

Come fare un piccolo Cenacolo Mariano

► *Segno di croce*

Invocazione allo Spirito Santo:

*Vieni, Santo Spirito,
Vieni Padre dei poveri,
manda a noi dal cielo,
vieni datore dei doni,
un raggio della tua luce.
Vieni luce dei cuori.*

► *Meditazione di un Mistero del Rosario*

► *Pregare il "Padre nostro", 10 Ave Maria*

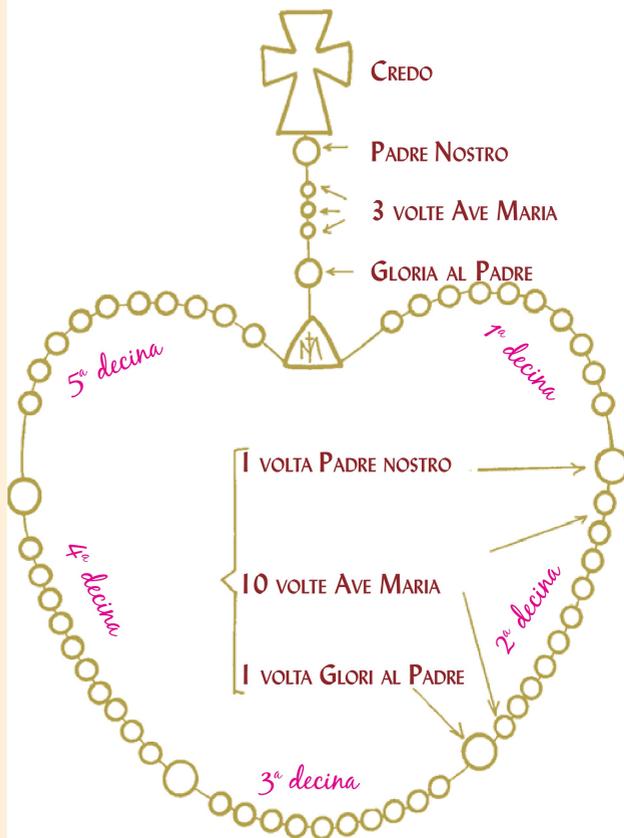
► *Terminare con la piccola lode alla Santissima Trinità (Gloria al Padre...)*

► *Rinnova la Consacrazione alla Mamma Celeste (da ripetere sovente durante la giornata):*

«Mamma, tu sei con me e io sono con te!».

«La consacrazione a Maria dev'essere sempre ricordata, rinnovata e vivificata!» (Giovanni Paolo II).

Il mio Rosario





Piena di grazia

IL MIO ROSARIO

«Il Rosario è il condensato del Vangelo».
«È contemplare con Maria il Volto di Cristo»
(Giovanni Paolo II).

Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo. Amen.

- O Dio vieni a salvarmi.
- Signore vieni presto in mio aiuto.

Contempliamo il mistero con Maria

Misteri Gaudiosi

(lunedì e sabato)

1. *Nel primo mistero gaudioso, voglio meditare l'annunciazione dell'Angelo a Maria Vergine.*
L'Angelo entrò da lei e le disse: «Sia gioia a te, o piena di grazia, il Signore è con te» (Lc 1,28).
Padre nostro. 10 Ave Maria. Gloria.

2. *Nel secondo mistero gaudioso, voglio meditare la visita di Maria Vergine alla sua parete Elisabetta.*
«Appena Elisabetta ebbe udito il saluto di Maria, il bambino le sussultò nel grembo

ed Elisabetta fu ripiena di Spirito Santo» (Lc 1,41).

Padre nostro. 10 Ave Maria. Gloria.

3. *Nel terzo mistero gaudioso, voglio meditare la nascita di Gesù Cristo nella grotta di Betlemme.*
«Maria diede alla luce il suo figlio primogenito, lo avvolse in fasce e lo depose in una mangiatoia, perché non c'era posto per loro nell'albergo» (Lc 2,6).
Padre nostro. 10 Ave Maria. Gloria.
4. *Nel quarto mistero gaudioso, voglio meditare la presentazione di Gesù Bambino al Tempio.*
«Maria e Giuseppe portarono il Bimbo a Gerusalemme per presentarlo al Signore» (Lc 2,2).
Padre nostro. 10 Ave Maria. Gloria.
5. *Nel quinto mistero gaudioso, voglio meditare il ritrovamento di Gesù fra i dotti del Tempio.*
«Al vederlo, restarono stupiti e sua Madre gli disse: “Figlio, perché ci hai fatto così? Ecco, tuo padre e io, angosciati, ti cercavamo» (Lc 2,48).
Padre nostro. 10 Ave Maria. Gloria.



