

# LUNEDÌ 29 GENNAIO

IV 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)

*È questa vita  
un dono di fede e dalla fede  
è la nostra speranza,  
ma è l'amore  
a colmare la grazia:  
del Cristo-Dio  
cantiamo la gloria.*

*Già nella notte  
fu egli condotto  
come agnello  
alla santa passione:  
sopra la croce  
portava noi tutti,  
pastore nuovo  
di un gregge redento.*

*Pregchiere dunque  
leviamo obbedienti*

*a chi ci ha resi  
ancor salvi e liberi:  
perché nessuno  
più sia del mondo  
come del mondo  
lui stesso non era.*

### Salmo CF. SAL 135 (136)

Rendete grazie al Signore  
perché è buono,  
perché il suo amore  
è per sempre.  
Rendete grazie  
al Dio degli dèi,  
perché il suo amore  
è per sempre.  
Rendete grazie  
al Signore dei signori,

perché il suo amore  
è per sempre.  
Lui solo ha compiuto  
grandi meraviglie,  
perché il suo amore  
è per sempre.  
Ha creato i cieli

con sapienza,  
perché il suo amore  
è per sempre.  
Ha disteso la terra  
sulle acque,  
perché il suo amore  
è per sempre.

## Ripresa della Parola di Dio del giorno

«Va' nella tua casa, dai tuoi, annuncia loro ciò che il Signore ti ha fatto e la misericordia che ha avuto per te» (*Mc 5,19*).

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

### Lode e intercessione

Rit.: **Si rallegriano quanti sperano in te, Signore!**

- E si lasciano raggiungere dalla tua salvezza.
- E sanno riconoscere i profeti inviati alla loro vita.
- E hanno il coraggio di annunciare la buona notizia a quelli della loro casa.

### Padre nostro

### Orazione (vedi Colletta)

## LA MESSA

### **ANTIFONA D'INGRESSO** SAL 105 (106),47

Salvaci, Signore Dio nostro,  
e raccogliaci da tutti i popoli,  
perché proclamiamo il tuo santo nome  
e ci gloriamo della tua lode.

### **COLLETTA**

Dio grande e misericordioso, concedi a noi tuoi fedeli di adorarti  
con tutta l'anima e di amare i nostri fratelli nella carità del Cristo.  
Egli è Dio, e vive...

### **PRIMA LETTURA** 2SAM 15,13-14.30; 16,5-13A

Dal Secondo libro di Samuèle

In quei giorni, <sup>13</sup>arrivò un informatore da Davide e disse: «Il cuore degli Israeliti è con Assalonne». <sup>14</sup>Allora Davide disse a tutti i suoi servi che erano con lui a Gerusalemme: «Alzatevi, fuggiamo; altrimenti nessuno di noi scamperà dalle mani di Assalonne. Partite in fretta, perché non si affretti lui a raggiungerci e faccia cadere su di noi la rovina e passi la città a fil di spada».

<sup>30</sup>Davide saliva l'erta degli Ulivi, saliva piangendo e camminava con il capo coperto e a piedi scalzi; tutta la gente che era con lui aveva il capo coperto e, salendo, piangeva.

<sup>16,5</sup>Quando poi il re Davide fu giunto a Bacurim, ecco uscire di là un uomo della famiglia della casa di Saul, chiamato Simei, figlio di Ghera. Egli usciva imprecaando <sup>6</sup>e gettava sassi contro Davide e contro tutti i servi del re Davide, mentre tutto il popolo e tutti i prodi stavano alla sua destra e alla sua sinistra. <sup>7</sup>Così diceva Simei, maledicendo Davide: «Vattene, vattene, sanguinario, malvagio! <sup>8</sup>Il Signore ha fatto ricadere sul tuo capo tutto il sangue della casa di Saul, al posto del quale regni; il Signore ha messo il regno nelle mani di Assalonne, tuo figlio, ed eccoti nella tua rovina, perché sei un sanguinario».

