

S. Damaso I, papa (memoria facoltativa)

**MERCOLEDÌ 11 DICEMBRE**

Il settimana di Avvento - Il settimana del salterio

## LA PREGHIERA

### Introduzione

O Dio vieni a salvarmi. Signore vieni presto in mio aiuto.  
Gloria al Padre e al Figlio e allo Spirito Santo. Come era nel principio, e ora e sempre nei secoli dei secoli. Amen. Alleluia.

**Inno** (TUROLDO)

*Sei delle cose  
l'attesa e il gemito,  
sei di salvezza  
la sola speranza,  
o vero volto eterno dell'uomo,  
l'invocazione del mondo ascolta!*

*Sei dello Spirito  
luce e splendore,  
del nostro Padre  
il Figlio amato:  
or fa' di noi il tuo corpo vivente,  
umanità finalmente riuscita!*

*Noi ti preghiamo  
di nascere sempre,  
che tu fiorisca  
nel nostro deserto,*

*che prenda carne  
in questa tua chiesa:  
come dalla Vergine.*

**Salmo** CF. SAL 73 (74)

Perché ritiri la tua mano, o Dio,  
e trattieni in seno la tua destra?

Eppure Dio è nostro re  
dai tempi antichi,  
ha operato la salvezza  
nella nostra terra.

Tuo è il giorno e tua è la notte,  
tu hai fissato la luna e il sole;

tu hai stabilito  
i confini della terra,  
l'estate e l'inverno  
tu li hai plasmati.

Non abbandonare ai rapaci  
la vita della tua tortora,

non dimenticare per sempre  
la vita dei tuoi poveri.

## Ripresa della Parola di Dio del giorno

«Venite a me, voi tutti che siete stanchi e oppressi, e io vi darò ristoro» (*Mt 11,28*).

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

## Lode e intercessione

**Rit.: Emmanuele, vieni a salvarci!**

- Signore, noi ti preghiamo per la creazione intera, ascolta il gemito che fa salire verso di te, rispondi al cielo e il cielo risponda alla terra: ti acclamerà Creatore buono.
- Signore, noi ti preghiamo per la nostra comunità, donale sempre il tuo amore e la tua protezione: ti confesserà «mio Sposo» per sempre.
- Signore, noi ti preghiamo per tutti gli uomini e le donne della terra: dona loro il tuo vino nuovo e l'olio della gioia: ti riconosceranno Signore della vita!

## Padre nostro

**Orazione** (vedi Colletta)

## LA MESSA

### **ANTIFONA D'INGRESSO** CF. AB 2,3; 1COR 4,5

Il Signore viene, non tarderà:  
metterà in luce i segreti delle tenebre  
e si rivelerà a tutte le genti.

### **COLLETTA**

Dio onnipotente, che ci comandi di preparare la via a Cristo Signore, donaci, nella tua benevolenza, di non lasciarci abbattere dalle nostre debolezze, mentre attendiamo la consolante presenza del medico celeste. Per il nostro Signore Gesù Cristo...

### **PRIMA LETTURA** IS 40,25-31

Dal libro del profeta Isaìa

<sup>25</sup>«A chi potreste paragonarmi, quasi che io gli sia pari?» dice il Santo. <sup>26</sup>Levate in alto i vostri occhi e guardate: chi ha creato tali cose? Egli fa uscire in numero preciso il loro esercito e le chiama tutte per nome; per la sua onnipotenza e il vigore della sua forza non ne manca alcuna.

<sup>27</sup>Perché dici, Giacobbe, e tu, Israele, ripeti: «La mia via è nascosta al Signore e il mio diritto è trascurato dal mio Dio?»

<sup>28</sup>Non lo sai forse? Non l'hai udito? Dio eterno è il Signore, che ha creato i confini della terra.

Egli non si affatica né si stanca, la sua intelligenza è inscrutabile.

<sup>29</sup>Egli dà forza allo stanco e moltiplica il vigore allo spossato.

<sup>30</sup>Anche i giovani faticano e si stancano, gli adulti inciampano e cadono; <sup>31</sup>ma quanti sperano nel Signore riacquistano forza, mettono ali come aquile, corrono senza affannarsi, camminano senza stancarsi. – *Parola di Dio.*

## **SALMO RESPONSORIALE** 102 (103)

**Rit. Benedici il Signore, anima mia.**

<sup>1</sup>Benedici il Signore, anima mia,  
quanto è in me benedica il suo santo nome.

<sup>2</sup>Benedici il Signore, anima mia,  
non dimenticare tutti i suoi benefici. **Rit.**

<sup>3</sup>Egli perdona tutte le tue colpe,  
guarisce tutte le tue infermità,  
<sup>4</sup>salva dalla fossa la tua vita,  
ti circonda di bontà e misericordia. **Rit.**

<sup>8</sup>Misericordioso e pietoso è il Signore,  
lento all'ira e grande nell'amore.

<sup>10</sup>Non ci tratta secondo i nostri peccati  
e non ci ripaga secondo le nostre colpe. **Rit.**

## **CANTO AL VANGELO**

Alleluia, alleluia.

Ecco, viene il Signore a salvare il suo popolo:  
beati coloro che sono preparati all'incontro.

Alleluia, alleluia.

