



messa meditazione domenicale

IL VANGELO: VITA NELLA TUA VITA

Antifona d'ingresso

Sal 90,15-16

Mi invocherà e io gli darò risposta; nell'angoscia io sarò con lui, lo libererò e lo renderò glorioso. Lo sazierò di lunghi giorni e gli farò vedere la mia salvezza.

Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo. **Amen.**

Il Signore sia con voi. **E con il tuo spirito.**

Atto penitenziale

All'inizio della Quaresima impegniamoci ad aprire il nostro cuore alla conversione e alla riconciliazione con Dio. Consapevoli delle nostre mancanze e debolezze, riconosciamoci peccatori davanti a Lui, invocando la sua misericordia.

Breve pausa di silenzio.

Signore, offeso dai nostri peccati e dalle nostre ingratitudini, *Kýrie, eléison.*

Kýrie, eléison.

Cristo, che ci hai insegnato a vincere ogni tentazione, *Christe, eléison.*

Christe, eléison.

Signore, che hai fatto sovrabbondare la grazia sul peccato, *Kýrie, eléison.*

Kýrie, eléison.

Dio onnipotente abbia misericordia di noi, perdoni i nostri peccati e ci conduca alla vita eterna. **Amen.**

Non si dice il Gloria.

Colletta

O Dio, nostro Padre, con la celebrazione di questa Quaresima, segno sacramentale della nostra conversione, concedi a noi tuoi fede-

li di crescere nella conoscenza del mistero di Cristo e di testimoniare con una degna condotta di vita. Per il nostro Signore... **Amen.**

Oppure [Anno C]: Signore misericordioso, che sempre ascolti la preghiera del tuo popolo, tendi verso di noi la tua mano, perché, nutriti con il pane della Parola e fortificati dallo Spirito, vinciamo le seduzioni del maligno. Per il nostro Signore... **Amen.**

LITURGIA DELLA PAROLA

Prima lettura

Dt 26,4-10

Professione di fede del popolo eletto.

Dal libro del Deuteronomio.

Mosè parlò al popolo e disse: «⁴Il sacerdote prenderà la cesta dalle tue mani e la deporrà davanti all'altare del Signore, tuo Dio, ⁵e tu pronuncerai queste parole davanti al Signore, tuo Dio: "Mio padre era un Aramèo errante; scese in Egitto, vi stette come un forestiero con poca gente e vi diventò una nazione grande, forte e numerosa. ⁶Gli Egiziani ci maltrattarono, ci umiliarono e ci imposero una dura schiavitù. ⁷Allora gridammo al Signore, al Dio dei nostri padri, e il Signore ascoltò la nostra voce, vide la nostra umiliazione, la nostra miseria e la nostra oppressione; ⁸il Signore ci fece uscire dall'Egitto con mano potente e con braccio teso, spargendo terrore e operando segni e prodigi. ⁹Ci condusse in questo luogo e ci diede questa terra, dove scorrono latte e miele. ¹⁰Ora, ecco, io presento le primizie dei frutti del suolo che tu, Signore, mi hai dato". Le deporrai davanti al Signore, tuo Dio, e ti prostrerai davanti al Signore, tuo Dio».

Parola di Dio.

Rendiamo grazie a Dio.

Salmo responsoriale

dal Salmo 90

R/. Resta con noi, Signore, nell'ora della prova.

Musical notation for the responsory. It consists of two staves of music in G minor, 2/4 time. The first staff starts with a treble clef and a key signature of two flats. The melody is: G4 (SOL-), A4, Bb4, C5, Bb4, A4, G4. The second staff continues: F4 (DO -), E4, D4, C4, Bb3, A3, G3 (SOL -). The piece ends with a double bar line.

