



Le Letture commentate da fidanzati e sposi, per pregare insieme nella gioia

Le scritture sono l'attestazione dell'amore sponsale di Dio per il suo popolo. Per un approfondimento del Sacramento del Matrimonio, impariamo a leggerle e meditarle da sposi nel Signore, cioè per quello che ci vogliono dire non solo come singoli, ma come coppia.

XXII Domenica del Tempo Ordinario (anno C) 28 Agosto 2016

Antifona d'ingresso
 Abbi pietà di me, Signore,
 perché ti invoco tutto il giorno:
 tu sei buono e pronto al perdono,
 sei pieno di misericordia con chi ti
 invoca. (Sal 86, 3.5)

Colletta O Dio, che chiami i poveri e i peccatori alla festosa assemblea della nuova alleanza, fa' che la tua Chiesa onori la presenza del Signore negli umili e nei sofferenti, e tutti ci riconosciamo fratelli intorno alla tua mensa.
 Per il nostro Signore Gesù Cristo...

PRIMA LETTURA (Sir 3, 19-21.30-31)

Fatti umile, e troverai grazia davanti al Signore.

Dal libro del Siràcide

Figlio, compi le tue opere con mitezza, e sarai amato più di un uomo generoso. Quanto più sei grande, tanto più fatti umile, e troverai grazia davanti al Signore. Molti sono gli uomini orgogliosi e superbi, ma ai miti Dio rivela i suoi segreti. Perché grande è la potenza del Signore, e dagli umili egli è glorificato.

Per la misera condizione del superbo non c'è rimedio, perché in lui è radicata la pianta del male.

Il cuore sapiente medita le parabole,

un orecchio attento è quanto desidera il saggio.

Parola di Dio / Rendiamo grazie a Dio

SALMO RESPONSORIALE (Sal 67)

Rit: Hai preparato, o Dio, una casa per il povero.

I giusti si rallegrano,
 esultano davanti a Dio
 e cantano di gioia.

Cantate a Dio, inneggiate al suo nome:
 Signore è il suo nome. **Rit:**

Padre degli orfani e difensore delle vedove
 è Dio nella sua santa dimora.

A chi è solo, Dio fa abitare una casa,
 fa uscire con gioia i prigionieri. **Rit:**

Pioggia abbondante hai riversato, o Dio,
 la tua esauata eredità tu hai consolidato
 e in essa ha abitato il tuo popolo,
 in quella che, nella tua bontà,
 hai reso sicura per il povero, o Dio. **Rit:**

Punto chiave - La superbia è spesso un modo per nascondere la paura dei nostri limiti e, negandoceli a noi stessi, ci impedisce di amare e accogliere noi e gli altri per quello che siamo. È una maschera che ci imprigiona impedendo qualsiasi progresso, conversione e contatto autentico con gli altri.

L'umiltà è invece accoglienza del nostro limite; è il solo modo per amarsi e poter così aver l'energia per migliorarsi e, riconoscendo i limiti altrui come i propri, amare e stare in armonia con gli altri.

Lo sanno bene gli sposi che costruiscono la loro unità nell'accoglienza reciproca, imparando ad aprire così la loro casa a quanti, al di là di ogni limite e difetto, ricchi o poveri, sapranno riconoscere simili a sé. E allora non più gente, nemici, persone da scartare, ma fratelli con opportunità da dare: di conforto, di pace, di libertà, di gioia.

Momenti per riflettere e pregare

Cercate un cantuccio tranquillo, sedetevi comodamente, ascoltate il vostro corpo in modo da eliminare possibili tensioni, e concentratevi nella lettura dei testi della liturgia.

Prendete appunti dei vostri pensieri sulle righe in basso o su un foglio a parte.

Un momento solo per te Sottolinea le frasi della liturgia che ti suscitino il ricordo di un'emozione o un racconto, una considerazione, un proposito. E prendi nota di quanto ti è emerso:

Un momento solo per voi due Leggete assieme quello che prima avete annotato da soli. Spiegate cosa avete provato, trovandone un significato condiviso:

Un momento per voi due con Dio Cercate ora di formulare una preghiera attinente alla vostra meditazione in cui possibilmente siano contenuti i seguenti quattro momenti di invocazione:

❖ Ringraziamento per i doni (specificare quali...):

❖ Conversione dalle mancanze (dolore, ravvedimento, propositi...):

❖ Richiesta d'aiuto e della grazia (specificare quali...):

❖ Invocazione della benedizione di Dio sulle persone e sulla coppia:

Per finire gustate e meditate questo tweet di papa Francesco del 14 settembre 2015:

“Dio predilige gli umili. Quando viviamo con umiltà, Egli trasforma i nostri piccoli sforzi e fa cose grandi.”

SECONDA LETTURA (Eb 12,18-19,22-24)

Vi siete accostati al monte Sion, alla città del Dio vivente.

Dalla lettera agli Ebrei

Fratelli, non vi siete avvicinati a qualcosa di tangibile né a un fuoco ardente né a oscurità, tenebra e tempesta, né a squillo di tromba e a suono di parole, mentre quelli che lo udivano scongiuravano Dio di non rivolgere più a loro la parola.

Voi invece vi siete accostati al monte Sion, alla città del Dio vivente, alla Gerusalemme celeste e a migliaia di angeli, all'adunanza festosa e all'assemblea dei primogeniti i cui nomi sono scritti nei cieli, al Dio giudice di tutti e agli spiriti dei giusti resi perfetti, a Gesù, mediatore dell'alleanza nuova.

