

**Meditazione**  
**Preghiere spontanee**  
**Padre Nostro**  
**Segno di Pace**

**Tutti**

Per tutte le vocazioni cristiane (a cura del Centro Nazionale Vocazioni)  
Gesù buono, tu vedi in noi il germinare misterioso del buon seme che hai gettato nella nostra vita e il grano che cresce insieme alla zizzania: donaci di essere terra fertile e spighe feconde per portare il frutto da Te sperato. Tu vedi in noi il lievito silente da impastare nella massa del mondo e l'acqua semplice che diventa vino nuovo: donaci di essere fermento vivo ed efficace per gonfiare di Te l'umanità del nostro tempo e di poter gustare quel sapore buono ed allegro della comunione e del reciproco dono di sé. Tu vedi in noi il tesoro nascosto per il quale hai rinunciato a tutti i tuoi averi e la perla di grande valore che hai comprato a prezzo del tuo sangue: donaci di desiderare e cercare la santità come ricchezza inestimabile per la nostra vita. Signore Gesù, guarisci il nostro sguardo perché nella realtà, che già ci chiama ad essere tuoi discepoli, possiamo vedere l'Invisibile: illumina i nostri occhi affinché tutti riconosciamo e scegliamo la bellezza della nostra vocazione. Amen.

Canto di Compieta  
Tantum Ergo  
Canto Finale

**Cattedrale di Udine**

**Parrocchia di Santa Maria Annunziata**

**Gruppo di Preghiera "Una Luce nella notte".**

" Vuoi rileggere, scaricare e stampare questo foglietto a casa tua?  
Vai sul sito [www.cattedraleudine.it](http://www.cattedraleudine.it) e clicca nel Menu' la voce  
"Area Download".

*Chiesa S. Pietro Martire*  
*Venite a me, voi tutti, che siete affaticati*  
*e oppressi, e io vi ristorerò.*

**Adorazione Eucaristica**

**V<sup>a</sup> Domenica del T. O. "Anno A"**



*Canto iniziale*

***Tutti: "Custodisci sempre con paterna bontà  
la tua famiglia, Signore,  
e poiché unico fondamento  
della nostra speranza  
è la grazia che viene da te,  
aiutaci sempre con la tua protezione." (Colletta)***

**1 L . Il simbolo della “luce” accompagna tutta la Liturgia di questa Quinta Domenica del Tempo Ordinario: si tratta della luce che proviene dalla relazione con la sorgente divina, che si irradia attraverso coloro che vivono in coerenza con la Parola di Dio accolta e tradotta in scelte da essa ispirate.**

**2 L. Il discorso della montagna, infatti, non è destinato a individui che vivono per se stessi, ma a credenti disponibili a farsi “Comunità”, per essere luce del mondo, sale della terra.**

**Canto al Vangelo.**

**Presidente Assemblea: “Io sono la luce del mondo, dice il Signore; chi segue me, avrà la luce della vita.”**

*Dal Vangelo secondo Matteo: (Mt 5,13-16)*

**In quel tempo, Gesù disse ai suoi discepoli:**

**«Voi siete il sale della terra; ma se il sale perde il sapore, con che cosa lo si renderà salato? A null’altro serve che ad essere gettato via e calpestato dalla gente.**

**Voi siete la luce del mondo; non può restare nascosta una città che sta sopra un monte, né si accende una lampada per metterla sotto il moggio, ma sul candelabro, e così fa luce a tutti quelli che sono nella casa. Così risplenda la vostra luce davanti agli uomini, perché vedano le vostre opere buone e rendano gloria al Padre vostro che è nei cieli». Parola del Signore.**

**Pausa di Silenzio**

**1 L . Il brano evangelico odierno è nel contesto del “discorso della montagna” e, quindi, delle beatitudini. Coloro che sono proclamati beati, non lo sono solo per sé stessi, ma anche nei confronti del mondo; essi, per le realtà terrestri, sono luce e sale.**

**2 L. «Voi siete la luce del mondo»: Gesù ha detto queste parole in primo luogo ai credenti, ai discepoli che sono i poveri, i miti, coloro che hanno fame e sete di giustizia... Essi sono luce non tanto perché appartengono di fatto alla Chiesa o hanno una dottrina di salvez-**

noi siamo luce e sale.

