

MARTEDÌ 5 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 (CF. TUROLDO)

*Lodate tutti il mio Signore
per l'unità
dell'intero creato:
in ogni essere
splende il suo Verbo,
e lo rivelano tutte le forme.*

*La luce all'alba
l'annuncia in silenzio:
è suo paese il nostro pianeta,
e tutti i volti
degli uomini insieme
uniti fanno il suo unico volto.*

*Lodate il mio Signore, lodatelo,
perché le cose sue
tutte son buone,
perché ci ha dato*

*gli occhi del cuore
a contemplare amore e bellezza.*

Salmo CF. SAL 34 (35)

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.
Déstati, svégliati

per il mio giudizio,
per la mia causa,
mio Dio e Signore!
Esulti e gioisca
chi ama il mio diritto,
dica sempre:

«Grande è il Signore,
che vuole la pace
del suo servo».
La mia lingua mediterà
la tua giustizia,
canterà la tua lode per sempre.

Ripresa della Parola di Dio del giorno

[...] **tenendo fisso lo sguardo su Gesù, colui che dà origine alla fede e la porta a compimento. Egli, di fronte alla gioia che gli era posta dinanzi, si sottopose alla croce (Eb 12,2).**

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

Lode e intercessione

Rit.: **Tu che credi in noi, donaci di credere in te!**

- Ti rendiamo grazie, Padre, di averci provato in Gesù un amore e una fiducia al di là di ogni immaginazione.
- Ti preghiamo, Figlio, per coloro che oggi si troveranno davanti a scelte decisive e dovranno dare fiducia ai loro fratelli con coraggio e prudenza.
- Ti invociamo, Spirito paraclito, sii luce e forza per tutti coloro che oggi faranno l'esperienza crocifiggente di portare a compimento realtà importanti della loro vita.

Padre nostro

Orazione (vedi Colletta)

LA MESSA

ANTIFONA D'INGRESSO

Questa santa lottò fino alla morte
per la legge del Signore,
non temette le minacce degli empi,
la sua casa era fondata sulla roccia.

COLLETTA

Donaci, Signore, la tua misericordia, per intercessione di sant'Agata, che risplende nella Chiesa per la gloria della verginità e del martirio. Per il nostro Signore Gesù Cristo...

PRIMA LETTURA EB 12,1-4

Dalla Lettera agli Ebrei

Fratelli, ¹anche noi, circondati da tale moltitudine di testimoni, avendo deposto tutto ciò che è di peso e il peccato che ci assedia, corriamo con perseveranza nella corsa che ci sta davanti, ²tenendo fisso lo sguardo su Gesù, colui che dà origine alla fede e la porta a compimento.

Egli, di fronte alla gioia che gli era posta dinanzi, si sottopose alla croce, disprezzando il disonore, e siede alla destra del trono di Dio.

³Pensate attentamente a colui che ha sopportato contro di sé una così grande ostilità dei peccatori, perché non vi stanciate perdendovi d'animo. ⁴Non avete ancora resistito fino al sangue nella lotta contro il peccato. – *Parola di Dio.*

SALMO RESPONSORIALE 21 (22)

Rit. **Ti loderanno, Signore, quelli che ti cercano.**

²⁶Scioglierò i miei voti davanti ai suoi fedeli.

²⁷I poveri mangeranno e saranno saziati,
loderanno il Signore quanti lo cercano;
il vostro cuore viva per sempre! **Rit.**

²⁸Ricorderanno e torneranno al Signore
tutti i confini della terra;
davanti a te si prostreranno
tutte le famiglie dei popoli. **Rit.**

³⁰A lui solo si prostreranno
quanti dormono sotto terra,
davanti a lui si curveranno
quanti discendono nella polvere. **Rit.**

³¹Lo servirà la mia discendenza.
Si parlerà del Signore alla generazione che viene;
³²annunceranno la sua giustizia;

al popolo che nascerà diranno:
«Ecco l'opera del Signore!». **Rit.**

Rit. Ti loderanno, Signore, quelli che ti cercano.

CANTO AL VANGELO CF. MT 8,17

Alleluia, alleluia.

Cristo ha preso le nostre infermità
e si è caricato delle nostre malattie.

Alleluia, alleluia.

