

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 pregustiamo
la gioia di Pasqua.*

Cantico 1PT 2,21-24

Cristo patì per voi,
lasciandovi un esempio,
perché ne seguiate le orme:
egli non commise peccato
e non si trovò inganno
sulla sua bocca;

insultato,
non rispondeva con insulti,
maltrattato,
non minacciava vendetta,
ma si affidava a colui
che giudica con giustizia.

Egli portò i nostri peccati
nel suo corpo
sul legno della croce, perché,
non vivendo più per il peccato,
vivessimo per la giustizia;
dalle sue piaghe
siete stati guariti.

Ripresa della Parola di Dio del giorno

Se Dio è per noi, chi sarà contro di noi? Egli, che non ha risparmiato il proprio Figlio, ma lo ha consegnato per tutti noi, non ci donerà forse ogni cosa insieme a lui? (*Rm 8,31-32*).

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

Lode e intercessione

Rit.: **Benedetto sei tu, Signore!**

- Che nel Cristo trasfigurato hai prefigurato la nostra gloria.
- Che ci chiami a salire con te sul monte, a pregare.
- Che non ci nascondi la necessità di compiere il nostro esodo.

Padre nostro

Orazione (vedi Colletta)

LA MESSA

ANTIFONA D'INGRESSO SAL 26 (27),8-9

Di te dice il mio cuore: «Cercate il suo volto».
Il tuo volto io cerco, o Signore.
Non nascondermi il tuo volto.

oppure: SAL 24 (25),6.3.22

Ricorda, Signore, il tuo amore e la tua bontà, le tue misericordie che sono da sempre. Non trionfino su di noi i nostri nemici; libera il tuo popolo, Signore, da tutte le sue angosce.

COLLETTA

O Padre, che ci chiami ad ascoltare il tuo amato Figlio, nutri la nostra fede con la tua parola e purifica gli occhi del nostro spirito, perché possiamo godere la visione della tua gloria. Per il nostro Signore Gesù Cristo...

oppure

O Dio, Padre buono, che non hai risparmiato il tuo Figlio unigenito, ma lo hai dato per noi peccatori; rafforzaci nell'obbedienza della fede, perché seguiamo in tutto le sue orme e siamo con lui trasfigurati nella luce della tua gloria. Per il nostro Signore Gesù Cristo...

PRIMA LETTURA

GEN 22,1-2.9A.10-13.15-18

Dal libro della *Gènesi*

In quei giorni, ¹Dio mise alla prova Abramo e gli disse: «Abramo!». Rispose: «Eccomi!». ²Riprese: «Prendi tuo figlio, il tuo unigenito che ami, Isacco, va' nel territorio di Mòria e offrilo in olocausto su di un monte che io ti indicherò».

⁹Così arrivarono al luogo che Dio gli aveva indicato; qui Abramo costruì l'altare, collocò la legna. ¹⁰Poi Abramo stese la mano e prese il coltello per immolare suo figlio. ¹¹Ma l'angelo del Signore lo chiamò dal cielo e gli disse: «Abramo, Abramo!». Rispose: «Eccomi!». ¹²L'angelo disse: «Non stendere la mano contro il ragazzo e non fargli niente! Ora so che tu temi Dio e non mi hai rifiutato tuo figlio, il tuo unigenito».

¹³Allora Abramo alzò gli occhi e vide un ariete, impigliato con le corna in un cespuglio. Abramo andò a prendere l'ariete e lo offrì in olocausto invece del figlio.

¹⁵L'angelo del Signore chiamò dal cielo Abramo per la seconda volta ¹⁶e disse: «Giuro per me stesso, oracolo del Signore: perché tu hai fatto questo e non hai risparmiato tuo figlio, il tuo unigenito, ¹⁷io ti colmerò di benedizioni e renderò molto numerosa la tua discendenza, come le stelle del cielo e come la sabbia che è sul lido del mare; la tua discendenza si impadronirà delle città dei nemici. ¹⁸Si diranno

benedette nella tua discendenza tutte le nazioni della terra,
perché tu hai obbedito alla mia voce».

– *Parola di Dio.*

SALMO RESPONSORIALE 115 (116)

**Rit. Camminerò alla presenza del Signore nella terra
dei viventi.**

¹⁰Ho creduto anche quando dicevo:
«Sono troppo infelice».

¹⁵Agli occhi del Signore è preziosa
la morte dei suoi fedeli. **Rit.**

¹⁶Ti prego, Signore, perché sono tuo servo;
io sono tuo servo, figlio della tua schiava:
tu hai spezzato le mie catene.

