



# messa meditazione domenicale

IL VANGELO: VITA NELLA TUA VITA

## Antifona d'ingresso

Sal 26,8-9

**Il mio cuore ripete il tuo invito: «Cercate il mio volto!». Il tuo volto, o Signore, io cerco, non nascondermi il tuo volto.**

Oppure:

Cfr. Sal 24,6.2.22

**Ricordati, Signore, della tua misericordia e del tuo amore che è da sempre. Non trionfino su di noi i nemici. Da ogni angoscia salvaci, Dio d'Israele.**

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

Oggi, celebrando la vittoria di Cristo sul peccato e sulla morte, siamo chiamati a morire al peccato per risorgere alla vita nuova. Riconosciamoci bisognosi della misericordia del Padre.

*Breve pausa di silenzio.*

**Confesso a Dio onnipotente e a voi, fratelli e sorelle, che ho molto peccato in pensieri, parole, opere e omissioni, per mia colpa, mia colpa, mia grandissima colpa. E supplico la beata sempre Vergine Maria, gli angeli, i santi e voi, fratelli e sorelle, di pregare per me il Signore Dio nostro.**

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

Kýrie, eléison. **Kýrie, eléison.**

Christe, eléison. **Christe, eléison.**

Kýrie, eléison. **Kýrie, eléison.**

*Non si dice il Gloria.*

## Colletta

O Padre, che ci chiami ad ascoltare il tuo amato Figlio, guidaci con la tua parola, perché purificati interiormente, possiamo godere la visione della tua gloria. Per il nostro Signore... **Amen.**

Oppure [Anno C]: O Padre, che hai fatto risplendere la tua gloria sul volto del tuo Figlio in preghiera, donaci un cuore docile alla sua parola perché possiamo seguirlo sulla via della croce ed essere trasfigurati a immagine del suo corpo glorioso. Egli è Dio... **Amen.**

## LITURGIA DELLA PAROLA

### Prima lettura

Gen 15,5-12.17-18

*Dio stipula l'alleanza con Abram fedele.*

### Dal libro della Genesi.

**I**n quei giorni, <sup>5</sup>Dio condusse fuori Abram e gli disse: «Guarda in cielo e conta le stelle, se riesci a contarle» e soggiunse: «Tale sarà la tua discendenza». <sup>6</sup>Egli credette al Signore, che glielo accreditò come giustizia. <sup>7</sup>E gli disse: «Io sono il Signore, che ti ho fatto uscire da Ur dei Caldei per darti in possesso questa terra». <sup>8</sup>Rispose: «Signore Dio, come potrò sapere che ne avrò il possesso?». <sup>9</sup>Gli disse: «Prendimi una giovenca di tre anni, una capra di tre anni, un ariete di tre anni, una tortora e un colombo». <sup>10</sup>Andò a prendere tutti questi animali, li divise in due e collocò ogni metà di fronte all'altra; non divise però gli uccelli. <sup>11</sup>Gli uccelli rapaci calarono su quei cadaveri, ma Abram li scacciò. <sup>12</sup>Mentre il sole stava per tramontare, un torpore cadde su Abram, ed ecco terrore e grande oscurità lo assalirono. <sup>17</sup>Quando, tramontato il

sole, si era fatto buio fitto, ecco un braciere fumante e una fiaccola ardente passare in mezzo agli animali divisi. <sup>18</sup>In quel giorno il Signore concluse quest'alleanza con Abram: «Alla tua discendenza io do questa terra, dal fiume d'Egitto al grande fiume, il fiume Eufrate».

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

## Salmo responsoriale

dal Salmo 26

R/. Il Signore è mia luce e mia salvezza.

DO-

Il Si - gno - re è mia

SOL- FA- DO-

lu - ce e mi - a sal - vez - za.

Il Signore è mia luce e mia salvezza: / di chi avrò timore? / Il Signore è difesa della mia vita: / di chi avrò paura? R/.

