

# DIOCESI DI VALLO DELLA LUCANIA

## LA FAMIGLIA IN PREGHIERA PER LA PASQUA SETTIMANALE

### XIV DOMENICA DEL TEMPO ORDINARIO

*“E se lo Spirito di Dio, che ha risuscitato Gesù dai morti, abita in voi,  
colui che ha risuscitato Cristo dai morti darà la vita anche ai vostri corpi mortali  
per mezzo del suo Spirito che abita in voi”  
(Rm 8, 11)*

*Per una Chiesa sinodale: Comunione, partecipazione e missione*

*« Radicato in questa consapevolezza è il desiderio di una Chiesa sempre più sinodale anche nelle sue istituzioni, strutture e procedure, in modo da costituire uno spazio in cui la comune dignità battesimale e la corresponsabilità nella missione siano non solo affermate, ma esercitate e praticate. In questo spazio, l'esercizio dell'autorità nella Chiesa è apprezzato come un dono e lo si vuole sempre più configurato come «un vero servizio, che le Sacre Scritture chiamano significativamente “diaconia” o ministero» (LG 24), sul modello di Gesù, che si è chinato a lavare i piedi ai suoi discepoli (cfr. Gv 13,1-11). (dall' Instrumentum Laboris, 21)*

*Preghiera*    **Siamo qui** dinanzi a te, Spirito Santo:  
siamo tutti riuniti nel tuo nome.  
**Vieni** a noi,  
assistici,  
scendi nei nostri cuori.  
**Insegnaci** tu ciò che dobbiamo fare,  
mostraci tu il cammino da seguire tutti insieme.  
**Non permettere** che da noi peccatori sia lesa la giustizia,  
non ci faccia sviare l'ignoranza,  
non ci renda parziali l'umana simpatia,  
perché siamo una cosa sola in te  
e in nulla ci discostiamo dalla verità.  
**Lo chiediamo** a Te,  
che agisci in tutti i tempi e in tutti i luoghi,  
in comunione con il Padre e con il Figlio,  
per tutti i secoli dei secoli. Amen.

*Sussidio a cura dell'Ufficio Liturgico Diocesano.  
Vallo della Lucania, 07.07.2023*

*In orario opportuno, preferibilmente prima del pranzo, la famiglia al completo si ritrova insieme, davanti a un Crocifisso, oppure davanti a un'immagine del Signore Gesù o della Beata Vergine Maria, altrimenti in un luogo adatto della casa, eventualmente ponendo su un tavolo al centro il Vangelo o la Bibbia. La domenica è il Giorno del Signore, in cui celebriamo la sua risurrezione e ricordiamo il Battesimo da noi ricevuto, nostra prima Pasqua, perciò è bello accendere un cero, o, in mancanza, le luci elettriche in segno di festa. Preferibilmente uno dei genitori guida la preghiera.*

## PREGHIERA INIZIALE

In piedi

**Guida:** Nel nome del Padre, e del Figlio e dello Spirito Santo. **Tutti** Amen.

*Mentre uno dei presenti accende il cero, si benedice Dio con le seguenti parole:*

**Guida:** Benedetto sei tu, Dio, Padre del Signore nostro Gesù Cristo!  
Per mezzo del tuo Figlio ci hai creati a tua immagine  
e con la sua morte ci hai rigenerati a vita nuova.

**Tutti:** **Benedetto sei tu, Dio, Padre del Signore nostro Gesù Cristo!**

## ACCOGLIENZA DELLA PAROLA DI DIO

Disponiamo i nostri cuori ad accogliere la Parola del Signore pregando con le parole del Salmo 144/145.

*Il Salmo può essere recitato nella forma responsoriale: uno proclama le strofe e tutti si uniscono con il ritornello; oppure, omettendo il ritornello, i presenti recitano le strofe alternativamente.*

**R.** Benedirò il tuo nome per sempre, Signore.

O Dio, mio re, voglio esaltarti  
e benedire il tuo nome in eterno e per sempre.  
Ti voglio benedire ogni giorno,  
lodare il tuo nome in eterno e per sempre. **R.**

Misericordioso e pietoso è il Signore,  
lento all'ira e grande nell'amore.  
Buono è il Signore verso tutti,  
la sua tenerezza si espande su tutte le creature. **R.**

Ti lodino, Signore, tutte le tue opere  
e ti benedicano i tuoi fedeli.  
Dicano la gloria del tuo regno  
e parlino della tua potenza. **R.**

