

**SALMO** (Salmo 118, 49-56)

## LA TUA PAROLA, SIGNORE, È VERITÀ E VITA

Ricordati della parola detta al tuo servo,  
con la quale mi hai dato speranza.

Questo mi consola nella mia miseria:  
la tua promessa mi fa vivere.

Gli orgogliosi mi insultano aspramente,  
ma io non mi allontano dalla tua legge.  
Ricordo i tuoi eterni giudizi, o Signore,  
e ne sono consolato.

Mi ha invaso il furore contro i malvagi  
che abbandonano la tua legge.

I tuoi decreti sono il mio canto  
nella dimora del mio esilio.

Nella notte ricordo il tuo nome, Signore,  
e osservo la tua legge.  
Tutto questo mi accade  
perché ho custodito i tuoi precetti.

## LETTURA DEL LIBRO DEI PROVERBI (6, 20-29)

Figlio mio, / osserva il comando di tuo padre / e non disprezzare  
l'insegnamento di tua madre. / Fissali sempre nel tuo cuore, / appen-  
dili al collo. / Quando cammini ti guideranno, / quando riposi veglie-  
ranno su di te, / quando ti desti ti parleranno, / perché il comando è  
una lampada / e l'insegnamento una luce / e un sentiero di vita  
l'istruzione che ti ammonisce: / ti proteggeranno dalla donna altrui, /  
dalle parole seducenti della donna sconosciuta. / Non desiderare in  
cuor tuo la sua bellezza, / non lasciarti adescare dai suoi sguardi, /  
poiché, se la prostituta cerca il pane, / la donna sposata ambisce una  
vita preziosa. / Si può portare il fuoco sul petto / senza bruciarsi i  
vestiti, / o camminare sulle braci / senza scottarsi i piedi? / Così chi  
si accosta alla donna altrui: / chi la tocca non resterà impunito.

## LETTURA DEL VANGELO SECONDO MATTEO (6, 1-6)

In quel tempo. Il Signore Gesù diceva ai suoi discepoli: «State attenti  
a non praticare la vostra giustizia davanti agli uomini per essere  
ammirati da loro, altrimenti non c'è ricompensa per voi presso il  
Padre vostro che è nei cieli. Dunque, quando fai l'elemosina, non  
suonare la tromba davanti a te, come fanno gli ipocriti nelle sinago-  
ghe e nelle strade, per essere lodati dalla gente. In verità io vi dico:  
hanno già ricevuto la loro ricompensa. Invece, mentre tu fai  
l'elemosina, non sappia la tua sinistra ciò che fa la tua destra, perché  
la tua elemosina resti nel segreto; e il Padre tuo, che vede nel segre-  
to, ti ricompenserà. E quando pregate, non siate simili agli ipocriti  
che, nelle sinagoghe e negli angoli delle piazze, amano pregare stan-  
do ritti, per essere visti dalla gente. In verità io vi dico: hanno già  
ricevuto la loro ricompensa. Invece, quando tu preghi, entra nella tua  
camera, chiudi la porta e prega il Padre tuo, che è nel segreto; e il  
Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà».

**SABATO** 6 marzo 2010

## LETTURA DEL PROFETA ISAIA (6, 8-13)

In quei giorni. / Isaia disse: / «Io udii la voce del Signore che diceva:  
"Chi manderò e chi andrà per noi?". / E io risposi: "Eccomi, manda  
me!". / Egli disse: "Va' e riferisci a questo popolo: / Ascoltate pure,  
ma non comprenderete, / osservate pure, ma non conoscerete. /  
Rendi insensibile il cuore di questo popolo, / rendilo duro d'orecchio e  
acceca i suoi occhi, / e non veda con gli occhi / né oda con gli orec-

chi / né comprenda con il cuore / né si converta in modo da essere  
guarito". / Io dissi: "Fino a quando, Signore?". Egli rispose: / "Fino a  
quando le città non siano devastate, / senza abitanti, / le case senza  
uomini / e la campagna resti deserta e desolata". / Il Signore scaccerà  
la gente / e grande sarà l'abbandono nella terra. / Ne rimarrà una  
decima parte, / ma sarà ancora preda della distruzione / come una  
quercia e come un terebinto, / di cui alla caduta resta il ceppo: /  
seme santo il suo ceppo».

## SALMO (Salmo 25)

### SIGNORE, AMO LA CASA DOVE TU DIMORI

Scrutami, Signore, e mettimi alla prova,  
raffinami al fuoco il cuore e la mente.

