



Gesù dice a noi: «Amate i vostri nemici, fate del bene e prestate senza sperarne nulla e la vostra ricompensa sarà grande».

«SIATE MISERICORDIOSI, COME IL PADRE VOSTRO»

CON la parola "longanimità" si intende generalmente un «costante atteggiamento di generosa indulgenza e sopportazione». È "longanimo" colui che è incline, nei rapporti con il prossimo, alla comprensione e all'indulgenza, colui che sa attendere con pazienza, perseveranza e fiducia "i tempi" di chi ha ancora bisogno di conversione e lo sa pazientemente accompagnare in questo cammino non sempre facile. La longanimità per eccellenza risiede in Dio e nella liturgia che oggi la Chiesa ci fa celebrare possiamo facilmente individuarla.

Essa si riflette anzitutto in Davide nei confronti di Saul che lo perseguitava per ucciderlo, impedendo ad Abisai di dargli la morte (*I Lettura*); questa qualità, poi, viene indicata nell'odierna pagina evangelica come irrinunciabile per ogni cristiano a cui il Maestro Divino comanda di amare i nemici partecipando ad essi la stessa misericordia del Padre (*Vangelo*); infine la si riscontra in Gesù stesso che con la sua passione, morte e risurrezione ci ha donato la sua stessa vita e continua a offrirci il suo amore con il costante permanere del suo Spirito in noi (*II Lettura*). Don Guido Colombo, *ssp*

● È abbastanza normale raccomandare la solidarietà con chi ci è prossimo per legami di famiglia, di religione e di patria. Gesù spazza via tutti i limiti e ci chiede di far saltare l'ingranaggio dei conflitti e degli odi. L'amore gratuito è senza frontiere, come quello di Dio e di Gesù, che sulla croce ce ne ha dato l'esempio.

ANTIFONA D'INGRESSO (Sol 12,6) in piedi
Confido, Signore, nella tua misericordia. Gioisca il mio cuore nella tua salvezza, canti al Signore che mi ha beneficato.

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

C - La grazia del Signore nostro Gesù Cristo, l'amore di Dio Padre e la comunione dello Spirito Santo sia con tutti voi.

A - **E con il tuo spirito.**

ATTO PENITENZIALE

C - All'inizio di questa celebrazione eucaristica chiediamo la conversione del cuore, fonte di riconciliazione e di comunione con Dio e con i fratelli.

(Breve pausa di silenzio).

Tutti - **Confesso a Dio onnipotente e a voi, fratelli, che ho molto peccato in pensieri, parole, opere e omissioni, (ci si batte il petto) per mia colpa, mia colpa, mia grandissima colpa. E**

supplico la beata sempre Vergine Maria, gli angeli, i santi, e voi, fratelli, di pregare per me il Signore Dio nostro.

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

A - **Amen.**

C - Signore, pietà.

A - **Signore, pietà.**

C - Cristo, pietà.

A - **Cristo, pietà.**

C - Signore, pietà.

A - **Signore, pietà.**

GLORIA A DIO NELL'ALTO DEI CIELI e pace in terra agli uomini di buona volontà. 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 - Il tuo aiuto, Padre misericordioso, ci renda sempre attenti alla voce dello Spirito, perché possiamo conoscere ciò che è conforme alla tua volontà e attuarlo nelle parole e nel opere. Per il nostro Signore... A - **Amen.**

O la colletta dell'Anno C, dal Messale II ed., pag. 986:

C - Padre clementissimo, che nel tuo unico Figlio ci riveli l'amore gratuito e universale, donaci un cuore nuovo, perché diventiamo capaci di amare anche i nostri nemici e di benedire chi ci ha fatto del male. Per il nostro Signore Gesù Cristo...
A - Amen.

LITURGIA DELLA PAROLA

PRIMA LETTURA

seduti

Davide rinunzia a vendicarsi di Saul, che pure cercava di farlo morire. La legge del perdono racchiusa nel Vangelo è la maturazione di una lunga pedagogia di Dio.

Dal primo libro di Samuèle (26,2.7-9.12-13.22-23)

In quei giorni, ²Saul si mosse e scese nel deserto di Zif conducendo con sé tremila uomini scelti di Israele, per ricercare Davide nel deserto di Zif. ⁷Davide e Abisai scesero tra quella gente di notte ed ecco Saul giaceva nel sonno tra i carriaggi e la sua lancia era infissa a terra a capo del suo giaciglio mentre Abner con la truppa dormiva all'intorno.

