

# GIOVEDÌ 29 GENNAIO

III settimana del tempo ordinario - III settimana del salterio

## LA PREGHIERA

### Introduzione

**O Dio vieni a salvarmi, Signore vieni presto in mio aiuto.  
Gloria al Padre al Figlio e allo Spirito Santo, a Dio che è che era e che viene, per i secoli dei secoli, amen. Alleluia.**

### Inno (CFC)

*Nel nuovo giorno che sorge  
noi siamo innanzi a te,  
lodando il tuo nome o Padre,  
la nostra alba si volge  
alla fonte nascosta  
della tua luce.*

*E quando è fonda la notte  
noi siamo innanzi a te,  
o fonte della luce;  
in noi la lode  
celebra al di là di quest'ora,  
l'alba eterna.*

*Già la tua ora è vicina,  
noi siamo innanzi a te,  
rivolti alla tua casa;  
pronto è il cuore a obbedire*

*se la Voce dirà:  
«Vieni al Padre».*

### Salmo CF. SAL 109 (110)

Oracolo del Signore  
al mio signore:  
«Siedi alla mia destra  
finché io ponga i tuoi nemici  
a sgabello dei tuoi piedi».  
Lo scettro del tuo potere  
stende il Signore da Sion:  
domina in mezzo ai tuoi nemici!  
A te il principato  
nel giorno della tua potenza  
tra santi splendori;  
dal seno dell'aurora,  
come rugiada, io ti ho generato.

Il Signore ha giurato  
e non si pente:  
«Tu sei sacerdote per sempre  
al modo di Melchisedek».

Il Signore è alla tua destra!  
Egli abatterà i re  
nel giorno della sua ira,

lungo il cammino  
si disseta al torrente,  
perciò solleva alta la testa.

## Ripresa della Parola di Dio del giorno

Prestiamo attenzione gli uni agli altri, per stimolarci a vicenda nella carità e nelle opere buone (*Eb 10,24*).

Cantico di Zaccaria o di Maria o di Simeone (*vedi bandella*)

## Lode e intercessione

Rit.: L'abbondanza della tua misericordia, Signore, guidi le nostre scelte.

- Per discernere il nostro cammino.
- Per discernere e misurare la qualità delle nostre relazioni.
- Per compiere scelte concrete nella nostra società che non seguano la logica dell'indifferenza e dell'individualismo.

## Padre nostro

Orazione (*vedi Colletta*)

## LA MESSA

### ANTIFONA D'INGRESSO SAL 95 (96),1.6

Cantate al Signore un canto nuovo,  
cantate al Signore da tutta la terra;  
splendore e maestà dinanzi a lui,  
potenza e bellezza nel suo santuario.

### COLLETTA

Dio onnipotente ed eterno, guida i nostri atti secondo la tua volontà, perché nel nome del tuo diletto Figlio portiamo frutti generosi di opere buone. Per il nostro Signore Gesù Cristo...

### PRIMA LETTURA EB 10,19-25

Dalla Lettera agli Ebrei

<sup>19</sup>Fratelli, poiché abbiamo piena libertà di entrare nel santuario per mezzo del sangue di Gesù, <sup>20</sup>via nuova e vivente che egli ha inaugurato per noi attraverso il velo, cioè la sua carne, <sup>21</sup>e poiché abbiamo un sacerdote grande nella casa di Dio, <sup>22</sup>accostiamoci con cuore sincero, nella pienezza della fede, con i cuori purificati da ogni cattiva coscienza e il corpo lavato con acqua pura. <sup>23</sup>Manteniamo senza vacillare la professione della nostra speranza, perché è degno di fede colui che ha promesso.

<sup>24</sup>Prestiamo attenzione gli uni agli altri, per stimolarci a vicenda nella carità e nelle opere buone. <sup>25</sup>Non disertiamo le nostre riunioni, come alcuni hanno l'abitudine di fare, ma esortiamoci a vicenda, tanto più che vedete avvicinarsi il giorno del Signore. – *Parola di Dio.*

## **SALMO RESPONSORIALE** 23 (24)

Rit. **Noi cerchiamo il tuo volto, Signore.**

<sup>1</sup>Del Signore è la terra e quanto contiene:  
il mondo con i suoi abitanti.

<sup>2</sup>È lui che l'ha fondato sui mari  
e sui fiumi l'ha stabilito. **Rit.**

<sup>3</sup>Chi potrà salire il monte del Signore?  
Chi potrà stare nel suo luogo santo?

<sup>4</sup>Chi ha mani innocenti e cuore puro,  
chi non si rivolge agli idoli. **Rit.**

<sup>5</sup>Egli otterrà benedizione dal Signore,  
giustizia da Dio sua salvezza.

<sup>6</sup>Ecco la generazione che lo cerca,  
che cerca il tuo volto, Dio di Giacobbe. **Rit.**

**CANTO AL VANGELO** SAL 118 (119),105

Alleluia, alleluia.

Lampada per i miei passi è la tua parola,  
luce sul mio cammino.

Alleluia, alleluia.

