

## ESPRIMERSI PER E CON GLI ALTRI



### LETTURA

Ascoltare che “dobbiamo entrare nel Regno di Dio”, anche a costo di molte tribolazioni, può suscitare turbamento. Sembra di sentire un’urgenza. Per questo sono designati dei fratelli come “anziani” affidati alle comunità, alla Parola e al Signore, per aiutare tutti a entrare nel Regno. La lettura dall’Apocalisse presenta questo ingresso come un cammino che si fa insieme, mentre “passa la scena di questo mondo” e ogni epoca lascia spazio a una nuova epoca. Quelli che vogliono entrare nel Regno “saranno suoi popoli ed Egli sarà il Dio con loro”. Il vangelo sottolinea che chi vi entra conserva l’unità della fede nel vincolo della pace, restando nell’unico amore del Signore Gesù.

### MEDITAZIONE

“La libertà è un valore fondamentale. Appena mi sento costretta, mi ribello e faccio il contrario”. Questa frase di Federica Pellegrini rappresenta il nervosismo perenne tra la voglia di libertà e la sensazione della costrizione. Ascoltare Gesù, che ci chiede di entrare nel suo amore, per qualcuno potrebbe avere il sapore della costrizione. Gesù dice: “rimanete nel mio amore”. E: “amatevi gli uni gli altri”. E ancora: “come io ho amato voi, così amatevi anche voi” nel mio amore. Anzitutto, l’amore può essere comandato? Si sen-

te, in questa istruzione, tutta l’urgenza di “dover entrare nel Regno di Dio”, che a pelle potrebbe sembrare non un invito libero, ma una pressione. Non solo. Accettare di essere messo in rete e dover fare i conti gli uni con gli altri, pesa sulla mia libertà di espressione e la mia scelta secondo il gusto personale; in che modo, perciò, posso anche pensare che la mia capacità di amare riesca a venir fuori? L’invito a entrare in rete, a rimanere in rete, ha questo impatto, ed è innegabile. Anzi, è proprio questo il motivo per cui alcuni entrano, stanno al gioco, poi si ribellano e mollano. Fanno il contrario. La comunione nella Chiesa fa sentire il peso, è un braccio di ferro continuo tra se stessi e gli altri, alle volte logorante, altre volte entusiasmante, ed è proprio questo l’effetto voluto: costringere la propria capacità di amare a esprimersi non tanto e non solo per gli altri, ma anche e soprattutto con gli altri. Per questo, amarsi mentre si sta in rete insieme, costringe “per mezzo di molte tribolazioni” a rinunciare a tutto ciò che di sé non riesce a incastrarsi con gli altri, e a tenere ciò che resta.

### PREGHIERA

Signore, ti sei fatto inchiodare sulla croce, accettando la terribile crudeltà di questo dolore, la distruzione del tuo corpo e della tua dignità. Hai sofferto senza fughe e senza compromessi. Aiutaci a non fuggire di fronte a ciò che siamo chiamati ad adempiere. Aiutaci a farci legare strettamente a te. Aiutaci a smascherare quella falsa libertà che ci vuole allontanare da te. Aiutaci ad accettare la tua libertà “legata” e a trovare nello stretto legame con te la vera libertà [card. Joseph Ratzinger].

### AGIRE

Non vedere il Signore come qualcuno da cui avere qualcosa da prendere per star bene.

Don Rocco Malatacca



# messa meditazione domenicale

IL VANGELO: VITA NELLA TUA VITA

### Antifona d’ingresso

Sal 97,1-2

**Cantate al Signore un canto nuovo, perché ha compiuto meraviglie; agli occhi delle genti ha rivelato la sua giustizia. Alleluia.**

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

La pace, la carità e la fede da parte di Dio Padre e del Signore Gesù Cristo siano 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.**

### 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, Figlio 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

Dio onnipotente ed eterno, porta a compimento in noi il mistero pasquale, perché quanti ti sei degnato di rinnovare nel Battesimo, con il tuo paterno aiuto portino frutti abbondanti e giungano alla gioia della vita eterna. Per il nostro Signore... **Amen.**

**Oppure [Anno C]:** O Padre, che tutto rinnovi nel tuo Figlio glorificato, fa’ che mettiamo in pratica il suo comandamento nuovo e così, amandoci gli uni gli altri, ci manifestiamo al mondo come suoi veri discepoli. Per il nostro Signore... **Amen.**

