



XIX DOMENICA DEL TEMPO ORDINARIO / A

S. Teresa Benedetta della Croce - 9 agosto 2026

LA DOMENICA



G. TREVISAN

SIGNORE, SALVAMI!

Il protagonista del brano evangelico è Pietro con la sua paura. Egli, infatti, teme prima le onde della tempesta; poi perché, da lontano, non riconosce Gesù che, infatti, scambia per un fantasma; infine perché, rispondendo all'invito del Signore «Vieni!», dopo aver fatto qualche passo, ha timore di affondare. In un primo momento, si fida di Gesù ma poi, distogliendo lo sguardo da lui per guardare i propri piedi, non si fida più, ha paura e lancia un grido: «Signore, salvami!».

Il grido di Pietro non è soltanto il grido di chi sta annegando nella tempesta; è il grido di chi, volendo seguire Gesù, si sente espropriato da sé stesso. In realtà spesso le vicende della vita ci espropriano da noi e mandano in frantumi i nostri desideri e sogni. Possiamo decidere, nelle prove, se arrenderci oppure abbandonarci all'abbraccio di Gesù, afferrati dalla sua mano che ci salva. Anche nella prima lettura è descritta una teofania, cioè una manifestazione di Dio che si mostra non nella potenza, ma nel «sussurro di una brezza leggera». Talvolta è necessario un udito fine per riconoscere la vicinanza di Dio nella nostra vita e gustare la dolcezza della sua presenza!

don Antonio Sozzo

■ Nelle tempeste della vita affidiamoci a Cristo, fissiamo lui e non guardiamo le onde delle difficoltà. La nostra fede, seppur piccola, ci sostiene.

ANTIFONA D'INGRESSO (Cf. Sal 73/74.20.19.22) *in piedi*

Volgi lo sguardo, Signore, alla tua alleanza, non dimenticare per sempre la vita dei tuoi poveri. Alzati, o Dio, difendi la mia causa, non dimenticare la supplica di chi ti invoca.

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

C - La grazia e la pace di Dio nostro Padre e del Signore nostro Gesù Cristo siano con tutti voi.

A - E con il tuo spirito.

ATTO PENITENZIALE

si può cambiare

C - Fratelli e sorelle, per celebrare degnamente i santi misteri, riconosciamo i nostri peccati.

Breve pausa di silenzio.

Tutti - Confesso a Dio onnipotente e a voi, fratelli e sorelle, che ho molto peccato in pensieri, parole, opere e omissioni, *(ci si batte il petto)* per mia colpa, mia colpa, mia grandissima colpa. E supplico la beata sempre Vergine Maria, gli angeli, i santi e voi, fratelli e sorelle, di pregare per me il Signore Dio nostro.

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

A - Amen.

– Signore, pietà.

Signore, pietà.

– Cristo, pietà.

Cristo, pietà.

– Signore, pietà.

Signore, pietà.

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.**

ORAZIONE COLLETTA

C - Dio onnipotente ed eterno, guidati dallo Spirito Santo, osiamo invocarti con il nome di Padre: fa' crescere nei nostri cuori lo spirito di figli adottivi, perché possiamo entrare nell'eredità che ci hai promesso. Per il nostro Signore Gesù Cristo...

A - Amen. 1

Oppure:

C - O Dio, Signore del cielo e della terra, rafforza la nostra fede e donaci un cuore che ascolta, perché sappiamo riconoscere la tua parola nelle profondità dell'uomo, in ogni avvenimento della vita, nel gemito e nel giubilo del creato. Per il nostro Signore Gesù Cristo... **A - Amen.**

LITURGIA DELLA PAROLA

PRIMA LETTURA

1Re 19,9a.11-13a

seduti

Fermati sul monte alla presenza del Signore.

Dal primo libro dei Re

In quei giorni, Elia, [essendo giunto al monte di Dio, l'Oreb], ⁹entrò in una caverna per passarvi la notte, quand'ecco gli fu rivolta la parola del Signore in questi termini: ¹¹«Esci e fermati sul monte alla presenza del Signore».

Ed ecco che il Signore passò. Ci fu un vento impetuoso e gagliardo da spaccare i monti e spezzare le rocce davanti al Signore, ma il Signore non era nel vento. Dopo il vento, un terremoto, ma il Signore non era nel terremoto. ¹²Dopo il terremoto, un fuoco, ma il Signore non era nel fuoco. Dopo il fuoco, il sussurro di una brezza leggera. ¹³Come l'udì, Elia si coprì il volto con il mantello, uscì e si fermò all'ingresso della caverna.

Parola di Dio. **A - Rendiamo grazie a Dio.**

SALMO RESPONSORIALE

Dal Salmò 84/85

R Mostraci, Signore, la tua misericordia.



