

5° DOMENICA DEL TEMPO ORDINARIO – ANNO A

Is 68,7-10; 1 Cor 2,1-5; Mt 5, 13-16

“Voi siete il sale della terra, voi siete la luce del mondo.”

INTRODUZIONE

Vorrei iniziare la nostra celebrazione oggi con un'immagine semplice, presa dalla vita quotidiana.

Immaginate di entrare in cucina a tarda notte, affamati e stanchi. Preparate una semplice zuppa. La assaggiate... insipida. Senza vita. Poi aggiungete solo un pizzico di sale — solo un pizzico — e improvvisamente l'intera zuppa prende sapore. Un piccolo ingrediente trasforma tutto il piatto.

E pensate a una strada buia in una notte nuvolosa. Nessuna luna, nessuna stella. Non riuscite nemmeno a vedere il cammino. Poi qualcuno, lontano, accende una piccola lampada. Non un faro, non una torcia — solo una piccola luce. Eppure quel tenue bagliore diventa la guida che vi aiuta a trovare la strada di casa.

Sale e Luce — due cose comuni, con un potere straordinario.

Gesù ci dice oggi: “Voi siete il sale della terra... voi siete la luce del mondo.”

Oggi, mentre ci riuniamo per questa Eucaristia, chiediamo a Dio di aiutarci a diventare esattamente ciò che Gesù ci chiama a essere: persone che conservano il bene, che danno sapore alla vita, che brillano affinché gli altri possano vedere il cammino che porta a Lui.

ATTO PENITENZIALE

Essere sale e luce significa vivere con sincerità, compassione e coraggio. Ma spesso il nostro sale perde sapore, e la nostra luce si affievolisce. Riconosciamo i nostri peccati e chiediamo al Signore misericordia.

Signore Gesù,

Ci chiami a conservare il bene nel mondo. Signore, pietà.

Cristo Gesù,

Ci chiedi di brillare con la luce del tuo amore. Cristo, pietà.

Signore Gesù, Rafforzi ciò che è debole e rinnovi ciò che sta per svanire. Signore, pietà.

PREGHIERA DI ASSOLUZIONE

Che Dio onnipotente abbia misericordia di noi, perdoni i nostri peccati, rinnovi in noi il sapore della grazia, riaccenda la luce del Suo amore su di noi, e ci conduca alla vita eterna. Amen.

INVITO AL GLORIA

Perdonati, innalziamo il nostro cuore in lode a Dio, la cui luce ci salva dalle tenebre e il cui amore dà sapore alla nostra vita con gioia.

COLLETTA

O Dio di luce radiosa e bontà eterna, ci hai chiamati a essere sale per la terra e luce per il mondo. Rafforza la nostra testimonianza, affinché ciò che diciamo conservi la speranza, ciò che facciamo riveli la tua compassione, e ciò che siamo brilli della luce di Cristo.

Per il nostro Signore Gesù Cristo, tuo Figlio... Dio, nei secoli dei secoli. Amen.

OMELIA: Matteo 5,14–16 – Sale e Luce del Mondo

1. Introduzione: Il Potere del Sale

Voglio iniziare oggi con una piccola storia. Immaginate di entrare in cucina a tarda notte, preparando un semplice pasto. Aggiungete un pizzico di sale alla zuppa, la assaggiate e... succede qualcosa di meraviglioso. Quella zuppa insipida esplode di sapore. Trasforma un piatto semplice in qualcosa di nutriente e piacevole.

Ora pensate in grande. Immaginate un mondo senza sale. Il cibo si rovinerebbe più rapidamente, i pasti sarebbero noiosi e la vita stessa apparirebbe più ordinaria, meno vibrante. Questo è esattamente ciò di cui parla Gesù quando ci chiama “sale della terra”.

Il sale conserva, esalta, dà vita all’ordinario. E proprio come quel pizzico di sale cambia la zuppa, le nostre vite — le nostre azioni, le nostre parole, la nostra fede — hanno il

potere di conservare il bene, aggiungere sapore e rendere la vita più significativa per chi ci sta accanto.

2. L'insegnamento di Gesù sul Sale

Gesù inizia questa parte del Discorso della Montagna con due immagini forti. Per primo, ci chiama sale della terra.

Nel mondo antico il sale era prezioso: conservava il cibo, ne esaltava il sapore, proteggeva dalla corruzione. Questo è ciò che Egli ci chiama a essere nel mondo: conservatori del bene, portatori di sapore e vita in una società che può diventare facilmente insipida, corrotta o decadente.

Immaginate un pasto senza sale — insipido, incompleto. Così diventa il mondo senza la testimonianza fedele dei cristiani. E così come il sale agisce silenziosamente ma con forza, anche la nostra influenza nel mondo può fare lo stesso. Piccoli gesti di amore, verità e integrità — come la piccola lampada del bambino — possono conservare il bene e rendere la vita più ricca per chi ci circonda.

3. Transizione alla Luce

E poi Gesù continua: “Voi siete la luce del mondo.”

C'era un bambino che viveva in un villaggio senza lampioni. Ogni sera la sua famiglia accendeva una piccola lampada fuori casa. Una notte, un viaggiatore si perse tra i sentieri tortuosi del villaggio. Non vedeva nulla nel buio. Poi scorse la piccola luce del bambino in lontananza. Quella piccola luce lo guidò sano e salvo fino a casa. Il viaggiatore poi disse: “Quella piccola luce mi ha salvato stanotte.”

La luce, a differenza del sale, è visibile a tutti. Guida, avverte e attrae le persone. Il sale lavora silenziosamente; la luce brilla apertamente. Insieme, sale e luce descrivono pienamente la nostra vocazione: conservare il bene e illuminare la via, dare sapore alla vita con l'amore di Dio e brillare affinché gli altri possano vedere il cammino verso di Lui.

4. La Luce Appartiene Prima a Gesù

Amici, oggi Gesù ci dice qualcosa di simile: “Voi siete la luce del mondo.”

All'inizio sembra semplice, quasi ordinario. Ma se ci fermiamo a riflettere, è straordinario. Nel Nuovo

Testamento, il titolo “Luce del mondo” appartiene prima di tutto a Gesù. Egli dice nel Vangelo di Giovanni: “Io sono la Luce del mondo. Sono venuto nel mondo come luce.”

Anche Maria e Giuseppe lo udirono quando presentarono il bambino al Tempio. Simeone tenne il bambino tra le braccia e proclamò: “Luce per rivelazione ai popoli.” Anche Giovanni Battista, uno dei più grandi profeti, era chiaro: “Lui non era la luce; è venuto solo per dare testimonianza della luce.”

E ora Gesù si rivolge a noi e dice: “Voi siete la luce del mondo.”

Riflettete. Non è solo un bel pensiero. È la nostra vocazione, la nostra responsabilità e la nostra dignità, tutto insieme.

5. La Nostra Vocazione come Luce

San Paolo ci aiuta a vedere come questo si realizza nella vita quotidiana. In Filippesi 2 scrive:

“Fate ogni cosa senza mormorare né discutere, affinché siate irrepreensibili e puri, figli di Dio senza colpa in mezzo a

una generazione contorta e corrotta, tra i quali risplendete come luci nel mondo.”

Pensate ai marinai antichi: quando erano in mare, le stelle erano la loro guida. Senza di esse, erano persi. Paolo ci dice che anche noi siamo chiamati a essere quelle stelle guida nel mondo — punti di riferimento in tempi confusi e senza direzione. Le persone dovrebbero poter guardare le nostre vite e dire: “Ecco come funziona l’amore di Dio. Questo è il cammino della speranza e della pace.”

E quanta confusione c’è oggi! Così tante persone si sentono perse, senza sapere quale strada seguire. E Dio ci affida questa bellissima responsabilità: essere luci che guidano.

6. Esempio Moderno di Guida

Vi faccio un esempio moderno. Immaginate una città di notte con lavori in corso. Lunghe catene di luci di avvertimento guidano i conducenti attraverso deviazioni pericolose. Avvertono: “Rallenta. Attenzione. Vai di qua, non di là.”

Questo è esattamente il nostro ruolo come cristiani. Con le nostre azioni, parole e vita, siamo luci che guidano.

