

# **Tempo Ordinario: la domenica, giorno del Signore e gioia dei cristiani**

“Non abbiate paura di dare il vostro tempo a Cristo!”. Questo consiglio di san Giovanni Paolo II si riferisce principalmente alla domenica, giorno di riposo in famiglia e giorno di adorazione di Dio. Nuovo articolo della serie sull'anno liturgico.

27/05/2016

La domenica è un giorno speciale della settimana. Ci tira fuori dalla *routine* delle giornate, che talvolta ci possono sembrare troppo simili. Durante la domenica possiamo svolgere attività molto diverse. Tuttavia, c'è qualcosa di decisivo in questo giorno, che è un dono del Signore, per potergli stare vicino, per celebrare con Lui la sua risurrezione, l'avvenimento che ci ha introdotto in una vita nuova. San Giovanni Paolo II ci ha invitati a riscoprire la domenica come un tempo speciale per Dio: «Non abbiate paura di dare il vostro tempo a Cristo! Sì, apriamo a Cristo il nostro tempo, perché Egli lo possa illuminare e indirizzare. Egli è colui che conosce il segreto del tempo e il segreto dell'eterno, e ci consegna il “suo giorno” come un dono sempre nuovo del suo amore»<sup>i</sup>.

Questa giornata possiamo chiamarla veramente la “pasqua della settimana”<sup>ii</sup>: la sua celebrazione dà

rilievo agli altri sei giorni. «La domenica è il fondamento e il nucleo di tutto l'anno liturgico»<sup>iii</sup>; da qui l'insistenza dei Romani Pontefici nel raccomandarne la celebrazione: «Tutte le domeniche andiamo a Messa, perché è il giorno proprio della risurrezione del Signore. Per questo la domenica è tanto importante per noi»<sup>iv</sup>.

## **Santificati dall'Eucaristia**

Fin dai primi tempi del cristianesimo la domenica riveste un significato speciale: «Secondo la tradizione apostolica, che trae origine dal giorno stesso della risurrezione di Cristo, la Chiesa celebra il mistero pasquale ogni otto giorni, in quello che si chiama giustamente il “giorno del Signore” o domenica»<sup>v</sup>. È un giorno nel quale il Signore parla in modo particolare al suo Popolo: «Rapito in estasi, nel giorno del Signore, udii dietro di me una voce

potente»<sup>vi</sup>, dice il veggente dell'Apocalisse. È un giorno nel quale i cristiani si riuniscono «a spezzare il pane»<sup>vii</sup>, come si racconta nel libro degli Atti degli Apostoli, in riferimento alla comunità di Troade. Celebrando insieme l'Eucaristia, i credenti si univano alla Passione salvifica di Cristo e adempivano il mandato di conservare questo memoriale, che sarebbe stato consegnato alle generazioni successive di cristiani come un tesoro preziosissimo: «*Ego enim accepi a Domino, quod et tradidi vobis...* Io ho ricevuto dal Signore quello che a mia volta vi ho trasmesso», diceva san Paolo a quelli di Corinto: «Ogni volta che mangiate di questo pane e bevete di questo calice, voi annunziate la morte del Signore finché egli venga»<sup>viii</sup>.

La lettera apologetica del martire san Giustino all'imperatore romano, a metà del II secolo, ci mostra l'ampia

prospettiva che la domenica andava acquistando nella coscienza della Chiesa: «Tutti noi ci riuniamo nel giorno del sole perché è il primo giorno nel quale Dio, traendo la materia dalle tenebre, creò il mondo; quello stesso giorno Gesù Cristo nostro Salvatore risuscitò dai morti»<sup>ix</sup>. Queste due meravigliose opere divine formano come un'unica pala d'altare, nella quale Cristo risuscitato occupa il posto centrale, perché Egli è il principio del rinnovamento di tutte le cose. Per questo la Chiesa chiede a Dio nella Veglia pasquale che «tutto il mondo veda e riconosca che tutto ciò che è distrutto si ricostruisce, ciò che è invecchiato si rinnova e tutto ritorna alla sua integrità, per mezzo del Cristo, che è principio di tutte le cose»<sup>x</sup>.

