

XVI domenica del tempo ordinario

DOMENICA 19 LUGLIO

XVI settimana del tempo ordinario - IV 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 (TUROLDO)

*Altissima fonte  
del cosmo, la luce,  
Signore, creasti:  
e fu primo giorno.*

*L'inizio fu luce,  
che limpida splende:  
vittoria sul buio,  
sul vuoto e sul caos.*

*Sorgente perenne  
di quanto esiste,  
la tenebra sgombra  
pur oggi dal mondo. Amen.*

### Salmo CF. SAL 117 (118)

Apritemi le porte  
della giustizia:

vi entrerò  
per ringraziare il Signore.  
È questa la porta del Signore:  
per essa entrano i giusti.  
Ti rendo grazie,  
perché mi hai risposto,  
perché sei stato  
la mia salvezza.  
La pietra scartata  
dai costruttori  
è divenuta la pietra d'angolo.  
Questo è stato fatto  
dal Signore:  
una meraviglia ai nostri occhi.  
Questo è il giorno  
che ha fatto il Signore:  
ralleghiamoci in esso  
ed esultiamo!

Ti preghiamo, Signore:  
dona la salvezza!  
Ti preghiamo, Signore:  
dona la vittoria!  
Benedetto colui che viene  
nel nome del Signore.

Vi benediciamo  
dalla casa del Signore.  
Il Signore è Dio,  
egli ci illumina.

## Ripresa della Parola di Dio del giorno

Sceso dalla barca, egli vide una grande folla, ebbe compassione di loro, perché erano come pecore che non hanno pastore, e si mise a insegnare loro molte cose (*Mc 6,34*).

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

## Lode e intercessione

Rit.: **Ti ringraziamo, Signore!**

- Perché non smetti di posare il tuo sguardo sulle nostre fragilità e i nostri bisogni.
- Perché la tua compassione ci dona forza e vigore per riprendere il cammino.
- Perché continui a insegnarci un amore che rinuncia ai propri bisogni, per essere offerta e donazione continua.

## Padre nostro

**Orazione** (vedi Colletta)

# LA MESSA

## ANTIFONA D'INGRESSO

SAL 53 (54),6.8

Ecco, Dio viene in mio aiuto,  
il Signore sostiene l'anima mia.

A te con gioia offrirò sacrifici  
e loderò il tuo nome, Signore, perché sei buono.

*Gloria*

p. 616

## COLLETTA

Sii propizio a noi tuoi fedeli, Signore, e donaci i tesori della tua grazia, perché, ardenti di speranza, fede e carità, restiamo sempre fedeli ai tuoi comandamenti. Per il nostro Signore Gesù Cristo...

*oppure*

Dona ancora, o Padre, alla tua Chiesa, convocata per la Pasqua settimanale, di gustare nella parola e nel pane di vita la presenza del tuo Figlio, perché riconosciamo in lui il vero profeta e pastore, che ci guida alle sorgenti della gioia eterna. Per il nostro Signore Gesù Cristo...

**PRIMA LETTURA** GER 23,1-6

Dal libro del profeta Geremia

Dice il Signore: <sup>1</sup>«Guai ai pastori che fanno perire e disperdono il gregge del mio pascolo. Oracolo del Signore. <sup>2</sup>Per ciò dice il Signore, Dio d'Israele, contro i pastori che devono pascere il mio popolo: Voi avete disperso le mie pecore, le avete scacciate e non ve ne siete preoccupati; ecco io vi punirò per la malvagità delle vostre opere. Oracolo del Signore.

<sup>3</sup>Radunerò io stesso il resto delle mie pecore da tutte le regioni dove le ho scacciate e le farò tornare ai loro pascoli; saranno feconde e si moltiplicheranno. <sup>4</sup>Costituirò sopra di esse pastori che le faranno pascolare, così che non dovranno più temere né sgomentarsi; non ne mancherà neppure una. Oracolo del Signore.