La tua bontà è davanti ai miei occhi,  
nella tua verità ho camminato.

Non siedo con gli uomini falsi  
e non vado con gli ipocriti;  
odio la banda dei malfattori  
e non siedo con i malvagi.

Giro attorno al tuo altare, o Signore,  
per far risuonare voci di lode  
e narrare tutte le tue meraviglie.

Signore, amo la casa dove tu dimori  
e il luogo dove abita la tua gloria.

## LETTERA AGLI EBREI (4, 4-12)

Fratelli, si dice in un passo della Scrittura a proposito del settimo  
giorno: «E nel settimo giorno Dio si riposò da tutte le sue opere». E  
ancora in questo passo: «Non entreranno nel mio riposo!». Poiché  
dunque risulta che alcuni entrano in quel riposo e quelli che per primi  
ricevettero il Vangelo non vi entrarono a causa della loro disobbe-  
dienza, Dio fissa di nuovo un giorno, oggi, dicendo mediante Davide,  
dopo tanto tempo: / «Oggi, se udite la sua voce, / non indurite i  
vostri cuori!». Se Giosué infatti li avesse introdotti in quel riposo, Dio  
non avrebbe parlato, in seguito, di un altro giorno. Dunque, per il  
popolo di Dio è riservato un riposo sabbatico. Chi infatti è entrato nel  
riposo di lui, riposa anch'egli dalle sue opere, come Dio dalle proprie.  
Affrettiamoci dunque a entrare in quel riposo, perché nessuno cada  
nello stesso tipo di disobbedienza. Infatti la parola di Dio è viva,  
efficace e più tagliente di ogni spada a doppio taglio; essa penetra  
fino al punto di divisione dell'anima e dello spirito, fino alle giunture e  
alle midolla, e discerne i sentimenti e i pensieri del cuore.

## LETTURA DEL VANGELO SECONDO MARCO (6, 1-5)

In quel tempo. Il Signore Gesù venne nella sua patria e i suoi disce-  
poli lo seguirono. Giunto il sabato, si mise a insegnare nella sinagoga.  
E molti, ascoltando, rimanevano stupiti e dicevano: «Da dove gli  
vengono queste cose? E che sapienza è quella che gli è stata data? E  
i prodigi come quelli compiuti dalle sue mani? Non è costui il falegna-  
me, il figlio di Maria, il fratello di Giacomo, di Ioses, di Giuda e di  
Simone? E le sue sorelle, non stanno qui da noi?». Ed era per loro  
motivo di scandalo. Ma Gesù disse loro: «Un profeta non è disprezza-  
to se non nella sua patria, tra i suoi parenti e in casa sua». E lì non  
poteva compiere nessun prodigio, ma solo impose le mani a pochi  
malati e li guarì.



La tua Parola  
è  
"Luce ai nostri passi"

**LUNEDÌ** 1 marzo 2010

## LETTURA DEL LIBRO DELLA GENESI (17, 1b-8)

In quei giorni. / Il Signore apparve ad Abram e gli disse: / «Io sono  
Dio l'Onnipotente: / cammina davanti a me / e sii integro. / Porrò la  
mia alleanza tra me e te / e ti renderò molto, molto numeroso». /  
Subito Abram si prostrò con il viso a terra e Dio parlò con lui: /  
«Quanto a me, ecco, la mia alleanza è con te: / diventerai padre di  
una moltitudine di nazioni. / Non ti chiamerai più Abram, / ma ti  
chiamerai Abramo, / perché padre di una moltitudine di nazioni ti  
renderò. / E ti renderò molto, molto fecondo; ti farò diventare nazioni  
e da te usciranno dei re. Stabilirò la mia alleanza con te e con la tua  
discendenza dopo di te, di generazione in generazione, come alleanza  
perenne, per essere il Dio tuo e della tua discendenza dopo di te. La  
terra dove sei forestiero, tutta la terra di Canaan, la darò in possesso  
per sempre a te e alla tua discendenza dopo di te; sarò il loro Dio».

## SALMO (Salmo 118, 25-32)

### BEATO CHI CAMMINA NELLA LEGGE DEL SIGNORE

La mia vita è incollata alla polvere:  
fammi vivere secondo la tua parola.

Ti ho manifestato le mie vie e tu mi hai risposto;  
insegnami i tuoi decreti.

Fammi conoscere la via dei tuoi precetti  
e mediterò le tue meraviglie.

Io piango lacrime di tristezza;  
fammi rialzare secondo la tua parola.

