

# Ascolta & Medita

Meditazione Quotidiana della Parola di Dio



## Aprile

2023 - Anno XVIII

Centro Pastorale per l'Evangelizzazione e la Catechesi

**Direttore responsabile**

Mons. Simone Giusti, vescovo della diocesi di Livorno

**Segreteria di redazione**

Andrea Ferrato

don Federico Franchi

Giovanni Mascellani

don Claudio Masini

**Revisione ed impaginazione**

Giovanni Mascellani

Irene Regini

**Copertina**

Andrea Ferrato

**Ufficio abbonamenti**

Centro Pastorale per l'Evangelizzazione e la Catechesi

Piazza Arcivescovado, 18 – 56126 – Pisa

[ufficiocatechisticopisa@gmail.com](mailto:ufficiocatechisticopisa@gmail.com)

**In copertina**

Domenico Cresti detto il Passignano,

*Santa Caterina da Siena riceve le stimmate*, sec. XVII.

Pisa, chiesa di Santa Cristina.

Ufficio diocesano per i beni culturali di Pisa, archivio fotografico.

# **Ascolta e Medita**

*Aprile 2023*

Questo numero è stato curato da  
**Centro Diocesano per le Vocazioni di Pisa**

Arcidiocesi di Pisa  
Centro Pastorale per l'Evangelizzazione e la Catechesi

## Preghiera Iniziale

Il Signore ci custodisce come un pastore il suo gregge.

Ascoltate, genti, la parola del Signore,  
annunciàtela alle isole più lontane e dite:

“Chi ha disperso Israele lo raduna  
e lo custodisce come un pastore il suo gregge”.

Perché il Signore ha riscattato Giacobbe,  
lo ha liberato dalle mani di uno più forte di lui.  
Verranno e canteranno inni sull’altura di Sion,  
andranno insieme verso i beni del Signore.

La vergine allora gioirà danzando  
e insieme i giovani e i vecchi.

“Cambierò il loro lutto in gioia,  
li consolerò e li renderò felici, senza afflizioni”.

*(Geremia 31, 10–12b.13)*

## Dal Vangelo

secondo Giovanni (11, 45–56)

---

### *Ascolta*

In quel tempo, molti dei Giudei che erano venuti da Maria, alla vista di ciò che Gesù aveva compiuto, [ossia la risurrezione di Lazzaro,] credettero in lui. Ma alcuni di loro andarono dai farisei e riferirono loro quello che Gesù aveva fatto.

Allora i capi dei sacerdoti e i farisei riunirono il sinèdrio e dissero: «Che cosa facciamo? Quest’uomo compie molti segni. Se lo lasciamo continuare così, tutti crederanno in lui, verranno i Romani e distruggeranno il nostro tempio e la nostra nazione».

Ma uno di loro, Caifa, che era sommo sacerdote quell’anno, disse loro: «Voi non capite nulla! Non vi rendete conto che è conveniente per voi che un solo uomo muoia per il popolo, e non vada in rovina la nazione intera!». Questo però non lo disse da se stesso, ma, essendo sommo sacerdote quell’anno, profetizzò che Gesù doveva morire per la nazione; e non soltanto per la nazione, ma anche per riunire insieme i figli di Dio che erano dispersi. Da quel giorno dunque decisero di ucciderlo.

Gesù dunque non andava più in pubblico tra i Giudei, ma da lì si ritirò nella regione vicina al deserto, in una città chiamata Èfraim, dove rimase con i discepoli.

Era vicina la Pasqua dei Giudei e molti dalla regione salirono a Gerusalemme prima della Pasqua per purificarsi. Essi cercavano Gesù e, stando nel tempio, dicevano tra loro: «Che ve ne pare? Non verrà alla festa?».

Il potere di Gesù di richiamare alla vita deriva dall'autorità che Gli conferisce il Padre, nel momento in cui Egli, il Figlio prediletto, matura la piena disponibilità a deporre la sua propria vita perché qualcun altro viva. Dunque il miracolo della resurrezione è di chi in risposta ad un disegno d'amore decide di non tenere più la vita per sé, ma decide di donarla per amore. Attraverso Lazzaro, il fratello di Marta e di Maria, Gesù ha manifestato appieno la sua signoria sulla vita e sulla morte, e ha reso questo miracolo il "segno" più eloquente di tutti. La vita di Gesù è ormai totalmente nelle mani degli uomini, la sua vicenda è pienamente inserita nella storia del popolo eletto, alla quale dà spessore e compimento. Tutti parlano di Lui e tutti lo cercano, chi per eliminarlo come scomodo sovvertitore delle tradizioni patrie, chi per osannarlo e acclamarlo re.