Diciamo: "Se continui su questa strada, porterà al male.

Ma c'è un'altra via — la via di Dio."

La chiamata di Gesù è pratica e gioiosa. Ma alcuni cristiani vivono la loro fede come una piccola lampada tremolante.

Sempre a lamentarsi: "Dobbiamo davvero andare a Messa?" "Dobbiamo davvero pregare?" Questo tipo di luce a malapena brilla.

7. Brillare nella Presenza di Dio

Gesù ci chiama a brillare. A scaldare i cuori, a dare gioia, a attrarre gli altri a Dio.

Pensate a Mosè: quando entrava nella Tenda del Convegno, incontrava Dio. Quando ne usciva, il suo volto brillava così tanto che la gente non riusciva quasi a guardarlo. Quella radiosità veniva dall'incontro con Dio. Ed è esattamente ciò che Gesù vuole per noi. La nostra luce non viene da noi stessi, ma dall'essere nella presenza di Dio.

E a volte la nostra luce si affievolisce. Molti di noi hanno visto quei vecchi orologi da comodino con numeri luminosi. Di notte brillano intensamente. Ma dopo qualche ora, il bagliore svanisce. Come lo facciamo tornare? Accendiamo una luce vicina per un momento, e i numeri risplendono di nuovo.

Così è per noi. Se la tua luce è debole, se la tua fede è stanca o debole, rivolgiti a Dio. Trascorri tempo nella Sua presenza. Lascia che Egli illumini te. Il tuo bagliore tornerà, e la tua gioia sarà restaurata.

8. Storia Finale: Piccoli Atti che Contano

Voglio concludere con una storia su una giovane donna che faceva volontariato in un ospedale pediatrico. Non aveva altro che il suo sorriso e parole gentili. Eppure portava speranza ai bambini spaventati e sofferenti. Un bambino disse poi: "Il tuo sorriso mi ha fatto sentire al sicuro quando tutto il resto faceva paura."

Questo è ciò che Gesù ci chiede: brillare, illuminare anche gli angoli più piccoli del mondo con l'amore di Dio.

9. Invito all'Azione

Gesù dice: "Voi siete la luce del mondo." Non a volte. Non solo in occasioni speciali. Sempre. Brillate con amore. Brillate con gioia. Brillate con coraggio. Brillate con fede. Lasciate che le persone vedano Dio attraverso la vostra vita.

E ricordate: anche la più piccola luce — o il più piccolo pizzico di sale — può fare la differenza. Anche i vostri piccoli atti di amore, i vostri gesti gentili, possono cambiare la vita. Oggi, quindi, usciamo e diventiamo sale e luce nel mondo. Amen.

INVITO AL CREDO

Professiamo la fede che illumina il nostro cammino e mantiene vivo in noi il sapore della speranza. Proclamiamo insieme il Credo.

INVITO ALLA PREGHIERA SULLE OFFERTE

Mentre portiamo questi doni di pane e vino all'altare, portiamo anche il nostro umile desiderio di diventare sale che rinnova la terra e luce che rivela l'amore di Dio.

Preghiamo ora che il nostro sacrificio sia gradito a Dio Padre onnipotente.

PREGHIERA SULLE OFFERTE

Signore nostro Dio,
In questi semplici doni di pane e vino
trasformi l'ordinario in sacro.
Fa' che anche le nostre vite siano un'offerta santa:
condite di compassione, illuminate dalla fede,
e donate al servizio degli altri.
Per Cristo nostro Signore. Amen.

PREFACIO

È veramente giusto e necessario,
dovere e salvezza nostra,
darti sempre grazie,
Padre santo, fonte di ogni luce
e donatore di ogni bene.

Tu hai formato il mondo con saggezza
e lo hai riempito di bellezza.
Hai sparso le stelle come lanterne nella notte

e hai colmato la terra di tesori
che sostengono la vita e portano gioia.

E nel tempo pieno ci hai dato una luce più grande:
Tuo Figlio, Gesù Cristo,
splendore della Tua gloria
e sapore del Tuo amore fatto carne.

Attraverso di Lui ci chiami a diventare
ciò che Egli stesso è —
luce per il mondo e sale per la terra —
un popolo che brilla di speranza
e conserva il bene.

E così, con angeli e arcangeli,
con tutti i santi che riflettono il Tuo splendore,
acclamiamo: Santo, Santo, Santo il Signore...

INVITO AL PADRE NOSTRO

Uniti nella fede e illuminati dalla luce di Cristo,
preghiamo con fiducia il Padre
il cui amore dà sapore alla nostra vita
con misericordia e gioia.

EMBOLISMO

Signore, liberaci da ogni male,
e conserva in noi il sapore della Tua grazia.
Proteggi i nostri cuori dal diventare insipidi
e la nostra testimonianza dal perdere brillantezza.
Concedi che, illuminati dal Tuo Figlio
e conditi del Tuo amore,
possiamo risplendere di speranza
e camminare sicuri attraverso le ombre di questo mondo,
nell'attesa della benedetta venuta
del nostro Salvatore, Gesù Cristo.

PREGHIERA PER LA PACE

Signore Gesù Cristo,
Tu sei la Luce che nessuna oscurità può vincere
e l'Alleanza che non perde mai sapore.
Non guardare ai nostri peccati, ma alla fede della Tua
Chiesa;
rafforza ciò che è fragile,
illumina ciò che si è affievolito,
e unisci il Tuo popolo nella pace.

Concedici una pace che illumini le nostre case,
guarisca i cuori feriti
e ci mandi come segni del Tuo Regno,
Tu che vivi e regni nei secoli dei secoli. Amen.

INVITO ALLA COMUNIONE

Ecco l'Agnello di Dio,
la vera Luce che disperde ogni tenebra,
il Pane che rafforza la nostra debolezza,
il Signore che ci rende sale e luce per il mondo.
Beati coloro che sono chiamati alla mensa dell'Agnello.

MEDITAZIONE DOPO LA COMUNIONE

Signore Gesù,
ci hai nutrito con il Tuo Corpo
e illuminato il cuore con la Tua presenza.
Fa' che la Tua luce rimanga in noi
e che il sapore del Tuo amore
pervada i nostri pensieri, parole e azioni.
Rendici luci gentili per i perduti,
forza silenziosa per gli stanchi,
e umili testimoni della Tua misericordia. Amen.

PREGHIERA DOPO LA COMUNIONE

Dio radioso,
ci hai rinnovati con il Pane di Vita
e rafforzati con la luce della Tua grazia.
Concedi che, dopo aver condiviso questo pasto santo,
le nostre vite possano brillare del Tuo bene
e conservare la speranza in tutti coloro che incontriamo.
Per Cristo nostro Signore. Amen.

BENEDEZIONE

Possa Dio, che è Luce dalla Luce,
illuminare i vostri cuori e allontanare ogni oscurità. Amen.
Possa Cristo, vero Sale dell'alleanza,
arricchire le vostre vite con la Sua sapienza e pace. Amen.
Possa lo Spirito Santo rendere forte la vostra
testimonianza, dolce la vostra compassione
e radiosa la vostra gioia davanti al mondo. Amen.
E possa Dio onnipotente benedirvi,
il Padre, il Figlio,  e lo Spirito Santo. Amen.

CONGEDO

Andate in pace, condendo il mondo con la bontà di Dio e brillando della luce di Cristo.

PENSIERO DA PORTARE A CASA

“Anche un piccolo pizzico d’amore e una piccola scint

Lunedì della Quinta Settimana del Tempo Ordinario – 9

Febbraio 2026

1 Re 8,1–7.9–13; Marco 6,53–56

Dio dimora tra noi – guarigione attraverso il contatto con Cristo

INTRODUZIONE

Un pellegrino una volta percorse una lunga strada per visitare un famoso santuario. Quando finalmente arrivò, stanco e provato, si sedette in silenzio nella parte posteriore della chiesa. Più tardi disse: «Non ho visto nulla di spettacolare, ma ho sentito che Dio era vicino». Gli uomini hanno sempre cercato luoghi in cui incontrare Dio. Il re Salomone credeva che un tale luogo fosse il Tempio di Gerusalemme, dove riposava l’Arca dell’Alleanza. Nel Vangelo di oggi, le persone riconoscono che Dio è vicino non in un edificio, ma in una persona — Gesù. Corrono verso di lui, lo toccano e guariscono.

