

VENERDÌ 12 MARZO

III settimana di Quaresima - III 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.

Inno (UMIL)

*Liberati dal giogo del male,
battezzati nell'acqua profonda,
noi giungiamo
alla terra di prova,
dove i cuori saran resi puri.*

*Dal paese di Egitto
ci hai tratti,
e cammini con noi nel deserto,
per condurci
alla santa montagna sulla quale
si innalza la Croce.*

*Su te, Roccia,
che t'alzi fra noi,
troveremo difesa ed appoggio,
e berremo alla fonte di vita
che ci lava dai nostri peccati.*

*Tu ci guidi nell'Esodo nuovo
alla gioia profonda di Pasqua:
dalla morte passando alla vita,
giungeremo
alla terra promessa.*

Salmo CF. SAL 60 (61)

Ascolta, o Dio, il mio grido,
sii attento alla mia preghiera.
Sull'orlo dell'abisso io ti invoco,
mentre sento
che il cuore mi manca:
guidami tu sulla rupe
per me troppo alta.
Per me sei diventato un rifugio,
una torre fortificata
davanti al nemico.

Vorrei abitare nella tua tenda
per sempre,
vorrei rifugiarmi
all'ombra delle tue ali.

Così canterò inni
al tuo nome per sempre,
adempiendo i mie voti
giorno per giorno.

Ripresa della Parola di Dio del giorno

«Amarlo [Dio] con tutto il cuore, con tutta l'intelligenza e con tutta la forza e amare il prossimo come se stesso vale più di tutti gli olocàusti e i sacrifici» (Mc 12,33).

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

Lode e intercessione

Rit.: **Signore, nostro unico Dio, guidaci con il tuo amore.**

- Affinché il nostro cuore non si lasci sedurre da quegli idoli che ci allontanano dalla vita vera che solo tu puoi donarci.
- Affinché il desiderio di amarti si trasformi nel sacrificio a te gradito offerto nell'umiltà del nostro cuore e nel dono di tutte le nostre forze.
- Affinché la fatica quotidiana di amare tutti coloro che incontriamo ci faccia scoprire il tuo volto nascosto nella nostra umanità.

Padre nostro

Orazione (vedi Colletta)

LA MESSA

ANTIFONA D'INGRESSO SAL 85,8.10

Fra gli dèi nessuno è come te, Signore.
Grande tu sei e compi meraviglie: tu solo sei Dio.

COLLETTA

Padre santo e misericordioso, infondi la tua grazia nei nostri cuori perché possiamo salvarci dagli sbandamenti umani e restare fedeli alla tua parola di vita eterna. Per il nostro Signore Gesù Cristo...

PRIMA LETTURA Os 14,2-10

Dal libro del profeta Osèa

Così dice il Signore: ²«Torna, Israele, al Signore, tuo Dio, poiché hai inciampato nella tua iniquità. ³Preparate le parole da dire e tornate al Signore; ditegli: “Togli ogni iniquità, accetta ciò che è bene: non offerta di tori immolati, ma la lode delle nostre labbra. ⁴Assur non ci salverà, non cavalcheremo più su cavalli, né chiameremo più ‘dio nostro’ l’opera delle nostre mani, perché presso di te l’orfano trova misericordia”. ⁵Io li guarirò dalla loro infedeltà, li amerò profondamente, poiché la mia ira si è allontanata da loro. ⁶Sarò come rugiada per Israele; fiorirà come un giglio e

metterà radici come un albero del Libano, ⁷si spanderanno i suoi germogli e avrà la bellezza dell'olivo e la fragranza del Libano. ⁸Ritorneranno a sedersi alla mia ombra, faranno rivivere il grano, fioriranno come le vigne, saranno famosi come il vino del Libano.

⁹Che ho ancora in comune con gli idoli, o Èfrain? Io l'esau-
disco e veglio su di lui; io sono come un cipresso sempre
verde, il tuo frutto è opera mia. ¹⁰Chi è saggio comprenda
queste cose, chi ha intelligenza le comprenda; poiché rette
sono le vie del Signore, i giusti camminano in esse, mentre
i malvagi v'inciampano». – *Parola di Dio.*

SALMO RESPONSORIALE 80

Rit. **Io sono il Signore, tuo Dio: ascolta la mia voce.**

oppure: Signore, tu hai parole di vita eterna.

⁶Un linguaggio mai inteso io sento:

⁷«Ho liberato dal peso la sua spalla,
le sue mani hanno depresso la cesta.