<sup>9</sup>Allora Abisài, figlio di Seruià, disse al re: «Perché questo cane morto dovrà maledire il re, mio signore? Lascia che io vada e gli tagli la testa!». <sup>10</sup>Ma il re rispose: «Che ho io in comune con voi, figli di Seruià? Se maledice, è perché il Signore gli ha detto: "Maledici Davide!". E chi potrà dire: "Perché fai così?"».

<sup>11</sup>Poi Davide disse ad Abisài e a tutti i suoi servi: «Ecco, il figlio uscito dalle mie viscere cerca di togliermi la vita: e allora, questo Beniaminita, lasciatelo maledire, poiché glielo ha ordinato il Signore. <sup>12</sup>Forse il Signore guarderà la mia afflizione e mi renderà il bene in cambio della maledizione di oggi».

<sup>13</sup>Davide e la sua gente continuarono il cammino.  
– *Parola di Dio.*

**SALMO RESPONSORIALE** 3

Rit. **Sorgi, Signore! Salvami, Dio mio!**

<sup>2</sup>Signore, quanti sono i miei avversari!  
Molti contro di me insorgono.

<sup>3</sup>Molti dicono della mia vita:  
«Per lui non c'è salvezza in Dio!». **Rit.**

<sup>4</sup>Ma tu sei mio scudo, Signore,  
sei la mia gloria e tieni alta la mia testa.

<sup>5</sup>A gran voce grido al Signore  
ed egli mi risponde dalla sua santa montagna. **Rit.**

<sup>6</sup>Io mi corico, mi addormento e mi risveglio:  
il Signore mi sostiene.

<sup>7</sup>Non temo la folla numerosa  
che intorno a me si è accampata. **Rit.**

**CANTO AL VANGELO** Lc 7,16

**Alleluia, alleluia.**

Un grande profeta è sorto tra noi,  
e Dio ha visitato il suo popolo.

**Alleluia, alleluia.**

✠ Dal Vangelo secondo Marco

In quel tempo, Gesù e i suoi discepoli <sup>1</sup>giunsero all'altra riva del mare, nel paese dei Gerasèni. <sup>2</sup>Sceso dalla barca, subito dai sepolcri gli venne incontro un uomo posseduto da uno spirito impuro.

<sup>3</sup>Costui aveva la sua dimora fra le tombe e nessuno riusciva a tenerlo legato, neanche con catene, <sup>4</sup>perché più volte era stato legato con ceppi e catene, ma aveva spezzato le catene e spaccato i ceppi, e nessuno riusciva più a domarlo. <sup>5</sup>Continuamente, notte e giorno, fra le tombe e sui monti, gridava e si percuoteva con pietre.

<sup>6</sup>Visto Gesù da lontano, accorse, gli si gettò ai piedi <sup>7</sup>e, urlando a gran voce, disse: «Che vuoi da me, Gesù, Figlio del Dio altissimo? Ti scongiuro, in nome di Dio, non tormentarmi!». <sup>8</sup>Gli diceva infatti: «Esci, spirito impuro, da quest'uomo!». <sup>9</sup>E gli domandò: «Qual è il tuo nome?». «Il mio nome è Legione – gli rispose – perché siamo in molti». <sup>10</sup>E lo scongiurava con insistenza perché non li cacciasse fuori dal paese.

<sup>11</sup>C'era là, sul monte, una numerosa mandria di porci al pascolo. <sup>12</sup>E lo scongiurarono: «Mandaci da quei porci, perché entriamo in essi». <sup>13</sup>Glielo permise. E gli spiriti impuri, dopo essere usciti, entrarono nei porci e la mandria si precipitò giù dalla rupe nel mare; erano circa duemila e affogarono nel mare.

