

SABATO 7 FEBBRAIO

IV 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 (VITORCHIANO)

*Fu luce la prima parola,
artefice sommo e sublime,
e fu con la luce il creato,
inizio ebbe il corso del tempo.*

*Ai primi bagliori dell'alba
risponde il chiarore del vespro,
e il cielo che tingi di fuoco,
proclama la grande tua gloria.*

*Anelito nuovo alla vita
inturgida tutte le cose,
si ergono in cerca del sole,
e poi si riposano in pace.*

*La pace più vera per noi
è solo nel Cristo tuo Figlio,
che in alto levato da terra
attira a sé tutte le cose.*

*Eterno pastore dell'uomo,
ei guida i suoi passi, sicuro,
nel buio che incombe sul mondo,
ai pascoli veri di vita. Amen.*

Salmo CF. SAL 113B (115)

Non a noi, Signore, non a noi,
ma al tuo nome da' gloria,
per il tuo amore,
per la tua fedeltà.

Perché le genti dovrebbero dire:
«Dov'è il loro Dio?».

Il nostro Dio è nei cieli:
tutto ciò che vuole,
egli lo compie.

I loro idoli sono argento e oro,
opera delle mani dell'uomo.

Hanno bocca e non parlano,
hanno occhi e non vedono,
hanno orecchi e non odono,
hanno narici e non odorano.

Le loro mani non palpano,
i loro piedi non camminano;
dalla loro gola
non escono suoni!
Diventi come loro

chi li fabbrica
e chiunque in essi confida!
Israele, confida nel Signore:
egli è loro aiuto e loro scudo.
Casa di Aronne,
confida nel Signore:
egli è loro aiuto e loro scudo.
Voi che temete il Signore,
confidate nel Signore:
egli è loro aiuto e loro scudo.

Ripresa della Parola di Dio del giorno

Sceso 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 (*Mc 6,34*).

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

Lode e intercessione

Rit.: **Sostienici, o Signore, col tuo amore!**

- Siamo stanchi, e vorremmo riposare; tu hai compassione di noi!
- Grandi folle vagano come pecore senza pastore; riempi il nostro cuore di compassione.
- Insegnaci molte cose, perché anche noi possiamo a nostra volta consolare e ridare speranza a chi è smarrito.

Padre nostro

Orazione (vedi Colletta)

LA MESSA

ANTIFONA D'INGRESSO SAL 105 (106),47

Salvaci, Signore Dio nostro, e raccogliaci da tutti i popoli,
perché proclamiamo il tuo santo nome
e ci gloriamo della tua lode.

COLLETTA

Dio grande e misericordioso, concedi a noi tuoi fedeli di adorarti con tutta l'anima e di amare i nostri fratelli nella carità del Cristo. Egli è Dio, e vive...

PRIMA LETTURA EB 13,15-17.20-21

Dalla Lettera agli Ebrei

Fratelli, ¹⁵per mezzo di Gesù offriamo a Dio continuamente un sacrificio di lode, cioè il frutto di labbra che confessano il suo nome. ¹⁶Non dimenticatevi della beneficenza e della comunione dei beni, perché di tali sacrifici il Signore si compiace.

¹⁷Obbedite ai vostri capi e state loro sottomessi, perché essi vegliano su di voi e devono renderne conto, affinché lo facciano con gioia e non lamentandosi. Ciò non sarebbe di vantaggio per voi. ²⁰Il Dio della pace, che ha ricondotto dai

morti il Pastore grande delle pecore, in virtù del sangue di un'alleanza eterna, il Signore nostro Gesù, ²¹vi renda perfetti in ogni bene, perché possiate compiere la sua volontà, operando in voi ciò che a lui è gradito per mezzo di Gesù Cristo, al quale sia gloria nei secoli dei secoli. Amen.

– *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.**

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

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.*

PREGHIERA SULLE OFFERTE

Accogli con bontà, o Signore, questi doni che noi, tuo popolo santo, deponiamo sull'altare, e trasformali in sacramento di salvezza. Per Cristo nostro Signore.

ANTIFONA ALLA COMUNIONE SAL 30 (31),17-18

Fa' risplendere sul tuo servo la luce del tuo volto,
e salvami per la tua misericordia.
Che io non resti confuso, Signore,
perché ti ho invocato.

