

Il domenica di Quaresima

DOMENICA 13 MARZO

Il settimana di Quaresima - Il 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 (CAMALDOLI)

*Ancora e sempre
sul monte di luce
Cristo ci guidi
perché comprendiamo
il suo mistero di Dio e di uomo,
umanità che si apre al divino.*

*Ora sappiamo
ch'è il Figlio diletto
in cui il Padre
si è compiaciuto;
ancor risuona la voce:*

*«Ascoltatelo!»,
perché egli solo
ha parole di vita.*

*In lui soltanto l'umana natura
trasfigurata*

*è in presenza divina,
in lui già ora
son giunti a pienezza
giorni e millenni
e leggi e profeti.*

*Andiamo dunque
al monte di luce,
liberi andiamo
da ogni possesso:
solo dal monte
possiamo diffondere
luce e speranza
per ogni fratello.*

Salmo CF. SAL 92 (93)

Il Signore regna,
si riveste di maestà:

si riveste il Signore,
si cinge di forza.
È stabile il mondo,
non potrà vacillare.
Stabile è il tuo trono
da sempre,
dall'eternità tu sei.

Davvero degni di fede
i tuoi insegnamenti!
La santità si addice
alla tua casa
per la durata dei giorni,
Signore.

Ripresa della Parola di Dio del giorno

La nostra cittadinanza infatti è nei cieli e di là aspettiamo come salvatore il Signore Gesù Cristo, il quale trasfigurerà il nostro misero corpo per conformarlo al suo corpo glorioso (*Fil 3,20-21*).

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

Lode e intercessione

Rit.: **Donaci, Signore, il coraggio dell'esodo.**

- Donaci, Signore, di uscire dalle nostre paure e delusioni, per ancorare il nostro cammino alla speranza.
- Donaci, Signore, di uscire dalle nostre pretese e recriminazioni, per assumere nella nostra vita il respiro dell'attesa e della fiducia.
- Donaci, Signore, di uscire dalla chiusura in noi stessi, nelle nostre famiglie e comunità; insegnaci la gioia degli incontri, dei dialoghi, dei confronti vitali.

Padre nostro

Orazione (vedi Colletta)

LA MESSA

ANTIFONA D'INGRESSO SAL 26,8-9

Il mio cuore ripete il tuo invito: «Cercate il mio volto!».
Il tuo volto, o Signore, io cerco, non nascondermi il tuo volto.

COLLETTA

O Padre, che ci chiami ad ascoltare il tuo amato Figlio, guidaci con la tua parola, perché purificati interiormente, possiamo godere la visione della tua gloria. Per il nostro Signore Gesù Cristo...

oppure

O Padre, che hai fatto risplendere la tua gloria sul volto del tuo Figlio in preghiera, donaci un cuore docile alla sua parola perché possiamo seguirlo sulla via della croce ed essere trasfigurati a immagine del suo corpo glorioso. Egli è Dio, e vive...

PRIMA LETTURA GEN 15,5-12.17-18

Dal libro della Genesi

In quei giorni, Dio ⁵condusse fuori Abram e gli disse: «Guarda in cielo e conta le stelle, se riesci a contarle» e soggiunse: «Tale sarà la tua discendenza». ⁶Egli credette al Signore, che glielo accreditò come giustizia.

⁷E gli disse: «Io sono il Signore, che ti ho fatto uscire da Ur dei Caldei per darti in possesso questa terra». ⁸Rispose: «Signore Dio, come potrò sapere che ne avrò il possesso?».

⁹Gli disse: «Prendimi una giovenca di tre anni, una capra di tre anni, un ariete di tre anni, una tortora e un colombo».

¹⁰Andò a prendere tutti questi animali, li divise in due e collocò ogni metà di fronte all'altra; non divise però gli uccelli.

¹¹Gli uccelli rapaci calarono su quei cadaveri, ma Abram li scacciò.

¹²Mentre il sole stava per tramontare, un torpore cadde su Abram, ed ecco terrore e grande oscurità lo assalirono.

¹⁷Quando, tramontato il sole, si era fatto buio fitto, ecco un braciere fumante e una fiaccola ardente passare in mezzo agli animali divisi. ¹⁸In quel giorno il Signore concluse quest'alleanza con Abram: «Alla tua discendenza io do questa terra, dal fiume d'Egitto al grande fiume, il fiume Eufrate». – *Parola di Dio.*

SALMO RESPONSORIALE 26 (27)

Rit. **Il Signore è mia luce e mia salvezza.**

¹Il Signore è mia luce e mia salvezza:
di chi avrò timore?