Chi abita al riparo dell'Altissimo / passerà la notte all'ombra dell'Onnipotente. / Io dico al Signore: «Mio rifugio e mia fortezza, / mio Dio in cui confido». **R/.**

Non ti potrà colpire la sventura, / nessun colpo cadrà sulla tua tenda. / Egli per te darà ordine ai suoi angeli / di custodirti in tutte le tue vie. **R/.**

Sulle mani essi ti porteranno, / perché il tuo piede non inciampi nella pietra. / Calpesterai leoni e vipere, / schiacterai leoncelli e draghi. **R/.**

«Lo libererò, perché a me si è legato, / lo porrò al sicuro, perché ha conosciuto il mio nome. / Mi invocherà e io gli darò risposta; / nell'angoscia io sarò con lui, / lo libererò e lo renderò glorioso». **R/.**

Seconda lettura

Rm 10,8-13

Professione di fede di chi crede in Cristo.

Dalla lettera di san Paolo apostolo ai Romani.

Fratelli, ⁸che cosa dice [Mosè]? «Vicino a te è la Parola, sulla tua bocca e nel tuo cuore», cioè la parola della fede che noi predichiamo. ⁹Perché se con la tua bocca proclamerai: «Gesù è il Signore!», e con il tuo cuore crederai che Dio lo ha risuscitato dai morti, sarai salvo. ¹⁰Con il cuore infatti si crede per ottenere la giustizia, e con la bocca si fa la professione di fede per avere la salvezza. ¹¹Dice infatti la Scrittura: «Chiunque crede in lui non sarà deluso». ¹²Poiché non c'è distinzione fra Giudeo e Greco, dato che lui stesso è il Signore di tutti, ricco verso tutti quelli che lo invocano. ¹³Infatti: «Chiunque invocherà il nome del Signore sarà salvato».

Parola di Dio.

Rendiamo grazie a Dio.

Canto al Vangelo

Mt 4,4

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

Lc 4,1-13

Gesù fu guidato dallo Spirito nel deserto e tentato dal diavolo.

✠ **Dal Vangelo secondo Luca.**

In quel tempo, ¹Gesù, pieno di Spirito Santo, si allontanò dal Giordano ed era guidato dallo Spirito nel deserto, ²per quaranta giorni, tentato dal diavolo. Non mangiò nulla in quei giorni, ma quando furono terminati, ebbe fame. ³Allora il diavolo gli disse: «Se tu sei Figlio di Dio, di' a questa pietra che diventi pane». ⁴Gesù gli rispose: «Sta scritto: "Non di solo pane vivrà l'uomo"». ⁵Il diavolo lo condusse in alto, gli mostrò in un istante tutti i regni della terra ⁶e gli disse: «Ti darò tutto questo potere e la loro gloria, perché a me è stata data e io la do a chi voglio. ⁷Per ciò, se ti prostrerai in adorazione dinanzi a me, tutto sarà tuo». ⁸Gesù gli rispose: «Sta scritto: "Il Signore, Dio tuo, adorerai: a lui solo renderai culto"». ⁹Lo condusse a Gerusalemme, lo pose sul punto più alto del tempio e gli disse: «Se tu sei Figlio di Dio, gettati giù di qui; ¹⁰sta scritto infatti: "Ai suoi angeli darà ordini a tuo riguardo affinché essi ti custodiscano"; ¹¹e anche: "Essi ti porteranno sulle loro mani perché il tuo piede non inciampi in una pietra"». ¹²Gesù gli rispose: «È stato detto: "Non metterai alla prova il Signore Dio tuo"». ¹³Dopo aver esaurito ogni tentazione, il diavolo si allontanò da lui fino al momento fissato.

Parola del Signore.

Lode a te, o Cristo.

Professione di fede [Simbolo degli Apostoli]

Io credo in Dio Padre onnipotente, creatore del cielo e della terra; **e in Gesù Cristo, suo unico Figlio, nostro Signore**, [si china il capo] il quale fu concepito di Spirito Santo, **nacque da Maria Vergine**, patì sotto Ponzio Pilato, **fu crocifisso, morì e fu sepolto**; discese agli inferi; **il terzo giorno risuscitò da morte**; salì al cielo, **siede alla destra di Dio Padre onnipotente**; di là verrà a giudicare i vivi e i morti. **Credo nello Spirito Santo**, la santa Chiesa cattolica, **la comunione dei santi**, la remissione dei peccati, **la risurrezione della carne**, la vita eterna. **Amen.**

Preghiera dei fedeli

Fratelli e sorelle, la Parola ascoltata ci ha annunciato la grande misericordia di Dio. Richiamando alla nostra mente quanto di buono e di bello Egli ci ha donato nella vita passata, eleviamo a Lui la nostra preghiera, perché possiamo proiettarci nella vita futura fortificati dalla sua Parola per vincere il male con il bene.

