

VENERDÌ 9 GENNAIO

Tempo di Natale - Il settimana del salterio

LA PREGHIERA

Introduzione

O Dio vieni a salvarmi, Signore vieni presto in mio aiuto.
Gloria al Padre nell'alto dei cieli, a suo Figlio Gesù l'Emmanuele, allo Spirito datore di pace, oggi e per sempre, nei secoli, amen. Alleluia.

Inno (TUROLDO)

*Mentre il silenzio
fasciava la terra
e la notte era
a metà del suo corso,
tu sei disceso, o Verbo di Dio,
in solitudine
e più alto silenzio.
Fin dal principio,
da sempre tu sei,
Verbo che crea
e contiene ogni cosa,
Verbo, sostanza
di tutto il creato,
Verbo, segreto di ogni parola.
E pure noi facciamo silenzio,
più che parole
il silenzio lo canti,*

*il cuore ascolti
quest'unico Verbo,
che ora parla
con voce di uomo.*

Salmo CF. SAL 104 (105)

Colpi ogni primogenito
nella loro terra,
la primizia di ogni loro vigore.
Allora li fece uscire
con argento e oro;
nelle tribù nessuno vacillava.
Quando uscirono, gioì l'Egitto,
che era stato colpito
dal loro terrore.
Distese una nube per proteggerli
e un fuoco
per illuminarli di notte.

Alla loro richiesta
fece venire le quaglie
e li saziò
con il pane del cielo.
Spaccò una rupe
e ne sgorgarono acque:
scorrevano come fiumi
nel deserto.

Così si è ricordato
della sua parola santa,
data ad Abramo suo servo.
Ha fatto uscire il suo popolo
con esultanza,
i suoi eletti
con canti di gioia.

Ripresa della Parola di Dio del giorno

Nell'amore non c'è timore, al contrario l'amore perfetto scaccia il timore, perché il timore suppone un castigo e chi teme non è perfetto nell'amore (1Gv 4,18).

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

Lode e intercessione

Rit.: **Illumina il nostro cuore, o Signore!**

- Perché l'amore che hai deposto in noi sia più forte di ogni timore e paura.
- Perché il nostro agire sia libero e puro, senza il timore che suppone il castigo.
- Perché ogni giorno cresciamo un poco di più, con Gesù e come Gesù, verso quell'amore perfetto a cui tu ci chiami.

Padre nostro

Orazione (vedi Colletta)

LA MESSA

ANTIFONA D'INGRESSO Is 9,1

Il popolo che camminava nelle tenebre vide
una grande luce: su coloro che abitavano
una terra tenebrosa sfolgorò il sole della vita.

COLLETTA

O Dio, luce del mondo, concedi a tutte le genti il bene di una pace sicura e fa' risplendere nei nostri cuori quella luce radiosa che illuminò la mente dei nostri padri. Per il nostro Signore Gesù Cristo...

PRIMA LETTURA 1Gv 4,11-18

Dalla Prima lettera di san Giovanni apostolo

¹¹Carissimi, se Dio ci ha amati così, anche noi dobbiamo amarci gli uni gli altri. ¹²Nessuno mai ha visto Dio; se ci amiamo gli uni gli altri, Dio rimane in noi e l'amore di lui è perfetto in noi. ¹³In questo si conosce che noi rimaniamo in lui ed egli in noi: egli ci ha donato il suo Spirito. ¹⁴E noi stessi abbiamo veduto e attestiamo che il Padre ha mandato il suo Figlio come salvatore del mondo. ¹⁵Chiunque confessa che Gesù è il Figlio di Dio, Dio rimane in lui ed egli in Dio.

¹⁶E noi abbiamo conosciuto e creduto l'amore che Dio ha in noi. Dio è amore; chi rimane nell'amore rimane in Dio e Dio rimane in lui. ¹⁷In questo l'amore ha raggiunto tra noi la sua perfezione: che abbiamo fiducia nel giorno del giudizio, perché come è lui, così siamo anche noi, in questo mondo. ¹⁸Nell'amore non c'è timore, al contrario l'amore perfetto scaccia il timore, perché il timore suppone un castigo e chi teme non è perfetto nell'amore. – *Parola di Dio.*

SALMO RESPONSORIALE 71 (72)

Rit. Ti adoreranno, Signore, tutti i popoli della terra.

¹O Dio, affida al re il tuo diritto,
al figlio di re la tua giustizia;
²egli giudichi il tuo popolo secondo giustizia
e i tuoi poveri secondo il diritto. **Rit.**

¹⁰I re di Tarsis e delle isole portino tributi,
i re di Saba e di Seba offrano doni.

¹¹Tutti i re si prostrino a lui,
lo servano tutte le genti. **Rit.**

¹²Perché egli libererà il misero che invoca
e il povero che non trova aiuto.

¹³Abbia pietà del debole e del misero
e salvi la vita dei miseri. **Rit.**

CANTO AL VANGELO

CF. 1TM 3,16

Alleluia, alleluia.

Gloria a te, o Cristo, annunciato fra le genti,
gloria a te, o Cristo, creduto nel mondo.

Alleluia, alleluia.**VANGELO**

Mc 6,45-52

✠ Dal Vangelo secondo Marco

[Dopo che i cinquemila uomini furono saziati], Gesù ⁴⁵subito costrinse i suoi discepoli a salire sulla barca e a precederlo sull'altra riva, a Betsàida, finché non avesse congedato la folla. ⁴⁶Quando li ebbe congedati, andò sul monte a pregare.

⁴⁷Venuta la sera, la barca era in mezzo al mare ed egli, da solo, a terra. ⁴⁸Vedendoli però affaticati nel remare, perché avevano il vento contrario, sul finire della notte egli andò verso di loro camminando sul mare, e voleva oltrepassarli.

