

VENERDÌ 4 MARZO

III settimana di Quaresima - 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.

Inno (UMIL)

*Liberati dal giogo del male,
battezzati nell'acqua profonda,
noi giungiamo
alla terra di prova,
dove i cuori saran resi puri.*

*Dal paese di Egitto
ci hai tratti,
e cammini con noi nel deserto,
per condurci
alla santa montagna sulla quale
si innalza la Croce.*

*Su te, Roccia,
che t'alzi fra noi,
troveremo difesa ed appoggio,
e berremo alla fonte di vita
che ci lava*

dai nostri peccati.

*Tu ci guidi nell'Esodo nuovo
alla gioia profonda di Pasqua:
dalla morte
passando alla vita,
giungeremo
alla terra promessa.*

Salmo CF. SAL 60 (61)

Ascolta, o Dio, il mio grido,
sii attento alla mia preghiera.

Sull'orlo dell'abisso
io ti invoco,
mentre sento
che il cuore mi manca:
guidami tu sulla rupe
per me troppo alta.

Per me sei diventato un rifugio,
una torre fortificata
davanti al nemico.
Vorrei abitare nella tua tenda
per sempre,

vorrei rifugiarmi
all'ombra delle tue ali.
Così canterò inni
al tuo nome per sempre,
adempiendo i miei voti
giorno per giorno.

Ripresa della Parola di Dio del giorno

«Amarlo [Dio] con tutto il cuore, con tutta l'intelligenza e con tutta la forza e amare il prossimo come se stesso vale più di tutti gli olocàusti e i sacrifici» (*Mc 12,33*).

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

Lode e intercessione

Rit.: **Signore, nostro unico Dio, guidaci con il tuo amore.**

- Affinché il nostro cuore non si lasci sedurre da quegli idoli che ci allontanano dalla vita vera che solo tu puoi donarci.
- Affinché il desiderio di amarti si trasformi nel sacrificio a te gradito offerto nell'umiltà del nostro cuore e nel dono di tutte le nostre forze.
- Affinché la fatica quotidiana di amare tutti coloro che incontriamo ci faccia scoprire il tuo volto nascosto nella nostra umanità.

Padre nostro

Orazione (vedi Colletta)

LA MESSA

ANTIFONA D'INGRESSO SAL 85 (86),8.10

Non c'è nessuno come te in cielo, Signore,
perché tu sei grande e compi meraviglie:
tu solo sei Dio.

COLLETTA

Padre santo e misericordioso, infondi la tua grazia nei nostri cuori, perché possiamo salvarci dagli sbandamenti umani e restare fedeli alla tua parola di vita eterna. Per il nostro Signore Gesù Cristo...

PRIMA LETTURA Os 14,2-10

Dal libro del profeta Osèa

Così dice il Signore: ²«Torna, Israele, al Signore, tuo Dio, poiché hai inciampato nella tua iniquità. ³Preparate le parole da dire e tornate al Signore; ditegli: “Togli ogni iniquità, accetta ciò che è bene: non offerta di tori immolati, ma la lode delle nostre labbra. ⁴Assur non ci salverà, non cavalcheremo più su cavalli, né chiameremo più ‘dio nostro’ l’opera delle nostre mani, perché presso di te l’orfano trova misericordia”. ⁵Io li guarirò dalla loro infedeltà, li amerò profonda-

mente, poiché la mia ira si è allontanata da loro. ⁶Sarò come rugiada per Israele; fiorirà come un giglio e metterà radici come un albero del Libano, ⁷si spanderanno i suoi germogli e avrà la bellezza dell'olivo e la fragranza del Libano. ⁸Ritorneranno a sedersi alla mia ombra, faranno rivivere il grano, fioriranno come le vigne, saranno famosi come il vino del Libano.

⁹Che ho ancora in comune con gli idoli, o Èfraim? Io l'esaudivo e veglio su di lui; io sono come un cipresso sempre verde, il tuo frutto è opera mia. ¹⁰Chi è saggio comprenda queste cose, chi ha intelligenza le comprenda; poiché rette sono le vie del Signore, i giusti camminano in esse, mentre i malvagi v'inciampano». – *Parola di Dio*.