Preghiamo insieme e diciamo:

R/. Padre misericordioso, sostieni il nostro cammino di conversione.

1. Per i Pastori della Chiesa, perché possano fare eco alla Parola liberatrice del Signore nel ministero dell'evangelizzazione, proteso ad annientare ogni nuova schiavitù che blocca la crescita umana e spirituale dei cristiani. Noi ti preghiamo. **R/.**
2. Per le autorità civili, perché libere dalla schiavitù dell'apparire, dell'avere e del potere, amministrino con generosità il bene comune: tutti siano integrati nella vita sociale, le relazioni umane liberate da ogni interesse egoistico, e si costruisca la civiltà della solidarietà. Noi ti preghiamo. **R/.**
3. Per coloro che soffrono la malattia e ogni forma di fragilità fisica ed interiore, perché attraverso la vicinanza solidale dei cristiani, siano incoraggiati nel credere che Dio non fa mancare il suo sostegno nella loro debolezza, e nella fiducia di una futura liberazione aperta alla gratitudine e alla lode. Noi ti preghiamo. **R/.**
4. Per la nostra assemblea liturgica, nutrita da ogni Parola che esce dalla bocca di Dio, perché cresca nel desiderio di approfondire i contenuti della fede, nella ricerca della verità del Vangelo, e nella consapevolezza della propria dignità battesimale. Noi ti preghiamo. **R/.**

Padre buono e misericordioso, donaci la forza di imitare il tuo Figlio Gesù. Per mezzo di Lui giunga al tuo cuore paterno la nostra supplica dalla quale attendere una rinnovata effusione dello Spirito, necessaria per portare a compimento il cammino quaresimale. Per Cristo nostro Signore. **Amen.**

LITURGIA EUCARISTICA

Preghiera sulle offerte

Si rinnovi, o Signore, la nostra vita e con il tuo aiuto si ispiri sempre più al sacrificio che

santifica l'inizio della Quaresima, tempo favorevole per la nostra salvezza. Per Cristo nostro Signore. **Amen.**

Antifona alla comunione

Lc 4,8

Il Signore, Dio tuo, adorerai; a lui solo renderai culto.

Preghiera dopo la comunione

Ci hai saziati, o Signore, con il pane del cielo che alimenta la fede, accresce la speranza e rafforza la carità: insegnaci ad aver fame di Cristo, pane vivo e vero, e a nutrirci di ogni parola che esce dalla tua bocca. Per Cristo nostro Signore. **Amen.**

Orazione sul popolo

Scenda, o Signore, sul tuo popolo l'abbondanza della tua benedizione, perché cresca la sua speranza nella prova, sia rafforzato il suo vigore nella tentazione e gli sia donata la salvezza eterna. Per Cristo nostro Signore. **Amen.**

Calendario liturgico settimanale

7 - 13 marzo 2022

I di Quaresima - I del salterio

Lunedì 7 - Feria

SS. Perpetua e Felicità, comm.

SS. Saturnino, Secondino e Compagni | B. Leonida
[Lv 19,1-2.11-18; Sal 18; Mt 25,31-46]

Martedì 8 - Feria

S. Giovanni di Dio, comm.

SS. Apollonio e Filemone | S. Ponzio | S. Probino
[Is 55,10-11; Sal 33; Mt 6,7-15]

