

UFFICIO CATECHISTICO NAZIONALE  
Esercizi Spirituali online

La veste  
(31 marzo 2022)

✠ Nel nome del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo.

**Invocazione allo Spirito Santo**

Vieni, Santo Spirito,  
manda a noi dal cielo  
un raggio della tua luce.

Senza la tua forza,  
nulla è nell'uomo,  
nulla senza colpa.

Vieni, padre dei poveri,  
vieni; datore dei doni,  
vieni, luce dei cuori.

Lava ciò che è sordido,  
bagna ciò che è arido,  
sana ciò che sanguina.

Consolatore perfetto,  
ospite dolce dell'anima,  
dolcissimo sollievo.

Piega ciò che è rigido,  
scalda ciò che è gelido,  
raddrizza ciò ch'è sviato.

Nella fatica, riposo,  
nella calura, riparo,  
nel pianto, conforto.

Dona ai tuoi fedeli  
che solo in te confidano  
i tuoi santi doni.

O luce beatissima,  
invadi nell'intimo  
il cuore dei tuoi fedeli.

Dona virtù e premio,  
dona morte santa,  
dona gioia eterna. Amen.

**1. Memoria**

«Allora tutti abbandonarono Gesù e fuggirono. Lo seguiva però un ragazzo, che aveva addosso soltanto un lenzuolo, e lo afferrarono. Ma egli, lasciato cadere il lenzuolo, fuggì via nudo» (Mc 14,50-52).

**2. Studio**

Dopo avere memorizzato il testo, provo a capirlo più in profondità: mi chiedo quale sia il contesto di questo episodio del Vangelo di Marco e quali siano i suoi personaggi.

**3. Preghiera**

Per incontrare Gesù con consapevolezza convoco come alleati il corpo, la mente, i sentimenti, la volontà e la fantasia. Prendo carta e penna e scrivo la mia preghiera dal titolo: *Io sono la veste*.

**Conclusione**

Faccio qualche minuto di silenzio. Poi recito il *Padre nostro*.

✠ Nel nome del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo.

d. Nisi Candido