



# messa meditazione domenicale

10<sup>0</sup>  
ANNIVERSARIO

IL VANGELO: VITA NELLA TUA VITA

## Antifona d'ingresso

Cfr. Sap 11,24.23.26

**Tu ami tutte le creature, o Signore, e nulla disprezzi di ciò che hai creato; tu chiudi gli occhi sui peccati degli uomini, aspettando il loro pentimento, e li perdoni, perché tu sei il Signore nostro Dio.**

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

Il Signore, che guida i nostri cuori all'amore e alla pazienza di Cristo, sia con tutti voi.

**E con il tuo spirito.**

*Si omette l'Atto penitenziale.*

## Colletta

O Dio, nostro Padre, concedi al popolo cristiano di iniziare con questo digiuno un cammino di vera conversione, per affrontare vittoriosamente con le armi della penitenza il combattimento contro lo spirito del male. Per il nostro Signore... **Amen.**

## LITURGIA DELLA PAROLA

### Prima lettura

Gl 2,12-18

*Laceratevi il cuore e non le vesti.*

### Dal libro del profeta Gioèl.

**C**osì dice il Signore: <sup>12</sup>«Ritornate a me con tutto il cuore, con digiuni, con pianti e lamenti. <sup>13</sup>Laceratevi il cuore e non le vesti, ritornate al Signore, vostro Dio, perché egli è misericordioso e pietoso, lento all'ira, di grande amore, pronto a ravvedersi riguardo al male». <sup>14</sup>Chi sa che non cambi e si ravveda e lasci dietro a sé una benedizione? Offerta e libagione per il Signore, vostro Dio. <sup>15</sup>Suonate il corno in Sion, proclamate un solenne digiuno, convocate una riunione sacra. <sup>16</sup>Radu-

nate il popolo, indite un'assemblea solenne, chiamate i vecchi, riunite i fanciulli, i bambini lattanti; esca lo sposo dalla sua camera e la sposa dal suo talamo. <sup>17</sup>Tra il vestibolo e l'altare piangano i sacerdoti, ministri del Signore, e dicano: «Perdona, Signore, al tuo popolo e non esporre la tua eredità al ludibrio e alla derisione delle genti». Perché si dovrebbe dire fra i popoli: «Dov'è il loro Dio?». <sup>18</sup>Il Signore si mostra geloso per la sua terra e si muove a compassione del suo popolo.

*Parola di Dio.*

**Rendiamo grazie a Dio.**

## Salmo responsoriale

dal Salmo 50

**R/. Perdonaci, Signore: abbiamo peccato.**

RE - LA -

Per - do - na - ci, Si - gno - re:

SI b 3 RE -

ab - bia - mo pec - ca - to.

Pietà di me, o Dio, nel tuo amore; / nella tua grande misericordia / cancella la mia iniquità. / Lavami tutto dalla mia colpa, / dal mio peccato rendimi puro. **R/.**

Sì, le mie iniquità io le riconosco, / il mio peccato mi sta sempre dinanzi. / Contro di te, contro te solo ho peccato, / quello che è male ai tuoi occhi, io l'ho fatto. **R/.**

Crea in me, o Dio, un cuore puro, / rinnova in me uno spirito saldo. / Non scacciarmi dalla tua presenza / e non privarmi del tuo santo spirito. **R/.**

Rendimi la gioia della tua salvezza, / sostienimi con uno spirito generoso. / Signore, apri le mie labbra / e la mia bocca proclami la tua lode. **R/.**

## Seconda lettura

2Cor 5,20 – 6,2

*Riconciliatevi con Dio. Ecco ora il momento favorevole.*

**Dalla seconda lettera di san Paolo apostolo ai Corinzi.**

**F**ratelli, noi, <sup>20</sup>in nome di Cristo, siamo ambasciatori: per mezzo nostro è Dio stesso che esorta. Vi supplichiamo in nome di Cristo: lasciatevi riconciliare con Dio. <sup>21</sup>Coi che non aveva conosciuto peccato, Dio lo fece peccato in nostro favore, perché in lui noi potessimo diventare giustizia di Dio. <sup>61</sup>Poiché siamo suoi collaboratori, vi esortiamo a non accogliere invano la grazia di Dio. <sup>2</sup>Egli dice infatti: «Al momento favorevole ti ho esaudito e nel giorno della salvezza ti ho soccorso». Ecco ora il momento favorevole, ecco ora il giorno della salvezza!

