi ha detto: "Tu sei il mio servo, Israele, attraverso di te manifesterò la mia gloria".  
<sup>4</sup>Io ho pensato: inutilmente mi sono affaticato, ho consumato tutte le mie forze, senza risultato. Ma è il Signore che garantisce il mio diritto, è Dio che ricompensa il mio sforzo.  
<sup>5</sup>Egli mi ha chiamato fin dalla nascita, per essere il suo servo, per radunare i discendenti di Giacobbe e ricondurre a lui il popolo d'Israele. Egli, il mio Dio, mi ha parlato e mi rende forte, perché mi considera prezioso.  
<sup>6</sup>Mi ha detto: "Tu sei mio servo, non soltanto per radunare le tribù di Giacobbe, per ricondurre a me i superstiti d'Israele. Faccio di te anche la luce delle nazioni, per portare la mia salvezza in tutto il mondo".

*Parola di Dio*

**Guida.** Rispondiamo alla parola dell'Antico Testamento celebrando e meditando il Salmo responsoriale.

*Rit. Tu mi conosci fino in fondo.*



*Guida* 1 Al maestro del coro. Di Davide. Salmo.

*Solo* Signore, tu mi scruti e mi conosci,  
 2 tu conosci quando mi siedo e quando mi alzo,  
 intendi da lontano i miei pensieri,  
 3 osservi il mio cammino e il mio riposo,  
 ti sono note tutte le mie vie.  
 4 La mia parola non è ancora sulla lingua  
 ed ecco, Signore, già la conosci tutta.  
 5 Alle spalle e di fronte mi circonda  
 e poni su di me la tua mano.  
 6 Meravigliosa per me la tua conoscenza,  
 troppo alta, per me inaccessibile.

*Coro 1* 7 Dove andare lontano dal tuo spirito?  
 Dove fuggire dalla tua presenza?  
 8 Se salgo in cielo, là tu sei;  
 se scendo negli inferi, eccoti.  
 9 Se prendo le ali dell'aurora  
 per abitare all'estremità del mare,  
 0 anche là mi guida la tua mano  
 e mi afferra la tua destra.  
 11 Se dico: «Almeno le tenebre mi avvolgano  
 e la luce intorno a me sia notte»,  
 12 nemmeno le tenebre per te sono tenebre  
 e la notte è luminosa come il giorno;

*Titolo*

1b-6  
 Affidamento alla  
 prova di Dio

*Ringraziamento e  
 anticipo di tema*

7-14a  
 Confronto con Dio

5 Alle spalle e di fronte mi stringi,  
 su di me hai posato la mano.

6 La tua scienza è cosa stupenda,  
 troppo alta: non posso arrivarci.

7 Dove posso celarmi al tuo spirito,  
 dal tuo volto fuggire lontano?

8 Se ascendo nei cieli, ci sei,  
 se discendo agli inferi, eccoti!

9 Se mi porta l'aurora sull'ali  
 e mi posa ai confini del mare,

10 pur laggiù la tua mano mi guida,  
 la tua destra ancora mi afferra!

11 E se dico: «Mi copra la tenebra  
 e la luce intorno sia notte»,

12 mai oscura per te è la tenebra,  
 e la notte è più chiara del giorno.

13 I miei reni tu hai formato,  
 m'hai intessuto in grembo a mia madre.

14 Grazie a te che m'hai fatto mirabile,  
 o mirabile autor di prodigi!

[cont. su colonna pag. 8]

Nel tuo libro già stavano scritti  
 tutti i giorni che ancora non erano:  
 eran stati fissati da sempre  
 quando ancora non uno esisteva.

17 Insondabili i tuoi pensieri,  
 e complessa la loro sostanza!

18 A contarli son più della rena:  
 con te sono ancora al risveglio!

19 Oh, se l'empio, o Dio, uccidessi!  
 Via da me ogni uomo violento!

20 Di te parlano come di un idolo,  
 quasi fossi un dio del nulla.

21 Forse, Dio, non odio chi t'odia,  
 non detesto chi a te si ribella?

22 Io li odio con odio perfetto,  
 pure miei sono i tuoi nemici.

23 Dio, scrutami e vedi il mio cuore,  
 i miei incubi a fondo scandaglia;

24 se cammino su vie di idolatri,  
 nell'eterno sentiero riportami.