**Per  
riflettere**

*Le parole inconsapevolmente profetiche di Caifa ci mostrano che la storia è saldamente nelle mani di Dio. Oggi voglio progredire nella docilità ad accettare quanto il Signore ha stabilito per me, abbandonandomi con fiducia alla sua volontà. (Don Enrico Emili)*

## Preghiera Finale

Eccoci, Signore Gesù:  
con mani e cuore aperto,  
veniamo a te,  
perché da te  
vorremmo imparare  
la bellezza della fede,  
la vertigine del credere.  
Quello che le tue parole  
e i tuoi gesti insegnano  
ha poco a che fare  
con la nostra normalità.  
Ma noi vogliamo credere,  
Maestro Buono;  
vogliamo imparare  
a fidarci di Dio.  
Accresci in noi la fede.  
Amen.

# Domenica

## 2 aprile 2023

Is 50, 4-7; Sal 21; Fil 2, 6-11; Mt 26, 14-27, 66  
*Domenica delle Palme*

---

## Preghiera Iniziale

Si fanno beffe di me quelli che mi vedono,  
storcono le labbra, scuotono il capo:  
«Si rivolga al Signore; lui lo liberi,  
lo porti in salvo, se davvero lo ama!».  
Si dividono le mie vesti,  
sulla mia tunica gettano la sorte.  
Ma tu, Signore, non stare lontano,  
mia forza, vieni presto in mio aiuto.  
Annuncerò il tuo nome ai miei fratelli,  
ti loderò in mezzo all'assemblea.  
Lodate il Signore, voi suoi fedeli,  
gli dia gloria tutta la discendenza di Giacobbe,  
lo tema tutta la discendenza d'Israele.  
*(Salmo 21)*

---

## Dal Vangelo

secondo Matteo (21, 1-11)

### *Ascolta*

*Riportiamo il Vangelo letto durante la Processione delle Palme*

Quando furono vicini a Gerusalemme e giunsero presso Bètfrage, verso il monte degli Ulivi, Gesù mandò due discepoli, dicendo loro: «Andate nel villaggio di fronte a voi e subito troverete un'asina, legata, e con essa un puledro. Slegateli e conduceteli da me. E se qualcuno vi dirà qualcosa, rispondete: "Il Signore ne ha bisogno, ma li rimanderà indietro subito"». Ora questo avvenne perché si compisse ciò che era stato detto per mezzo del profeta: «Dite alla figlia di Sion: "Ecco, a te viene il tuo re, mite, seduto su un'asina e su un puledro, figlio di una bestia da soma"».

I discepoli andarono e fecero quello che aveva ordinato loro Gesù: condussero l'asina e il puledro, misero su di essi i mantelli ed egli vi si pose a sedere. La folla, numerosissima, stese i propri mantelli sulla strada, mentre altri tagliavano rami dagli alberi e li stendevano sulla strada. La folla che lo precedeva e quella che lo seguiva, gridava: «Osanna al figlio di Davide! Benedetto colui che viene nel nome del Signore! Osanna nel più alto dei cieli!».

Mentre egli entrava in Gerusalemme, tutta la città fu presa da agitazione e diceva: «Chi è costui?». E la folla rispondeva: «Questi è il profeta Gesù, da Nàzaret di Galilea».