## LITURGIA DELLA PAROLA

### Prima lettura

At 14,21b-27

*Riferirono alla comunità tutto quello che Dio aveva fatto per mezzo loro.*

### Dagli Atti degli Apostoli.

**I**n quei giorni, Paolo e Bàrnaba <sup>21</sup>ritornarono a Listra, Icònio e Antiòchia, <sup>22</sup>confermando i discepoli ed esortandoli a restare saldi nella fede «perché - dicevano - dobbiamo entrare nel regno di Dio attraverso molte tribolazioni». <sup>23</sup>Designarono quindi per loro in ogni Chiesa alcuni anziani e, dopo



avere pregato e digiunato, li affidarono al Signore, nel quale avevano creduto. <sup>24</sup>Attraversata poi la Pisidia, raggiunsero la Panfilia <sup>25</sup>e, dopo avere proclamato la Parola a Perge, scesero ad Attàlia; <sup>26</sup>di qui fecero vela per Antiòchia, là dove erano stati affidati alla grazia di Dio per l'opera che avevano compiuto. <sup>27</sup>Appena arrivati, riunirono la Chiesa e riferirono tutto quello che Dio aveva fatto per mezzo loro e come avesse aperto ai pagani la porta della fede.

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

**Salmo responsoriale** dal Salmo 144

**R/. Benedirò il tuo nome per sempre, Signore.**



**Oppure: R/. Alleluia, alleluia, alleluia.**

Misericordioso e pietoso è il Signore, / lento all'ira e grande nell'amore. / Buono è il Signore verso tutti, / la sua tenerezza si espande su tutte le creature. **R/.**

Ti lodino, Signore, tutte le tue opere / e ti benedicano i tuoi fedeli. / Dicano la gloria del tuo regno / e parlino della tua potenza. **R/.**

Per far conoscere agli uomini le tue imprese / e la splendida gloria del tuo regno. / Il tuo regno è un regno eterno, / il tuo dominio si estende per tutte le generazioni. **R/.**

**Seconda lettura** Ap 21,1-5a

*Dio asciugherà ogni lacrima dai loro occhi.*

**Dal libro dell'Apocalisse di san Giovanni apostolo.**

**I**o, Giovanni, <sup>1</sup>vidi un cielo nuovo e una terra nuova: il cielo e la terra di prima infatti erano scomparsi e il mare non c'era più. <sup>2</sup>E vidi anche la città santa, la Gerusalemme nuova, scendere dal cielo, da Dio, pronta come una sposa adorna per il suo sposo. <sup>3</sup>Udii allora una voce potente, che veniva dal trono e diceva: «Ecco la tenda di Dio con gli

uomini! Egli abiterà con loro ed essi saranno suoi popoli ed egli sarà il Dio con loro, il loro Dio. <sup>4</sup>E asciugherà ogni lacrima dai loro occhi e non vi sarà più la morte né lutto né lamento né affanno, perché le cose di prima sono passate». <sup>5</sup>E Colui che sedeva sul trono disse: «Ecco, io faccio nuove tutte le cose».

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

**Canto al Vangelo** Gv 13,34

**Alleluia, alleluia.**

Vi do un comandamento nuovo, dice il Signore: come io ho amato voi, così amatevi anche voi gli uni gli altri. **Alleluia.**

**Vangelo** Gv 13,31-33a.34-35

*Vi do un comandamento nuovo: che vi amiate gli uni gli altri.*

**Dal Vangelo secondo Giovanni.**

**Q**uando Giuda <sup>31</sup>fu uscito [dal cenacolo], Gesù disse: «Ora il Figlio dell'uomo è stato glorificato, e Dio è stato glorificato in lui. <sup>32</sup>Se Dio è stato glorificato in lui, anche Dio lo glorificherà da parte sua e lo glorificherà subito. <sup>33</sup>Figlioli, ancora per poco sono con voi. <sup>34</sup>Vi do un comandamento nuovo: che vi amiate gli uni gli altri. Come io ho amato voi, così amatevi anche voi gli uni gli altri. <sup>35</sup>Da questo tutti sapranno che siete miei discepoli: se avete amore gli uni per gli altri».

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, mediante il suo Figlio Dio Padre ci ha consegnato il comandamento dell'amore per annunciare che un mondo nuovo è

possibile, se noi ci impegniamo in prima persona a viverlo nelle relazioni con gli altri.

