

PRIMI VENERDÌ DEL MESE

AP 2025-2026



Parrocchia
SACRO CUORE

Convento Frati Minori Cappuccini - ISERNIA



*"Siate lieti nella speranza,
costanti nella tribolazione,
perseveranti nella preghiera."*

(Rm 12.12)

venerdì 10 ottobre 2025



CANTO DI ESPOSIZIONE

ADORO TE

Sei qui davanti a me, o mio Signore
sei in questa brezza che ristora il cuore
roveto che mai si consumerà
presenza che riempie l'anima

Rit. Adoro Te, fonte della vita.

Adoro Te, Trinità infinita.

*I miei calzari leverò su questo santo suolo
alla presenza Tua mi prostrerò*

Sei qui davanti a me o Mio Signor
nella Tua grazia trovo la mia gioia
io lodo, ringrazio e prego perché
il mondo ritorni a vivere in Te

ESPOSIZIONE EUCARISTICA

Sia lodato e ringraziato ogni momento
Il Santissimo e divinissimo Sacramento
Gloria ...

} 3 v.

PREGHIERA COMUNITARIA

O Padre santo,
fonte di ogni consolazione e speranza,
ascolta la nostra preghiera.
Donaci la letizia profonda che nasce dalla speranza,
che illumini il nostro cammino
e ci spinga a guardare sempre avanti,
anche quando le ombre sembrano addensarsi.
Concedici la costanza incrollabile,
la forza di rimanere saldi di fronte alla tribolazione,
senza lasciarci abbattere dalle prove
e dalle sofferenze
che incontriamo nel nostro cammino di fede.
Rendici perseveranti nella preghiera,
fiammeggianti nell'unione con Te,
capaci di trovare in Te la luce, il sostegno e la pace
che ci fanno sentire vivi e presenti.
Che la tua grazia ci accompagni,
perché possiamo vivere secondo la tua Parola,
servirti con cuore gioioso
e testimoniare la tua presenza nel mondo.
Per Cristo nostro Signore. Amen.

Adorazione silenziosa

IN ASCOLTO DELLA PAROLA

Dalla lettera di san Paolo Apostolo ai Romani (*Rm 12, 9-21*)

⁹La carità non sia ipocrita: detestate il male, attaccatevi al bene; ¹⁰amatevi gli uni gli altri con affetto fraterno, garegiate nello stimarvi a vicenda. ¹¹Non siate pigri nel fare il bene, siate invece ferventi nello spirito; servite il Signore. ¹²*Siate lieti nella speranza, costanti nella tribolazione, perseveranti nella preghiera.* ¹³Condividete le necessità dei santi; siate premurosi nell'ospitalità.

¹⁴Benedite coloro che vi perseguitano, benedite e non maledite. ¹⁵Rallegratevi con quelli che sono nella gioia; piangete con quelli che sono nel pianto. ¹⁶Abbiate i medesimi sentimenti gli uni verso gli altri; non nutrite desideri di grandezza; volgetevi piuttosto a ciò che è umile. Non stimatevi sapienti da voi stessi. ¹⁷Non rendete a nessuno male per male. Cercate di compiere il bene davanti a tutti gli uomini. ¹⁸Se possibile, per quanto dipende da voi, vivete in pace con tutti. ¹⁹Non fatevi giustizia da voi stessi, carissimi, ma lasciate fare all'ira divina. Sta scritto infatti: Spetta a me fare giustizia, io darò a ciascuno il suo, dice il Signore. ²⁰Al contrario, se il tuo nemico ha fame, dagli da mangiare; se ha sete, dagli da bere: facendo questo, infatti, accumulerai carboni ardenti sopra il suo capo. ²¹Non lasciarti vincere dal male, ma vinci il male con il bene.

Recitiamo insieme il Salmo intervallato dal canone

SALMO 40 (39)

INNO DI RINGRAZIAMENTO A DIO

Solo in Dio riposa l'anima mia, Lui la mia speranza

² Ho sperato, ho sperato nel Signore,
ed egli su di me si è chinato,
ha dato ascolto al mio grido.

³ *Mi ha tratto da un pozzo di acque tumultuose,
dal fango della palude;
ha stabilito i miei piedi sulla roccia,
ha reso sicuri i miei passi.*

Solo in Dio riposa l'anima mia, Lui la mia speranza

⁴ Mi ha messo sulla bocca un canto nuovo,
una lode al nostro Dio.
Molti vedranno e avranno timore
e confideranno nel Signore.