Oggi ci riuniamo in questo luogo sacro non come turisti, ma come pellegrini. Veniamo con le nostre ferite, le nostre

speranze e il nostro desiderio di guarigione. Iniziamo questa Eucaristia chiedendo al Signore misericordia.

ATTO PENITENZIALE

Signore Gesù,
tu sei il luogo in cui Dio dimora tra noi. Signore, pietà.

Ti lasci toccare
dagli uomini feriti e spezzati. Cristo, pietà.

Ci inviti a portare davanti a te
le nostre debolezze e i nostri bisogni. Signore, pietà.

PREGHIERA DI ASSOLUZIONE

Che il Dio della compassione,
che dimora tra il suo popolo
e guarisce i cuori spezzati,
perdoni i nostri peccati,
ci ristori nella speranza
e ci conduca alla vita eterna. Amen.

COLLETTA

Dio onnipotente,
professiamo che il nostro Redentore
è con te nella gloria.

Ascolta la nostra preghiera
e fa' che possiamo sperimentare
che egli rimane con noi ogni giorno
fino alla fine del mondo,
come ha promesso.

Egli vive e regna con te
nell'unità dello Spirito Santo,
Dio per tutti i secoli dei secoli. Amen.

OMELIA

Una infermiera una volta disse: «A volte la guarigione inizia nel momento in cui il paziente realizza di non essere solo». Questa semplice verità coglie il cuore delle letture di oggi. Nella prima lettura, Salomone porta l'Arca dell'Alleanza nel Tempio. Il popolo gioisce, eppure Salomone parla di oscurità — un richiamo al fatto che Dio è presente anche

quando non lo vediamo. Dio non può essere confinato, eppure sceglie di dimorare tra il suo popolo.

Nel Vangelo non c'è cerimonia del Tempio. C'è urgenza. Le persone corrono attraverso villaggi e campagne. Portano i malati su barelle. Chiedono solo di toccare il lembo del mantello di Gesù — e questo basta.

Santa Giuseppina Bakhita, che oggi ricordiamo, ha conosciuto ferite profonde: schiavitù, umiliazione, crudeltà. Eppure si è lasciata toccare da Cristo crocifisso. Da quell'incontro nacquero guarigione, dignità e perdono. Una volta disse dei suoi carnefici: «Se li incontrassi di nuovo, mi inginocchierrei e bacierei le loro mani». Questo è il potere della presenza guaritrice di Cristo.

Anche noi siamo pellegrini. Ogni Messa è un piccolo pellegrinaggio. Veniamo con le nostre ferite nascoste — fisiche, emotive, spirituali. A volte la fede sembra oscura, Dio sembra lontano. Eppure la Parola di oggi ci assicura: Dio dimora anche nell'oscurità.

La missione della Chiesa — e di ciascuno di noi — è rendere possibile il contatto: portare i malati, i feriti, gli stanchi e, a volte, semplicemente portare noi stessi. Un bambino chiese una volta alla nonna: «Dove abita Dio?» Lei rispose: «Dio abita dove qualcuno apre la porta».

Oggi Cristo passa accanto a noi. Non stiamo a distanza. Tendiamo la mano — anche timidamente — e lasciamoci guarire.

INVITO ALLA PREGHIERA SULLE OFFERTE

Come pellegrini nel nostro cammino verso la Gerusalemme celeste, poniamo su questo altare la nostra vita, le nostre ferite e il nostro desiderio di guarigione. Preghiamo che il nostro sacrificio sia gradito a Dio Padre onnipotente.

PREGHIERA SULLE OFFERTE

Signore Dio, accogli questi doni come segni della nostra fiducia nella tua presenza guaritrice.

Mentre offriamo pane e vino, ricevi anche le nostre fragilità e trasfórmale con la tua grazia per mezzo di Cristo nostro Signore. Amen.

PREFACIO

È veramente giusto e necessario, nostro dovere e salvezza,

renderti sempre grazie, Signore, Padre santo, Dio onnipotente ed eterno.

Perché sebbene nessun edificio possa contenere la tua gloria,

hai scelto di dimorare tra il tuo popolo,

e nel tuo Figlio Gesù Cristo

ti sei reso presente in modo nuovo e vivente.

In lui, i malati trovarono guarigione,

i cuori spezzati trovarono speranza,

e i stanchi trovarono riposo.

Anche quando nascosto ai nostri occhi,

rimani vicino,

toccandoci con misericordia e compassione.

E così, con pellegrini di ogni età

e con tutti i santi,

cantiamo l'inno della tua gloria:

Santo, Santo, Santo...

INVITO AL PADRE NOSTRO

Come pellegrini che confidano nella vicinanza di Dio e come figli che si affidano alla sua misericordia, preghiamo con fiducia:

EMBOLISMO

Liberaci, Signore, da ogni male, soprattutto dall'oscurità che ci fa sentire soli o dimenticati.

Concedi pace nei nostri giorni, perché, aiutati dalla tua misericordia,

possiamo sempre confidare nella tua presenza

e camminare nella speranza verso la pienezza del tuo

Regno, nell'attesa della beata speranza

e della venuta del nostro Salvatore, Gesù Cristo.

PREGHIERA PER LA PACE

Signore Gesù,
hai portato guarigione ovunque andassi
e pace a chiunque ti toccasse.
Non guardare ai nostri peccati,
ma alla fede del tuo popolo,
e donaci la pace
che scaturisce dalla tua presenza viva,
che vive e regna nei secoli dei secoli. Amen.

INVITO ALLA COMUNIONE

Ecco l'Agnello di Dio,
che si lascia toccare
perché possiamo essere guariti.
Beati gli invitati alla cena dell'Agnello.

MEDITAZIONE DOPO LA COMUNIONE

Signore Gesù,
ti abbiamo toccata e tu ci hai toccato.
Rimani con noi nella nostra debolezza,
guarisci ciò che è ferito, e rendici templi viventi
della tua presenza.

PREGHIERA DOPO LA COMUNIONE

Signore Dio, ci hai nutrito con il pane della guarigione e
della speranza. Rinforzaci nel nostro pellegrinaggio
e aiutaci a rivelare la tua presenza a tutti coloro che
incontriamo, per Cristo nostro Signore. Amen.

BENEDEZIONE

Il Dio che dimora tra il suo popolo
cammini con voi nel vostro pellegrinaggio.
Cristo tocchi le vostre ferite e vi guarisca.
Lo Spirito Santo vi guidi nella speranza e nella pace.
E Dio onnipotente vi benedica,
il Padre, il Figlio e lo Spirito Santo. Amen.

CONGEDO

Andate in pace, portando al mondo
la presenza guaritrice di Cristo.

PENSIERO DA PORTARE A CASA

Ogni Messa è un pellegrinaggio. Ogni preghiera è un
tendere la mano. Anche il più piccolo tocco di fede
può aprire la porta alla guarigione.

**10 Febbraio 2026 – Martedì della 5^a Settimana del
Tempo Ordinario**

Memoria di Santa Scolastica

1 Re 8,22–23.27–30; Marco 7,1–13

INTRODUZIONE

Una volta, un anziano monaco fu chiesto cosa lo avesse mantenuto fedele per più di sessant'anni nel monastero.

Sorrise e disse: "Non mi sono mai abituato a Dio."

Spiegò: "Il giorno in cui Dio diventa familiare, la fede diventa routine. Ma quando rimango stupefatto che Dio continui a parlarmi, continui a nutrirmi, continui ad aspettarmi—allora la preghiera resta viva."

Le letture di oggi parlano proprio di questo pericolo e di questa grazia. Salomone si trova davanti al Tempio appena costruito e osa chiedere: Dio può davvero abitare tra noi? E Gesù ci avverte nel Vangelo di una fede che rispetta le regole ma dimentica il cuore.

Oggi ricordiamo anche Santa Scolastica, sorella di San Benedetto, una donna nota non per molte parole o grandi opere, ma per la sua profonda vicinanza a Dio. Ha vissuto

la fede non come abitudine, ma come relazione.