Ascolterò che cosa dice Dio, il Signore: / egli annuncia la pace / per il suo popolo, per i suoi fedeli. / Sì, la sua salvezza è vicina a chi lo teme, / perché la sua gloria abita la nostra terra. **R**

Amore e verità s'incontreranno, / giustizia e pace si baceranno. / Verità germoglierà dalla terra / e giustizia si affaccerà dal cielo. **R**

Certo, il Signore donerà il suo bene / e la nostra terra darà il suo frutto; / giustizia camminerà davanti a lui: / i suoi passi tratteranno il cammino. **R**

SECONDA LETTURA

Rm 9,1-5

Vorrei essere io stesso anàtema, separato da Cristo, a vantaggio dei miei fratelli.

2 Dalla lettera di san Paolo apostolo ai Romani

Fratelli, ¹dico la verità in Cristo, non mento, e la mia coscienza me ne dà testimonianza nello Spirito Santo: ²ho nel cuore un grande dolore e una sofferenza continua.

³Vorrei infatti essere io stesso anàtema, separato da Cristo a vantaggio dei miei fratelli, miei consanguinei secondo la carne.

⁴Essi sono Israeliti e hanno l'adozione a figli, la gloria, le alleanze, la legislazione, il culto, le promesse; ⁵a loro appartengono i patriarchi e da loro proviene Cristo secondo la carne, egli che è sopra ogni cosa, Dio benedetto nei secoli. Amen.

Parola di Dio. **A - Rendiamo grazie a Dio.**

CANTO AL VANGELO

(Sal 129/130,5)

in piedi

Alleluia, alleluia. Io spero, Signore. Spera l'anima mia, attendo la tua parola. **Alleluia.**

VANGELO

Mt 14,22-33

Comandami di venire verso di te sulle acque.



Dal Vangelo secondo Matteo

A - Gloria a te, o Signore.

[Dopo che la folla ebbe mangiato], ²²subito Gesù costrinse i discepoli a salire sulla barca e a precederlo sull'altra riva, affinché non avesse ceduto la folla. ²³Congedata la folla, salì sul monte, in disparte, a pregare. Venuta la sera, egli se ne stava lassù, da solo.

²⁴La barca intanto distava già molte miglia da terra ed era agitata dalle onde: il vento infatti era contrario. ²⁵Sul finire della notte egli andò verso di loro camminando sul mare. ²⁶Vedendolo camminare sul mare, i discepoli furono sconvolti e dissero: «È un fantasma!» e gridarono dalla paura. ²⁷Ma subito Gesù parlò loro dicendo: «Coraggio, sono io, non abbiate paura!».

²⁸Pietro allora gli rispose: «Signore, se sei tu, comandami di venire verso di te sulle acque».
²⁹Ed egli disse: «Vieni!». Pietro scese dalla barca, si mise a camminare sulle acque e andò verso Gesù. ³⁰Ma, vedendo che il vento era forte, s'impaurì e, cominciando ad affondare, gridò: «Signore, salvami!». ³¹E subito Gesù tese la mano, lo afferrò e gli disse: «Uomo di poca fede, perché hai dubitato?».

³²Appena saliti sulla barca, il vento cessò.

³³Quelli che erano sulla barca si prostrarono davanti a lui, dicendo: «Davvero tu sei Figlio di Dio!». Parola del Signore. **A - Lode a te, o Cristo.**

PROFESSIONE DI FEDE

in piedi

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 mezz-

zo di lui tutte le cose sono state create. **Per noi uomini e per la nostra salvezza discese dal cielo, (a queste parole 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

si può adattare

C - Fratelli e sorelle, la Parola di Dio ci invita a riconoscere Gesù che si manifesta a noi in modi imprevedibili e non secondo le nostre aspettative. A lui eleviamo fiduciosi la nostra preghiera.

Lettore - Preghiamo insieme dicendo:

R. Salvaci, Signore.

1. Per la Chiesa: fra le tempeste della storia, non ceda allo scoraggiamento ma, con la guida sicura del Santo Padre, mantenga salda la fede nel Signore Gesù. Preghiamo:

2. Per la pace nel mondo: il Signore calmi i venti di guerra e illumini i governanti affinché cerchino soluzioni di giustizia e di libertà per tutti i popoli. Preghiamo:

3. Per tutti coloro che si sentono affondare sotto il peso della malattia, della povertà o della solitudine: sentano la mano del Signore Gesù che li sostiene. Preghiamo:

4. Per la nostra comunità: sulle orme di Pietro e dei profeti, impari a riconoscere la presenza del Signore nella quotidianità e a superare ogni paura con la forza della preghiera. Preghiamo:

Intenzioni della comunità locale.