La celebrazione della domenica ha un tono festivo, perché Cristo ha vinto il peccato e vuole vincere il

peccato in noi, spezzare le catene che ci tengono lontano da Lui, che ci racchiudono nell'egoismo e nella solitudine. Così ci uniamo all'esclamazione giubilante che la Chiesa propone per questo giorno nella Liturgia delle ore: «*Hæc est dies, quam fecit Dominus: exsulemus et lætemur in ea*»<sup>xi</sup>: Questo è il giorno fatto dal Signore: rallegriamoci ed esultiamo in esso! Proviamo la gioia di saperci, grazie al battesimo, membra di Cristo che, nella sua glorificazione, ci unisce al Padre, presentandogli le nostre richieste e il nostro vivo desiderio di migliorare.

Questa gioia dell'incontro con il Signore che ci salva non è individualista: la celebriamo sempre uniti a tutta la Chiesa. Durante la Messa della domenica rafforziamo l'unità con gli altri membri della nostra comunità cristiana, così da essere alla fine «un solo corpo, un solo Spirito, come una sola è la

speranza alla quale siete stati chiamati, quella della vostra vocazione; un solo Signore, una sola fede, un solo battesimo. Un solo Dio padre di tutti, che è al di sopra di tutti, agisce per mezzo di tutti ed è presente in tutti»<sup>xii</sup>. Per questo, «l'assemblea domenicale è luogo privilegiato di unità»<sup>xiii</sup>, in modo speciale per le famiglie, che «vivono una delle espressioni più qualificate della loro identità e del loro “ministero” di “chiese domestiche”, quando i genitori partecipano con i loro figli all'unica mensa della Parola e del Pane di vita»<sup>xiv</sup>. Che bel quadro vediamo ogni domenica, quando nelle parrocchie e nei diversi luoghi di culto, si riuniscono le famiglie cristiane – padre, madre, figli, e anche i nonni – per adorare tutti insieme il Signore e crescere nella fede!

**Diventare più ricchi con la parola di Dio**

Il carattere festivo della celebrazione domenicale si riflette in alcuni elementi liturgici, come la seconda lettura prima del Vangelo, l'omelia, la professione di fede e – eccetto le domeniche di Avvento e di Quaresima – il *Gloria*. Naturalmente nella Messa domenicale è consigliato in modo particolare il canto, che riflette la gioia della Chiesa per la realtà della Risurrezione del Signore.

La liturgia della parola domenicale ha in sé una grande ricchezza, che culmina con la proclamazione del Vangelo. Così, durante il tempo ordinario e nel corso dei tre cicli annuali, la Chiesa ci propone una selezione ordinata di passi evangelici, che ci permettono di ripercorrere la vita del Signore. Prima abbiamo ricordato la storia dei nostri fratelli maggiori nella fede con la prima lettura nell'Antico Testamento durante il tempo ordinario, una lettura che in qualche



modo ha una relazione con il Vangelo, «per mettere in evidenza l'unità dei due Testamenti»<sup>xv</sup>. La seconda lettura, distribuita anch'essa nei tre anni, riguarda le lettere di san Paolo e di san Giacomo e ci fa capire come i primi cristiani vivevano la novità che Gesù era venuto a portarci.

In sostanza, la Chiesa, come buona Madre, ci offre un abbondante alimento spirituale della Parola di Dio, che sollecita da ciascuno una risposta di preghiera durante la Messa e, dopo, una serena accoglienza delle vicende della vita. «Penso che tutti possiamo migliorare un po' su questo aspetto: diventare tutti più ascoltatori della Parola di Dio, per essere meno ricchi di nostre parole e più ricchi delle sue Parole»<sup>xvi</sup>. Per aiutarci ad assimilare questo alimento, ogni domenica il sacerdote pronuncia una omelia nella quale, alla luce del mistero

pasquale, spiega il significato delle letture del giorno, e specialmente del Vangelo: una scena della vita di Gesù, il suo dialogo con gli uomini, i suoi insegnamenti salvifici. In tal modo l'omelia ci aiuta a partecipare più intensamente alla liturgia eucaristica e a comprendere che ciò che celebriamo si proietta ben oltre la fine della Messa, trasformando la nostra vita quotidiana: il lavoro, lo studio, la famiglia...