*Parola di Dio.*

**Rendiamo grazie a Dio.**

## Canto al Vangelo

*Cfr. Sal 94,8ab*

**Lode a te, o Cristo, re di eterna gloria!**

Oggi non indurite il vostro cuore, ma ascoltate la voce del Signore.

**Lode a te, o Cristo, re di eterna gloria!**

## Vangelo

*Mt 6,1-6.16-18*

*Il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà.*

**✠ Dal Vangelo secondo Matteo.**

**I**n quel tempo, Gesù disse ai suoi discepoli: <sup>1</sup>«State attenti a non praticare la vostra giustizia davanti agli uomini per essere ammirati da loro, altrimenti non c'è ricompensa per voi presso il Padre vostro che è nei cieli. <sup>2</sup>Dunque, quando fai l'elemosina, non suonare la tromba davanti a te, come fanno gli ipòcriti nelle sinagoghe e nelle strade, per essere lodati dalla gente. In verità io vi dico: hanno già ricevuto la loro ricompensa. <sup>3</sup>Invece, mentre tu fai l'elemosina, non sappia la tua sinistra ciò che fa la tua destra, <sup>4</sup>perché la tua elemosina resti nel segreto; e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà. <sup>5</sup>E quando pregate, non siate simili agli ipòcriti che, nelle sinagoghe e negli angoli delle piazze, amano pregare stando ritti, per essere visti dalla gente. In verità io vi dico: hanno già ricevuto la loro ricompensa. <sup>6</sup>Invece, quando tu preghi, entra nella tua camera, chiudi la porta e prega il Padre tuo, che è nel segreto; e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà. <sup>16</sup>E quando digiunate, non diventate malinconici come gli ipòcriti, che assumono

un'aria disfatta per far vedere agli altri che digiunano. In verità io vi dico: hanno già ricevuto la loro ricompensa. <sup>17</sup>Invece, quando tu digiuni, profumati la testa e lavati il volto, <sup>18</sup>perché la gente non veda che tu digiuni, ma solo il Padre tuo, che è nel segreto; e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà».

*Parola del Signore.*

**Lode a te, o Cristo.**

## LITURGIA PENITENZIALE

### Benedizione e imposizione delle Ceneri

*Terminata l'omelia, il sacerdote, in piedi e a mani giunte, invita alla preghiera:*

Fratelli e sorelle, supplichiamo Dio nostro Padre perché con l'abbondanza della sua grazia benedica queste ceneri, che poniamo sul nostro capo in segno di penitenza.

*Tutti si raccolgono, per alcuni istanti, in preghiera silenziosa; poi il sacerdote dice una delle seguenti orazioni:*

O Dio, che hai pietà di chi si pente e doni la tua pace a chi si converte, ascolta con paterna bontà le preghiere del tuo popolo e benedici ✠ questi tuoi figli che riceveranno l'austero simbolo delle ceneri, perché, attraverso l'itinerario spirituale della Quaresima, giungano completamente rinnovati a celebrare la Pasqua del tuo Figlio. Egli vive e regna nei secoli dei secoli. **Amen.**

*Oppure:*

O Dio, che non vuoi la morte dei peccatori ma la conversione, ascolta benigno la nostra preghiera e benedici ✠ queste ceneri, che stiamo per imporre sul nostro capo riconoscendo che noi siamo polvere e in polvere ritorneremo; l'esercizio della penitenza quaresimale ci ottenga il perdono dei peccati e una vita rinnovata a immagine del tuo Figlio risorto. Egli vive e regna nei secoli dei secoli. **Amen.**

*E asperge le ceneri con l'acqua benedetta. I fedeli si presentano al sacerdote, ed egli impone a ciascuno le ceneri, dicendo:*

Convertitevi e credete nel Vangelo.