⁸Abisai disse a Davide: «Oggi Dio ti ha messo nelle mani il tuo nemico. Lascia dunque che io l'inchiodi a terra con la lancia in un sol colpo e non aggrungerò il secondo». ⁹Ma Davide disse ad Abisai: «Non ucciderlo! Chi mai ha messo la mano sul consacrato del Signore ed è rimasto impunito?». ¹²Davide portò via la lancia e la brocca dell'acqua che era dalla parte del capo di Saul e tutti e due se ne andarono; nessuno vide, nessuno se ne accorse, nessuno si svegliò: tutti dormivano, perché era venuto su di loro un torpore mandato dal Signore.

¹³Davide passò dall'altro lato e si fermò lontano sulla cima del monte; vi era grande spazio tra di loro. ²²E Davide gridò: «Ecco la lancia del re, passi qui uno degli uomini e la prenda! ²³Il Signore renderà a ciascuno secondo la sua giustizia e la sua fedeltà, dal momento che oggi il Signore ti aveva messo nelle mie mani e non ho voluto stendere la mano sul consacrato del Signore».

Parola di Dio.

A - Rendiamo grazie a Dio.

SALMO RESPONSORIALE

(Sal 102,1-4.8.10.12-13)

La bontà e l'amore di Dio, nostro Padre, si sono manifestati in Cristo, nostro Salvatore. Per questo cantiamo (o diciamo):

R Il Signore è buono e grande nell'amore.

Re La
Il Si-gno-re è buo-no e
Re
gran-de nel - l'a - mo - re.

Benedici il Signore, anima mia, quanto è in me benedica il suo santo nome. Benedici il Signore, anima mia, non dimenticare tanti suoi benefici. **R**

Egli perdona tutte le tue colpe, guarisce tutte le tue malattie; salva dalla fossa la tua vita, ti corona di grazia e di misericordia. **R**

Buono e pietoso è il Signore, lento all'ira e grande nell'amore. Non ci tratta secondo i nostri peccati, non ci ripaga secondo le nostre colpe. **R**

Come dista l'oriente dall'occidente, così allontana da noi le nostre colpe. Come un padre ha pietà dei suoi figli, così il Signore ha pietà di quanti lo temono. **R**

SECONDA LETTURA

Paolo stabilisce un confronto tra Cristo e Adamo. Il primo Adamo dà origine a una discendenza terrena e mortale, l'ultimo Adamo, cioè Cristo, è capostipite di una nuova umanità, redenta dal peccato e dalla morte.

Dalla prima lettera di san Paolo apostolo ai Corinzi (15,45-49)

Fratelli, ⁴⁵il primo uomo, Adamo, divenne un essere vivente, ma l'ultimo Adamo divenne spirito datore di vita. ⁴⁶Non vi fu prima il corpo spirituale, ma quello animale, e poi lo spirituale. ⁴⁷Il primo uomo tratto dalla terra è di terra, il secondo uomo viene dal cielo. ⁴⁸Quale è l'uomo fatto di terra, così sono quelli di terra; ma quale il celeste, così anche i celesti. ⁴⁹E come abbiamo portato l'immagine dell'uomo di terra, così porteremo l'immagine dell'uomo celeste.

Parola di Dio.

A - Rendiamo grazie a Dio.

CANTO AL VANGELO

(Gv 13,34)

in piedi

R Alleluia, alleluia. Vi do un comandamento nuovo, dice il Signore: che vi amiate a vicenda, come io ho amato voi. **R Alleluia.**

VANGELO

Luca ci presenta le prime parole di un discorso di Gesù (simile al "Discorso della Montagna" dell'evangelista Matteo), che insistono sulla legge della carità: amore per i nemici, aiuto scambievolmente, perdono delle offese.



Dal vangelo secondo Luca (6,27-38)

A - Gloria a te, o Signore.

In quel tempo, Gesù disse ai suoi discepoli: ²⁷«A voi che ascoltate, io dico: Amate i vostri nemici, fate del bene a coloro che vi odiano, ²⁸benedite coloro che vi maledicono, pregate per coloro che vi maltrattano. ²⁹A chi ti percuote sulla guancia, porgi anche l'altra; a chi ti leva il mantello, non rifiutare la tunica. ³⁰Da' a chiunque ti chiede; e a chi prende del tuo, non richiederlo. ³¹Ciò che volete gli uomini facciano a voi, anche voi fatelo a loro. ³²Se amate quelli che vi

amano, che merito ne avrete? Anche i peccatori fanno lo stesso. ³³E se fate del bene a coloro che vi fanno del bene, che merito ne avrete? Anche i peccatori fanno lo stesso. ³⁴E se prestate a coloro da cui sperate ricevere, che merito ne avrete? Anche i peccatori concedono prestiti ai peccatori per riceverne altrettanto.

