



messa meditazione domenicale

IL VANGELO: VITA NELLA TUA VITA

Antifona d'ingresso

Sal 105,47

Salvaci, Signore Dio nostro, radunaci dalle genti, perché ringraziamo il tuo nome santo: lodarti sarà la nostra gloria.

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

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

E con il tuo spirito.

Atto penitenziale

Oggi, celebrando la vittoria di Cristo sul peccato e sulla morte, siamo chiamati a morire al peccato per risorgere alla vita nuova. Riconosciamoci bisognosi della misericordia del Padre.

Breve pausa di silenzio.

Confesso a Dio onnipotente e a voi, fratelli e sorelle, che ho molto peccato in pensieri, parole, opere e omissioni, per mia colpa, mia colpa, mia grandissima colpa. E supplico la beata sempre Vergine Maria, gli angeli, i santi e voi, fratelli e sorelle, di pregare per me il Signore Dio nostro.

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

Kýrie, eléison. **Kýrie, eléison.**
Christe, eléison. **Christe, eléison.**
Kýrie, eléison. **Kýrie, eléison.**

Gloria

Gloria a Dio nell'alto dei cieli e pace in terra agli uomini, amati dal Signore. Noi ti lodia-

mo, **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

Signore Dio nostro, concedi a noi tuoi fedeli di adorarti con tutta l'anima e di amare tutti gli uomini con la carità di Cristo. Egli è Dio, e vive e regna con te, nell'unità dello Spirito Santo, per tutti i secoli dei secoli. **Amen.**

Oppure [Anno A]: O Dio, che hai promesso ai poveri e agli umili la gioia del tuo regno, dona alla tua Chiesa di seguire con fiducia il suo Maestro e Signore sulla via delle beatitudini evangeliche. Egli è Dio, e vive e regna con te, nell'unità dello Spirito Santo, per tutti i secoli dei secoli. **Amen.**

LITURGIA DELLA PAROLA

Prima lettura

Sof 2,3; 3,12-13

Lascero in mezzo a te un popolo umile e povero.

Dal libro del profeta Sofonia.

Cercate ³il Signore voi tutti, poveri della terra, che eseguite i suoi ordini, cercate la giustizia, cercate l'umiltà; forse potrete trovarvi al riparo nel giorno dell'ira del Signore. ^{3,12}«Lascero in mezzo

a te un popolo umile e povero». Confiderà nel nome del Signore ¹³il resto d'Israele. Non commetteranno più iniquità e non proferiranno menzogna; non si troverà più nella loro bocca una lingua fraudolenta. Potranno pascolare e riposare senza che alcuno li molesti.

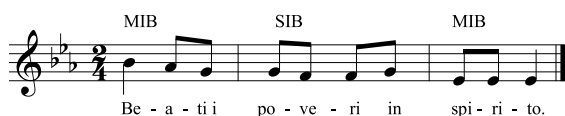
Parola di Dio.

Rendiamo grazie a Dio.

Salmo responsoriale

dal Salmo 145

R/. Beati i poveri in spirito.



Il Signore rimane fedele per sempre / rende giustizia agli oppressi, / dà il pane agli affamati. / Il Signore libera i prigionieri. **R/.**

Il Signore ridona la vista ai ciechi, / il Signore rialza chi è caduto, / il Signore ama i giusti, / il Signore protegge i forestieri. **R/.**

Egli sostiene l'orfano e la vedova, / ma sconvolge le vie dei malvagi. / Il Signore regna per sempre, / il tuo Dio, o Sion, di generazione in generazione. **R/.**

Seconda lettura

1Cor 1,26-31

Dio ha scelto ciò che è debole per il mondo.

Dalla prima lettera di san Paolo apostolo ai Corinzi.

Considerate ²⁶la vostra chiamata, fratelli: non ci sono fra voi molti sapienti dal punto di vista umano, né molti potenti, né molti nobili. ²⁷Ma quello che è stolto per il mondo, Dio lo ha scelto per confondere i sapienti; quello che è debole per il mondo, Dio lo ha scelto per confondere i forti; ²⁸quello che è ignobile e disprezzato per il mondo, quello che è nulla, Dio lo ha scelto per ridurre al nulla le cose che sono, ²⁹perché nessuno possa vantarsi di fronte a Dio. ³⁰Grazie a lui voi siete in Cristo Gesù, il quale per noi è diventato sapienza per opera di Dio, giustizia, santificazione e redenzione, ³¹perché, come sta scritto, chi si vanta, si vanti nel Signore.

Parola di Dio.

Rendiamo grazie a Dio.

Canto al Vangelo

Mt 5,12a

Alleluia, alleluia.

Rallegratevi ed esultate, perché grande è la vostra ricompensa nei cieli. **Alleluia.**

Vangelo

Mt 5,1-12a

Beati i poveri in spirito.



Dal Vangelo secondo Matteo.