Preghiamo insieme e diciamo:

**R/. Ascoltaci, o Signore.**

**1.** Per la Chiesa, perché supportata dalla testimonianza del Papa, dei vescovi, dei presbiteri e dei diaconi, possa essere fedele e coerente all'amore che Cristo ha riversato sul mondo con la sua morte in croce. Noi ti preghiamo. **R/.**

**2.** Per coloro che sono stati eletti per gestire il bene comune, perché nelle scelte amministrative siano sempre guidati dal desiderio di consolare i più deboli, di ricucire le relazioni svigorite e di ridestare la gioia di vivere in chi è deluso dalla vita. Noi ti preghiamo. **R/.**

**3.** Per i missionari del Vangelo, perché sappiano incarnare l'evangelizzazione nelle diverse culture e raggiungere quanti vivono la fragilità della malattia e del disagio economico e sociale. Noi ti preghiamo. **R/.**

**4.** Per noi che abbiamo accolto il comandamento dell'amore, perché esso risuoni nella nostra quotidiana testimonianza del Vangelo, sostenga le relazioni tra noi e incoraggi coloro che vivono nel dubbio e nella solitudine. Noi ti preghiamo. **R/.**

Padre santo, con la morte e risurrezione del tuo Figlio hai inaugurato un mondo nuovo, aperto alla speranza e all'eternità. Ascolta le nostre preghiere, perché uniti a te possiamo soddisfare il nostro desiderio di pienezza e trasmetterlo ai nostri fratelli. Per Cristo nostro Signore. **Amen.**

## LITURGIA EUCARISTICA

**Preghiera sulle offerte**

O Dio, che nella comunione mirabile a questo sacrificio ci hai resi partecipi della tua natura divina, dona a noi, che abbiamo conosciuto la tua verità, di testimoniare con una degna condotta di vita. Per Cristo nostro Signore. **Amen.**

**Prefazio** [Si suggerisce il Prefazio Pasquale IV - M. R. pag. 352].

**Mistero della fede**

**Tu ci hai redenti con la tua croce e la tua risurrezione: salvaci, o Salvatore del mondo.**

**Antifona alla comunione** Gv 13,34

**«Come io ho amato voi, così anche voi amatevi gli uni gli altri», dice il Signore. Alleluia.**

**Preghiera dopo la comunione**

Assisti con bontà il tuo popolo, o Signore, e poiché lo hai colmato della grazia di questi santi misteri, donagli di passare dalla nativa fragilità umana alla vita nuova nel Cristo risorto. Egli vive e regna nei secoli dei secoli. **Amen.**

**Calendario liturgico settimanale**

19 - 25 maggio 2025

V di Pasqua - I del salterio

**Lunedì 19 - Feria**

S. Adolfo | S. Celestino V | S. Crispino | S. Urbano I  
[At 14,5-18; Sal 113B; Gv 14,21-26]

**Martedì 20 - Feria** - S. Bernardino da Siena, mf

S. Arcangelo Tadino | S. Lidia | S. Lucifero  
S. Guido della Gherardesca

[At 14,19-28; Sal 144; Gv 14,27-31a]

**Mercoledì 21 - Feria**

SS. Cristoforo Magallanes e C., mf  
S. Teobaldo | S. Eugenio de Mazenod | S. Paterno

[At 15,1-6; Sal 121; Gv 15,1-8]

**Giovedì 22 - Feria** - S. Rita da Cascia, mf

S. Giulia | SS. Casto ed Emilio | S. Umiltà (Rosanna)  
S. Giovanni da Parma

[At 15,7-21; Sal 95; Gv 15,9-11]

**Venerdì 23 - Feria**

SS. Lucio, Montano e C. | S. Giovanni Battista de' Rossi

[At 15,22-31; Sal 56; Gv 15,12-17]

**Sabato 24 - Feria**

B. V. Maria Ausiliatrice | S. Simeone Stilita  
SS. Donaziano e Rogaziano

[At 16,1-10; Sal 99; Gv 15,18-21]

**Domenica 25 - VI di Pasqua [C]**

S. Gregorio VII | S. Beda | S. M. Maddalena de' Pazzi  
S. Adelmo | S. Dionigi | S. Maddalena Sofia Barat

[At 15,1-2.22-29; Sal 66; Ap 21,10-14.22-23;  
Gv 14,23-29]



**Messa Meditazione mensile**

Ogni giorno una meditazione per te!

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