

XVI domenica del tempo ordinario

DOMENICA 18 LUGLIO

XVI 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 (TUROLDO)

*Altissima fonte
del cosmo, la luce,
Signore, creasti:
e fu primo giorno.*

*L'inizio fu luce,
che limpida splende:
vittoria sul buio,
sul vuoto e sul caos.*

*Sorgente perenne
di quanto esiste,
la tenebra sgombra
pur oggi dal mondo. Amen.*

Salmo SAL 132 (133)

Ecco, com'è bello
e com'è dolce
che i fratelli vivano insieme!

È come olio prezioso
versato sul capo,
che scende sulla barba,
la barba di Aronne,
che scende sull'orlo
della sua veste.

È come la rugiada dell'Ermon,
che scende sui monti di Sion.
Perché là il Signore
manda la benedizione,
la vita per sempre.

Ripresa della Parola di Dio del giorno

Egli infatti è la nostra pace, colui che di due ha fatto una cosa sola, abbattendo il muro di separazione che li divideva, cioè l'inimicizia (Ef 2,14).

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

Lode e intercessione

Rit.: **Benedetto sei tu, Signore, nostra giustizia!**

- Per coloro che, in molti modi diversi, costituiscono come custodi della nostra vita, non per spaventarci o dominarci, ma per ritrovarci e crescere.
- Per quelli che sentiamo lontani e vicini, con i quali possiamo presentarci reciprocamente davanti a te, che hai eliminato ogni inimicizia.
- Per il riposo e l'intimità a cui ci inviti a partecipare, ma a modo tuo, come slancio di compassione verso chi è smarrito e bisognoso di cura.

Padre nostro

Orazione (vedi Colletta)

LA MESSA

ANTIFONA D'INGRESSO

SAL 53,6.8

Ecco, Dio è il mio aiuto,
il Signore sostiene la mia vita.
A te con gioia offrirò sacrifici
e loderò il tuo nome, o Signore, perché tu sei buono.

Gloria

p. 644

COLLETTA

Sii propizio a noi tuoi fedeli, o Signore, e donaci in abbondanza i tesori della tua grazia, perché, ardenti di speranza, fede e carità, restiamo sempre vigilanti nel custodire i tuoi comandamenti. Per il nostro Signore Gesù Cristo...

oppure:

O Padre, che nella parola e nel pane di vita offri alla tua Chiesa la confortante presenza del Signore risorto, donaci di riconoscere in lui il vero re e pastore, che rivela agli uomini la tua compassione e reca il dono della riconciliazione e della pace. Egli è Dio, e vive...

PRIMA LETTURA GER 23,1-6

Dal libro del profeta Geremìa

Dice il Signore: ¹«Guai ai pastori che fanno perire e disperdono il gregge del mio pascolo. Oracolo del Signore. ²Perciò dice il Signore, Dio d'Israele, contro i pastori che devono pascere il mio popolo: Voi avete disperso le mie pecore, le avete scacciate e non ve ne siete preoccupati; ecco io vi punirò per la malvagità delle vostre opere. Oracolo del Signore.

³Radunerò io stesso il resto delle mie pecore da tutte le regioni dove le ho scacciate e le farò tornare ai loro pascoli; saranno feconde e si moltiplicheranno. ⁴Costituirò sopra di esse pastori che le faranno pascolare, così che non dovranno più temere né sgomentarsi; non ne mancherà neppure una. Oracolo del Signore.

⁵Ecco, verranno giorni – oracolo del Signore – nei quali susciterò a Davide un germoglio giusto, che regnerà da vero re e sarà saggio ed eserciterà il diritto e la giustizia sulla terra. ⁶Nei suoi giorni Giuda sarà salvato e Israele vivrà tranquillo, e lo chiameranno con questo nome: Signore-nostra-giustizia».

– *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.**

⁶Sì, bontà e fedeltà mi saranno compagne
tutti i giorni della mia vita,
abiterò ancora nella casa del Signore
per lunghi giorni. **Rit.**

SECONDA LETTURA Ef 2,13-18

Dalla Lettera di san Paolo apostolo agli Efesini

Fratelli, ¹³ora, in Cristo Gesù, voi che un tempo eravate lontani, siete diventati vicini, grazie al sangue di Cristo.

¹⁴Egli infatti è la nostra pace, colui che di due ha fatto una cosa sola, abbattendo il muro di separazione che li divideva, cioè l'inimicizia, per mezzo della sua carne.

¹⁵Così egli ha abolito la Legge, fatta di prescrizioni e di decreti, per creare in se stesso, dei due, un solo uomo nuovo, facendo la pace, ¹⁶e per riconciliare tutti e due con Dio in un solo corpo, per mezzo della croce, eliminando in se stesso l'inimicizia. ¹⁷Egli è venuto ad annunciare pace a voi che eravate lontani, e pace a coloro che erano vicini. ¹⁸Per mezzo di lui infatti possiamo presentarci, gli uni e gli altri, al Padre in un solo Spirito.

– *Parola di Dio.*

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.*

Credo

p. 646

SULLE OFFERTE

O Dio, che nell'unico e perfetto sacrificio di Cristo hai dato compimento alla Legge antica, accogli e santifica questa nostra offerta come un giorno benedicesti i doni di Abele, perché ciò che ognuno di noi presenta in tuo onore giovi alla salvezza di tutti. Per Cristo nostro Signore.

ANTIFONA ALLA COMUNIONE SAL 110,4-5

Ha lasciato un ricordo delle sue meraviglie:
misericordioso e pietoso è il Signore.
Egli dà il cibo a chi lo teme.

