



# messa meditazione domenicale

10<sup>0</sup>  
ANNIVERSARIO

IL VANGELO: VITA NELLA TUA VITA

## Antifona d'ingresso

*Per la Messa Vespertina nella vigilia:*

*Cfr. Sal 67,33.35*

**Regni della terra, cantate a Dio, cantate inni al Signore, che ascende nei cieli eterni. Sopra le nubi splende la sua bellezza e la sua potenza. Alleluia.**

*Per la Messa del giorno:*

*Cfr. At 1,11*

**Uomini di Galilea, perché state a guardare il cielo? Come l'avete visto salire al cielo, così il Signore verrà. Alleluia.**

Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo. **Amen.**

Il Dio della speranza, che ci riempie di ogni gioia e pace nella fede per la potenza dello Spirito Santo, sia con tutti voi.

**E con il tuo spirito.**

## Atto penitenziale

Gesù Cristo, il giusto, intercede per noi e ci riconcilia con il Padre: per accostarci degnamente alla mensa del Signore, invochiamolo con cuore pentito.

*Breve pausa di silenzio.*

Signore, che asceso alla destra del Padre ci fai dono del tuo Spirito, *Kýrie, eléison.*

**Kýrie, eléison.**

Cristo, che sostieni ogni cosa con la potenza della tua parola, *Christe, eléison.*

**Christe, eléison.**

Signore, che hai vinto la morte e regni nei secoli, *Kýrie, eléison.*

**Kýrie, eléison.**

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

## Gloria

**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

*Per la Messa Vespertina nella vigilia:* O Padre, il tuo Figlio oggi è asceso alla tua destra sotto gli occhi degli apostoli: donaci, secondo la sua promessa, di godere sempre della sua presenza accanto a noi sulla terra e di vivere con lui in cielo. Egli è Dio... **Amen.**

*Per la Messa del giorno:* Esulti di santa gioia la tua Chiesa, o Padre, per il mistero che celebra in questa liturgia di lode, poiché nel tuo Figlio asceso al cielo la nostra umanità è innalzata accanto a te, e noi, membra del suo corpo, viviamo nella speranza di raggiungere Cristo, nostro capo, nella gloria. Egli è Dio... **Amen.**

*Oppure:* Dio onnipotente, concedi che i nostri cuori dimorino nei cieli, dove noi crediamo che oggi è asceso il tuo Unigenito, nostro redentore. Egli è Dio... **Amen.**

## Prima lettura

At 1,1-11

## Dagli Atti degli Apostoli.

**N**el primo racconto, o Teòfilo, ho trattato di tutto quello che Gesù fece e insegnò dagli inizi<sup>2</sup> fino al giorno in cui fu assunto in cielo, dopo aver dato disposizioni agli apostoli che si era scelti per mezzo dello Spirito Santo. <sup>3</sup>Egli si mostrò a essi vivo, dopo la sua passione, con molte prove, durante quaranta giorni, apparendo loro e parlando delle cose riguardanti il regno di Dio. <sup>4</sup>Mentre si trovava a tavola con essi, ordinò loro di non allontanarsi da Gerusalemme, ma di attendere l'adempimento della promessa del Padre, «quella – disse – che voi avete udito da me: <sup>5</sup>Giovanni battezzò con acqua, voi invece, tra non molti giorni, sarete battezzati in Spirito Santo». <sup>6</sup>Quelli dunque che erano con lui gli domandavano: «Signore, è questo il tempo nel quale ricostituirai il regno per Israele?». <sup>7</sup>Ma egli rispose: «Non spetta a voi conoscere tempi o momenti che il Padre ha riservato al suo potere, <sup>8</sup>ma riceverete la forza dallo Spirito Santo che scenderà su di voi, e di me sarete testimoni a Gerusalemme, in tutta la Giudea e la Samaria e fino ai confini della terra». <sup>9</sup>Detto questo, mentre lo guardavano, fu elevato in alto e una nube lo sottrasse ai loro occhi. <sup>10</sup>Essi stavano fissando il cielo mentre egli se ne andava, quand'ecco due uomini in bianche vesti si presentarono a loro <sup>11</sup>e dissero: «Uomini di Galilea, perché state a guardare il cielo? Questo Gesù, che di mezzo a voi è stato assunto in cielo, verrà allo stesso modo in cui l'avete visto andare in cielo».

