

I domenica di Quaresima

DOMENICA 5 MARZO

I settimana di Quaresima - 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.

Inno (CFC)

*Perché l'uomo
sia a immagine del Padre,
egli lo plasmò
col Soffio della vita.
Mentre ancora in noi
informe era il volto,
il suo amore
ci vedeva come lui.
Quando per noi giunse
il giorno di salvezza
Dio ci ha donato
il Figlio suo diletto:
gloriosa la croce
indica il passaggio verso il mondo
in cui tutto è rinnovato.
Ecco l'evangelo
ch'egli ci ha lasciato:*

*gioia di perdono
all'uomo che è caduto,
segno di speranza
per ogni creatura
nell'attesa
del suo giorno senza fine.*

Salmo CF. SAL 30 (31)

Ma io confido in te, Signore;
dico: «Tu sei il mio Dio,
i miei giorni
sono nelle tue mani».
Liberami dalla mano
dei miei nemici
e dai miei persecutori:
sul tuo servo
fa' splendere il tuo volto, salvami
per la tua misericordia.

Signore,
che io non debba vergognarmi
per averti invocato;
si vergognino i malvagi,
siano ridotti al silenzio
negli inferi.
Tacciano le labbra bugiarde,
che dicono insolenze

contro il giusto
con orgoglio e disprezzo.
Quanto è grande la tua bontà,
Signore! La riservi
per coloro che ti temono,
la dispensi,
davanti ai figli dell'uomo,
a chi in te si rifugia.

Ripresa della Parola di Dio del giorno

Come per la disobbedienza di un solo uomo tutti sono stati costituiti peccatori, così anche per l'obbedienza di uno solo tutti saranno costituiti giusti (*Rm 5,19*).

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

Lode e intercessione

Rit.: **Vieni in aiuto alla nostra debolezza!**

- Fare la tua volontà sia il nostro cibo quotidiano.
- Renderti culto servendo i fratelli sia la nostra gioia.
- Vincere il male credendo nella tua parola sia la nostra forza.

Padre nostro

Orazione (vedi Colletta)

LA MESSA

ANTIFONA D'INGRESSO SAL 90 (91),15-16

Egli mi invocherà e io lo esaudirò;
gli darò salvezza e gloria,
lo sazierò con una lunga vita.

COLLETTA

O Dio, nostro Padre, con la celebrazione di questa Quaresima, segno sacramentale della nostra conversione, concedi a noi tuoi fedeli di crescere nella conoscenza del mistero di Cristo e di testimoniarlo con una degna condotta di vita. Per il nostro Signore Gesù Cristo...

oppure:

O Dio, che conosci la fragilità della natura umana ferita dal peccato, concedi al tuo popolo di intraprendere con la forza della tua parola il cammino quaresimale, per vincere le seduzioni del maligno e giungere alla Pasqua nella gioia dello Spirito. Per il nostro Signore Gesù Cristo...

PRIMA LETTURA GEN 2,7-9; 3,1-7

Dal libro della Gènesi

7Il Signore Dio plasmò l'uomo con polvere del suolo e soffiò nelle sue narici un alito di vita e l'uomo divenne un essere

vivente. ⁸Poi il Signore Dio piantò un giardino in Eden, a oriente, e vi collocò l'uomo che aveva plasmato. ⁹Il Signore Dio fece germogliare dal suolo ogni sorta di alberi graditi alla vista e buoni da mangiare, e l'albero della vita in mezzo al giardino e l'albero della conoscenza del bene e del male.

^{3,1}Il serpente era il più astuto di tutti gli animali selvatici che Dio aveva fatto e disse alla donna: «È vero che Dio ha detto: “Non dovete mangiare di alcun albero del giardino”?». ²Rispose la donna al serpente: «Dei frutti degli alberi del giardino noi possiamo mangiare, ³ma del frutto dell'albero che sta in mezzo al giardino Dio ha detto: “Non dovete mangiarne e non lo dovete toccare, altrimenti morirete”». ⁴Ma il serpente disse alla donna: «Non morirete affatto! ⁵Anzi, Dio sa che il giorno in cui voi ne mangiaste si aprirebbero i vostri occhi e sareste come Dio, conoscendo il bene e il male».

⁶Allora la donna vide che l'albero era buono da mangiare, gradevole agli occhi e desiderabile per acquistare saggezza; prese del suo frutto e ne mangiò, poi ne diede anche al marito, che era con lei, e anch'egli ne mangiò. ⁷Allora si aprirono gli occhi di tutti e due e conobbero di essere nudi; intrecciarono foglie di fico e se ne fecero cinture.

– *Parola di Dio.*

SALMO RESPONSORIALE 50 (51)

Rit. Perdonaci, Signore: abbiamo peccato.

³Pietà di me, o Dio, nel tuo amore;
nella tua grande misericordia
cancella la mia iniquità.

⁴Lavami tutto dalla mia colpa,
dal mio peccato rendimi puro. **Rit.**

⁵Sì, le mie iniquità io le riconosco,
il mio peccato mi sta sempre dinanzi.