³⁵Amate invece i vostri nemici, fate del bene e prestate senza sperarne nulla, e il vostro premio sarà grande e sarete figli dell'Altissimo; perché egli è benevolo verso gli ingrati e i malvagi. ³⁶Siate misericordiosi, come è misericordioso il Padre vostro.

³⁷Non giudicate e non sarete giudicati; non condannate e non sarete condannati; perdonate e vi sarà perdonato; ³⁸date e vi sarà dato; una buona misura, pigiata, scossa e traboccante vi sarà versata nel grembo, perché con la misura con cui misurate, sarà misurato a voi in cambio».

Parola del Signore.

A - Lode a te, o Cristo.

PROFESSIONE DI FEDE

in piedi

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

si può adattare

C - Fratelli e sorelle, consapevoli di dover perdonare tutti, anche i nemici, ci rivolgiamo a Dio nostro Padre, che per primo ci ha amati e in Cristo ci ha perdonati.

Lettore - Preghiamo dicendo:

A - **Ascoltaci, o Signore.**

1. Per la Chiesa, popolo santo di Dio, perché manifesti la fedeltà al messaggio evangelico nell'amore ai nemici e nella solidarietà verso tutti, preghiamo:

2. Per tutti i popoli della terra, perché superino le barriere dell'odio e della violenza e il mondo conosca finalmente un'era di fraternità e di pace, preghiamo:

3. Per tutti i credenti in Cristo, perché, nel silenzio, vincano ogni giorno il male con il bene, le offese con il perdono, la violenza con la mitezza, diventando così testimoni del tuo amore, preghiamo:

4. Per noi qui presenti, perché la familiarità quotidiana della Parola di Dio ci renda capace di valutare con matura saggezza ciò che Dio vuole nelle concrete situazioni della vita, preghiamo:

Intenzioni della comunità locale.

C - Radunati nella tua casa, o Signore, ricordiamo e celebriamo la tua misericordia; fa' che l'umanità intera possa riconoscere l'efficacia della tua salvezza nella faticosa gestazione di un mondo nuovo. Per Cristo nostro Signore.

A - Amen.

LITURGIA EUCARISTICA

SULLE OFFERTE

in piedi

C - Accogli, Signore, quest'offerta espressione della nostra fede; fa' che dia gloria al tuo nome e giovi alla salvezza del mondo. Per Cristo nostro Signore.

A - Amen.

(Si suggerisce il Prefazio delle Domeniche T.O. III: *La nostra salvezza nel Figlio di Dio fatto uomo.* Messale II ed., pag.337; oppure: la Preghiera Eucaristica V/C: *Gesù modello di amore.* Messale II ed., pag. 909).

ANTIFONA ALLA COMUNIONE

«**Siate misericordiosi, come è misericordioso il Padre vostro**», dice il Signore. (Lc 6,36)

Pausa di ringraziamento alla Comunione.

DOPO LA COMUNIONE

in piedi

C - Il pane che ci hai donato, o Dio, in questo sacramento di salvezza, sia per tutti noi pegno sicuro di vita eterna. Per Cristo nostro Signore.

A - Amen.

PROPOSTE PER I CANTI: da *Nella casa del Padre* ElleDiCi 2009. 5 Ristampa. *Inizio: Ti esalto, Dio, mio re* (738); *Tutta la terra canti a te* (683). *Salmo responsoriale:* M° P. Rimoldi. *Ritornello: Il Signore è il mio pastore* (88-90). *Processione offertoriale: Signore, cerchi i figli tuoi* (725). *Comunione: Pane vivo, spezzato per noi* (699); *Passa questo mondo* (702). *Congedo: Ubi caritas et amor* (755).

«RICEVI IL SACRAMENTO DELL'EUCARISTIA ALMENO A PASQUA»

QUESTO terzo precetto sarebbe stato incomprensibile ai cristiani dei primi secoli. Infatti, per loro era normale ricevere la comunione ogni volta che si partecipava alla Messa. Infatti, Gesù ha istituito l'Eucaristia perché essa sia ricevuta: «Prendete e mangiate... Prendete e bevete tutti...».

