

MARTEDÌ 29 MARZO

IV settimana di Quaresima - IV 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 (FRATTOCCHIE)

*Oh, sorgi tu che dormi,
ridestati dai morti;
è Cristo la tua luce.
Già viene il giorno pieno,
fiorisce l'universo,
in una pace immensa.
Ma l'uomo umilmente
prostrato innanzi a Dio,
conosca le sue colpe,
e sappia d'esser nulla,
e della terra polvere
che il vento ovunque porta.
Contrito sia il suo cuore,
fiducia nuova ponga
nella bontà di Dio.
A te sia gloria piena,*

*o Trinità beato,
unico e sommo Dio.*

Salmo CF. SAL 62 (63)

O Dio, tu sei il mio Dio,
dall'aurora io ti cerco,
ha sete di te l'anima mia,
desidera te la mia carne
in terra arida,
assetata, senza acqua.
Così nel santuario
ti ho contemplato,
guardando
la tua potenza e la tua gloria.
Poiché il tuo amore
vale più della vita,
le mie labbra
canteranno la tua lode.

Così ti benedirò
per tutta la vita:
nel tuo nome
alzerò le mie mani.

Come saziato
da cibi migliori,
con le labbra gioiose
ti loderà la mia bocca.

Ripresa della Parola di Dio del giorno

Vedendolo giacere e sapendo che da molto tempo era così, gli disse: «Vuoi guarire?» [...]. Gesù gli disse: «Alzati, predi la tua barella e cammina» (*Gv 5,6.8*).

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

Lode e intercessione

Rit.: **O Cristo, guarisci le nostre ferite!**

- Tu solo puoi guarirci dalle ferite che generano in noi morte: donaci l'acqua del tuo Spirito perché scorra sempre in noi la tua vita.
- Tu solo puoi purificare il nostro cuore dal peccato: donaci il fuoco del tuo Spirito perché arda in noi la tua stessa compassione.
- Tu solo puoi aiutarci a portare i pesi di ogni giorno: donaci l'olio del tuo Spirito perché sappiamo scoprire, nelle fatiche, la tua consolazione e la tua pace.

Padre nostro

Orazione (vedi Colletta)

LA MESSA

ANTIFONA D'INGRESSO Is 55,1

O voi tutti assetati, venite all'acqua;
voi che non avete denaro, venite e dissetatevi con gioia.

COLLETTA

Dio fedele e misericordioso, questo tempo di penitenza e di preghiera disponga i cuori dei tuoi fedeli ad accogliere degnamente il mistero pasquale e a proclamare il lieto annuncio della tua salvezza. Per il nostro Signore Gesù Cristo...

PRIMA LETTURA Ez 47,1-9.12

Dal libro del profeta Ezechièle

In quei giorni [l'angelo] ¹mi condusse all'ingresso del tempio [del Signore] e vidi che sotto la soglia del tempio usciva acqua verso oriente, poiché la facciata del tempio era verso oriente. Quell'acqua scendeva sotto il lato destro del tempio, dalla parte meridionale dell'altare. ²Mi condusse fuori dalla porta settentrionale e mi fece girare all'esterno, fino alla porta esterna rivolta a oriente, e vidi che l'acqua scaturiva dal lato destro. ³Quell'uomo avanzò verso oriente e con una cordicella in mano misurò mille cùbiti, poi mi fece

attraversare quell'acqua: mi giungeva alla caviglia. ⁴Misurò altri mille cùbiti, poi mi fece attraversare quell'acqua: mi giungeva al ginocchio. Misurò altri mille cùbiti, poi mi fece attraversare l'acqua: mi giungeva ai fianchi. ⁵Ne misurò altri mille: era un torrente che non potevo attraversare, perché le acque erano cresciute; erano acque navigabili, un torrente che non si poteva passare a guado. ⁶Allora egli mi disse: «Hai visto, figlio dell'uomo?». Poi mi fece ritornare sulla sponda del torrente; ⁷voltandomi, vidi che sulla sponda del torrente vi era una grandissima quantità di alberi da una parte e dall'altra. ⁸Mi disse: «Queste acque scorrono verso la regione orientale, scendono nell'Aràba ed entrano nel mare: sfociate nel mare, ne risanano le acque. ⁹Ogni essere vivente che si muove dovunque arriva il torrente, vivrà: il pesce vi sarà abbondantissimo, perché dove giungono quelle acque, risanano, e là dove giungerà il torrente tutto rivivrà.

