

Davvero il coraggio che ti ha sostenuto non cadrà dal cuore degli uomini: essi ricorderanno per sempre la potenza del Signore. *R*

Dio compia per te queste cose a tua perenne esaltazione, in riconoscimento della prontezza con cui hai esposto la vita di fronte all'umiliazione della nostra stirpe. *R*

LETTERA DI S. PAOLO APOSTOLO AGLI EFESINI

(1, 3-10,)

Benedetto Dio, Padre del Signore nostro Gesù Cristo, / che ci ha benedetti con ogni benedizione spirituale nei cieli in Cristo. / In lui ci ha scelti prima della creazione del mondo / per essere santi e immacolati di fronte a lui nella carità, / predestinandoci a essere per lui figli adottivi / mediante Gesù Cristo, / secondo il disegno d'amore della sua volontà, / a lode dello splendore della sua grazia, / di cui ci ha gratificati nel Figlio amato. / In lui, mediante il suo sangue, / abbiamo la redenzione, il perdono delle colpe, / secondo la ricchezza della sua grazia. / Egli l'ha riversata in abbondanza su di noi / con ogni sapienza e intelligenza, / facendoci conoscere il mistero della sua volontà, / secondo la benevolenza che in lui si era proposto / per il governo della pienezza dei tempi.

LETTURA DEL VANGELO SECONDO LUCA (1, 40-55)

In quei giorni, Maria, entrata nella casa di Zaccaria, salutò Elisabetta. Appena Elisabetta ebbe udito il saluto di Maria, il bambino sussultò nel suo grembo. Elisabetta fu colmata di Spirito Santo ed esclamò a gran voce: «Benedetta tu fra le donne e benedetto il frutto del tuo grembo! A che cosa devo che la madre del mio Signore venga da me? Ecco, appena il tuo saluto è giunto ai miei orecchi, il bambino ha sussultato di gioia nel mio grembo. E beata colei che ha creduto nell'adempimento di ciò che il Signore le ha detto». Allora Maria disse: / «L'anima mia magnifica il Signore / e il mio spirito esulta in Dio, mio salvatore, / perché ha guardato l'umiltà della sua serva. / D'ora in poi tutte le generazioni mi chiameranno beata. / Grandi cose ha fatto per me l'Onnipotente / e Santo è il suo nome; / di generazione in generazione la sua misericordia / per quelli che lo temono. / Ha spiegato la potenza del suo braccio, / ha disperso i superbi nei pensieri del loro cuore; / ha rovesciato i potenti dai troni, / ha innalzato gli umili; / ha ricolmato di beni gli affamati, / ha rimandato i ricchi a mani vuote. / Ha soccorso Israele, suo servo, / ricordandosi della sua misericordia, / come aveva detto ai nostri padri, / per Abramo e la sua discendenza, per sempre».

SABATO 12 febbraio 2022

LETTURA DEL LIBRO DELL'ESODO (25, 1.10-22)

In quei giorni. Il Signore parlò a Mosè dicendo: «Faranno dunque un'arca di legno di acacia: avrà due cubiti e mezzo di lunghezza, un cubito e mezzo di larghezza, un cubito e mezzo di altezza. La rivestirai d'oro puro: dentro e fuori la rivestirai e le farai intorno un bordo d'oro. Fonderai per essa quattro anelli d'oro e li fisserai ai suoi quattro piedi: due anelli su di un lato e due anelli sull'altro. Farai stanghe di legno di acacia e le rivestirai d'oro. Introduirai le stanghe negli anelli sui due lati dell'arca per trasportare con esse l'arca. Le stanghe dovranno rimanere negli anelli dell'arca: non verranno tolte di lì. Nell'arca collocherai la Testimonianza che io ti darò. Farai il propiziatore, d'oro puro; avrà due cubiti e mezzo di lunghezza e un cubito e mezzo di larghezza. Farai due cherubini d'oro: li farai lavorati a martello sulle due estremità del propiziatore. Fa' un cherubino a una estremità e un cherubino all'altra estremità. Farete i cherubini alle due estremità del propiziatore. I

cherubini avranno le due ali spiegate verso l'alto, proteggendo con le ali il propiziatore; saranno rivolti l'uno verso l'altro e le facce dei cherubini saranno rivolte verso il propiziatore. Porrai il propiziatore sulla parte superiore dell'arca e collocherai nell'arca la Testimonianza che io ti darò. Io ti darò convegno in quel luogo: parlerò con te da sopra il propiziatore, in mezzo ai due cherubini che saranno sull'arca della Testimonianza, dandoti i miei ordini riguardo agli Israeliti».