**1 L. Sofferamoci ora sul simbolo del sale. Il sale prima di tutto è ciò che ascende dalla massa del mare, rispondendo al luminoso appello del sole.**

**2 L. Così il discepolo ascende, rispondendo alla chiamata, all’attrazione dell’infinita luce divina. Ma poi discende sugli alimenti, sulla tavola.**

**1 L. Perché se il sale resta chiuso nella saliera, non serve a niente: deve sciogliersi negli alimenti, deve darsi. Così il cristiano deve essere generoso di sé.**

**2 L. Il sale dà sapore. Paolo dice: « Io non ho voluto sapere nient’altro che Cristo, e questi crocifisso».**

**1 L. «Sapere» è molto di più che «conoscere»: significa avere il sapore di Cristo.**

**2 L. E questo accade quando Cristo è disciolto in me come sale; quando mi penetra, come pane, in tutte le fibre della vita. Allora io divento sua parola, suo gesto, suo cuore.**

Pausa di silenzio

Intenzioni di Papa Francesco affidate alla Chiesa Universale

Affinché il clamore dei fratelli migranti, caduti nelle mani di trafficanti senza scrupoli, sia ascoltato e considerato. Preghiamo.

Intenzioni dell’Arcivescovo Andrea Bruno affidate al Monastero Invisibile di Udine

Per tutti i genitori, perché con l’esempio e la parola sappiamo infondere nel cuore dei loro figli l’amore per Gesù e il desiderio di imitarlo nella loro vita. Preghiamo.

**Pausa di Silenzio**

**Canto:**

**2 L.** Sale e luce sono presi come esempio da Gesù, perché hanno una spontaneità, una libertà, una forza che viene dalla loro natura.

**1 L.** Allo stesso modo il cristiano è colui che mettendo le radici in Cristo, vivendo unito a lui, non può non irradiarne la luce, non può non portarne ovunque il sapore.

**2 L.** Il segreto ultimo, quindi, per essere luce del mondo e sale della terra è cercare di restare sempre più profondamente uniti a Cristo, consapevoli che tutto quello che siamo, tutto quello che abbiamo, tutto quello che facciamo, lo riceviamo da lui, come i tralci sulla vite.

**1 L.** Una delle più belle definizioni di Dio è: «Dio è luce», come leggiamo in san Giovanni. Ma oggi il Vangelo ci sorprende e rilancia: anche l'uomo è luce; anche tu, anche voi siete luce.

**2 L.** Chi di noi oserebbe dire: io do luce, io do sapore alla vita di chi mi è vicino? Ebbene, è incredibile la fiducia di Gesù negli uomini, incredibile la stima, la speranza che ha in noi!

**1 L.** E non dice: voi dovete essere, sforzatevi di diventare, ma voi siete già luce. La luce non è un dovere, è il frutto spontaneo in chi ha respirato Dio.

**2 L.** Io non sono né luce né sale, lo so bene. Eppure il Vangelo parla a me, di me: non fermarti alla superficie, a ciò che appare agli occhi, cerca in profondità, verso la cella segreta del cuore: là troverai una fiamma accesa e una manciata di sale. Perché tu sei, nonostante tutto, nonostante i tuoi limiti, luce e sale del mondo, per pura grazia. Non è un vanto, ma una responsabilità.

**1 L.** Dice Gesù: « Voi siete la luce del mondo », non io o tu, ma voi. Quando un io e un tu s'incontrano generando un noi, questo è luce per il mondo.

**2 L.** Quando due si amano sulla terra, questo dà luce agli altri; nel noi di una famiglia dove ci si vuol bene c'è il sapore, il senso, il sale della vita; nella comunità accogliente, nel gruppo, nella cooperativa, insieme

**za da comunicare e neppure perché sono uomini di preghiera e fedeli al culto, ma perché, in primo luogo, sono poveri, miti, puri di cuore, operatori di pace...**

## **ABBASSARE LUCI**

### **Tutti**

**Dal Salmo 111: Rit.** *Il giusto risplende come luce.*

Spunta nelle tenebre, luce per gli uomini retti:  
misericordioso, pietoso e giusto.  
Felice l'uomo pietoso che dà in prestito,  
amministra i suoi beni con giustizia. **Rit.**

Egli non vacillerà in eterno:  
eterno sarà il ricordo del giusto.  
Cattive notizie non avrà da temere,  
saldo è il suo cuore, confida nel Signore. **Rit.**

Sicuro è il suo cuore, non teme,  
egli dona largamente ai poveri,  
la sua giustizia rimane per sempre,  
la sua fronte s'innalza nella gloria. **Rit.**

### **Pausa di Silenzio**

**1 L.** C'è davvero da chiedersi come possa il Signore dire di noi: «Voi siete il sale della terra [...]. Voi siete la luce del mondo».

