

SABATO 9 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 (VITORCHIANO)

*Fu luce la prima parola,
artefice sommo e sublime,
e fu con la luce il creato,
inizio ebbe il corso del tempo.*

*Ai primi bagliori dell'alba
risponde il chiarore del vespro,
e il cielo che tingi di fuoco,
proclama la grande tua gloria.*

*Anelito nuovo alla vita
inturgida tutte le cose,
si ergono in cerca del sole,
e poi si riposano in pace.*

*La pace più vera per noi
è solo nel Cristo tuo Figlio,
che in alto levato da terra
attira a sé tutte le cose.*

*Eterno pastore dell'uomo,
ei guida i suoi passi, sicuro,
nel buio che incombe sul mondo,
ai pascoli veri di vita. Amen.*

Salmo CF. SAL 36 (37)

Desisti dall'ira
e deponi lo sdegno,
non irritarti:
non ne verrebbe che male;
perché i malvagi
saranno eliminati,
ma chi spera nel Signore
avrà in eredità la terra.

Ancora un poco
e il malvagio scompare:
cerchi il suo posto,

ma lui non c'è più.
I poveri invece
avranno in eredità la terra
e godranno di una grande pace.

Il malvagio trama
contro il giusto,
contro di lui digrigna i denti.
Ma il Signore ride di lui,

perché vede arrivare
il suo giorno.
I malvagi sfoderano la spada
e tendono l'arco
per abbattere il povero
e il misero,
per uccidere
chi cammina onestamente.

Ripresa della Parola di Dio del giorno

Sceso dalla barca, egli vide una grande folla, ebbe compassione di loro, perché erano come pecore che non hanno pastore, e si mise a insegnare loro molte cose (*Mc 6,34*).

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

Lode e intercessione

Rit.: **Gesù Signore, ascolta!**

- Permettici di partecipare al tuo sguardo sulle folle del nostro tempo.
- Permettici di provare in noi il tuo fremito di compassione di fronte ai tanti vuoti di umanità delle nostre famiglie e società.
- Conformi al tuo sguardo al tuo e fa' che le nostre parole siano sempre capaci di esprimere compassione e simpatia verso tutti.

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 13,15-17.20-21

Dalla Lettera agli Ebrei

Fratelli, ¹⁵per mezzo di Gesù offriamo a Dio continuamente un sacrificio di lode, cioè il frutto di labbra che confessano il suo nome. ¹⁶Non dimenticatevi della beneficenza e della comunione dei beni, perché di tali sacrifici il Signore si compiace. ¹⁷Obbedite ai vostri capi e state loro sottomessi, perché essi vegliano su di voi e devono renderne conto, affinché lo facciano con gioia e non lamentandosi. Ciò non sarebbe di vantaggio per voi. ²⁰Il Dio della pace, che ha ricondotto dai

morti il Pastore grande delle pecore, in virtù del sangue di un'alleanza eterna, il Signore nostro Gesù, ²¹vi renda perfetti in ogni bene, perché possiate compiere la sua volontà, operando in voi ciò che a lui è gradito per mezzo di Gesù Cristo, al quale sia gloria nei secoli dei secoli. Amen.

– *Parola di Dio.*

SALMO RESPONSORIALE 22 (23)

Rit. **Il Signore è il mio pastore: non manco di nulla.**

¹Il Signore è il mio pastore: non manco di nulla.

²Su pascoli erbosi mi fa riposare,
ad acque tranquille mi conduce.

³Rinfranca l'anima mia. **Rit.**

Mi guida per il giusto cammino
a motivo del suo nome.

⁴Anche se vado per una valle oscura,
non temo alcun male, perché tu sei con me.

Il tuo bastone e il tuo vincastro
mi danno sicurezza. **Rit.**

⁵Davanti a me tu prepari una mensa
sotto gli occhi dei miei nemici.

Ungi di olio il mio capo;
il mio calice trabocca. **Rit.**

‘Sì, bontà e fedeltà mi saranno compagne
tutti i giorni della mia vita,
abiterò ancora nella casa del Signore
per lunghi giorni. **Rit.**

Rit. Il Signore è il mio pastore: non manco di nulla.

CANTO AL VANGELO Gv 10,27

Alleluia, alleluia.

Le mie pecore ascoltano la mia voce, dice il Signore,
e io le conosco ed esse mi seguono.

Alleluia, alleluia.

VANGELO Mc 6,30-34

✠ Dal Vangelo secondo Marco

In quel tempo, ³⁰gli apostoli si riunirono attorno a Gesù e gli riferirono tutto quello che avevano fatto e quello che avevano insegnato. ³¹Ed egli disse loro: «Venite in disparte, voi soli, in un luogo deserto, e riposatevi un po'». Erano infatti molti quelli che andavano e venivano e non avevano neanche il tempo di mangiare. ³²Allora andarono con la barca verso un luogo deserto, in disparte. ³³Molti però li videro partire e capirono, e da tutte le città accorsero là a piedi e li precedettero.