Il Signore è difesa della mia vita:
di chi avrò paura? **Rit.**

⁷Ascolta, Signore, la mia voce.

Io grido: abbi pietà di me, rispondimi!

⁸Il mio cuore ripete il tuo invito:

«Cercate il mio volto!».

Il tuo volto, Signore, io cerco. **Rit.**

⁹Non nascondermi il tuo volto,
non respingere con ira il tuo servo.

Sei tu il mio aiuto, non lasciarmi,

non abbandonarmi, Dio della mia salvezza. **Rit.**

¹³Sono certo di contemplare la bontà del Signore
nella terra dei viventi.

¹⁴Spera nel Signore, sii forte,

si rinsaldi il tuo cuore e spera nel Signore. **Rit.**

Rit. Il Signore è mia luce e mia salvezza.

SECONDA LETTURA FIL 3,17-4,1 (LETT. BREVE 3,20-4,1)

Dalla Lettera di san Paolo apostolo ai Filippési

[¹⁷Fratelli, fatevi insieme miei imitatori e guardate quelli che si comportano secondo l'esempio che avete in noi.

¹⁸Perché molti – ve l'ho già detto più volte e ora, con le lacrime agli occhi, ve lo ripeto – si comportano da nemici della croce di Cristo. ¹⁹La loro sorte finale sarà la perdizione, il ventre è il loro dio. Si vantano di ciò di cui dovrebbero vergognarsi e non pensano che alle cose della terra.]

²⁰La nostra cittadinanza infatti è nei cieli e di là aspettiamo come salvatore il Signore Gesù Cristo, ²⁵il quale trasfigurerà il nostro misero corpo per conformarlo al suo corpo glorioso, in virtù del potere che egli ha di sottomettere a sé tutte le cose. ⁴¹Perciò, fratelli miei carissimi e tanto desiderati, mia gioia e mia corona, rimanete in questo modo saldi nel Signore, carissimi! – *Parola di Dio.*

CANTO AL VANGELO 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 Lc 9,28B-36

✠ Dal Vangelo secondo Luca

In quel tempo, ²⁸Gesù prese con sé Pietro, Giovanni e Giacomo e salì sul monte a pregare. ²⁹Mentre pregava, il suo volto cambiò d'aspetto e la sua veste divenne candida e sfolgorante. ³⁰Ed ecco, due uomini conversavano con lui: erano Mosè ed Elìa, ³¹apparsi nella gloria, e parlavano del suo esodo, che stava per compiersi a Gerusalemme.

³²Pietro e i suoi compagni erano oppressi dal sonno; ma, quando si svegliarono, videro la sua gloria e i due uomini che stavano con lui.

³³Mentre questi si separavano da lui, Pietro disse a Gesù: «Maestro, è bello per noi essere qui. Facciamo tre capanne, una per te, una per Mosè e una per Elia». Egli non sapeva quello che diceva.

³⁴Mentre parlava così, venne una nube e li coprì con la sua ombra. All'entrare nella nube, ebbero paura. ³⁵E dalla nube uscì una voce, che diceva: «Questi è il Figlio mio, l'eletto; ascoltatelo!». ³⁶Appena la voce cessò, restò Gesù solo. Essi tacquero e in quei giorni non riferirono a nessuno ciò che avevano visto. – *Parola del Signore.*

Credo

p. 340

SULLE OFFERTE

Questa offerta, Padre 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 Signore nostro.

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

**Questi è il Figlio mio, l'amato:
in lui ho posto il mio compiacimento.
Ascoltate.**

DOPO LA COMUNIONE

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

ORAZIONE SUL POPOLO

Benedici sempre i tuoi fedeli, o Padre, perché, aderendo al Vangelo del tuo Figlio unigenito, possano desiderare e raggiungere la gloria manifestata agli apostoli in tutta la sua bellezza. Per Cristo nostro Signore.

PER LA RIFLESSIONE

Pretendere o attendere?

Dopo averci condotto nel deserto della tentazione, il cammino quaresimale ci fa ora salire sul Tabor, il monte della trasfigurazio-

ne. Riconosciamo in queste due tappe la sapienza di un cammino pedagogico. Nella prova, tentato dal diavolo, Gesù conferma la sua identità filiale, che ora torna a manifestarsi in modo luminoso nel suo corpo. La sua umanità trasfigurata rivela in questo modo la gloria del suo mistero personale, mentre la voce del Padre torna a proclamare la sua identità: «Questi è il Figlio mio, l'eletto; ascoltatelo!» (Lc 9,35). Viene così additato anche a noi quale debba essere il nostro itinerario verso la Pasqua. Attraverso un cammino nella prova, che diviene occasione propizia di discernimento in ordine a quali voci e parole vogliamo ascoltare – se quella di Dio o quella dell'avversario – la nostra vita viene trasfigurata, di modo che possiamo percepire rivolte pure a noi le parole che il Padre pronuncia per il Figlio. Con lui diventiamo «figli amati», in cui Dio si compiace.