*Oppure:*

Ricordati, uomo, che polvere tu sei e in polvere ritornerai.

*Frattanto si esegue un canto adatto, per esempio:*

### Antifona 1

*Cfr. Gl 2,13*

**Ritorniamo al Signore con tutto il cuore, in spirito di umiltà e di penitenza: egli è pietà e misericordia, pronto a perdonare ogni peccato.**

## Antifona 2

Cfr. Gl 2,17; Est 4,17h

**Tra il vestibolo e l'altare piangano i sacerdoti, ministri del Signore, e dicano: «Perdona, Signore! Perdona il tuo popolo, e non far scomparire coloro che ti lodano».**

## Antifona 3

Cfr. Sal 50,3

**Nella tua grande misericordia, o Dio, cancella il mio peccato.**

Queste antifone si possono alternare con i versetti del Salmo 50:

**Pietà di me, o Dio.**

*Non si dice il Credo.*

## Preghiera dei fedeli

Fratelli e sorelle, preghiamo Dio nostro Padre, perché operi in noi un cambiamento radicale della nostra mentalità e del nostro modo di vivere il Vangelo come fuoco di vita nuova.

Preghiamo insieme e diciamo:

**R/. Padre misericordioso, ascoltaci e perdonaci.**

1. Perché la Chiesa abbandoni ogni chiusura e si proietti verso la Luce del Signore, per vivere in maniera nuova il Vangelo, testimoniando al mondo che la possibilità della conversione è per tutti. Noi ti preghiamo. **R/.**
2. Perché i cristiani impegnati nella politica e nel sociale siano aperti all'ascolto della Parola del Signore, e sappiano guardare i cittadini con il suo sguardo, amarli con il suo cuore e abbracciarli con la sua misericordia, che sempre apre a nuove possibilità di vita. Noi ti preghiamo. **R/.**
3. Perché i malati, i poveri e i sofferenti nello spirito sentano la compassione dei loro fratelli e sorelle che, animati dal desiderio di conversione, aprono le braccia al prossimo senza alcun pregiudizio e sospetto. Noi ti preghiamo. **R/.**
4. Perché l'austero simbolo delle ceneri che abbiamo ricevuto sul nostro capo sia per noi il fuoco che ci purifica dai nostri peccati e il vento che spinge le nostre vele verso i nuovi orizzonti che la Parola sempre disciude, specialmente in questo tempo di Quaresima. Noi ti preghiamo. **R/.**

Signore, siamo consapevoli delle nostre fragilità e dei nostri peccati: non permettere che ci scoraggiamo dinanzi ai limiti della no-

stra esistenza e donaci di gustare la dolcezza del tuo perdono, per poter testimoniare agli altri la grandezza della tua misericordia. Per Cristo nostro Signore. **Amen.**

## LITURGIA EUCARISTICA

### Preghiera sulle offerte

Con questo sacrificio, o Padre, iniziamo solennemente la Quaresima e invochiamo la forza di astenerci dai nostri vizi con le opere di carità e di penitenza per giungere, liberati dal peccato, a celebrare devotamente la Pasqua del tuo Figlio. Egli vive e regna nei secoli dei secoli. **Amen.**

### Prefazio *(Quaresima III - M. R. pag. 343)*

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. Tu vuoi che ti glorifichiamo con la penitenza quaresimale, perché la vittoria sul nostro peccato ci renda disponibili alle necessità dei poveri a imitazione della tua bontà infinita. E noi, uniti a tutti gli angeli, cantiamo a una sola voce l'inno della tua gloria: **Santo, Santo, Santo...**