<sup>5</sup>Ecco, verranno giorni – oracolo del Signore – nei quali susciterò a Davide un germoglio giusto, che regnerà da vero re e sarà saggio ed eserciterà il diritto e la giustizia sulla terra. <sup>6</sup>Nei suoi giorni Giuda sarà salvato e Israele vivrà tranquillo, e lo chiameranno con questo nome: Signore-nostra-justizia». – *Parola di Dio.*

**SALMO RESPONSORIALE** 22 (23)

Rit. Il Signore è il mio pastore: non manco di nulla.

<sup>1</sup>Il Signore è il mio pastore:  
non manco di nulla.

<sup>2</sup>Su pascoli erbosi mi fa riposare,  
ad acque tranquille mi conduce.

<sup>3</sup>Rinfranca l'anima mia. **Rit.**

Mi guida per il giusto cammino  
a motivo del suo nome.

<sup>4</sup>Anche se vado per una valle oscura,  
non temo alcun male, perché tu sei con me.

Il tuo bastone e il tuo vincastro  
mi danno sicurezza. **Rit.**

<sup>5</sup>Davanti a me tu prepari una mensa  
sotto gli occhi dei miei nemici.

Ungi di olio il mio capo;  
il mio calice trabocca. **Rit.**

<sup>6</sup>Sì, bontà e fedeltà mi saranno compagne  
tutti i giorni della mia vita,

abiterò ancora nella casa del Signore  
per lunghi giorni. **Rit.**

**SECONDA LETTURA** Ef 2,13-18

Dalla Lettera di san Paolo apostolo agli Efesini

Fratelli, <sup>13</sup>ora, in Cristo Gesù, voi che un tempo eravate lontani, siete diventati vicini, grazie al sangue di Cristo.

<sup>14</sup>Egli infatti è la nostra pace, colui che di due ha fatto una cosa sola, abbattendo il muro di separazione che li divideva, cioè l'inimicizia, per mezzo della sua carne.

<sup>15</sup>Così egli ha abolito la Legge, fatta di prescrizioni e di decreti, per creare in se stesso, dei due, un solo uomo nuovo, facendo la pace, <sup>16</sup>e per riconciliare tutti e due con Dio in un solo corpo, per mezzo della croce, eliminando in se stesso l'inimicizia. <sup>17</sup>Egli è venuto ad annunciare pace a voi che eravate lontani, e pace a coloro che erano vicini.

<sup>18</sup>Per mezzo di lui infatti possiamo presentarci, gli uni e gli altri, al Padre in un solo Spirito. – *Parola di Dio.*

**CANTO AL VANGELO** Gv 10,27

Alleluia, alleluia.

Le mie pecore ascoltano la mia voce, dice il Signore, e io le conosco ed esse mi seguono.

Alleluia, alleluia.

**VANGELO** Mc 6,30-34

✠ Dal Vangelo secondo Marco

In quel tempo, <sup>30</sup>gli apostoli si riunirono attorno a Gesù e gli riferirono tutto quello che avevano fatto e quello che

avevano insegnato. <sup>31</sup>Ed egli disse loro: «Venite in disparte, voi soli, in un luogo deserto, e riposatevi un po'». Erano infatti molti quelli che andavano e venivano e non avevano neanche il tempo di mangiare. <sup>32</sup>Allora andarono con la barca verso un luogo deserto, in disparte. <sup>33</sup>Molti però li videro partire e capirono, e da tutte le città accorsero là a piedi e li precedettero. <sup>34</sup>Sceso dalla barca, egli vide una grande folla, ebbe compassione di loro, perché erano come pecore che non hanno pastore, e si mise a insegnare loro molte cose. – *Parola del Signore.*

*Credo*

p. 618

## **PREGHIERA SULLE OFFERTE**

O Dio, che nell'unico e perfetto sacrificio del Cristo hai dato valore e compimento alle tante vittime della legge antica, accogli e santifica questa nostra offerta come un giorno benedicasti i doni di Abele, e ciò che ognuno di noi presenta in tuo onore giovi alla salvezza di tutti. Per Cristo nostro Signore.

## **ANTIFONA ALLA COMUNIONE** SAL 110 (111),4-5

Ha lasciato un ricordo dei suoi prodigi:  
buono è il Signore e misericordioso,  
egli dà il cibo a coloro che lo temono.

