



LA NOSTRA MESSA

5 luglio 2026 - XIV DEL TEMPO ORDINARIO

Imitiamo il Signore pregando per i nemici. Imita il Signore: Egli è appeso alla croce e implora il Padre per i suoi crocifissori. E come potrò, dirai, essere simile al Signore? Se vuoi, lo puoi: se tu non potessi imitarlo, perché avrebbe detto: «Imparate da me, che sono mite e umile di cuore»? Se tu non fossi in grado di assomigliargli, Paolo non avrebbe detto: «Fatevi miei imitatori, come io lo sono di Cristo».

San Giovanni Crisostomo. Omelia

RITI DI INTRODUZIONE

ANTIFONA D'INGRESSO Cf. Sal 47, 10-11

O Dio, accogliamo il tuo amore nel tuo tempio. Come il tuo nome, o Dio, così la tua lode si estende sino ai confini della terra; è piena di giustizia la tua destra.

P. Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo.

A. Amen.

SALUTO DEL PRESIDENTE

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

A. E con il tuo spirito.

ATTO PENITENZIALE

P. Nel giorno in cui celebriamo la vittoria di Cristo sul peccato e sulla morte, anche noi siamo chiamati a morire al peccato per risorgere alla vita nuova. Riconosciamoci bisognosi della misericordia del Padre.

(Breve pausa di silenzio)

Signore, datore dello Spirito di vita,
Kýrie, eléison. Kýrie, eléison.

Cristo, mite e umile di cuore,
Christe, eléison. Christe, eléison.

Signore, rivelatore del Padre,
Kýrie, eléison. Kýrie, eléison.

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

INNO DI LODE

Gloria a Dio nell'alto dei cieli 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.

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

O Padre, che nell'umiliazione del tuo Figlio hai risollevato l'umanità dalla sua caduta, dona ai tuoi fedeli una gioia santa, perché, liberati dalla schiavitù del peccato, godano della felicità eterna. Per il nostro Signore. **Amen.**

LITURGIA DELLA PAROLA

PRIMA LETTURA

Ecco, a te viene il tuo re umile.

Dal libro del profeta Zaccaria

9, 9-10

Così dice il Signore:

«Esulta grandemente, figlia di Sion,
giubila, figlia di Gerusalemme!

Ecco, a te viene il tuo re.

Egli è giusto e vittorioso,
umile, cavalca un asino,
un puledro figlio d'asina.

Farà sparire il carro da guerra da Èfraim
e il cavallo da Gerusalemme,
l'arco di guerra sarà spezzato,
annuncerà la pace alle nazioni,
il suo dominio sarà da mare a mare
e dal Fiume fino ai confini della terra».

Parola di Dio.

SALMO RESPONSORIALE

Dal Salmo 144 (145)



℟. **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. ℟.

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. ℟.

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

℟.

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.

℟.

SECONDA LETTURA

*Se mediante lo Spirito fate morire le opere del corpo,
vivrete.*

Dalla lettera di san Paolo apostolo ai Romani

8, 9.11-13

Fratelli, voi non siete sotto il dominio della
carne, ma dello Spirito, dal momento che lo
Spirito di Dio abita in voi. Se qualcuno non
ha lo Spirito di Cristo, non gli appartiene.

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 a-
bita in voi.

Così dunque, fratelli, noi siamo debitori non
verso la carne, per vivere secondo i desideri
carnali, perché, se vivete secondo la carne,
morirete. Se, invece, mediante lo Spirito fate
morire le opere del corpo, vivrete.

Parola di Dio.

CANTO AL VANGELO

Cf Mt 11, 25

℟. **Alleluia, alleluia.**

Ti rendo lode, Padre,
Signore del cielo e della terra,
perché ai piccoli hai rivelato i
misteri del Regno.

℟. **Alleluia.**

VANGELO

Io sono mite e umile di cuore.

Dal Vangelo secondo Matteo

11, 25-30

In quel tempo Gesù disse:

«Ti rendo lode, Padre, Signore del cielo e del-
la terra, perché hai nascosto queste cose ai sa-

pienti 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.

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,

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.

PREGHIERA DEI FEDELI

P. Riuniti dalla Parola del Signore, che ci raggiunge ancora oggi nella nostra fragilità, invochiamo l'aiuto di Dio.

L. Diciamo insieme: **Ascoltaci, o Signore.**

Per la santa Chiesa, perché con le sue parole e i suoi gesti adori e testimoni il mistero dell'amore trinitario, vita del mondo, preghiamo.

Per tutti coloro che sono impegnati nel servizio alla persona, perché rendano visibile l'amore del Padre per tutti, preghiamo.

Per i piccoli, i poveri, gli ultimi della società, perché abbiano sempre piena accoglienza nella Chiesa e vi trovino una casa per crescere umanamente e spiritualmente, preghiamo.

Per noi qui riuniti, perché lasciamo trasformare la nostra vita dalla Parola, incarnandola nelle più semplici realtà quotidiane, preghiamo.

P. O Padre, che hai chiamato i piccoli a collaborare al tuo regno, rendici miti e umili di cuore, perché, sull'esempio del tuo Figlio, sappiamo accogliere ogni fratello che incontriamo. Per Cristo nostro Signore. **Amen.**

LITURGIA EUCARISTICA

SULLE OFFERTE

Ci purifichi, o Signore, quest'offerta che consacriamo al tuo nome, e ci conduca di giorno in giorno più vicini alle realtà del cielo. Per Cristo nostro Signore. **Amen.**

PREFAZIO IV del tempo ordinario

ANTIFONA DI COMUNIONE Mt 11,28

«Venite a me, voi tutti che siete stanchi e oppressi, e io vi darò ristoro», dice il Signore.

DOPO LA COMUNIONE

O Signore, che ci hai nutriti con i doni della tua carità senza limiti, fa' che godiamo i be-

nefici della salvezza e viviamo sempre in rendimento di grazie. Per Cristo nostro Signore. **Amen.**

RITI DI CONCLUSIONE

P. Il Signore sia con voi.

A. E con il tuo spirito.

P. Vi benedica Dio onnipotente, Padre e Figlio e + Spirito Santo.

A. Amen.

P. Nel nome del Signore andate in pace.

A. Rendiamo grazie a Dio.

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.