San Paolo lo ricorda con decisione ai filippesi: Gesù Cristo «trasfigurerà il nostro misero corpo per conformarlo al suo corpo glorioso, in virtù del potere che egli ha di sottomettere a sé tutte le cose» (Fil 3,21). Per consentirgli di operare in noi questa trasformazione, dobbiamo riaffermare la nostra disponibilità a seguire Gesù nel deserto della prova, così da tornare a dire, oltre ogni dubbio o esitazione, di chi davvero vogliamo fidarci. C'è chi – insiste l'apostolo – si comporta da nemico «della croce di Cristo» (3,18). Egli presume di fondare la propria salvezza e la riuscita compiuta della propria esistenza su quanto pretenderebbe di realizzare, grazie a un'osservanza scrupolosa della Legge o

all'esecuzione fedele di alcune pratiche religiose. Invece, afferma Paolo, l'autentico credente vive un atteggiamento radicalmente diverso: non quello della «pretesa», ma quello dell'«attesa». I termini sono simili, in quanto costruiti sulla medesima radice verbale, preceduta però da una diversa preposizione, che fa la differenza. «Pretendere» deriva dal latino *prae-tendere*, letteralmente «tendere innanzi». È un atteggiamento che ci induce a mettere noi stessi davanti, non solo i propri diritti, che si rivendicano, o i propri desideri, che si vogliono esauditi, ma anche le proprie possibilità. Torna a riaffacciarsi la tentazione di confidare prima di tutto in se stessi. «Attendere» significa invece «tendere verso», rivolti a ciò che ancora non si possiede, né come diritto, né come capacità o possibilità. Se la pretesa ci chiude in noi stessi, al contrario l'attesa ci fa uscire, ci fa fare esodo. Il senso e il bene della nostra vita non è un nostro possesso, non è nelle nostre possibilità, ma lo attendiamo come dono da un Altro e da altrove.

Questa alternativa radicale è presente anche nel racconto di Luca. Pietro ritiene, illudendosi, di poter fare qualcosa per la gloria di Gesù: «Facciamo tre capanne» (Lc 9,33). Continua a confidare nella propria pretesa, in ciò che possiede o è in grado di realizzare. Dio stesso corregge questo atteggiamento facendo scendere sia su Gesù sia sui tre apostoli presenti sul Tabor la sua nube, che è la vera capanna di Dio, quella che soltanto lui può donare. E dalla nube esce una voce che sollecita ad ascoltare Gesù e a seguirlo. Ancora una volta si tratta, per Pietro e per gli altri, di fare

esodo da se stessi e dalle proprie certezze, per lasciarsi guidare da una Parola che ci conduce dove vuole.

Un altro esodo necessario è quello che deve vivere Abram nella prima lettura. Per lui non si tratta di uscire dalle proprie pretese, quanto dalla propria delusione e mancanza di speranza. Il figlio atteso tarda a giungere e Abram inizia a disperare della promessa di Dio. Ancora una volta Dio lo invita a un esodo: lo conduce fuori e lo sollecita ad alzare lo sguardo. Anziché rimanere chiuso in se stesso e nella propria frustrazione, Abram deve alzare gli occhi in alto, per riconoscere che la nostra vita, e i suoi stessi desideri, sono custoditi da un mistero più grande, che non possiamo dominare, come le stelle del cielo, e di cui dobbiamo piuttosto fidarci, con sereno abbandono.

Padre santo, tu conosci il nostro corpo di miseria, i nostri sentimenti gretti e angusti, le nostre disperazioni e smarrimenti. Trasfigura tutto ciò che siamo e donaci uno sguardo capace di orientare i nostri passi, anche nella notte, grazie alla luce gloriosa che è il tuo Figlio Gesù, in mezzo a noi. Donaci la forza di alzare lo sguardo in alto, e di credere nelle tue promesse.

Calendario ecumenico

Cattolici

Cristina, martire (559).

Ortodossi e greco-cattolici

Traslazione delle reliquie di Niceforo, patriarca (847).

Copti ed etiopici

Concilio di Djazirah Beni 'Omr (II sec.); Esichio il Palatino, martire (303).

Luterani

Georg von Ghese, testimone (1559).