

MARTEDÌ 7 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 (TUROLDO)

*Sole tu sei di giustizia,
o Cristo, che il nuovo giorno
accendi sul mondo,
tu dalle tenebre
libera i cuori,
illumina ora le forze del bene.*

*In questo tempo propizio,
Signore, a penitenza
conduci gli spiriti:
tutti converti
al tuo vero amore
quanti conforta la lunga pietà.
Di sopportare tu dona, Signore,
la disciplina
che monda e distrugge
anche le colpe
più tristi e mortali*

*per la tua grazia
che è sempre più grande.
Venuto è il tempo,
è questo il tuo giorno
in cui riprendon
le cose a sperare,
e rifiorendo insieme pur noi
già gustiamo
la gioia di pasqua.*

Salmo CF. SAL 36 (37)

Non irritarti
a causa dei malvagi,
non invidiare i malfattori.
Come l'erba
presto appassiranno;
come il verde del prato
avvizziranno.

Confida nel Signore e fa' il bene:
abiterai la terra
e vi pascolerai
con sicurezza.

Cerca la gioia nel Signore:
esaudirà i desideri
del tuo cuore.

Affida al Signore la tua via,
confida in lui ed egli agirà:

farà brillare come luce
la tua giustizia,
il tuo diritto
come il mezzogiorno.

Sta' in silenzio
davanti al Signore
e spera in lui; non irritarti
per chi ha successo,
per l'uomo che trama insidie.

Ripresa della Parola di Dio del giorno

«Pregando, non sprecate parole come i pagani: essi credono di venire ascoltati a forza di parole. [...] Voi dunque pregate così: Padre nostro...» (Mt 6,7-9).

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

Lode e intercessione

Rit.: **Padre nostro, ascoltaci!**

- Signore Dio, compassionevole e misericordioso, pietà di noi!
- Signore Dio, lento all'ira e ricco di grazia, pietà di noi!
- Signore Dio, longanime e grande nell'amore, pietà di noi!

Padre nostro

Orazione (vedi Colletta)

LA MESSA

ANTIFONA D'INGRESSO SAL 89 (90),1-2

Signore, tu sei nostro rifugio
di generazione in generazione;
tu sei da sempre, Signore, e per sempre.

COLLETTA

Volgi il tuo sguardo, Padre misericordioso, a questa tua famiglia, e fa' che superando ogni forma di egoismo risplenda ai tuoi occhi per il desiderio di te. Per il nostro Signore Gesù Cristo...

PRIMA LETTURA Is 55,10-11

Dal libro del profeta Isaia

Così dice il Signore: ¹⁰«Come la pioggia e la neve scendono dal cielo e non vi ritornano senza avere irrigato la terra, senza averla fecondata e fatta germogliare, perché dia il seme a chi semina e il pane a chi mangia, ¹¹così sarà della mia parola uscita dalla mia bocca: non ritornerà a me senza effetto, senza aver operato ciò che desidero e senza aver compiuto ciò per cui l'ho mandata».

– *Parola di Dio.*

SALMO RESPONSORIALE 33 (34)

Rit. Il Signore libera i giusti da tutte le loro angosce.

oppure: Chi spera nel Signore non resta confuso.

⁴Magnificate con me il Signore,
esaltiamo insieme il suo nome.

⁵Ho cercato il Signore: mi ha risposto
e da ogni mia paura mi ha liberato. **Rit.**

⁶Guardate a lui e sarete raggianti,
i vostri volti non dovranno arrossire.

⁷Questo povero grida e il Signore lo ascolta,
lo salva da tutte le sue angosce. **Rit.**

¹⁶Gli occhi del Signore sui giusti,
i suoi orecchi al loro grido di aiuto.

¹⁷Il volto del Signore contro i malfattori,
per eliminarne dalla terra il ricordo. **Rit.**

¹⁸Gridano i giusti e il Signore li ascolta,
li libera da tutte le loro angosce.

¹⁹Il Signore è vicino a chi ha il cuore spezzato,
egli salva gli spiriti affranti. **Rit.**

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 6,7-15

✠ Dal Vangelo secondo Matteo

In quel tempo, Gesù disse ai suoi discepoli: ⁷«Pregando, non sprecate parole come i pagani: essi credono di venire ascoltati a forza di parole. ⁸Non siate dunque come loro, perché il Padre vostro sa di quali cose avete bisogno prima ancora che gliele chiediate. ⁹Voi dunque pregate così: Padre nostro che sei nei cieli, sia santificato il tuo nome, ¹⁰venga il tuo regno, sia fatta la tua volontà, come in cielo così in terra. ¹¹Dacci oggi il nostro pane quotidiano, ¹²e rimetti a noi i nostri debiti come anche noi li rimettiamo ai nostri debitori, ¹³e non abbandonarci alla tentazione, ma liberaci dal male. ¹⁴Se voi infatti perdonerete agli altri le loro colpe, il Padre vostro che è nei cieli perdonerà anche a voi; ¹⁵ma se voi non perdonerete agli altri, neppure il Padre vostro perdonerà le vostre colpe».