³⁴Sceso dalla barca, egli vide una grande folla, ebbe compassione di loro, perché erano come pecore che non hanno pastore, e si mise a insegnare loro molte cose.

– *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.

Riposare in pace

Spesso anche noi siamo folla: dispersi e stanchi, incapaci di riconciliarci, prima di tutto con noi stessi. Il Signore ci invita a fare unità dentro e fuori di noi, e ci addita il limite e il dolore come risorsa per imparare compassione e accoglienza: questo è l'unico riposo che veramente ci ridona le energie necessarie per continuare a vivere e sperare. Nel vangelo il Signore si presenta con i tratti inconfondibili della tenerezza, capace di toccare le corde più intime e sensibili della nostra umanità sempre bisognosa di attenzione e di cura: «Venite in disparte, voi soli» (Mc 6,31). Con queste parole e questo gesto di attenzione, che sembrano quasi una carezza, il Signore ci rivela che il mistero della Chiesa non è prima di tutto e soprattutto missione, ma intimità che genera una vera testimonianza discepolare.

Potremmo chiederci che cosa sia il riposo secondo il Signore Gesù. La liturgia della Parola di oggi dà un nome preciso al riposo a cui Gesù invita i discepoli, e questo nome è «pace» (Eb 13,20). Essa diventa un dolce modo di pensare a Dio e di immaginare noi stessi in relazione agli altri. Ogni volta che possiamo godere di un momento di intimità con il Signore, è come se ci esponessimo al sole della sua presenza per prendere una tintarella evangelica. Questo lasciarci intenerire dalla grazia, come gli alberi che dopo un lungo inverno si lasciano baciare dal sole

della primavera, permette il realizzarsi in noi dell'esortazione che troviamo nella prima lettura: «Vi renda perfetti in ogni bene, perché possiate compiere la sua volontà, operando in voi ciò che a lui è gradito per mezzo di Gesù Cristo» (13,21).

Ciò che commuove Gesù davanti alla folla è il fatto di vederla dispersa, e ciò che preme a Gesù davanti agli apostoli, reduci dalla loro prima missione, è di far ritrovare loro l'unità del cuore che nasce da un'intimità ritrovata. In questa intimità necessaria la cosa più importante non è ciò che si fa, ma ciò che si sta diventando a partire da una relazione che cresce e che fa crescere. In ciascuno di noi – come persone e come discepoli – sonnacchia un bambino che cresce mentre dorme tra le braccia di sua madre. La pace che ritroviamo e che ci doniamo ci permette quella crescita in umanità altrimenti impossibile.

Anche noi, come gli apostoli, saremmo forse tentati di raccontare al Signore Gesù tutto quello che siamo capaci di fare e di insegnare. Il Signore, da buon pastore, ci chiede di fare un altro pezzo di strada, più precisamente di «barca» (Mc 6,32), per farci imparare a porre lo sguardo sugli altri fino a farci toccare profondamente dalla loro presenza e dai loro bisogni. Serafino di Sarov amava ripetere: «Trova la pace e a migliaia accanto a te troveranno salvezza». Solo se costruiremo dentro di noi la pace, quale superamento di ogni attaccamento a noi stessi, potremo trovare riposo e saremo in grado di darlo anche agli altri come un dono prezioso. Saremo più pronti a vivere per gli altri solo

se ameremo stare da «soli» (6,31) con il Signore Gesù. In questa intimità continuamente ritrovata coltiveremo la sua presenza riposante nella profondità del nostro cuore, dove impariamo l'arte della pace con il respiro della «compassione» (6,34). Infatti, la compassione si apprende alla severa scuola del dolore. A questa scuola nessuno può sostituire nessuno, ma ognuno agisce in prima persona come se fosse solo e senza mai isolarsi dall'inarrestabile fluire della vita.

Signore Gesù, non ti chiediamo altro che di riposare in pace accanto a te per ritrovare la forza e la voglia di non darci mai pace, finché il fiume della compassione non risani le sponde desolate di ogni umana sofferenza. L'intimità con te sia la fonte della compassione verso tutti.

Calendario ecumenico

Cattolici

Beata Anna Katharina Emmerick, mistica (1824).

Ortodossi e greco-cattolici

Conclusione della festa dell'Ypapatí (Incontro del Signore); memoria del santo martire Niceforo (257 ca.).

Copti ed etiopici

Concilio dei 150 padri a Costantinopoli (381); Andrea di Saff 'a (XV sec.).

Maroniti

Marone, monaco (410 ca.).

Luterani

John Hooper, vescovo in Inghilterra (1555).