¹⁷A te offrirò un sacrificio di ringraziamento
e invocherò il nome del Signore. **Rit.**

¹⁸Adempirò i miei voti al Signore
davanti a tutto il suo popolo,
¹⁹negli atri della casa del Signore,
in mezzo a te, Gerusalemme. **Rit.**

SECONDA LETTURA RM 8,31B-34

Dalla Lettera di san Paolo apostolo ai Romani

Fratelli, ³¹se Dio è per noi, chi sarà contro di noi? ³²Egli, che non ha risparmiato il proprio Figlio, ma lo ha consegnato per tutti noi, non ci donerà forse ogni cosa insieme a lui?

³³Chi muoverà accuse contro coloro che Dio ha scelto? Dio è colui che giustifica! ³⁴Chi condannerà? Cristo Gesù è morto, anzi è risorto, sta alla destra di Dio e intercede per noi!

– *Parola di Dio.*

CANTO AL VANGELO cf. Mc 9,7

Lode e onore a te, Signore Gesù!

Dalla nube luminosa, si udì la voce del Padre:

«Questi è il mio Figlio, l'amato: ascoltatelo!».

Lode e onore a te, Signore Gesù!

VANGELO Mc 9,2-10

✠ Dal Vangelo secondo Marco

In quel tempo, ²Gesù prese con sé Pietro, Giacomo e Giovanni e li condusse su un alto monte, in disparte, loro soli. Fu trasfigurato davanti a loro ³e le sue vesti divennero splendenti, bianchissime: nessun lavandaio sulla terra potrebbe renderle così bianche. ⁴E apparve loro Elia con Mosè e conversavano con Gesù. ⁵Prendendo la parola, Pietro dis-

se a Gesù: «Rabbì, è bello per noi essere qui; facciamo tre capanne, una per te, una per Mosè e una per Elia». ⁶Non sapeva infatti che cosa dire, perché erano spaventati. ⁷Venne una nube che li coprì con la sua ombra e dalla nube uscì una voce: «Questi è il Figlio mio, l'amato: ascoltatelo!». ⁸E improvvisamente, guardandosi attorno, non videro più nessuno, se non Gesù solo, con loro. ⁹Mentre scendevano dal monte, ordinò loro di non raccontare ad alcuno ciò che avevano visto, se non dopo che il Figlio dell'uomo fosse risorto dai morti. ¹⁰Ed essi tennero fra loro la cosa, chiedendosi che cosa volesse dire risorgere dai morti. – *Parola del Signore.*

Credo

p. 306

PREGHIERA SULLE OFFERTE

Questa offerta, Signore misericordioso, ci ottenga il perdono dei nostri peccati e ci santifichi nel corpo e nello spirito, perché possiamo celebrare degnamente le feste pasquali. 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, dopo aver dato ai discepoli l'annuncio della sua morte, sul santo monte manifestò la sua gloria e chiamando a testimoni la legge e i profeti indicò

agli apostoli che solo attraverso la passione possiamo giungere al trionfo della risurrezione. E noi uniti agli angeli del cielo acclamiamo senza fine la tua santità, cantando l'inno di lode: **Santo...**

ANTIFONA ALLA COMUNIONE Mt 17,5; Mc 9,7; Lc 9,35

«Questo è il mio Figlio prediletto
nel quale mi sono compiaciuto.
Ascoltatelo».

PREGHIERA DOPO LA COMUNIONE

Per la partecipazione ai tuoi gloriosi misteri ti rendiamo fervide grazie, Signore, perché a noi ancora pellegrini sulla terra fai pregustare i beni del cielo. Per Cristo nostro Signore.

PER LA RIFLESSIONE

Nella voce

Il racconto del cosiddetto «sacrificio di Abramo» rappresenta sempre una drammatica sfida per qualsiasi ricerca del volto di Dio che non voglia accontentarsi – né rassegnarsi – di cogliere i suoi tratti più immediati e rassicuranti. Sebbene l'apparente «lieto fine» della vicenda narrata dal libro della Genesi possa stemperare la dimensione più drammatica della «prova» a cui Abramo