La comunione è lo scopo della Messa, i cui nomi più antichi sono appunto «cena del Signore» (1Cor 11, 20) e «frazione del pane» (Atti 2, 42). Per complesse circostanze storiche la Messa finì per trasformarsi dal punto di vista liturgico in un rito del solo sacerdote al quale i fedeli assistevano pregando in modi diversi.

Di fronte a questa anomalia il concilio Lateranense IV (1215) si vide costretto ad emettere il precetto della comunione eucaristica almeno una volta all'anno a



I Precetti della Chiesa, 3: «Ricevi il sacramento dell'Eucaristia almeno a Pasqua». Illustrazione di Francesca Corrao (2018).

Pasqua. La riforma liturgica del concilio Vaticano II (1962-1965) ha rimesso in evidenza come la celebrazione dell'Eucaristia sia fondamentalmente la comunione al corpo e sangue di Cristo.

È certamente vero che vi sono circostanze e situazioni personali che, responsabilmente, impediscono ad alcuni battezzati di accostarsi alla mensa eucaristica.

Tuttavia, per i fedeli che non hanno alcun impedimento la comunione è la norma di ogni Messa. Ricevere la comunione soltanto a Pasqua, per quanto minimale, è senza dubbio un lodevole segno e strumento di grazia per mantenere viva la debole fiamma della fede e della vita cristiana. **Silvano Sirboni, liturgista**

VII SETTIMANA DEL TEMPO ORDINARIO

(25 febr. - 2 marzo) *Liturgia delle Ore: III settimana*

25 L Il Signore regna, si riveste di maestà. Per vincere le tentazioni del demonio e prevenire i mali occorre una preghiera costante, umile e fiduciosa. *S. Nestore; S. Cesario; B. Domenico Lentini.* Sir 1,1-10 (NV); Sal 92,1-2.5; Mc 9,14-29.

26 M Affida al Signore la tua vita. La virtù dell'umiltà, quando è vera, non solo ci preserva di ambire i primi posti, ma ci spinge a servire gli altri, senza fare distinzioni di cultura. *S. Alessandro di Alessandria; S. Faustino; S. Porfirio.* Sir 2,1-13 (NV); Sal 36,3-4.18-19.27-28.39-40; Mc 9,30-37.

27 M Grande pace per chi ama la tua legge. Gesù ci ricorda di non essere gelosi: chi opera il bene per amor suo, non è contro di lui. L'albero si riconosce dai suoi frutti. *S. Gabriele dell'Addolorata; S. Onorina; S. Gregorio di Narek.* Sir 4,12-22 (NV); Sal 118,165.168.171-172. 174-175; Mc 9,38-40.

28 G Beato l'uomo che confida nel Signore. Si può incitare al male in tanti modi: con gli scritti, andando in ambienti equivoci, con gli audiovisivi e con la controtestimonianza. *S. Romano; S. Osvaldo di Worcester; B. Antonia da Firenze.* Sir 5,1-10 (NV); Sal 1,1-5; Mc 9,41-50.

1 V Guidami, Signore, sul sentiero dei tuoi comandi. Il matrimonio, fra un uomo e una donna, è mezzo di santificazione, solo se è benedetto da Dio, fedele e aperto alla vita. *S. Felice III; S. Albino; B. Cristoforo da Milano.* Sir 6,5-17 (NV); Sal 118,12.16.18.27.34-35; Mc 10,1-12.

2 S L'amore del Signore è per sempre. Il regno di Dio appartiene a coloro che, come i bambini, sono senza malizia e hanno «mani innocenti e cuore puro» (Sal 24,4). *S. Troadio; S. Angela della Croce; B. Carlo Bono.* Sir 17,1-13 (NV); Sal 102,13-18; Mc 10,13-16.

[3 D VIII Domenica del T. O. / C (Ss. Marino e Asterio) Sir 27,5-8; Sal 91,2-3.13-16; 1Cor 15,54-58; Lc 6,39-45].

D. Mariano Grosso osb

Oggi viene celebrata nel Tempio san Paolo di Alba una santa Messa secondo le intenzioni dei lettori de "La Domenica".

RETE MONDIALE DI PREGHIERA DEL PAPA

Intenzioni: Marzo

Per l'Evangelizzazione: Per le comunità cristiane, in particolare quelle che sono perseguitate, perché sentano la vicinanza di Cristo e perché i loro diritti siano riconosciuti. **Dei Vescovi:** Per tutti i papà, perché la vita di san Giuseppe li incoraggi a essere docili ai disegni di Dio Padre. **Mariana:** Il sì di Maria alla volontà del Padre ispiri i nostri sì.