Ascolta, Signore, la mia voce. / Io grido: abbi pietà di me, rispondimi! / Il mio cuore ripete il tuo invito: / «Cercate il mio volto!». / Il tuo volto, Signore, io cerco. R/.

Non nascondermi il tuo volto, / non respingere con ira il tuo servo. / Sei tu il mio aiuto, non lasciarmi, / non abbandonarmi, Dio della mia salvezza. R/.

Sono certo di contemplare la bontà del Signore / nella terra dei viventi. / Spera nel Signore, sii forte, / si rinsaldi il tuo cuore e spera nel Signore. R/.

## Seconda lettura

Fil 3,17 - 4,1

Cristo ci trasfigurerà nel suo corpo glorioso.

Dalla lettera di san Paolo apostolo ai Filippesi.

Per la forma breve si omette quanto racchiuso tra [ ].

**F**ratelli, [<sup>17</sup>fatevi insieme miei imitatori e guardate quelli che si comportano secondo l'esempio che avete in noi. <sup>18</sup>Perché molti - ve l'ho già detto più volte e ora, con le lacrime agli occhi, ve lo ripeto - si comportano da nemici della croce di Cristo. <sup>19</sup>La loro sorte finale sarà la perdizione, il ventre è il loro dio. Si vantano di ciò di cui dovrebbero vergognarsi e non pensano che alle cose della terra.] <sup>20</sup>La nostra cittadinanza [infatti] è nei cieli e di là aspettiamo come salvatore il Signore Gesù Cristo, <sup>21</sup>il quale trasfigurerà il nostro misero corpo per conformarlo al suo corpo glorioso, in virtù

del potere che egli ha di sottomettere a sé tutte le cose. <sup>41</sup>Perciò, fratelli miei carissimi e tanto desiderati, mia gioia e mia corona, rimanete in questo modo saldi nel Signore, carissimi!

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

## Canto al Vangelo

Cfr. Mc 9,7

**Lode e onore a te, Signore Gesù!**

Dalla nube luminosa, si udì la voce del Padre: «Questi è il mio Figlio, l'amato: ascoltatelo!».

**Lode e onore a te, Signore Gesù!**

## Vangelo

Lc 9,28b-36

Mentre Gesù pregava, il suo volto cambiò d'aspetto.

✠ Dal Vangelo secondo Luca.

**I**n quel tempo, <sup>28</sup>Gesù prese con sé Pietro, Giovanni e Giacomo e salì sul monte a pregare. <sup>29</sup>Mentre pregava, il suo volto cambiò d'aspetto e la sua veste divenne candida e sfolgorante. <sup>30</sup>Ed ecco, due uomini conversavano con lui: erano Mosè ed Elia, <sup>31</sup>apparsi nella gloria, e parlavano del suo esodo, che stava per compiersi a Gerusalemme. <sup>32</sup>Pietro e i suoi compagni erano oppressi dal sonno; ma, quando si svegliarono, videro la sua gloria e i due uomini che stavano con lui. <sup>33</sup>Mentre questi si separavano da lui, Pietro disse a Gesù: «Maestro, è bello per noi essere qui. Facciamo tre capanne, una per te, una per Mosè e una per Elia». Egli non sapeva quello che diceva. <sup>34</sup>Mentre parlava così, venne una nube e li coprì con la sua ombra. All'entrare nella nube, ebbero paura. <sup>35</sup>E dalla nube uscì una voce, che diceva: «Questi è il Figlio mio, l'eletto; ascoltatelo!». <sup>36</sup>Appena la voce cessò, restò Gesù solo. Essi tacquero e in quei giorni non riferirono a nessuno ciò che avevano visto.

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, il nostro desiderio di vedere Dio è stato compiuto nell'ascolto della Parola proclamata; in essa abbiamo pregustato il Cielo nell'evento della Trasfigurazione di Gesù, splendore eterno del Dio vivente. Mentre siamo in cammino tra le vicende liete e tristi di questo mondo, chiediamo la sua luce e il suo aiuto.