Tieni lontana da me la via della menzogna,  
donami la grazia della tua legge.

Ho scelto la via della fedeltà,  
mi sono proposto i tuoi giudizi.

Ho aderito ai tuoi insegnamenti:  
Signore, che io non debba vergognarmi.

Corro sulla via dei tuoi comandi,  
perché hai allargato il mio cuore.

## LETTURA DEL LIBRO DEI PROVERBI (5, 1-13)

Figlio mio, / fa' attenzione alla mia sapienza / e porgi l'orecchio alla  
mia intelligenza, / perché tu possa conservare le mie riflessioni / e le  
tue labbra custodiscano la scienza. / Veramente le labbra di una  
straniera stillano miele, / e più viscida dell'olio è la sua bocca; / ma  
alla fine ella è amara come assenzio, / pungente come spada a dop-  
pio taglio. / I suoi piedi scendono verso la morte, / i suoi passi con-  
ducono al regno dei morti, / perché ella non bada alla via della vita, /  
i suoi sentieri si smarriscono e non se ne rende conto. / Ora, figli,  
ascoltatevi / e non allontanatevi dalle parole della mia bocca. / Tieni  
lontano da lei il tuo cammino / e non avvicinarti alla porta della sua  
casa, / per non mettere in balia di altri il tuo onore / e i tuoi anni alla  
mercé di un uomo crudele, / perché non si sazino dei tuoi beni gli  
estranei, / e le tue fatiche non finiscano in casa di uno sconosciuto /  
e tu non debba gemere alla fine, / quando deperiranno il tuo corpo e  
la tua carne, / e tu debba dire: «Perché mai ho odiato l'istruzione / e  
il mio cuore ha disprezzato la correzione? / Non ho ascoltato la voce  
dei miei maestri, / non ho prestato orecchio a chi m'istruiva».

## LETTURA DEL VANGELO SECONDO MATTEO (5, 27-30)

In quel tempo. Il Signore Gesù diceva ai suoi discepoli: «Avete inteso che fu detto: "Non commetterai adulterio". Ma io vi dico: chiunque guarda una donna per desiderarla, ha già commesso adulterio con lei nel proprio cuore. Se il tuo occhio destro ti è motivo di scandalo, cavalo e gettalo via da te: ti conviene infatti perdere una delle tue membra, piuttosto che tutto il tuo corpo venga gettato nella Geenna. E se la tua mano destra ti è motivo di scandalo, tagliala e gettala via da te: ti conviene infatti perdere una delle tue membra, piuttosto che tutto il tuo corpo vada a finire nella Geenna».

MARTEDÌ 2 marzo 2010

## LETTURA DEL LIBRO DELLA GENESI (13, 1<sub>a</sub>-11)

In quei giorni. Lot era con Abram. Abram era molto ricco in bestiame, argento e oro. Abram si spostò a tappe dal Negheb fino a Betel, fino al luogo dov'era già prima la sua tenda, tra Betel e Ai, il luogo dove prima aveva costruito l'altare: lì Abram invocò il nome del Signore. Ma anche Lot, che accompagnava Abram, aveva greggi e armenti e tende, e il territorio non consentiva che abitassero insieme, perché avevano beni troppo grandi e non potevano abitare insieme. Per questo sorse una lite tra i mandriani di Abram e i mandriani di Lot. I Cananei e i Perizziti abitavano allora nella terra. Abram disse a Lot: «Non vi sia discordia tra me e te, tra i miei mandriani e i tuoi, perché noi siamo fratelli. Non sta forse davanti a te tutto il territorio? Sepàrati da me. Se tu vai a sinistra, io andrò a destra; se tu vai a destra, io andrò a sinistra». Allora Lot alzò gli occhi e vide che tutta la valle del Giordano era un luogo irrigato da ogni parte – prima che il Signore distruggesse Sòdoma e Gomorra – come il giardino del Signore, come la terra d'Egitto fino a Soar. Lot scelse per sé tutta la valle del Giordano e trasportò le tende verso oriente. Così si separarono l'uno dall'altro.

## SALMO (Salmo 118, 33-40)

### GUIDAMI, SIGNORE, SULLA TUA VIA

Insegnami, Signore, la via dei tuoi decreti e la custodirò sino alla fine.

Dammi intelligenza, perché io custodisca la tua legge e la osservi con tutto il cuore.

Guidami sul sentiero dei tuoi comandi, perché in essi è la mia felicità.

Piega il mio cuore verso i tuoi insegnamenti e non verso il guadagno.

