

# MERCOLEDÌ 22 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 (DUMENZA)

*Padre che conduci nel deserto  
il tuo popolo  
che da te si è allontanato,  
e là lo rinnovi  
con il dono  
della tua viva parola,  
fa' che ancora la tua Chiesa  
ascolti la tua voce.*

*Padre, il tuo Figlio  
è questa voce:  
«Convertitevi e credete  
all'evangelo,  
perché il Regno è vicino  
ed è offerto ad ogni uomo»;  
e noi abbiamo conosciuto  
che tu sei amore.*

*Padre, nell'amore  
il tuo Figlio  
ha donato la gioia  
del perdono  
a chi, oppresso dal peccato  
ha chiamato alla sua mensa;  
ed ora l'uomo che hai redento  
canta la tua gloria.*

### Salmo CF. SAL 118 (119)

Beato chi è integro  
nella sua via  
e cammina  
nella legge del Signore.

Beato chi custodisce  
i suoi insegnamenti  
e lo cerca con tutto il cuore.

Siano stabili le mie vie  
nel custodire i tuoi decreti.

Non dovrò  
allora vergognarmi,  
se avrò considerato  
tutti i tuoi comandi.

Ti loderò con cuore sincero,  
quando avrò appreso  
i tuoi giusti giudizi.  
Voglio osservare  
i tuoi decreti:  
non abbandonarmi mai.

## Ripresa della Parola di Dio del giorno

«Ora, Israele, ascolta le leggi e le norme che io vi insegno, affinché la mettiate in pratica, perché viviate ed entriate in possesso della terra che il Signore, Dio dei vostri padri, sta per darvi» (Dt 4,1).

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

## Lode e intercessione

Rit.: Fa' che ascoltiamo la tua parola, Signore!

- La tua parola è fonte di vita: donaci il coraggio di metterla in pratica perché essa diventi la gioia del nostro cuore e la luce per le nostre scelte.
- La tua parola è la via che ci guida a te: fa' che la percorriamo con decisione camminando umilmente con te.
- La tua parola è la verità che ci fa liberi: purifichi il nostro cuore da ogni falsità e da ogni idolatria per servire solo te nella libertà e nell'amore.

## Padre nostro

Orazione (vedi Colletta)

# LA MESSA

## **ANTIFONA D'INGRESSO** SAL 118 (119),133

Guida i miei passi secondo la tua parola,  
nessuna malizia prevalga su di me.

## **COLLETTA**

Signore Dio nostro, fa' che i tuoi fedeli, formati nell'impegno delle buone opere e nell'ascolto della tua parola, ti servano con generosa dedizione liberi da ogni egoismo, e nella comune preghiera a te, nostro Padre, si riconoscano fratelli. Per il nostro Signore Gesù Cristo...

## **PRIMA LETTURA** DT 4,1.5-9

Dal libro del Deuteronomio

Mosè parlò al popolo e disse: <sup>1</sup>«Ora, Israele, ascolta le leggi e le norme che io vi insegno, affinché le mettiate in pratica, perché viviate ed entriate in possesso della terra che il Signore, Dio dei vostri padri, sta per darvi.

<sup>5</sup>Vedete, io vi ho insegnato leggi e norme come il Signore, mio Dio, mi ha ordinato, perché le mettiate in pratica nella terra in cui state per entrare per prenderne possesso. <sup>6</sup>Le osserverete dunque, e le metterete in pratica, perché quella

sarà la vostra saggezza e la vostra intelligenza agli occhi dei popoli, i quali, udendo parlare di tutte queste leggi, diranno: “Questa grande nazione è il solo popolo saggio e intelligente”. <sup>7</sup>Infatti quale grande nazione ha gli dèi così vicini a sé, come il Signore, nostro Dio, è vicino a noi ogni volta che lo invochiamo? <sup>8</sup>E quale grande nazione ha leggi e norme giuste come è tutta questa legislazione che io oggi vi do?

<sup>9</sup>Ma bada a te e guardati bene dal dimenticare le cose che i tuoi occhi hanno visto, non ti sfuggano dal cuore per tutto il tempo della tua vita: le insegnerai anche ai tuoi figli e ai figli dei tuoi figli».

