

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 (LITURGIA)

*Protesi alla gioia pasquale,
sulle orme di Cristo Signore,
seguiamo l'austero cammino
della santa Quaresima.*

*La legge e i profeti
annunziarono
dei quaranta giorni il mistero;
Gesù consacrò nel deserto
questo tempo di grazia.*

*Sia parca e frugale la mensa,
sia sobria
la lingua ed il cuore;
fratelli, è tempo di ascoltare
la voce dello Spirito.*

*Forti nella fede vigiliamo
contro le insidie del nemico:*

*ai servi fedeli è promessa
la corona di gloria.*

Salmo CF. SAL 43 (44)

Se avessimo dimenticato
il nome del nostro Dio
e teso le mani
verso un dio straniero,
forse che Dio
non lo avrebbe scoperto,
lui che conosce
i segreti del cuore?

Per te ogni giorno
siamo messi a morte,
stimati come pecore da macello.
Svegliati!
Perché dormi, Signore?

Destati, non respingerci
per sempre!
Perché nascondi il tuo volto,
dimentichi la nostra miseria
e oppressione?

La nostra gola
è immersa nella polvere,
il nostro ventre
è incollato al suolo.
Alzati, vieni in nostro aiuto!
Salvaci per la tua misericordia!

Ripresa della Parola di Dio del giorno

Dio, ricco di misericordia, per il grande amore con il quale ci ha amato, da morti che eravamo per le colpe, ci ha fatto rivivere con Cristo: per grazia siete salvati (*Ef 2,4-5*).

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

Lode e intercessione

Rit.: **Aumenta la nostra fede, Signore!**

- Quando le difficoltà sembrano insormontabili.
- Quando crediamo di salvarci chiudendoci mentre dovremmo crescere nella condivisione.
- Quando siamo incapaci di guardare oltre la fragilità del momento presente.

Padre nostro

Orazione (vedi Colletta)

LA MESSA

ANTIFONA D'INGRESSO cf. Is 66,10-11

Rallégrati, Gerusalemme, e voi tutti che l'amate, riunitevi.
Esultate e gioite, voi che eravate nella tristezza:
saziatevi dell'abbondanza della vostra consolazione.

COLLETTA

O Padre, che per mezzo del tuo Figlio operi mirabilmente la nostra redenzione, concedi al popolo cristiano di affrettarsi con fede viva e generoso impegno verso la Pasqua ormai vicina. Per il nostro Signore Gesù Cristo...

oppure

Dio buono e fedele, che mai ti stanchi di richiamare gli erranti a vera conversione e nel tuo Figlio innalzato sulla croce ci guarisci dai morsi del maligno, donaci la ricchezza della tua grazia, perché rinnovati nello spirito possiamo corrispondere al tuo eterno e sconfinato amore. Per il nostro Signore Gesù Cristo...

PRIMA LETTURA 2Cr 36,14-16.19-23

Dal Secondo libro delle Cronache

In quei giorni, ¹⁴tutti i capi di Giuda, i sacerdoti e il popolo moltiplicarono le loro infedeltà, imitando in tutto gli abomini degli altri popoli, e contaminarono il tempio, che il Signore si era consacrato a Gerusalemme.

¹⁵Il Signore, Dio dei loro padri, mandò premurosamente e incessantemente i suoi messaggeri ad ammonirli, perché aveva compassione del suo popolo e della sua dimora. ¹⁶Ma essi si beffarono dei messaggeri di Dio, disprezzarono le sue parole e schernirono i suoi profeti al punto che l'ira del Signore contro il suo popolo raggiunse il culmine, senza più rimedio.

¹⁹Quindi [i suoi nemici] incendiarono il tempio del Signore, demolirono le mura di Gerusalemme e diedero alle fiamme tutti i suoi palazzi e distrussero tutti i suoi oggetti preziosi.

²⁰Il re [dei Caldèi] deportò a Babilonia gli scampati alla spada, che divennero schiavi suoi e dei suoi figli fino all'avvento del regno persiano, ²¹attuandosi così la parola del Signore per bocca di Geremia: «Finché la terra non abbia scontato i suoi sabati, essa riposerà per tutto il tempo della desolazione fino al compiersi di settanta anni».

²²Nell'anno primo di Ciro, re di Persia, perché si adempisse la parola del Signore pronunciata per bocca di Geremia, il Signore suscitò lo spirito di Ciro, re di Persia, che fece pro-

clamare per tutto il suo regno, anche per iscritto: ²³«Così dice Ciro, re di Persia: “Il Signore, Dio del cielo, mi ha concesso tutti i regni della terra. Egli mi ha incaricato di costruirgli un tempio a Gerusalemme, che è in Giuda. Chiunque di voi appartiene al suo popolo, il Signore, suo Dio, sia con lui e salga!”». – *Parola di Dio.*

SALMO RESPONSORIALE 136 (137)

Rit. Il ricordo di te, Signore, è la nostra gioia.

