

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 (CFC)

*Gesù, la Chiesa, tua sposa,
apre il suo cuore al tuo mistero:
nell'ascoltar la tua parola
prenda da te un volto nuovo,
che ben rifletta il tuo splendore.*

*Gesù, offerto per noi,
mostra il cammino:
ti seguiremo;
lungo la via del sacrificio
la libertà, che tu ci doni,
segno sarà che sei con noi.*

*Gesù, speranza dell'uomo,
venga il tuo Giorno:
noi l'attendiamo
nel desiderio dell'incontro
che ci sarà,*

*a chi ha fede tu, nel mister,
già mostri il volto.*

Salmo CF. SAL 106 (107)

Altri abitavano nelle tenebre
e nell'ombra di morte,
prigionieri della miseria
e dei ferri,
perché si erano ribellati
alle parole di Dio
e avevano disprezzato
il progetto dell'Altissimo.
Egli umiliò il loro cuore
con le fatiche:
cadevano e nessuno li aiutava.
Nell'angustia gridarono
al Signore,

ed egli li salvò dalle loro angosce.
Li fece uscire dalle tenebre
e dall'ombra di morte
e spezzò le loro catene.
Ringrazino il Signore
per il suo amore,

per le sue meraviglie
a favore degli uomini,
perché ha infranto
le porte di bronzo
e ha spezzato
le sbarre di ferro.

Ripresa della Parola di Dio del giorno

E fu trasfigurato davanti a loro [...]. Ma Gesù si avvicinò, li toccò e disse: «Alzatevi e non temete» (*Mt 17,2.7*).

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

Lode e intercessione

Rit.: **Signore, guarda la nostra paura e abbi pietà!**

- Tu intercetti il nostro desiderio di ripartire dai luoghi dove ci siamo installati troppo: non ci spaventi l'attesa della direzione e di una benedizione più grande.
- Tu avevi in serbo per noi la grazia di una vocazione: non ci spaventi il modo in cui oggi si manifesta il mistero del nostro soffrire perché risplenda in noi la tua luce.
- Tu ci concedi di prefigurarci una luce che ancora non c'è nella nostra vita: non ci spaventi l'ombra che dobbiamo ancora attraversare per imparare a vivere come figli amati.

Padre nostro

Orazione (vedi Colletta)

LA MESSA

ANTIFONA D'INGRESSO SAL 26 (27),8-9

Di te dice il mio cuore: «Cercate il suo volto».
Il tuo volto io cerco, o Signore.
Non nascondere il tuo volto da me.

COLLETTA

O Padre, che ci chiami ad ascoltare il tuo amato Figlio, nutri la nostra fede con la tua parola e purifica gli occhi del nostro spirito, perché possiamo godere la visione della tua gloria. Per il nostro Signore Gesù Cristo...

oppure

O Dio, che chiamasti alla fede i nostri padri e hai dato a noi la grazia di camminare alla luce del Vangelo, aprici all'ascolto del tuo Figlio, perché accettando nella nostra vita il mistero della croce, possiamo entrare nella gloria del tuo regno. Per il nostro Signore Gesù Cristo...

PRIMA LETTURA GEN 12,1-4A

Dal libro della Genesi

In quei giorni, ¹il Signore disse ad Abram: «Vattene dalla tua terra, dalla tua parentela e dalla casa di tuo padre, verso

la terra che io ti indicherò. ²Farò di te una grande nazione e ti benedirò, renderò grande il tuo nome e possa tu essere una benedizione. ³Benedirò coloro che ti benediranno e coloro che ti malediranno maledirò, e in te si diranno benedette tutte le famiglie della terra».

⁴Allora Abram parti, come gli aveva ordinato il Signore.

– *Parola di Dio.*

SALMO RESPONSORIALE 32 (33)

Rit. Donaci, Signore, il tuo amore: in te speriamo.

⁴Retta è la parola del Signore
e fedele ogni sua opera.

⁵Egli ama la giustizia e il diritto;
dell'amore del Signore è piena la terra. **Rit.**

¹⁸Ecco, l'occhio del Signore è su chi lo teme,
su chi spera nel suo amore,

¹⁹per liberarlo dalla morte
e nutrirlo in tempo di fame. **Rit.**

²⁰L'anima nostra attende il Signore:
egli è nostro aiuto e nostro scudo.

²²Su di noi sia il tuo amore, Signore,
come da te noi speriamo. **Rit.**

SECONDA LETTURA 2Tm 1,8B-10

Dalla Seconda lettera di san Paolo apostolo a Timòteo

Figlio mio, ⁸con la forza di Dio, soffri con me per il Vangelo. ⁹Egli infatti ci ha salvati e ci ha chiamati con una vocazione santa, non già in base alle nostre opere, ma secondo il suo progetto e la sua grazia. Questa ci è stata data in Cristo Gesù fin dall'eternità, ¹⁰ma è stata rivelata ora, con la manifestazione del salvatore nostro Cristo Gesù. Egli ha vinto la morte e ha fatto risplendere la vita e l'incorruttibilità per mezzo del Vangelo. – *Parola di Dio.*

CANTO AL VANGELO cf. Mc 9,7

Lode e onore a te, Signore Gesù

Dalla nube luminosa, si udì la voce del Padre:

«Questi è il mio Figlio, l'amato: ascoltatelo!».