¹²Lungo il torrente, su una riva e sull'altra, crescerà ogni sorta di alberi da frutto, le cui foglie non appassiranno: i loro frutti non cesseranno e ogni mese matureranno, perché le loro acque sgorgano dal santuario. I loro frutti serviranno come cibo e le foglie come medicina».

– *Parola di Dio.*

SALMO RESPONSORIALE 45 (46)

Rit. Dio è per noi rifugio e forza.

oppure: Con la tua presenza salvaci, Signore.

²Dio è per noi rifugio e forza,
aiuto infallibile si è mostrato nelle angosce.

³Perciò non temiamo se trema la terra,
se vacillano i monti nel fondo del mare. **Rit.**

⁵Un fiume e i suoi canali rallegrano la città di Dio,
la più santa delle dimore dell'Altissimo.

⁶Dio è in mezzo ad essa: non potrà vacillare.
Dio la soccorre allo spuntare dell'alba. **Rit.**

⁸Il Signore degli eserciti è con noi,
nostro baluardo è il Dio di Giacobbe.

⁹Venite, vedete le opere del Signore,
egli ha fatto cose tremende sulla terra. **Rit.**

CANTO AL VANGELO SAL 50,12A.14A

Gloria e lode a te, o Cristo, Verbo di Dio!

Crea in me, o Dio un cuore puro;
rendimi la gioia della tua salvezza.

Gloria e lode a te, o Cristo, Verbo di Dio!

VANGELO Gv 5,1-16

✠ Dal Vangelo secondo Giovanni

¹Ricorreva una festa dei Giudei e Gesù salì a Gerusalemme. ²A Gerusalemme, presso la porta delle Pecore, vi è una piscina, chiamata in ebraico Betzàtā, con cinque portici, ³sotto i quali giaceva un grande numero di infermi, ciechi, zoppi e paralitici. [⁴]

⁵Si trovava lì un uomo che da trentotto anni era malato.

⁶Gesù, vedendolo giacere e sapendo che da molto tempo era così, gli disse: «Vuoi guarire?». ⁷Gli rispose il malato: «Signore, non ho nessuno che mi immerga nella piscina quando l'acqua si agita. Mentre infatti sto per andarvi, un altro scende prima di me». ⁸Gesù gli disse: «Alzati, prendi la tua barella e cammina». ⁹E all'istante quell'uomo guarì: prese la sua barella e cominciò a camminare.

Quel giorno però era un sabato. ¹⁰Dissero dunque i Giudei all'uomo che era stato guarito: «È sabato e non ti è lecito portare la tua barella». ¹¹Ma egli rispose loro: «Colui che mi ha guarito mi ha detto: "Prendi la tua barella e cammina"». ¹²Gli domandarono allora: «Chi è l'uomo che ti ha detto: "Prendi e cammina"?». ¹³Ma colui che era stato guarito non sapeva chi fosse; Gesù infatti si era allontanato perché vi era folla in quel luogo.

¹⁴Poco dopo Gesù lo trovò nel tempio e gli disse: «Ecco: sei guarito! Non peccare più, perché non ti accada qualcosa di

peggio». ¹⁵Quell'uomo se ne andò e riferì ai Giudei che era stato Gesù a guarirlo. ¹⁶Per questo i Giudei perseguitavano Gesù, perché faceva tali cose di sabato. – *Parola del Signore.*

SULLE OFFERTE

Ti offriamo, o Signore, i doni che ci hai dato a sostegno della nostra vita mortale perché diventino per noi farmaco di eternità. Per Cristo nostro Signore.

Prefazio di Quaresima

pp. 342-343

ANTIFONA ALLA COMUNIONE SAL 22,1-2

**Il Signore è il mio pastore: non manco di nulla.
Su pascoli erbosi mi fa riposare, ad acque tranquille mi conduce.**

DOPO LA COMUNIONE

Purifica, o Signore, il nostro spirito e rinnovalo con questo sacramento di salvezza, perché anche il nostro corpo mortale riceva un germe di risurrezione e di vita nuova. Per Cristo nostro Signore.

ORAZIONE SUL POPOLO AD LIBITUM

Concedi, Dio misericordioso, che il tuo popolo viva sempre nell'adesione piena alla tua volontà e ottenga incessantemente il sostegno della tua clemenza. Per Cristo nostro Signore.

PER LA RIFLESSIONE

Alzati e cammina!