Parola di Dio / Rendiamo grazie a Dio

Canto al Vangelo (Mt 11,29)

Alleluia, alleluia. Prendete il mio giogo sopra di voi, dice il Signore, e imparate da me, che sono mite e umile di cuore. **Alleluia.**

VANGELO (Lc 14,1.7-14)

Chiunque si esalta sarà umiliato, e chi si umilia sarà esaltato.

+ Dal Vangelo secondo Luca

Gloria a te, o Signore

Avvenne che un sabato Gesù si recò a casa di uno dei capi dei farisei per pranzare ed essi stavano a osservarlo. Diceva agli invitati una parabola, notando come sceglievano i primi posti: «Quando sei invitato a nozze da qualcuno, non metterti al primo posto, perché non ci sia un altro invitato più degno di te, e colui che ha invitato te e lui venga a dirti: "Cèdigli il posto!"». Allora dovrai con vergogna occupare l'ultimo posto. Invece, quando sei invitato, va' a metterti all'ultimo posto, perché quando viene colui che ti ha invitato ti dica: "Amico, vieni più avanti!". Allora ne avrai onore davanti a tutti i commensali.

Perché chiunque si esalta sarà umiliato, e chi si umilia sarà esaltato».

Disse poi a colui che l'aveva invitato: «Quando offri un pranzo o una cena, non invitare i tuoi amici né i tuoi fratelli né i tuoi parenti né i ricchi vicini, perché a loro volta non ti invitino anch'essi e tu abbia il contraccambio. Al contrario, quando offri un banchetto, invita poveri, storpi, zoppi, ciechi; e sarai beato perché non hanno da ricambiarti. Riceverai infatti la tua ricompensa alla risurrezione dei giusti».

Parola del Signore / Lode a Te, o Cristo

Pregiera dei fedeli

Fratelli e sorelle, con fede e umiltà, supplichiamo adesso Colui il cui nome è "il Signore" e che in Gesù Cristo, salva tutti gli uomini.

Preghiamo insieme dicendo: **Fa' di noi, Signore, i testimoni del tuo amore.**

Alle intenzioni dell'assemblea aggiungiamo le nostre personali e di coppia:

Dio di giustizia e d'amore, ascolta le nostre preghiere e permetti che questa Eucaristia ci renda tutti più attenti e solleciti verso coloro che soffrono, perché feriti lungo il loro cammino di vita. Per Cristo nostro Signore.

Pregiera sulle offerte

Santifica, Signore, l'offerta che ti presentiamo, e compi in noi con la potenza del tuo Spirito la redenzione che si attua nel mistero. Per Cristo nostro Signore.

Antifona di comunione

Quant'è grande la tua bontà, Signore!
La riservi per quelli che ti temono.
(Sal 31,20)

Pregiera dopo la comunione

O Signore, che ci hai nutriti alla tua mensa, fa' che questo sacramento ci rafforzi nel tuo amore e ci spinga a servirvi nei nostri fratelli. Per Cristo nostro Signore.

La luce dell'umiltà è negli occhi dei piccoli

Le letture di questa domenica ci permettono di riflettere sull'umiltà e la generosità. Ancora una volta gli insegnamenti di Gesù, passano attraverso un momento di convivialità, un'istantanea con delle nozze sullo sfondo e una scelta, il posto che si prende a tavola.

Ma lo stesso ragionamento vale per il posto che si sceglie nella vita, e cioè se vogliamo un ruolo di primo piano o se stiamo nelle retrovie.

Occupare il primo posto, oggi diventa sinonimo di emergere su tutto e tutti, quasi imporsi vorremmo dire, sul lavoro come nella vita sociale, in famiglia come tra perfetti sconosciuti.

A ben guardare però, chi desidera emergere spesso lo fa arrampicandosi sulle spalle degli altri, calpestando il prossimo.

Se ognuno di noi imparasse a rispettare i tempi e gli spazi degli altri, probabilmente ne avremmo tutti un vantaggio. È un problema di limiti e confini, legati alla consapevolezza della propria identità, o in una semplice parola ... di umiltà.

Se dovessimo chiedere in giro di descrivere chi sono gli umili, probabilmente otterremmo una descrizione di persone povere e semplici. Essere umili significa semplicemente non ritenersi migliore o più importante degli altri. Il termine ci riconduce ad humus, alla stessa radice di uomo, e quindi generato dalla terra.

Si capisce bene quanto questo valore sia da sempre lontano dal modo di intendere comune. A rettificare il senso del termine umile, ci pensa Gesù, quando spiega che la grandezza dell'uomo non è nel dominio sugli altri, ma è nel servizio di chi ama e serve il prossimo in modo gratuito, senza aspettarsi un contraccambio, chi accoglie gli ultimi come fossero fratelli e amici.

Nella vita quotidiana, in famiglia come nella società tutta, la logica del servizio si incontra (quando non si scontra) con egoismi e interessi diversi. È importante allora, partendo dalla coppia e dal rapporto coi figli, farsi umili, liberarsi da tutto e buttarsi sul pavimento come quando si gioca con i bambini, a contatto con l'humus, e ci si guarda negli occhi esattamente dallo stesso livello.

(Lorenza e Gianluca)