

SABATO 29 GENNAIO

III settimana del tempo ordinario - 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. Alleluia.

Inno (LITURGIA DELLE ORE)

*Cristo, sapienza eterna,
donaci di gustare
la tua dolce amicizia.*

*Angelo del consiglio,
guida e proteggi il popolo,
che spera nel tuo nome.*

*Sii tu la nostra forza,
la roccia che ci salva
dagli assalti del male.*

*A te la gloria e il regno,
la potenza e l'onore,
nei secoli dei secoli.*

Salmo SAL 99 (100)

Acclamate il Signore,
voi tutti della terra,

servite il Signore nella gioia,
presentatevi a lui
con esultanza.

Riconoscete che solo
Il Signore è Dio:
egli ci ha fatti
e noi siamo suoi,
suo popolo
e gregge del suo pascolo.

Varcate le sue porte
con inni di grazie,
i suoi atri con canti di lode,
lodatelo,
benedite il suo nome;

perché buono è il Signore,
il suo amore è per sempre,
la sua fedeltà
di generazione in generazione.

Ripresa della Parola di Dio del giorno

Si destò, minacciò il vento e disse al mare: «Taci, càlmati!». Il vento cessò e ci fu grande bonaccia (*Mc 4,39*).

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

Lode e intercessione

Rit.: Signore, salvaci!

- Quando sentiamo venir meno le forze e l'angoscia si impadronisce del nostro cuore, Signore, vieni in nostro aiuto!
- Quando pensiamo che tu sei lontano da noi e non percepiamo la tua silenziosa presenza, Signore, vieni in nostro aiuto!
- Quando la nostra piccola fede non ci fa guardare in alto e ci fa temere per la nostra vita, Signore, affrettati a soccorrcerci!

Padre nostro

Orazione (vedi Colletta)

LA MESSA

ANTIFONA D'INGRESSO SAL 95,1.6

Cantate al Signore un canto nuovo,
cantate al Signore, uomini di tutta la terra.
Maestà e onore sono davanti a lui,
forza e splendore nel suo santuario.

COLLETTA

Dio onnipotente ed eterno, guida le nostre azioni secondo la tua volontà, perché nel nome del tuo diletto Figlio portiamo frutti generosi di opere buone. Per il nostro Signore Gesù Cristo...

PRIMA LETTURA 2SAM 12,1-7A.10-17

Dal Secondo libro di Samuèle

In quei giorni, ¹il Signore mandò il profeta Natan a Davide, e Natan andò da lui e gli disse: «Due uomini erano nella stessa città, uno ricco e l'altro povero. ²Il ricco aveva bestiame minuto e grosso in gran numero, ³mentre il povero non aveva nulla, se non una sola pecorella piccina, che egli aveva comprato. Essa era vissuta e cresciuta insieme con lui e con i figli, mangiando del suo pane, bevendo alla sua coppa e dormendo sul suo seno. Era per lui come una figlia.

⁴Un viandante arrivò dall'uomo ricco e questi, evitando di prendere dal suo bestiame minuto e grosso quanto era da servire al viaggiatore che era venuto da lui, prese la pecorella di quell'uomo povero e la servì all'uomo che era venuto da lui».

⁵ Davide si adirò contro quell'uomo e disse a Natan: «Per la vita del Signore, chi ha fatto questo è degno di morte. ⁶Pagherà quattro volte il valore della pecora, per aver fatto una tal cosa e non averla evitata». ⁷Allora Natan disse a Davide: «Tu sei quell'uomo! Così dice il Signore, Dio d'Israele: ¹⁰«La spada non si allontanerà mai dalla tua casa, poiché tu mi hai disprezzato e hai preso in moglie la moglie di Uria l'Ittita». ¹¹Così dice il Signore: «Ecco, io sto per suscitare contro di te il male dalla tua stessa casa; prenderò le tue mogli sotto i tuoi occhi per darle a un altro, che giacerà con loro alla luce di questo sole. ¹²Poiché tu l'hai fatto in segreto, ma io farò questo davanti a tutto Israele e alla luce del sole»».

¹³Allora Davide disse a Natan: «Ho peccato contro il Signore!». Natan rispose a Davide: «Il Signore ha rimosso il tuo peccato: tu non morirai. ¹⁴Tuttavia, poiché con quest'azione tu hai insultato il Signore, il figlio che ti è nato dovrà morire». ¹⁵Natan tornò a casa.

