



messa meditazione domenicale

IL VANGELO: VITA NELLA TUA VITA

Antifona d'ingresso

Cfr. Sal 94,6-7

Venite: prostrati adoriamo, in ginocchio davanti al Signore che ci ha fatti. È lui il Signore, nostro Dio.

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

Il Dio della speranza, che ci riempie di ogni gioia e pace nella fede per la potenza dello Spirito Santo, sia con tutti voi.

E con il tuo spirito.

Atto penitenziale

Fratelli e sorelle, riconosciamoci tutti peccatori, invociamo la misericordia del Signore e perdoniamoci a vicenda dal profondo del cuore.

Breve pausa di silenzio.

Signore, via che riconduce al Padre, **Kýrie, eléison. Kýrie, eléison.**

Cristo, verità che illumina i popoli, **Christe, eléison. Christe, eléison.**

Signore, vita che rinnova il mondo, **Kýrie, eléison. Kýrie, eléison.**

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

Gloria

Gloria a Dio nell'alto dei cieli e pace in terra agli uomini, amati dal Signore. Noi ti lodiamo, **ti benediciamo**, ti adoriamo, **ti glorifichiamo**, ti rendiamo grazie per la tua gloria immensa, **Signore Dio, Re del cielo, Dio Padre onnipotente.** Signore, Figlio unigenito, Gesù Cristo, **Signore Dio, Agnello di Dio, Fi-**

glio del Padre, tu che togli i peccati del mondo, abbi pietà di noi; **tu che togli i peccati del mondo, accogli la nostra supplica**; tu che siedi alla destra del Padre, abbi pietà di noi. **Perché tu solo il Santo**, tu solo il Signore, **tu solo l'Altissimo, Gesù Cristo, con lo Spirito Santo**: nella gloria di Dio Padre. **Amen.**

Colletta

Custodisci sempre con paterna bontà la tua famiglia, o Signore, e poiché unico fondamento della nostra speranza è la grazia che viene da te, aiutaci sempre con la tua protezione. Per il nostro Signore Gesù Cristo, tuo Figlio, che è Dio, e vive e regna con te, nell'unità dello Spirito Santo, per tutti i secoli dei secoli. **Amen.**

Oppure [Anno A]: O Dio, che fai risplendere la tua gloria nelle opere di giustizia e di carità, dona alla tua Chiesa di essere luce del mondo e sale della terra, per testimoniare con la vita la potenza di Cristo crocifisso e risorto. Egli è Dio, e vive e regna con te, nell'unità dello Spirito Santo, per tutti i secoli dei secoli. **Amen.**

LITURGIA DELLA PAROLA

Prima lettura

Is 58,7-10

La tua luce sorgerà come l'aurora.

Dal libro del profeta Isaia.

Così dice il Signore: ⁷«Non consiste forse [il digiuno che voglio] nel dividere il pane con l'affamato, nell'introdurre in casa i miseri, senza tetto, nel vestire uno che vedi nudo, senza trascurare i tuoi parenti? ⁸Allora la tua luce sorgerà come l'aurora, la tua ferita si rimarginerà presto. Davanti a te camminerà la tua giustizia, la gloria del Signore ti seguirà.

9Allora invocherai e il Signore ti risponderà, implorerai aiuto ed egli dirà: "Eccomi!". Se toglierai di mezzo a te l'oppressione, il puntare il dito e il parlare empio, 10se aprirai il tuo cuore all'affamato, se sazierai l'afflitto di cuore, allora brillerà fra le tenebre la tua luce, la tua tenebra sarà come il meriggio».

Parola di Dio. **Rendiamo grazie a Dio.**

Salmo responsoriale

dal Salmo 111

R/. Il giusto risplende come luce.



Spunta nelle tenebre, luce per gli uomini retti: / misericordioso, pietoso e giusto. / Felice l'uomo pietoso che dà in prestito, / amministra i suoi beni con giustizia. R/.