**2L.** Basterebbe anche solo limitarsi al caso di Paolo. Chi più di lui è stato luce del mondo grazie alla sua parola appassionata e alla sua proclamazione del vangelo? Chi più di lui è stato sale della terra in virtù del «gusto» delle sue lettere?

**1L.** Eppure Paolo non si è mai dichiarato luce e sale del mondo, non si è mai presentato ad annunciare la parola di Dio con l'eccellenza della parola e della sapienza umana. Anzi, la luce, il sapore, il genio di Paolo

risiedono nella consapevolezza che ha della propria debolezza e della propria incapacità.

**2L.** Afferma: «Per grazia di Dio sono quello che sono» o: «La mia parola e la mia predicazione non si basarono su discorsi persuasivi di sapienza», cioè non si basarono sulle mie capacità retoriche, sulle mie conoscenze, «ma sulla manifestazione dello Spirito e della sua potenza, perché la vostra fede non fosse fondata sulla sapienza umana, ma sulla potenza di Dio».

**1L.** Paolo dunque è consapevole di non potersi presentare come sale, di non potersi vantare delle sue opere, di non poter mettere se stesso in evidenza perché ci sia luce nel mondo. Che senso dare allora all'affermazione di Gesù?

**2L.** Vanno prima di tutto identificati i «voi» ai quali è detto: «Voi siete il sale della terra [...]. Voi siete la luce del mondo». Venendo subito dopo le beatitudini, quest'affermazione si rivolge a chi cerca in qualche modo di incarnarle e può essere tradotta in questo modo:

**1L.** «Voi poveri in spirito siete sale della terra e luce del mondo. Voi miti, voi misericordiosi, voi puri di cuore, voi operatori di pace, voi perseguitati per causa della giustizia, cioè del vangelo: voi siete sale della terra e luce del mondo».

**2L.** Il senso di questa osservazione ci apparirà in particolar modo se ci concentriamo sulla prima beatitudine che riassume tutte le altre: «Beati i poveri in spirito».

**1L.** I voi che diventano sale della terra e luce del mondo sono consapevoli della loro povertà, di quanto tutto quello che hanno e che sono è dono e grazia di Dio. Non attribuiscono nulla a loro stessi, ma riconoscono che tutto quello che fanno di buono è dono di Dio.

**2L.** Sono proprio come Paolo quando dichiarava: «Per grazia di Dio sono quello che sono».

**1L.** O ancora come Maria che osava affermare: «D'ora in poi tutte le generazioni mi chiameranno beata», solo perché il Signore «ha guardato all'umiltà», cioè alla povertà, alla piccolezza, all'insignificanza, «della sua serva».

**2L.** In questo modo siamo «sale della terra e luce del mondo» non solo come Paolo e Maria, ma soprattutto come Gesù stesso il quale, se da una parte proclama «io sono la luce del mondo», dall'altra riconosce che «tutto è stato dato a me dal Padre mio».

**1 L.** Gesù è povero, perché è consapevole che tutto quello che ha, e tutto quello che è, è dono del Padre e vive in questo modo nella sua vita umana il mistero trinitario, nel quale essere Figlio è riceversi interamente dal Padre.

**2 L.** Insomma, tutta la luce che possiamo dare è riflessa. Potremmo dire che non siamo il sole, ma piuttosto la luna: tutta la nostra luce ci viene da un altro, cioè dal Padre attraverso Gesù.

**1 L.** Ci sono quindi tre segreti per essere sale e luce. Primo segreto: non attribuire nulla a noi stessi, non contare sulle nostre qualità, sulle nostre capacità, sulle nostre forze.

**2 L.** Secondo segreto: abbandonarci, affidarci in tutto, senza riserve, senza paure, al Signore, accettando di ricevere tutto da lui, e questo non una volta per tutte, ma costantemente.

**1 L.** Terzo segreto: su questa base, serenamente, coraggiosamente spenderci, donarci, sapendoci guidati, portati dallo Spirito del Risorto.

**2 L.** Il vero sale conferisce sapore perché ciò è nella sua natura e non può fare altrimenti. Se mettiamo del sale nell'acqua, questa diventa salata.

**1 L.** Allo stesso modo la luce non illumina perché lo vuole, ma perché non può fare altrimenti: accendete la luce in una stanza ed essa sarà rischiarata.