

SABATO 16 FEBBRAIO

V settimana del tempo ordinario - I 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 (LITURGIA DELLE ORE)

*Fumento di Cristo noi siamo
cresciuto nel sole di Dio,
nell'acqua del fonte impastati,
segnati dal crisma divino.*

*In pane trasformaci, o Padre,
per il sacramento di pace:
un Pane, uno Spirito, un Corpo,
la Chiesa una-santa, o Signore.*

*O Cristo, pastore glorioso,
a te la potenza e l'onore
col Padre e lo Spirito Santo
nei secoli dei secoli. Amen.*

Cantico PR 9,1-6.10-11

La sapienza si è costruita
la sua casa,

ha intagliato

le sue sette colonne.

Ha ucciso il suo bestiame,
ha preparato il suo vino
e ha imbandito la sua tavola.

Ha mandato
le sue ancelle a proclamare
sui punti più alti della città:
«Chi è inesperto venga qui!».

A chi è privo di senno
ella dice:

«Venite, mangiate il mio pane,
bevete il vino
che io ho preparato.
Abbandonate l'inesperienza
e vivrete,
andate diritti per la via
dell'intelligenza».

Principio della sapienza
è il timore del Signore,
e conoscere il Santo
è intelligenza.
Per mezzo mio

si moltiplicheranno
i tuoi giorni,
ti saranno aumentati
gli anni di vita.

Ripresa della Parola di Dio del giorno

«Sento compassione per la folla; ormai da tre giorni stanno con me e non hanno da mangiare» (Mc 8,2).

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

Lode e intercessione

Rit.: **Saziaci con il tuo pane, Signore!**

- Signore, tu conosci il nostro bisogno; sazialo aprendolo alla compassione per il bisogno di altri.
- Signore, noi ci riconosciamo nudi davanti a te; rivestici con le tuniche della tua misericordia.
- Signore, tu doni il pane che il Padre vuole sia condiviso tra tutti i suoi figli; insegnaci a non trattenere solo per noi ciò che deve essere condiviso tra tutti.

Padre nostro

Orazione (vedi Colletta)

LA MESSA

ANTIFONA D'INGRESSO SAL 94 (95),6-7

Venite, adoriamo il Signore,
prostràti davanti a lui che ci ha fatti;
egli è il Signore nostro Dio.

COLLETTA

Custodisci sempre con paterna bontà la tua famiglia, Signore, e poiché unico fondamento della nostra speranza è la grazia che viene da te, aiutaci sempre con la tua protezione. Per il nostro Signore Gesù Cristo...

PRIMA LETTURA GEN 3,9-24

Dal libro della Genesi

⁹Il Signore Dio chiamò l'uomo e gli disse: «Dove sei?». ¹⁰Rispose: «Ho udito la tua voce nel giardino: ho avuto paura, perché sono nudo, e mi sono nascosto». ¹¹Riprese: «Chi ti ha fatto sapere che sei nudo? Hai forse mangiato dell'albero di cui ti avevo comandato di non mangiare?». ¹²Rispose l'uomo: «La donna che tu mi hai posta accanto mi ha dato dell'albero e io ne ho mangiato». ¹³Il Signore Dio disse alla

donna: «Che hai fatto?». Rispose la donna: «Il serpente mi ha ingannata e io ho mangiato».

¹⁴Allora il Signore Dio disse al serpente: «Poiché hai fatto questo, maledetto tu fra tutto il bestiame e fra tutti gli animali selvatici! Sul tuo ventre camminerai e polvere mangerai per tutti i giorni della tua vita. ¹⁵Io porrò inimicizia fra te e la donna, fra la tua stirpe e la sua stirpe: questa ti schiacerà la testa e tu le insidierai il calcagno».

¹⁶Alla donna disse: «Moltiplicherò i tuoi dolori e le tue gravidanze, con dolore partorirai figli. Verso tuo marito sarà il tuo istinto, ed egli ti dominerà».

¹⁷All'uomo disse: «Poiché hai ascoltato la voce di tua moglie e hai mangiato dell'albero di cui ti avevo comandato: "Non devi mangiarne", maledetto il suolo per causa tua! Con dolore ne trarrai il cibo per tutti i giorni della tua vita. ¹⁸Spine e cardi produrrà per te e mangerai l'erba dei campi. ¹⁹Con il sudore del tuo volto mangerai il pane, finché non ritornerai alla terra, perché da essa sei stato tratto: polvere tu sei e in polvere ritornerai!». ²⁰L'uomo chiamò sua moglie Eva, perché ella fu la madre di tutti i viventi.