Egli non vacillerà in eterno: / eterno sarà il ricordo del giusto. / Cattive notizie non avrà da temere, / saldo è il suo cuore, confida nel Signore. R/.

Sicuro è il suo cuore, non teme, / egli dona largamente ai poveri, / la sua giustizia rimane per sempre, / la sua fronte s'innalza nella gloria. R/.

Seconda lettura

1Cor 2,1-5

Vi ho annunciato il mistero di Cristo crocifisso.

Dalla prima lettera di san Paolo apostolo ai Corinzi.

Io, 1fratelli, quando venni tra voi, non mi presentai ad annunciarvi il mistero di Dio con l'eccellenza della parola o della sapienza. 2Io ritenni infatti di non sapere altro in mezzo a voi se non Gesù Cristo, e Cristo crocifisso. 3Mi presentai a voi nella debolezza e con molto timore e trepidazione. 4La mia parola e la mia predicazione non si basarono su discorsi persuasivi di sapienza, ma sulla manifestazione dello Spirito e della sua potenza, 5perché la vostra fede non fosse fondata sulla sapienza umana, ma sulla potenza di Dio.

Parola di Dio. **Rendiamo grazie a Dio.**

Canto al Vangelo

Cfr. Gv 8,12

Alleluia, alleluia.

Io sono la luce del mondo, dice il Signore; chi segue me, avrà la luce della vita.

Alleluia.

Vangelo

Mt 5,13-16

Voi siete la luce del mondo.

Dal Vangelo secondo Matteo.

In quel tempo, Gesù disse ai suoi discepoli: 13«Voi siete il sale della terra; ma se il sale perde il sapore, con che cosa lo si renderà salato? A null'altro serve che ad essere gettato via e calpestato dalla gente. 14Voi siete la luce del mondo; non può restare nascosta una città che sta sopra un monte, 15né si accende una lampada per metterla sotto il moggio, ma sul candela-bro, e così fa luce a tutti quelli che sono nella casa. 16Così risplenda la vostra luce davanti agli uomini, perché vedano le vostre opere buone e rendano gloria al Padre vostro che è nei cieli».

Parola del Signore. **Lode a te, o Cristo.**

Professione di fede

Credo in un solo Dio Padre onnipotente, creatore del cielo e della terra, di tutte le cose visibili e invisibili. Credo in un solo Signore, Gesù Cristo, unigenito Figlio di Dio, nato dal Padre prima di tutti i secoli: **Dio da Dio, Luce da Luce, Dio vero da Dio vero;** generato, non creato, della stessa sostanza del Padre; per mezzo di lui tutte le cose sono state create. **Per noi uomini e per la nostra salvezza discese dal cielo, [si china il capo] e per opera dello Spirito Santo si è incarnato nel seno della Vergine Maria e si è fatto uomo. Fu crocifisso per noi sotto Ponzio Pilato, morì e fu sepolto.** Il terzo giorno è risuscitato, secondo le Scritture, **è salito al cielo, siede alla destra del Padre.** E di nuovo verrà, nella gloria, per giudicare i vivi e i morti, e il suo regno non avrà fine. **Credo nello Spirito Santo, che è Signore e dà la vita, e procede dal Padre e dal Figlio.** Con il Padre e il Figlio è adorato e glorificato, e ha parlato per mezzo dei profeti. **Credo la Chiesa, una, santa, cattolica e apostolica.** Professo un solo Battesimo per il perdono dei peccati. **Aspetto la risurrezione dei morti e la vita del mondo che verrà. Amen.**

Preghiera dei fedeli

Fratelli e sorelle, la parola di Dio che abbiamo ascoltato è fondamento della nostra fede, nutrimento della nostra speranza e lievito di fraternità. Preghiamo per la situazione ecclesiale e sociale del nostro tempo.

Preghiamo insieme e diciamo:

R/. O Padre, che sei fonte della vita e della luce, ascoltaci.