⁸Hai gridato a me nell'angoscia
e io ti ho liberato. **Rit.**

Nascosto nei tuoni ti ho dato risposta,
ti ho messo alla prova alle acque di Meriba.

⁹Ascolta, popolo mio:

contro di te voglio testimoniare.
Israele, se tu mi ascoltassi! **Rit.**

¹⁰Non ci sia in mezzo a te un dio estraneo
e non prostrarti a un dio straniero.

¹¹Sono io il Signore, tuo Dio,
che ti ha fatto salire dal paese d'Egitto. **Rit.**

¹⁴Se il mio popolo mi ascoltasse!
Se Israele camminasse per le mie vie!

¹⁷Lo nutrirei con fiore di frumento,
lo sazierei con miele dalla roccia». **Rit.**

CANTO AL VANGELO MT 4,17

Gloria e lode a te, o Cristo!
Convertitevi, dice il Signore,
perché il regno dei cieli è vicino.
Gloria e lode a te, o Cristo!

VANGELO Mc 12,28B-34

✠ Dal Vangelo secondo Marco

In quel tempo, ²⁸si avvicinò a Gesù uno degli scribi e gli domandò: «Qual è il primo di tutti i comandamenti?». ²⁹Gesù rispose: «Il primo è: "Ascolta, Israele! Il Signore nostro Dio è l'unico Signore; ³⁰amerai il Signore tuo Dio con tutto il tuo cuore e con tutta la tua anima, con tutta la tua mente e con tutta la

tua forza”.³¹ Il secondo è questo: “Amerai il tuo prossimo come te stesso”. Non c’è altro comandamento più grande di questi».

³²Lo scriba gli disse: «Hai detto bene, Maestro, e secondo verità, che Egli è unico e non vi è altri all’infuori di lui;

³³amarlo con tutto il cuore, con tutta l’intelligenza e con tutta la forza e amare il prossimo come se stesso vale più di tutti gli olocàusti e i sacrifici».

³⁴Vedendo che egli aveva risposto saggiamente, Gesù gli disse: «Non sei lontano dal regno di Dio». E nessuno aveva più il coraggio di interrogarlo. – *Parola del Signore.*

SULLE OFFERTE

Guarda con benevolenza, o Signore, questi doni che ti presentiamo perché siano a te graditi e diventino per noi sorgente di salvezza. Per Cristo nostro Signore.

Prefazio di Quaresima

pp. 360-361

ANTIFONA ALLA COMUNIONE CF. MC 12,33

**Amare Dio con tutto il cuore
e amare il prossimo come se stessi vale più di tutti i sacrifici.**

DOPO LA COMUNIONE

La forza del tuo Spirito ci pervada corpo e anima, o Signore, perché possiamo ottenere pienamente la redenzione alla quale abbiamo partecipato in questi santi misteri. Per Cristo nostro Signore.

ORAZIONE SUL POPOLO AD LIBITUM

Volgi lo sguardo, o Signore, sui fedeli che implorano la tua misericordia, perché, confidando nella tua benevolenza, diffondano ovunque i doni del tuo amore. Per Cristo nostro Signore.

PER LA RIFLESSIONE

Ascoltare e amare

«Si avvicinò a Gesù uno degli scribi e gli domandò: “Qual è il primo di tutti i comandamenti?”» (Mc 12,28b). Tra le tante parole che rivelano la volontà di Dio e che sono cammino di vita, qual è quella più importante, quella che orienta in profondità il cuore dell'uomo e lo conduce a riconoscere il volto di Dio e adorarlo come l'unico Signore? Nel libro del Deuteronomio è scritto: «Ascolta, Israele: il Signore è il nostro Dio, unico è il Signore. Tu amerai il Signore, tuo Dio, con tutto il cuore, con tutta l'anima e con tutte le forze» (Dt 6,4-5). Proprio con questo passo della Scrittura, che nel libro del Deuteronomio viene subito dopo il decalogo, Gesù risponde a quello scriba che lo aveva interrogato. Per Gesù non si tratta di scegliere un comandamento e considerarlo più grande degli altri, ma di giungere al centro vivo di tutta la Legge, di dare un cuore all'osservanza della Legge. E c'è un solo modo per entrare in relazione con Dio, riconoscerlo

veramente come l'unico Signore, essergli fedele compiendo ogni giorno la sua Parola: ascoltare e amare.