In quel tempo, ¹vedendo le folle, Gesù salì sul monte: si pose a sedere e si avvicinarono a lui i suoi discepoli. ²Si mise a parlare e insegnava loro dicendo: ³«Beati i poveri in spirito, perché di essi è il regno dei cieli. ⁴Beati quelli che sono nel pianto, perché saranno consolati. ⁵Beati i miti, perché avranno in eredità la terra. ⁶Beati quelli che hanno fame e sete della giustizia, perché saranno saziati. ⁷Beati i misericordiosi, perché troveranno misericordia. ⁸Beati i puri di cuore, perché vedranno Dio. ⁹Beati gli operatori di pace, perché saranno chiamati figli di Dio. ¹⁰Beati i perseguitati per la giustizia, perché di essi è il regno dei cieli. ¹¹Beati voi quando vi insulteranno, vi perseguiteranno e, mentendo, diranno ogni sorta di male contro di voi per causa mia. ¹²Rallegratevi ed esultate, perché grande è la vostra ricompensa nei cieli».

Parola del Signore.

Lode a te, o Cristo.

Professione di fede

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

Fratelli e sorelle, lo Spirito Santo è artefice della vita della Chiesa. Guidati dalla sua voce, innalziamo al Padre la nostra preghiera.

Preghiamo insieme e diciamo:

R/. Signore Dio nostro, ascoltaci.

1. Per la santa Chiesa: in ogni parola e gesto lasci trasparire sempre più chiaramente il Signore Gesù, nel quale crede e spera. Noi ti preghiamo. **R/.**
2. Per le persone consacrate: intercedendo per l'unità della Chiesa e la pace nel mondo, siano liete e perseveranti nell'offerta della vita. Noi ti preghiamo. **R/.**
3. Per la società in cui viviamo: la mitezza dei discepoli di Cristo riveli a un'umanità spesso aggressiva e violenta che l'amore è il vero compimento di ogni legge. Noi ti preghiamo. **R/.**
4. Per le nostre famiglie: siano accoglienti e ospitali, capaci di educare alla fede e sempre radicate in Cristo nostra speranza. Noi ti preghiamo. **R/.**
5. Per noi qui presenti: riconoscendo nel perdono fraterno il segno sicuro di una vita evangelica e il seme della civiltà dell'amore, ci impegniamo a tessere rapporti di vera amicizia e reciproca fiducia. Noi ti preghiamo. **R/.**

Concedi a noi il dono della tua sapienza, o Padre, e fa' che la tua Chiesa diventi sempre più segno credibile dell'umanità nuova, edificata nella libertà e nella comunione fraterna. Per Cristo nostro Signore. **Amen.**

LITURGIA EUCARISTICA

Preghiera sulle offerte

Accogli con bontà, o Signore, i doni del nostro servizio sacerdotale: li deponiamo sull'altare perché diventino sacramento della nostra redenzione. Per Cristo nostro Signore. **Amen.**

Prefazio *[Si suggerisce il prefazio delle domeniche del Tempo Ordinario X - M. R. pag. 368].*

È veramente giusto benedirti e renderti grazie, Padre santo, sorgente della verità e della vita, perché in questo giorno di festa ci hai convocato nella tua casa. Oggi la tua famiglia, riunita nell'ascolto della Parola e nella

comunione dell'unico pane spezzato, fa memoria del Signore risorto nell'attesa della domenica senza tramonto, quando l'umanità intera entrerà nel tuo riposo. Allora noi vedremo il tuo volto e loderemo senza fine la tua misericordia. Con questa gioiosa speranza, uniti agli angeli e ai santi, cantiamo a una sola voce l'inno della tua gloria: **Santo, Santo, Santo...**

Antifona alla comunione

Mt 5,3,5

Beati i poveri in spirito: di essi è il regno dei cieli. Beati i miti: avranno in eredità la terra.

Preghiera dopo la comunione

O Signore, che ci hai nutriti con il dono della redenzione, fa' che per la forza di questo sacramento di eterna salvezza cresca sempre più la vera fede. Per Cristo nostro Signore. **Amen.**

Calendario liturgico settimanale

2 – 8 febbraio 2026

IV del Tempo Ordinario – IV del salterio

Lunedì 2 – Presentazione del Signore, F

S. Bernardo | S. Caterina de' Ricci | S. Lorenzo
[MI 3,1-4; / Eb 2,14-18; Sal 23; Lc 2,22-40]

Martedì 3 – Feria – S. Biagio, mf

S. Ansgario [Oscar], mf
S. Adelino | S. Celerino | S. Claudina | S. Leonio
[2Sam 18,9-10.14b.21a.24-25a.30-32; 19,1-3;
Sal 85; Mc 5,21-43]

Mercoledì 4 – Feria

S. Eutichio di Roma | S. Rabano Mauro
S. Giuseppe da Leonessa | S. Gilberto
[2Sam 24,2.9-17; Sal 31; Mc 6,1-6]

Giovedì 5 – S. Agata, M

S. Alice [Adelaide] di Vilich | S. Albuino
S. Domiziano | B. Elisabetta Canori Mora
[1Re 2,1-4.10-12; Sal: da 1Cr 29,10-12; Mc 6,7-13]