<sup>14</sup>I loro mandriani allora fuggirono, portarono la notizia nella città e nelle campagne e la gente venne a vedere che cosa fosse accaduto. <sup>15</sup>Giunsero da Gesù, videro l'indemoniato seduto, vestito e sano di mente, lui che era stato posseduto dalla Legione, ed ebbero paura. <sup>16</sup>Quelli che avevano visto, spiegaron loro che cosa era accaduto all'indemoniato e il fatto dei porci. <sup>17</sup>Ed essi si misero a pregarlo di andarsene dal loro territorio.

<sup>18</sup>Mentre risaliva nella barca, colui che era stato indemoniato lo supplicava di poter restare con lui. <sup>19</sup>Non glielo permise, ma gli disse: «Va' nella tua casa, dai tuoi, annuncia loro ciò che il Signore ti ha fatto e la misericordia che ha avuto per te». <sup>20</sup>Egli se ne andò e si mise a proclamare per la Decàpoli quello che Gesù aveva fatto per lui e tutti erano meravigliati.

– *Parola del Signore.*

### **PREGHIERA SULLE OFFERTE**

Accogli con bontà, o Signore, questi doni che noi, tuo popolo santo, deponiamo sull'altare, e trasformali in sacramento di salvezza. Per Cristo nostro Signore.

### **ANTIFONA ALLA COMUNIONE**      SAL 30 (31),17-18

**Fa' risplendere sul tuo servo la luce del tuo volto,  
e salvami per la tua misericordia.**

**Che io non resti confuso, Signore,  
perché ti ho invocato.**

### **PREGHIERA DOPO LA COMUNIONE**

O Dio, che ci hai nutriti alla tua mensa, fa' che per la forza di questo sacramento, sorgente inesauribile di salvezza, la vera fede si estenda sino ai confini della terra. Per Cristo nostro Signore.

### **PER LA RIFLESSIONE**

#### **Senza interruzioni**

La grande speranza che le letture di oggi consegnano, come parola di Dio, può essere ricondotta alla rivelazione di come ogni percorso di vita, chiamato a confrontarsi con il mistero della persecuzione e con il dramma della sofferenza, non debba mai rassegnarsi all'ineluttabilità del male e alle sue conseguenze, ma possa sempre imparare a confidare in quella «misericordia» (Mc 5,19) capace di riaprire gli orizzonti di qualsiasi sentiero interrotto. È questa, in estrema sintesi, l'esperienza di Davide e di «tutta la gente che era con lui» (2Sam 15,30), quando «continuarono il cammino» (16,13), dopo aver udito di una minaccia mortale nei loro confronti da parte di Assalonne. Ma questo è anche ciò di cui fa esperienza quell'uomo «posseduto da uno spirito impuro» (Mc

5,2), dopo essere stato raggiunto e toccato dalla «misericordia» (5,19) di Cristo, quando scopre di poter tornare finalmente nella sua casa, in assoluta libertà e con una vita redenta dalla solitudine: «Se ne andò e si mise a proclamare per la Decàpoli quello che Gesù aveva fatto per lui» (5,20).

Le due situazioni, a prima vista molto diverse tra loro, sono accomunate non solo da una possibile via d'uscita, ma anche da una certa modalità con cui Dio si mostra capace di entrare nella realtà per spalancare, nel cuore di ogni tenebra, la possibilità di un «bene in cambio della maledizione di oggi» (2Sam 16,12). La grande sorpresa, custodita e rivelata da questi racconti, è che la trasformazione delle tenebre in luce non deve necessariamente avvenire attraverso un comando perentorio – verso il quale tutti nutriamo un certo fascino – ma anche attraverso una parola mite, disposta ad accordare tempo e fiducia alla realtà perché evolva verso il meglio: «Lasciatelo maledire» (16,11) esclama Davide nei confronti di colui che lo sta insultando pubblicamente; Gesù «glielo permise» (Mc 5,13), osserva l'evangelista a proposito della possibilità accordata alla «Legione» (5,9) impura di entrare nei duemila «porci» presenti vicino alla «rupe» (5,13).