C - Dio grande e misericordioso, che non abbandoni il tuo popolo nelle difficoltà, accogli le preghiere della tua Chiesa e concedici di camminare senza paura verso di te. Per Cristo nostro Signore. **A - Amen.**

LITURGIA EUCARISTICA

ORAZIONE SULLE OFFERTE

in piedi

C - Accetta con bontà, o Signore, i doni della tua Chiesa: nella tua misericordia li hai posti nelle no-

stre mani, con la tua potenza trasformati per noi in sacramento di salvezza. Per Cristo nostro Signore.

A - Amen.

PREFAZIO

Si suggerisce il Prefazio delle domeniche del T.O. I: Il mistero pasquale e il popolo di Dio, Messale 3a ed., pag. 358.

È veramente cosa buona e giusta, nostro dovere e fonte di salvezza, rendere grazie sempre e in ogni luogo a te, Padre santo, Dio onnipotente ed eterno, per Cristo Signore nostro. Mirabile è l'opera da lui compiuta nel mistero pasquale: egli ci ha fatti passare dalla schiavitù del peccato e della morte alla gloria di proclamarti stirpe eletta, regale sacerdozio, gente santa, popolo che egli si è acquistato, per annunciare in ogni luogo i tuoi prodigi, o Padre, che dalle tenebre ci hai chiamati allo splendore della tua luce. E noi, uniti agli Angeli e agli Arcangeli, ai Troni e alle Dominazioni e alla moltitudine dei cori celesti, cantiamo con voce incessante l'inno della tua gloria:

Tutti - Santo, Santo, Santo...

ANTIFONA ALLA COMUNIONE (Sal 147/148,12.14)

Celebra il Signore, Gerusalemme! Egli ti sazia con fiore di frumento.

Oppure:

(Mt 14,33)

I discepoli sulla barca si prostrarono davanti a lui, dicendo: «Davvero tu sei Figlio di Dio!».

ORAZIONE DOPO LA COMUNIONE

in piedi

C - La partecipazione ai tuoi sacramenti ci salvi, o Signore, e confermi noi tutti nella luce della tua verità. Per Cristo nostro Signore. **A - Amen.**

PROPOSTE PER I CANTI: da *Nella casa del Padre*, ElleDiCi, 5a ed. - *Inizio:* Tutta la terra canti a Dio (748); *Ritmate sui tamburi* (714). *Salmo responsoriale:* P. Bottini; *oppure:* Dona la pace, Signore (410). *Processione offertoriale:* Se voi avete fame (310). *Comunione:* Tu sei vivo fuoco (747); Credo in te, Signor (632). *Congedo:* Gioia del cuore (648).

PER ME VIVERE È CRISTO

Contemplare Cristo implica saperlo riconoscere dovunque Egli si manifesti, nelle sue molteplici presenze, ma soprattutto nel Sacramento vivo del suo corpo e del suo sangue. La Chiesa vive del Cristo eucaristico, da Lui è nutrita, da Lui è illuminata.

– San Giovanni Paolo II

scintille

La speranza è la virtù che ci fa camminare verso l'impossibile, perché Dio lo rende possibile.

– Santa Teresa Benedetta della Croce

Riposo estivo "oasi dello spirito"

Il riposo estivo non solo è una meritata pausa dalle fatiche e routine quotidiane, ma, per il cristiano, soprattutto opportunità di rinnovamento interiore. La vacanza, ispirata al riposo di Dio (Gen 2,2-3), ricaricando corpo e spirito con preghiera, Scrittura e carità diventa tappa di fede e testimonianza viva di fiducia nella Provvidenza, equilibrio tra azione e contemplazione. Nelle vacanze è importante poter sperimentare silenzio e solitudine, che aprono il cuore all'ascolto di Dio. In un mondo saturo di stimoli, il silenzio è spazio sacro dove risuona la sua voce. Ritiri, passeggiate nella natura o meditazione in eremo staccano dal rumore interiore e sintonizzano con la Parola, come Gesù nel deserto (Mt 4,1-11); si crea lo spazio per discernere la volontà di Dio e riposare in lui (Sal 62). Solo nel silenzio l'anima trova pace e la fede diventa profonda e trasformativa.

È, quindi, cruciale evitare vacanze rumorose in località turistiche dispersive, dove divertimenti effimeri, feste incessanti e consumi sfrenati diventano trappole spirituali, e dove il riposo si dissolve in nuovo stress e il cuore si distrae e allontana dall'essenziale. La Bibbia avverte contro l'idolatria del piacere (Ef 5,3-5): le vacanze "chiassose" replicano, camuffata, la routine quotidiana, solo con più caos. Si perde l'opportunità di crescita, scivolando in un vuoto interiore che lascia più esausti al ritorno. Per il cristiano è un invito a scegliere con saggezza: non fuggire dal mondo, ma viverlo per elevarsi.

