

SABATO 13 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)

*Fruento 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.*

Salmo CF. SAL 26 (27)

Il Signore è mia luce
e mia salvezza:

di chi avrò timore?
Il Signore è difesa della mia vita:
di chi avrò paura?

Una cosa ho chiesto al Signore,
questa sola io cerco:
abitare nella casa del Signore
tutti i giorni della mia vita,
per contemplare la bellezza
del Signore
e ammirare il suo santuario.

Nella sua dimora mi offre riparo
nel giorno della sventura.
Mi nasconde nel segreto
della sua tenda,
sopra una roccia mi innalza.

Sono certo di contemplare
la bontà del Signore
nella terra dei viventi.

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.: **Non abbandonarci, Signore Dio nostro!**

- Quando vaghiamo nel deserto della vita, senza trovare un senso alla nostra esistenza, senza punti di riferimento, volgi a noi il tuo sguardo di compassione.
- Quando andiamo in cerca di un cibo che non sazia e di un'acqua che non disseta, quando si spengono in noi i veri desideri, volgi a noi il tuo sguardo di compassione.
- Quando ci chiudiamo nell'egoismo, ci rifiutiamo di condividere con gli altri ciò che siamo e ciò che abbiamo, volgi a noi il tuo sguardo di compassione.

Padre nostro

Orazione (vedi Colletta)

LA MESSA

ANTIFONA D'INGRESSO SAL 94,6-7

Venite: prostrati adoriamo,
in ginocchio davanti al Signore che ci ha fatti.
È lui il Signore, nostro Dio.

COLLETTA

Custodisci sempre con paterna bontà la tua famiglia, o 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, tuo Figlio, che è Dio...

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 schiaccerà 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 Signore 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.*

SULLE OFFERTE

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

ANTIFONA ALLA COMUNIONE SAL 106,8-9

Ringraziamo il Signore per il suo amore,
per le sue meraviglie a favore degli uomini, un animo affamato
ha ricolmato di bene.

DOPO LA COMUNIONE

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

Il pane della vita

Tra le due letture che oggi la liturgia della Parola ci propone si può trovare un legame a partire da un'esperienza che caratterizza la vita dell'uomo e che, nel testo scritturistico, diventa simbolica della relazione con Dio. Si tratta dell'atto del nutrirsi, del mangiare, esperienza primordiale che definisce la creaturelità dell'uomo. L'uomo per vivere deve mangiare e l'esperienza della fame gli fa scoprire che non può possedere in sé la vita: deve riceverla da qualcosa e qualcun altro, deve riceverla continuamente come dono. Si comprende così la forza simbolica del racconto di Gen 3 in cui il peccato del primo uomo e della prima donna vengono narrati alla luce di un gesto di ingordigia: mangiare il frutto proibito dell'«albero della vita» nell'illusione di essere come Dio, cioè di possedere in sé la fonte della vita. L'inganno del serpente, l'illusione e la falsità della sua proposta stanno proprio qui: «Il serpente mi ha ingannata – dice la donna a Dio – e io ho mangiato» (Gen 3,13). Si passa dalla logica del dono a quella del possesso, distruggendo ogni possibilità di relazione con Dio e con tutta la creazione. Senza la consapevolezza che tutto è dono, senza la consapevolezza della propria creaturelità, non è più possibile una relazione autentica. Si cade nella paura della propria fragilità (sentirsi nudi) e nella paura di Dio. Anche il rapporto con la natura diventa contaminato e su di essa cade una sorta di maledizione a

causa del peccato dell'uomo: «Maledetto il suolo per causa tua! [...] Spine e cardi produrrà per te e mangerai l'erba dei campi. Con il sudore del tuo volto mangerai il pane» (3,17-19).

Nel vangelo, sotto gli occhi di Gesù, abbiamo proprio quest'uomo fragile, smarrito, affaticato, affamato. Ma davanti a quest'uomo, che dal momento del primo peccato sembra vagare lontano da Dio, Gesù rivela il volto di Dio donando il pane della vita. Così dice ai discepoli: «Sento compassione per la folla; ormai da tre giorni stanno con me e non hanno da mangiare» (Mc 8,2). Gesù guarda con compassione la folla ed è questa compassione a rivelare ciò che può ridare orientamento e senso al cammino della vita. E questo avviene attraverso il gesto concreto di condividere con essa il pane che nutre il corpo. In questa condivisione sono coinvolti i Dodici. Di fronte alla rivelazione della compassione di Gesù, si sono tirati indietro, riconoscendo la loro impotenza a sfamare una folla così grande. Ma Gesù con una domanda li coinvolge, perché anch'essi devono partecipare di questa compassione, loro che sono stati chiamati «perché stessero con lui» (3,14). «“Quanti pani avete?”». Dissero: “Sette”» (8,5): ecco la domanda di Gesù che apre ai discepoli il cammino della compassione. Gesù invita i discepoli a dare da mangiare alla folla a partire da quello che essi hanno. Infatti non fa comparire il pane e i pesci dal nulla, ma parte dal poco cibo che i discepoli hanno e li invita a metterli a disposizione della folla e a distribuirli a tutti: «Li dava ai suoi discepoli perché li distribuissero; ed essi li distribuirono alla folla» (8,6).

Il gesto che Gesù compie sembra avvenire nella massima semplicità, non diverso da quello che compie un padre di famiglia quando presiede a tavola, benedice Dio e spezza il pane all'inizio del pasto. Ma qui c'è qualcosa di più. I gesti compiuti davanti alla folla sono uguali a quelli che Gesù compie nell'intimità con i discepoli all'Ultima cena. I gesti di prendere e dare si susseguono con una naturalezza impressionante, ma tra i due estremi è intervenuta una trasformazione: il poco dei discepoli, insufficiente a sfamare la folla, deposto nelle mani di Gesù diventa abbondanza per tutti. La forza di una condivisione che sazia è custodita nelle mani di Gesù. Marco nota alla fine che tutti «mangiarono a sazietà e portarono via i pezzi avanzati: sette sporte» (8,8). L'abbondanza finale contrasta con il poco dei discepoli, ma indica anche la gratuità senza riserve del dono di Dio. C'è un pane avanzato per altri perché c'è sempre qualcuno che ha bisogno di questo pane. Il discepolo deve essere sempre pronto a donare a chiunque questo pane: a chi è disorientato, a chi cerca un senso alla propria vita, a chi cerca un pane che nutra e sazi. Il discepolo deve essere sempre pronto a testimoniare lo sguardo di compassione di Gesù.

Signore Gesù, spezza ancora il tuo pane per l'uomo affamato, per l'uomo che ha smarrito il cammino della vita, per l'uomo che sente venir meno la speranza, per l'uomo che ha paura della sua fragilità. Spezza ancora il tuo pane in abbondanza e la tua vita dimorerà in noi.

Calendario ecumenico

Cattolici

Fosca e Maura, martiri (III sec.); beata Cristina da Spoleto, vedova e religiosa (1458).

Ortodossi e greco-cattolici

Memoria del nostro santo padre Martiniano di Cesarea (398-402).

Copti ed etiopici

Apollo il Pastore, monaco (IV sec.); Agrippino, patriarca di Alessandria (II sec.).

Luterani

Christian Friedrich Schwartz, missionario (1798).