SALMO (dal Salmo 97)

CANTATE E ACCLAMATE AL SIGNORE

Cantate inni al Signore con la cetra, con la cetra e al suono di strumenti a corde; con le trombe e al suono del corno acclamate davanti al re, il Signore. *R*

Risuoni il mare e quanto racchiude, il mondo e i suoi abitanti. I fiumi battano le mani. *R*

Esultino insieme le montagne davanti al Signore che viene a giudicare la terra: giudicherà il mondo con giustizia e i popoli con rettitudine. *R*

LETTERA AGLI EBREI (9, 1-10)

Fratelli, certo, anche la prima alleanza aveva norme per il culto e un santuario terreno. Fu costruita infatti una tenda, la prima, nella quale vi erano il candelabro, la tavola e i pani dell'offerta; essa veniva chiamata il Santo. Dietro il secondo velo, poi, c'era la tenda chiamata Santo dei Santi, con l'altare d'oro per i profumi e l'arca dell'alleanza tutta ricoperta d'oro, nella quale si trovavano un'urna d'oro contenente la manna, la verga di Aronne, che era fiorita, e le tavole dell'alleanza. E sopra l'arca stavano i cherubini della gloria, che stendevano la loro ombra sul propiziatore. Di queste cose non è necessario ora parlare nei particolari. Disposte in tal modo le cose, nella prima tenda entrano sempre i sacerdoti per celebrare il culto; nella seconda invece entra solamente il sommo sacerdote, una volta all'anno, e non senza portarvi del sangue, che egli offre per se stesso e per quanto commesso dal popolo per ignoranza. Lo Spirito Santo intendeva così mostrare che non era stata ancora manifestata la via del santuario, finché restava la prima tenda. Essa infatti è figura del tempo presente e secondo essa vengono offerti doni e sacrifici che non possono rendere perfetto, nella sua coscienza, colui che offre: si tratta soltanto di cibi, di bevande e di varie abluzioni, tutte prescrizioni carnali, valide fino al tempo in cui sarebbero state riformate.

LETTURA DEL VANGELO SECONDO MATTEO (26,59-64)

In quel tempo. I capi dei sacerdoti e tutto il sinedrio cercavano una falsa testimonianza contro il Signore Gesù, per metterlo a morte; ma non la trovarono, sebbene si fossero presentati molti falsi testimoni. Finalmente se ne presentarono due, che affermarono: «Costui ha dichiarato: "Posso distruggere il tempio di Dio e ricostruirlo in tre giorni"». Il sommo sacerdote si alzò e gli disse: «Non rispondi nulla? Che cosa testimoniano costoro contro di te?». Ma Gesù taceva. Allora il sommo sacerdote gli disse: «Ti scongiuro, per il Dio vivente, di dirci se sei tu il Cristo, il Figlio di Dio». «Tu l'hai detto - gli rispose Gesù -; anzi io ti dico: / d'ora innanzi vedrete il Figlio dell'uomo / seduto alla destra della Potenza / e venire sulle nubi del cielo».



La tua Parola
è
"Luce ai nostri passi"

LUNEDÌ 7 febbraio 2022. Ss. SCOLASTICA, VERGINE

LETTURA DEL LIBRO DEL SIRACIDE (35, 5-13)

Cosa gradita al Signore è tenersi lontano dalla malvagità, / sacrificio di espiazione è tenersi lontano dall'ingiustizia. / Non presentarti a mani vuote davanti al Signore, / perché tutto questo è comandato. / L'offerta del giusto arricchisce l'altare, / il suo profumo sale davanti all'Altissimo. / Il sacrificio dell'uomo giusto è gradito, / il suo ricordo non sarà dimenticato. / Glorifica il Signore con occhio contento, / non essere avaro nelle primizie delle tue mani. / In ogni offerta mostra lieto il tuo volto, / con gioia consacra la tua decima. / Da' all'Altissimo secondo il dono da lui ricevuto, / e con occhio contento, secondo la tua possibilità, / perché il Signore è uno che ripaga / e ti restituirà sette volte tanto.