Fedele è il Signore in tutte le sue parole  
e buono in tutte le sue opere.  
Il Signore sostiene quelli che vacillano  
e rialza chiunque è caduto. **R.**

## VANGELO

*Io sono mite e umile di cuore.*

*Uno dei presenti proclama:*

✠ Dal Vangelo secondo Matteo  
11, 25-30

**I**n quel tempo Gesù disse:

«Ti rendo lode, Padre, Signore del cielo e della terra, perché hai nascosto queste cose ai sapienti e ai dotti e le hai rivelate ai piccoli. Sì, o Padre, perché così hai deciso nella tua benevolenza. Tutto è stato dato a me dal Padre mio; nessuno conosce il

Figlio se non il Padre, e nessuno conosce il Padre se non il Figlio e colui al quale il Figlio vorrà rivelarlo.

Venite a me, voi tutti che siete stanchi e oppressi, e io vi darò ristoro. Prendete il mio giogo sopra di voi e imparate da me, che sono mite e umile di cuore, e troverete ristoro per la vostra vita. Il mio giogo infatti è dolce e il mio peso leggero».

Parola del Signore

*Una breve sosta di silenziosa meditazione*

*Si può aggiungere la seguente riflessione*

Il brano evangelico di questa domenica (cfr *Mt* 11,25-30) è articolato in tre parti: anzitutto Gesù innalza un inno di benedizione e di ringraziamento al Padre, perché ha rivelato ai poveri e ai semplici il mistero del Regno dei cieli; poi svela il rapporto intimo e singolare che c'è tra Lui e il Padre; e infine invita ad andare a Lui e a seguirlo per trovare sollievo.

In primo luogo, Gesù loda il Padre, perché ha tenuto nascosti i segreti del suo Regno, della sua verità, «ai sapienti e ai dotti» (v. 25). Li chiama così con un velo di ironia, perché presumono di essere saggi, sapienti, e dunque hanno il cuore chiuso, tante volte. La vera saggezza viene anche dal cuore, non è soltanto capire idee: la vera saggezza entra anche nel cuore. E se tu sai tante cose ma hai il cuore chiuso, tu non sei saggio. I misteri di suo Padre, Gesù li dice rivelati ai «piccoli», a quanti si aprono con fiducia alla sua Parola di salvezza, aprono il cuore alla Parola di salvezza, sentono il bisogno di Lui e attendono tutto da Lui. Il cuore aperto e fiducioso verso il Signore.

Poi, Gesù spiega che ha ricevuto tutto dal Padre, e lo chiama «Padre mio», per affermare l'unicità del suo rapporto con Lui. Infatti, solo tra il Figlio e il Padre c'è totale reciprocità: l'uno conosce l'altro, l'uno vive nell'altro. Ma questa comunione unica è come un fiore che sboccia, per rivelare gratuitamente la sua bellezza e la sua bontà. Ed ecco allora l'invito di Gesù: «Venite a me...» (v. 28). Egli vuole donare quanto attinge dal Padre. Vuole donarci la verità, e la verità di Gesù è sempre gratuita: è un dono, è lo Spirito Santo, la Verità.

Come il Padre ha una preferenza per i «piccoli», così anche Gesù si rivolge agli «affaticati e oppressi». Anzi, mette sé stesso tra loro, perché Egli è il «mite e umile di cuore» (v. 29), così dice di essere. Come nella prima e nella terza beatitudine, quella degli umili o poveri in spirito; e quella dei miti (cfr *Mt* 5,3.5): la mitezza di Gesù. Così Gesù, «mite e umile», non è un modello per i rassegnati né semplicemente una vittima, ma è l'Uomo che vive «di cuore» questa condizione in piena trasparenza all'amore del Padre, cioè allo Spirito Santo. Egli è il modello dei «poveri in spirito» e di tutti gli altri «beati» del Vangelo, che compiono la volontà di Dio e testimoniano il suo Regno.

E poi, Gesù dice che se andiamo da Lui troveremo ristoro: il «ristoro» che Cristo offre agli affaticati e oppressi non è un sollievo soltanto psicologico o un'elemosina elargita, ma la gioia dei poveri di essere evangelizzati e costruttori della

nuova umanità. Questo è il sollievo: la gioia, la gioia che ci dà Gesù. È unica, è la gioia che ha Lui stesso. È un messaggio per tutti noi, per tutti gli uomini di buona volontà, che Gesù rivolge ancora oggi nel mondo, che esalta chi si fa ricco e potente. Quante volte noi diciamo: “Ah, vorrei essere come quello, come quella, che è ricco, ha tanto potere, non gli manca nulla!”. Il mondo esalta il ricco e potente, non importa con quali mezzi, e a volte calpesta la persona umana e la sua dignità. E questo noi lo vediamo tutti i giorni, i poveri calpestati. Ed è un messaggio per la Chiesa, chiamata a vivere le opere di misericordia e a evangelizzare i poveri, ad essere mite, umile. Così il Signore vuole che sia la sua Chiesa, cioè noi.