Lode e onore a te, Signore Gesù

VANGELO Mt 17,1-9

✠ Dal Vangelo secondo Matteo

In quel tempo, ¹Gesù prese con sé Pietro, Giacomo e Giovanni suo fratello e li condusse in disparte, su un alto monte. ²E fu trasfigurato davanti a loro: il suo volto brillò come il sole e le sue vesti divennero candide come la luce. ³Ed ecco apparvero loro Mosè ed Elia, che conversavano con lui.

⁴Prendendo la parola, Pietro disse a Gesù: «Signore, è bello per noi essere qui! Se vuoi, farò qui tre capanne, una per te, una per Mosè e una per Elia». ⁵Egli stava ancora parlando, quando una nube luminosa li coprì con la sua ombra. Ed ecco una voce dalla nube che diceva: «Questi è il Figlio mio, l'amato: in lui ho posto il mio compiacimento. Ascoltatelo». ⁶All'udire ciò, i discepoli caddero con la faccia a terra e furono presi da grande timore. ⁷Ma Gesù si avvicinò, li toccò e disse: «Alzatevi e non temete». ⁸Alzando gli occhi non videro nessuno, se non Gesù solo. ⁹Mentre scendevano dal monte, Gesù ordinò loro: «Non parlate a nessuno di questa visione, prima che il Figlio dell'uomo non sia risorto dai morti». – *Parola del Signore.*

Credo

p. 342

PREGHIERA SULLE OFFERTE

Questa offerta, Signore misericordioso, ci ottenga il perdono dei nostri peccati e ci santifichi nel corpo e nello spirito, perché possiamo celebrare degnamente le feste pasquali. Per Cristo nostro Signore.

PREFAZIO

È veramente cosa buona e giusta, nostro dovere e fonte di salvezza, rendere grazie sempre e in ogni luogo a te, Signore, Padre santo, Dio onnipotente ed eterno, per Cristo nostro Signore. Egli, dopo aver

dato ai discepoli l'annuncio della sua morte, sul santo monte manifestò la sua gloria e chiamando a testimoni la legge e i profeti indicò agli apostoli che solo attraverso la passione possiamo giungere al trionfo della risurrezione. E noi, uniti agli angeli del cielo, acclamiamo senza fine la tua santità, cantando l'inno di lode: **Santo...**

ANTIFONA ALLA COMUNIONE MT 17,5; Mc 9,7; Lc 9,35

**«Questo è il mio Figlio prediletto,
nel quale mi sono compiaciuto. Ascoltatelo.»**

PREGHIERA DOPO LA COMUNIONE

Per la partecipazione ai tuoi gloriosi misteri ti rendiamo fervide grazie, Signore, perché a noi ancora pellegrini sulla terra fai pregustare i beni del cielo. Per Cristo nostro Signore.

PER LA RIFLESSIONE

È bello

Dopo aver affrontato il deserto del nostro cuore e aver conosciuto tutti i combattimenti che lo abitano, il Signore Gesù, nel cuore del suo ministero in favore del Regno, sente il bisogno di salire in cima a un «alto monte» per avere un incontro speciale con il suo – e nostro – Dio. Non compie questo itinerario di ascesa solo per se stesso, in una solitudine di preghiera, ma «prese con sé

Pietro, Giacomo e Giovanni» (Mt 17,1). Il contesto della trasfigurazione offre subito un richiamo indispensabile per portare avanti l'impegno e la grazia dell'ascesi quaresimale. Come discepoli abbiamo assoluto bisogno che la nostra preghiera si svolga – almeno di tanto in tanto – «in disparte» (17,1), nel silenzio e in un profondo raccoglimento interiore. Il bisogno di accedere all'abisso di povertà e di desiderio presente nel nostro cuore nasce dal fatto che solo Dio conosce il nostro volto, e soltanto all'interno di una certa intimità è disposto a rivelarci il suo. Perché amarsi vuol dire, talvolta, incontrarsi lontano da ogni rumore e interferenza. Restare volto a volto. Cuore a cuore.