– *Parola di Dio.*

**SALMO RESPONSORIALE** 147

Rit. **Celebra il Signore, Gerusalemme.**

<sup>12</sup>Celebra il Signore, Gerusalemme,  
loda il tuo Dio, Sion,

<sup>13</sup>perché ha rinforzato le sbarre delle tue porte,  
in mezzo a te ha benedetto i tuoi figli. **Rit.**

<sup>15</sup>Manda sulla terra il suo messaggio:  
la sua parola corre veloce.

<sup>16</sup>Fa scendere la neve come lana,  
come polvere sparge la brina. **Rit.**

<sup>19</sup>Annuncia a Giacobbe la sua parola,  
i suoi decreti e i suoi giudizi a Israele.  
<sup>20</sup>Così non ha fatto con nessun'altra nazione,  
non ha fatto conoscere loro i suoi giudizi. **Rit.**

**Rit. Celebra il Signore, Gerusalemme.**

**CANTO AL VANGELO** CF. GV 6,63c.68c

**Gloria e lode a te, o Cristo!**

Le tue parole, Signore, sono spirito e vita;  
tu hai parole di vita eterna.

**Gloria e lode a te, o Cristo!**

**VANGELO** MT 5,17-19

✠ Dal Vangelo secondo Matteo

In quel tempo, Gesù disse ai suoi discepoli: <sup>17</sup>«Non crediate che io sia venuto ad abolire la Legge o i Profeti; non sono venuto ad abolire, ma a dare pieno compimento. <sup>18</sup>In verità io vi dico: finché non siano passati il cielo e la terra, non passerà un solo iota o un solo trattino della Legge, senza che tutto sia avvenuto.

<sup>19</sup>Chi dunque trasgredirà uno solo di questi minimi precetti e insegnerà agli altri a fare altrettanto, sarà considerato minimo nel regno dei cieli. Chi invece li osserverà e li insegnerà, sarà considerato grande nel regno dei cieli». – *Parola del Signore.*

## **PREGHIERA SULLE OFFERTE**

Accetta, o Dio, le nostre umili offerte e preghiere, e difendi da ogni pericolo i tuoi fedeli che celebrano i santi misteri. Per Cristo nostro Signore.

*Prefazio di Quaresima*

pp. 344-345

## **ANTIFONA ALLA COMUNIONE** SAL 15 (16),11

Tu mi indichi il sentiero della vita,  
Signore, gioia piena nella tua presenza.

## **PREGHIERA DOPO LA COMUNIONE**

Il pane di cui ci siamo nutriti alla tua mensa ci santifichi, Signore, e riscattandoci da ogni colpa, ci renda degni delle tue promesse. Per Cristo nostro Signore.

## **PER LA RIFLESSIONE**

### **Compiere la Parola**

La Parola che Dio ha donato al suo popolo, quella Legge che deve prendere carne nella concretezza dell'esistenza, custodisce e porta a compimento quel desiderio che è al cuore di ogni ricerca umana: il desiderio di una vita felice, di corrispondere pienamente alla propria umanità come il luogo in cui risplende il dono

più grande che Dio ha fatto ad ogni uomo: l'essere immagine e somiglianza di Dio. «Ora, Israele – ricorda Mosè al popolo –, ascolta le leggi e le norme che io vi insegno, affinché la mettiate in pratica, perché viviate ed entriate in possesso della terra che il Signore, Dio dei vostri padri, sta per darvi» (Dt 4,1). La Parola messa in pratica comunica la vita e conduce al luogo della vita. È questa la saggezza che contraddistingue il popolo che Dio si è scelto, la saggezza che custodisce la vita: «Questa grande nazione è il solo popolo saggio e intelligente» (4,6). Ma la Legge che Dio ha donato è il luogo della vita soprattutto perché permette di incontrare la Vita, in quanto è la Parola che rivela un Dio vicino, un Dio che ascolta quando lo si invoca: «Quale grande nazione ha gli dèi così vicini a sé, come il Signore, nostro Dio, è vicino a noi ogni volta che lo invociamo?» (4,7). La Legge è per la vita e rivela la fonte della vita, Dio stesso.