²¹Il Signore Dio fece all'uomo e a sua moglie tuniche di pelli e li vestì. ²²Poi il Signore Dio disse: «Ecco, l'uomo è diventato come uno di noi quanto alla conoscenza del bene e del male. Che ora egli non stenda la mano e non prenda anche dell'albero della vita, ne mangi e viva per sempre!». ²³Il Si-

gnore Dio lo scacciò dal giardino di Eden, perché lavorasse il suolo da cui era stato tratto. ²⁴Scacciò l'uomo e pose a oriente del giardino di Eden i cherubini e la fiamma della spada guizzante, per custodire la via all'albero della vita.
– *Parola di Dio.*

SALMO RESPONSORIALE 89 (90)

Rit. **Signore, tu sei stato per noi un rifugio
di generazione in generazione.**

²Prima che nascessero i monti
e la terra e il mondo fossero generati,
da sempre e per sempre tu sei, o Dio. **Rit.**

³Tu fai ritornare l'uomo in polvere,
quando dici: «Ritornate, figli dell'uomo».

⁴Mille anni, ai tuoi occhi,
sono come il giorno di ieri che è passato,
come un turno di veglia nella notte. **Rit.**

⁵Tu li sommergi:
sono come un sogno al mattino,
come l'erba che germoglia;
⁶al mattino fiorisce e germoglia,
alla sera è falciata e secca. **Rit.**

¹²Insegnaci a contare i nostri giorni
e acquisteremo un cuore saggio.

¹³Ritorna, Signore: fino a quando?
Abbi pietà dei tuoi servi! **Rit.**

**Rit. Signore, tu sei stato per noi un rifugio
di generazione in generazione.**

CANTO AL VANGELO MT 4,4B

Alleluia, alleluia.

Non di solo pane vivrà l'uomo,
ma di ogni parola che esce dalla bocca di Dio.

Alleluia, alleluia.

VANGELO Mc 8,1-10

✠ Dal Vangelo secondo Marco

¹In quei giorni, poiché vi era di nuovo molta folla e non avevano da mangiare, Gesù chiamò a sé i discepoli e disse loro: ²«Sento compassione per la folla; ormai da tre giorni stanno con me e non hanno da mangiare. ³Se li rimando digiuni alle loro case, verranno meno lungo il cammino; e alcuni di loro sono venuti da lontano».

⁴Gli risposero i suoi discepoli: «Come riuscire a sfamarli di pane qui, in un deserto?». ⁵Domandò loro: «Quanti pani avete?». Dissero: «Sette».

⁶Ordinò alla folla di sedersi per terra. Prese i sette pani, rese grazie, li spezzò e li dava ai suoi discepoli perché li distribuissero; ed essi li distribuirono alla folla. ⁷Avevano anche pochi pesciolini; recitò la benedizione su di essi e fece distribuire anche quelli.

⁸Mangiarono a sazietà e portarono via i pezzi avanzati: sette sporte. ⁹Erano circa quattromila. E li congedò.

¹⁰Poi salì sulla barca con i suoi discepoli e subito andò dalle parti di Dalmanutà. – *Parola del Signore.*

PREGHIERA SULLE OFFERTE

Il pane e il vino che hai creato, Signore, a sostegno della nostra debolezza, diventino per noi sacramento di vita eterna. Per Cristo nostro Signore.

ANTIFONA ALLA COMUNIONE SAL 106 (107),8-9

Rendiamo grazie al Signore per la sua misericordia,
per i suoi prodigi verso i figli degli uomini;
egli sazia il desiderio dell'assetato
e ricolma di beni l'affamato.

PREGHIERA DOPO LA COMUNIONE

O Dio, che ci hai resi partecipi di un solo pane e di un solo calice, fa' che uniti al Cristo in un solo corpo portiamo con gioia frutti di vita eterna per la salvezza del mondo. Per Cristo nostro Signore.

Un pane per tutti

C'è un mangiare che dà la morte e un mangiare che, al contrario, nutre la vita. Nella Genesi Adamo ed Eva devono confessare a Dio di aver mangiato dell'albero di cui egli aveva comandato di non mangiare (cf. Gen 3,11-13). Nel racconto di Marco, Gesù nutre una folla innumerevole di persone. Non tutti i cibi sono uguali e c'è mangiare e mangiare. Occorre discernimento, un duplice discernimento. È necessario fare attenzione sia a colui che ci offre il pane, sia all'atteggiamento interiore con il quale accogliamo il suo dono.