⁶Contro di te, contro te solo ho peccato,
quello che è male ai tuoi occhi, io l'ho fatto. **Rit.**

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.

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

SECONDA LETTURA

RM 5,12-19 (LETT. BREVE 5,12.17-19)

Dalla lettera di San Paolo apostolo ai Romani

Fratelli, ¹²come a causa di un solo uomo il peccato è entrato nel mondo e, con il peccato, la morte, e così in tutti gli uomini si è propagata la morte, poiché tutti hanno peccato...

[¹³Fino alla Legge infatti c'era il peccato nel mondo e, anche se il peccato non può essere imputato quando manca la Legge, ¹⁴la morte regnò da Adamo fino a Mosè anche su quelli che non avevano peccato a somiglianza della trasgressione di Adamo, il quale è figura di colui che doveva venire. ¹⁵Ma il dono di grazia non è come la caduta: se infatti per la caduta di uno solo tutti morirono, molto di più la grazia di Dio, e il dono concesso in grazia del solo uomo Gesù Cristo, si sono riversati in abbondanza su tutti. ¹⁶E nel caso del dono non è come nel caso di quel solo che ha peccato: il giudizio infatti viene da uno solo, ed è per la condanna, il dono di grazia invece da molte cadute, ed è per la giustificazione.]

¹⁷Infatti se per la caduta di uno solo la morte ha regnato a causa di quel solo uomo, molto di più quelli che ricevono l'abbondanza della grazia e del dono della giustizia regneranno nella vita per mezzo del solo Gesù Cristo. ¹⁸Come dunque per la caduta di uno solo si è riversata su tutti gli uomini la condanna, così anche per l'opera giusta di uno solo si riversa su tutti gli uomini la giustificazione, che dà vita. ¹⁹Infatti, come per la disobbedienza di un solo uomo

tutti sono stati costituiti peccatori, così anche per l'obbedienza di uno solo tutti saranno costituiti giusti.

– *Parola di Dio.*

CANTO AL VANGELO MT 4,4B

Lode a te, o Cristo, re di eterna gloria!

Non di solo pane vivrà l'uomo,
ma di ogni parola che esce dalla bocca di Dio.

Lode a te, o Cristo, re di eterna gloria!

VANGELO MT 4,1-11

✠ Dal Vangelo secondo Matteo

In quel tempo, ¹Gesù fu condotto dallo Spirito nel deserto, per essere tentato dal diavolo. ²Dopo aver digiunato quaranta giorni e quaranta notti, alla fine ebbe fame. ³Il tentatore gli si avvicinò e gli disse: «Se tu sei Figlio di Dio, di' che queste pietre diventino pane».

⁴Ma egli rispose: «Sta scritto: "Non di solo pane vivrà l'uomo, ma di ogni parola che esce dalla bocca di Dio"». ⁵Allora il diavolo lo portò nella città santa, lo pose sul punto più alto del tempio ⁶e gli disse: «Se tu sei Figlio di Dio, gettati giù; sta scritto infatti: "Ai suoi angeli darà ordini a tuo riguardo ed essi ti porteranno sulle loro mani perché il tuo piede non inciampi in una pietra"». ⁷Gesù gli rispose: «Sta scritto anche: "Non metterai alla prova il Signore Dio tuo"».

⁸Di nuovo il diavolo lo portò sopra un monte altissimo e gli mostrò tutti i regni del mondo e la loro gloria ⁹e gli disse: «Tutte queste cose io ti darò se, gettandoti ai miei piedi, mi adorerai». ¹⁰Allora Gesù gli rispose: «Vattene, satana! Sta scritto infatti: “Il Signore, Dio tuo, adorerai: a lui solo renderai culto”».

¹¹Allora il diavolo lo lasciò, ed ecco degli angeli gli si avvicinarono e lo servivano. – *Parola del Signore.*

Credo

p. 342

PREGHIERA SULLE OFFERTE

Si rinnovi, Signore, la nostra vita e col tuo aiuto si ispiri sempre più al sacrificio, che santifica l'inizio della Quaresima, tempo favorevole per la nostra salvezza. Per Cristo nostro Signore.

PREFAZIO

È veramente cosa buona e giusta, nostro dovere e fonte di salvezza, rendere grazie sempre e in ogni luogo a te, Signore, Padre Santo, Dio onnipotente ed eterno, per Cristo nostro Signore.

Egli consacrò l'istituzione del tempo penitenziale con il digiuno di quaranta giorni, e vincendo le insidie dell'antico tentatore ci insegnò a dominare le seduzioni del peccato, perché celebrando con spirito rinnovato il mistero pasquale possiamo giungere alla Pasqua eterna. E noi, uniti agli angeli e ai santi, cantiamo senza fine l'inno della tua lode: **Santo...**

ANTIFONA ALLA COMUNIONE MT 4,4

«Non di solo pane vive l'uomo, ma di ogni parola che esce dalla bocca di Dio».

PREGHIERA DOPO LA COMUNIONE

Il pane del cielo che ci hai dato, o Padre, alimenti in noi la fede, accresca la speranza, rafforzi la carità, e ci insegni ad aver fame di Cristo, pane vivo e vero, e a nutrirci di ogni parola che esce dalla tua bocca. Per Cristo nostro Signore.

