

MARTEDÌ 23 FEBBRAIO

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 (CAMLADOLI)

*Tu, nuda radice divelta
dall'arido suolo riarso,
ci mostri il tuo volto segnato
dal lungo patir per amore.*

*Tu solo, Agnello innocente,
ti carichi il nostro dolore
e fai che in te ora divenga
fecondo per sempre di gloria.*

*Dal cuore di pietra dell'uomo
fa' scorrere un fiume di pianto,
perché, dalle colpe lavato,
ritorni un cuore di carne.*

*O Cristo, fratello che soffri,
accogli la lode perenne
di chi per te solo può dire
«Abbà!» nello Spirito santo. Amen.*

Salmo CF. SAL 118 (119)

Le tue mani mi hanno fatto
e plasmato:
fammi capire
e imparerò i tuoi comandi.
Quelli che ti temono
al vedermi avranno gioia,
perché spero nella tua parola.

Signore, io so
che i tuoi giudizi sono giusti
e con ragione mi hai umiliato.
Il tuo amore sia
la mia consolazione,
secondo la promessa
fatta al tuo servo.

Venga a me la tua misericordia
e io avrò vita,

perché la tua legge
è la mia delizia.
Si vergognino gli orgogliosi
che mi opprimono con menzogne:
io mediterò i tuoi precetti.
Si volgano a me

quelli che ti temono
e che conoscono
i tuoi insegnamenti.
Sia integro il mio cuore
nei tuoi decreti,
perché non debba vergognarmi.

Ripresa della Parola di Dio del giorno

«E non abbandonarci alla tentazione, ma liberaci dal male» (Mt 6,13).

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

Lode e intercessione

Rit.: **Resta con noi, Signore!**

- Quando il dubbio strazia la nostra fede e fa vacillare la speranza...
- Ogni volta che il rammarico avvelena il nostro cuore e lo chiude al perdono...
- Se ci manca il coraggio di lottare per amare sempre e comunque...

Padre nostro

Orazione (vedi Colletta)

LA MESSA

ANTIFONA D'INGRESSO SAL 89,1-2

Signore, tu sei stato per noi un rifugio
di generazione in generazione.
Tu sei, da sempre e per sempre.

COLLETTA

Volgi il tuo sguardo, o Signore, a questa tua famiglia, e fa' che, superando con la penitenza ogni forma di egoismo, risplenda ai tuoi occhi per il desiderio di te. Per il nostro Signore Gesù Cristo, tuo Figlio, che è Dio...

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

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.*

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 di ogni giorno in sacramento di salvezza eterna. Per Cristo nostro Signore.

Prefazio di Quaresima

pp. 314-316

ANTIFONA ALLA COMUNIONE

SAL 4,2

Quando t'invoco, rispondimi, Dio mia giustizia!
Nell'angoscia mi hai dato sollievo;
pietà di me, ascolta la mia preghiera.

DOPO LA COMUNIONE

Per la partecipazione ai tuoi misteri insegnaci, o Signore, a moderare i desideri terreni e ad amare i beni del cielo. Per Cristo nostro Signore.

ORAZIONE SUL POPOLO AD LIBITUM

Conferma i tuoi fedeli, o Dio, con la tua benedizione e sii per loro sollievo nel dolore, pazienza nella tribolazione, difesa nel pericolo. Per Cristo nostro Signore.

Convertire... in così

Il nostro cammino quaresimale ci chiede oggi di sostare sul mistero e il ministero della preghiera nella nostra vita di battezzati. La preghiera è una delle tre colonne dell'impegno quaresimale assieme al digiuno e alla carità verso i bisognosi. La liturgia ci fa leggere la parte di vangelo che era stata saltata nel giorno delle Ceneri, quasi per assicurare una concentrazione dell'attenzione del cuore sulla preghiera perché sia realmente un'espressione autentica del nostro essere discepoli. Il profeta Isaia ci rassicura: «Così sarà della mia parola uscita dalla mia bocca» (Is 55,11). Il Signore Gesù sembra ricordarci che il nostro cammino di discepolanza ci rende capaci di assumere la stessa divina possibilità. Per questo, nella preghiera del Signore, mentre preghiamo ci impegniamo in prima persona: «Rimetti a noi i nostri debiti come anche noi li rimettiamo ai nostri debitori» (Mt 6,11). L'invito del Signore a pregare «così» (6,9) non è semplicemente la consegna di una formula tra altre possibili, ma è la consegna di uno stile in cui la preghiera anima la vita come fosse un «seme» (Is 55,10) chiamato a sfamare ogni bisogno di attenzione che raggiunge in vertice della sua espressione nella capacità di perdono.

In una frase, potremmo dire che se preghiamo «così» come il Signore ci ha insegnato diventeremo capaci di vivere così come il

vangelo ci richiede. La preghiera evangelica non funziona «a forza di parole» (Mt 6,7), ma a forza di decisioni prese e attuate per essere sempre di più dei discepoli affidabili dell'unico Maestro e Signore della nostra vita. Attraverso la preghiera siamo introdotti nell'intimità con il Padre che non si accontenta di ascoltare le nostre preghiere, ma ci attira al suo cuore per conformarci al suo stile di misericordia, di accoglienza, di perdono. Mentre il nostro cuore si apre alla preghiera, riceviamo il pane della pietà e del perdono, senza il quale la vita non sarebbe possibile o, comunque, rischierebbe di rivelarsi invivibile o comunque meno gioiosa di quanto sarebbe possibile e auspicabile. La preghiera insegnataci dal Signore è un vero apprendistato dell'arte di vivere e una qualificata scuola di compassione. Un simile apprendistato passa attraverso la decisione di assumere la nostra povertà fino a integrare amorevolmente quella dei nostri fratelli e sorelle con cui condividiamo il cammino, talora così duro, dell'esistenza. La preghiera, lungi dall'essere una fuga oppiacea dalla realtà, diventa invece una scuola quotidiana di sapienza e di creativa carità. Questa scuola dura per tutta la vita ed è il lavoro interiore che ci sprona a salpare verso gli spazi sempre più ampi dell'esistenza, per non rimanere incagliati in porti tanto sicuri quanto mortiferi.

Per camminare e avanzare è necessario che, nella bisaccia del nostro cuore, non manchi mai il pane del perdono ricevuto e donato. Ecco perché la preghiera non solo continua, ma diventa

ancora più esigente per noi che la pronunciamo e per Dio che l'accoglie dal cielo della sua misericordia, senza mai voltarsi dall'altra parte.

Signore Gesù, insegnaci a pregare e non stancarti della nostra lentezza nell'apprendere, attraverso l'arte della preghiera, l'arte dell'amore. Il miracolo della vita che accogliamo e condividiamo ogni giorno sia sempre un dono da riconoscere, da coltivare, da condividere. Kyrie eleison!

Calendario ecumenico

Cattolici, ortodossi, anglicani e luterani

Policarpo di Smirne, vescovo e martire (155).

Copti ed etiopici

Elisabetta, madre di Giovanni Battista; Pafnuzio, monaco (IV sec.).