1. Perché in un mondo spesso ripiegato su interessi puramente terreni la comunità cristiana sappia affermare con coerenza i valori duraturi e liberanti dello Spirito. Noi ti preghiamo. **R/.**
2. Perché l'intera società, impegnandosi nella ricerca del bene comune, si rinnovi e si apra alla fraternità universale. Noi ti preghiamo. **R/.**
3. Perché a ogni persona sia data la sapienza del cuore, che insegna ad amare Dio e rafforza la certezza di ricevere dalle sue mani anche ciò che l'umana povertà non osa sperare. Noi ti preghiamo. **R/.**
4. Perché nei momenti di crisi rimaniamo fondati sulla parola di Dio, per scoprire la bellezza trasfigurante del Vangelo. Noi ti preghiamo. **R/.**

Stendi la tua mano, o Padre, sull'umanità affaticata e oppressa: concedi a noi una fede ricca di memoria e audace nella testimonianza profetica del tuo Regno. Per Cristo nostro Signore. **Amen.**

LITURGIA EUCARISTICA

Pregiera sulle offerte

Signore Dio nostro, il pane e il vino, che hai creato a sostegno della nostra debolezza, diventino per noi sacramento di vita eterna. Per Cristo nostro Signore. **Amen.**

Prefazio *[Si suggerisce il prefazio delle domeniche del Tempo Ordinario I - M. R. pag. 358].*

È veramente cosa buona e giusta, nostro dovere e fonte di salvezza, rendere grazie sempre e in ogni luogo a te, Padre santo, Dio onnipotente ed eterno, per Cristo Signore nostro. Mirabile è l'opera da lui compiuta nel mistero pasquale: egli ci ha fatti passare dalla schiavitù del peccato e della morte alla gloria di proclamarci stirpe eletta, regale sacerdozio, gente santa, popolo che egli si è acquistato, per annunciare in ogni luogo i tuoi prodigi, o Padre, che dalle tenebre ci hai chiamati allo splendore della tua luce. E noi, uniti agli Angeli e agli Arcangeli, ai Troni e alle Dominazioni e alla moltitudine dei cori celesti, cantiamo con voce incessante l'inno della tua gloria: **Santo, Santo, Santo...**

Antifona alla comunione

Mt 5,16

Risplenda la vostra luce davanti agli uomini, perché vedano le vostre opere buone e rendano gloria al Padre vostro che è nei cieli.

Pregiera dopo la comunione

O Dio, che ci hai resi partecipi di un solo pane e di un solo calice, fa' che uniti a Cristo in un solo corpo portiamo con gioia frutti di vita eterna per la salvezza del mondo. Per Cristo nostro Signore. **Amen.**

Calendario liturgico settimanale

9 - 15 febbraio 2026

V del Tempo Ordinario - I del salterio

Lunedì 9 - FERIA

S. Rinaldo | S. Apollonia | S. Sabino
SS. Primo e Donato | B. Anne K. Emmerick
[1Re 8,1-7.9-13; Sal 131; Mc 6,53-56]

Martedì 10 - S. Scolastica, M

S. Guglielmo | S. José S. del Rio
B. Alojzije V. Stepinac

SS. Zotico, Giacinto ed Amanzio
[1Re 8,22-23.27-30; Sal 83; Mc 7,1-13]

Mercoledì 11 - FERIA - B.V. Maria di Lourdes, mf

S. Elisa | S. Gregorio II | S. Pasquale I
S. Severino | S. Secondino
[1Re 10,1-10; Sal 36; Mc 7,14-23]

Giovedì 12 - FERIA

S. Benedetto d'Aniane | S. Giuliano | S. Damiano
SS. Saturnino e Compagni di Abitene
[1Re 11,4-13; Sal 105; Mc 7,24-30]

Venerdì 13 - FERIA

S. Benigno | S. Giordano | S. Gilberto
SS. Fosca e Maura
[1Re 11,29-32; 12,19; Sal 80; Mc 7,31-37]

Sabato 14 - SS. Cirillo e Metodio, F

S. Antonino | S. Fortunata | S. Valentino
S. Vitale | S. Zenone
[At 13,46-49; Sal 116; Lc 10,1-9]

Domenica 15 - VI del Tempo Ordinario (A)