Distogli i miei occhi dal guardare cose vane, fammi vivere nella tua via.

Con il tuo servo mantieni la tua promessa, perché di te si abbia timore.

Allontana l'insulto che mi sgomenta, poiché i tuoi giudizi sono buoni.

Ecco, desidero i tuoi precetti: fammi vivere nella tua giustizia.

## LETTURA DEL LIBRO DEI PROVERBI (5, 15-23)

Figlio mio, / bevi l'acqua della tua cisterna / e quella che zampilla dal tuo pozzo, / perché non si effondano al di fuori le tue sorgenti / e nelle piazze i tuoi ruscelli, / ed essi siano per te solo / e non per degli estranei che sono con te. / Sia benedetta la tua sorgente, / e tu trova gioia nella donna della tua giovinezza: / cerva amabile, gazzella graziosa, / i suoi seni ti inebriano sempre, / sii sempre invaghito del

suo amore! / Perché, figlio mio, perderti per la straniera / e stringerti al petto di una sconosciuta? / Poiché sono davanti agli occhi del Signore le vie dell'uomo, / egli bada a tutti i suoi sentieri. / L'empio è preda delle sue iniquità, / è tenuto stretto dalle funi del suo peccato. / Egli morirà per mancanza d'istruzione, / si perderà per la sua grande stoltezza.

## LETTURA DEL VANGELO SECONDO MATTEO (5, 31-37)

In quel tempo. Il Signore Gesù diceva ai suoi discepoli: «Fu pure detto: "Chi ripudia la propria moglie, le dà l'atto del ripudio". Ma io vi dico: chiunque ripudia la propria moglie, eccetto il caso di unione illegittima, la espone all'adulterio, e chiunque sposa una ripudiata, commette adulterio. Avete anche inteso che fu detto agli antichi: "Non giurerai il falso, ma adempirai verso il Signore i tuoi giuramenti". Ma io vi dico: non giurate affatto, né per il cielo, perché è il trono di Dio, né per la terra, perché è lo sgabello dei suoi piedi, né per Gerusalemme, perché è la città del grande Re. Non giurare neppure per la tua testa, perché non hai il potere di rendere bianco o nero un solo capello. Sia invece il vostro parlare: "Sì, sì", "No, no"; il di più viene dal Maligno».

MERCOLEDÌ 3 marzo 2010

## LETTURA DEL LIBRO DELLA GENESI (14, 11-20<sub>a</sub>)

In quei giorni. Il re dell'Elam e i re che erano con lui presero tutti i beni di Sòdoma e Gomorra e tutti i loro viveri e se ne andarono. Prima di andarsene catturarono anche Lot, figlio del fratello di Abram, e i suoi beni: egli risiedeva appunto a Sòdoma. Ma un fuggiasco venne ad avvertire Abram l'Ebreo, che si trovava alle Querce di Mamre l'Amorreo, fratello di Escol e fratello di Aner, i quali erano alleati di Abram. Quando Abram seppe che suo fratello era stato preso prigioniero, organizzò i suoi uomini esperti nelle armi, schiavi nati nella sua casa, in numero di trecentodiciotto, e si diede all'inseguimento fino a Dan. Fece delle squadre, lui e i suoi servi, contro di loro, li sconfisse di notte e li inseguì fino a Coba, a settentrione di Damasco. Recuperò così tutti i beni e anche Lot suo fratello, i suoi beni, con le donne e il popolo. Quando Abram fu di ritorno, dopo la sconfitta di Chedorlaòmer e dei re che erano con lui, il re di Sòdoma gli uscì incontro nella valle di Save, cioè la valle del Re. Intanto Melchisedek, re di Salem, offrì pane e vino: era sacerdote del Dio altissimo e benedisse Abram con queste parole: / «Sia benedetto Abram dal Dio altissimo, / creatore del cielo e della terra, / e benedetto sia il Dio altissimo, / che ti ha messo in mano i tuoi nemici».

## SALMO (Salmo 118, 41-48)

### BENEDETTO IL DIO ALTISSIMO, CREATORE DEL CIELO E DELLA TERRA

Venga a me, Signore, il tuo amore, la tua salvezza secondo la tua promessa.

A chi mi insulta darò una risposta, perché ho fiducia nella tua parola.

Non togliere dalla mia bocca la parola vera, perché spero nei tuoi giudizi.

Osserverò continuamente la tua legge, in eterno, per sempre.