Preghiamo insieme e diciamo:

**R/. Fa' che seguiamo il tuo Figlio, o Padre.**

1. Padre dell'Alleanza, accompagna il cammino quaresimale delle Chiese che abitano nel mondo, perché possano trasfigurare le diverse società, costruendo ponti di unione tra le diverse culture e la Parola del Vangelo, alimentando il desiderio di verità presente nel cuore di ogni persona. Noi ti preghiamo. **R/.**
2. Padre della Luce, rischiara le menti di chi governa il bene comune, perché veda nella Chiesa un alleato fedele, disponibile a spendere la vita per la pace e la giustizia mondiale. Fa' che ciascun cittadino possa crescere in umanità con un cuore saldo impregnato di speranza. Noi ti preghiamo. **R/.**
3. Padre della Vita, nel cuore di tante persone c'è sofferenza e paura per il disagio delle malattie, delle epidemie, delle calamità naturali che provocano tanta miseria e solitudine. Fa' che ogni cristiano, illuminato dalla Parola del Vangelo, possa trasmettere fiducia e speranza. Noi ti preghiamo. **R/.**
4. Padre di Misericordia, effondi il tuo Spirito di forza su questa nostra assemblea, perché possiamo ritornare ai nostri impegni quotidiani annunciando con le parole, ma, soprattutto con la testimonianza di vita, che Gesù è Colui che deve essere ascoltato perché la sua Parola rinnova tutte le cose. Noi ti preghiamo. **R/.**

O Padre, l'amore e la morte sono intrecciati nella vicenda terrena del tuo Figlio Gesù. Ascolta le nostre intenzioni di preghiera perché possiamo condividere la sua vita nella gioia e nel dolore, nella salute e nella malattia, per tutti i giorni della nostra esistenza terrena. Egli vive e regna nei secoli dei secoli. **Amen.**

## LITURGIA EUCARISTICA

### Preghiera sulle offerte

Questa offerta, Padre misericordioso, ci ottenga il perdono dei nostri peccati e ci santifichi

nel corpo e nello spirito, perché possiamo celebrare degnamente le feste pasquali. Per Cristo nostro Signore. **Amen.**

### Antifona alla comunione

Mt 17,5

**Questi è il Figlio mio, l'amato: in lui ho posto il mio compiacimento. Ascoltatelo.**

### Preghiera dopo la comunione

Per la partecipazione ai tuoi gloriosi misteri vogliamo renderti grazie, o Signore, perché a noi ancora pellegrini sulla terra fai pregustare i beni del cielo. Per Cristo nostro Signore. **Amen.**

### Orazione sul popolo

Benedici sempre i tuoi fedeli, o Padre, perché, aderendo al Vangelo del tuo Figlio unigenito, possano desiderare e raggiungere la gloria manifestata agli apostoli in tutta la sua bellezza. Per Cristo nostro Signore. **Amen.**

## Calendario liturgico settimanale

14 - 20 marzo 2022

II di Quaresima - II del salterio

### Lunedì 14 - Feria

S. Matilde | S. Lazzaro | S. Paolina  
[Dn 9,4b-10; Sal 78; Lc 6,36-38]

### Martedì 15 - Feria

S. Zaccaria | S. Luisa de Marillac  
S. Clemente Hofbauer | S. Lucrezia  
[Is 1,10.16-20; Sal 49; Mt 23,1-12]

### Mercoledì 16 - Feria

SS. Ilario e Taziano | S. Eriberto | S. Eusebia  
[Ger 18,18-20; Sal 30; Mt 20,17-28]

### Giovedì 17 - Feria - S. Patrizio, comm.

S. Corrado | S. Gertrude  
S. Gabriele Lalemant | S. Giovanni Sarkander  
[Ger 17,5-10; Sal 1; Lc 16,19-31]

### Venerdì 18 - Feria

S. Cirillo di Gerusalemme, comm.  
S. Anselmo | S. Frediano  
B. Celestina Donati | S. Edoardo II  
[Gen 37,3-4.12-13a.17b-28; Sal 104; Mt 21,33-43.45-46]

