

**“ L’ uomo è come una penna  
può trasformare una pagina bianca  
in un bellissimo messaggio d’amore ”.**

Aforisma

## Avvisi

**Sabato 7 e domenica 8 febbraio benedizione della gola  
nel ricordo di san Biagio**

**Sabato 7 febbraio alle ore 18,30 a Sabbiadoro e domenica 8 febbraio  
alle 9,30 a Bevazzana e alle 11 a Sabbiadoro**  
tradizionale benedizione della gola nel ricordo di San Biagio.

**Confessioni a Sabbiadoro**  
**Ogni sabato dalle ore 11 alle ore 12**

## Orario sante Messe

### Feriale e Prefestiva

Ore 18,30 Sabbiadoro

### Festive

Ore 9,30 Bevazzana **con il canto  
delle Lodi**

Ore 11 Sabbiadoro

Ore 18,30 Sabbiadoro



**Voi siete il sale  
della terra....**

**Foglio Domenicale della Collaborazione Pastorale di Lignano**  
**4a Domenica „Per Annum“ A**

**8 Febbraio 2026 – 5a Domenica „per annum“ A - 1157**

## Evitiamo una vita insipida e spenta

Ermes Ronchi

Voi siete sale, voi siete luce. Sale che conserva le cose, minima eternità disciolta nel cibo. Luce che accarezza di gioia le cose, ne risveglia colori e bellezza. Tu sei luce. Gesù lo annuncia alla mia anima bambina, a quella parte di me che sa ancora incantarsi, ancora accendersi. Tu sei sale, non per te stesso ma per la terra. La faccenda è seria, perché essere sale e luce del mondo vuol dire che dalla buona riuscita della mia avventura, umana e spirituale, dipende la qualità del resto del mondo. Come fare per vivere questa responsabilità seria, che è di tutti? Meno parole e più gesti. Che il profeta Isaia elenca, nella prima lettura di domenica: «Spezza il tuo pane», verbo asciutto, concreto, fattivo. «Spezza il tuo pane», e poi è tutto un incalzare di altri gesti: «Introduci in casa, vesti il nudo, non distogliere gli occhi. Allora la tua luce sorgerà come l'aurora, la tua ferita si rimarginerà in fretta». E senti l'impazienza di Dio, l'impazienza di Adamo, e dell'aurora che sorge e della fame che grida; l'urgenza del corpo dell'uomo che ha dolore e ferite, ha fretta di pane e di salute. La luce viene attraverso il mio pane quando diventa nostro pane, condiviso e non possesso geloso. Il gesto del pane viene prima di tutto: perché sulla terra ci sono creature che hanno così tanta fame che per loro Dio non può che avere la forma di un pane. Guarisci altri e guarirai la tua ferita, prenditi cura di qualcuno e Dio si prenderà cura di te; produci amore e Lui ti fonderà il cuore, quando è ferito. Illumina altri e ti illuminerai, perché chi guarda solo a se stesso non s'illumina mai. Chi non cerca, anche a tentoni, quel volto che dal buio chiede aiuto, non si accenderà mai. È dalla notte condivisa che sorge il sole di tutti. «Se mi chiudo nel mio io, pur adorno di tutte le virtù, ricco di sale e di luce, e non partecipo all'esistenza degli altri, se non mi dischiudo agli altri, posso essere privo di peccati, e tuttavia vivo in una situazione di peccato» (G. Vannucci). Ma se il sale perde sapore con che cosa lo si potrà rendere salato? Conosciamo bene il rischio di affondare in una vita insipida e spenta. E accade quando non comunico amore a chi mi incontra, non sono generoso di me, non so voler bene: «non siamo chiamati a fare del bene, ma a voler bene» (Sorella Maria di Campello). Primo impegno vitale. Io sono luce spenta quando non evidenzio bellezza e bontà negli altri, ma mi inebrio dei loro difetti: allora sto spegnendo la fiamma delle cose, sono un cembalo che tintinna (parola di Paolo), un trombone di latta. Quando amo tre verbi oscuri: prendere, salire, comandare; anziché seguire i tre del sale e della luce: dare, scendere, servire.



Evitiamo una vita insipida e spenta

## Dal libro del Profeta Isaia Is 58,7-10

Così dice il Signore: «Non consiste forse [il digiuno che voglio] nel dividere il pane con l'affamato, nell'introdurre in casa i miseri, senza tetto, nel vestire uno che vedi nudo, senza trascurare i tuoi parenti? Allora la tua luce sorgerà come l'aurora, la tua ferita si rimarginerà presto. Davanti a te camminerà la tua giustizia, la gloria del Signore ti seguirà. Allora invocherai e il Signore ti risponderà, implorerai aiuto ed egli dirà: "Eccomi!". Se toglierai di mezzo a te l'oppressione, il puntare il dito e il parlare empio, se aprirai il tuo cuore all'affamato, se sazierai l'afflitto di cuore, allora brillerà fra le tenebre la tua luce, la tua tenebra sarà come il meriggio». Parola di Dio.