Il Signore dunque colpì il bambino che la moglie di Uria aveva partorito a Davide e il bambino si ammalò gravemente. ¹⁶Davide allora fece suppliche a Dio per il bambino, si

mise a digiunare e, quando rientrava per passare la notte, dormiva per terra. ¹⁷Gli anziani della sua casa insistevano presso di lui perché si alzasse da terra, ma egli non volle e non prese cibo con loro.

– *Parola di Dio.*

SALMO RESPONSORIALE 50 (51)

Rit. Crea in me, o Dio, un cuore puro.

¹²Crea in me, o Dio, un cuore puro,
rinnova in me uno spirito saldo.

¹³Non scacciarmi dalla tua presenza
e non privarmi del tuo santo spirito. **Rit.**

¹⁴Rendimi la gioia della tua salvezza,
sostienimi con uno spirito generoso.

¹⁵Insegnerò ai ribelli le tue vie
e i peccatori a te ritorneranno. **Rit.**

¹⁶Liberami dal sangue, o Dio, Dio mia salvezza:
la mia lingua esalterà la tua giustizia.

¹⁷Signore, apri le mie labbra
e la mia bocca proclami la tua lode. **Rit.**

CANTO AL VANGELO Gv 3,16

Alleluia, alleluia.

Dio ha tanto amato il mondo
da dare il Figlio, unigenito,
perché chiunque crede in lui non vada perduto,
ma abbia la vita eterna.

Alleluia, alleluia.

VANGELO Mc 4,35-41

✠ Dal Vangelo secondo Marco

³⁵In quel medesimo giorno, venuta la sera, Gesù disse ai suoi discepoli: «Passiamo all'altra riva». ³⁶E, congedata la folla, lo presero con sé, così com'era, nella barca. C'erano anche altre barche con lui.

³⁷Ci fu una grande tempesta di vento e le onde si rovesciavano nella barca, tanto che ormai era piena. ³⁸Egli se ne stava a poppa, sul cuscino, e dormiva. Allora lo svegliarono e gli dissero: «Maestro, non t'importa che siamo perduti?». ³⁹Si destò, minacciò il vento e disse al mare: «Taci, càlmati!». Il vento cessò e ci fu grande bonaccia. ⁴⁰Poi disse loro: «Perché avete paura? Non avete ancora fede?».

⁴¹E furono presi da grande timore e si dicevano l'un l'altro: «Chi è dunque costui, che anche il vento e il mare gli obbediscono?».

– *Parola del Signore.*

SULLE OFFERTE

Accogli i nostri doni, Padre misericordioso, e consacrali con la potenza del tuo Spirito, perché diventino per noi sacramento di salvezza. Per Cristo nostro Signore.

ANTIFONA ALLA COMUNIONE SAL 33,6

**Guardate al Signore e sarete raggianti,
non dovranno arrossire i vostri volti.**

DOPO LA COMUNIONE

O Dio, che in questi santi misteri ci hai nutriti con il Corpo e il Sangue del tuo Figlio, fa' che ci rallegriamo sempre del tuo dono, sorgente inesauribile di vita nuova. Per Cristo nostro Signore.

PER LA RIFLESSIONE

Paura e fede

Dopo avere narrato alcune parabole di Gesù, l'evangelista Marco inserisce alcuni miracoli che acquistano, nella prospettiva dell'evangelista, uno scopo ben preciso: rivelare l'identità di Gesù come colui che libera gli uomini dalla paura, da quella paura che ha la sua radice ultima nella morte. Solo la vittoria sulla morte sarà la garanzia della liberazione definitiva. In questi miracoli la