Maria, la più umile e la più alta tra le creature, implori da Dio per noi *la sapienza del cuore*, affinché sappiamo discernere i suoi segni nella nostra vita ed essere partecipi di quei misteri che, nascosti ai superbi, vengono rivelati agli umili. (Papa Francesco, dall’*Angelus* del 05.07.2020).

## PROFESSIONE DI FEDE

**Guida:** Ringraziamo Dio per il dono della Fede e della grazia del Battesimo e diciamo:

**C**redo 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,

*Alle parole:* e per opera dello Spirito Santo... fino a si è fatto uomo, *tutti si inchinano.*

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.

## INVOCAZIONI

**Guida:** Rivolghiamo la comune preghiera a Dio nostro Padre, perché ci renda veri discepoli e testimoni di Cristo, primizia dell'umanità nuova.

**Tutti:** *Dio, nostra speranza, ascoltaci.*

La Chiesa operi instancabilmente per condurre gli uomini a Cristo, e lo Spirito la ricolmi di santità e di grazia. Preghiamo.

Nei cristiani cresca la docilità all'ascolto della voce dello Spirito, che parla nell'intimo della coscienza e nel magistero del papa e dei vescovi. Preghiamo.

I popoli della terra non smarriscano la via della giustizia e della pace e instaurino tra loro rapporti leali e costruttivi. Preghiamo.

Le membra sofferenti del corpo di Cristo sperimentino la dolcezza della paterna consolazione di Dio attraverso la carità di chi è loro vicino. Preghiamo.

Ognuno di noi accolga l'amore che in questo giorno ci viene elargito, e il nostro impegno di santificazione ci porti a una vita piena. Preghiamo.

**Guida:** Concludiamo la nostra preghiera affidandoci a Dio con le parole che Gesù ci ha insegnato:

**Tutti, eventualmente con le braccia allargate, dicono:**

Padre nostro che sei nei cieli,  
sia santificato il tuo nome;  
venga il tuo regno,  
sia fatta la tua volontà,  
come in cielo così in terra.  
Dacci oggi il nostro pane quotidiano,  
e rimetti a noi i nostri debiti  
come **anche** noi li rimettiamo ai nostri debitori,  
e non **abbandonarci alla** tentazione,  
ma liberaci dal male.

**Guida:**

O Dio, che ti riveli ai piccoli  
e doni ai poveri l'eredità del tuo regno,  
rendici miti e umili di cuore,  
a imitazione di Cristo tuo Figlio,  
perché, portando con lui il giogo soave della croce,  
annunciamo al mondo la gioia che viene da te.  
Per Cristo nostro Signore.

**Tutti:** Amen.

\*\*\*

*Se il momento di preghiera si tiene immediatamente prima del pranzo, si può lodevolmente aggiungere la benedizione della mensa:*

**Guida:**

Benedici, Signore, questo cibo che condividiamo in letizia e semplicità di cuore e confermaci nella tua amicizia e nella tua pace. **Tutti:** Amen.

\*\*\*

**Guida:** Invochiamo la benedizione del Signore:

*e mentre tutti tengono il capo chino, dice*

**Guida:** Concedi a questa nostra famiglia, Dio onnipotente, i doni della tua benedizione, perché siano attenti i nostri cuori alla tua parola, comprendiamo ciò che è buono e giusto e camminiamo sempre sulla via dei suoi precetti. Per Cristo nostro Signore. **Tutti:** Amen.

*Chi guida, mentre traccia su di sé il segno della croce e lo stesso fanno tutti i presenti, dice:*

E ci doni la sua benedizione Dio onnipotente, Padre e Figlio e Spirito Santo.

**Tutti:** Amen.

*Se sono presenti bambini o fanciulli, i genitori stessi tracciano un segno di croce sulla fronte dei loro figli.*

#### SALUTO ALLA VERGINE MARIA

**Tutti insieme:** Ave, o Maria, piena di grazia, Il Signore è con te.  
Tu sei benedetta fra le donne  
e benedetto è il frutto del tuo seno, Gesù.  
Santa Maria, Madre di Dio, prega per noi peccatori,  
adesso e nell'ora della nostra morte. Amen.