## **Più che un precetto, una necessità cristiana**

La santa Messa è una necessità per un cristiano. Come potremmo farne a meno, se, come insegna il Concilio Vaticano II, «ogni volta che il sacrificio della croce, “con il quale Cristo, nostro agnello pasquale, è stato immolato” (1 Cor 5, 7), viene celebrato sull'altare, si effettua l'opera della nostra redenzione»<sup>xvii</sup>?  
*«Quoties sacrificium crucis, quo*

*“Pascha nostrum immolatus est Christus” in altari celebratur, opus nostrae redemptionis exercetur»:* l’efficacia santificatrice della Messa non si limita alla durata della sua celebrazione, ma si estende a tutti i nostri pensieri, parole e opere, di modo che essa è «il centro e la radice della vita spirituale del cristiano»<sup>xviii</sup>.

Dice ancora san Josemaría: «Forse qualche volta ci siamo domandati come poter corrispondere a tanto amor di Dio, e forse vorremmo vedere esposto chiaramente un programma di vita cristiana. La soluzione è facile e alla portata di tutti i fedeli: partecipare con amore alla Santa Messa, imparare nella Messa a mettersi in rapporto con Dio, perché in questo Sacrificio è contenuto tutto ciò che il Signore vuole da noi»<sup>xix</sup>.

*«Sine Dominico non possumus:* noi non possiamo stare senza la cena del

Signore», dicevano gli antichi martiri di Abitine<sup>xx</sup>. La Chiesa ha attuato questa necessità nel precetto di partecipare alla Messa la domenica e le altre feste di precetto<sup>xxi</sup>. In questo modo adempiamo anche il comandamento del Decalogo: «Ricordati del giorno di sabato per santificarlo: sei giorni faticherai e farai ogni tuo lavoro; ma il settimo giorno è il sabato in onore del Signore, tuo Dio»<sup>xxii</sup>. Noi cristiani adempiamo questo precetto nel celebrare la domenica, giorno della risurrezione di Gesù.

## **Il riposo della domenica**

La domenica è una giornata da santificare in onore del Signore. Rivolgiamo lo sguardo al nostro Creatore, riposando dal lavoro abituale, come ci insegna la Bibbia: «In sei giorni il Signore ha fatto il cielo e la terra e il mare e quanto è in essi, ma si è riposato il settimo

giorno. Perciò il Signore ha benedetto il giorno di sabato e lo ha dichiarato sacro»<sup>xxiii</sup>. Anche se disporre di un giorno la settimana per riposare si può giustificare con motivi puramente umani, come un bene per la persona, la famiglia e la società intera, non dobbiamo dimenticare che il comandamento divino va ben oltre. «Il riposo divino del settimo giorno non allude a un Dio inoperoso, ma sottolinea la pienezza della realizzazione compiuta e quasi esprime la sosta di Dio di fronte all'opera “molto buona” (*Gn* 1, 31), uscita dalle sue mani, per volgere a essa uno sguardo colmo di gioioso compiacimento»<sup>xxiv</sup>.

La medesima rivelazione nell'Antico Testamento aggiunge un altro motivo della santificazione del settimo giorno: «Ricordati che sei stato schiavo nel paese d'Egitto e che il Signore tuo Dio ti ha fatto uscire di là con mano potente e braccio teso;

perciò il Signore tuo Dio ti ordina di osservare il giorno di sabato»<sup>xxv</sup>.

Proprio per questo, perché la risurrezione gloriosa di Cristo è il compimento perfetto delle promesse dell'Antico Testamento e perché con essa la storia della salvezza, che era cominciata agli inizi del genere umano, ha raggiunto il suo punto culminante, i primi cristiani cominciarono a commemorare il giorno della settimana in cui Cristo è risuscitato come il giorno di festa settimanale da santificare in onore del Signore.

La prodigiosa liberazione degli israeliti è una figura di ciò che Cristo ha fatto con la sua Chiesa mediante il mistero pasquale: ci libera dal peccato, ci aiuta a superare le nostre cattive inclinazioni. Perciò possiamo dire che la domenica è un giorno speciale per vivere la libertà dei figli di Dio: una libertà che ci permette di adorare il Padre e di vivere la

fraternità cristiana cominciando da quanti ci stanno più vicino.

