



# messa meditazione domenicale

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 Gioèle.**

**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.**



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>Colui 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: «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

**Dopo l'omelia, il sacerdote, stando in piedi, dice a mani giunte:**

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.

**Dopo un breve momento di preghiera silenziosa, prosegue con le braccia allargate:**

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, senza nulla dire, 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.

**Intanto si canta:**

### Antifone

*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.**



Oppure: *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».**

Oppure: *Cfr. Sal 50,3*

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

Queste antifone si possono ripetere dopo ogni singolo versetto del Salmo 50:

**Pietà di me, o Dio.**

**Responsorio** *Cfr. Sal 78,9*

**R/.** Rinnoviamoci e ripariamo il male che, incoscienti, abbiamo commesso, perché non ci sorprenda la morte e non ci manchi il tempo di convertirci.

**\* Sii paziente con noi, o Signore, e perdonaci perché abbiamo peccato contro di te.**

**V/.** Aiutaci, o Dio, nostra salvezza, liberaci e perdona i nostri peccati, per la gloria del tuo nome.

**\* Sii paziente con noi, o Signore, e perdonaci perché abbiamo peccato contro di te.**

*Non si dice il Credo.*

### Preghiera dei fedeli

Fratelli e sorelle, iniziamo il tempo della Quaresima con umiltà e sincerità. Domandiamo di seguire fedelmente il Signore nella preghiera e nella penitenza, in cammino con tutta la Chiesa.

Preghiamo insieme e diciamo:

**R/. Convertiti, o Signore.**

1. Signore Gesù, donaci la grazia di vivere il tempo della Quaresima ricolmi della tua presenza. In ognuno di noi fai ardere il desiderio vivo di camminare insieme verso la tua Pasqua. Noi ti preghiamo. **R/.**
2. Signore Gesù, l'imposizione delle ceneri sul nostro capo sia il segno attraverso il quale ognuno di noi possa riconoscere sempre di più la propria piccolezza e il bisogno di te. Noi ti preghiamo. **R/.**
3. Signore Gesù, apri il nostro cuore perché possiamo prenderci cura delle persone a noi vicine in famiglia, nel lavoro, e di tutte quelle che incontriamo quotidianamente. Noi ti preghiamo. **R/.**

4. Signore Gesù, nel cammino quaresimale la tua parola ci illumini, i tuoi sacramenti ci confortino, la vita della comunità diventi la nostra casa. Noi ti preghiamo. **R/.**

Signore, grazie per questo tempo di Quaresima nel quale ci fai partecipare al mistero della tua vita, morte e risurrezione. Ti affidiamo la nostra preghiera per la Chiesa e per il mondo. Tu che vivi e regni nei secoli dei secoli. **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. III ed. 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 *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.**

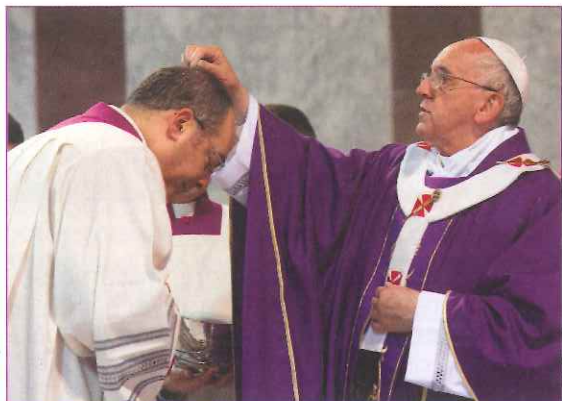
### Orazione sul popolo

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.**



## NEL SEGRETO



### LETTURA

Il profeta Gioèle ricorda l'importanza di tornare al Signore tutte le volte che ci accorgiamo di esserci allontanati da Lui, ma ci invita a farlo con tutto il cuore, con sincerità, e non solo in modo superficiale ed esteriore. Nella seconda lettura, san Paolo ci esorta a lasciarci riconciliare con Dio, ad aprire il cuore alla grazia della salvezza ottenutaci da Cristo. Nel Vangelo di Matteo, Gesù ci invita ad entrare in relazione con Dio attraverso l'elemosina, la preghiera e il digiuno, vivendoli però nell'intimità del segreto, evitando di sbandierarli di fronte a tutti, come titolo di vanto e per essere ammirati dalla gente, perché il rapporto con Dio va vissuto non per interesse ma per amore.

### MEDITAZIONE

Oggi, Mercoledì delle Ceneri, abbiamo l'occasione di fare il punto sulla nostra relazione con Dio, di essere sinceri con noi stessi e con Lui. Possiamo entrare nel segreto della nostra "stanza interiore" per capire se e quanto ci siamo allontanati da Lui. Se il nostro rapporto si gioca solo sul piano esteriore dei riti celebrativi. Se ci mostriamo al mondo con l'etichetta di credenti o meno. Se viviamo la preghiera non per godere della presenza salvifica del Signore, ma per farci notare dagli altri. Se ci esercitiamo nel-

le opere di carità non per il bene del prossimo, ma per sentirci dire che siamo bravi. Se rinunciamo a qualcosa con il digiuno non per amore di Dio, ma per avere la ricompensa umana. Oggi è l'occasione per iniziare un periodo, quello della Quaresima, in cui metterci a nudo, lasciare che il Signore entri con la sua grazia nel nostro cuore e poter sperimentare il suo amore misericordioso. Da oggi abbiamo un tempo favorevole per mettere nelle mani di Dio i nostri peccati e per lasciarci riconciliare con Lui. Durante questa Quaresima, abbiamo l'opportunità di fare verità sui motivi che ci spingono a vivere e ad entrare in relazione con gli altri, sulle intenzioni del nostro cuore quando facciamo ogni cosa. Cosa ci muove? Il desiderio di apparire e di emergere o il bene? L'interesse o l'amore? E se viviamo in modo egoistico, esclusivamente per noi stessi, ci siamo chiesti qual è la causa? Forse non ci sentiamo amati e il nostro cuore non è appagato? Ecco, ora è il momento favorevole, ora è il giorno della salvezza, per lasciarci amare da Dio, per tornare a Lui, per lasciarci riconciliare con Lui e per sentirci liberati dal male che ci impedisce di essere felici. Questo è il tempo dell'intimità con il Padre, che ci vede nel segreto e nel segreto ci ricompenserà.

### PREGHIERA

Vieni, Santo Spirito, con la luce della verità, illumina la mia mente e purifica il mio cuore, perché io possa entrare in relazione con il Padre nell'intimità del segreto, e così godere del suo amore e sperimentare la gioia del perdono dei miei peccati.

### AGIRE

Scriverò su un cartello questa piccola frase: "Per amore!". Poi lo appenderò nella mia camera, così da ricordare ogni giorno ciò che mi spinge a vivere.

Don Maurizio Mirilli