

# MERCOLEDÌ 7 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 (BOSE)

*Il giorno risplende di luce  
la terra è ripiena di gloria  
torniamo a pregarti con fede  
o Cristo Signore del mondo.*

*Da' senso alla nostra esistenza  
feconda ogni nostro lavoro  
l'enigma tremendo del male  
diventi mistero d'amore.*

*Si compie già ora nel tempo  
il tuo disegno nascosto  
il regno fiorisce e matura  
la storia diventa salvezza.*

### Salmo CF. SAL 114 (116)

Amo il Signore, perché ascolta  
il grido della mia preghiera.

Verso di me ha teso l'orecchio  
nel giorno in cui lo invocavo.

Mi stringevano funi di morte,  
ero preso nei lacci degli inferi,  
ero preso da tristezza e angoscia.

Allora ho invocato  
il nome del Signore:  
«Ti prego, liberami, Signore».

Pietoso e giusto è il Signore,  
il nostro Dio è misericordioso.

Il Signore protegge i piccoli:  
ero misero ed egli mi ha salvato.

Ritorna, anima mia,  
al tuo riposo,

| perché il Signore ti ha  
beneficato.

## **Ripresa della Parola di Dio del giorno**

«Non c'è nulla fuori dell'uomo che, entrando in lui, possa renderlo impuro. Ma sono le cose che escono dall'uomo a renderlo impuro»  
(Mc 7,15).

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

## **Lode e intercessione**

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

- La nostra anima ama te in tutte le cose viventi: in ogni foglia, in ogni fiore c'è la tua gioia: per questo noi ti benediciamo.
- L'acqua e il vento ti cantano e sempre la terra e il fuoco proclamano il tuo mistero: per questo noi ti benediciamo.
- Gli attimi del giorno nel loro scorrere ci portano a te; tu solo sei l'Eterno e la speranza di tutti i viventi: per questo noi ti benediciamo.

## **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...

### **PRIMA LETTURA** 1RE 10,1-10

Dal Primo libro dei Re

In quei giorni, <sup>1</sup>la regina di Saba, sentita la fama di Salomone, dovuta al nome del Signore, venne per metterlo alla prova con enigmi. <sup>2</sup>Arrivò a Gerusalemme con un corteo molto numeroso, con cammelli carichi di aromi, d'oro in grande quantità e di pietre preziose. Si presentò a Salomone e gli parlò di tutto quello che aveva nel suo cuore. <sup>3</sup>Salomone le chiarì tutto quanto ella gli diceva; non ci fu parola tanto nascosta al re che egli non potesse spiegarle.

<sup>4</sup>La regina di Saba, quando vide tutta la sapienza di Salomone, la reggia che egli aveva costruito, <sup>5</sup>i cibi della sua tavola, il modo ordinato di sedere dei suoi servi, il servizio dei suoi domestici e le loro vesti, i suoi coppieri e gli olocausti che egli offriva nel tempio del Signore, rimase senza respiro. <sup>6</sup>Quindi disse al re: «Era vero, dunque, quanto avevo sentito nel mio paese sul tuo conto e sulla tua sapienza! <sup>7</sup>Io non credevo a quanto si diceva, finché non sono giunta qui e i miei occhi non hanno visto; ebbene non me n'era stata riferita neppure una metà! Quanto alla sapienza e alla prosperità, superi la fama che io ne ho udita. <sup>8</sup>Beati i tuoi uomini e beati questi tuoi servi, che stanno sempre alla tua presenza e ascoltano la tua sapienza! <sup>9</sup>Sia benedetto il Signore, tuo Dio, che si è compiaciuto di te così da collocarti sul trono d'Israele, perché il Signore ama Israele in eterno e ti ha stabilito re per esercitare il diritto e la giustizia».

<sup>10</sup>Ella diede al re centoventi talenti d'oro, aromi in gran quantità e pietre preziose. Non arrivarono più tanti aromi quanti ne aveva dati la regina di Saba al re Salomone.