Il Signore è con te

Contempliamo il mistero con Maria

Misteri Luminosi

(giovedì)

1. Nel primo mistero luminoso, voglio meditare il Battesimo di Gesù nel Giordano.

In quei giorni, Gesù venne da Nazaret di Galilea e fu battezzato nel Giordano da Giovanni. E subito, uscendo dall'acqua, vide squarciarsi i cieli e lo Spirito discendere verso di lui come una colomba. E venne una voce dal cielo: «Tu sei il Figlio mio, l'amato: in te ho posto il mio compiacimento» (Mc 1,9-11).

Padre nostro. 10 Ave Maria. Gloria.

2. Nel secondo mistero luminoso, voglio meditare l'autorivelazione di Gesù alle nozze di Cana.

Il terzo giorno vi fu una festa di nozze a Cana di Galilea e c'era la madre di Gesù. Fu invitato alle nozze anche Gesù con i suoi discepoli (Gv 2,1-2).

Padre nostro. 10 Ave Maria. Gloria.

3. Nel terzo mistero luminoso, voglio meditare l'annuncio del Regno di Dio.

Dopo che Giovanni fu arrestato, Gesù andò nella Galilea, proclamando il vangelo di Dio,

e diceva: «Il tempo è compiuto e il regno di Dio è vicino; convertitevi e credete nel Vangelo» (Mc 1,14-15).

Padre nostro. 10 Ave Maria. Gloria.

4. Nel quarto mistero luminoso, voglio meditare la Trasfigurazione di Gesù.

Gesù salì sul monte a pregare. Mentre pregava, il suo volto cambiò d'aspetto e la sua veste divenne candida e sfolgorante. Ed ecco, due uomini conversavano con lui: erano Mosè ed Elia, apparsi nella gloria, e parlavano del suo esodo, che stava per compiersi a Gerusalemme (Lc 9,28-31).

Padre nostro. 10 Ave Maria. Gloria.

5. Nel quinto mistero luminoso, voglio meditare l'istituzione dell'Eucaristia.

Mentre mangiavano, Gesù prese il pane e recitò la benedizione, lo spezzò e lo diede loro, dicendo: «Prendete, questo è il mio corpo». Poi prese un calice e rese grazie, lo diede loro e ne bevvero tutti. E disse loro: «Questo è il mio sangue dell'alleanza, che è versato per molti. In verità io vi dico che non berrò mai più del frutto della vite fino al giorno in cui lo berrò nuovo, nel regno di Dio» (Mc 14,22-25).

Padre nostro. 10 Ave Maria. Gloria.



*Tu sei benedetta
fra le donne*

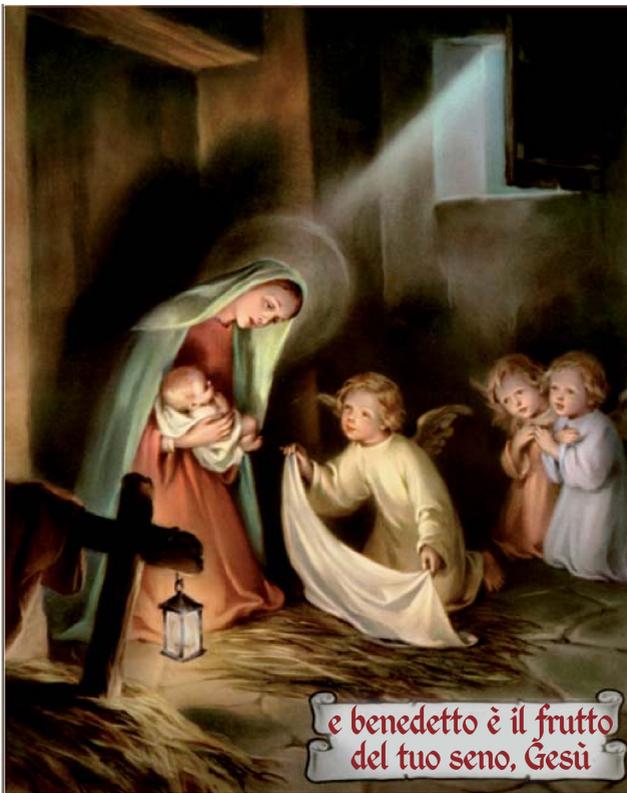
Contempliamo il mistero con Maria

Misteri Dolorosi

(martedì e venerdì)