¹Lungo i fiumi di Babilonia,
là sedevamo e piangevamo
ricordandoci di Sion.

²Ai salici di quella terra
appendemmo le nostre cetre. **Rit.**

³Perché là ci chiedevano parole di canto
coloro che ci avevano deportato,
allegre canzoni, i nostri oppressori:
«Cantateci canti di Sion!». **Rit.**

⁴Come cantare i canti del Signore
in terra straniera?

⁵Se mi dimentico di te, Gerusalemme,
si dimentichi di me la mia destra. **Rit.**

⁶Mi si attacchi la lingua al palato
se lascio cadere il tuo ricordo,
se non innalzo Gerusalemme
al di sopra di ogni mia gioia. **Rit.**

SECONDA LETTURA EF 2,4-10

Dalla Lettera di san Paolo apostolo agli Efesini

Fratelli, ⁴Dio, ricco di misericordia, per il grande amore con il quale ci ha amato, ⁵da morti che eravamo per le colpe, ci ha fatto rivivere con Cristo: per grazia siete salvati.

⁶Con lui ci ha anche risuscitato e ci ha fatto sedere nei cieli, in Cristo Gesù, ⁷per mostrare nei secoli futuri la straordinaria ricchezza della sua grazia mediante la sua bontà verso di noi in Cristo Gesù.

⁸Per grazia infatti siete salvati mediante la fede; e ciò non viene da voi, ma è dono di Dio; ⁹né viene dalle opere, perché nessuno possa vantarsene. ¹⁰Siamo infatti opera sua, creati in Cristo Gesù per le opere buone, che Dio ha preparato perché in esse camminassimo. – *Parola di Dio.*

CANTO AL VANGELO CF. GV 3,16

Lode e onore a te, Signore Gesù!

Dio ha tanto amato il mondo da dare il Figlio unigenito;
chiunque crede in lui ha la vita eterna.

Lode e onore a te, Signore Gesù!

✠ Dal Vangelo secondo Giovanni

In quel tempo, Gesù disse a Nicodèmo: ¹⁴«Come Mosè innalzò il serpente nel deserto, così bisogna che sia innalzato il Figlio dell'uomo, ¹⁵perché chiunque crede in lui abbia la vita eterna.

¹⁶Dio infatti ha tanto amato il mondo da dare il Figlio unigenito perché chiunque crede in lui non vada perduto, ma abbia la vita eterna. ¹⁷Dio, infatti, non ha mandato il Figlio nel mondo per condannare il mondo, ma perché il mondo sia salvato per mezzo di lui. ¹⁸Chi crede in lui non è condannato; ma chi non crede è già stato condannato, perché non ha creduto nel nome dell'unigenito Figlio di Dio.

¹⁹E il giudizio è questo: la luce è venuta nel mondo, ma gli uomini hanno amato più le tenebre che la luce, perché le loro opere erano malvagie. ²⁰Chiunque infatti fa il male, odia la luce, e non viene alla luce perché le sue opere non vengano riprovate. ²¹Invece chi fa la verità viene verso la luce, perché appaia chiaramente che le sue opere sono state fatte in Dio».

– *Parola del Signore.*

PREGHIERA SULLE OFFERTE

Ti offriamo con gioia, Signore, questi doni per il sacrificio: aiutaci a celebrarlo con fede sincera e a offrirlo degnamente per la salvezza del mondo. Per Cristo nostro Signore.

Prefazio di Quaresima

pp. 380-381

ANTIFONA ALLA COMUNIONE Gv 3,19.21

«La luce è venuta nel mondo.
Chi opera la verità viene alla luce».

PREGHIERA DOPO LA COMUNIONE

O Dio, che illumini ogni uomo che viene in questo mondo, fa' risplendere su di noi la luce del tuo volto, perché i nostri pensieri siano sempre conformi alla tua sapienza e possiamo amarti con cuore sincero. Per Cristo nostro Signore.