Il serpente offre il cibo con inganno, come Eva deve ammettere: «Il serpente mi ha ingannata e io ho mangiato» (Gen 3,13). Al contrario, Gesù offre il suo pane nella compassione: «Sento compassione per la folla; ormai da tre giorni stanno con me e non hanno da mangiare» (Mc 8,2). Probabilmente, sono molteplici gli inganni che si nascondono nelle parole del serpente. Tra di essi si cela anche questa trappola: egli induce a mangiare non nella comunione, ma nella concorrenza. Spinge Adamo ed Eva a credere che Dio sia un loro antagonista, qualcuno che impedisce loro di vivere in pienezza, che teme o ha gelosia della loro libertà, e di conseguenza vuole esercitare su di loro un controllo e un dominio. Se vogliamo vivere davvero, dobbiamo sbarazzarci di lui, o quanto meno non lasciarci assoggettare dalla sua parola.

La stessa dinamica si ripropone nelle nostre relazioni: gli altri diventano una minaccia per la nostra libertà, un limite al pieno dispiegarsi del nostro desiderio, un impedimento nella ricerca di una personale felicità, molto narcisistica, rinchiusa in se stessa. Il pane, condito da questi atteggiamenti, anziché nutrirla, avvelena la vita. Diventa un pane consumato in solitudine, ripiegati su se stessi, conteso agli altri, perché ciò che è loro, non potendo più essere mio, pare sottrarre qualcosa alla pienezza della mia vita e della mia gioia.

Gesù ci indica una via diversa per giungere alla vera realizzazione di sé e alla propria felicità. Capovolge lo sguardo: anziché della propria fame, occorre anzitutto avere cura della fame degli altri. Se le folle stanno con lui da tre giorni senza mangiare, vuol dire che anche lui in tutto questo tempo non ha preso cibo. Non si preoccupa però di sé; ha cura degli altri. Non interrompe la predicazione per riposare, ma per ristorare chi è con lui. Inoltre, il poco pane di cui dispone non lo trattiene per sé e per il proprio gruppo, ma lo divide per dividerlo, ed è così che lo fa bastare per tutti.

Quella della vita è una logica diversa da quella con la quale il serpente ci inganna. Egli ci induce sempre nell'egoismo di chi cerca il proprio vantaggio. Gesù rivela che è la compassione per il bene degli altri a saziare la nostra esistenza.

Una compassione che non ha confini, non conosce ristrettezze. Questa è la seconda moltiplicazione dei pani che incontriamo in

Marco. Il contesto suggerisce che siamo ancora nella Decapoli, territorio pagano nel quale subito prima Gesù ha guarito il sordo-muto (cf. 7,41). Anche la cifra sette, numero delle sparte di pane avanzato, sembra evocare le altre nazioni, mentre le dodici ceste della prima moltiplicazione (cf. 6,42) alludevano alle dodici tribù di Israele. Sette erano infatti le nazioni di Canaan (cf. At 13,19), sette i diaconi scelti per il servizio delle comunità di ellenisti (cf. 6,5); settanta o settantadue il numero tradizionale delle nazioni pagane (cf. l'invio dei settantadue in Lc 10,1-16). Prima di questa seconda moltiplicazione, Gesù ha incontrato una donna pagana, di lingua greca e di origine siro-fenicia (cf. Mc 7,24-30), la quale gli ha ricordato che il pane di Dio è per tutti: per i figli di Israele e per i figli degli altri popoli. Il pane ha il sapore della comunione e va mangiato non nella solitudine, non nel sospetto o nella gelosia, come vorrebbe il serpente, ma seduti alla stessa mensa, che Dio imbandisce per tutti i suoi figli. Non per nulla Gesù farà del mangiare insieme lo stesso pane il segno della comunione piena e definitiva con lui e tra di noi.

Signore Gesù, tu sei la Parola di Dio che nutre la nostra esistenza più del pane. Tu ci educi ad assumere, nella concretezza dei nostri giorni, quegli atteggiamenti che ci conducono nella via della vita e non della morte. Aprici gli occhi e rendici vigilanti sui tanti inganni con i quali rischiamo di chiuderci in noi stessi, togliendo aria ai nostri polmoni, visione ai nostri occhi, compassione ai nostri gesti.

Calendario ecumenico

Cattolici

Giuliana di Nicomedia, martire (305).

Ortodossi e greco-cattolici

Memoria del santo martire Panfilo di Cesarea e dei suoi compagni (309 ca.).

Luterani

Wilhelm Schmidt, martire (1924).