**VANGELO** Mc 4,21-25

✠ Dal Vangelo secondo Marco

In quel tempo, Gesù <sup>21</sup>diceva [alla folla]: «Viene forse la lampada per essere messa sotto il moggio o sotto il letto? O non invece per essere messa sul candelabro? <sup>22</sup>Non vi è infatti nulla di segreto che non debba essere manifestato e nulla di nascosto che non debba essere messo in luce. <sup>23</sup>Se uno ha orecchi per ascoltare, ascolti!».

<sup>24</sup>Diceva loro: «Fate attenzione a quello che ascoltate. Con la misura con la quale misurate sarà misurato a voi; anzi, vi sarà dato di più. <sup>25</sup>Perché a chi ha, sarà dato; ma a chi non ha, sarà tolto anche quello che ha». – *Parola del Signore.*

**PREGHIERA SULLE OFFERTE**

Accogli i nostri doni, Padre misericordioso, e consacrali con la potenza del tuo Spirito, perché diventino per noi sacramento di salvezza. Per Cristo nostro Signore.

## **ANTIFONA ALLA COMUNIONE** SAL 33 (34),6

Guardate al Signore, sarete raggianti,  
e il vostro volto non sarà confuso.

## **PREGHIERA DOPO LA COMUNIONE**

O Dio, che in questi santi misteri ci hai nutriti col corpo e sangue del tuo Figlio, fa' che ci rallegriamo sempre del tuo dono, sorgente inesauribile di vita nuova. Per Cristo nostro Signore.

## **PER LA RIFLESSIONE**

### **Piena libertà**

La Lettera agli Ebrei ci ricorda con una certa solennità che «abbiamo piena libertà di entrare nel santuario per mezzo del sangue di Gesù», che si è fatto per noi «via nuova e vivente che egli ha inaugurato per noi attraverso il velo, cioè la sua carne» (Eb 10,19-20). Da parte sua, il Signore Gesù ci ricorda che questo ingresso libero alla sua stessa vita divina è direttamente proporzionale alla nostra disponibilità a lasciar entrare dentro di noi il seme della Parola e la luce fecondante della sua stessa presenza. Questa intima presenza è capace di fare di noi il segno e la testimonianza dell'opera di Dio al cuore della storia. Per questo la domanda del Signore Gesù ci riguarda profondamente e, per molti aspetti, esige da noi una risposta generosa

e profondamente coinvolta: «Viene forse la lampada per essere messa sotto il moggio o sotto il letto? O non invece per essere messa sul candelabro?» (Mc 4,21). La libertà che il Signore ci dona e ci richiede sembra essere duplice: la libertà di accogliere il dono della sua presenza e la libertà di esporci al rischio della testimonianza. Perché l'una e l'altra libertà possano realmente darsi nella nostra vita concreta, è necessaria una misura abbondante – anzi sovrabbondante – di autentico ascolto, che è la forma primordiale dell'accoglienza della vita che ci viene da fuori e da più lontano di noi stessi: «Fate attenzione a quello che ascoltate. Con la misura con la quale misurate sarà misurato a voi; anzi, vi sarà dato di più» (4,24). Non è raro che percepiamo il dovere e le implicanze di un ascolto sincero e generoso quasi come fosse una limitazione della nostra libertà, al contrario esso è la via di una sempre più ampia liberazione che permette una sorta di interiore germinazione della capacità di crescere in apertura, in generosità, in dono. L'invito all'ascolto del Signore Gesù viene ripreso – in un'altra dimensione non meno essenziale – in conclusione della prima lettura: «Prestiamo attenzione gli uni agli altri, per stimolarci a vicenda nella carità e nelle opere buone» (Eb 10,24).

Dopo la parabola del seminatore, questa piccola raccolta di consigli che il Signore Gesù offre ai suoi discepoli ci ricorda che la parola di Dio non è destinata a essere abbandonata nel nostro cuore come in una cantina deserta e dimenticata, ma a

essere custodita come un tesoro sulle cui risorse si possa sempre contare e che si può sempre investire. Il nostro rapporto con la parola di Dio è spesso confuso, e rischia di smarrirsi nel pendolo tra intellettualismo ed emotività. Invece la parola di Dio vuole essere per noi una luce che si possa ascoltare e, in certo modo, continuamente proferire come facciamo con le parole e ben più delle parole. Lasciar deperire questa risorsa nei bassifondi della nostra anima equivarrebbe a farla mentire cominciando col farla marcire. Al contrario, accoglierla significa lasciarla risplendere, tanto da far sì che essa illumini non solo noi stessi, ma anche tutto ciò che ci circonda.

*Signore Gesù, ci lasciamo incantare dalla piena libertà con cui una lucerna arde e risplende, dalla piena libertà con cui i fiori si schiudono al calore del sole, dalla piena libertà con cui il nostro cuore – nei suoi momenti migliori – è capace di accogliere la tua presenza fino a farla risplendere come un dono condiviso. Sia lode a te!*

**Cattolici**

Beata Boleslava Maria Lament, fondatrice (1946).

**Ortodossi**

Traslazione delle reliquie del santo ieromartire Ignazio il Teoforo (115 ca.).

**Copti**

Morte/Dormizione della vergine Madre di Dio; Procoro, uno dei 72 discepoli (I sec.).

**Luterani**

Theophil Wurm, vescovo (1953).