⁴⁹Essi, vedendolo camminare sul mare, pensarono: «È un fantasma!», e si misero a gridare, ⁵⁰perché tutti lo avevano visto e ne erano rimasti sconvolti. Ma egli subito parlò loro e disse: «Coraggio, sono io, non abbiate paura!». ⁵¹E salì sulla barca con loro e il vento cessò. E dentro di sé erano fortemente meravigliati, ⁵²perché non avevano compreso il fatto dei pani: il loro cuore era indurito.

– *Parola del Signore.*

PREGHIERA SULLE OFFERTE

O Dio, sorgente della vera pietà e della pace, salga a te nella celebrazione di questi misteri la giusta adorazione per la tua grandezza, e si rafforzi la fedeltà e la concordia dei tuoi figli. Per Cristo nostro Signore.

Prefazio dell'Epifania, o di Natale

pp. 322-323

ANTIFONA ALLA COMUNIONE 1Gv 1,2

La vita che era presso il Padre si è manifestata a noi,
e noi l'abbiamo veduta.

PREGHIERA DOPO LA COMUNIONE

Sostieni, Signore, con la tua provvidenza questo popolo nel presente e nel futuro, perché con le semplici gioie che disponi sul suo cammino aspiri con serena fiducia alla gioia che non ha fine. Per Cristo nostro Signore.

PER LA RIFLESSIONE

Accogliere... così

Le parole con cui esordisce la liturgia della Parola sono capaci di aprire il nostro cuore a un modo di sentire la presenza di Dio nella nostra vita tanto da darle non solo lo spazio giusto,

ma anche lasciare che questa parola segni fino a trasformare radicalmente la nostra esistenza: «Se Dio ci ha amati così, anche noi dobbiamo amarci gli uni gli altri» (1Gv 4,11). Con queste brevi ma densissime parole dell'apostolo siamo messi di fronte al compito di tutta la nostra vita credente, chiamata a essere una sorta di meditazione trasformante del mistero di Cristo capace di segnare radicalmente la nostra vita. Meditare e contemplare il modo in cui siamo stati amati da Dio e la cui rivelazione è il mistero dell'incarnazione del Verbo, è la via per accordare il nostro cuore a quello dell'Altissimo. L'apostolo Giovanni ci ricorda da una parte che «in questo l'amore ha raggiunto tra noi la sua perfezione», la cui conseguenza è, a dir poco, magnifica, «perché come è lui, così siamo anche noi, in questo mondo» (4,17). Leggendo queste parole siamo posti di fronte alla vertiginosa vocazione di cui l'incarnazione del Verbo rende partecipe ciascuno di noi.

Il vangelo della carne del Verbo, se è una magnifica apertura sulla vita divina che viene travasata nella nostra vita e persino nella nostra carne, è anche un'esigenza di conversione continua, come quella richiesta agli apostoli i quali «non avevano compreso il fatto dei pani: il loro cuore era indurito» (Mc 6,52). Questa nota dell'evangelista Marco non riguarda solo gli apostoli, ma riguarda ciascuno di noi. Non basta entrare in contatto con la forza trasformante della compassione di Cristo, bisogna che questo contatto ci renda come lui, così che la sua logi-

ca di attenzione alle necessità dei più poveri continui attraverso la nostra stessa vita. Lo sguardo del Signore Gesù si sposta dalla folla ai discepoli, colti nel loro essere «affaticati nel remare, perché avevano il vento contrario» (6,48). Potremmo interpretare il mare come la vita quotidiana in cui cerchiamo di lasciarci guidare dalle esigenze del vangelo, e il vento contrario come tutto ciò che ci impedisce di acconsentire alla grazia di quella presenza di Dio dentro di noi che ci fa capaci di vivere così come ci viene mostrato nelle parole e nei gesti del Signore. Perché questo avvenga, dobbiamo lasciarci andare al soffio sereno della fiducia e dell'amore resistendo ai venti della paura, perché «nell'amore non c'è timore, al contrario l'amore perfetto scaccia il timore, perché il timore suppone un castigo e chi teme non è perfetto nell'amore» (1Gv 4,18).

L'epifania del Signore non è dietro di noi, ma è sempre davanti a noi, e la stella guida sempre i nostri passi nella fiducia di cammini inediti che aprono nuove piste di speranza. Quando la notte sembra farsi terribilmente buia e deserta di stelle, a guidare la nostra fiducia è una voce: «Coraggio, sono io, non abbiate paura!» (Mc 6,50). Marco ci suggerisce l'antidoto alla paura e al timore: «E salì sulla barca con loro e il vento cessò» (6,51). Imbarchiamo il Signore e la barca, stranamente, sarà più leggera e veloce!

Marco annota con forza che il Signore Gesù costringe i suoi discepoli in barca. Forse è per dare loro l'opportunità di trovar-

si a loro volta nel bisogno e capire così, sulla propria pelle, il bisogno della gente che, poco prima, avrebbero volentieri mandato a cercare da mangiare altrove per non essere importunati dai loro bisogni.

Verbo di Dio, lasciaci sostare ai tuoi piedi e aiutaci ad accogliere nel nostro cuore la luce dei tuoi gesti, dei tuoi modi per assumere il tuo stile ed essere riconosciuti come tuoi discepoli. Non lasciare che il nostro cuore ceda alla paura di essere scomodato dalle esigenze dell'amore.

Cattolici

Adriano di Canterbury, abate (710 ca.); Agata Yi e Teresa Kim, laiche martiri in Corea (1840).

Ortodossi

Memoria del santo martire Polieuto (sotto Decio, 249-251).

Copti ed etiopici

Stefano, primo martire; Giovanni di Scete, igumeno (675).

Luterani

Jan Łaski, riformatore (1560).