In entrambi i casi, è un atteggiamento di sobria e santa indifferenza nei confronti di tutto ciò che sembra negare la vita e generare sofferenza, a riaprire le porte della speranza. Davide sa bene che colui che deve tacere non è Simei – le cui accuse non sono poi così peregrine – ma proprio Abisai, il suo fidato collaboratore,

incapace di ascoltare la voce di un rimprovero: «Perché questo cane morto dovrà maledire il re, mio signore? Lascia che io vada e gli tagli la testa!» (2Sam 16,9). Davide dimostra la grandezza del suo animo – come già in occasione del suo peccato contro Uria – proprio in questa disponibilità a lasciarsi umiliare, accettando di farsi descrivere dalle parole rabbiose di un altro, anzi riconoscendo nell’altro una possibile profezia di Dio sulla propria vita: «Forse il Signore guarderà la mia afflizione e mi renderà il bene in cambio della maledizione di oggi» (16,12).

Anche noi ci troviamo spesso in momenti di grande sconforto, ora sprofondando in infinite tristezze che ci rubano la speranza, ora scivolando in dolorosi combattimenti interiori, dilaniati tra il desiderio di essere in comunione con gli altri e la paura di ciò che ogni relazione autentica comporta. Fino al punto da sentire come nostre le parole di supplica del salmista: «Signore, quanti sono i miei avversari! Molti contro di me insorgono» (Sal 3,2). In questi momenti, nei quali ci sembra irrimediabilmente perduto il nostro modo di stare al mondo e in relazione agli altri, dovremmo solo – si fa per dire – imparare a non restare troppo concentrati su quello che abbiamo capito di noi stessi e su quanto potevamo aspettarci dagli altri. Rimetterci in cammino confidando nella presenza di Dio, in noi e negli altri, significa saper sempre andare oltre, per ricominciare a vivere «meravigliati» (Mc 5,20) di come le cose possano sempre tornare a fiorire nella pace. Senza inderogabili interruzioni.

*Signore Gesù, nella nostra desolazione senza interruzioni insegnaci a lasciarci mortificare dalla realtà e dall'altro che portano alla luce paura, solitudine, rabbia. Nell'aggressività con cui siamo capaci di incalzarci, donaci di cercare senza interruzioni la tua mitezza e grandezza d'animo, che ci fa riconoscere ancora degni di speranza e misericordia.*

**Cattolici**

Beata Boleslava Maria Lament, fondatrice (1946).

**Ortodossi e greco-cattolici**

Traslazione delle reliquie del santo ieromartire Ignazio il Teoforo (115 ca.); Damasceno di Gabrovo, martire (1771).

**Copti ed etiopici**

Procoro, uno dei 72 discepoli (I sec.).

**Luterani**

Theophil Wurm, vescovo (1953).

**L'EPIDEMIA  
DELLA CARITÀ**

*Giornata mondiale dei malati di lebbra*

L'elemosina senza amore, non è nulla. A volte peggio del nulla, se con questa intendete liberarvi da un obbligo più che soccorrere gli altri. Quello che ci vuole, è che la miseria del mondo s'imprima nella nostra carne, bruci nelle nostre vene. Che ossessioni i nostri pensieri troppo «rilassati», che turbi il nostro cuore troppo sicuro di sé. Voi mi dite: «Ma anch'io ho i miei poveri». No, né io, né voi abbiamo i «nostri poveri». I poveri non sono nostri. Siamo noi che apparteniamo a loro. Non bisogna dire i «miei poveri», come la vostra figlioletta direbbe le «mie bambole». Non bisogna giocare alle bambole con i poveri.

Amare o sparire: non c'è altra scelta.

La carità è, prima di tutto, scoprire, nel povero, l'essere umano e rispettarlo. Il bene è altrettanto contagioso e più luminoso del male. Organizziamo l'epidemia della carità.

Fino a quando, rinunciando a dire: io, le mie cose, i miei affari, la mia fortuna, gli uomini proclameranno nel loro cuore finalmente libero: ciò che ho, è quello che ho donato (Raul Follereau, 1961).