– *Parola del Signore.*

PREGHIERA SULLE OFFERTE

Accetta, Dio creatore, i doni che abbiamo ricevuto dalla tua paterna generosità, e trasforma il pane e il vino che ci hai dato per la nostra vita quotidiana in sacramento di salvezza eterna. Per Cristo nostro Signore.

Prefazio di Quaresima

PP. 344-345

ANTIFONA ALLA COMUNIONE

SAL 4,2

Quando t'invoco, esaudiscimi, o Dio,
tu che sei la mia giustizia
e dalle angosce mi hai liberato;
pietà di me, Signore,
ascolta la mia preghiera.

PREGHIERA DOPO LA COMUNIONE

Per questa comunione ai tuoi misteri insegnaci, Signore, a moderare le passioni e i desideri terreni e a cercare la tua giustizia e il tuo regno. Per Cristo nostro Signore.

PER LA RIFLESSIONE

Non sprecare

La parola che esce dal cuore del Signore è sempre «viva, efficace» (Eb 4,12). Questa forza così peculiare deriva dal fatto che

quando Dio parla non esiste alcuna frattura tra ciò che egli dice e ciò che egli è disposto a fare, perché la gioia del desiderio possa conoscere anche il gusto buono e bello della realizzazione. In altre parole, potremmo dire che le parole di Dio sono sicuramente fruttuose perché comunicano promesse autentiche, annunciano «fatti» che possono essere considerati realizzati in anticipo: «... così sarà della mia parola uscita dalla mia bocca: non ritornerà a me senza effetto, senza aver [...] compiuto ciò per cui l'ho mandata» (Is 55,11).

Il profeta Isaia ricorre all'immagine di alcuni fenomeni naturali assai comuni per confermare questa straordinaria intuizione circa la forza invincibile della comunicazione esistente tra il cielo e la terra: «Come la pioggia e la neve scendono dal cielo e non vi ritornano senza avere irrigato la terra, senza averla fecondata e fatta germogliare, perché dia il seme a chi semina e il pane a chi mangia» (55,10). La difficoltà che abbiamo ad accogliere la potenza di questa immagine – senza entrare nel labirinto di perniciosi ragionamenti – è tutta radicata nella nostra abitudine a dire e poi non fare, a promettere senza poi essere capaci di mantenere, a sedurre senza aver già maturato un reale desiderio di bene nei confronti dell'altro. Per questo dalla nostra bocca riescono a uscire parole «vane», segnali linguistici privi di autentica forza, promesse sterili che non generano alcun futuro.

Il vangelo prescrive una precisa cura a questa cattiva abitudine che ammettiamo nel modo in cui ci relazioniamo agli altri. Si trat-

ta di cominciare, anzitutto, a risparmiare parole, riducendo quello spreco di suoni che spesso crea solo confusione nei rapporti e introduce dolorose illusioni nell'animo di chi ascolta. In realtà, il primo rapporto che necessita di una certa rarefazione di parole è proprio quello con il Padre del Signore nostro Gesù Cristo: «Preghando, non sprecate parole come i pagani: essi credono di venire ascoltati a forza di parole. Non siate dunque come loro, perché il Padre vostro sa di quali cose avete bisogno prima ancora che gliele chiediate» (Mt 6,7-8). Purificare la preghiera dagli eccessi verbali è scuola di pazienza e di umiltà. Ci educa a credere che molta della felicità che andiamo cercando, in realtà, ci stia già aspettando da qualche (altra) parte. Se ne avvertiamo la mancanza non è perché Dio sia assente o distratto, ma solo perché le nostre vie sono ancora abbastanza lontane da quelle della verità e della giustizia.

Rivolgerci al Padre con poche, asciutte parole non significa raffreddare il nostro rapporto filiale con la sua bontà paterna, ma semplicemente imparare a rimanere umilmente di fronte al mistero della sua volontà, nell'attesa che diventi presto anche la nostra. Significa dimorare nella fiducia che i nostri desideri verranno ascoltati non a forza di parole, ma con parole – e silenzi – forti di speranza. Le parole sobrie, sincere, cordiali, che un figlio deve sempre essere – e sentirsi – libero di rivolgere al suo «babbo», nella fiducia che verrà sempre in qualche modo ascoltato ed esaudito. Naturalmente questa estrema libertà comporta anche il

divieto di domandare quello che non siamo disposti a dare noi stessi agli altri, figli dello stesso Padre e dunque nostri fratelli e sorelle: «Se voi infatti perdonerete agli altri le loro colpe, il Padre vostro che è nei cieli perdonerà anche a voi; ma se voi non perdonerete agli altri, neppure il Padre vostro perdonerà le vostre colpe» (6,14-15).