Parola di Dio.

**Rendiamo grazie a Dio.**

## Salmo responsoriale

dal Salmo 46

## R/. Ascende il Signore tra canti di gioia.

RE LA

A - scen - de il Si - gno - re tra

SOL LA

can - ti di gio - ia.

## Oppure: R/. Alleluia, alleluia, alleluia.

Popoli tutti, battete le mani! / Acclamate Dio con grida di gioia, / perché terribile è il Signore, l'Altissimo, / grande re su tutta la terra. R/.

Ascende Dio tra le acclamazioni, / il Signore al suono di tromba. / Cantate inni a Dio, cantate inni, / cantate inni al nostro re, cantate inni. R/.

Perché Dio è re di tutta la terra, / cantate inni con arte. / Dio regna sulle genti, / Dio siede sul suo trono santo. R/.

## Seconda lettura

Ef 4,1-13

## Dalla lettera di san Paolo apostolo agli Efesini.

**F**ratelli, io, prigioniero a motivo del Signore, vi esorto: comportatevi in maniera degna della chiamata che avete ricevuto, <sup>2</sup>con ogni umiltà, dolcezza e magnanimità, sopportandovi a vicenda nell'amore, <sup>3</sup>avendo a cuore di conservare l'unità dello spirito per mezzo del vincolo della pace. <sup>4</sup>Un solo corpo e un solo spirito, come una sola è la speranza alla quale siete stati chiamati, quella della vostra vocazione; <sup>5</sup>un solo Signore, una sola fede, un solo battesimo. <sup>6</sup>Un solo Dio e Padre di tutti, che è al di sopra di tutti, opera per mezzo di tutti ed è presente in tutti. <sup>7</sup>A ciascuno di noi, tuttavia, è stata data la grazia secondo la misura del dono di Cristo. <sup>8</sup>Per questo è detto: «Asceso in alto, ha portato con sé prigionieri, ha distribuito doni agli uomini». <sup>9</sup>Ma cosa significa che ascese, se non che prima era disceso quaggiù sulla terra? <sup>10</sup>Colui che discese è lo stesso che anche ascese al di sopra di tutti i cieli, per essere pienezza di tutte le cose. <sup>11</sup>Ed egli ha dato ad alcuni di essere apostoli, ad altri di essere profeti, ad altri ancora di essere evangelisti, ad altri di essere pastori e maestri, <sup>12</sup>per preparare i fratelli a compiere il ministero, allo scopo di edificare il corpo di Cristo, <sup>13</sup>finché arriviamo tutti all'unità della fede e della conoscenza del Figlio di Dio, fino all'uomo perfetto, fino a raggiungere la misura della pienezza di Cristo.

Parola di Dio.

**Rendiamo grazie a Dio.**

## Canto al Vangelo

Mt 28,19a.20b

## Alleluia, alleluia.

Andate e fate discepoli tutti i popoli, dice il Signore. Ecco, io sono con voi tutti i giorni, fino alla fine del mondo. **Alleluia.**

## Vangelo

Mc 16,15-20

## ✠ Dal Vangelo secondo Marco.

**I**n quel tempo, [Gesù apparve agli Undici] <sup>15</sup>e disse loro: «Andate in tutto il mondo e proclamate il Vangelo a ogni creatura. <sup>16</sup>Chi crederà e sarà battezzato sarà salvato, ma chi non crederà sarà condannato. <sup>17</sup>Questi saranno i segni che accompagneranno quelli che credono: nel mio nome scacceran-

no demòni, parleranno lingue nuove, <sup>18</sup>prenderanno in mano serpenti e, se berranno qualche veleno, non recherà loro danno; imporranno le mani ai malati e questi guariranno». <sup>19</sup>Il Signore Gesù, dopo aver parlato con loro, fu elevato in cielo e sedette alla destra di Dio. <sup>20</sup>Allora essi partirono e predicarono dappertutto, mentre il Signore agiva insieme con loro e confermava la Parola con i segni che la accompagnavano.