*A colui che su tutto ha potere,  
 più di quanto possiamo pensare,  
 per il Cristo che opera in noi  
 nello Spirito gloria nei secoli.*

*Rit. Tu mi conosci fino in fondo.*

MEDITAZIONE E CONTEMPLAZIONE PERSONALE 2

*Rit. Tu mi conosci fino in fondo.*

**Guida.** Ascoltiamo la riflessione dal Discorso di Sant'Agostino sul versetto 2 e sul versetto 22 del Salmo.

**Guida.** Ripercorriamo e meditiamo il salmo nella traduzione ritmica e melodica di P. Turoldo.

Ismaele Passoni

Tu mi scruti e conosci, Signore,  
<sup>2</sup>tu sai quando io seggo e mi alzo,  
 quanto penso da lungi tu intendi,  
<sup>3</sup>tu misuri il mio stare e il mio andare:  
 le mie vie ti son familiari!  
<sup>4</sup>La parola non sale alle labbra,  
 sulla lingua ancor non è giunta  
 e già tutto il discorso ti è noto.

Le tue opere sono stupende:  
 la mia anima ne ha conoscenza.  
<sup>15</sup>Le mie ossa non ti eran nascoste  
 quando ero formato in segreto;  
 ogni fibra tu già conoscevi,  
 ricamata in terra profonda:  
<sup>16</sup>quando ancora ero solo un grumo,  
 già i tuoi occhi mi videro, Dio.

per te le tenebre sono come luce.  
<sup>13</sup> Sei tu che hai *formato i miei reni*  
 e mi hai tessuto nel grembo di mia madre.  
<sup>14</sup> Io ti rendo grazie:  
 hai fatto di me una *meraviglia* stupenda;

*Coro 2*

*meravigliose* sono le tue opere,  
 le riconosce pienamente l'anima mia.  
<sup>15</sup> Non ti erano nascoste le mie ossa  
 quando venivo formato nel segreto,  
 ricamato nelle profondità della terra.  
<sup>16</sup> Ancora informe mi hanno visto i tuoi occhi;  
 erano tutti scritti nel tuo libro  
 i giorni che furono fissati  
 quando ancora non ne esisteva uno.  
<sup>17</sup> Quanto profondi per me i tuoi pensieri,  
 quanto grande il loro numero, o Dio!  
<sup>18</sup> Se volessi contarli, sono più della sabbia.  
 Mi risveglio e sono ancora con te.

*Tutti*

<sup>19</sup> Se tu, Dio, uccidessi i malvagi!  
 Allontanatevi da me, uomini sanguinari!  
<sup>20</sup> Essi parlano contro di te con inganno,  
 contro di te si alzano invano.  
<sup>21</sup> Quanto odio, *Signore*, quelli che ti odiano!  
 Quanto detesto quelli che si oppongono a te!  
<sup>22</sup> Li odio con odio implacabile,  
 li considero miei nemici.  
<sup>23</sup> *Scrutami*, o Dio, e *conosci* il mio cuore,  
*provami* e *conosci* i miei pensieri;  
<sup>24</sup> vedi se percorro una *via* di dolore  
 e guidami per una *via* di eternità.

*Gloria*

*Rit. Tu mi conosci fino in fondo.*

*Ringraziamento e  
 anticipo di tema*

14b-18  
 Attenzione  
 comprensiva di Dio

*ringraziamento e  
 lode*

19-24  
 Appello per la  
 difesa di Dio

**Guida.** *Ascoltiamo come il Salmo nasce all'interno di una tradizione poetica ebraica, parola di Dio in parola umana.*

**Lettore.** Capita oggi, ed è sempre capitato, che uno si sente accusato, ma si sente anche innocente. Il salmista, nella sua fede, ne cerca una spiegazione di fronte a Dio.

