

III domenica dopo l'Epifania

Domenica 21 gennaio 2024

1. Messa vigiliare (sabato sera)

ACCENSIONE CERO PASQUALE E CANDELE

S - Il Signore sia con voi. T- E con il tuo spirito.

ANNUNCIO DELLA RISURREZIONE

GLORIA, POI COME NELLA MESSA NEL GIORNO

2. Messa nel giorno (domenica)

Riti di introduzione

C. ALL'INGRESSO: Ora è tempo di gioia

L'eco torna d'antiche valli,
la sua voce non porta più
ricordo di sommesse lacrime
di esili in terre lontane.

**Ora è tempo di gioia
non ve ne accorgete?
Ecco faccio una cosa nuova,
nel deserto una strada aprirò.**

Come l'onda che sulla sabbia
copre le orme e poi passa e va,
così nel tempo si cancellano
le ombre scure del lungo inverno. **R.**

Oppure: Chiesa di Dio

**Chiesa di Dio, popolo in festa,
alleluia, alleluia!
Chiesa di Dio, popolo in festa,
canta di gioia, il Signore é con te.**

Dio ti ha scelto, Dio ti chiama,
nel suo amore ti vuole con sé:
spargi nel mondo il suo vangelo,
seme di pace e di bontà. **R.**

2. Dio ti guida come un Padre:

tu ritrovi la vita con lui.
Rendigli grazie, sii fedele,
finché il suo Regno ti aprirà. **R.**

GLORIA A DIO

Sacerdote Gloria a Dio nell'alto dei cieli
**Tutti e pace in terra agli uomini amati dal
Signore. Noi ti lodiamo, ti benediciamo, ti
adoriamo, ti glorifichiamo, ti rendiamo grazie
per la tua gloria immensa, Signore Dio, Re
del cielo, Dio Padre onnipotente.**

Solista Signore, Figlio unigenito, Gesù Cristo,
Signore Dio, Agnello di Dio, Figlio del Padre, tu
che togli i peccati del mondo,

T. abbi pietà di noi;

S. tu che togli i peccati del mondo,

T. accogli la nostra supplica;

S. tu che siedi alla destra del Padre,

T. 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.**

ALL'INIZIO DELL'ASSEMBLEA LITURGICA

Salga fino a te, o Dio eterno, la voce della tua
Chiesa; con la tua grazia astergila da ogni macchia,
apri il suo cuore al tuo amore e donale ferma
certezza della tua protezione.

Per Gesù Cristo, tuo Figlio, nostro Signore e nostro
Dio, che vive e regna con te, nell'unità dello Spirito
Santo, per tutti i secoli dei secoli. **Amen.**

Liturgia della Parola

LETTURA

Nm 11, 4-7. 16a. 18-20. 31-32a

La manna e le quaglie.

Lettura del libro dei Numeri

In quei giorni, la gente raccoglietticcia, in mezzo a loro,
fu presa da grande bramosia, e anche gli Israeliti
ripresero a piangere e dissero: «Chi ci darà carne
da mangiare? Ci ricordiamo dei pesci che mangia-

vamo in Egitto gratuitamente, dei cetrioli, dei cocomeri, dei porri, delle cipolle e dell'aglio. Ora la nostra gola inaridisce; non c'è più nulla, i nostri occhi non vedono altro che questa manna». La manna era come il seme di coriandolo e aveva l'aspetto della resina odorosa. Il Signore disse a Mosè: «Dirai al popolo: "Santificatevi per domani e mangerete carne, perché avete pianto agli orecchi del Signore, dicendo: Chi ci darà da mangiare carne? Stavamo così bene in Egitto! Ebbene, il Signore vi darà carne e voi ne mangerete. Ne mangerete non per un giorno, non per due giorni, non per cinque giorni, non per dieci giorni, non per venti giorni, ma per un mese intero, finché vi esca dalle narici e vi venga a nausea, perché avete respinto il Signore che è in mezzo a voi e avete pianto davanti a lui, dicendo: Perché siamo usciti dall'Egitto?"». Un vento si alzò per volere del Signore e portò quaglie dal mare e le fece cadere sull'accampamento, per la lunghezza di circa una giornata di cammino da un lato e una giornata di cammino dall'altro, intorno all'accampamento, e a un'altezza di circa due cubiti sulla superficie del suolo. Il popolo si alzò e tutto quel giorno e tutta la notte e tutto il giorno dopo raccolse le quaglie.