PREGHIERA DOPO LA COMUNIONE

O Dio, che ci hai nutriti alla tua mensa, fa' che per la forza di questo sacramento, sorgente inesauribile di salvezza, la vera fede si estenda sino ai confini della terra. Per Cristo nostro Signore.

PER LA RIFLESSIONE

Perfetti

Concludiamo la lettura della Lettera agli Ebrei, da cui ci congediamo con un augurio da fare non solo a noi stessi, ma a tutti coloro che intrecciano e incrociano le nostre strade umane: «Vi renda perfetti in ogni bene» (Eb 13,21). Davanti a questo augurio, viene abbastanza spontaneo chiedersi come tutto ciò possa realmente avvenire nel concreto della nostra vita di ogni

giorno, nella nostra esistenza quotidiana in cui siamo sempre chiamati a combattere contro le tentazioni della mediocrit . Forse la risposta possiamo trovarla nel vangelo. I discepoli, di ritorno dalla loro esperienza missionaria, vengono invitati dal Signore Ges  ad appartarsi con lui per trovare un poco di riposo. Ma ecco che l'affluire della folla trasforma il luogo del riposo in un luogo di ulteriore coinvolgimento nella vita della gente, alla quale il Signore Ges  «si mise a insegnare [...] molte cose» (Mc 6,34).

Potremmo dire che in questo consista l'essere «perfetti in ogni bene»: in una capacit  di lasciarsi interpellare da ogni possibilit  e occasione che la vita ci offre per fare il bene, persino quando questo ci richiede, apparentemente, di rinunciare a farci un po' di bene. Infatti,   proprio facendo il bene nel modo migliore possibile che potremo sentirci veramente bene e persino ancora meglio. Possiamo pure dire che in questo consista trovare il riposo: nella capacit  di saper trovare ristoro dandone con generosit  a chi ne ha bisogno accanto a noi. Il moto di «compassione» (6,34) che invade il cuore del Signore Ges  alla vista della «grande folla», ci fa entrare nel mistero che sta all'origine del modo in cui Dio   legato al cammino della storia e da cui ormai non prende pi  nessuna distanza, accettando di marciare con noi per i monti e le valli dell'esistenza. Chiss  se la gente che segue Ges , e alla quale il Signore rimanda i suoi discepoli perch  imparino a riposare senza

smettere mai di avere compassione, aveva in mente le parole così belle del salmo: «Davanti a me tu prepari una mensa sotto gli occhi dei miei nemici. Ungi di olio il mio capo; il mio calice trabocca» (Sal 22,5). In ogni modo, possiamo portare nel cuore l'esortazione della prima lettura, cui si aggiunge del tutto naturalmente l'esempio del Signore stesso: «Non dimenticatevi della beneficenza e della comunione dei beni, perché di tali sacrifici il Signore si compiace» (Eb 13,16). Se avremo saputo stare vicino al Signore Gesù e riposare profondamente e veramente con lui, non potremo che essere intimamente conquistati dal suo stesso dinamismo interiore, che potremmo definire contempl-attivo proprio com'è per sua natura l'amore. Sarebbe assolutamente inutile cercare il riposo fuori dalla capacità di amare, che è sempre un modo di perdonare all'altro di disturbare, fino al punto di cambiare i miei programmi. Se l'amore comincia e finisce sempre con il perdono, allora l'unico vero riposo è quello di lasciarci interiormente consumare dalla compassione che ci renderà perfettamente riposati.

Signore Gesù, come nasconderti se talora ci sentiamo così stanchi e desideriamo di trovare un attimo di riposo per la nostra mente, per il nostro cuore, per il nostro corpo? Non è facile lasciarsi disturbare fino a sentire che la vita non è più nelle nostre mani, ma in quelle degli altri. Donaci di saper perdonare e amare e, così, riposare.

Cattolici

Beata Eugenia Smet (Maria della Provvidenza), fondatrice (1871).

Ortodossi

Memoria del nostro santo padre Partenio, vescovo di Lampsaco sotto Costantino il Grande (IV sec.) e del nostro santo padre Luca di Stirio nell'Ellade, monaco (953); neomartiri della Russia (XX sec.).

Copti

Xenia di Milasa, monaca (V sec.).