VANGELO Mc 5,21-43

✠ Dal Vangelo secondo Marco

In quel tempo, ²¹essendo Gesù passato di nuovo in barca all'altra riva, gli si radunò attorno molta folla ed egli stava lungo il mare. ²²E venne uno dei capi della sinagoga, di nome Giàiro, il quale, come lo vide, gli si gettò ai piedi ²³e lo supplicò con insistenza: «La mia figlioletta sta morendo: vieni a imporle le mani, perché sia salvata e viva». ²⁴Andò con lui. Molta folla lo seguiva e gli si stringeva intorno.

²⁵Ora una donna, che aveva perdite di sangue da dodici anni ²⁶e aveva molto sofferto per opera di molti medici, spendendo tutti i suoi averi senza alcun vantaggio, anzi piuttosto peggiorando, ²⁷udito parlare di Gesù, venne tra la folla e da dietro toccò il suo mantello. ²⁸Diceva infatti: «Se

riuscirò anche solo a toccare le sue vesti, sarò salvata». ²⁹E subito le si fermò il flusso di sangue e sentì nel suo corpo che era guarita dal male.

³⁰E subito Gesù, essendosi reso conto della forza che era uscita da lui, si voltò alla folla dicendo: «Chi ha toccato le mie vesti?». ³¹I suoi discepoli gli dissero: «Tu vedi la folla che si stringe intorno a te e dici: “Chi mi ha toccato?”».

³²Egli guardava attorno, per vedere colei che aveva fatto questo. ³³E la donna, impaurita e tremante, sapendo ciò che le era accaduto, venne, gli si gettò davanti e gli disse tutta la verità. ³⁴Ed egli le disse: «Figlia, la tua fede ti ha salvata. Va' in pace e sii guarita dal tuo male».

³⁵Stava ancora parlando, quando dalla casa del capo della sinagoga vennero a dire: «Tua figlia è morta. Perché disturbi ancora il Maestro?». ³⁶Ma Gesù, udito quanto dicevano, disse al capo della sinagoga: «Non temere, soltanto abbi fede!». ³⁷E non permise a nessuno di seguirlo, fuorché a Pietro, Giacomo e Giovanni, fratello di Giacomo.

³⁸Giunsero alla casa del capo della sinagoga ed egli vide trambusto e gente che piangeva e urlava forte. ³⁹Entrato, disse loro: «Perché vi agitate e piangete? La bambina non è morta, ma dorme». ⁴⁰E lo deridevano. Ma egli, cacciati tutti fuori, prese con sé il padre e la madre della bambina e quelli che erano con lui ed entrò dove era la bambina. ⁴¹Prese la mano della bambina e le disse: «Talità kum», che significa:

«Fanciulla, io ti dico: àlzatil!». ⁴²E subito la fanciulla si alzò e camminava; aveva infatti dodici anni. Essi furono presi da grande stupore. ⁴³E raccomandò loro con insistenza che nessuno venisse a saperlo e disse di darle da mangiare.

– *Parola del Signore.*

PREGHIERA SULLE OFFERTE

Accogli, Signore, questo sacrificio di lode, e concedi a noi, che nel martirio di santa Agata annunziamo i prodigi del tuo amore, di sperimentare la forza della sua intercessione. Per Cristo nostro Signore.

ANTIFONA ALLA COMUNIONE Gv 15,5

«Io sono la vite e voi i tralci», dice il Signore;
«chi rimane in me e io in lui porta molto frutto».

PREGHIERA DOPO LA COMUNIONE

O Dio, che ci hai allietato con la partecipazione a questo sacro convito nel ricordo della santa martire Agata, fa' che raccogliamo in una vita nuova il frutto felice del nostro fedele servizio. Per Cristo nostro Signore.

PER LA RIFLESSIONE

Soltanto

Un solo vangelo ci permette di entrare in modo assai particolare in due momenti di intima relazione tra il Signore Gesù e due persone – un uomo e una donna – che cercano conforto e sollievo nel loro dolore. Il Signore non si tira indietro, ma cammina – anzi corre – nella direzione stessa della nostra fragile speranza in cerca di ragioni sufficienti per non arrendersi dinanzi all’impoverimento della vita: la propria e quella delle persone che ci sono care. Una donna si accosta al Signore Gesù scorgendo in quest’uomo capace di compassione l’ancora necessaria per evitare la deriva dell’angoscia di non poter più sperare dopo aver dato fondo a ogni speranza, «spendendo tutti i suoi averi senza alcun vantaggio, anzi piuttosto peggiorando» (Mc 5,26). Mentre questa donna è sollevata, ecco che un uomo, un padre, «un capo», riceve la notizia che per la sua «figlioletta» (5,23) non c’è più nulla da fare: «È morta» (5,35). La parola di Giairo, «sta morendo» (5,23), era stata interrotta dal tocco furtivo di una donna. L’estrema speranza di questo padre, che cerca in tutti i modi di non perdere la flebile fiducia che la vita sia ancora possibile, viene spenta con un colpo di vento deciso: «È morta». Davanti all’evidenza, il Signore Gesù oppone una reazione diversa, che lascia senza parole e persino un po’ contrariati: «Non temere, soltanto abbi fede!» (5,36).

