

SABATO 4 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 (CFR)

*Nel nuovo giorno che sorge
noi siamo innanzi a te,
lodando il tuo nome o Padre,
la nostra alba si volge
alla fonte nascosta
della tua luce.*

*E quando è fonda la notte
noi siamo innanzi a te,
o fonte della luce;
in noi la lode celebra
al di là di quest'ora,
l'alba eterna.*

*Già la tua ora è vicina,
noi siamo innanzi a te,
rivolti alla tua casa;
pronto è il cuore a obbedire*

se la Voce dirà:

«Vieni al Padre».

Salmo CF. SAL 33 (34)

Temete il Signore,
suoi santi: nulla manca
a coloro che lo temono.
I leoni sono miseri e affamati,
ma a chi cerca il Signore
non manca alcun bene.

Venite, figli, ascoltatemi:
vi insegnerò
il timore del Signore.
Chi è l'uomo
che desidera la vita
e ama i giorni
in cui vedere il bene?

Custodisci la lingua dal male,
le labbra
da parole di menzogna.
Sta' lontano dal male
e fa' il bene,
cerca e persegui la pace.

Gli occhi del Signore
sui giusti, i suoi orecchi
al loro grido di aiuto.
Il volto del Signore
contro i malfattori,
per eliminarne dalla terra
il ricordo.

Ripresa della Parola di Dio del giorno

Ed egli disse loro: «Venite in disparte, voi soli, [...] e riposatevi un po'» (Mc 6,31).

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

Lode e intercessione

Rit.: **Tu, pastore d'Israele, ascolta!**

- Le folle stanche e affaticate, che vagano come pecore senza una guida.
- I tuoi figli dispersi e incapaci di gridare verso di te.
- La tua Chiesa in cammino tra le fatiche e le speranze della storia.

Padre nostro

Orazione (vedi Colletta)

LA MESSA

ANTIFONA D'INGRESSO SAL 105 (106),47

Salvaci, Signore Dio nostro,
e raccoglici 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 del-
la 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 fac-
ciano con gioia e non lamentandosi. Ciò non sarebbe di van-

taggio 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

Compassione

L'introduzione narrativa al vangelo odierno, dove gli «apostoli» fanno ritorno da Gesù «e gli riferirono tutto quello che avevano fatto e quello che avevano insegnato» (Mc 6,30), avrebbe potuto essere seguita da una più calda ed entusiastica reazione da parte

dello stesso Signore, il quale, invece, replica soltanto con queste parole: «Venite in disparte, voi soli, in un luogo deserto, e riposatevi un po'» (6,31). Invece che commentare o elogiare la prima «missione» apostolica del gruppo dei Dodici, Gesù preferisce raffreddare gli animi proponendo una ritirata strategica al riparo e lontano da quei molti «che andavano e venivano», al punto che i discepoli «non avevano neanche il tempo di mangiare» (6,31). Certo, l'invito al riposo potrebbe essere già colto come una buona raccomandazione di cui – mai come oggi – siamo in grado di riconoscere l'urgenza e l'importanza. Quel riposo da sapersi ritagliare soprattutto dopo quei momenti in cui la vita ci chiede e, talvolta, ci costringe a dare tanto di noi stessi e del nostro tempo, persino al di là di quanto siamo in grado di offrire. Eppure, nella proposta di una forte presa di distanza da quanto si è appena sperimentato e vissuto, è necessario saper cogliere un appello ulteriore.

L'esortazione contenuta nella Lettera agli Ebrei ci offre una chiave per approfondire l'invito rivolto da Gesù agli apostoli e per intenderlo come un tentativo di custodire il loro ministero fuori da qualsiasi deriva «sacrificale», ormai estranea ai termini di una vita secondo il vangelo: «Fratelli, per mezzo di Gesù offriamo a Dio continuamente un sacrificio di lode, cioè il frutto di labbra che confessano il suo nome» (Eb 13,15). Se è vero – come del resto afferma subito dopo l'autore della lettera – che non bisogna dimenticarsi della «beneficenza e della comunione dei beni» (13,16), cioè del modo ordinario in cui il rapporto con il Padre ha bisogno

di incarnarsi, è altrettanto vero che occorre fare attenzione a non decadere mai da quella relazione filiale che «il Dio della pace, che ha ricondotto dai morti il Pastore grande delle pecore» (13,20), ha stabilito con noi. Per questo, l'unico autentico sacrificio non può che essere quello della lode, cioè la permanenza in un atteggiamento di accoglienza e di gratitudine nei confronti di Dio «per mezzo di Gesù Cristo, al quale sia gloria nei secoli dei secoli» (13,21). In parole più semplici, l'intreccio delle due letture di oggi sembra volerci dire che ogni attività apostolica è compatibile con il nostro battesimo nella misura in cui non ci offre solo la possibilità di donare agli altri noi stessi, ma ci rende anche capaci di mettere gli altri nella condizione di poter offrire il meglio di se stessi, nella prospettiva di un incremento di vita e di felicità per tutti: «Obbedite 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» (13,17). Del resto, sappiamo bene che quando riusciamo a porre l'altro nella migliore delle condizioni possibili, in realtà, stiamo anche coltivando il bene per la nostra vita: «Ciò non sarebbe di vantaggio per voi» (13,17).

La conclusione del vangelo ci mostra come non sia, in effetti, il riposo in se stesso il traguardo dove possiamo sentirci custoditi nell'«alleanza eterna» (13,20) e nella «volontà» (13,21) del Padre, ma solo l'esperienza di quella misericordia che fluisce naturalmente proprio nei momenti in cui ci sentiamo più bisognosi di ristoro e di quiete: «Sceso dalla barca, egli [Gesù] vide una grande

folla, ebbe compassione di loro, perché erano come pecore che non hanno pastore» (Mc 6,34). Aver compassione, tuttavia, non può mai ridursi a usare gli altri per mettere in atto e in mostra le qualità del nostro modo di amare, ma si deve esprimere nella capacità di aiutare il prossimo a camminare con le proprie gambe per avanzare, con la propria sensibilità e il proprio ritmo, nel viaggio della vita: «... si mise a insegnare loro molte cose» (6,34).

Signore Gesù, noi ti ringraziamo per la pazienza con cui ci aspetti e non smetti di crederci capaci del meglio. Quel meglio che noi desideriamo sacrificare, cioè restituirti perché ti appartiene. Niente infatti possiamo donare ai fratelli se non lo abbiamo prima ricevuto dalla tua invincibile compassione, che è il nostro riposo e la nostra vera pace.

Cattolici

Nicola Studita, abate (863).

Ortodossi e greco-cattolici

Memoria del santo padre nostro Isidoro di Pelusio, martire sotto Diocleziano (408-450).

Copti ed etiopici

I 49 abba di Scete, monaci e martiri (444).

Anglicani

Gilberto di Sempringham, fondatore dell'Ordine gilbertino (1189); Cornelio il centurione.

Luterani

Rabano Mauro, vescovo (856).

Shinto

Setsubun-Sai, celebrazione per il cambio delle stagioni e l'arrivo della primavera.