⁵ *Beato l'uomo che ha posto la sua fiducia nel Signore
e non si volge verso chi segue gli idoli
né verso chi segue la menzogna.*

Solo in Dio riposa l'anima mia, Lui la mia speranza

⁶ Quante meraviglie hai fatto,
tu, Signore, mio Dio,
quanti progetti in nostro favore:
nessuno a te si può paragonare!

*Se li voglio annunciare e proclamare,
sono troppi per essere contati.*

*⁷ Sacrificio e offerta non gradisci,
gli orecchi mi hai aperto,
non hai chiesto olocausto né sacrificio per il peccato.*

Solo in Dio riposa l'anima mia, Lui la mia speranza

*⁸ Allora ho detto: "Ecco, io vengo.
Nel rotolo del libro su di me è scritto
⁹ di fare la tua volontà:*

*mio Dio, questo io desidero;
la tua legge è nel mio intimo".*

Solo in Dio riposa l'anima mia, Lui la mia speranza

Adorazione silenziosa

LETTURA PERSONALE

SPES NON CONFUNDIT

Bolla di indizione del Giubileo Ordinario dell'Anno 2025

Ancorati alla speranza

18. La speranza, insieme alla fede e alla carità, forma il trittico delle “virtù teologali”, che esprimono l’essenza della vita cristiana (cfr. 1Cor 13,13; 1Ts 1,3). Nel loro dinamismo inscindibile, la speranza è quella che, per così dire, imprime l’orientamento, indica la direzione e la finalità dell’esistenza credente. Perciò l’apostolo Paolo invita ad essere «*lieti nella speranza, costanti nella tribolazione, perseveranti nella preghiera*» (Rm 12,12). Sì, abbiamo bisogno di «abbondare nella speranza» (cfr. Rm 15,13) per testimoniare in modo credibile e attraente la fede e l’amore che portiamo nel cuore; perché la fede sia gioiosa, la carità entusiasta; perché ognuno sia in grado di donare anche solo un sorriso, un gesto di amicizia, uno sguardo fraterno, un ascolto sincero, un servizio gratuito, sapendo che, nello Spirito di Gesù, ciò può diventare per chi lo riceve un seme fecondo di speranza. Ma qual è il fondamento del nostro sperare? Per comprenderlo è bene soffermarci sulle ragioni della nostra speranza (cfr. 1Pt 3,15).

19. «Credo la vita eterna»: così professa la nostra fede e la speranza cristiana trova in queste parole un cardine fondamentale. Essa, infatti, «è la virtù teologale per la quale desideriamo [...] la vita eterna come nostra felicità». Il Concilio Ecumenico Vaticano II afferma: «Se manca la base religiosa e la speranza della vita eterna, la dignità umana viene lesa in maniera assai grave, come si constata spesso al giorno d’oggi, e gli enigmi della vita e della morte, della colpa e del dolore rimangono senza

soluzione, tanto che non di rado gli uomini sprofondano nella disperazione». Noi, invece, in virtù della speranza nella quale siamo stati salvati, guardando al tempo che scorre, abbiamo la certezza che la storia dell'umanità e quella di ciascuno di noi non corrono verso un punto cieco o un baratro oscuro, ma sono orientate all'incontro con il Signore della gloria. Viviamo dunque nell'attesa del suo ritorno e nella speranza di vivere per sempre in Lui: è con questo spirito che facciamo nostra la commossa invocazione dei primi cristiani, con la quale termina la Sacra Scrittura: «Vieni, Signore Gesù!» (Ap 22,20).

20. Gesù morto e risorto è il cuore della nostra fede. San Paolo, nell'enunciare in poche parole, utilizzando solo quattro verbi, tale contenuto, ci trasmette il "nucleo" della nostra speranza: «A voi [...] ho trasmesso, anzitutto, quello che anch'io ho ricevuto, cioè che Cristo morì per i nostri peccati secondo le Scritture e che fu sepolto e che è risorto il terzo giorno secondo le Scritture e che apparve a Cefa e quindi ai Dodici» (1Cor 15,3-5). Cristo morì, fu sepolto, è risorto, apparve.

Per noi è passato attraverso il dramma della morte. L'amore del Padre lo ha risuscitato nella forza dello Spirito, facendo della sua umanità la primizia dell'eternità per la nostra salvezza. La speranza cristiana consiste proprio in questo: davanti alla morte, dove tutto sembra finire, si riceve la certezza che, grazie a Cristo, alla sua grazia che ci è stata comunicata nel Battesimo, «la vita non è tolta, ma trasformata», per sempre. Nel Battesimo, infatti, sepolti insieme con Cristo, riceviamo in Lui risorto il dono di una vita nuova, che abbatte il muro della morte, facendo di essa un passaggio verso l'eternità.