SALMO RESPONSORIALE 80 (81)

Rit. **Io sono il Signore, tuo Dio: ascolta la mia voce.**

***oppure:* Signore, tu hai parole di vita eterna.**

⁶Un linguaggio mai inteso io sento:

⁷«Ho liberato dal peso la sua spalla,
le sue mani hanno depresso la cesta.

⁸Hai gridato a me nell'angoscia
e io ti ho liberato. **Rit.**

Nascosto nei tuoni ti ho dato risposta,
ti ho messo alla prova alle acque di Meriba.

⁹Ascolta, popolo mio:
contro di te voglio testimoniare.
Israele, se tu mi ascoltassi! **Rit.**

¹⁰Non ci sia in mezzo a te un dio estraneo
e non prostrarti a un dio straniero.

¹¹Sono io il Signore, tuo Dio,
che ti ha fatto salire dal paese d'Egitto. **Rit.**

¹⁴Se il mio popolo mi ascoltasse!
Se Israele camminasse per le mie vie!

¹⁷Lo nutrirei con fiore di frumento,
lo sazierei con miele dalla roccia». **Rit.**

CANTO AL VANGELO MT 4,17

Gloria e lode a te, o Cristo!
Convertitevi, dice il Signore,
perché il regno dei cieli è vicino.
Gloria e lode a te, o Cristo!

VANGELO Mc 12,28B-34

✠ Dal Vangelo secondo Marco

In quel tempo, ²⁸si avvicinò a Gesù uno degli scribi e gli domandò: «Qual è il primo di tutti i comandamenti?». ²⁹Gesù rispose: «Il primo è: “Ascolta, Israele! Il Signore nostro Dio è l'unico Signore; ³⁰amerai il Signore tuo Dio con tutto il

tuo cuore e con tutta la tua anima, con tutta la tua mente e con tutta la tua forza”. ³¹Il secondo è questo: “Amerai il tuo prossimo come te stesso”. Non c’è altro comandamento più grande di questi».

³²Lo scriba gli disse: «Hai detto bene, Maestro, e secondo verità, che Egli è unico e non vi è altri all’infuori di lui; ³³amarlo con tutto il cuore, con tutta l’intelligenza e con tutta la forza e amare il prossimo come se stesso vale più di tutti gli olocàusti e i sacrifici».

³⁴Vedendo che egli aveva risposto saggiamente, Gesù gli disse: «Non sei lontano dal regno di Dio». E nessuno aveva più il coraggio di interrogarlo. – *Parola del Signore.*

PREGHIERA SULLE OFFERTE

Guarda con benevolenza, Signore, questi doni che ti presentiamo, perché siano a te graditi e diventino per noi sorgente di salvezza. Per Cristo nostro Signore.

Prefazio di Quaresima

pp. 402-403

ANTIFONA ALLA COMUNIONE CF. MC 12,33

Più di tutti i doni offerti, questo è grande:
amare Dio con tutto il cuore e il prossimo come se stessi.

PREGHIERA DOPO LA COMUNIONE

La forza del tuo Spirito ci pervada corpo e anima, o Dio, perché possiamo ottenere pienamente la redenzione alla quale abbiamo partecipato in questi santi misteri. Per Cristo nostro Signore.

PER LA RIFLESSIONE

Amare con tutto il cuore

Spesso Gesù è messo alla prova da scribi e farisei con interrogativi che riguardano interpretazioni della legge di Dio. Molte volte l'intenzione nascosta sotto queste domande non è onesta: c'è il desiderio di cogliere in fallo Gesù, oppure di metterlo in contraddizione con la stessa parola di Dio. Nel brano evangelico di oggi, invece, il cuore dello scriba che interroga Gesù sembra abitato da un autentico desiderio di ricerca. «Qual è il primo di tutti comandamenti?» (Mc 12,28) è la domanda che deve continuamente orientare la vita al cuore della Legge, per discernere ciò che è conforme alla volontà di Dio. Rispondendo a questo interrogativo, Gesù anzitutto invita a mantenere vivo un atteggiamento che è custodito nel grande comandamento e mediante il quale si rimane sempre in tensione nella ricerca la volontà di Dio: «Il primo è: “Ascolta, Israele! Il Signore nostro Dio è l'unico Signore”» (12,29; cf. Dt 6,4). Il primo comandamento è saper ascoltare, saper obbedire con umiltà a quella Parola che Dio continuamente ci dona, perché solo nell'a-

