

# LUNEDÌ 4 FEBBRAIO

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)

*Sei tu, Signore,  
a reggere il mondo  
con la potenza del tuo amore;  
sei tu a guidare  
i giorni e le notti,  
delle stagioni  
a dirigere il corso.*

*Dio, tu sai il mistero del tempo,  
di questa vita per tutti oscura:  
questo tremendo  
enigma del male,  
d'amore e morte,  
di festa e dolore!*

*In pieno giorno è buio nel cuore,  
né scienza o potenza d'uomo  
vale a dare un senso  
a questa esistenza:*

*solo tu sveli la sorte di ognuno.*

### Salmo CF. SAL 34 (35)

Ma essi godono della mia caduta,  
si radunano,  
si radunano contro di me  
per colpirmi di sorpresa.  
Mi dilanano di continuo,  
mi mettono alla prova,  
mi coprono di scherni;  
contro di me  
digrignano i loro denti.

Fino a quando, Signore,  
starai a guardare?

Libera la mia vita  
dalla loro violenza,  
dalle zanne dei leoni  
l'unico mio bene.

Ti renderò grazie  
nella grande assemblea,  
ti loderò  
in mezzo a un popolo numeroso.  
Non esultino su di me  
i nemici bugiardi,

non strizzino l'occhio  
quelli che, senza motivo,  
mi odiano.  
Signore, tu hai visto, non tacere;  
Signore,  
da me non stare lontano.

## Ripresa della Parola di Dio del giorno

Tutti costoro, pur essendo stati approvati a causa della loro fede, non ottennero ciò che era stato loro promesso: Dio infatti per noi aveva predisposto qualcosa di meglio, affinché essi non ottenessero la perfezione senza di noi (*Eb 11,39-40*).

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

### Lode e intercessione

Rit: **Accresci in noi la fede, Signore!**

- Nelle nostre società disincantate e stordite dal benessere e dalla superficialità, aumenta la disponibilità a lasciarsi interrogare dalla fatica dei poveri.
- Nel mondo del lavoro in piena mutazione, tra i disoccupati e i disperati e tra tutti coloro che sono considerati inutili e improduttivi, risveglia la speranza.
- Nei governanti e negli amministratori, risveglia la passione per il bene comune e il coraggio di scelte per far maturare comportamenti etici e solidali.

### Padre nostro

### Orazione (vedi Colletta)

## LA MESSA

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

Salvaci, Signore Dio nostro,  
e raccoglisci 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 EB 11,32-40

Dalla Lettera agli Ebrei

Fratelli, <sup>32</sup>che dirò ancora? Mi mancherebbe il tempo se volessi narrare di Gedeone, di Barak, di Sansone, di Iefte, di Davide, di Samuèle e dei profeti; <sup>33</sup>per fede, essi conquistarono regni, esercitarono la giustizia, ottennero ciò che era stato promesso, chiusero le fauci dei leoni, <sup>34</sup>spensero la violenza del fuoco, sfuggirono alla lama della spada, trassero vigore dalla loro debolezza, divennero forti in guerra, respinsero invasioni di stranieri. <sup>35</sup>Alcune donne riebbero,

per risurrezione, i loro morti. Altri, poi, furono torturati, non accettando la liberazione loro offerta, per ottenere una migliore risurrezione. <sup>36</sup>Altri, infine, subirono insulti e flagelli, catene e prigionia. <sup>37</sup>Furono lapidati, torturati, tagliati in due, furono uccisi di spada, andarono in giro coperti di pelli di pecora e di capra, bisognosi, tribolati, maltrattati – <sup>38</sup>di loro il mondo non era degno! –, vaganti per i deserti, sui monti, tra le caverne e le spelonche della terra. <sup>39</sup>Tutti costoro, pur essendo stati approvati a causa della loro fede, non ottennero ciò che era stato loro promesso: <sup>40</sup>Dio infatti per noi aveva predisposto qualcosa di meglio, affinché essi non ottenessero la perfezione senza di noi. – *Parola di Dio.*

## **SALMO RESPONSORIALE** 30 (31)

Rit. **Rendete saldo il vostro cuore,  
voi tutti che sperate nel Signore.**

<sup>20</sup>Quanto è grande la tua bontà, Signore!  
La riservi per coloro che ti temono,  
la dispensi, davanti ai figli dell'uomo,  
a chi in te si rifugia. **Rit.**

<sup>21</sup>Tu li nascondi al riparo del tuo volto,  
lontano dagli intrighi degli uomini;  
li metti al sicuro nella tua tenda,  
lontano dai litigi delle lingue. **Rit.**

<sup>22</sup>Benedetto il Signore,  
che per me ha fatto meraviglie di grazia  
in una città fortificata. **Rit.**

<sup>23</sup>Io dicevo, nel mio sgomento:  
«Sono escluso dalla tua presenza».  
Tu invece hai ascoltato la voce della mia preghiera  
quando a te gridavo aiuto. **Rit.**

<sup>24</sup>Amate il Signore, voi tutti suoi fedeli;  
il Signore protegge chi ha fiducia in lui  
e ripaga in abbondanza chi opera con superbia. **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.**

**VANGELO** Mc 5,1-20

✠ Dal Vangelo secondo Marco

In quel tempo, Gesù e i suoi discepoli '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, spiegaronò 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.