E se di fronte alla morte, dolorosa separazione che costringe a lasciare gli affetti più cari, non è consentita alcuna retorica, il

Giubileo ci offrirà l'opportunità di riscoprire, con immensa gratitudine, il dono di quella vita nuova ricevuta nel Battesimo in grado di trasfigurarne il dramma. È significativo ripensare, nel contesto giubilare, a come tale mistero sia stato compreso fin dai primi secoli della fede. Per lungo tempo, ad esempio, i cristiani hanno costruito la vasca battesimale a forma ottagonale, e ancora oggi possiamo ammirare molti battisteri antichi che conservano tale forma, come a Roma presso San Giovanni in Laterano. Essa indica che nel fonte battesimale viene inaugurato l'ottavo giorno, cioè quello della risurrezione, il giorno che va oltre il ritmo abituale, segnato dalla scadenza settimanale, aprendo così il ciclo del tempo alla dimensione dell'eternità, alla vita che dura per sempre: questo è il traguardo a cui tendiamo nel nostro pellegrinaggio terreno (cfr. Rm 6,22).

La testimonianza più convincente di tale speranza ci viene offerta dai martiri, che, saldi nella fede in Cristo risorto, hanno saputo rinunciare alla vita stessa di quaggiù pur di non tradire il loro Signore. Essi sono presenti in tutte le epoche e sono numerosi, forse più che mai, ai nostri giorni, quali confessori della vita che non conosce fine. Abbiamo bisogno di custodire la loro testimonianza per rendere feconda la nostra speranza.

Questi martiri, appartenenti alle diverse tradizioni cristiane, sono anche semi di unità perché esprimono l'ecumenismo del sangue. Durante il Giubileo pertanto è mio vivo desiderio che non manchi una celebrazione ecumenica in modo da rendere evidente la ricchezza della testimonianza di questi martiri.

Adorazione silenziosa

PREGHIAMO INSIEME

PREGHIERA DEL GIUBILEO

Padre che sei nei cieli,
la *fede* che ci hai donato nel
tuo figlio Gesù Cristo, nostro fratello,
e la fiamma di *carità*
effusa nei nostri cuori dallo Spirito Santo,
ridestino in noi, la beata *speranza*
per l'avvento del tuo Regno.

La tua grazia ci trasformi
in coltivatori operosi dei semi evangelici
che lievitano l'umanità e il cosmo,
nell'attesa fiduciosa
dei cieli nuovi e della terra nuova,
quando vinte le potenze del Male,
si manifesterà per sempre la tua gloria.

La grazia del Giubileo
ravvivi in noi *Pellegrini di Speranza*,
l'anelito verso i beni celesti
e riversi sul mondo intero
la gioia e la pace
del nostro Redentore.
A te Dio benedetto in eterno
sia lode e gloria nei secoli.
Amen

INTENZIONI della COMUNITÀ

Ad ogni intenzione ripetiamo:

Signore non farci mai perdere la speranza

- **Perché i fedeli siano lieti nella speranza:** Possano trovare conforto e gioia nella speranza del Signore, anche nei momenti più oscuri.
- **Perché i fedeli siano lieti nella speranza:** Siano in grado di trasmettere questa speranza agli altri, diventando così una testimonianza di fede e gioia.
- **Perché i fedeli siano costanti nella tribolazione:** Possano trovare forza nella fede e nello spirito per affrontare le prove, le sofferenze e le tribolazioni della vita.
- **Perché i fedeli siano costanti nella tribolazione:** Siano uniti nella preghiera, soprattutto nei momenti di crisi globale, come la pandemia.
- **Perché i fedeli siano perseveranti nella preghiera:** Siano in grado di mantenere una fede viva e forte, perseverando nella preghiera nonostante le difficoltà e le desolazioni.
- **Perché i fedeli siano perseveranti nella preghiera:** Si possano ricordare che nessuno si salva da solo e la forza della comunità e della preghiera è essenziale.

T.: Amen.

BENEDIZIONE EUCARISTICA

CANTO

TANTUM ERGO

Tantum ergo sacramentum
veneremur cernui,
et antiquum documentum
novo cedat ritui;
præstet fides supplementum
sensuum defectui.