– *Parola di Dio.*

**SALMO RESPONSORIALE** 36 (37)

**Rit.** La bocca del giusto medita la sapienza.

<sup>5</sup>Affida al Signore la tua via,  
confida in lui ed egli agirà:  
<sup>6</sup>farà brillare come luce la tua giustizia,  
il tuo diritto come il mezzogiorno. **Rit.**

<sup>30</sup>La bocca del giusto medita la sapienza  
e la sua lingua esprime il diritto;  
<sup>31</sup>la legge del suo Dio è nel suo cuore:  
i suoi passi non vacilleranno. **Rit.**

<sup>39</sup>La salvezza dei giusti viene dal Signore:  
nel tempo dell'angoscia è loro fortezza.  
<sup>40</sup>Il Signore li aiuta e li libera,  
li libera dai malvagi e li salva,  
perché in lui si sono rifugiati. **Rit.**

**CANTO AL VANGELO** CF. GV 17,17B.A

**Alleluia, alleluia.**

La tua parola, Signore, è verità:  
consacraci nella verità.

**Alleluia, alleluia.**

**VANGELO** Mc 7,14-23

✠ Dal Vangelo secondo Marco

In quel tempo, Gesù, <sup>14</sup>chiamata di nuovo la folla, diceva loro: «Ascoltatemi tutti e comprendete bene! <sup>15</sup>Non c'è nulla fuori dell'uomo che, entrando in lui, possa renderlo impuro. Ma sono le cose che escono dall'uomo a renderlo impuro». <sup>16</sup>

<sup>17</sup>Quando entrò in una casa, lontano dalla folla, i suoi discepoli lo interrogavano sulla parabola. <sup>18</sup>E disse loro: «Così neanche voi siete capaci di comprendere? Non capite che tutto ciò che entra nell'uomo dal di fuori non può renderlo impuro, <sup>19</sup>perché non gli entra nel cuore ma nel ventre e va nella fogna?». Così rendeva puri tutti gli alimenti.

<sup>20</sup>E diceva: «Ciò che esce dall'uomo è quello che rende impuro l'uomo. <sup>21</sup>Dal di dentro infatti, cioè dal cuore degli uomini, escono i propositi di male: impurità, furti, omicidi, <sup>22</sup>adulteri, avidità, malvagità, inganno, dissolutezza, invidia, calunnia, superbia, stoltezza. <sup>23</sup>Tutte queste cose cattive vengono fuori dall'interno e rendono impuro l'uomo».

– *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.

---

## **PER LA RIFLESSIONE**

### **L'occhio cattivo**

Il brano del vangelo odierno, strettamente collegato con l'invettiva di Gesù contro l'ipocrisia di scribi e farisei che lo precede, ci riporta a una constatazione fondamentale: non è ciò che da fuori entra in noi che ci sfigura, ma ciò che esce da dentro di noi (cf. Mc 7,16); e ci riporta a una domanda altrettanto fondamentale, preliminare a ogni nostro pensiero o azione: «Che cosa c'è nel mio cuore?». Le nostre giornate sono talora cariche di tensioni e d'incertezze, di fantasmi e di preoccupazioni, ma abbiamo sempre la possibilità di fare pulizia, di pervenire – se lo vogliamo – a una chiarezza liberatoria tramite questa semplice domanda: «Che cosa abita nel mio cuore?». È la domanda che ci dovremmo porre

sempre, prima di parlare e di agire. Forse perché questa domanda ci fa paura e ci fa sentire molto piccoli, per reazione ingigantiamo le cose.

Gesù chiama la folla, chiedendo attenzione e un ascolto che porti a un'effettiva comprensione di quanto sta dicendo (cf. Mc 7,14), arrabbiandosi poi quando neanche i discepoli (cf. v. 18) sono capaci di capire che la domanda vera è: «Che cosa c'è dentro di me?». Non c'è bisogno di possedere doti straordinarie, bastano sincerità, realismo e onestà. Nel mio cuore, che cosa c'è verso gli altri? Verso il fratello, la sorella? Verso la famiglia, la comunità?