PER LA RIFLESSIONE

Viventi

In questa prima domenica di Quaresima è il celebre racconto di Genesi a dirci come il mistero della nostra conversione sia da intendersi intimamente legato a quello della nostra libertà che, nell'ottavo giorno, giunge al suo drammatico confronto con la libertà stessa del Creatore. All'uomo divenuto «essere vivente» (Gen 2,7) e posto da Dio nell'incanto del giardino della vita, il «serpente» rivolge un interrogativo – il primo che la storia sacra registra – assai tendenzioso: «È vero che Dio ha detto: “Non dovete mangiare di alcun albero del giardino?”» (3,1). Il problema di questa domanda non è l'attivazione della coscienza critica sulle cose ma la perversione del limite, proposto dal serpente come

insopportabile confine da oltrepassare per un accesso pieno al dono della vita: «Non morirete affatto! Anzi, Dio sa che il giorno in cui voi ne mangiaste si aprirebbero i vostri occhi e sareste come Dio, conoscendo il bene e il male» (3,4-5).

Ciascuno di noi rivive e attualizza il racconto delle origini ogni volta che comincia a guardare con sospetto alle immancabili limitazioni da cui è segnato – ma anche custodito – ogni percorso di vita. Trasgredire, anziché progredire, di fronte al limite, è cedere alla tentazione che una scorciatoia possa risparmiarci tutta la fatica di far maturare la nostra umanità fino all'immagine e somiglianza con Dio: «... così in tutti gli uomini si è propagata la morte, poiché tutti hanno peccato» (Rm 5,12). La morte interiore si sperimenta quando la libertà cessa di essere un dono di cui essere continuamente fieri e grati, e diventa una temibile condizione nella quale ci sentiamo vulnerabili e impauriti: «Allora si aprirono gli occhi di tutti e due e conobbero di essere nudi; intrecciarono foglie di fico e se ne fecero cinture» (Gen 3,7).

Nel deserto, Gesù sperimenta nella sua carne umana il combattimento contro le tre tentazioni fondamentali in cui si articola quella originaria descritta nella Genesi. La prima è quella della tirannia delle soddisfazioni – «Se tu sei Figlio di Dio, di' che queste pietre diventino pane» (Mt 4,3) – in cui cadiamo quando rincorriamo compensazioni di cui ci sembra di avere assoluto bisogno, piegando gli altri e la realtà al nostro servizio. Fortunatamente, «non di solo pane» (4,4), e non solo «per se stessi» (cf.

2Cor 5,15), si può vivere. La seconda è la tentazione della rapida affermazione e del successo senza sforzo, la lusinga di una vita incantevole, dove gli altri sono ridotti a un pubblico che deve confermare il nostro prestigio. Dio non si lascia mettere «alla prova» (Mt 4,7), diventando strumento della nostra vanagloria, dice Gesù. La vita merita di essere costruita pian piano, con la stessa pazienza con cui Dio dona e ama. L'ultima tentazione è la più subdola e pericolosa, perché propone la formula del possesso come antidoto alla precarietà del vivere: «Tutte queste cose io ti darò se, gettandoti ai miei piedi, mi adorerai» (4,9). La bramosia di possedere è una felicità illusoria, perché ci espropria da noi stessi e ci introduce in un'invincibile ansia dove, in fondo, restiamo soli e inappagati. «Vattene, satana!» (4,10), risponde con forza il Signore Gesù all'ultima tentazione, insegnandoci che l'apparente forma interrogativa con cui il male si propone non può essere risolta, alla fine, se non con la forza di un asciutto imperativo. Non quello pieno di supponenza che in genere riserviamo agli altri – per dire loro quello che devono fare – ma quello pieno di umiltà e di mitezza che possiamo rivolgere a noi stessi – per dirci quello che sappiamo di non dover fare. Anzi, per ricordarci quello che sempre possiamo ricominciare a fare per essere, davvero, dei viventi: unirci all'«opera giusta» (Rm 5,18) del Figlio, il «dono di grazia» riversato «in abbondanza su tutti» (5,15), «che dà vita» (5,18) a chi la cerca e a chi l'ha perduta.

Signore Gesù, il deserto della vita ci svela ogni bisogno, timore, orgoglio, immaturità: ricordaci che veniamo da un giardino e verso un giardino di vita nuova camminiamo. A noi sembra di morire di solitudine, assenze, tristezza, illusioni: ricordaci che per essere viventi basta lasciarti riempire della tua vita gli spazi vuoti, poveri e aperti della nostra.

Cattolici e anglicani

I domenica di Quaresima; Adriano di Cesarea, martire (309).

Ortodossi e greco-cattolici

I di Quaresima – Domenica dell’Ortodossia: si fa memoria del ripristino del culto delle sante e venerabili icone; memoria del santo martire Conone in Isauria (sotto Decio, 249-251).

Copti ed etiopici

Osea profeta (VIII sec. a.C.).

Luterani

Jakob Hermann Kohlbrugge, predicatore in Renania (1875).