Mercoledì 9 - Feria

S. Francesca Romana, comm.

S. Domenico Savio | S. Caterina | S. Vitale
[Gio 3,1-10; Sal 50; Lc 11,29-32]

Giovedì 10 - Feria

S. Semplicio | S. Macario

S. Maria Eugenia [Anna Milleret] | S. Giovanni Ogilvie
[Est 4,17n.p-r.aa-bb.gg-hh [NV]; Sal 137; Mt 7,7-12]

Venerdì 11 - Feria

S. Costantino | S. Eulogio | S. Sofronio | S. Benedetto
[Ez 18,21-28; Sal 129; Mt 5,20-26]

Sabato 12 - Feria

S. Luigi Orione | S. Massimiliano | S. Innocenzo I
[Dt 26,16-19; Sal 118; Mt 5,43-48]

Domenica 13 - II di Quaresima (C)

S. Sabino | S. Cristina | S. Leandro | S. Rodrigo
S. Salomone

[Gen 15,5-12.17-18; Sal 26; Fil 3,17 - 4,1; Lc 9,28b-36]

PANE VERO DELLA VITA



LETTURA

Le tentazioni di Gesù durano per tutti i quaranta giorni della sua permanenza nel deserto e, nel tono della prima di esse, riportata qui da Luca, possiamo immaginare come siano state persistenti ed asfissianti, andando a toccare ogni aspetto ed ogni azione che potesse condurlo anche ad un minimo cedimento. Un vero e proprio allenamento, a cui Gesù si sottopone e, come nuovo figlio d'Israele, Egli resiste fino alla fine, per prepararsi a prendere possesso del nuovo Regno di Dio.

MEDITAZIONE

La fame non spaventa Gesù, perché Dio sa nutrirlo con la sua Parola; la prospettiva di avere potere sulla terra non lo attrae, perché anch'essa è dono di Dio ed è vano sottomettersi ad un caduco potere; perfino il dimostrarsi Figlio di Dio non lo scalfisce, perché è forte del suo rapporto con il Padre, che non ha bisogno di essere provato davanti a nessuno. Non sono, dunque, i sassi del deserto a dover diventare pane, ma le tavole di pietra della Legge di Mosè si sono fatte carne in Cristo e diventano ogni giorno, per l'azione dello Spirito Santo, il Pane Eucaristico della Nuova Alleanza. È questo il "pane quotidiano" che insieme vogliamo chiedere a Dio, per la "remissione dei pecca-

ti", perché non "ci abbandoni nella tentazione" del maligno e ci renda "un solo corpo", nell'attesa della venuta del suo Figlio. È lui l'unico Signore, presente in mezzo a noi nel sacramento del suo Corpo e del suo Sangue, che vogliamo adorare: nostra Via, Vita e Verità. Il principe della menzogna una sola volta si avvicina al vero, autodenunciando la sua pochezza e la sua falsità: il potere sul regno della terra "gli è stato dato", non è lui il vero signore. Gli è stato concesso un tempo, come ci dice l'Apocalisse, in cui sfogare la sua furia d'invidia distruttrice, che, tuttavia, si annienta nell'opera della Chiesa, quando, celebrando il mistero pasquale, essa partorisce nel suo seno il Signore vittorioso, l'Agnello di Dio che toglie i peccati del mondo, anticipando nel "già" del tempo presente, quel "non ancora" della gloria futura, che vivremo alla fine dei tempi. In Cristo, il nostro piede non inciampi, non vogliamo scandalizzarci di Lui e della sua opera, ma vogliamo essere quella roccia contro cui "le porte degli inferi non prevarranno". Egli, ci dice Paolo, non ci deluderà, perciò vogliamo gridare la nostra fede per la nostra giustizia: "Gesù è il Signore"! E, prendendo in prestito le parole di Tommaso, inginocchiatici davanti a Lui nell'Eucaristia e diciamogli: "Signore mio e Dio mio"!

PREGHIERA

Signore, aiutaci a resistere alle tentazioni del maligno, alle quali tu non ci abbandoni, e sostienici con la forza del tuo Spirito, perché possiamo essere anche noi, ad immagine del tuo Figlio, tuo compiacimento e soccorso ai più fragili.

AGIRE

Diciamo con fede e con tutto il cuore: "Gesù è il Signore"! E ripetiamolo più volte durante la giornata, specialmente quando riconosciamo di essere davanti alle tentazioni.

Prof. Andrea Numinì