Come fratelli e sorelle nella fede, presentiamoci davanti al Signore con rinnovato stupore, grati che il Dio che non può essere contenuto dal cielo scelga di abitare tra noi.

ATTO PENITENZIALE

Riconosciamo ora davanti a Dio e tra di noi i momenti in cui la fede è diventata routine, quando abbiamo onorato le forme ma dimenticato l'amore.

Kyrie

- Signore Gesù Cristo, sei venuto tra noi come nostro fratello. Signore, pietà.
- Chiami tutte le persone che ti appartengono sorelle e fratelli. Cristo, pietà.
- Ci mostri la via verso il Padre con un cuore pieno di misericordia. Signore, pietà.

PREGHIERA DI ASSOLUZIONE

Possa il Dio di misericordia,
che non guarda all'apparenza esteriore ma al cuore,
perdonarci i nostri peccati,

rinnovare la nostra gioia nella sua presenza
e guidarci dall'abitudine vuota
a una relazione viva e fedele,
per Cristo nostro Signore. Amen.

COLLETTA

Dio santo,
tu sei più grande di quanto possiamo immaginare:
i cieli non possono contenerti,
eppure scegli di stare vicino a noi.
Concedici di presentarti il nostro cuore con riverenza,
servirti con sincerità,
e trovare la gioia non nelle apparenze,
ma nella tua presenza viva.
Te lo chiediamo per Gesù Cristo, nostro Signore. Amen.

OMELIA

Alle celebrazioni degli anniversari di matrimonio, a volte
invito le coppie a dirsi ad alta voce:
“Che persona amorevole sei, camminando con me nella
vita.”
“Che compagno fedele e meraviglioso sei per me.”

Queste parole non sono mai automatiche. Sono sempre
una riscoperta. L'amore svanisce non perché finisce, ma
perché viene dato per scontato.

Lo stesso può accadere nella nostra relazione con Dio.
Salomone, davanti al Tempio, è sopraffatto dallo stupore:
“Anche il cielo e il cielo più alto non possono contenerti!”
Sa che Dio non si cattura con edifici, rituali o simboli.
Eppure—questo grande Dio ascolta. Questo grande Dio si
rivolge al suo popolo.

Nel Vangelo, Gesù parla con passione perché vede la fede
perdere il cuore. Le tradizioni, nate per proteggere la vita,
sono diventate pesi. Le regole, nate per guidare, hanno
iniziato a sostituire la compassione. Gesù non attacca la
tradizione in sé—difende la persona umana.

Santa Scolastica lo comprendeva bene. La sua santità non
consisteva nell'osservanza rigida, ma nell'ascolto
profondo, nella preghiera condivisa e nella fiducia in Dio. Il
suo famoso incontro finale con suo fratello Benedetto ci
ricorda: l'amore e la preghiera hanno sempre la priorità su

programmi e strutture.

La fede fiorisce dove la relazione viene prima—con Dio e tra di noi.

Un giovane una volta disse, dopo anni lontano dalla Chiesa: “Ciò che mi ha riportato non è stata una regola. È stata la sensazione che Dio mi volesse ancora.” Questo è lo stupore che siamo invitati a riscoprire oggi: Dio parla ancora, accoglie ancora, nutre ancora.

Quando la fede diventa di nuovo relazione, il culto prende vita.

INVITO ALLA PREGHIERA SULLE OFFERTE

Non confidando nelle apparenze, ma nella misericordia di Dio, offriamo la nostra vita e i nostri doni sull’altare.

Preghiamo che il nostro sacrificio sia gradito a Dio Padre onnipotente.

PREGHIERA SULLE OFFERTE

Signore Dio, accogli questi doni come segni del nostro desiderio di adorarti nello spirito e nella verità. Possa questa Eucaristia rinnovare il nostro

stupore davanti alla tua presenza e insegnarci a servirti con cuore sincero, per Cristo nostro Signore. Amen.

PREFACIO

È veramente giusto e salutare, nostro dovere e nostra salvezza, dare sempre e ovunque grazie a te, Signore, Padre santo, Dio onnipotente ed eterno. Perché sebbene i cieli non possano contenerti, tu scegli di abitare tra il tuo popolo.

Ci parli con la tua Parola, ci nutri con il Pane di Vita, e ci chiami non a un’osservanza vuota ma a una relazione viva con te.

In Gesù Cristo, tuo Figlio, ci hai mostrato che il vero culto sgorga dal cuore e che l’amore è il compimento di ogni comandamento. E così, con angeli e santi, e con Santa Scolastica, proclamiamo la tua gloria, dicendo: Santo, Santo, Santo...

INVITO AL PADRE NOSTRO

Con la fiducia dei figli
e la confidenza di fratelli e sorelle,
preghiamo il Padre che desidera non le apparenze, ma i
cuori.

EMBOLISMO

Liberaci, Signore, da ogni male,
specialmente da una fede che si raffredda per abitudine.
Concedi pace nei nostri giorni, affinché, rinnovati dalla tua
misericordia,
possiamo vivere con gioia, sincerità e speranza
in attesa del venire del nostro Salvatore, Gesù Cristo.

PREGHIERA PER LA PACE

Signore Gesù Cristo,
sei venuto a restaurare ciò che conta davvero.
Non guardare ai nostri peccati, ma alla fede della tua
Chiesa. Liberaci dalla divisione e dalla durezza di cuore,
e concedici la pace
che sgorga dalla verità, dalla giustizia e dall'amore,
perché tu vivi e regni nei secoli dei secoli. Amen.

INVITO ALLA COMUNIONE

Ecco l'Agnello di Dio,
che toglie i peccati del mondo.
Beati gli invitati,
non a un rito vuoto,
ma alla presenza viva del Signore.

MEDITAZIONE DOPO LA COMUNIONE

Il Dio che i cieli non possono contenere
ha scelto di abitare in noi.
Fermiamoci un momento
nello stupore silenzioso e nella gratitudine.

PREGHIERA DOPO LA COMUNIONE

Signore Dio,
ci hai nutriti con il Pane di Vita.
Possa questo sacramento approfondire la nostra relazione
con te
e insegnarci a onorare la tua Parola
più di ogni tradizione umana,
per Cristo nostro Signore. Amen.

BENEDEZIONE

Possa il Dio che è più grande di tutto ciò che possiamo immaginare riempirvi di stupore e riverenza.

Possa Cristo insegnarvi a scegliere l'amore sulle apparenze.

Possa lo Spirito Santo rinnovare ogni giorno la vostra fede. E possa Dio onnipotente benedirvi, Padre, Figlio,  e Spirito Santo. Amen.

CONGEDO

Andate in pace,
per vivere la vostra fede con sincerità e gioia.

Rendiamo grazie a Dio.

PENSIERO DA PORTARE A CASA

Non abituarti mai a Dio.

Lo stupore mantiene viva la fede.

11 Febbraio 2026 – Memoria di Nostra Signora di Lourdes

Mercoledì della 5^a Settimana del Tempo Ordinario

1 Re 10,1-10; Marco 7,14-23

INTRODUZIONE

In un freddo mattino di febbraio del 1858, una ragazza povera, malaticcia e senza istruzione stava in silenzio davanti a una grotta scura e umida a Lourdes. Bernadette Soubirous non aveva potere, né influenza, né conoscenza. Eppure, nel silenzio di Massabielle, ascoltò ciò che altri non riuscivano a sentire e vide ciò che altri non potevano vedere. Perché? Perché il suo cuore era semplice, aperto e attento.

Oggi, Gesù ci raduna come una volta radunava le folle, non per parlare di ciò che è solo esteriore, ma di ciò che è dentro di noi. In questo Memoria della Madonna di Lourdes, Maria ci insegna ancora ciò che Bernadette imparò: Dio parla ai cuori semplici, umili e ascoltanti. Lasciando da parte il rumore del mondo, il peso delle apparenze e le maschere che indossiamo, veniamo davanti al Signore con cuore fiducioso, certi che Egli desidera guarirci, purificarci e avvicinarci a Sé.