## PREGHIERA DOPO LA COMUNIONE

Assisti, Signore, il tuo popolo, che hai colmato della grazia di questi santi misteri, e fa' che possiamo dalla decadenza del peccato alla pienezza della vita nuova. Per Cristo nostro Signore.

## PER LA RIFLESSIONE

### Un po'!

L'invito del Signore ai suoi discepoli raggiunge anche ciascuno di noi, nella misura in cui, proprio come gli apostoli, andiamo maturando una generosa disponibilità a metterci in gioco a favore degli altri: «Venite in disparte, voi soli, in un luogo deserto, e riposatevi un po'» (Mc 6,31). Questa parola del Signore Gesù, invocata spesso per giustificare la cosiddetta vita contemplativa o claustrale, ha una nota che non va per nulla sottovalutata e senza la quale l'invito di Cristo rischia di creare delle ambiguità: «un po'»! Ciò significa che il riposo che il Maestro desidera dare ai suoi apostoli, poiché erano «molti quelli che andavano e venivano e non avevano neanche il tempo di mangiare», è un momento di reale ripresa nell'intimità con lui che confermi e rafforzi la disponibilità e la creatività nello spendersi a favore degli altri. Non si tratta certo di uno stato di privilegio, né può mai essere pensato come uno stato permanente.

L'intimità con il Signore – «voi soli!» – certamente è il luogo propizio per la purificazione del cuore. Nondimeno, va ricordato che nessuna purificazione evangelicamente può essere pensata per un semplice e talora così narcisistico perfezionamento personale, bensì vuole essere per ciascun discepolo un apprendistato della «compassione» (6,34) che dal cuore di Cristo Signore si comunica a quello dei suoi apostoli... si comunica alla Chiesa... si comunica a ciascuno di noi! Il segno di aver veramente accolto l'invito del Signore a riposare è la disponibilità a entrare nel suo riposo, che è l'amore, il servizio, la compassione, la disponibilità a cercare la pace, senza sottrarsi a essere disturbati dal bisogno degli altri, «perché erano come pecore che non hanno pastore» (6,34).

Essere pastori secondo il cuore di Dio, che si manifesta pienamente nel cuore di Cristo, significa agire sempre in prima persona e accettando di pagare in prima persona: «Radunerò io stesso il resto delle mie pecore» (Ger 23,3). Questa divina attitudine ci permette di fare nostra la convinzione del salmista: «Non temo alcun male, perché tu sei con me» (Sal 22,4). La meditazione che l'apostolo Paolo ci offre nella seconda lettura potrebbe essere riletta pacatamente, per sentire tutto l'abisso della compassione che ci viene donata e che siamo chiamati a donare a nostra volta: «Egli infatti è la nostra pace» (Ef 2,14). Di che tipo di pace si tratta? Che tipo di riposo è promesso ai discepoli di Cristo? Paolo lo chiarisce e ce lo affida come com-

pito: «Per mezzo di lui infatti possiamo presentarci, gli uni e gli altri, al Padre in un solo Spirito» (2,18). È la pace di una solitudine che apre a relazioni sempre più profonde e oblativo, che non permettono mai di accomodarsi né, tantomeno, di disinteressarsi della fatica degli altri. Ogni volta che ci è concesso di riposare «un po'» con il Signore e nel Signore, è solo in vista di darci e di spenderci un po' di più, per essere testimoni di una speranza che non possiamo privatizzare per noi soli, ma va ridonata a tutti con la stessa generosità del nostro Maestro e Signore.

*Signore Gesù, ti ringraziamo perché ci inviti a riposare con te per riprendere non solo le forze, ma per ritrovare il senso profondo del nostro essere tuoi discepoli, che ci richiede la disponibilità a diventare sempre più fratelli tra di noi attraverso il dono reciproco di una compassione che ristora.*

**Cattolici, ortodossi e anglicani**

Macrina, sorella di Basilio, monaca (394).

**Cattolici**

Serafino di Sarov.

**Ortodossi**

I santi Padri teofori dei primi sei concili ecumenici.

**Copti**

Or di Siriaco, martire.