In una prima strofa (vv. 1-6), egli si affida totalmente al giudizio di Dio, l'unico che sa tutto di lui: *Signore, tu mi scruti e mi conosci... ti sono note tutte le mie vie.* Questa totale trasparenza verso Dio non lo porta a sentimenti di paura, ma di meraviglia verso un Dio che non lo lascia mai solo: *Meravigliosa la tua conoscenza, troppo alta, per me inaccessibile.*

Questa meraviglia diventa il tema della seconda strofa (vv. 7-14a), dove il salmista, immaginandosi per assurdo come se fosse, a suo danno, un fuggitivo da Dio, si sente sempre cercato e ritrovato da Dio stesso, anche nelle più imperscrutabili delle notti, perché *nemmeno le tenebre per te sono tenebre, e la notte è luminosa come il giorno* (v. 12). Il salmista non trova altra spiegazione a questa continua presenza amorevole di Dio che dedurre che Dio stesso è per lui più di una madre: *Sei tu che hai formato i miei reni, e mi hai tessuto nel grembo di mia madre* (v. 13). La meraviglia ora diventa motivo di lode, e il salmista, a causa di questo suo intimo rapporto con Dio, si sente egli stesso parte, pur accusato, di questa meravigliosa realtà divina. *Io ti rendo grazie: hai fatto di una meraviglia stupenda* (v. 14a).

Di nuovo, il tema annunciato dell'intimo rapporto con Dio, sentito come madre e creatore, diventa il centro della strofa seguente (vv. 14b-18), dove il salmista arriva a sperare o immaginare una sua conoscenza di Dio che veramente sancisca una solidarietà ormai indissolubile; *mi risveglio e sono ancora con te* (v. 18b).

L'ultima strofa (vv. 19-24), per molto tempo giudicata estranea al salmo da molti studiosi, in realtà conclude la riflessione del salmista, rivelandone il punto di partenza: accusato ingiustamente e messi di fronte a Dio, egli ne ha sentito la solidarietà, fino a rovesciarne ora la direzione. È il salmista ora a sentirsi solidale con Dio, quasi fosse Dio e non lui a essere odiato e accusato: *Allontanatevi da me, uomini sanguinari! Essi parlano contro di te con inganno...*

L'invocazione finale forma una inclusione con i primi versetti, confermando l'unità totale della composizione: *Scrutami, o Dio, e conosci il mio cuore... vedi se percorro una via di dolore e guidami per una via di eternità.*

*Rit. Tu mi conosci fino in fondo.*

#### MEDITAZIONE E CONTEMPLAZIONE PERSONALE 1

*Rit. Tu mi conosci fino in fondo.*

**Guida.** *Ascoltiamo l'inizio del Discorso di Sant'Agostino sul Salmo, tenuto a Cartagine il 27 o il 29 dicembre del 412 oppure nel tempo pasquale del 415.*

**Lettore. 1.** Ci eravamo preparati per l'esposizione di un salmo breve, comandando anche al lettore che ce lo cantasse. Improvvisamente però, a quanto sembra, dev'essersi confuso e ne ha letto uno invece di un altro. In questo sbaglio del lettore abbiamo intravisto la volontà di Dio, e questa abbiamo preferito seguire anziché la nostra decisione. Sarà un salmo abbastanza esteso, e se dovremo intrattenervi a lungo, non imputatelo a noi ma ritenete che Dio ci ha voluto imporre il presente lavoro, non certo senza vostro vantaggio. Come pena del nostro primo peccato non ci fu infatti imposta per scherzo la pena di guadagnarci il pane col sudore della fronte (cf Gen 3,19). Badate solo che sia pane. E sarà pane se sarà Cristo, il quale disse: *Io sono il pane vivo disceso dal Cielo* (Gv 6,41). Questo stesso Cristo, rivelato ora nel Vangelo, dobbiamo ricercare anche nei profeti. Se ci sono alcuni (come fu detto ieri alla vostra Carità) che non ve lo sanno vedere, è perché sopra il loro cuore è ancora steso il velo; ma, per quanto riguarda noi, quel velo fu squarciato durante il sacrificio vespertino offerto dal Signore in croce (cf Mt 27,51). I segreti del tempio ci sono svelati: Cristo ci viene annunciato. Ebbene, anche a prezzo di fatica e di sudore, mangiamo di quel pane.

*Rit. Tu mi conosci fino in fondo.*