ATTO PENITENZIALE

Signore Gesù,
tu non guardi le apparenze ma il cuore:

Signore, pietà.

Cristo Gesù,
tu guarisci ciò che è ferito dentro di noi:

Cristo, pietà.

Signore Gesù,
tu ci chiami alla purezza di cuore e alla sincerità di vita:
Signore, pietà.

PREGHIERA DI ASSOLUZIONE

Che Dio onnipotente,
che scruta le profondità del nostro cuore
e desidera la nostra guarigione e salvezza,
abbia pietà di noi, ci perdoni i peccati,
ci purifichi da tutto ciò che è falso e non amorevole
e ci conduca alla vita eterna. Amen.

COLLETTA

O Dio, che hai scelto l'umile Vergine Maria
per rivelare la tua misericordia a Lourdes
e condurre tanti cuori a tuo Figlio,
concedici la purezza di cuore e la semplicità della fede,
affinché, purificati interiormente e rinnovati dalla tua grazia,
possiamo ascoltare attentamente la tua Parola
e testimoniare il tuo amore che guarisce.

Per il nostro Signore Gesù Cristo, tuo Figlio,
che vive e regna con te nell'unità dello Spirito Santo,
Dio, per tutti i secoli dei secoli. Amen.

OMELIA

Quando la Regina di Saba si trovò finalmente davanti al re Salomone, le Scritture dicono che rimase quasi senza fiato per la meraviglia. Ciò che aveva udito era già sorprendente, ma ciò che vide superava tutto. E, cosa notevole, non lodò prima Salomone; lodò il Signore, colui che dona saggezza e benedizione.

A Lourdes accadde qualcosa di simile. Milioni di persone giunsero cercando miracoli, segni e guarigioni. Eppure Maria non indicò se stessa. Non compì prodigi. Semplicemente indirizzò i cuori verso Dio—verso la conversione, la preghiera e la fiducia.

Nel Vangelo di oggi, Gesù ci ricorda una verità dura ma liberante: il male non viene da fuori di noi. Sorgerebbe dentro di noi—da cuori distratti, induriti o centrati su se stessi. La guarigione, quindi, deve cominciare non dalle apparenze, ma dalla conversione del cuore.

Maria a Lourdes ci invita allo stesso cammino interiore. L'acqua di Lourdes non sostituisce miracolosamente la fede—la risveglia. La grotta non distoglie da Cristo—ci conduce a Lui. Il vero miracolo non è sempre la guarigione fisica, ma un cuore che ricomincia.

Molti pellegrini che lasciano Lourdes dicono qualcosa di sorprendente: “Non ho ricevuto ciò che chiedevo—ma ho ricevuto ciò di cui avevo bisogno.”

Ritornano a casa cambiati, più dolci, più pazienti, più perdonanti.

Forse questo è il più grande miracolo di Lourdes: un cuore purificato, un cuore ammorbidente, un cuore pronto per Dio.

Che Maria, nostra Signora di Lourdes, ci insegni ad ascoltare profondamente, a fidarci umilmente e a lasciare che Dio ci guarisca—partendo dall'interno.

INVITO ALLA PREGHIERA SULLE OFFERTE

Con fiducia nell'intercessione di Maria e nella certezza dell'amore che guarisce di Dio, presentiamo le nostre offerte e noi stessi al Signore. Preghiamo che il nostro sacrificio sia gradito a Dio Padre onnipotente.

PREGHIERA SULLE OFFERTE

Signore Dio, mentre offriamo questi doni sul tuo altare, purifica i nostri cuori e accetta la nostra umile fiducia, come un tempo accogliesti la fede di Bernadette e la devozione di tanti pellegrini a Lourdes.

Fa' che questo sacrificio porti guarigione, pace
e rinnovata speranza al tuo popolo.

Per Cristo nostro Signore. Amen.

PREFACIO

È veramente giusto e necessario,
nostro dovere e nostra salvezza,
renderti sempre grazie, Signore, Padre santo, Dio
onnipotente ed eterno.

Perché nella Beata Vergine Maria
hai donato alla tua Chiesa un segno di speranza e
guarigione.

A Lourdes hai rivelato la tua misericordia
agli umili e ai poveri di cuore,
e attraverso Maria continui a chiamare tutti
alla preghiera, alla conversione e alla fiducia nel tuo amore
salvifico.

Ella ci indica sempre Cristo, guaritore di corpo e anima,
che purifica i cuori e ridona dignità,
e attraverso il quale versi vita in abbondanza.

E così, con gli angeli e i santi,
e con tutti coloro che hanno trovato conforto e
rinnovamento attraverso la sua intercessione,
cantiamo l'inno della tua gloria:
Santo, Santo, Santo...

INVITO AL PADRE NOSTRO

Come figli che confidano in un Padre amorevole
e come pellegrini guidati dalla fede di Maria,
preghiamo con fiducia:

EMBOLISMO

Liberaci, Signore, preghiamo, da ogni male,
soprattutto dall'indurimento del cuore
che ci rende ciechi alla tua presenza e misericordia.
Concedi pace nei nostri giorni,
affinché, aiutati dall'intercessione della Vergine Maria,
Nostra Signora di Lourdes,
possiamo essere liberi dal peccato e al sicuro da ogni
affanno,
mentre attendiamo la beata speranza
e la venuta del nostro Salvatore, Gesù Cristo.

PREGHIERA PER LA PACE

Signore Gesù Cristo,
tu hai guarito i malati, confortato gli afflitti
e restituito pace ai cuori turbati.
Non guardare ai nostri peccati, ma alla fede della tua
Chiesa, e donaci la pace che nasce
da cuori riconciliati e rinnovati,
dove tu vivi e regni nei secoli dei secoli. Amen.

INVITO ALLA COMUNIONE

Ecco l'Agnello di Dio, che toglie i peccati del mondo.
Beati coloro che hanno il cuore aperto
alla sua presenza che guarisce e salva.

MEDITAZIONE DOPO LA COMUNIONE

In questo momento di silenzio,
lasciamo che il Signore tocchi ciò che è più profondo
dentro di noi. Come Bernadette davanti alla grotta,
non servono molte parole—solo fiducia.
Che la grazia ricevuta diventi sorgente di acqua viva
che scorra dai nostri cuori nella vita di ogni giorno.

PREGHIERA DOPO LA COMUNIONE

Signore Dio, rinnovati da questo sacramento di salvezza,
ti ringraziamo per la presenza che guarisce del tuo Figlio.
Per l'intercessione della Vergine Maria di Lourdes,
rafforza la nostra fede, purifica i nostri cuori
e rendici strumenti della tua compassione nel mondo.
Per Cristo nostro Signore. Amen.

BENEDEZIONE

Che Dio Padre vi benedica
e avvicini sempre più i vostri cuori a Sé. Amen.

Che Cristo Signore guarisca ciò che è ferito dentro di voi
e vi riempia della sua pace. Amen.

Che lo Spirito Santo vi rinnovi interiormente
e vi guidi nella purezza di cuore. Amen.

E possa la benedizione di Dio onnipotente,
Padre, Figlio e Spirito Santo,
scendere su di voi e rimanere con voi per sempre. Amen.

CONGEDO

Andate in pace,
con il cuore purificato e rinnovato,
per amare e servire il Signore.

PENSIERO DA PORTARE A CASA

La più grande guarigione che Dio desidera non è solo quella del corpo,
ma quella del cuore.
Ascoltate profondamente—e lasciate che Egli cominci proprio lì.

12 Febbraio 2026 – Giovedì della Quinta Settimana del Tempo Ordinario

1 Re 11,4–13; Marco 7,24–30

Che cosa conta davvero per me? Una fede perseverante che attraversa confini

INTRODUZIONE

Una madre una volta rimase davanti alla porta di un reparto ospedaliero molto dopo l'orario delle visite. L'infermiera le ricordò con delicatezza: "Deve andare adesso." La madre rispose con calma: "Andrò—solo dopo aver saputo che mio figlio è al sicuro."

Nulla contava di più per lei della vita del proprio figlio. Il Vangelo di oggi ci presenta una madre simile: una donna che attraversa confini—geografici, religiosi ed emotivi—per raggiungere Gesù. Non si lascia scoraggiare. Al contrario, la prima lettura ci mostra il re Salomone, che aveva tutto, ma che lentamente permise al suo cuore di allontanarsi da ciò che contava davvero.