Gesù ci ammonisce che nel cuore abita un ospite indesiderato, che non ci aspettavamo: «i propositi di male» (Mc 7,21), cioè i pensieri cattivi, «tutte queste cose cattive» (v. 23), la cattiveria. Pensieri nascosti nel cuore, cui Gesù dà un nome: «impurità, furti, omicidi, adultèri, avidità, malvagità, inganno, dissolutezza, invidia, calunnia, superbia, stoltezza» (vv. 21-22). Non siamo più abituati a questo vocabolario crudo e franco, ma è il vocabolario di Gesù, di colui che ci insegna come vivere in questo mondo. Come la bontà è il fondo dell'amore, così la cattiveria è il fondo del non-amore. È drammatico, ma è un pericolo concreto che il vangelo ci chiede di guardare in faccia, il più grande pericolo: non amare in fondo nessuno, proiettando la nostra infelicità sugli altri.

Questa pagina di vangelo non è affatto consolatoria, è in realtà una pagina tragica: Gesù rivela che al cuore del nostro cuore sta l'occhio cattivo (Mc 7,22: l'«invidia», l'*oculus malus* della versione

latina). L'occhio che vuole vedere il male, ossessionato dal male. Un occhio disumanizzato, demolitorio, profondamente infelice. «Se il tuo occhio è cattivo, tutto il tuo corpo sarà tenebroso. Se dunque la luce che è in te è tenebra, quanto grande sarà la tenebra!» avverte Gesù (Mt 6,23). L'occhio trascina tutta la persona in un essere rivoltato, accecato, sfiduciato. Può succedere, ed è per questo che Gesù è particolarmente duro, per metterci in guardia! Gesù medico delle nostre vite chiede che il cuore sia il luogo dove la morte non abbia l'ultima parola, l'abbia invece il soffio della risurrezione. «Meglio altre cento volte vittima, che una sola volta carnefice. Da quel momento sono stata libera», ha detto Liliana Segre. La grandezza di cuore, la *latitudo cordis* di cui parlano i padri, è un cuore largo, un cuore più grande della vita, come canta una bellissima canzone, un cuore dove, come scrive una testimone del nostro tempo, «i fatti più duri diventano fattori di crescita e di comprensione, un nuovo senso delle cose, attinto dai pozzi più profondi della nostra miseria e disperazione».

*Signore Gesù, che hai rivelato ai tuoi discepoli che ciò che viene dal cuore umano contamina la nostra vita, donaci la forza di guardare a che cosa c'è nel nostro cuore, e ad aprirlo al tuo sguardo di misericordia, affinché sia purificato e diventi un puro riflesso della tua luce.*

## Calendario ecumenico

### **Cattolici**

Perpetua e Felicità, martiri (ca. 203); Dorotea, vergine e martire (IV sec.).

### **Ortodossi e greco-cattolici**

Partenio, vescovo di Lampsaco (IV sec.); Luca di Stirio nell'Ellade, monaco (953); Neomartiri della Russia (XX sec.).

### **Copti ed etiopici**

Xenia di Milasa, monaca (V sec.); Gabra Nazrawi, monaco (XIV-XV sec.).

## Calendario interreligioso

### **Islam**

Isrā' e Mi'raj, festa della «notte del viaggio e ascesa al cielo». Ricorda il miracoloso viaggio notturno del profeta Maometto in sella a Buraq (isrā') e della sua successiva ascesa al cielo (mi'raj), con la visione delle pene infernali e delle delizie paradisiache riservate a dannati e beati.

## LA VITA

Giornata nazionale  
della vita

### IN VERSI

Metti in versi la vita, trascrivi  
fedelmente, senza tacere  
particolare alcuno, l'evidenza dei vivi.

Ma non dimenticare che vedere non è  
sapere, né potere, bensì ridicolo  
un altro voler essere che te.

Nel sotto e nel soprammondo s'allacciano  
complicità di visceri, saettano occhiate  
d'accordi. E gli astanti s'affacciano

Al limbo delle intermedie balaustre:  
applaudono, compiangono entrambi i sensi  
del sublime-l'infame, l'illustre.

Inoltre metti in versi che morire  
è possibile a tutti più che nascere  
e in ogni caso l'essere è più del dire.

(Giovanni Giudici, in *La Vita in versi*, Mondadori, Milano  
1965).