SALMO (Salmo 115)

SALIRÒ ALL'ALTARE DI DIO, AL DIO DELLA MIA GIOIA

Che cosa renderò al Signore per tutti i benefici che mi ha fatto? Alzerò il calice della salvezza e invocherò il nome del Signore. *R*

Ti prego, Signore, perché sono tuo servo; io sono tuo servo, figlio della tua schiava: tu hai spezzato le mie catene. A te offrirò un sacrificio di ringraziamento e invocherò il nome del Signore. *R*

Adempirò i miei voti al Signore davanti a tutto il suo popolo, negli atri della casa del Signore, in mezzo a te, Gerusalemme. *R*

LETTURA DEL VANGELO SECONDO MARCO (7, 14-30)

In quel tempo. Chiamata di nuovo la folla, il Signore Gesù diceva loro: «Ascoltate tutti e comprendete bene! Non c'è nulla fuori dell'uomo che, entrando in lui, possa renderlo impuro. Ma sono le cose che escono dall'uomo a renderlo impuro». Quando entrò in una casa, lontano dalla folla, i suoi discepoli lo interrogavano sulla parabola. E disse loro: «Così neanche voi siete capaci di comprendere? Non capite che tutto ciò che entra nell'uomo dal di fuori non può renderlo impuro, perché non gli entra nel cuore ma nel ventre e va nella fogna?». Così rendeva puri tutti gli alimenti. E diceva: «Ciò che esce dall'uomo è quello che rende impuro l'uomo. Dal di dentro infatti, cioè dal cuore degli uomini, escono i propositi di male: impurità, furti, omicidi, adulterii, avidità, malvagità, inganno, dissolutezza, invidia, calunnia, superbia, stoltezza. Tutte queste cose cattive vengono fuori dall'interno e rendono impuro l'uomo». Partito di là, andò nella regione di Tiro. Entrato in una casa, non voleva che alcuno lo sapesse, ma non poté restare nascosto. Una donna, la cui figliuola era posseduta da uno spirito impuro, appena seppe di lui, andò e si gettò ai suoi piedi. Questa donna era di lingua greca e di origine siro-feniciana. Ella lo supplicava di scacciare il demonio da sua figlia. Ed egli le rispondeva: «Lascia prima che si sazino i figli, perché non è bene prendere il pane dei figli e gettarlo ai cagnolini». Ma lei gli replicò: «Signore, anche i cagnolini sotto la tavola mangiano le briciole dei figli». Allora le disse: «Per questa tua parola, va': il demonio è uscito da tua figlia». Tornata a casa sua, trovò la bambina coricata sul letto e il demonio se n'era andato.

MARTEDÌ 8 febbraio 2022, S. GIROLAMO EMILIANI

LETTURA DEL LIBRO DEL SIRACIDE (28, 13-22)

Maledici il calunniatore e l'uomo che è bugiardo, perché hanno rovinato molti che stavano in pace. Le dicerie di una terza persona hanno sconvolto molti, li hanno scacciati di nazione in nazione; hanno demolito città fortificate e rovinato casati potenti. Le dicerie di una terza persona hanno fatto ripudiare donne forti, privandole del frutto delle loro fatiche. Chi a esse presta attenzione certo non troverà pace, non vivrà tranquillo nella sua dimora. Un colpo di frusta produce lividure, ma un colpo di lingua rompe le ossa. Molti sono caduti a fil di spada, ma non quanti sono periti per colpa della lingua. Beato chi è al riparo da essa, chi non è esposto al suo furore, chi non ha trascinato il suo giogo e non è stato legato con le sue catene. Il suo giogo è un giogo di ferro; le sue catene sono catene di bronzo. Spaventosa è la morte che la lingua procura, al confronto è preferibile il regno dei morti. Essa non ha potere sugli uomini pii, questi non bruceranno alla sua fiamma.

SALMO (Salmo 30)

SIGNORE, MIO DIO, TU SEI IL MIO AIUTO

Signore, che io non debba vergognarmi per averti invocato; si vergognino i malvagi, siano ridotti al silenzio negli inferi. Tacciano le labbra bugiarde, che dicono insolenze contro il giusto con orgoglio e disprezzo. R

Quanto è grande la tua bontà, Signore! La riservi per coloro che ti temono, la dispensi a chi in te si rifugia. Tu li nascondi al riparo del tuo volto, lontano dagli intrighi degli uomini; li metti al sicuro nella tua tenda. R

Amate il Signore, voi tutti suoi fedeli; il Signore protegge chi ha fiducia in lui e ripaga in abbondanza chi opera con superbia. Siate forti, rendete saldo il vostro cuore, voi tutti che sperate nel Signore. R

LETTURA DEL VANGELO SECONDO MARCO (7, 31-37)