Mentre ci riuniamo per questa Eucaristia, chiediamoci

sinceramente: Che cosa conta davvero per me? A cosa sono disposto a rimanere fedele con fede—e che cosa ho lasciato lentamente sostituire Dio nel mio cuore?

ATTO PENITENZIALE

Fratelli e sorelle, consapevoli che i nostri cuori spesso sono divisi, chiediamo al Signore misericordia e guarigione.

- Signore Gesù Cristo, tu proclami la misericordia di Dio. Signore, pietà.
- Signore Gesù Cristo, tu proclami la bontà di Dio. Cristo, pietà.
- Signore Gesù Cristo, tu proclami l'amore fedele di Dio. Signore, pietà.

PREGHIERA DI ASSOLUZIONE

Possa Dio onnipotente avere misericordia di noi, perdonarci i nostri peccati, guarire i nostri cuori divisi e condurci alla vita eterna. Amen.

COLLETTA

Dio e Padre,
tu unisci i popoli di ogni nazione nella professione del tuo nome.

Purifica i nostri cuori da tutto ciò che ci allontana da te, e concedi che noi, rinati nel Battesimo, possiamo essere uno nella fede e ricchi di opere d'amore. Per Cristo nostro Signore, tuo Figlio, che vive e regna con te nell'unità dello Spirito Santo, Dio, nei secoli dei secoli. Amen.

OMELIA

Un viaggiatore una volta chiese a un saggio monaco: “Qual è il pericolo maggiore nella vita spirituale?” Il monaco pensò un momento e rispose: “Non che Dio ci abbandoni, ma che noi lo sostituiamo lentamente.” Questa semplice risposta ci aiuta a comprendere le letture di oggi. Salomone non rifiutò Dio all'improvviso. Non si svegliò una mattina e decise di abbandonare il Signore. Accadde in silenzio, gradualmente. Per comodità, per relazioni, per compromessi, altri dei trovarono spazio nel

suo cuore. Ciò che una volta contava di più perse lentamente il suo centro.

Il contrasto delle letture

Nel Vangelo incontriamo un contrasto evidente: una donna che, secondo gli standard religiosi, non possiede nulla—nessuno status, nessun privilegio, nessun diritto—ma possiede una cosa che conta più di tutto: una fiducia testarda e coraggiosa in Gesù. Sua figlia soffre, e lei rifiuta di andarsene.

La risposta di Gesù sembra dura all'inizio. Il suo silenzio e le sue parole mettono alla prova la sua fede. Ma questa donna non si ritira con risentimento o delusione. Resta. Ascolta. Risponde—non con rabbia, ma con umiltà e speranza. La sua preghiera non è elegante; è perseverante.

Cos'è veramente la preghiera

Questo Vangelo corregge delicatamente un fraintendimento che spesso abbiamo: la preghiera non è un distributore automatico. Non inseriamo richieste aspettandoci risultati immediati secondo i nostri tempi. La

preghiera è una relazione—e ogni vera relazione richiede fiducia, pazienza, e talvolta lotta.

La donna ci insegna che la fede non è assenza di domande, né garanzia di risposte istantanee. La fede è rifiutarsi di abbandonare Dio anche quando sembra silenzioso o lontano. È credere che la misericordia di Dio sia più grande delle nostre aspettative e che le sue risposte possano arrivare in modi inattesi. C'è un antico detto: "La porta della misericordia si apre non con la forza, ma con la fede."

La donna sirofenicia bussò—non una volta, ma più volte. E la porta si aprì. Mentre lasciamo questa Eucaristia, resta con noi la domanda: Che cosa conta davvero per me? Come Salomone, i nostri cuori possono lentamente allontanarsi. Oppure, come questa donna, possiamo aggrapparci al Signore con una fede sincera e perseverante. Possa ciascuno di noi lasciare oggi scegliendo ciò che conta davvero—non il comfort, non il controllo, non la certezza, ma una fiducia viva in Dio che non rifiuta mai un cuore sincero.

INVITO ALLA PREGHIERA SULLE OFFERTE

Con cuori fiduciosi, come la donna del Vangelo,
poniamo le nostre vite e i nostri bisogni sull'altare,
mentre presentiamo questi doni a Dio.

Preghiamo che il nostro sacrificio sia gradito a Dio Padre
onnipotente.

PREGHIERA SULLE OFFERTE

Signore Dio, accogli i doni che offriamo
e purifica i nostri cuori mentre santifichi queste offerte.

Insegnaci a cercarti al di sopra di ogni cosa
e a confidare nella tua opera salvifica nelle nostre vite.

Per Cristo nostro Signore. Amen.

PREFACIO

È giusto e necessario.

È veramente giusto e salutare, nostro dovere e nostra
salvezza, renderti grazie sempre e dovunque,
Signore, Padre santo, Dio onnipotente ed eterno.

Perché tu sei un Dio la cui misericordia non conosce

confini.

Ascolti il grido degli umili
e rispondi alla fede ovunque essa si trovi.

Nel tuo Figlio ti avvicini allo straniero,
a chi lotta, e a chi cerca con perseveranza,
rivelando che il tuo amore è offerto a tutti.

Per questo, con angeli e santi
e con tutti coloro che confidano nella tua misericordia,
cantiamo l'inno della tua gloria, senza fine acclamando:
(Santo, Santo, Santo...)

INVITO AL PADRE NOSTRO

Confidando in un Padre che ascolta
anche il più piccolo grido di fede,
preghiamo come ci ha insegnato Gesù.

EMBOLISMO

Liberaci, Signore, preghiamo, da ogni male,
specialmente dai cuori divisi e dalla fiducia indebolita.
Concedici pace nei nostri giorni,
affinché, sostenuti dalla tua misericordia,
possiamo perseverare nella fede,

mai scoraggiati nella preghiera,
e sempre sicuri della tua cura amorevole,
mentre attendiamo la beata speranza
e la venuta del nostro Salvatore, Gesù Cristo.

PREGHIERA PER LA PACE

Signore Gesù Cristo,
hai accolto la fede dello straniero
e hai guarito ciò che era spezzato.
Non guardare alle nostre paure o esitazioni,
ma alla fede della tua Chiesa,
e concedile con grazia unità e pace
secondo la tua volontà.
Che vive e regna nei secoli dei secoli. Amen.

INVITO ALLA COMUNIONE

Ecco l'Agnello di Dio,
che ascolta il grido di ogni cuore fedele
e toglie i peccati del mondo.
Beati quelli che sono chiamati al banchetto dell'Agnello.

MEDITAZIONE DOPO LA COMUNIONE

La donna chiese briciole e ricevette la guarigione.
Noi riceviamo il Pane della Vita stesso.
Possa questa Eucaristia rafforzare la nostra fiducia,
approfondire la nostra preghiera,
e insegnarci a tenere saldo ciò che conta davvero.

PREGHIERA DOPO LA COMUNIONE

Signore Dio,
ci hai nutriti con il pane del cielo.
Rafforza la nostra fede,
sostieni i nostri cuori nei momenti di prova,
e aiutaci a confidare nella tua misericordia
anche quando i tuoi modi ci sorprendono.
Per Cristo nostro Signore. Amen.

BENEDEZIONE

Possa il Dio che ascolta la fede perseverante
rafforzare la vostra fiducia. Amen.
Possa Cristo, che ha attraversato ogni confine nell'amore,

avvicinarvi al Padre. Amen.

Posso lo Spirito Santo mantenere il vostro cuore indiviso
e viva la vostra speranza. Amen.

E possa Dio onnipotente benedirvi,
il Padre, il Figlio,  e lo Spirito Santo. Amen.

CONGEDO

Andate in pace,
tenendo saldo ciò che conta davvero.
Rendiamo grazie a Dio.

PENSIERO DA PORTARE A CASA

La fede che rifiuta di andarsene
trova sempre una porta aperta nel cuore di Dio.