DOPO LA COMUNIONE

Assisti con bontà il tuo popolo, o Signore, e poiché lo hai colmato della grazia di questi santi misteri, donagli di passare dall'antica condizione di peccato alla pienezza della vita nuova. Per Cristo nostro Signore.

PER LA RIFLESSIONE

La nostra pace

Al ritorno dalla prima esperienza «missionaria», nella quale hanno annunciato e testimoniato il Regno di Dio, i discepoli scoprono di avere due bisogni fondamentali. Il primo si manifesta con estrema naturalezza, non appena incontrano nuovamente il Maestro: «Gli apostoli si riunirono attorno a Gesù e gli riferirono tutto quello che avevano fatto e quello che avevano insegnato» (Mc 6,30). Condividere è sempre il primo passo per consentire alla nostra umanità di crescere e confrontarsi con la vita e la storia degli altri. Ogni volta che ci fermiamo per narrare quanto abbiamo vissuto, riceviamo l'opportunità di ricomprendere il senso della nostra storia all'interno del disegno di Dio.

Dopo aver ascoltato gli apostoli, il Signore Gesù svela un secondo bisogno di cui i discepoli forse non sono ancora consapevoli: «Venite in disparte, voi soli, in un luogo deserto, e riposatevi un po'», dal momento che, come annota l'evangelista Marco, «erano infatti molti quelli che andavano e venivano e non avevano neanche il tempo di mangiare» (6,31). È sempre molto alto il rischio di trascurare noi stessi quando cominciamo a occuparci degli altri: succede agli sposi quando diventano genitori, agli uomini e alle donne quando si consacrano a Dio, a chi abbraccia con entusiasmo un lavoro, un compito o una responsabilità. Mentre cerchiamo di provvedere alla fame di quanti sono stati affidati alla nostra custodia, ci dimentichiamo di provvedere al nutrimento necessario perché il nostro spirito non inaridisca. Il Signore Gesù conosce bene questa tentazione, perché incarnandosi ha assunto e vissuto ogni nostro bisogno, e invitando i discepoli a staccare ogni spina proclama che il riposo non è né un capriccio, né una pretesa, ma una sacra necessità per i nostri corpi mortali e spirituali.

Che cosa significa però ritirarsi «in disparte» e riposare? Le nostre risposte, solitamente, corrono in due direzioni: o ci prendiamo del tempo per distrarci e divertirci, oppure proviamo a vivere il riposo come occasione di inattività e di solitudine, un santo ozio da svolgersi magari in qualche luogo incantevole. Senza demonizzare niente, spesso ci accorgiamo che queste modalità di riposo sono insufficienti a ricaricare veramente le ragioni e le intenzioni del nostro cuore.

Il vangelo ci svela cosa può farci veramente riposare, quando racconta che, proprio sul più bello, mentre Gesù e i Dodici stanno per godersi il meritato riposo, molta gente li raggiunge a piedi nel luogo dove avevano scelto di ritirarsi. In quel preciso istante, Gesù, sceso dalla barca, «vide una grande folla, ebbe compassione di loro, perché erano come pecore che non hanno pastore, e si mise a insegnare loro molte cose» (6,34). Appena vede «il gregge» (Ger 23,1) dell'umanità, Gesù sperimenta un improvviso fremito di compassione, che gli fa mettere da parte il legittimo bisogno di riposo per assecondare gli occhi pieni di stanchezza che ha di fronte a sé.

Il vero riposo non può mai coincidere con il disimpegno, ma con il recupero dell'unica scelta in cui troviamo realmente pace: la compassione verso i fratelli e le sorelle con cui condividiamo il viaggio della vita. Il riposo, di cui tutti abbiamo assoluto bisogno, non è solo il riscatto dalla stanchezza, ma il recupero del desiderio di vivere non più a partire da noi stessi e dai nostri interessi. Stanchi, infatti, lo siamo quando non riusciamo più a essere né amanti, né amabili, e sperimentiamo nei nostri rapporti quotidiani «il muro di separazione» (Ef 2,14) dell'«inimicizia» (2,16) che ci rende incapaci di «presentarci, gli uni e gli altri, al Padre in un solo Spirito» (2,18), perché ciascuno si ritrova a pensare solo a se stesso e alle proprie cose.

Il vangelo non vuole certo piegare la nostra sensibilità a una stoica abnegazione della necessità di fare vacanza, ma ci ricorda che

lo scopo di ogni autentico riposo non può che essere il recupero di una tenera e rinnovata attenzione agli altri. Per accedere a questa necessaria terapia del corpo e dell'anima, bisogna imparare a mettersi «in disparte», in quel «deserto» interiore dove noi ci possiamo riscoprire figli e gli altri possono essere riconosciuti come fratelli. Proprio in questo luogo, ci attende Dio, «la nostra pace» (Ef 2,14).

Signore Gesù, che previeni il nostro bisogno di riposo e ci insegni a decifrare quella dura stanchezza dell'inimicizia, che a volte ci logora dentro, rendici partecipi dei tuoi sentimenti di compassione per quanti sono, come noi, in affanno e in ricerca, perché nel condividere e alleviare le solitudini e i deserti dell'esistenza troviamo la nostra pace.

Calendario ecumenico

Cattolici

Bruno di Segni, vescovo (1123).

Ortodossi e greco-cattolici

Memoria del santo martire Emiliano (sotto Giuliano l'Apostata, 360-363); ritrovamento delle reliquie di Sergio di Radonez (1422).

Luterani

Paul Schneider, pastore e martire (1939).