Gesù ci dice che non c'è nulla di più grande che amare Dio. Tutta la nostra vita è chiamata a lasciarsi attrarre da questo amore, e proprio questo amore può dare un orientamento, un senso e una meta a ciò che siamo e a ciò che facciamo. Forse ci spaventa quell'insistenza sulla totalità del nostro essere: cuore, anima, forze, mente, volontà, corpo, tutto deve essere reso vivo da questo amore. Ci accorgiamo invece che, concretamente, diamo solo qualcosa di noi al Signore: un po' di cuore, qualche pensiero, briciole di tempo, di affetto, di desiderio. Non ce la facciamo a dare tutto, ad amare Dio con tutti noi stessi. Cosa fare per amare Dio con tutto il cuore? Credo, anzitutto, lasciarsi amare da lui. Non dimentichiamo che il nostro piccolo amore è sempre risposta al suo grande amore. E poi Gesù colloca accanto alla parola del Deuteronomio un altro testo della Scrittura, tratto dal Levitico. Il comandamento «amerai» si prolunga e prende volto in colui che ci sta accanto, colui che ci è vicino. Quasi ne diventa la spiegazione, la via concreta e quotidiana per realizzare l'amore di Dio. Il nostro bisogno di concretezza, di certezza viene quasi esaudito. Come amare Dio? Dove posso capire che sto camminando nell'amore di Dio? «Amerai il tuo prossimo come te stesso» (Mc 12,31). Se Dio è amato con tutto il cuore, il prossimo deve essere amato come se stessi. C'è dunque una differenza tra amore di Dio e amore del prossimo? Certamente c'è una differenza: il prima-

to che investe la totalità del nostro essere deve essere dato a Dio, però è anche vero che l'altro deve essere amato con tutta l'intensità, con tutta la cura con cui noi amiamo la nostra vita. Penso allora che non dobbiamo separare troppo questi due comandamenti. Gesù ci chiama ad amare Dio nell'uomo e ogni uomo in Dio.

Ma è possibile per noi, creature, amare Dio nella totalità della nostra esistenza? E davvero riusciamo ad amare gli altri come amiamo noi stessi? Quante resistenze nell'amore, quanta paura di perdersi quando ci doniamo, quanta incapacità ad amarci veramente! Eppure è Dio stesso a chiederci di amarlo. Tutto questo può sembrare una contraddizione o un paradosso: sembra che Dio ci chieda una cosa impossibile a realizzarsi. Spesso Dio ci sembra così lontano, irraggiungibile. Eppure noi siamo sempre vicini a lui, quando desideriamo amarlo, anche se non riusciamo, e lui ci è sempre vicino. Ogni cammino di amore, qualunque esso sia, da qualunque punto parta, vive questo paradosso. E forse sta proprio qui la forza dell'autentico cammino dell'amore: iniziare una cosa che per noi è impossibile e scoprire che è Dio stesso a renderla possibile, perché è lui per primo a cercarci e ad amarci: «Torna, Israele, al Signore, tuo Dio, poiché hai inciampato nella tua iniquità [...]. Io [...] li amerò profondamente» (Os 14,2.5). Se si desidera veramente amare Dio e il fratello, si accetta anche di inciampare, di sbagliare; ci si rende conto di non saper amare. Ma poi si scopre di essere amati per primi da Dio. «Io l'esaudisco

e veglio su di lui – dice il Signore tramite il profeta Osea –; io sono come un cipresso sempre verde, il tuo frutto è opera mia» (14,9). Solo custoditi dall'amore di Dio, ogni nostra povera risposta al suo amore che ci precede sarà «con tutto il cuore, con tutta l'anima, con tutte le forze».

La tua Parola, o Signore, scenda nelle profondità del nostro essere e susciti l'amore per te e per ogni uomo. Solo nella forza di questa Parola potremo amarti con tutto il cuore, con tutta la mente, con tutte le forze e accogliere ogni nostro fratello come sacramento del tuo amore.

Calendario ecumenico

Cattolici

Massimiliano di Teveste (295), martire, primo obiettore di coscienza cristiano al servizio militare.

Ortodossi e greco-cattolici

Memoria del nostro santo padre Simeone il Nuovo teologo (1022); Teofane di Singriana, igumeno (817).

Copti ed etiopici

Cosma III, patriarca di Alessandria (933); Eufrasia, martire (IV sec.).

Luterani, maroniti, siro-orientali

Gregorio Magno, papa (604).