### Antifona alla comunione *Cfr. Sal 1,2-3*

**Chi medita giorno e notte la legge del Signore, porterà frutto a suo tempo.**

*Oppure:*

*Mt 6,6*

**Prega il Padre tuo, che è nel segreto, e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà.**

### Preghiera dopo la comunione

Questo sacramento che abbiamo ricevuto, o Padre, ci sostenga nel cammino quaresimale, santifichi il nostro digiuno e lo renda efficace per la guarigione del nostro spirito. Per Cristo nostro Signore. **Amen.**

### Orazione sul popolo

A questo popolo che riconosce la tua grandezza dona con bontà, o Dio, lo spirito di penitenza, perché nella tua misericordia ottenga di giungere all'eredità promessa a chi si converte. Per Cristo nostro Signore. **Amen.**

E la benedizione di Dio onnipotente, Padre e Figlio ✠ e Spirito Santo, discenda su di voi e con voi rimanga sempre. **Amen.**

# CONDIVIDERE, PREGARE, NUTRIRE



## LETTURA

La pericope evangelica è tratta dal cosiddetto “discorso della montagna”, il primo dei cinque che costituiscono la trama intorno alla quale Matteo intesse il suo Vangelo. Del lungo discorso che abbraccia i capitoli 5, 6 e parte del 7, il brano odierno presenta la sezione in cui Gesù dà nuove motivazioni alle tradizionali pratiche religiose del suo popolo: l'elemosina, la preghiera e il digiuno. Posto nel contesto penitenziale proprio del Mercoledì delle Ceneri, il brano è un invito a riscoprire ciò che è essenziale e va tenuto presente nella vita di fede, e che nel “tempo favorevole” dei quaranta giorni può essere riscoperto e riassunto personalmente e comunitariamente.

## MEDITAZIONE

Il primo giorno di Quaresima assomiglia un po' al Capodanno: come il 1° gennaio, il Mercoledì delle Ceneri è il giorno dei grandi propositi, della programmazione delle grandi imprese spirituali che dovranno segnare lo spazio sacro dei quaranta giorni, per giungere alle feste pasquali con una ricca “scheda punti” e magari qualche grammo in meno. Salvo poi giungere alla Settimana Santa un poco mortificati, perché si è poco riusciti ad onorare i troppi impegni presi. Eppure, le letture di oggi sono illuminanti

circa lo stile penitenziale che caratterizza i seguaci di Gesù, che è quello che tende a lasciarsi “riconciliare con Dio”, ben disposti nei confronti del Padre, che continua a dire bene dei suoi figli. Nel brano del vangelo sono tre le espressioni più ricorrenti: la prima ruota intorno all'idea di ricompensa, la seconda fa riferimento all'ipocrisia, la terza infine svela la capacità di Dio di andare oltre le apparenze, perché “vede nel segreto”. Gesù non demonizza il desiderio di veder ammesso il proprio impegno: Dio gode nel riconoscere ai suoi figli, mediante l'azione consolatrice dello Spirito, i frutti del proprio cammino spirituale. Non è indifferente ai nostri progressi autentici. Questa consapevolezza ci spoglia del vestito di mendicanti di attenzione che, a volte, ci ricopre, desiderosi di umane gratificazioni, lì dove siamo mancanti di consapevolezza della nostra dignità di figli, amati a prescindere. Il segreto allora non è qualcosa che rimanda al misterioso, quanto al sostanziale, ed è contrapposto alla voglia di essere “ammirati”, “lodati” e “visti”. Così il nostro impegno per “aggiustare” le cose ci farà passare dall'elemosina alla condivisione, dalle preghiere all'orazione, dal digiuno al farsi cibo per gli altri.

## PREGHIERA

Signore Gesù, insegnami a parlare con Dio, non solo con le parole, ma soprattutto con le opere di carità. Donami la sana vergogna dell'ostentazione e il gusto dei piccoli gesti ordinari di amore al prossimo, fa' cadere la maschera dell'ipocrisia, perché nella condivisione fraterna dei beni possa mostrare il volto bello della Chiesa umile e provvidente.

## AGIRE

All'inizio di questa Quaresima, prenderò un solo proposito: piccolo, concreto e verificabile quotidianamente.

Don Carlo Cassatella, sdb