PAROLA DI DIO. **Rendiamo grazie a Dio.**

SALMO

DAL SAL 104

® Il Signore ricorda sempre la sua parola santa.

È lui il Signore, nostro Dio: su tutta la terra i suoi giudizi. Si è sempre ricordato della sua alleanza, parola data per mille generazioni, dell'alleanza stabilita con Abramo e del suo giuramento a Isacco. ®

Fece uscire il suo popolo con argento e oro; nelle tribù nessuno vacillava. Quando uscirono, giò l'Egitto, che era stato colpito dal loro terrore. Distese una nube per proteggerli e un fuoco per illuminarli di notte. ®

Alla loro richiesta fece venire le quaglie e li saziò con il pane del cielo. Spaccò una rupe e ne sgorgarono acque: scorrevano come fiumi nel deserto. Così si è ricordato della sua parola santa, data ad Abramo suo servo. ®

LETTURA

1 COR 10,1-11B

Ciò che avvenne ai nostri padri nel deserto è un esempio per noi.

Prima lettera di san Paolo apostolo ai Corinzi

Non voglio che ignoriate, fratelli, che i nostri padri furono tutti sotto la nube, tutti attraversarono il mare, tutti furono battezzati in rapporto a Mosè nella nube e nel mare, tutti mangiarono lo stesso cibo spirituale, tutti bevvero la stessa bevanda spirituale: bevevano infatti da una roccia spirituale che li accompagnava, e quella roccia era il Cristo. Ma la maggior parte di loro non fu gradita a Dio e perciò furono sterminati nel deserto. Ciò avvenne come esempio per noi, perché non desiderassimo cose cattive, come essi le desiderarono. Non diventate idolatri come alcuni di loro, secondo quanto sta scritto: Il popolo sedette a mangiare e a bere e poi si alzò per divertirsi. Non abbandoniamoci all'impurità, come si abbandonarono alcuni di loro e in un solo giorno ne caddero ventitremila. Non mettiamo alla prova il Signore, come lo misero alla prova alcuni di loro, e caddero vittime dei serpenti. Non mormorate, come mormorarono alcuni di loro, e caddero vittime dello sterminatore. Tutte queste cose però accaddero a loro come esempio, e sono state scritte per nostro ammonimento.

PAROLA DI DIO. **Rendiamo grazie a Dio.**

CANTO AL VANGELO

Alleluia, alleluia, alleluia.

Misericordioso e pietoso è il Signore. Egli dà il cibo a chi lo teme, si ricorda sempre della sua alleanza.

Alleluia, alleluia, alleluia.

VANGELO

MT 14, 13B-21

Il segno della moltiplicazione dei pani.

In quel tempo, il Signore Gesù partì di là su una barca e si ritirò in un luogo deserto, in disparte. Ma le folle, avendolo saputo, lo seguirono a piedi dalle città. Sceso dalla barca, egli vide una grande folla, sentì compassione per loro e guarì i loro malati. Sul far della sera, gli si avvicinarono i discepoli e gli dissero: «Il luogo è deserto ed è ormai tardi; congeda la folla perché vada nei villaggi a comprarsi da mangiare». Ma Gesù disse loro: «Non occorre che

vadano; voi stessi date loro da mangiare». Gli risposero: «Qui non abbiamo altro che cinque pani e due pesci!». Ed egli disse: «Portatemeli qui». E, dopo aver ordinato alla folla di sedersi sull'erba, prese i cinque pani e i due pesci, alzò gli occhi al cielo, recitò la benedizione, spezzò i pani e li diede ai discepoli, e i discepoli alla folla. Tutti mangiarono a sazietà, e portarono via i pezzi avanzati: dodici ceste piene. Quelli che avevano mangiato erano circa cinquemila uomini, senza contare le donne e i bambini.

PAROLA DEL SIGNORE. **Lode a te, o Cristo!**

DOPO IL VANGELO

**Signore, cammina in mezzo a noi,
perdona le nostre colpe
e fa' di noi il tuo popolo.**

PREGHIERA DEI FEDELI

AL TERMINE DELLA LITURGIA DELLA PAROLA

O Dio onnipotente, guarda con misericordia alla nostra debolezza e contro ogni pericolo stendi su noi la tua mano forte e pietosa.