1. *Nel primo mistero doloroso, voglio meditare l'agonia di Gesù nell'orto degli Ulivi. Gesù invita i discepoli: «Pregate per non entrare in tentazione» (Mc 14,38).*
Padre nostro. 10 Ave Maria. Gloria.
2. *Nel secondo mistero doloroso, voglio meditare la flagellazione di Gesù alla colonna.*
«Allora Pilato lasciò libero Barabba; Gesù, invece, lo fece flagellare e poi lo consegnò perché venisse crocifisso» (Mt 27,26).
Padre nostro. 10 Ave Maria. Gloria.
3. *Nel terzo mistero doloroso, voglio meditare la coronazione di spine di Gesù.*
«Non c'è più grande amore che dare la vita per i propri amici» (Gv 15,13).
Padre nostro. 10 Ave Maria. Gloria.
4. *Nel quarto mistero doloroso, voglio meditare il cammino al Calvario di Gesù carico della croce.*
«Poi lo trascinarono a crocifiggere. Nell'uscire, incontrarono un uomo di Cirene, di nome Simone e lo requisirono per fargli portare la croce di Gesù» (Mt 27,32).
Padre nostro. 10 Ave Maria. Gloria.
5. *Nel quinto mistero doloroso, voglio meditare la crocifissione e morte di Gesù Cristo.*
Presso la croce di Gesù stava sua Madre. Vedendo la Madre, e accanto a lei il discepolo che egli amava, Gesù disse alla Madre: «Donna, ecco tuo figlio». Poi disse al discepolo (ciascuno di noi): «Ecco tua Madre» (Gv 19,27).
Padre nostro. 10 Ave Maria. Gloria.



e benedetto è il frutto
del tuo seno, Gesù

Contempliamo il mistero con Maria

Misteri Gloriosi

(mercoledì e domenica)

1. *Nel primo mistero glorioso, voglio meditare la risurrezione di Gesù Cristo.*
L'Angelo disse alle donne: «Non abbiate paura! So che cercate Gesù il crocifisso. Non è qui. È risorto, come aveva detto» (Mt 28,5-6).

Padre nostro. 10 Ave Maria. Gloria.

2. *Nel secondo mistero glorioso, voglio meditare l'ascensione di Gesù Cristo al cielo.*
Gesù disse ai discepoli: «Andate in tutto il mondo e predicate il Vangelo a ogni creatura» (Mc 16,19).

Padre nostro. 10 Ave Maria. Gloria.



3. *Nel terzo mistero glorioso, voglio meditare la discesa dello Spirito Santo sopra Maria Vergine e gli Apostoli riuniti in Cenacolo.*
«Apparvero loro lingue come di fuoco che si dividevano e si posarono su ciascuno di loro; ed essi furono tutti pieni di Spirito Santo e cominciarono a parlare in altre lingue come lo Spirito dava loro il potere di esprimersi» (At 2, 2-4).

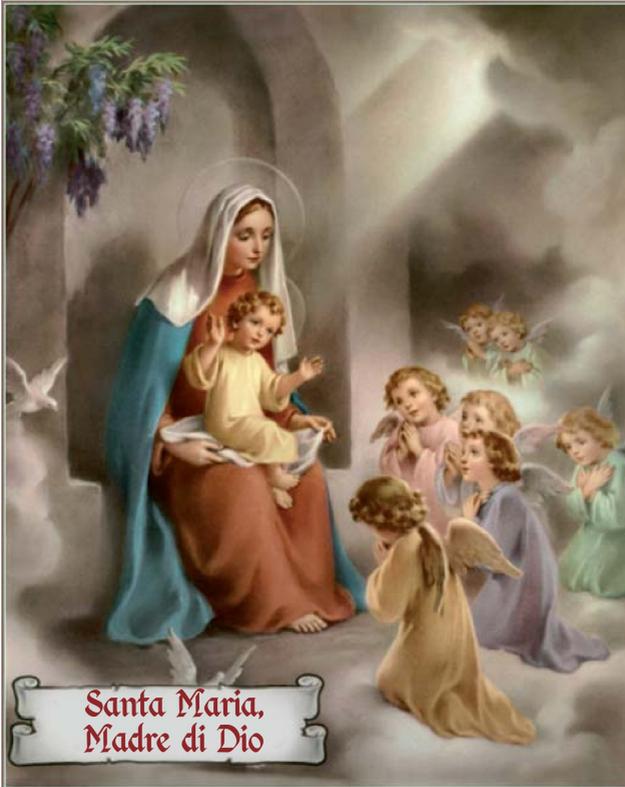
Padre nostro. 10 Ave Maria. Gloria.

4. *Nel quarto mistero glorioso, voglio meditare l'assunzione di Maria Vergine in cielo.*
«Un segno grandioso apparve in cielo: una Donna. Il sole l'avvolge come di un manto, la luna è sotto i suoi piedi e dodici stelle le coronano il capo» (Ap 12,1).

Padre nostro. 10 Ave Maria. Gloria.

