

Marco 12

29 Gesù disse: «Il primo (comandamento) è:
Ascolta, Israele.

Il Signore Dio nostro è l'unico Signore;

30 amerai dunque il Signore Dio tuo

con tutto il tuo cuore, con tutta la tua mente
e con tutta la tua forza.

31 E il secondo è questo:

Amerai il prossimo tuo come te stesso.

Efesini 4

17 Vi dico dunque
e vi scongiuro nel Signore:

non comportatevi più come i pagani

nella vanità della loro mente,

18 accecati nei loro pensieri,
estranei alla vita di Dio

a causa dell'ignoranza che è in loro,
e per la durezza del loro cuore.

19 Diventati così insensibili,
si sono abbandonati alla dissolutezza,

commettendo ogni sorta di impurità
con avidità insaziabile.

20 Ma voi non così
avete imparato a conoscere Cristo,

21 se proprio gli avete dato ascolto
e in lui siete stati istruiti,
secondo la verità che è in Gesù,

22 per la quale **dovete deporre l'uomo vecchio**
con la condotta di prima,

l'uomo che si corrompe
dietro le passioni ingannatrici

Efesini 4

23 e dovete rinnovarvi
nello spirito della vostra mente

24 e rivestire l'uomo nuovo,
creato secondo Dio
nella giustizia e nella santità vera.

25 Perciò, bando alla menzogna:
dite ciascuno la verità al proprio prossimo;
perché siamo membra gli uni degli altri.

26 Nella rabbia, non peccate;

***non tramonti il sole sopra la vostra ira,**
27 e non date occasione al diavolo.

***Non andate a dormire**
con la rabbia nel cuore.

28 Chi è avvezzo a rubare non rubi più,
anzi si dia da fare
lavorando onestamente con le proprie mani,
per farne parte a chi si trova in necessità.

29 Nessuna parola cattiva
esca più dalla vostra bocca;
ma piuttosto, parole buone

che possano servire
per la necessaria edificazione,
giovando a quelli che ascoltano.

30 E non vogliate rattristare lo Spirito Santo di Dio,
col quale foste segnati
per il giorno della redenzione.

31 Scompaiano totalmente da voi
asprezza, collera, rabbia,
urla ed insulti
con ogni sorta di cattiveria

grida ed offese
con ogni sorta di malignità

32 Siate invece benevoli gli uni verso gli altri,
misericordiosi,

perdonandovi a vicenda
come Dio ha perdonato a voi in Cristo.

Efesini 5

1 Fatevi dunque imitatori di Dio,
quali figli carissimi,

2 e camminate ***nell'amore,**
nel modo che anche Cristo vi ha amato
e ha dato se stesso per noi,
offrendosi a Dio in sacrificio di soave odore.

***nella carità**

3 Quanto alla fornicazione
e a ogni specie di impurità o cupidigia,
neppure se ne parli tra voi,
come si addice a santi;

4 lo stesso si dica per volgarità,
insulsaggini, trivialità:
cose tutte sconvenienti.
Si rendano invece azioni di grazie!

5 Perché, sappiatelo bene,
nessun fornicatore, o impuro, o avaro
- che è roba da idolatri -
avrà parte al regno di Cristo e di Dio.

6 Nessuno vi inganni con vani ragionamenti:
per queste cose infatti piomba l'ira di Dio
sopra coloro che gli resistono.

7 Non abbiate quindi niente in comune con loro.

8 Se un tempo eravate tenebra,
ora siete luce nel Signore.

Comportatevi perciò come i figli della luce;

9 il frutto della luce consiste
in ogni bontà, giustizia e verità.

10 Cercate (*di capire) ciò che è gradito al Signore,

***CeI 08**

11 e non partecipate
alle opere infruttuose delle tenebre,
ma piuttosto condannatele apertamente,

Efesini 5

12 poiché di quanto viene fatto da costoro
in segreto
è vergognoso perfino parlare.

13 Tutte queste cose
che vengono apertamente condannate
sono rivelate dalla luce,
perché tutto quello che si manifesta è luce.

14 Per questo sta scritto:
«Svegliati, o tu che dormi,
destati dai morti e Cristo ti illuminerà».

15 **Vigilate dunque attentamente
sulla vostra condotta,**

**comportandovi non da stolti,
ma da uomini saggi;**

16 approfittando del tempo presente,
perché i giorni sono cattivi.

17 Non siate perciò sconsiderati,
ma sappiate comprendere la volontà di Dio.

18 E non ubriacatevi di vino,
il quale porta alla sfrenatezza,
ma siate ricolmi dello Spirito,

19 intrattenendovi a vicenda
con salmi, inni, cantici nello spirito

cantando e inneggiando al Signore
con tutto il vostro cuore,

20 **rendendo continuamente grazie
per ogni cosa
a Dio Padre,**

**nel nome del Signore nostro
Gesù Cristo.**