*Parola del Signore.* **Lode a te, o Cristo.**

## Professione di fede *[Simbolo degli Apostoli]*

**Io credo in Dio Padre onnipotente**, creatore del cielo e della terra; **e in Gesù Cristo, suo unico Figlio, nostro Signore**, *[si china il capo]* il quale fu concepito di Spirito Santo, **nacque da Maria Vergine**, patì sotto Ponzio Pilato, **fu crocifisso, morì e fu sepolto**; discese agli inferi; **il terzo giorno risuscitò da morte**; salì al cielo, **siede alla destra di Dio Padre onnipotente**; di là verrà a giudicare i vivi e i morti. **Credo nello Spirito Santo**, la santa Chiesa cattolica, **la comunione dei santi**, la remissione dei peccati, **la risurrezione della carne**, la vita eterna. **Amen.**

## Preghiera dei fedeli

Fratelli e sorelle, l'Ascensione di Gesù ci apre la mente e il cuore agli spazi a noi sconosciuti nei quali il Vangelo si incarna. Eleviamo al Padre la nostra preghiera, perché possiamo collaborare all'evangelizzazione di coloro che ancora non hanno conosciuto Gesù e la sua proposta di salvezza.

Preghiamo insieme e diciamo:

**R/. Rendici testimoni del tuo amore, o Padre.**

1. Guarda, o Padre, la tua Chiesa, edificata sulla fede battesimale dei tuoi figli: fa' che, nonostante le difficoltà e i disagi, possa essere fedele annunciatrice della bella notizia del tuo amore rivelato nel tuo Figlio. Noi ti preghiamo. **R/.**
2. Sostieni, o Padre, coloro che sono impegnati nell'amministrazione del bene comune, perché possano fare scelte sagge ed eque per edificare la comunità civile nella pace e nella giustizia. Noi ti preghiamo. **R/.**
3. Guida il lavoro di coloro che sono impegnati nella comunicazione sociale, o Padre, perché parole e immagini possano incoraggiare le persone a vivere ogni giorno-

ta come un passo avanti lungo il cammino della speranza verso il tuo Regno. Noi ti preghiamo. **R/.**

4. Fa' sentire, o Padre, la tua amorevole presenza, nella nostra comunità, ai poveri e ai malati e a chi vive fragilità interiori, attraverso persone capaci di incoraggiarli a superare ogni paura e sconforto e a riscoprirsi come un capolavoro delle tue mani. Noi ti preghiamo. **R/.**

Padre santo, fa' che possiamo essere entusiasti testimoni del Vangelo, animatori della comunione ecclesiale e fedeli discepoli del tuo Figlio Gesù. Egli vive e regna nei secoli dei secoli. **Amen.**

## LITURGIA EUCARISTICA

### Preghiera sulle offerte

*Per la Messa Vespertina:* O Padre, il tuo Figlio unigenito, nostro Sommo Sacerdote, sempre vivo, siede alla tua destra per intercedere a nostro favore: concedi a noi di accostarci con piena fiducia al trono della grazia per ricevere la tua misericordia. Per Cristo nostro Signore. **Amen.**

*Per la Messa del giorno:* Accogli, o Padre, il sacrificio che ti offriamo nella mirabile ascensione del tuo Figlio, e per questo santo scambio di doni fa' che il nostro spirito si innalzi alla gloria del cielo. Per Cristo nostro Signore. **Amen.**

### Antifona alla comunione

*Per la Messa Vespertina:* Cfr. Eb 10,12

**Cristo, avendo offerto un solo sacrificio per i peccati, siede per sempre alla destra di Dio. Alleluia.**

*Per la Messa del giorno:* Mt 28,20

**Ecco, io sono con voi tutti i giorni, sino alla fine del mondo. Alleluia.**

### Preghiera dopo la comunione

*Per la Messa Vespertina nella vigilia:* I doni che abbiamo ricevuto dal tuo altare, o Padre, accendano nei nostri cuori il desiderio della patria del cielo e ci conducano, seguendo le sue orme, là dove ci ha preceduto il nostro Salvatore. Egli vive e regna nei secoli dei secoli. **Amen.**