Il deserto arido in cui non cresce la vita e il fiume ricco di acque che rende feconda la terra sono due simboli che, nel linguaggio biblico, esprimono l'esperienza del popolo di Israele nella sua relazione con Dio. Solo chi ha attraversato il deserto vuoto e inospitale, simbolo di morte e luogo di tentazione, e ne conosce tutte le insidie, può desiderare di immergersi e rinfrescarsi nelle acque di un fiume e, attraverso di esse, sentire scorrere ancora in sé la vita. Nella visione del profeta Ezechiele, questo fiume dalle acque abbondanti che si riversa nel mare sembra cancellare ogni traccia di deserto, risanare e dare vita a tutto ciò che incontra. Sulle sponde di questo fiume c'è «una grandissima quantità di alberi da una parte e dall'altra»; anzi, alberi «le cui foglie non appassiranno: i loro frutti non cesseranno [...] serviranno come cibo e le foglie come medicina» (Ez 47,7.12). Gli occhi del profeta sono orientati a contemplare una terra non più segnata dalla solitudine e dal vuoto, non più ferita dalla sofferenza e dalla morte, ma una terra in cui «tutto rivivrà» (47,11). Ed è l'acqua che sgorga dal Tempio di Dio, simbolo della fecondità dello Spirito, a ridare forza e vita a un mondo seminato dalla morte e dalle sue conseguenze, a risanare le piaghe che segnano l'umanità, a far crescere frutti abbondanti che danno gioia e bellezza a una terra abbruttita dalla violenza dell'uomo. Quello che il profeta ci

racconta è un sogno, certo, ma profondamente vero. E la verità che ci dice è questa: lì dove il Signore giunge con la sua Parola carica della promessa di vita e della forza dello Spirito, allora tutto può essere fecondato, tutto davvero rivive.

L'irrompere di questo fiume di vita nell'esistenza dell'uomo ha un volto: non è più una visione contemplata da lontano, ma una presenza che condivide la storia dell'uomo e la inonda con la sua compassione. È il volto di Gesù che, in mezzo a una folla di gente che spera di poter guarire immergendosi nelle acque salutarie di una piscina, fissa i suoi occhi su un malato e «vedendolo giacere e sapendo che da molto tempo era così, gli disse: "Vuoi guarire?"» (Gv 5,6). L'acqua che dona la vita sgorga dalle labbra di Gesù ed è la sua parola che chiama e salva: «Alzati, prendi la tua barella e cammina» (5,8). L'uomo sente la sua solitudine, la sua impossibilità a salvarsi: quel malato di cui ci parla il racconto di Giovanni non aveva nessuno che lo aiutasse a scendere nella piscina (cf. 5,7). Ma quando incontra Gesù non deve cercare altrove vie di salvezza. Però deve rispondere alla domanda che Gesù gli rivolge: «Vuoi guarire?». Di fronte a questa domanda, la cui risposta sembra ovvia, c'è una scelta da fare: verificare se è presente un autentico desiderio di salvezza e se si accetta di fare un cammino con Gesù. Non basta essere guariti: bisogna avere il coraggio di prendere su di sé la propria «barella» e, soprattutto, camminare. Il passaggio dalla guarigione alla salvezza è proprio questo: assumere sui di sé la consapevolezza di quella compas-

sione con cui Dio ha risanato le nostre ferite e renderla cammino concreto, vita. Incontrando Gesù nel tempio, l'uomo guarito può finalmente conoscere colui che lo ha risanato. E Gesù gli dice: «Ecco: sei guarito! Non peccare più, perché non ti accada qualcosa di peggio» (5,14). La responsabilità della guarigione è una vita nell'armonia, nella pace, nella consapevolezza dell'incontro con il Signore; una vita che cammina con Gesù. Non basta essere guariti, ma vivere da salvati!

Quando facciamo fatica a riprendere il cammino, quando il peccato rende pesante la nostra vita, donaci la gioia, o Signore, di udire la tua voce che risuona nel nostro cuore e che ci assicura del tuo perdono. Pronuncia anche per noi quella parola di salvezza che un giorno hai rivolto al paralitico: «Alzati, prendi la tua barella e cammina». Amen!

Calendario ecumenico

Ortodossi e greco-cattolici

Marco, vescovo, Cirillo, diacono, e compagni, martiri; Giona, Barachisio e compagni di Persia, martiri (ca. 327).

Copti ed etiopici

Michele III, patriarca (899).

Luterani

Hans Nielsen Hauge, testimone della fede in Norvegia (1824).