Per Cristo nostro Signore. **Amen.**

Liturgia eucaristica

CANTO ALLA PRES. DEI DONI: Benedici

Nebbia e freddo, giorni lunghi e amari
mentre il seme muore.

Poi il prodigio antico e sempre nuovo
del primo filo d'erba.

E nel vento dell'estate
ondeggiano le spighe
avremo ancora pane.

**Benedici o Signore
questa offerta che portiamo a Te
facci uno come il pane
che anche oggi hai dato a noi.**

**Benedici o Signore
questa offerta che portiamo a Te
facci uno come il vino
che anche oggi hai dato a noi.**

OPPURE: Se m'accogli

Tra le mani non ho niente, /spero che mi accoglierai:
chiedo solo di restare accanto a Te.

Sono ricco solamente /dell'amore che mi dai:
è per quelli che non l'hanno avuto mai.

**Se m'accogli, mio Signore,
altro non Ti chiederò:
e per sempre la Tua strada
la mia strada resterà!
Nella gioia, nel dolore,
fino a quando Tu vorrai,
con la mano nella Tua camminerò.**

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, 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.

SUI DONI

Questa offerta ci purifichi, o Padre, dalle nostre colpe, e il sacrificio, che stiamo per celebrare, elevi a te e santifichi il cuore dei tuoi figli obbedienti.

Per Cristo nostro Signore. **Amen.**

PREFAZIO

È veramente cosa buona e giusta, nostro dovere e fonte di salvezza, rendere grazie sempre, qui e in ogni luogo, a te, Padre santo, Dio onnipotente ed eterno.

È giusto benedirti in ogni tempo perché da te ci viene ogni alito di vita, da te ci è data ogni capacità di agire, da te dipende tutta la nostra esistenza.

Nessun amore mai trascorre senza i doni del tuo amore, ma in questi giorni, dopo che abbiamo rivissuto la venuta tra noi del Signore Gesù e tutti i prodigi della redenzione, si fa più chiara e viva la coscienza delle passate gioie e dei beni presenti, e in rinnovato spirito di lode uniti a cielo e terra proclamiamo: **Santo...**

ALLO SPEZZARE DEL PANE

**Fa' splendere il tuo volto sul tuo servo
e salvami, per tua misericordia.
Che io non resti confuso, Signore,
perché ti ho invocato.**

Riti di comunione

CANTO ALLA COMUNIONE: *Un solo Spirito*

**Un solo Spirito, un solo battesimo,
un solo Signore Gesù!
Nel segno dell'amore tu sei con noi,
nel nome tuo viviamo fratelli;
nel cuore la speranza che tu ci dai,
la fede che ci unisce cantiamo!**

Io sono la vite e voi
siete i tralci miei:
il tralcio che in me non vive sfiorirà,
ma se rimanete in me,
il Padre mio vi darà
la forza di una vita
che non muore mai! **R.**

Io sono la vera via e la verità:
amici vi chiamo e sempre sto con voi;
chi annuncia al fratello suo
la fede nel nome mio,
davanti al Padre io lo riconoscerò. **R.**

Oppure: Pane di vita nuova

1. Pane di vita nuova
vero cibo dato agli uomini,
nutrimento che sostiene il mondo
dono splendido di grazia.

Tu sei sublime frutto
di quell'albero di vita
che Adamo non poté toccare:
ora è in Cristo a noi donato. **R.**

**Pane della vita
sangue di salvezza
vero corpo, vera bevanda
cibo di grazia per il mondo.**

3. Sei l'Agnello immolato
nel cui Sangue è la salvezza
memoriale della vera Pasqua
della nuova Alleanza
Manna che nel deserto
nutri il popolo in cammino,
sei sostegno e forza nella prova
per la Chiesa in mezzo al mondo. **R.**

Riti di conclusione

DOPO LA COMUNIONE

Tu che ci nutri e ci rinnovi, o Dio, con la sublimità di questi misteri di grazia, disponi i tuoi fedeli a rendere operosa nella vita la ricchezza della loro divina efficacia. Per Cristo nostro Signore. **Amen.**

CANTO FINALE: *Al Signore canterò*

**Al Signore canterò,
loderò il suo nome.
Sempre lo ringrazierò
finché avrò vita (bis)**

OPP.: *Laudate omnes gentes o Jubilate Deo*