Questa parola che il Signore rivolge in modo assai destabilizzante a quest'uomo, chiamato ormai a non disturbare più e ad assumere dignitosamente il suo lutto, è rivolta a ciascuno di noi. Quando sentiamo di perdere ciò che ci è caro, quando sentiamo strisciare l'ombra della morte che azzittisce in noi ogni possibile orizzonte, il Signore rinnova il suo invito: «Soltanto abbi fede!». Potremmo chiederci quest'oggi che cosa mai possa significare nella nostra vita concreta e quotidiana continuare «soltanto» ad avere fede. L'evidenza del fallimento, della perdita, della fine si impone alla nostra vita e chiede solo di essere accolta. Eppure, c'è qualcosa oltre l'evidenza. Ce lo ricorda la prima lettura: «Corriamo con perseveranza nella corsa che ci sta davanti, tenendo fisso lo sguardo su Gesù, colui che dà origine alla fede e la porta a compimento» (Eb 12,1-2). Alla luce di questo versetto potremmo interpretare la parola che il Signore Gesù rivolge a Giairo in questi termini: «Soltanto, continua a guardare verso di me». È ciò che si fa in un momento di emergenza quando la vita sembra stia andandosene, si chiede con forza: «Guardami». Il Signore ci chiede di fissare lo sguardo su di lui per affrontare la vita e persino la morte in una relazione profonda e in una comunione amorosa che vince ogni fallimento, ogni disfatta... persino la morte. Questo perché l'amore è così capace di immaginazione da andare oltre ogni evidenza che rischia di spegnere il lucignolo della speranza.

Dal Signore Gesù possiamo imparare a essere intimi senza cedere all'intimismo, a essere audaci senza mai essere ingenui. Ancora e sempre dalle parole e dai gesti di Cristo Signore dobbiamo imparare a essere decisi nel nostro cammino, ma mai frettolosi e, meno ancora, distratti.

Signore Gesù, trascinaci dietro a te, corriamo! Maestro delle nostre vie, non lasciare mai che la nostra corsa nella vita diventi distratta e mai sia cieca e sorda a tutto ciò che avviene sulla strada dei nostri passi. Ognuno possa trovarci compagni di sofferenza, di speranza, di desiderio e di decisione, per una vita che sia sempre più vita oltre ogni evidenza di morte e di disperazione.

Calendario ecumenico

Cattolici, ortodossi e greco-cattolici

Agata, vergine e martire sotto Decio a Catania (249-251).

Copti ed etiopici

Ascensione di Enoch; Febammone, martire (III-IV sec.)

Luterani

Philipp Jakob Spener, pastore e teologo (1705).

PICCOLE AZIONI QUOTIDIANE

Giornata di prevenzione dello spreco alimentare

Numerose sono le campagne di recupero e riciclo del cibo da parte di ONG e di organizzazioni spontanee di cittadini ma, in questa realtà, combattere lo spreco alla radice è possibile solo restituendo valore al cibo e a chi lo produce. Nel nostro piccolo, perciò, possiamo contribuire a ridurre gli sprechi compiendo piccole azioni quotidiane come: fare la lista della spesa e comprare solo quanto necessario; comprare se possibile da produttori locali; scegliere prodotti di stagione; usare meno prodotti trasformati; imparare l'arte della cucina di recupero, utilizzando avanzi e scarti; non servire porzioni eccessive.

È importante ricordare a questo proposito che un cibo sprecato non solo diventa inutile ma è anche dannoso per l'ambiente. Insieme al cibo dobbiamo considerare che vengono sprecati anche la terra, l'acqua, i fertilizzanti che sono stati necessari per produrlo. Ridurre lo spreco significa anche contribuire a salvaguardare la nostra Terra (dal sito www.foodscovery.it).