Padre nostro, finché non saremo pronti a versare la vita in ciò che desideriamo, aiutaci a non sprecare promesse. Finché in noi la terra e il cielo non canteranno all'unisono, insegnaci a non sprecare parole in grado di ferire. Donaci di non sprecare il silenzio con cui ci chiedi di aspettare che si compia, secondo la tua parola, il mistero della nostra felicità.

Cattolici, anglicani e luterani

Perpetua e Felicita, martiri a Cartagine (203).

Ortodossi e greco-cattolici

I 7 vescovi di Cherson, martiri (IV sec.).

Copti ed etiopici

Teodoro il greco, martire (III-IV sec.).

SFIDE PER LA FAMIGLIA

Rendo grazie a Dio perché molte famiglie, che sono ben lontane dal considerarsi perfette, vivono nell'amore, realizzano la propria vocazione e vanno avanti anche se cadono tante volte lungo il cammino. A partire dalle riflessioni sinodali non rimane uno stereotipo di famiglia ideale, bensì un interpellante mosaico formato da tante realtà diverse, piene di gioie, drammi e sogni. Le realtà che ci preoccupano sono sfide. Non cadiamo nella trappola di esaurirci in lamenti auto-difensivi, invece di suscitare una creatività missionaria. In tutte le situazioni «la Chiesa avverte la necessità di dire una parola di verità e di speranza [...]. I grandi valori del matrimonio e della famiglia cristiana corrispondono alla ricerca che attraversa l'esistenza umana» (AL 57).

Analizzando la situazione della famiglia nel contesto attuale, papa Francesco passa in rassegna varie sfide che oggi mettono a dura prova il tessuto familiare, in particolare nelle relazioni e nella loro durata, nell'assetto economico, negli stili di vita, nel rapporto generazionale, nell'ambito educativo ecc. L'impatto di una cultura individualista, d'altra parte, non risparmia la realtà della famiglia, strutturalmente comunitaria, e di conseguenza produce ferite nell'equilibrio delle relazioni. Tuttavia, concludendo questa analisi, il papa non manca di sottolineare la presenza, oggi, di molte famiglie che sanno vivere «nell'amore, realizzano la propria vocazione e vanno avanti anche se cadono tante volte lungo il cammino». È uno sguardo realistico che infonde fiducia e speranza. Se la famiglia, in particolare quella che si ispira a valori evangelici, è chiamata a mai perdere di vista l'ideale proposto da Cristo, questo non significa che essa automaticamente riesce a incarnare una perfezione o a proporsi come modello indefettibile. Vivere nella comunione, realizzando quotidianamente quel dialogo di accoglienza che permette di affrontare fatiche e sfi-

de, e trasmettere quei valori che umanizzano la nostra società, non significa realizzare una sorta di famiglia «da sogno», senza ombra alcuna, icona di una felicità di fatto irraggiungibile dai più. Queste famiglie ideali, in cui tutti sono sorridenti, in cui manca ogni ferita che sembra deturpare questo sogno, le vediamo solo nella pubblicità. E, in ogni caso, non sono modello dell'ideale evangelico. Come ricorda papa Francesco, non esiste «uno stereotipo di famiglia ideale, bensì un interpellante mosaico formato da tante realtà diverse, piene di gioie, drammi e sogni».

La realtà della famiglia è complessa e riflette la complessità di questa nostra società. Il problema non è, dunque, di eliminare le sfide che oggi si pongono per creare un tipo di famiglia senza difetti, un'icona ideale per tutti. Si tratta piuttosto di affrontare queste sfide, smascherare ciò che in esse minaccia realmente la famiglia, cogliere le provocazioni che derivano da esse. E la Chiesa, pur riaffermando senza sosta i valori che fondano il matrimonio cristiano, deve affiancarsi ad ogni famiglia per aiutarla a vivere realisticamente ed evangelicamente queste sfide. Citando i vescovi della Colombia, il papa ricorda che le sfide e le difficoltà sono sempre un'occasione di crescita, di creatività; «esse sono [...] un invito a liberare in noi le energie della speranza traducendole in sogni profetici, azioni trasformatrici e immaginazione di carità» (AL 57).