Camminerò in un luogo spazioso,

perché ho ricercato i tuoi precetti.

Davanti ai re parlerò dei tuoi insegnamenti e non dovrò vergognarmi.

La mia delizia sarà nei tuoi comandi, che io amo.

Alzerò le mani verso i tuoi comandi che amo, mediterò i tuoi decreti.

## LETTURA DEL LIBRO DEI PROVERBI (6, 16-19)

Figlio mio, / sei cose odia il Signore, / anzi sette gli sono in orrore: / occhi alteri, lingua bugiarda, / mani che versano sangue innocente, / cuore che trama iniqui progetti, / piedi che corrono rapidi verso il male, / falso testimone che diffonde menzogne / e chi provoca litigi tra fratelli.

## LETTURA DEL VANGELO SECONDO MATTEO (5, 38-48)

In quel tempo. Il Signore Gesù diceva ai suoi discepoli: «Avete inteso che fu detto: "Occhio per occhio e dente per dente". Ma io vi dico di non opporvi al malvagio; anzi, se uno ti dà uno schiaffo sulla guancia destra, tu porgigli anche l'altra, e a chi vuole portarti in tribunale e toglierti la tunica, tu lascia anche il mantello. E se uno ti costringerà ad accompagnarlo per un miglio, tu con lui fanne due. Da' a chi ti chiede, e a chi desidera da te un prestito non voltare le spalle. Avete inteso che fu detto: "Amerai il tuo prossimo e odierai il tuo nemico". Ma io vi dico: amate i vostri nemici e pregate per quelli che vi perseguitano, affinché siate figli del Padre vostro che è nei cieli; egli fa sorgere il suo sole sui cattivi e sui buoni, e fa piovere sui giusti e sugli ingiusti. Infatti, se amate quelli che vi amano, quale ricompensa ne avete? Non fanno così anche i pubblicani? E se date il saluto soltanto ai vostri fratelli, che cosa fate di straordinario? Non fanno così anche i pagani? Voi, dunque, siate perfetti come è perfetto il Padre vostro celeste».

GIOVEDÌ 4 marzo 2010

## LETTURA DEL LIBRO DELLA GENESI (16, 1-15)

In quei giorni. Sarai, moglie di Abram, non gli aveva dato figli. Avendo però una schiava egiziana chiamata Agar, Sarai disse ad Abram: «Ecco, il Signore mi ha impedito di aver prole; unisciti alla mia schiava: forse da lei potrà avere figli». Abram ascoltò l'invito di Sarai. Così, al termine di dieci anni da quando Abram abitava nella terra di Canaan, Sarai, moglie di Abram, prese Agar l'Egiziana, sua schiava, e la diede in moglie ad Abram, suo marito. Egli si unì ad Agar, che restò incinta. Ma, quando essa si accorse di essere incinta, la sua padrona non contò più nulla per lei. Allora Sarai disse ad Abram: «L'offesa a me fatta ricada su di te! Io ti ho messo in grembo la mia schiava, ma da quando si è accorta d'essere incinta, io non conto più niente per lei. Il Signore sia giudice tra me e te!». Abram disse a Sarai: «Ecco, la tua schiava è in mano tua: trattala come ti piace». Sarai allora la maltrattò, tanto che quella fuggì dalla sua presenza. La trovò l'angelo del Signore presso una sorgente d'acqua nel deserto, la sorgente sulla strada di Sur, e le disse: «Agar, schiava di Sarai, da dove vieni e dove vai?». Rispose: «Fuggo dalla presenza della mia padrona Sarai». Le disse l'angelo del Signore: «Ritorna dalla tua padrona e restale sottomessa». Le disse ancora l'angelo del Signore: «Moltiplicherò la tua discendenza e non si potrà contarla, tanto sarà numerosa». Soggiunse poi l'angelo del Signore: / «Ecco, sei incinta: / partorirai un figlio / e lo chiamerai Ismaele, / perché il Signore ha udito il tuo lamento. / Egli sarà come un asino selvatico; / la sua mano sarà contro tutti / e la mano di tutti contro di lui, / e abiterà di fronte a tutti i suoi fratelli». / Agar, al Signore che le aveva parlato, diede questo nome: «Tu sei il Dio della visione», perché diceva: «Non ho forse visto qui colui che mi vede?». Per questo il pozzo si chiamò pozzo di Lacai-Roi; è appunto quello che si trova tra Kades e Bered. Agar partorì ad Abram un figlio e Abram chiamò Ismaele il figlio che Agar gli aveva partorito.