«Attraverso il riposo domenicale, le preoccupazioni e i compiti quotidiani possono ritrovare la loro giusta dimensione: le cose materiali per le quali ci agitiemo lasciano posto ai valori dello spirito; le persone con le quali viviamo riprendono, nell'incontro e nel dialogo più pacato, il loro vero volto»<sup>xxvi</sup>. Non si tratta di non fare nulla o limitarsi ad attività praticamente inutili; al contrario: «L'istituzione del giorno del Signore contribuisce a dare a tutti la possibilità di godere di sufficiente riposo e tempo libero che permetta loro di curare la vita familiare, culturale, sociale e religiosa»<sup>xxvii</sup>. Soprattutto è una giornata che permette di dedicare alla famiglia il tempo e l'attenzione che forse non riusciamo a dedicare a sufficienza in altri giorni della settimana.

In definitiva, la domenica non è il giorno da riservare a se stessi, per concentrarsi nei propri piaceri e nei propri interessi. «Dalla Messa domenicale parte un'onda di carità, destinata a espandersi in tutta la vita dei fedeli, iniziando ad animare il modo stesso di vivere il resto della domenica. Se essa è giorno di gioia, occorre che il cristiano dica con i suoi concreti atteggiamenti che non si può essere felici “da soli”. Egli si guarda attorno per individuare le persone che possono aver bisogno della sua solidarietà»<sup>xxviii</sup>. La Messa della domenica è una forza che ci muove a uscire da noi stessi, perché l'Eucaristia è il sacramento della carità, dell'amore di Dio e del prossimo per Dio. Ora si capisce come mai nel primo giorno della settimana san Josemaría sentiva dentro di sé una particolare vibrazione trinitaria: «La domenica – diceva – va bene lodare la Trinità: gloria al Padre, gloria al Figlio, gloria



allo Spirito Santo. Io sono solito aggiungere: e gloria a Santa Maria. E... è una cosa puerile, però non m'importa nulla: anche a san Giuseppe»<sup>xxix</sup>.

## ***Carlos Ayxelà***

i San Giovanni Paolo II, Lettera Apostolica *Dies Domini*, 31-V-1998, n. 7.

ii San Giovanni Paolo II, Lettera Apostolica *Novo millennio ineunte*, 6-I-2001, n. 35.

iii Concilio Vaticano II, Costituzione *Sacrosanctum Concilium*, n. 106.

iv Papa Francesco, *Udienza*, 5-II-2014.

v Concilio Vaticano II, Costituzione *Sacrosanctum Concilium*, n. 106.

vi *Ap* 1, 10.

vii *At* 20, 7.

viii 1 Cor 11, 23.27.

ix San Giustino, *Apologia* I, 67. 7.

x *Messale Romano*, Veglia Pasquale, preghiera dopo la 7<sup>a</sup> lettura.

xi *Sal* 117 [118], 24.

xii *Ef* 4, 4-6.

xiii San Giovanni Paolo II, Lettera Apostolica *Dies Domini*, 31-V-1998, n. 36.

xiv *Ibidem*.

xv Introduzione al Lezionario della Messa, n. 106.

xvi Papa Francesco, *Discorso*, 4-X-2013.

xvii Concilio Vaticano II, Costituzione dogmatica *Lumen gentium*, n. 3.

xviii San Josemaría, *È Gesù che passa*, n. 87.

xix San Josemaría, *È Gesù che passa*, n. 88.

xx Cfr. San Giovanni Paolo II, Lettera Apostolica *Dies Domini*, 31-V-1998, n. 46.

xxi Cfr. *Codice di Diritto Canonico*, can. 1247.

xxii *Es* 20, 8-10.

xxiii *Es* 20, 11.

xxiv San Giovanni Paolo II, Lettera Apostolica *Dies Domini*, 31-V-1998, n. 11.

xxv *Dt* 5, 15.

xxvi San Giovanni Paolo II, Lettera Apostolica *Dies Domini*, 31-V-1998, n. 67.

xxvii *Catechismo della Chiesa Cattolica*, n. 2184.

xxviii San Giovanni Paolo II, Lettera Apostolica *Dies Domini*, 31-V-1998, n. 72.

xxix San Josemaría, *Appunti presi durante una riunione familiare*, 29-V-1974.

---

pdf | documento generato  
automaticamente da [https://  
opusdei.org/it-ch/article/tempo-  
ordinario-la-domenica-giorno-del-  
signore-e-gioia-dei-cristiani/](https://opusdei.org/it-ch/article/tempo-ordinario-la-domenica-giorno-del-signore-e-gioia-dei-cristiani/)  
(25/01/2026)