Approfittiamo, allora, della vacanza per entrare nello "spazio dell'altrove", rompendo la ripetitività delle routine quotidiane. L'altrove non è solo un luogo lontano, ma un atteggiamento interiore: apertura al nuovo, al mistero di Dio che si rivela nella creazione, nelle relazioni o nelle culture diverse. Pellegrinaggi, volontariato o letture, non solo spirituali, ci fanno uscire dal "prevedibile" e "controllato" del quotidiano. Per il cristiano è incontro con l'Infinito e assaggio del regno di Dio: il riposo diventa profezia di eternità. Le vacanze non interrompono, ma continuano il cammino di fede, vivendo "nel mondo ma non del mondo" (Gv 17,14-16), testimoniando che il vero riposo è in Cristo.

don Pietro Roberto Minali, *ssp*



CALENDARIO

(10-16 agosto 2026)

XIX sett. del T.O. - III sett. del Salterio.

10 L S. Lorenzo (f, rosso). Beato l'uomo che teme il Signore. Gesù deve morire per essere glorificato: come chicco di grano, nell'umiltà apriamo agli altri. S. Blano; B. Agostino Ota. 2Cor 9,6-10; Sal 111; Gv 12,24-26.

11 M S. Chiara d'Assisi (m, bianco). Quanto sono dolci al mio palato le tue promesse, Signore. Gesù indica i bambini come misura del Regno: chi accoglie i piccoli accoglie lui. S. Rufino; S. Cassiano. Ez 2,8-3,4; Sal 118; Mt 18,1-5.10.12-14.

12 M Più alta dei cieli è la gloria del Signore. Gesù invita alla correzione fraterna, al perdono e alla preghiera comune. S. Giovanna F. de Chantal (mf); S. Lelia; S. Ercolano. Ez 9,1-7; 10,18-22; Sal 112; Mt 18,15-20.

13 G Proclameremo le tue opere, Signore. Come Dio è misericordioso con tutti, così chi segue Gesù è chiamato continuamente alla misericordia. Ss. Ponziano e Ippolito (mf); S. Giovanni Berchmans. Ez 12,1-12; Sal 77; Mt 18,21-19,1.

14 V S. Massimiliano M. Kolbe (m, rosso). La tua collera, Signore, si è placata e tu mi hai consolato. Scoprire e seguire fedelmente la propria vocazione: il matrimonio è dono da vivere in obbedienza alla volontà di Dio. S. Ursicino. Ez 16,1-15.60.63 opp. 16,59-63; Cant. Is 12,2-6; Mt 19,3-12.

15 S ASSUNZIONE B.V. MARIA (s, bianco). Risplende la regina, Signore, alla tua destra. Maria assunta in cielo ci precede e ci attende: il Magnificat nasce dall'incontro gioioso con Elisabetta. S. Tarcisio. Ap 11,19a; 12,1-6a.10ab; Sal 44; 1Cor 15,20-27a; Lc 1,39-56.

16 D XX Domenica del T.O. / A. XX sett. del T.O. - IV sett. del Salterio. S. Stefano di Ungheria; S. Teodoro; S. Rocco. Is 56,1-6-7; Sal 66; Rm 11,13-15.29-32; Mt 15,21-28. **Lucia Giallorenzo**

Un momento di grazia. Dal 16 al 23 agosto le reliquie di Santa Teresa di Gesù Bambino tornano nella parrocchia di S. Giustina a Rimini, a 30 anni dalla loro prima venuta. Sarà una settimana ricca di incontri ed eventi speciali. Siete invitati calorosamente a partecipare, per vivere insieme a noi questo momento di grazia unico.



— “ —

Guai a me se non annuncio il Vangelo!

— ” —

(1 Cor 9,16)

SEGUICI SU INSTAGRAM

LA DOMENICA. Periodico religioso n. 3/2026 - Anno 104 - Dir. responsabile: Pietro Roberto Minali - Reg. Tribunale di Alba n. 412 del 28/12/1983. Piazza S. Paolo 14, 12051 Alba CN. Tel. 800 509645 - E-mail: clienti.ladomenica@stpauls.it CCP 19729201 - Editore Periodici San Paolo S.r.l. - Dir. editoriale Gruppo San Paolo: Vincenzo Vitale - © Periodici San Paolo S.r.l. - Abbonamento annuo € 14 (minimo 5 copie). Stampa LENGLET IMPRIMERIES - Per i testi liturgici: 2020 Fond. di Religione Ss. Francesco d'Assisi e Caterina da Siena; per i testi biblici: © 2007 Fond. di Religione Ss. Francesco d'Assisi e Caterina da Siena. Nulla osta per i testi biblici e liturgici. Marco Brunetti, Vescovo. Alba CN. R.D. M. Lauritano.