## Salmo responsoriale 111 (112)

### Il giusto risplende come luce

Spunta nelle tenebre, luce per gli uomini retti:  
misericordioso, pietoso e giusto.  
Felice l'uomo pietoso che dà in prestito,  
amministra i suoi beni con giustizia.

Egli non vacillerà in eterno: eterno  
sarà il ricordo del giusto.  
Cattive notizie non avrà da temere,  
saldo è il suo cuore, confida nel Signore.

Sicuro è il suo cuore, non teme,  
egli dona largamente ai poveri,  
la sua giustizia rimane per sempre,  
la sua fronte s'innalza nella gloria.

## Dalla prima lettera di san Paolo apostolo ai Corinzi 1 Cor. 2,1-5

Io, fratelli, quando venni tra voi, non mi presentai ad annunciarvi il mistero di Dio con l'eccellenza della parola o della sapienza. Io ritenni infatti di non sapere altro in mezzo a voi se non Gesù Cristo, e Cristo crocifisso.

Mi presentai a voi nella debolezza e con molto timore e trepidazione.

La mia parola e la mia predicazione non si basarono su discorsi persuasivi di sapienza, ma sulla manifestazione dello Spirito e della sua potenza, perché la vostra fede non fosse fondata sulla sapienza umana, ma sulla potenza di Dio.

Parola di Dio.

## Dal Vangelo secondo Matteo Mt 5,13-16

In quel tempo, Gesù disse ai suoi discepoli:

«Voi siete il sale della terra; ma se il sale perde il sapore, con che cosa lo si renderà salato?

A null'altro serve che ad essere gettato via e calpestato dalla gente.

Voi siete la luce del mondo; non può restare nascosta una città che sta sopra un monte, né si accende una lampada per metterla sotto il moggio, ma sul candelabro, e così fa luce a tutti quelli che sono nella casa.

Così risplenda la vostra luce davanti agli uomini, perché vedano le vostre opere buone e rendano gloria al Padre vostro che è nei cieli».

## Preghiere dei fedeli

Il Signore conosce la nostra vita, le nostre ombre, i nostri dubbi, le nostre insicurezze.

Conosce anche la nostra capacità di cambiare e i nostri slanci.

Rivolgiamoci a lui con fiducia, perché illumini il nostro cammino e sostenga la nostra debole volontà.

Preghiamo insieme: **Tu sei la nostra luce, Signore.**

Per la Chiesa che tutti formiamo: sia sempre una luce per il mondo.

Dio ci renda segni di speranza là dove noi viviamo e operiamo.

Preghiamo.

Per chi cerca la verità: possa incontrare nelle comunità cristiane

persone capaci di dare una risposta alla loro ricerca,

con uno stile di vita che trasmette fiducia e valori profondi.

Preghiamo.

Per la nostra comunità: sappia dare testimonianza di relazioni buone

costruite sulla fiducia, il rispetto e il perdono,

per essere segno di riconciliazione e di accoglienza.

Preghiamo.

Per noi che partecipiamo a questa Eucarestia:

saremo luce se ameremo il nostro prossimo,

se non passeremo davanti a nessuno con volto distratto ed indifferente.

Preghiamo

Risplenda, Signore, la vita dei credenti per le opere buone della misericordia

e dell'amore. Coloro che ci vedono possano dare gloria a Dio Padre

ora e per tutti i secoli dei secoli. Amen

## Sale e luce

Spesso sentiamo il bisogno di contarci,  
di mostrare la nostra consistenza, il consenso di cui godiamo.

Così finiamo col dimenticarci di ciò che è decisivo:  
essere capaci di dar sapore al vivere delle creature umane,  
di rischiarare le loro strade, i loro percorsi tortuosi.

Ecco perché tu ci chiedi di essere come il sale  
che accetta di sciogliersi, di scomparire pur di dare gusto alla vita.  
Tu ci domandi essere una luce nelle situazioni difficili dell'esistere:

una luce mite, una luce di misericordia,  
che non colpisce e non umilia, che non ferisce e non abbaglia,  
una fiamma che, pur fragile e incerta,  
indica la strada che conduce a Te,  
approdo sereno di una gioia che non conosce tramonto.