### Sabato 19 - S. Giuseppe, Sposo della B. V. Maria, S

S. Giovanni Abate | B. Andrea Gallerani  
B. Marco da Montegallo  
[2Sam 7,4-5a.12-14a.16; Sal 88; Rm 4,13.16-18.22;  
Mt 1,16.18-21.24a oppure Lc 2,41-51a]

### Domenica 20 - III di Quaresima [C]

S. Giovanni Nepomuceno | S. Martino | S. Niceta  
SS. Cirillo, Eugenio e Compagni  
[Es 3,1-8a.13-15; Sal 102; 1Cor 10,1-6.10-12; Lc 13,1-9]

## LA CITTADINANZA CELESTE



### LETTURA

La solitudine di Abramo, stanco della vita e ormai sempre più vicino alla morte, può diventare felicità di una sterminata discendenza, mentre il timore della nube, che assale i discepoli, tornerà a rischiarare ogni loro dubbio dopo la Risurrezione. Non a caso, dinanzi alla voce di Dio gli Apostoli restano in silenzio e non dicono nulla a nessuno, perché ricevono un invito all'ascolto del Figlio, la cui parola va accolta, meditata nel profondo, e poi vissuta. In Abramo, Dio ci affida in eredità una terra, per prosperare nella discendenza; nel vangelo, questo lascito si palesa come dono di vita, della sua stessa vita, nel Figlio "eletto". L'unica via di salvezza, ci dice Paolo, passa per l'abbracciare la croce di Cristo e non farsene nemici, perché solo attraverso di essa la vita può aprirsi alla Trasfigurazione.

### MEDITAZIONE

Il volto di Dio è nella Parola del Signore. L'invito che ci viene rivolto nelle letture di questa Domenica è ad ascoltare la Parola di Dio, che è donata per la nostra vita. Nella Scrittura, Dio non si nasconde, ma si rivela, cioè si ricopre di misterioso velo, attraverso il quale noi

possiamo scorgere la sua presenza e intercettare la sua santa volontà. Il Verbo divino è il Figlio amato, che il Padre ci ha donato per trasfigurare la nostra misera esistenza, votata alla morte, in un trionfo di gloria, e a Lui vogliamo indirizzare il nostro ascolto, perché in Lui abbiamo scoperto la nostra unica via di salvezza. La patria celeste, che ci attende, ci chiama a metterci in cammino come discepoli di Cristo e dell'insegnamento dei suoi Apostoli. Essa ci chiede di trasfigurare il nostro corpo, cioè la nostra vita, ad imitazione di quella del Figlio, a cui ci conducono la Legge di Mosè e le profezie, e a cui danno testimonianza i santi dell'Antica e della Nuova Alleanza. L'incontro con la bellezza del volto di Dio ci spinge a non trattenere l'esperienza della sua gloria, che non può essere isolata e rinchiusa in una capanna sui monti, ma va custodita e portata con sé nel nostro quotidiano, lasciando che sia essa a parlare attraverso di noi, trasformando il nostro essere ed agire ad immagine di quella vita promessa e realizzata da Cristo. I santi ci sono da esempio, vite parlanti di Dio e della sua opera di Misericordia nel cuore di chi ha fatto posto alla sua azione di grazia. Cittadini del Regno dei Cieli, membri a pieno titolo della dimora di Dio, attendiamo con fiduciosa speranza di essere ammessi alla gloria eterna.

### PREGHIERA

Noi cerchiamo il tuo volto, Signore! Torna a risplendere nella nostra vita e la tua luce illumini il nostro cammino verso di te.

### AGIRE

Facciamo atto di affidamento del nostro cammino quaresimale a Maria o ad uno dei santi che sentiamo particolarmente vicino, perché ci aiutino ad affrontare con coraggiosa speranza le difficoltà di questi giorni, per arrivare a sperimentare la gioia vera della Pasqua eterna che andremo a vivere.

Prof. Andrea Nardini