## Dignità

La Lettera agli Ebrei ci conduce quest'oggi al cuore della storia della sofferenza che tocca la vita di molti uomini e donne di ogni tempo e di ogni luogo. Si potrebbe ben dire che il mistero della sofferenza è il principio ermeneutico della nostra evoluzione in umanità. L'antica omelia che ci accompagna in questi giorni dopo aver elencato gli eroi della storia di Israele, rammentando la loro capacità di perseverare nella prova, conclude con una nota di rammarico: «Di loro il mondo non era degno!» (Eb 11,38). Il punto esclamativo rivela tutta la forza di questa espressione che potremmo, alla luce del vangelo di quest'oggi, rileggere come un appello. Se non siamo capaci di cogliere e di accogliere la sofferenza dei nostri fratelli e sorelle in umanità, il nostro mondo, per quanto tecnologico e funzionante, diventa un mondo senza dignità. Di conseguenza diventa così incapace di essere specchio e rivelazione dell'atto creatore di un Dio pieno di misericordia e di amore.

La nota della prima lettura si concretizza nell'esperienza narrata nel vangelo: «Vaganti per i deserti, sui monti, tra le caverne e le spelonche della terra» (11,38). Davanti a questa descrizione ci verrebbe da pensare subito ai nostri lontani antenati ancora in bilico tra la vita selvatica e il progresso di cui ci vantiamo, e di cui talora soffriamo. L'evangelista Marco mette sotto i nostri occhi il

tormento di un uomo come noi, il quale «continuamente, notte e giorno, fra le tombe e sui monti, gridava e si percuoteva con pietre» (Mc 5,5). Potremmo definirlo un uomo che ha perso la sua dignità! Ma forse si potrebbe anche pensare che di quest'uomo il mondo di cui fa parte senza parteciparvi non era degno! Due possibili interpretazioni della stessa vicenda di dolore che si consuma quotidianamente sotto i nostri occhi. Non c'è bisogno di andare nei deserti o nelle spelonche, come pure non è necessario andare lontano nel tempo, per misurarci con tanto dolore... basta prendere la metropolitana e non chiudere gli occhi quando passiamo in una stazione per prendere un treno.

Dal cuore di molte persone che possiamo incontrare ogni giorno si leva un grido di disperazione che si fa appello di compassione. Il problema è che, talora, non c'è nessuno che sia disposto a sentirlo. Invece Gesù, davanti a tanta sofferenza, si coinvolge quasi contro la stessa volontà di quest'uomo. Egli è ormai così abituato a vivere senza dignità umana da avere quasi paura di essere ricondotto nella vita sociale, che forse lo ha reso così violento: «Ti scongiuro, in nome di Dio, non tormentarmi!» (5,7). Sembra proprio che il Signore Gesù sia venuto a tormentare ciascuno di noi perché non rinunciamo, nonostante tutte le sofferenze che possono devastare la nostra vita, alla nostra dignità di figli di Dio e fratelli solidali. Quale stupore quando i vicini di casa «videro l'indemoniato seduto, vestito e sano di mente» (5,15)! La reazione dei Geraseni davanti a questo pieno recupero

in umanità è la stessa delle donne davanti al sepolcro vuoto: «Ed ebbero paura» (5,15).

Non si può certo escludere che gli abitanti del villaggio fossero presi dal timore di perdere ancora un po' di «porci» (5,16), ma forse la paura più grande è che la dignità non è mai persa del tutto. Per questo si può sempre recuperarla e ridonarla. Questo miracolo può avvenire solo se si è disposti a pagare il prezzo di fare posto all'altro nella nostra vita. Ciò si rende possibile solo se accettiamo di condividere i territori della speranza, fino a saper restringere un poco i nostri propri vantaggi. Nessuna meraviglia dunque che «si misero a pregarlo di andarsene dal loro territorio» (5,17). Un lungo cammino è ancora davanti a noi, per passare dalle caverne alla tavola condivisa di una piena umanità attorno a cui ognuno possa sentirsi degno e pienamente accolto, mai «senza» (Eb 11,40) tutti gli altri.

*Signore Gesù, per il tuo mistero pasquale ci hai ridonato la piena dignità di figli e di fratelli. Non lasciare che la sofferenza accechi la nostra capacità di compassione. Donaci la gioia di restituirci reciprocamente alla piena dignità di condivisa dignità.*

## Calendario ecumenico

### **Cattolici**

Nicola Studita, abate (863).

### **Ortodossi e greco-cattolici**

Memoria del santo padre nostro Isidoro di Pelusio, martire sotto Diocleziano (408-450).

### **Copti ed etiopici**

1 49 abba di Scete, monaci e martiri (444).

### **Anglicani**

Gilberto di Sempringham, fondatore dell'ordine gilbertino (1189); Cornelio il centurione.

### **Luterani**

Rabano Mauro, vescovo (856).