5. *Nel quinto mistero glorioso, voglio meditare l'incoronazione di Maria Vergine e la gloria degli Angeli e dei Santi.*
«E vidi la Città Santa, la Gerusalemme nuova che scendeva dal cielo, da presso Dio; si era fatta bella come una giovane sposa abbigliata per il suo sposo» (Ap 21,2).

Padre nostro. 10 Ave Maria. Gloria.



*Santa Maria,
Madre di Dio*

LITANIE LAURETANE DELLA BEATA VERGINE MARIA

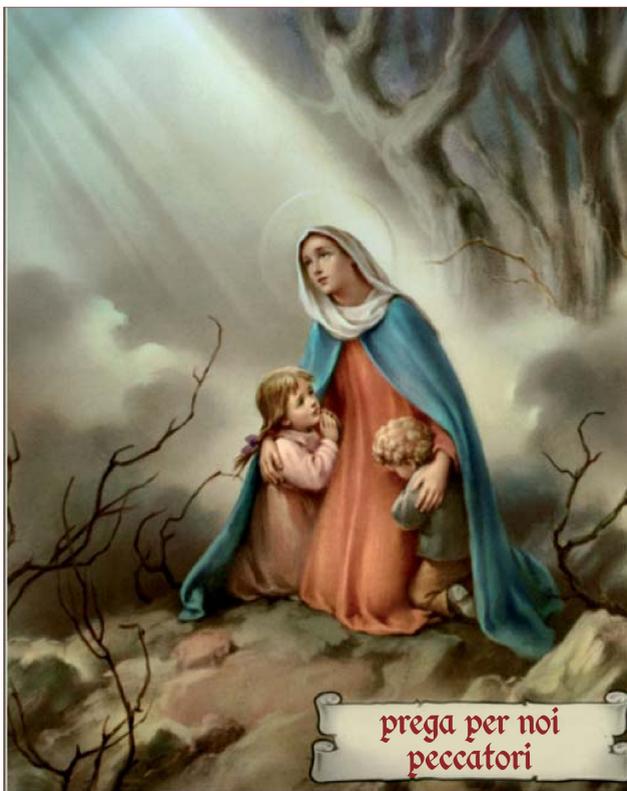
Signore, piet�	Signore, piet�
Cristo, piet�	Cristo, piet�
Signore, piet�	Signore, piet�
Cristo, ascoltaci	Cristo, ascoltaci
Cristo, esaudiscici	Cristo, esaudiscici
O Dio, Padre celeste	abbi piet� di noi
O Dio, Figlio Redentore del mondo	

O Dio, Spirito Santo	abbi piet� di noi
Santa Trinit�, unico Dio	abbi piet� di noi

Santa Maria	prega per noi
Santa Madre di Dio	prega per noi
Santa Vergine delle vergini	prega per noi
Madre di Cristo	prega per noi
Madre della Chiesa	prega per noi
Madre della divina grazia	prega per noi
Madre purissima	prega per noi
Madre castissima	prega per noi
Madre sempre vergine	prega per noi
Madre immacolata	prega per noi
Madre degna d'amore	prega per noi
Madre ammirabile	prega per noi
Madre del buon consiglio	prega per noi
Madre del Creatore	prega per noi
Madre del Salvatore	prega per noi
Vergine prudente	prega per noi
Vergine degna di onore	prega per noi
Vergine degna di lode	prega per noi

Vergine potente	prega per noi
Vergine clemente	prega per noi
Vergine fedele	prega per noi
Specchio di perfezione	prega per noi
Sede della Sapienza	prega per noi
Fonte della nostra gioia	prega per noi
Tempio dello Spirito Santo	prega per noi
Tabernacolo dell'eterna gloria	prega per noi
Dimora consacrata a Dio	prega per noi
Rosa mistica	prega per noi
Torre della santa citt� di Davide	

Fortezza inespugnabile	prega per noi
Santuario della divina presenza	prega per noi
Arca dell'alleanza	prega per noi
Porta del cielo	prega per noi
Stella del mattino	prega per noi
Salute degli infermi	prega per noi
Rifugio dei peccatori	prega per noi
Consolatrice degli afflitti	prega per noi
Aiuto dei cristiani	prega per noi
Regina degli angeli	prega per noi
Regina dei patriarchi	prega per noi
Regina dei profeti	prega per noi
Regina degli apostoli	prega per noi
Regina dei martiri	prega per noi
Regina dei confessori della fede	prega per noi
Regina delle vergini	prega per noi
Regina di tutti i santi	prega per noi
Regina concepita senza peccato	prega per noi
Regina assunta in cielo	prega per noi
Regina del santo rosario	prega per noi
Regina della famiglia	prega per noi



prega per noi
peccatori