è sottoposto, non possiamo che avvertire un certo disagio di fronte all'incedere di una narrazione da cui emerge il profilo di un Dio quasi dispettoso: «Prendi tuo figlio, il tuo unigenito che ami, Isacco, va' nel territorio di Mòria e offrilo in olocausto» (Gen 22,2). Il racconto non chiarisce affatto le motivazioni per cui il Signore Dio avrebbe bisogno di provare la fiducia del suo servo, mantenendo sempre accesa l'ipotesi che Abramo non sia affatto chiamato a uccidere suo figlio, ma semplicemente a verificare quanto sia disposto a non impossessarsene. Al termine dell'episodio, infatti, il legame tra i due effettivi personaggi del racconto – Dio e Abramo – si fa strettissimo, come un'alleanza finalmente chiarita e ritrovata: «Si diranno benedette nella tua discendenza tutte le nazioni della terra, perché tu hai obbedito alla mia voce» (22,18). In realtà, il testo ebraico suona più laconico, ma anche più intrigante: «... perché tu, nella mia voce, hai ascoltato».

Questa diversa traduzione mette in luce un aspetto dell'obbedienza che spesso rimane trascurato nella nostra consapevolezza e, soprattutto, nella nostra esperienza di vita. Siamo soliti pensare che l'obbedienza sia l'adesione a un appello che proviene dall'esterno, senza alcun diritto di replica. Un simile modello di obbedienza corre il rischio di fallire l'obiettivo di una sana umanizzazione della nostra libertà, perché l'adesione a inviti troppo lontani dal nostro reale punto di esistenza e dalle concrete convinzioni radicate nel nostro cuore solo per breve tempo può trasformarci e farci crescere. «Ascoltare nella voce

di Dio», al contrario, potrebbe indicare un diverso paradigma di obbedienza, di cui troviamo un'interessante conferma proprio nella seconda lettura: «(Fratelli,) se Dio è per noi, chi sarà contro di noi? Egli, che non ha risparmiato il proprio Figlio, ma lo ha consegnato per tutti noi, non ci donerà forse ogni cosa insieme a lui?» (Rm 8,31-32).

La descrizione che l'apostolo Paolo elabora di Dio alla luce della pasqua di Cristo ricalca – quasi alla lettera – quella che l'angelo del Signore fa di Abramo. Camminando insieme a suo figlio, fino a scoprire che questo dono tanto atteso e desiderato non poteva ridursi né a un suo possesso, né a qualcosa da difendere, Abramo ha ascoltato, *nella voce* di Dio che lo guidava, la voce del suo stesso desiderio profondo: slegare e non possedere la vita di Isacco. A partire da questa suggestione, possiamo comprendere l'esperienza che i discepoli vivono sul monte della trasfigurazione come il sigillo a questa logica di obbedienza libera e responsabile a cui Dio ci invita: «Venne una nube che li coprì con la sua ombra e dalla nube uscì una voce: “Questi è il Figlio mio, l'amato: ascoltatelo!”» (Mc 9,7). Ascoltare nella voce di Dio anche la nostra sensibilità, chiamata a incrementare il dono della vita, dopo l'incarnazione del Verbo coincide con la disponibilità ad ascoltare e seguire Cristo, fino alla gioia della risurrezione: «Mentre scendevano dal monte, ordinò loro di non raccontare ad alcuno ciò che avevano visto, se non dopo che il Figlio dell'uomo fosse risorto dai morti» (9,9).

Creati a immagine e somiglianza di un Dio che non risparmia nulla, anzi dona tutto ciò che è e che ha, possiamo dunque riprendere il cammino di Quaresima nella fiducia di poter estinguere nel nostro cuore il sospetto che Dio ci chieda più di quanto ci voglia offrire. Per imparare a vivere così tanto da poterci donare, senza incolpare nessuno e senza risparmiare niente. Felici di ascoltare, nella voce di Dio, il canto umile e fiero della nostra libertà.

Signore Dio, apri i nostri orecchi perché nella tua voce non ci sentiamo solo messi alla prova ma ascoltiamo la domanda cruciale su chi vogliamo essere. Fa' che nella tua voce troviamo lo spazio di libertà in cui desiderare di non risparmiarci più, ma di consegnarci a te come figli e risorti ai quali tu hai dato, e ancora darai, ogni bene. Kyrie eleison!

Cattolici

Beato Roberto d'Arbrissel, sacerdote (1116).

Ortodossi e greco-cattolici

Memoria del nostro santo padre Tarasio, arcivescovo di Costantinopoli (806); Alessio, metropolita di Russia (1378); Procoro il Georgiano, monaco (1066).

Copti ed etiopici

Digiuno dei niniviti, primo giorno; Menna di al-Ašmūnayn, monaco e martire (VII sec.).

Luterani

Walburga, badessa (779).