Restare in silenzio, con una profonda attenzione al proprio cuore, non è esperienza facile. La nostra società, che misura ogni cosa in termini di efficacia e di tornaconto, certamente non aiuta a coltivare spazi di raccoglimento e di preghiera. Eppure, soltanto in certe situazioni e a certe condizioni possono compiersi incredibili – e indispensabili – esperienze di incontro con il mistero di Dio: Gesù «fu trasfigurato davanti a loro: il suo volto brillò come il sole e le sue vesti divennero candide come la luce. Ed ecco apparvero loro Mosè ed Elia, che conversavano con lui» (17,2-3). Il frutto più prezioso che possiamo ricevere da un'intimità con Dio profondamente desiderata e scelta è la presa di coscienza di quanto sia splendido essere viventi di fronte al suo volto, per poter diventare partecipi della sua comunione d'amore. Sorpreso dal meraviglioso spettacolo di luce e di bellezza che si è acceso

sul monte, Pietro a nome di ogni discepolo esclama: «Signore, è bello per noi essere qui!» (17,4).

Recuperare un'idea grata e felice di Dio è la prima necessità per avere la forza di obbedire a Cristo, per fidarsi dei suoi insegnamenti e, così, mettere la nostra vita dietro ai suoi passi, come la voce stessa del Padre esorta a fare: «Questi è il Figlio mio, l'amato: in lui ho posto il mio compiacimento. Ascoltatelo» (17,5). Finché il nostro cuore non è convinto e affascinato dalla parola e dalla vita del vangelo, noi sapremo portare avanti il cammino di fede al massimo come un generoso tentativo di rispettare regole e norme. Solo un'esperienza felice e intima dello splendore del suo volto può riaccendere il meccanismo della nostra conversione, e condurci – quasi spontaneamente – a immergerci nella follia d'amore di un Dio uno e trino.

Del resto, a noi discepoli «è stata data in Cristo Gesù fin dall'eternità» una «vocazione santa», di cui sempre dovremmo essere memori: la «grazia» (2Tm 1,9) di poter soffrire, «con la forza di Dio», «per il Vangelo» (1,8). Si tratta di accogliere nella nostra vita il mistero della croce, partecipando all'opera del nostro Signore e Maestro, il quale «ha vinto la morte e ha fatto risplendere la vita» (1,10). Per poter aderire con tutto ciò che siamo – e non siamo – a questo disegno d'amore, occorre una serena disponibilità a saperci mettere in disparte e in cammino, come Abramo, nostro padre nella fede. Egli «partì, come gli aveva ordinato il Signore» (Gen 12,4) – e «senza sapere dove andava» (Eb 11,8) – perché troppo bella era

la promessa: «Farò di te una grande nazione e ti benedirò, renderò grande il tuo nome e possa tu essere una benedizione» (Gen 12,2). La conversione al vangelo non è qualcosa che noi dobbiamo fare – come vorrebbe Pietro che chiede a Gesù: «Se vuoi, farò qui tre capanne» (Mt 17,4) –, ma qualcosa che Dio desidera compiere in noi, nella misura in cui ci lasciamo guardare dal suo volto e affascinare dal suono della sua voce: «Ecco, l'occhio del Signore è su chi lo teme, su chi spera nel suo amore» (Sal 32[33],18).

Signore Gesù, è bello che dentro la fatica, le contraddizioni, i fallimenti tu ci chiami vicino e ci mostri quale luce ci attende, quale bellezza può fiorire, a quale amore ci stai preparando. È bello e necessario poter vedere quanto ancora non si è manifestato in noi, per ripartire incontro alla tua promessa. Tu che dai senso alla croce, Kyrie eleison!

Calendario ecumenico

Cattolici, anglicani e luterani

II domenica di Quaresima.

Ortodossi e greco-cattolici

I domenica di Quaresima; Teofilatto, vescovo di Nicomedia e confessore (842).

Copti ed etiopici

Policarpo, vescovo di Smirne, martire (167).

Anglicani

Edward King, vescovo di Lincoln; Geoffrey Studdert Kennedy, presbitero e poeta (1929).

Luterani

Tommaso d'Aquino, dottore della Chiesa in Italia (1274).

UNA QUESTIONE CENTRALE

Giornata internazionale della donna

L'Italia non può permettersi di rinunciare alla ricchezza dell'apporto del lavoro femminile. Il divario del quasi 20% tra occupazione maschile e femminile costituisce, quindi, un punto critico di sistema: ogni sforzo va compiuto per ridurlo sempre di più. Va ricordato che dove le donne lavorano di più, e in migliori condizioni, vi è maggiore natalità. Per sostenere le aspettative di tante coppie e di tanti giovani è necessario impegnarsi per una migliore offerta e gestione dei servizi, per una conciliazione dei tempi di lavoro, per una più forte cultura della condivisione all'interno della famiglia. [...] Oggi le donne sono più consapevoli. Più presenti e responsabili nella politica, nella cultura, nell'impresa, nella scuola, in tutti gli altri luoghi di lavoro. Non ancora quanto dovrebbero, e quanto sarebbe utile. Ma l'8 marzo ricorda alla coscienza, e alla cultura, del popolo italiano la centralità della questione femminile (Sergio Mattarella, dal discorso dell'8 marzo 2018).