*Per la Messa del giorno:* Dio onnipotente ed eterno, che alla tua Chiesa pellegrina sulla terra fai gustare i divini misteri, suscita in noi il desiderio del cielo, dove hai innalzato l'uomo accanto a te nella gloria. Per Cristo nostro Signore. **Amen.**

## GUARDARE IL CIELO



### LETTURA

Gesù conclude la vita terrena con il ritorno al Padre. Non va altrove, ma è una nuova presenza del suo essere, reale benché spirituale. L'evento è storico, e ricco di particolari nella narrazione degli Atti, di san Paolo nella Lettera agli Efesini e nella conclusione del Vangelo di Marco. "Andare al Padre" non significa, per Gesù, lasciare questo mondo, ma l'esser glorificato dal Padre come Figlio nella condizione acquisita con l'Incarnazione, secondo la commovente preghiera che fece nell'Ultima Cena: «E ora, Padre, glorificami, davanti a te con quella gloria che io avevo presso di te prima che il mondo fosse». Gesù vuole che anche noi tutti possiamo contemplare e godere di questa gloria [cfr. Gv 17,5.24].

### MEDITAZIONE

Con l'Ascensione Gesù è "ritornato al Padre suo", dopo aver terminato la sua missione di redimere l'umanità dalla schiavitù del peccato, di dare a tutti la possibilità di conoscere "l'unico vero Dio" e di scoprire che Dio è anche il Padre nostro, misericordioso, che vuole la salvezza di tutti i suoi figli, rendendoli partecipi della gloria eterna, la stessa del Figlio. Il cosiddetto "destino" dell'uomo è di entrare in Dio, con tut-

to se stesso, anima e corpo. Tutta l'umanità, redenta da Cristo, è destinata a farne parte. Questo avviene per mezzo di Gesù che, secondo un'espressione di san Paolo, è il "pleroma", ossia la "pienezza di Colui che tutto in tutti riempie" [cfr. Ef 1,23]. Infatti, mediante la Chiesa, che in terra è il luogo del *pleroma*, noi riceviamo tutti i doni di grazia necessari per conoscere ed entrare per sempre in questa "pienezza di vita divina". Per tutti l'Ascensione è quindi un cammino di santificazione, che avviene nello Spirito Santo e per mezzo di Lui. Giorno dopo giorno, dobbiamo dunque prepararci al momento in cui entreremo in Dio, prima con lo spirito e poi con il corpo. Gesù ha voluto la Chiesa fondata sugli Apostoli, perché portassero a tutto il mondo questo grandioso disegno di salvezza. L'annuncio intero della "buona notizia" non può scendere a compromessi col male, tacere di proposito i passi scomodi del Vangelo e concedere sconti sui Comandamenti di Dio. I primi Apostoli predicavano il Vangelo con *franchezza* [cfr. At 13,46]. Questa è la coerenza che dobbiamo avere sempre anche noi. In una omelia, papa Francesco disse che questo deve «essere il segnale del cristiano, del vero cristiano: è coraggioso, dice tutta la verità perché è coerente» (18 aprile 2020).

### PREGHIERA

O Signore, accogli il mio grande desiderio di vivere con te e di godere in te la pienezza della tua grazia. Per intercessione della Vergine Maria, assunta in cielo, proteggimi dalle distrazioni della vita e concedimi di poter fare ogni giorno tutto quanto desideri da me.

### AGIRE

«Anche se il vostro animo è agitato nel turbinio delle cose, fissate l'ancora della vostra speranza nella patria eterna e rendete saldo l'orientamento dello spirito nella vera luce» [san Gregorio Magno].

S.E. Mons. Alberto Maria Careggio  
Vescovo emerito di Ventimiglia-San Remo