S. Claudio de la Colombière | S. Giorgia
S. Onesimo | SS. Faustino e Giovita | S. Decoroso
[Sir 15,16-21 (NV); Sal 118; 1Cor 2,6-10; Mt 5,17-37]



Messa Meditazione mensile

Ogni giorno
una meditazione per te!

E-mail: info@edizioniart.it
Tel.: 06 66543784

CRISTIANI, LUCE DEL MONDO



LETTURA

La liturgia di questa Quinta domenica del Tempo Ordinario è un invito esplicito per noi cristiani a “essere luce del mondo”: nella prima lettura il Signore chiarisce che solo quando “si è caritatevoli con i bisognosi, senza trascurare i propri parenti, la nostra luce sorgerà come l’aurora”. Il passo dal Vangelo di Matteo riporta le bellissime parole di Gesù rivolte ai suoi discepoli, e quindi anche a noi oggi: «Voi siete la luce del mondo». Un cristiano autentico non passa inosservato: nessuno può rimanere estraneo al fascino spirituale che da lui si irradia perché, al pari della luce, la carità raggiunge i più profondi e nascosti recessi del cuore umano. Il vero discepolo di Gesù deve per vocazione partecipare agli altri la luce che possiede.

MEDITAZIONE

Il Maestro si rivolge direttamente ai suoi discepoli: «Voi siete il sale della terra». Il discepolo di Cristo è tenuto a svolgere nei confronti degli altri uomini la stessa funzione che il sale ha per i cibi, cioè preservarli dalla corruzione e soprattutto renderli saporiti. Come la presenza del sale favorisce una sana alimentazione, così senza la presenza del cristiano la nostra società man-

ca di una forza spirituale e morale capace di premunirla dai mali che la investono. Un buon cristiano, quindi, non può essere come un “sale insipido” che “serve solo a essere gettato via e calpestato”. Quella della luce è un’immagine biblica: l’Esodo presenta la gloria del Signore come “fiamma ardente” [cfr. Es 3,2]; in Isaia è chiamata “luce sempiterna”, [cfr. Is 60,19], e “luce delle genti” [Is 42,6]. La luce che conta, però, non è quella delle parole, ma quella delle “buone opere”. Solo esercitando la benevolenza, la bontà, lo spirito di servizio, l’amore per il prossimo, noi diventiamo “luce nel mondo”, in primo luogo per quelli che lo sperimentano o semplicemente ne vengono a conoscenza. Le belle o buone parole non cambiano nulla, anzi, spesso possono irritare; solo la carità è contagiosa: senza di essa la vita non è possibile, tutto ripiomba nelle tenebre e nel caos [Gen 1,1]. Per questo, la responsabilità di noi cristiani è grande: se nel mondo e nelle nostre realtà quotidiane il male non recede, è perché “la nostra luce”, che deve fugarlo, è debole o, peggio ancora, spenta. La comunità cristiana è missionaria per definizione: la “missione” non è incombenza di qualche volenteroso, ma di tutti noi, popolo santo di Dio. Solo così noi cristiani diventiamo e siamo veramente “luce per il mondo”.

PREGHIERA

O Signore, fa’ che la celebrazione eucaristica di oggi diventi sorgente d’amore per le nostre comunità parrocchiali e per tutte le famiglie. Illumina la nostra debole fede, sostieni le nostre attività caritatevoli, perché diventiamo luce del mondo e segno tangibile della tua presenza fra noi.

AGIRE

Oggi, con gli operatori della *Caritas* parrocchiale, voglio assicurarmi che non manchi il pane alla mensa delle famiglie in difficoltà.

Mons. Gabriele Teti