Genitori Genitoque
laus et iubilatio,
salus, honor, virtus quoque
sit et benedictio.

Procedenti ab utroque
compar sit laudatio. Amen.

Hai dato loro il pane vivo disceso dal cielo
Che porta in sé ogni dolcezza

PREGHIAMO

Signore Gesù Cristo,
che nel mirabile sacramento dell'Eucaristia
ci hai lasciato il memoriale della tua Pasqua,
fa' che adoriamo con viva fede
il santo mistero del tuo corpo e del tuo sangue,
per sentire sempre in noi i benefici della redenzione.
Tu che vivi e regni nei secoli dei secoli.

R. Amen.

ACCLAMAZIONI

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

SANTA MARIA DEL CAMMINO

Mentre trascorre la vita
solo tu non sei mai
Santa Maria del cammino
sempre sarà con te.

*Rit. Vieni o Madre, in mezzo a noi
vieni, Maria, quaggiù:
cammineremo insieme a te
verso la libertà.*

Quando qualcuno ti dice:
"Nulla mai cambierà",
lotta per un mondo nuovo,
lotta per la verità!

Lungo la strada la gente
chiusa in se stessa va;
offri per primo la mano
a chi è vicino a te.

Quando ti senti ormai stanco
e sembra inutile andar,
tu vai tracciando un cammino:
un altro ti seguirà.

PRIMI VENERDÌ DEL MESE

ANNO PASTORALE 2025-2026

Venerdì 10 Ottobre 2025

“Siate lieti nella speranza, costanti nella tribolazione, perseveranti nella preghiera” (Rm 12,12)

Venerdì 7 Novembre 2025

Venerdì 5 Dicembre 2025

Venerdì 2 Gennaio 2026

Venerdì 6 Febbraio 2026

Venerdì 6 Marzo 2026

Venerdì 10 Aprile 2026

(Giornata di Esposizione Eucaristica in Tempo di Quaresima)

Venerdì 8 Maggio 2026

Venerdì 5 Giugno 2026

CONSACRAZIONE AL SACRO CUORE DI GESÙ

O Gesù dolcissimo, o Redentore del genere umano,
riguarda a noi umilmente prostrati innanzi a Te.

Noi siamo tuoi, e tuoi vogliamo essere;
e per vivere a Te più strettamente congiunti,
ecco che ognuno di noi, oggi spontaneamente
si consacra al tuo sacratissimo Cuore.

Molti, purtroppo, non ti conobbero mai;
molti, disprezzando i tuoi comandamenti, ti ripudiarono.

O benignissimo Gesù,
abbi misericordia e degli uni e degli altri
e tutti quanti attira al tuo sacratissimo Cuore.

O Signore, sii il Re non solo dei fedeli
che non si allontanarono mai da Te,
ma anche di quei figli prodighi che ti abbandonarono;
fa' che questi, quanto prima, ritornino alla casa paterna,
per non morire di miseria e di fame.

Sii il Re di coloro che vivono nell'inganno e nell'errore,
o per discordia da Te separati;
richiamali al porto della verità, all'unità della fede,
affinché in breve si faccia un solo ovile sotto un solo pastore.

Largisci, o Signore,
incolumità e libertà sicura alla tua Chiesa,
concedi a tutti i popoli la tranquillità dell'ordine.

Fa' che da un capo all'altro della terra
risuoni quest'unica voce:
Sia lode a quel Cuore divino, da cui venne la nostra salute;
a lui si canti gloria e onore nei secoli dei secoli.

Amen.

*Grazie per aver partecipato
a questo momento di preghiera comunitaria.
Porta a casa con te questo libretto
per la tua meditazione personale.*



Con decreto di S. Ecc.za Mons Camillo Cibotti Vescovo di Isernia-Venafro per tutta la durata dell'Anno Santo, dal 29 dicembre 2024 al 28 dicembre 2025

la **Chiesa del Sacro Cuore** è da considerarsi **Chiesa Giubilare**
presso cui sarà possibile lucrare l'**indulgenza giubilare**
secondo le consuete indicazioni

*(confessione, comunione e preghiera secondo le intenzioni del Papa)
e le specifiche disposizioni della Penitenzieria Apostolica per il Giubileo 2025
(visita con devozione di un luogo gubilaro ove, per un congruo
si intratterranno nell'adorazione eucaristica e nella messa
concludendo con il Padre nostro, la Professione di
e le invocazioni a Maria Madre di Dio)*