

# Ricordati di me

Written by Monastero di Bose.

## PODCAST - Tracce di preghiera per la quaresima - 2

Le preghiere di oggi attingono a due tradizioni: quella dell'occidente latino, con Alberto Magno, domenicano tedesco, e quella greca e bizantina, con il padre della chiesa Gregorio di Nazianzo.

Due preghiere rivolte a Gesù Cristo per essere sostenuti nella tentazione e custoditi dal male.

### **Alberto Magno: "Preghiera nella tentazione"**

Signore Gesù Cristo, che con la tua grazia mi hai condotto al deserto della penitenza, proteggimi, perché non sia vinto dal tentatore.

La vanagloria non mi faccia perdere la condizione di figlio di Dio, non mi allontani dal rigore della penitenza.

Ma, con la tua parola di verità, muta per me in pane questi rigori della penitenza che il tentatore chiama pietre, e muta in pietre i godimenti che chiama pane.

Egli non mi ponga sul pinnacolo del tempio facendomi stimare me stesso migliore degli altri.

Non mi getti a terra con una falsa umiltà, e io non tenti il mio Signore suscitando un'occasione per peccare, esaurendo le mie forze fisiche con sconsiderate penitenze, o esponendomi a qualche pericolo.

Non mi trasporti sulla montagna dell'ambizione; e, sotto la spinta della cupidigia, non lo adori piegando davanti a lui le ginocchia del mio cuore, della mia volontà e della mia intelligenza.

Scaccia lontano da me tutto ciò che ti si oppone, affinché ti adori, mio Signore, e non serva altri all'infuori di te.

Il tentatore lasci la presa, i tuoi angeli si facciano a me prossimi per custodirmi dal male e mi assistano nella pratica del bene.

### **Gregorio di Nazianzo: "Supplica a Cristo"**

O re, possa io non dimenticarmi di te,  
come neppure tu di me,  
tu che sei oggetto, o re,  
di meditazione dei sapienti e triplice luce;  
ché non accada che il nemico, passando inosservato,  
mi trascini con sé nei recessi dell'Ade  
e alle amare porte delle tenebre.  
È infatti funesto,  
e prepara insidie per i tuoi amici.  
Ma riuscirò certamente a sfuggirgli,  
se tu ti ricordi di me  
e sempre rendi serrati i miei discorsi e pensieri.

---

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](#)

## PROSSIMA TRACCIA VENERDÌ 23 FEBBRAIO

**ASCOLTA LA PRIMA TRACCIA**