scolto della Parola, di quella Parola che è spirito e vita, possiamo scoprire il senso di un cammino, il senso di una presenza che ci guida e ci apre all'infinito. Ma scegliere di ascoltare e obbedire a questa Parola, significa comprendere che questa è l'unica Parola vera in quanto è la parola dell'unico Signore. Ogni vero ascolto della Parola comporta un distacco: allontanarsi da tutte le altre parole che ci conducono alla morte, parole pronunciate da quegli idoli senza vita che spesso ci affasciano e ci illudono. Ascoltare e obbedire alla parola di Dio è scegliere incessantemente la via della conversione per liberarci dall'idolatria sempre in agguato nel nostro cuore. Si tratta di non chiamare più «“dio nostro” l'opera delle nostre mani» (Os 14,4) e lasciare sempre risuonare questa domanda: «Che ho ancora in comune con gli ìdoli?» (14,9).

L'invito a mettersi in ascolto della Parola è la condizione per scoprire ciò che Dio ci chiede prima di tutto e sempre (il primo comandamento), ciò che sta alla radice del nostro agire e del nostro essere, ciò che sa unificare tutta la complessità della nostra esistenza (cuore, anima, forze, mente), ciò che sa orientare tutte le nostre potenzialità verso l'infinito (Dio stesso) e sa renderle vere attraverso la mediazione della nostra carne (il fratello). «Amerai il Signore Dio tuo con tutto il tuo cuore [...]. Amerai il tuo prossimo come te stesso» (Mc 12,30-31): amare Dio e il prossimo è il cuore pulsante della vita e il segreto che ci rivela la Parola ascoltata. Ma è possibile per noi, creature, amare Dio nella totalità della nostra esistenza? E davvero riusciamo ad amare gli altri come

amiamo noi stessi? Quante resistenze nell'amore, quanta paura di perdersi quando ci doniamo, quanta incapacità di amarci veramente! Eppure è Dio stesso a chiederci di amarlo. Tutto questo può sembrare una contraddizione o un paradosso: sembra che Dio ci chieda una cosa impossibile a realizzarsi. Spesso Dio ci sembra così lontano, irraggiungibile. Eppure noi siamo sempre vicini a lui quando desideriamo amarlo, anche se non ci riusciamo, e lui ci è sempre vicino. Ogni cammino di amore, qualunque esso sia, da qualunque punto parta, vive questo paradosso. E forse sta proprio qui la forza dell'autentico cammino dell'amore: iniziare una cosa che per noi è impossibile e scoprire che è Dio stesso a renderla possibile, perché è lui per primo a cercarci e ad amarci: «Torna, Israele, al Signore, tuo Dio, poiché hai inciampato nella tua iniquità [...]. Io [...] li amerò profondamente» (Os 14,2.5). Se si desidera veramente amare Dio e il fratello, si accetta anche di inciampare, di sbagliare; ci si rende conto di non saper amare. Ma poi si scopre di essere amati per primi da Dio. Allora ogni nostra povera risposta a questo amore che ci precede sarà «con tutto il tuo cuore e con tutta la tua anima, [...] con tutta la tua forza» (Mc 12,30).

Fa', o Padre, che nel nostro cuore abiti il tuo Spirito, nella nostra mente dimori il pensiero del tuo Figlio, nella nostra forza riposi la dolcezza della tua pazienza, nelle nostre mani ci sia il dono della tua carità. Allora ti ameremo con tutto il cuore, con tutta la mente, con tutte le forze e sapremo amare i nostri fratelli con il tuo stesso amore.