

# Aiutami con la tua protezione

## PODCAST - Tracce di preghiera per la quaresima - 3

Durante questa settimana ci lasciamo guidare dalle parole di Anselmo d'Aosta (conosciuto anche come Anselmo di Canterbury), monaco e arcivescovo di Canterbury, e da una preghiera contenuta nei testi apocrifi, precisamente negli Atti di Giovanni.

### **Anselmo d'Aosta: "Converti il mio tepore in amore per te"**

Signore Gesù Cristo,  
mia redenzione, mia misericordia e salvezza,  
io ti lodo e ti rendo grazie.  
Per quanto lontanissime dai doni che tu fai,  
per quanto molto inferiori alla dedizione che tu meriti,  
per quanto troppo scarse davanti alla generosità  
del tuo affetto dolcissimo, che pur vorrei avere,  
tuttavia ti rende ora la mia anima  
queste povere lodi  
e questa povera gratitudine:  
non è quello che so di doverti  
ma è quello che posso tentare.  
Speranza del mio cuore, forza della mia anima,  
aiuto della mia debolezza,  
la tua onnipotente bontà completi  
ciò che la mia impotenza poco fervente cerca di fare.  
Vita mia, meta del mio intento,  
anche se ancora non sono alla misura dell'amore dovuto,  
certo però desidero amarti quanto io devo.  
Luce mia, tu vedi la mia coscienza,  
perché "davanti a te, Signore, è ogni mio desiderio" (Sal 38,10);  
e se qualcosa di buono io voglio, è da te che mi viene.  
Se è cosa buona ciò che tu ispiri, Signore,  
anzi, poiché è cosa buona che ti voglia amare,  
concedi quello che mi fai volere,  
concedi che giunga ad amarti quanto chiedi.  
Ti lodo e ti ringrazio per il desiderio che mi ispiri;  
ti lodo e ti prego che non resti in me senza frutto  
quello che spontaneamente hai donato.  
Termina ciò che hai incominciato;  
dona ciò che, prevenendomi con amore,  
senza mio merito mi hai fatto bramare.  
Misericordia infinita, converti il tepore che è in me  
nell'amore più fervente per te ...  
Mio Signore, mio creatore,  
tu che mi sostieni e mi nutri,  
sii tu il mio aiuto.

### **Atti di Giovanni: "Tutto abbracci e ricolmi"**

O Gesù, che hai intrecciato  
con il tuo intreccio questa corona,  
che hai congiunto tutti questi fiori  
al fiore immarcescibile del tuo volto,  
tu che hai seminato queste parole  
tu che solo hai cura dei tuoi servi,  
medico che guarisci gratuitamente,  
tu che solo benefichi e non disprezzi,  
tu solo compassionevole e amante degli uomini,  
tu solo salvatore e giusto,  
tu che sempre sei e sei in tutti  
e sei dovunque presente

e tutte le cose abbracci e ricolmi,  
Cristo Gesù, Dio Signore;  
tu che con i tuoi doni e la tua misericordia  
proteggi quelli che sperano in te,  
tu che ben conosci le arti dell'eterno nostro nemico  
e tutti gli attacchi che egli tende contro di noi,  
soltanto tu, Signore, aiuta con la tua protezione  
i tuoi servi.

---

Le preghiere che hai ascoltato, e che ascolterai ogni venerdì di Quaresima, sono tratte dal libro: [Vieni sulla nostra strada. Preghiere a Cristo, Edizioni Qiqajon](#). Per saperne di più: [qiqajon.it](http://qiqajon.it)

**PROSSIMA TRACCIA VENERDÌ 1 MARZO**