In quel tempo. Uscito dalla regione di Tiro, passando per Sidone, il Signore Gesù venne verso il mare di Galilea in pieno territorio della Decàpoli. Gli portarono un sordomuto e lo pregarono di imporgli la mano. Lo prese in disparte, lontano dalla folla, gli pose le dita negli orecchi e con la saliva gli toccò la lingua; guardando quindi verso il cielo, emise un sospiro e gli disse: «Effatà», cioè: «Apriti!». E subito gli si aprirono gli orecchi, si sciolse il nodo della sua lingua e parlava correttamente. E comandò loro di non dirlo a nessuno. Ma più egli lo proibiva, più essi lo proclamavano e, pieni di stupore, dicevano: «Ha fatto bene ogni cosa: fa udire i sordi e fa parlare i muti!».

MERCOLEDÌ 9 febbraio 2022, S. GIUSEPPINA BAKHITA, VERGINE

LETTURA DEL LIBRO DEL SIRACIDE (38, 34-39, 10)

Differente è il caso di chi si applica / a meditare la legge dell'Altissimo. / Egli ricerca la sapienza di tutti gli antichi / e si dedica allo studio delle profezie. / Conserva i detti degli uomini famosi / e penetra le sottigliezze delle parabole, / ricerca il senso recondito dei proverbi / e si occupa degli enigmi delle parabole. / Svolge il suo compito fra i grandi, / lo si vede tra i capi, / viaggia in terre di popoli stranieri, / sperimentando il bene e il male in mezzo agli uomini. / Gli sta a cuore alzarsi di buon mattino / per il Signore, che lo ha creato; / davanti all'Altissimo fa la sua supplica, / apre

la sua bocca alla preghiera / e implora per i suoi peccati. / Se il Signore, che è grande, vorrà, / egli sarà ricolmato di spirito d'intelligenza: / come pioggia effonderà le parole della sua sapienza / nella preghiera renderà lode al Signore. / Saprà orientare il suo consiglio e la sua scienza / e riflettere sui segreti di Dio. / Manifesterà la dottrina del suo insegnamento, / si vanterà della legge dell'alleanza del Signore. / Molti loderanno la sua intelligenza, / egli non sarà mai dimenticato; / non scomparirà il suo ricordo, / il suo nome vivrà di generazione in generazione. / I popoli parleranno della sua sapienza, / l'assemblea proclamerà la sua lode.

SALMO (Salmo 62)

IO CERCO IL TUO VOLTO, SIGNORE

O Dio, tu sei il mio Dio, dall'aurora io ti cerco, ha sete di te l'anima mia, desidera te la mia carne in terra arida, assetata, senz'acqua. R

Così nel santuario ti ho contemplato, guardando la tua potenza e la tua gloria. Poiché il tuo amore vale più della vita, le mie labbra canteranno la tua lode. R

Così ti benedirò per tutta la vita: nel tuo nome alzerò le mie mani. Come saziato dai cibi migliori, con labbra gioiose ti loderà la mia bocca. R

Quando nel mio letto di te mi ricordo e penso a te nelle veglie notturne, a te che sei stato il mio aiuto, esulto di gioia all'ombra delle tue ali. A te si stringe l'anima mia: la tua destra mi sostiene. R

LETTURA DEL VANGELO SECONDO MARCO (8, 1-9)

In quei giorni, poiché vi era di nuovo molta folla e non avevano da mangiare, il Signore Gesù chiamò a sé i discepoli e disse loro: «Sento compassione per la folla; ormai da tre giorni stanno con me e non hanno da mangiare. Se li rimando digiuni alle loro case, verranno meno lungo il cammino; e alcuni di loro sono venuti da lontano». Gli risposero i suoi discepoli: «Come riuscire a sfamarli di pane qui, in un deserto?». Domandò loro: «Quanti pani avete?». Dissero: «Sette». Ordinò alla folla di sedersi per terra. Prese i sette pani, rese grazie, li spezzò e li dava ai suoi discepoli perché li distribuissero; ed essi li distribuirono alla folla. Avevano anche pochi pesciolini; recitò la benedizione su di essi e fece distribuire anche quelli. Mangiarono a sazietà e portarono via i pezzi avanzati: sette sporte. Erano circa quattromila. E li congedò.