Gesù, via, verità e vita, porta a compimento tutto questo perché ci conduce definitivamente in quella vita custodita nella Parola: «Non crediate che io sia venuto ad abolire la Legge e i Profeti; non sono venuto ad abolire, ma a dare pieno compimento» (Mt 5,17). Ma la relazione che Gesù richiede al discepolo nei confronti della Legge, della Parola è molto più impegnativa. Non si tratta solamente di osservare e mettere in pratica la Parola per avere la vita. È necessario conformarsi totalmente a questa vita diventando simili a Dio. In altre parole, si tratta di andare al cuore della Legge per scoprire in essa il cuore di Dio. Per questo Gesù dirà:

«Siate perfetti come è perfetto il Padre vostro celeste» (5,48). È il culmine del Discorso della montagna, in quanto apre l'orizzonte della vita del discepolo alla santità stessa di Dio, diventando la tensione quotidiana che deve animare ogni scelta, ogni gesto, ogni parola. Siamo come proiettati in una pienezza di vita che è quella stessa di Dio.

Qui si colloca quel passo ulteriore che il discepolo di Gesù è chiamato a fare di fronte alla Legge. È un «di più» che non è nella linea della quantità o nella linea di un'osservanza più scrupolosa, anche se Gesù ci ricorda: «Chi dunque trasgredirà uno solo di questi minimi precetti e insegnerà agli altri a fare altrettanto, sarà considerato minimo nel regno dei cieli» (5,19). Il «di più» richiesto al discepolo, il compimento che deve riflettersi nella vita del discepolo, è a un altro livello: si tratta di andare in profondità e cogliere la forza profonda di ogni parola, la vita in essa custodita, quella vita che Dio ci dona e che siamo chiamati a ridonare agli altri. Il discepolo è chiamato a scoprire cosa vuole il Padre celeste attraverso quella Parola che dona. E per scoprire cosa Dio vuole, il discepolo non può fare altro che guardare a Gesù, alla Parola che ha preso la nostra carne, a colui che ha compiuto la volontà del Padre, nel dono della sua vita per la salvezza del mondo, perché gli uomini abbiano la vita in abbondanza.

Ma il discepolo, di fronte alla parola di Dio, è chiamato a compiere un altro movimento, sempre in profondità: verso il proprio cuore. Mosè metteva in guardia Israele dal dimenticare le parole

che Dio gli aveva donato: «Non ti sfuggano dal cuore per tutto il tempo della tua vita» (Dt 4,9). Solo se è custodita nel cuore ed è posta come sentinella della propria interiorità, la parola di Dio ha la forza di fare abitare in noi, incessantemente, la vita. Al cuore della Parola e al cuore dell'uomo: ecco il «di più» a cui ci orienta il cammino che Gesù ci invita a percorrere.

*O Padre, in Gesù tu ci riveli la tua volontà e ci guidi alla pienezza della vita. Fa' che custodiamo con amore ogni parola dell'evangelo del tuo Figlio e la mettiamo in pratica, per essere veramente tuoi figli e così possedere quella vita che tu ci doni in abbondanza.*

**Cattolici**

Lea, vedova romana (384).

**Ortodossi e greco-cattolici**

Basilio di Ancira, ieromartire (362).

**Copti ed etiopici**

I 40 martiri di Sebaste (320).

**Luterani**

August Schreiber, missionario a Sumatra (1903).

L'ORO BLU

*Giornata mondiale dell'acqua*

Istituita nel 1992 dall'Organizzazione delle Nazioni Unite, tale giornata mira a sensibilizzare la popolazione mondiale riguardo a questa questione fondamentale, che ogni anno diviene sempre più eclatante e scandalosa: a tutt'oggi un miliardo di persone non ha normalmente accesso all'acqua potabile! Questo chiede una profonda revisione delle nostre abitudini alimentari e igieniche, e offre la possibilità di una solidarietà universale di alto livello. L'oro blu è un bene troppo prezioso per chiunque e quindi si sollecitano comportamenti virtuosi alla portata di tutti, che possono però offrire migliori condizioni a un più alto numero di persone. Ecco alcuni semplici esempi: fare la doccia anziché il bagno e chiudere l'acqua mentre ci si insapona; usare una bacinella e non l'acqua corrente per lavare la frutta; far funzionare lavatrice e lavastoviglie solo a pieno carico...