**13 febbraio 2026 – Venerdì della 5^a Settimana del
Tempo Ordinario – 1 Re 11,29–32; 12,19; Marco 7,31–37**

INTRODUZIONE

C’è una piccola storia raccontata di una coppia anziana sposata da più di cinquant’anni. Quando venivano chiesti loro i segreti di un matrimonio così duraturo, il marito sorrideva e diceva: “Abbiamo capito presto che l’amore non consiste nel dire sempre d’accordo, ma nell’imparare ad ascoltare.” Molti litigi finivano, non perché uno avesse vinto, ma perché uno aveva davvero ascoltato l’altro.

Oggi ci riuniamo non solo per pronunciare le nostre preghiere, ma soprattutto per ascoltare: la Parola di Dio, la sua presenza nel pane e nel vino e gli uni gli altri. La vera comunione avviene quando i cuori si aprono, le orecchie si liberano e l’amore di Dio può passare attraverso di noi nel mondo. Apriamoci ora a Colui che ci dice ancora: “Apriti.”

ATTO PENITENZIALE

Signore Gesù,
tu parli parole di vita, eppure spesso chiudiamo le orecchie
al tuo richiamo. Signore, pietà.

Cristo Gesù,
apri i cuori alla riconciliazione, eppure ci aggrappiamo alle
nostre divisioni. Cristo, pietà.

Signore Gesù,
ci inviti a pronunciare parole di guarigione, eppure le
nostre parole a volte feriscono. Signore, pietà.

PREGHIERA DI ASSOLUZIONE

Il Dio di misericordia,
che apre ciò che è chiuso e guarisce ciò che è ferito,
perdoni i nostri peccati,
ristauri i nostri cuori
e ci conduca nella libertà dei suoi figli,
per Cristo nostro Signore. Amen.

COLLETTA

Dio di vita e di luce,
la tua Parola porta guarigione a ciò che è spezzato
e unità a ciò che è diviso.

Apri le nostre orecchie per ascoltare la tua voce,
addolcisci i nostri cuori per accogliere la tua verità
e guida le nostre parole a servire la pace e la
riconciliazione.

Per Gesù Cristo, tuo Figlio,
che vive e regna con te
nella unità dello Spirito Santo, nei secoli dei secoli. Amen.

OMELIA

Un'insegnante notò una volta che uno dei suoi studenti
non rispondeva mai alle domande in classe. Quando
finalmente parlò con lui in privato, scoprì che il ragazzo
riusciva a sentire la voce dell'insegnante, ma non
chiaramente. Aveva imparato a restare in silenzio piuttosto
che rischiare di faintendere. Solo dopo che il suo
problema di udito fu affrontato, tornò la fiducia in sé stesso,

e con essa la sua voce.

Nelle letture di oggi incontriamo sia la divisione sia la guarigione. Nel Primo Libro dei Re si parla di un regno lacerato dall'ambizione e dal potere. Dove l'ascolto manca, l'unità crolla. Dove i cuori si chiudono, le relazioni si frantumano.

Il Vangelo ci mostra un'altra via. Un uomo che non può udire né parlare viene portato a Gesù. Egli non lo guarisce pubblicamente o in fretta. Gesù lo prende da parte, lo tocca, guarda il cielo e pronuncia una sola parola: "Effatà – Apriti." Le orecchie si aprono, e solo allora la lingua parla chiaramente.

Questo ordine è importante. Ascoltare viene prima di parlare. L'ascolto precede la testimonianza. Nel battesimo, la Chiesa ripete lo stesso gesto e la stessa preghiera, ricordandoci che la fede si riceve prima di essere proclamata.

Viviamo in un mondo rumoroso, pieno di parole e opinioni, ma spesso povero nell'ascolto. Quando smettiamo di ascoltare – Dio e gli altri – diventiamo spiritualmente sordi.

Ma quando Cristo tocca di nuovo la nostra vita, le orecchie si aprono e le nostre parole possono di nuovo portare vita. Un cappellano ospedaliero diceva che la cosa più guaritrice che poteva offrire ai malati terminali non erano le risposte, ma la presenza: un ascolto silenzioso e attento. Molti, dopo, dicevano: "Grazie per avermi ascoltato." Questo è ciò che Cristo fa oggi. Ascolta la sofferenza umana e, aprendoci le orecchie, ristabilisce la comunione. Possiamo lasciare questa Eucaristia un po' meno sordi alla voce di Dio, un po' più attenti gli uni agli altri e pronti a pronunciare parole che guariscono invece di dividere.

INVITO ALLA PREGHIERA SULLE OFFERTE

Fratelli e sorelle, poniamo su questo altare non solo il pane e il vino, ma anche il nostro desiderio di ascoltare più profondamente e di diventare strumenti di riconciliazione.

PREGHIERA SULLE OFFERTE

Dio della comunione, accogli questi doni
e trasformali nel sacramento della tua presenza.

Come apri le nostre orecchie alla tua Parola,
apri le nostre vite alla tua pace, affinché ciò che
celebriamo qui porti frutto in amore e servizio.

Per Cristo nostro Signore. Amen.

PREFACIO

È veramente giusto e necessario,
nostro dovere e nostra salvezza, renderti grazie sempre e
dovunque, Signore, Padre santo, Dio onnipotente ed
eterno.

Perché attraverso il tuo Figlio ti avvicini a ogni debolezza
umana. Ascolta il grido dei poveri, tocca ciò che è ferito
e apre ciò che è chiuso.

In lui i sordi ascoltano, gli spezzati trovano la voce,
e i cuori divisi ritrovano la comunione.

Per questo, con angeli e santi
e con tutti gli eserciti del cielo, proclamiamo la tua gloria
e cantiamo con gioia: Santo, Santo, Santo...

INVITO AL PADRE NOSTRO

Come figli le cui orecchie sono state aperte alla fiducia,
preghiamo il Padre con confidenza e umiltà.

EMBOLISMO

Liberaci, Signore, da ogni male,
soprattutto dai cuori che rifiutano di ascoltare
e dalle parole che dividono invece di guarire.
Concedi la pace nei nostri giorni, affinché, liberati dalla
paura, ti serviamo con cuori attenti e voci gioiose,
mentre attendiamo la beata speranza
e la venuta del nostro Salvatore, Gesù Cristo.

PREGHIERA PER LA PACE

Signore Gesù Cristo,
tu hai parlato pace nei cuori turbati
e aperto ciò che era chiuso.
Non guardare ai nostri peccati, ma alla fede della tua
Chiesa, e concedile graziosamente unità e pace
secondo la tua volontà.
Che vive e regna nei secoli dei secoli. Amen.

INVITO ALLA COMUNIONE

Ecco l'Agnello di Dio,
che apre orecchie e cuori,
che guarisce le divisioni e ristabilisce la comunione.
Beati coloro che sono chiamati alla mensa dell'Agnello.

MEDITAZIONE DOPO LA COMUNIONE

Nel ricevere il Corpo di Cristo,
chiediamo la grazia
di ascoltare più chiaramente la Parola di Dio
e di diventare voci vive della sua misericordia
nel mondo.

PREGHIERA DOPO LA COMUNIONE

Dio di guarigione e di pace,
ci hai nutriti con il Pane di Vita.
Possa questo sacramento aprire i nostri cuori,
guidare le nostre parole e rafforzarci per vivere
ciò che abbiamo ricevuto.
Per Cristo nostro Signore. Amen.

BENEDEZIONE

Possa Dio,
che apre ciò che è chiuso,
donarvi cuori attenti e orecchie che sanno ascoltare.
Amen.

Possa Cristo,
che ha toccato i feriti e ristabilito la comunione,
rendere le vostre parole strumenti di guarigione. Amen.
Possa lo Spirito Santo,
che unisce la Chiesa in un solo corpo,
guidarvi nella pace e nella riconciliazione. Amen.
E possa Dio onnipotente benedirvi,
il Padre, il Figlio e lo Spirito Santo. Amen.

CONGEDO

Andate in pace, ascoltando la Parola di Dio
e annunciandola con amore.

PENSIERO DA PORTARE A CASA

Prima di parlare per Dio, dobbiamo imparare ad ascoltarlo.
Orecchie aperte conducono a parole che guariscono e a
vera comunione.