Venerdì 6 – SS. Paolo Miki e Compagni, M

S. Geraldo | S. Guarino | S. Dorotea | S. Silvano
S. Alfonso M. Fusco | S. Renilde
[Sir 47,2-13 [NV] [gr. 47,2-11]; Sal 17; Mc 6,14-29]

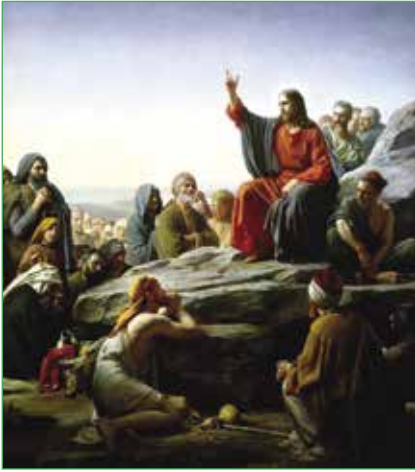
Sabato 7 – Feria

B. Pio IX | S. Riccardo | S. Massimo | S. Giuliana
[1Re 3,4-13; Sal 118; Mc 6,30-34]

Domenica 8 – V del Tempo Ordinario (A)

S. Girolamo Emiliani | S. Giuseppina Bakhita
S. Invenzio | S. Onorato | S. Quinta
[Is 58,7-10; Sal 111; 1Cor 2,1-5; Mt 5,13-16]

RALLEGRIAMOCI ED ESULTIAMO NEL SIGNORE



LETTURA

Oggi, “Giornata per la Vita”, siamo chiamati a rallegrarci ed esultare perché la nostra fede è Cristo, che con l’incarnazione è venuto fino a noi, e con la sua passione, morte e risurrezione ci ha salvati, perché eravamo incapaci di salvarci da soli. È dunque appropriato l’invito che il profeta Sofonia ci rivolge: “Voi tutti, poveri della terra, che eseguite i suoi ordini, cercate la giustizia, cercate l’umiltà”. Ai “poveri” sarà inviato il Messia: Egli stesso sarà umile e dolce, e anche oppresso. Indifesi e oppressi, gli “umili” e i “poveri” sono disponibili per il Regno dei cieli e, quindi, hanno parte alle benedizioni: tale è il tema delle Beattitudini che la liturgia di questa domenica ci propone per la meditazione.

MEDITAZIONE

Il messaggio fondamentale, il più sconvolgente dell’intero Vangelo, che va sotto il nome di “discorso della montagna”, è quello della paternità di Dio e della condizione filiale che gli esseri ragionevoli hanno davanti a Lui. Esso racchiude la grande proposta evangelica, inedita, utopistica. Si direbbe un annuncio più che una proposta, una segnalazione profetica della storia futura più che una programmazione terrena. Questo

“discorso”, però, non fa altro che tradurre l’esperienza di Cristo: non ci suggerisce “le condizioni per uno stato di perfezione”, ma “la clausola per essere buoni cristiani”. Infatti, non riguarda una categoria di persone, ma noi, discepoli di Gesù. Il “monte” da cui il Cristo ci parla anche oggi richiama il luogo privilegiato dell’incontro dell’uomo con Dio. Il primo e il più urgente annuncio che Gesù ci rivolge è un invito alla povertà, e Matteo precisa che si tratta di una povertà “nello spirito”. Il “povero nello spirito” è il povero perfetto, perché è distaccato non solo dai beni di fortuna, ma anche e soprattutto dai beni superiori dell’intelligenza e della volontà, dalle proprie idee e dai propri sentimenti. Infatti, solo spogli di noi stessi, delle nostre umane vedute e aspirazioni, siamo pronti ad accogliere i beni trascendenti ma paradossali del Regno. I beni materiali, al pari della salute fisica, delle qualità intellettuali o spirituali, per tutti noi sono sempre una tentazione costante per dimenticare Dio, o per riporre la nostra fiducia nei valori umani. Sappiamo che “poveri nello spirito” non si nasce, ma si diventa e si rimane a costo di grandi sacrifici e continue rinunce contro le istintive aspirazioni dei sensi, le pretese dell’intelligenza, le irrisioni della sorte, le incomprensioni degli uomini.

PREGHIERA

Vieni, Signore Gesù, e insegna a noi tutti, qui riuniti per l’ascolto della tua Parola e la partecipazione alla santa Eucaristia, a essere capaci di rinunciare a noi stessi, mettendo la nostra vita a servizio dei fratelli con umiltà e purezza di cuore, per seguirti e realizzare il tuo Regno.

AGIRE

Impegniamoci a coltivare con gioia l’ottimismo cristiano nella realtà in cui viviamo, con tutti i nostri fratelli e sorelle nel Signore.

Mons. Gabriele Teti