

# ESERCIZI SPIRITUALI NELLA QUOTIDIANITÀ

*San Fedele, Milano - 7 novembre 2013*

## **Pregghiera iniziale: Sal 133 (132)**

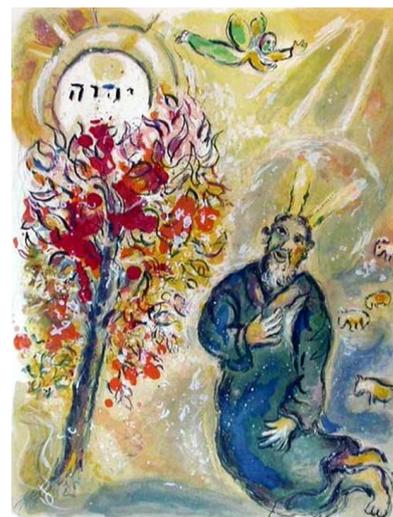
Ecco, com'è bello e com'è dolce  
che i fratelli vivano insieme!

<sup>2</sup> È come olio prezioso versato sul capo,  
che scende sulla barba, la barba di Aronne,  
che scende sull'orlo della sua veste.

<sup>3</sup> È come la rugiada dell'Ermon,  
che scende sui monti di Sion.  
Perché là il Signore manda la benedizione,  
la vita per sempre.

## **Esodo 3,1-6**

Ora Mosè stava pascolando il gregge di Ietro, suo suocero, sacerdote di Madian, e condusse il bestiame oltre il deserto e arrivò al monte di Dio, l'Oreb. L'angelo del Signore gli apparve in una fiamma di fuoco in mezzo a un rovetto. Egli guardò ed ecco: il rovetto ardeva nel fuoco, ma quel rovetto non si consumava. Mosè pensò: «Voglio avvicinarmi a vedere questo grande spettacolo: perché il rovetto non brucia?». Il Signore vide che si era avvicinato per vedere e Dio lo chiamò dal rovetto e disse: «Mosè, Mosè!». Rispose: «Eccomi!». Riprese: «Non avvicinarti! Togliti i sandali dai piedi, perché il luogo sul quale tu stai è una terra santa!». E disse: «Io sono il Dio di tuo padre, il Dio di Abramo, il Dio di Isacco, il Dio di Giacobbe». Mosè allora si velò il viso, perché aveva paura di guardare verso Dio.



## Isaia 55

O voi tutti assetati venite all'acqua,  
chi non ha denaro venga ugualmente;  
comprate e mangiate senza denaro  
e, senza spesa, vino e latte.  
Perché spendete denaro per ciò che non è pane,  
il vostro patrimonio per ciò che non sazia?  
Su, ascoltate e mangerete cose buone  
e gusterete cibi succulenti.  
Porgete l'orecchio e venite a me,  
ascoltate e voi vivrete.  
Io stabilirò per voi un'alleanza eterna,  
i favori assicurati a Davide.  
Ecco l'ho costituito testimonia fra i popoli,  
principe e sovrano sulle nazioni.  
Ecco tu chiamerai gente che non conoscevi;  
accorreranno a te popoli che non ti conoscevano  
a causa del Signore, tuo Dio,  
del Santo di Israele, perché egli ti ha onorato.  
Cercate il Signore, mentre si fa trovare,  
invocatelo, mentre è vicino.  
L'empio abbandoni la sua via  
e l'uomo iniquo i suoi pensieri;  
ritorni al Signore che avrà misericordia di lui  
e al nostro Dio che largamente perdona.  
Perché i miei pensieri non sono i vostri pensieri,  
le vostre vie non sono le mie vie - oracolo del  
Signore.

Quanto il cielo sovrasta la terra,  
tanto le mie vie sovrastano le vostre vie,  
i miei pensieri sovrastano i vostri pensieri.  
Come infatti la pioggia e la neve  
scendono dal cielo e non vi ritornano  
senza avere irrigato la terra,  
senza averla fecondata e fatta germogliare,  
perché dia il seme al seminatore  
e pane da mangiare,  
così sarà della parola  
uscita dalla mia bocca:  
non ritornerà a me senza effetto,  
senza aver operato ciò che desidero  
e senza aver compiuto ciò per cui l'ho  
mandata.  
Voi dunque partirete con gioia,  
sarete condotti in pace.  
I monti e i colli davanti a voi  
eromperanno in grida di gioia  
e tutti gli alberi dei campi batteranno le mani.  
Invece di spine cresceranno cipressi,  
invece di ortiche cresceranno mirti;  
ciò sarà a gloria del Signore,  
un segno eterno che non scomparirà.

## Altri brani suggeriti per la preghiera dei prossimi giorni:

Sal 63 (62): O Dio, tu sei il mio Dio, dall'aurora io ti cerco

Sal 84 (83): Quanto sono amabili le tue dimore