**14 Febbraio 2026 – Sabato della 5^a Settimana del
Tempo Ordinario**

Festa dei Santi Cirillo e Metodio

1 Re 12,26–32; 13,33–34 · Marco 8,1–10

INTRODUZIONE

Un viaggiatore una volta arrivò in una terra straniera dove non conosceva la lingua. Affamato e stanco, entrò in un piccolo villaggio. Indicò la sua bocca, sperando che qualcuno capisse. Una donna anziana sorrise, scomparve in casa e tornò con del pane. Non furono scambiate parole—ma avvenne la comunione.

I santi Cirillo e Metodio conoscevano bene questa verità. Quando andarono presso i popoli slavi, non chiesero: “Cosa penserà Roma?” o “Cosa diranno i potenti?” Chiesero invece: “Come possono queste persone ascoltare Dio nella loro lingua?” E così diedero loro un alfabeto, tradussero le Sacre Scritture e sfamarono la loro fame di Dio.

Le letture di oggi ci pongono una domanda fondamentale: a quale voce seguiamo?

Il re Geroboamo seguì la paura e l’opinione pubblica—e condusse il popolo fuori strada.

Gesù seguì la compassione—e sfamò una folla affamata nel deserto.

Mentre ci riuniamo per questa Eucaristia, portiamo con noi le nostre stesse fame—fisiche, emotive, spirituali. Come la folla del Vangelo, abbiamo percorso una lunga strada.

Poniamo ciò che abbiamo nelle mani del Signore e chiediamo la sua misericordia.

ATTO PENITENZIALE

Signore Gesù Cristo,

Tu sei il Pane disceso dal cielo per dare vita al mondo.

Signore, pietà.

Tu sei l’Acqua Viva che disseta la più profonda sete del cuore umano. Cristo, pietà.

Sei venuto affinché possiamo avere la vita, e averla in abbondanza. Signore, pietà.

PREGHIERA DI ASSOLUZIONE

Che Dio onnipotente abbia misericordia di noi,
perdoni i nostri peccati,
guarisca le fame dei nostri cuori,
e ci conduca alla vita eterna. Amen.

COLLETTA

Dio eterno, hai radunato i santi Cirillo e Metodio
e li hai inviati a proclamare il tuo Vangelo
in una lingua che il popolo potesse capire
e in un amore che il popolo potesse accogliere.
Come oggi parli a noi e ci nutri con il Pane di Vita,
rendici capaci di trasmettere ciò che noi stessi abbiamo
ricevuto. Fa' che le nostre parole e azioni
possano saziare la fame di chi incontriamo.

Lo chiediamo per Gesù Cristo, tuo Figlio,
che vive e regna con te
nell'unità dello Spirito Santo... Amen.

OMELIA

Un missionario una volta disse: “Il Vangelo viaggia più veloce sulla strada della compassione.”

Nel Vangelo di oggi, Gesù nota qualcosa che altri potrebbero aver ignorato: “Sono con me da tre giorni e non hanno nulla da mangiare.”

Prima di insegnare, prima di predicare, prima di correggere—vede la fame.

I discepoli pongono una domanda disperata: “Dove potremmo trovare del pane per sfamare questa gente in un luogo deserto?”

Gesù pone una domanda piena di speranza:
“Quanti pani avete?”

Questa differenza cambia tutto.

La prima lettura ci mostra il pericolo di porre le domande sbagliate. Il re Geroboamo teme di perdere il potere e l'opinione pubblica. Così inventa un falso culto—e conduce una nazione alla carestia spirituale.

I santi Cirillo e Metodio posarono una domanda diversa:
“Come può Cristo essere veramente ascoltato qui?”
La loro risposta sfamò intere generazioni.

Gesù ci chiede ancora oggi:

“Che cosa avete?”

Non: Cosa non hai?

Non: Cosa non puoi fare?

Un piccolo pane messo nelle sue mani diventa abbondanza.

C’è un dettaglio bellissimo alla fine del Vangelo:

“Raccolsero sette ceste di avanzi.”

Dio non è mai tirchio.

Qualcuno una volta disse dopo la Comunione:

“Vengo a Messa vuoto—ma me ne vado con più di quanto possa portare.”

Questo è il miracolo che celebriamo qui.

Possiamo, come Cirillo e Metodio, portare

quell’abbondanza nelle lingue della gentilezza, del servizio e del coraggio—affinché anche altri possano essere sfamati.

INVITO ALLA PREGHIERA SULLE OFFERTE

Dal poco che portiamo, tu prepari un banchetto.

Poniamo ora i nostri doni sull’altare
e chiediamo al Signore di moltiplicarli
per la vita del mondo.

Preghiamo che il nostro sacrificio sia gradito a Dio Padre onnipotente.

PREGHIERA SULLE OFFERTE

Signore Dio, accogli questi doni che offriamo
in memoria dei santi Cirillo e Metodio.

Come un tempo trasformasti i loro umili sforzi
in nutrimento per le nazioni,
trasforma questo pane e questo vino
nel sacramento della salvezza,
e rendici strumenti della tua compassione.

Per Cristo nostro Signore. Amen.

PREFACIO

È veramente giusto e necessario, nostro dovere e nostra
salvezza,
renderti grazie sempre e dovunque,
Signore, Padre santo, Dio onnipotente ed eterno.

Perché hai chiamato i santi Cirillo e Metodio
a proclamare il Vangelo oltre i confini,
a onorare le culture senza timore,
e a rendere la tua parola salvifica
comprendibile a ogni popolo.

Attraverso la loro testimonianza ci insegni
che la tua Parola deve essere spezzata come pane
e condivisa con amore,
affinché nessuno patisca la fame della verità o della
speranza.

E così, con gli angeli e i santi,
con ogni lingua e nazione,
proclamiamo la tua gloria, cantando:
Santo, Santo, Santo...

INVITO AL PADRE NOSTRO

Su comando del Salvatore e formati dall'insegnamento
divino, osiamo pronunciare la preghiera
che unisce tutti i Popoli e chiama Dio Padre.

EMBOLISMO

Liberaci, Signore, da ogni male, specialmente dalla paura
che ci fa aggrappare a false sicurezze.
Concedi la pace nei nostri giorni,
affinché, nutriti da questo Pane di Vita,
possiamo vivere come testimoni coraggiosi del tuo amore,
in attesa della beata speranza
e della venuta del nostro Salvatore, Gesù Cristo.

PREGHIERA PER LA PACE

Signore Gesù Cristo,
hai sfamato gli affamati e riconciliato i divisi.
Non guardare ai nostri peccati, ma alla fede della tua
Chiesa, e concedile con misericordia pace e unità,
secondo la tua volontà.
Che vive e regna nei secoli dei secoli. Amen.

INVITO ALLA COMUNIONE

Ecco l'Agnello di Dio,
che toglie i peccati del mondo.
Beati gli invitati alla cena dell'Agnello.

MEDITAZIONE DOPO LA COMUNIONE

Avete mangiato il Pane di Vita.
Non lo conservate solo per voi.
Ciò che avete ricevuto in silenzio,
portatelo nella fame del mondo.

PREGHIERA DOPO LA COMUNIONE

Dio di generosità,
ci hai nutriti con il Pane del cielo.
Come un tempo fortificasti i santi Cirillo e Metodio
per la loro missione,
fortificaci oggi per vivere ciò che abbiamo ricevuto
e sfamare gli altri con fede, speranza e amore.
Per Cristo nostro Signore. Amen.

BENEDEZIONE

Che Dio, che saziò la fame del suo popolo
e parlò la sua Parola in ogni lingua,
vi benedica e vi renda a vostra volta benedizione.

Che Cristo, il Pane di Vita, vi preceda in ogni strada.
Che lo Spirito Santo vi dia coraggio
per offrire ciò che avete e confidare nell'abbondanza di
Dio.

E che Dio onnipotente vi benedica,
il Padre, e il Figlio,  e lo Spirito Santo. Amen.

CONGEDO

Andate in pace, glorificando il Signore con la vostra vita—
e con il pane che condividerete.

PENSIERO DA PORTARE A CASA

Dio non chiede quanto hai—
ma solo se sei disposto a porlo nelle sue mani.