potenza di Gesù, con un crescendo continuo, si rivela in modo vistoso ai discepoli, prima sulla potenza caotica e scatenata delle acque, poi sull'avversario, Satana, che come forza collettiva e furiosa, strazia la vita di un uomo, infine sulla malattia e la morte. Il primo miracolo narrato da Marco ha una potenza sorprendente. L'improvviso scatenarsi di una violenta burrasca contrasta con la conclusione serena e familiare di una giornata passata nell'ascolto stupito di quelle parabole che hanno rivelato il segreto del Regno. L'infuriare della tempesta mette a repentaglio la vita dei discepoli. I discepoli vivono in prima persona ciò che è scritto nel salmo 107: «Egli parlò e scatenò un vento burrascoso, che fece alzare le onde: salivano fino al cielo, scendevano negli abissi; si sentivano venir meno nel pericolo» (vv. 25-26). Questa situazione non controllabile si trasforma in paura, una paura simile a quella bufera che rende i discepoli aggressivi. Infatti non reggono il contrasto con l'atteggiamento di Gesù che «se ne stava a poppa, sul cuscino, e dormiva» (Mc 4,38). Per loro, questa tranquillità di Gesù nel bel mezzo di una bufera è disinteresse: «Allora lo svegliarono e gli dissero: “Maestro, non t'importa che siamo perduti?”» (4,38). Possiamo cogliere in questa reazione un elemento che caratterizza la situazione dell'uomo quando è schiacciato dalla paura: questa gli impedisce di cogliere i veri contorni della realtà, diventando così uno schermo opaco che impedisce di capire il senso profondo delle cose. Per i discepoli la paura diventa quasi un ostacolo alla fede in Gesù; non riescono a riconoscere

che quel dormire tranquillo di Gesù non è indifferenza, ma la certezza di chi conosce tutto e sa come e quando intervenire. Per questo Gesù, svegliatosi, non dice nulla ai discepoli, ma interviene con parole e gesti che richiamano immediatamente la potenza liberatrice di Dio così come si era rivelata a Israele durante il passaggio attraverso il Mar Rosso: «Si destò, minacciò il vento e disse al mare: “Taci, calmati!”. Il vento cessò e ci fu grande bonaccia» (4,39). Di fronte al gesto di Gesù, i discepoli provano un timore che si traduce in una domanda: «Chi è dunque costui, che anche il vento e il mare gli obbediscono?» (4,41). La paura ha lasciato il posto al timore e da esso sgorga la domanda fondamentale del credente: «Chi è Gesù?». Il miracolo fa progredire i discepoli nella fede, alla scoperta della persona di Gesù: da una fede piccola e soffocata dalla paura, a una fede che si pone in cammino, che si interroga, che si stupisce di fronte a colui che riporta il mare agitato alla quiete. La fede può espandersi e rafforzarsi solo quando è liberata dalla paura. E in un mondo liberato dalla paura (soprattutto quando questa si concentra nel cuore) l'uomo può incontrare la potenza di Dio in Gesù non come fonte di nuova paura, ma come invito alla fede. Questa fede si trasforma in scoperta di un nuovo volto di Dio che interviene per rendere libero l'uomo. Così è anche per noi. Nelle tempeste della vita spesso sentiamo che la paura, l'angoscia rende fragile la nostra fede. Forse il primo passo da fare è trasformare questa paura in preghiera. Anche se questa preghiera non è ancora fidu-

cia totale nella potenza del Signore, resta pur sempre una porta aperta: il Signore l'accoglie nella sua povertà. Così ha fatto Davide dopo aver peccato. Non si è lasciato sopraffare dall'angoscia del suo peccato, ma ha avuto il coraggio di affidarsi alla potenza di Dio, pregandolo per la salvezza del bambino: «Fece suppliche a Dio per il bambino, si mise a digiunare e, quando rientrava per passare la notte, dormiva per terra» (2Sam 12,16). È la fiducia in Dio a placare la tempesta del nostro cuore e a donare la pace. Ma è importante lasciare sempre aperta quella domanda che fa crescere la nostra fede: «Chi è costui? Chi è Gesù?».

Quante volte, o Signore Gesù, nelle tempeste della nostra vita, nella paura e nell'angoscia, ti abbiamo gridato: «Maestro, non ti importa che moriamo?» e tu non ci hai mai fatto mancare la tua parola di pace e di salvezza. Accresci in noi la fede perché abbiamo sempre il coraggio di invocarti e di affidarci alla tua potente parola.

Calendario ecumenico

Cattolici

Pápia e Mauro, martiri.

Ortodossi e greco-cattolici

Traslazione delle reliquie di Ignazio il Teoforo, ieromartire (115 ca.).

Copti ed etiopici

Procoro, uno dei 72 discepoli (I sec.).

Luterani

Theophil Wurm, vescovo (1953).