## **VANGELO** MT 11,28-30

Dal Vangelo secondo Matteo

In quel tempo, Gesù disse: <sup>28</sup>«Venite a me, voi tutti che siete stanchi e oppressi, e io vi darò ristoro. <sup>29</sup>Prendete il mio giogo sopra di voi e imparate da me, che sono mite e umile di cuore, e troverete ristoro per la vostra vita. <sup>30</sup>Il mio giogo infatti è dolce e il mio peso leggero». – *Parola del Signore.*

## **SULLE OFFERTE**

Sempre si rinnovi, o Signore, l'offerta di questo sacrificio che attua il santo mistero da te istituito, e con la sua divina potenza renda efficace in noi l'opera della salvezza. Per Cristo nostro Signore.

*Prefazio dell'Avvento I oppure I/A*

**p. 322**

## **ANTIFONA ALLA COMUNIONE** CF. IS 40,10; 35,5

Ecco, il Signore nostro viene con potenza,  
perché si aprano gli occhi dei suoi servi.

## **DOPO LA COMUNIONE**

Imploriamo, o Signore, la tua misericordia: la forza divina di questo sacramento ci purifichi dal peccato e ci prepari alle feste del Natale. Per Cristo nostro Signore.

---

### **PER LA RIFLESSIONE**

#### **Il ristoro della nostra vita**

La profezia di Isaia, nella prima lettura, è una parola di incoraggiamento e di conforto ai fedeli che si sentono abbandonati dal Signore: «Perché dici, Giacobbe, e tu, Israele, ripeti: “La mia via è nascosta al Signore e il mio diritto è trascurato dal mio Dio”?» (Is 40,27). L’annuncio del profeta ricorda che il Signore dà forza a chi è stanco: il Santo, il Creatore, l’Onnipotente non si dimentica di nessuno dei suoi figli, ma viene a comunicarci la sua forza, rinvigorendo chi è debole e confortando chi è stanco e abbattuto. Nella pagina evangelica, di fronte allo scacco della sua predicazione in alcune città della Galilea, nelle quali pure ha predicato e operato segni prodigiosi (cf. Mt 11,16-24), Gesù non si scoraggia ma rinnova la sua fiduciosa lode al Padre, e chiama a sé coloro che sono stanchi e oppressi dalla tristezza, dalla sofferenza, dal peccato. Solo in una intimità personalissima con il Padre, Gesù

che è il Figlio può assumere questo sguardo di fede sulla realtà. Ed è proprio a partecipare a questa intimità che Gesù invita i suoi discepoli: «Venite a me, voi tutti...» (Mt 11,28). Gesù si esprime con parole di grande consolazione, che costituiscono un appello ad aderire con fiducia a lui: «Venite a me, voi tutti che siete stanchi e oppressi, e io vi darò ristoro. Prendete il mio giogo sopra di voi e imparate da me, che sono mite e umile di cuore, e troverete ristoro per la vostra vita» (vv. 28-29).

Al tempo di Gesù i rabbini paragonavano la Legge di Dio a un giogo da portare, riferendosi alla responsabilità affidata a quanti entravano in alleanza con Dio. Tale giogo era progressivamente diventato sempre più gravoso a causa di interpretazioni rigoriste fornite dalle guide religiose di Israele: i precetti, donati da Dio per l'autentica libertà dell'uomo, si erano trasformati in pesanti fardelli imposti da scribi e farisei sulle spalle della gente (cf. Mt 23,2). Anche Gesù si presenta a quanti lo ascoltano come maestro e guida (cf. Mt 23,10), ma un maestro ben diverso, che interpreta la Legge con la sua vita, facendone una fonte di libertà: egli è mite e paziente con i discepoli, è rispettoso di chi gli sta di fronte, è privo di ogni arroganza, non condanna i peccatori, è umile di cuore. È la forza di questa mitezza che rende Gesù capace di dare conforto e pace a quanti si sentono stanchi e oppressi, a quanti si sono smarriti in sentieri tortuosi. Gesù innalza la sua lode al Padre, dimostrandosi maestro mite, una mitezza non passiva, non fragile, non sottomessa, ma una mitezza che manifesta tutta la

sua forza di libertà, forza di discernimento, forza di saldezza. È la forza di questa mitezza che rende il giogo di Gesù, la parola di Dio fatta persona, dolce e leggero. Ed è assumendo la sua mitezza che ognuno di noi può vivere già ora la beatitudine da lui promessa: «Beati i miti, perché avranno in eredità la terra» (Mt 5,5; Sal 36[37],11), cioè la terra dei viventi, il regno dei cieli.

*Dio nostro Padre, noi ti benediciamo e ti lodiamo per la mitezza e l'umiltà di Gesù: prendendo su di noi la dolcezza del suo giogo troviamo ristoro per le nostre vite.*

## Calendario ecumenico

### **Cattolici**

Damaso I, papa (384).

### **Ortodossi e greco-cattolici**

Daniele lo Stilita, monaco (493).

### **Copti ed etiopici**

Abba Or, monaco (IV sec.); Anania, Azaria e Misaele (VI sec. a.C.).

### **Luterani**

Lars Olsen Skrelsrud, missionario (1910).

## Calendario interreligioso

### **Induismo**

Gita Jayanthi. Celebrazione in onore del poema religioso Bhagavad Gita. In tale occasione si recitano i versi sacri di questo testo antico indù dall'elevato valore spirituale e filosofico.