PER LA RIFLESSIONE

Incessantemente

Nella domenica *Laetare* possiamo ben lasciare che i nostri passi di conversione alla fedeltà di Dio si lascino inondare di quella gioia che solo una parola di rivelazione sa accendere nel nostro

cuore: «Dio infatti ha tanto amato il mondo da dare il Figlio unigenito perché chiunque crede in lui non vada perduto, ma abbia la vita eterna» (Gv 3,16). Se la notizia dell'amore di Dio non fosse ancora sufficientemente chiara e gioiosa, l'evangelista si premura di riportare anche la sottolineatura con cui Gesù proclama l'assenza di ogni giudizio in questa incondizionata offerta d'amore incarnata nella sua stessa persona e nella sua missione: «Dio, infatti, non ha mandato il Figlio nel mondo per condannare il mondo, ma perché il mondo sia salvato per mezzo di lui» (3,17). Il fatto che il mondo possa decidere, tuttavia, di rimanere chiuso o, persino, refrattario a questo dono di alleanza, non attenua in alcun modo, anzi rende ancora più preziosa la parola del vangelo: «E il giudizio è questo: la luce è venuta nel mondo, ma gli uomini hanno amato più le tenebre che la luce, perché le loro opere erano malvagie» (3,19). L'espansione della luce di Dio nelle tenebre del mondo svolge, necessariamente, la funzione di smascherare «le opere malvagie» di cui sappiamo essere non solo colpevoli autori, ma anche ambigui custodi: «Chiunque infatti fa il male, odia la luce, e non viene alla luce perché le sue opere non vengano riprovate» (3,20).

La consapevolezza di quanto sia invincibile la forza della misericordia di Dio e di quanto possa essere duro il nostro cuore non ha impedito ai primi cristiani di trasformare l'esortazione a vivere la pasqua di Cristo nella liturgia più viva e vera che la nostra umanità possa celebrare. L'apostolo Paolo trasforma in inno le

raccomandazioni per la Chiesa di Efeso, suscitando nel lettore di ogni tempo uno stupore grande per la gioia della salvezza: «Fratelli, Dio, ricco di misericordia, per il grande amore con il quale ci ha amato, da morti che eravamo per le colpe, ci ha fatto rivivere con Cristo: per grazia siete salvati» (Ef 2,4-5). Il dono di Dio fonda, senza affondare, la nostra responsabile risposta al vangelo mediante la forza dello Spirito, il quale rende possibile sperimentare, già in questo mondo, la dolcezza e la consolazione delle realtà celesti, verso cui i nostri passi sono orientati in virtù del battesimo: «Con lui ci ha anche risuscitato e ci ha fatto sedere nei cieli, in Cristo Gesù» (2,6).

Forse anche noi, come già Israele, dovremmo fare memoria di come la nostra storia, anche nei suoi momenti più oscuri, sia stata sempre accompagnata da una discreta presenza di Dio. Riflettendo sull'esperienza di infedeltà, Israele non può che riconoscere come il Signore Dio non abbia mai cessato di mandare «premurosamente e incessantemente i suoi messaggeri» (2Cr 36,15) per accompagnare il cammino del popolo verso il ritorno alla terra promessa: «Chiunque di voi appartiene al suo popolo, il Signore, suo Dio, sia con lui e salga!» (36,23). Solo a partire da questa memoria grata, anche noi possiamo arrenderci non solo al ricordo, ma anche alla speranza che l'unica gioia davvero insuperabile è quella di non scappare dalla memoria eterna di Dio, nella quale il nostro volto è sempre guardato con fedele tenerezza: «Mi si attacchi la lingua al palato se lascio cadere il

tuò ricordo, se non innalzo Gerusalemme al di sopra di ogni mia gioia» (Sal 136[137],6).

Il cammino dietro a Cristo Signore, verso l'esperienza del suo «tanto» e grande amore, non è garantito dai nostri propositi o dalle nostre aspettative. È un misterioso disegno di cose belle e grandi, che Dio ha già preparato e disposto per noi, ma che non potrebbero in alcun modo costituire la sua gioia, se a realizzarle non fossimo noi, con l'aiuto della sua grazia e con la luce della nostra libertà: «Siamo infatti opera sua, creati in Cristo Gesù per le opere buone, che Dio ha preparato perché in esse camminassimo» (Ef 2,10).

Signore Gesù, tu ci chiedi di ricordare incessantemente la gioia di averti incontrato quando eravamo morti e tu ci hai riportato in vita. Insegnaci a custodire incessantemente questa gioia intima quando l'esperienza del peccato e del male cerca di strapparcela, e a camminare nell'amore che incessantemente ci doni per la tua e la nostra gioia. Kyrie eleison!

Cattolici, anglicani e luterani

IV domenica di Quaresima.

Ortodossi e greco-cattolici

III domenica di Quaresima; memoria del nostro santo padre Sofronio, patriarca di Gerusalemme (638).

Copti ed etiopici

Macrobio, vescovo e martire (III-IV sec.).

Luterani

Pionio, martire in Asia Minore (250).