GIOVEDÌ 10 febbraio 2022, S. SCOLASTICA, VERGINE

LETTURA DEL LIBRO DEL SIRACIDE (31, 1-11)

L'insonnia del ricco consuma il corpo, / i suoi affanni gli tolgono il sonno. / Le preoccupazioni dell'insonnia non lasciano dormire, / come una grave malattia bandiscono il sonno. / Un ricco fatica nell'accumulare ricchezze, / e se riposa è per darsi ai piaceri. / Un povero fatica nelle privazioni della vita, / ma se si riposa cade in miseria. / Chi ama l'oro non sarà esente da colpa, / chi insegue il denaro ne sarà fuorviato. / Molti sono andati in rovina a causa dell'oro, / e la loro rovina era davanti a loro. / È una trappola per quanti ne sono infatuati, / e ogni insensato vi resta preso. / Beato il ricco che si trova senza macchia / e che non corre dietro all'oro. / Chi è costui? Lo proclameremo beato, / perché ha compiuto meraviglie in mezzo al suo popolo. / Chi ha subito questa prova ed è risultato perfetto? / Sarà per lui un titolo di vanto. / Chi po-

teva trasgredire e non ha trasgredito, / fare il male e non lo ha fatto? / Per questo si consolideranno i suoi beni / e l'assemblea celebrerà le sue beneficenze.

SALMO (Salmo 51)

SPERO NEL TUO NOME, SIGNORE, PERCHÉ È BUONO

Perché ti vanti del male, o prepotente? «Ecco l'uomo che non ha posto Dio come sua fortezza, ma ha confidato nella sua grande ricchezza e si è fatto forte delle sue insidie». R

Ma io, come olivo verdeggiante nella casa di Dio, confido nella fedeltà di Dio in eterno e per sempre. R

Voglio renderti grazie in eterno per quanto hai operato; spero nel tuo nome, perché è buono, davanti ai tuoi fedeli. R

LETTURA DEL VANGELO SECONDO MARCO (8, 10-21)

In quel tempo. Il Signore Gesù salì sulla barca con i suoi discepoli e subito andò dalle parti di Dalmanutà. Vennero i farisei e si misero a discutere con lui, chiedendogli un segno dal cielo, per metterlo alla prova. Ma egli sospirò profondamente e disse: «Perché questa generazione chiede un segno? In verità io vi dico: a questa generazione non sarà dato alcun segno». Li lasciò, risalì sulla barca e partì per l'altra riva. Avevano dimenticato di prendere dei pani e non avevano con sé sulla barca che un solo pane. Allora egli li ammoniva dicendo: «Fate attenzione, guardatevi dal lievito dei farisei e dal lievito di Erode!». Ma quelli discutevano fra loro perché non avevano pane. Si accorse di questo e disse loro: «Perché discutete che non avete pane? Non capite ancora e non comprendete? Avete il cuore indurito? Avete occhi e non vedete, avete orecchi e non udite? E non vi ricordate, quando ho spezzato i cinque pani per i cinquemila, quante ceste colme di pezzi avete portato via?». Gli dissero: «Dodici». «E quando ho spezzato i sette pani per i quattromila, quante sporte piene di pezzi avete portato via?». Gli dissero: «Sette». E disse loro: «Non comprendete ancora?».

VENERDÌ 11 febbraio 2022, BEATA VERGINE MARIA DI LOURDES

LETTURA DEL PROFETA ISAIA (55, 1-7)

Così dice il Signore Dio: / «O voi tutti assetati, venite all'acqua, / voi che non avete denaro, venite, / comprate e mangiate; venite, / comprate / senza denaro, senza pagare, vino e latte. / Perché spendete denaro per ciò che non è pane, / il vostro guadagno per ciò che non sazia? / Su, ascoltate e mangerete cose buone / e gusterete cibi succulenti. / Porgete l'orecchio e venite a me, / ascoltate e vivrete. / Io stabilirò per voi un'alleanza eterna, / i favori assicurati a Davide. / Ecco, l'ho costituito testimone fra i popoli, / principe e sovrano sulle nazioni. / Ecco, tu chiamerai gente che non conoscevi; / accorreranno a te nazioni che non ti conoscevano / a causa del Signore, tuo Dio, / del Santo d'Israele, che ti onora. / Cerca il Signore, mentre si fa trovare, / invocatelo, mentre è vicino. / L'empio abbandoni la sua via / e l'uomo iniquo i suoi pensieri; / ritorni al Signore che avrà misericordia di lui / e al nostro Dio che largamente perdona».

SALMO (Cfr. Gdt 13, 18-20)

BENEDETTA SEI TU, MARIA, FRA TUTTE LE DONNE

Benedetta sei tu, figlia, davanti al Dio altissimo più di tutte le donne, e benedetto il Signore Dio che ha creato il cielo e la terra. R