Il racconto evangelico ci presenta la folla che acclama questo Maestro che dalla Galilea ora entra in Gerusalemme con i suoi discepoli incontro al suo destino. C'è una folla che lo osanna come nuovo re, e fa gesti di giubilo e sottomissione, gettando come segno il proprio mantello al suo passaggio. Sembra un trionfo per Gesù, ma è anche un enorme malinteso. Infatti non passeranno che pochi giorni e tutta quella folla passerà dall'esaltare Gesù alla sua condanna e rifiuto, preferendo un malfattore, Barabba, al suo posto. Possiamo ben immaginare quello che c'è nel cuore di Gesù, che si sente ancora di più solo, attorniato da una folla che non ha capito chi è veramente e quale è la sua missione, e come si senta triste entrando nella città santa che, alla fine, fisicamente lo rifiuterà facendolo morire fuori dalle sue mura sul Calvario. La "liturgia" che il popolo riserva a Gesù che entra in Gerusalemme in fondo è falsa e celebra più la non fede che la fede in Gesù. Ma Gesù non torna indietro e non si ferma davanti al progressivo abbandono e rifiuto che sperimenterà anche dai suoi stessi amici. Gesù compie il suo cammino nonostante tutto, anzi lo compie proprio per guarire la fede fragile del popolo e dei suoi amici. Gesù si immerge nel male del suo tempo per guarirlo, anche nelle sue celebrazioni e tradizioni. Allora anche per noi questa Settimana Santa che stiamo per iniziare possa essere un'occasione per immergerci ancora di più dentro Gesù stesso, dentro la sua esperienza umana e spirituale facendola nostra, sulla nostra stessa carne.

**Per  
riflettere**

*Gesù «svuotò se stesso, assumendo una condizione di servo» (Fil 2, 7). Lasciamoci introdurre da queste parole dell'apostolo Paolo nei giorni santi, dove la Parola di Dio, come un ritornello, mostra Gesù come servo. Dio ci ha salvato servendoci. In genere pensiamo di essere noi a servire Dio. No, è Lui che ci ha serviti gratuitamente, perché ci ha amati per primo. È difficile amare senza essere amati. Ed è ancora più difficile servire se non ci lasciamo servire da Dio. (Papa Francesco)*

## Preghiera Finale

Signore Gesù, noi ti benediciamo e ti rendiamo grazie,  
perché nella notte in cui sei stato tradito e abbandonato dai tuoi discepoli  
non ti sei tirato indietro,  
ma, al contrario, hai detto il tuo sì incondizionato al Padre  
e ci hai donato la tua vita  
accettando di morire in croce per noi.  
Ascolta la nostra preghiera perché, nonostante le nostre infedeltà,  
il tuo dono d'amore si rinnovi in questi giorni anche per noi.  
Tu che vivi e regni nei secoli dei secoli.

---

## Preghiera Iniziale

Il Signore è mia luce e mia salvezza,  
di chi avrò paura?  
Il Signore è difesa della mia vita,  
di chi avrò timore?  
Ascolta, Signore, la mia voce.  
Io grido: abbi pietà di me! Rispondimi.  
Di te ha detto il mio cuore: «Cercate il suo volto»;  
il tuo volto, Signore, io cerco.  
Non nascondermi il tuo volto,  
non respingere con ira il tuo servo.  
Sei tu il mio aiuto, non lasciarmi,  
non abbandonarmi, Dio della mia salvezza.  
*(Salmo 26)*

---

## Dal Vangelo

secondo Giovanni (12, 1-11)

### *Ascolta*

Sei giorni prima della Pasqua, Gesù andò a Betània, dove si trovava Lazzaro, che egli aveva risuscitato dai morti. E qui fecero per lui una cena: Marta serviva e Lazzaro era uno dei commensali. Maria allora prese trecento grammi di profumo di puro nardo, assai prezioso, ne cosparses i piedi di Gesù, poi li asciugò con i suoi capelli, e tutta la casa si riempì dell'aroma di quel profumo.

Allora Giuda Iscariòta, uno dei suoi discepoli, che stava per tradirlo, disse: «Perché non si è venduto questo profumo per trecento denari e non si sono dati ai poveri?». Disse questo non perché gli importasse dei poveri, ma perché era un ladro e, siccome teneva la cassa, prendeva quello che vi mettevano dentro. Gesù allora disse: «Lasciala fare, perché ella lo conservi per il giorno della mia sepoltura. I poveri infatti li avete sempre con voi, ma non sempre avete me».

Intanto una grande folla di Giudei venne a sapere che egli si trovava là e accorse, non solo per Gesù, ma anche per vedere Lazzaro che egli aveva risuscitato dai morti. I capi dei sacerdoti allora decisero di uccidere anche Lazzaro, perché molti Giudei se ne andavano a causa di lui e credevano in Gesù.



La Settimana Santa, la Settimana della Passione di Gesù, comincia qui, a Betania, in casa di Lazzaro, di Marta e di Maria. Sono gli amici di Gesù, da sempre. Qui a Betania Gesù si sente a casa. Ha sempre avuto bisogno di questi amici, ha sempre avuto un'accoglienza speciale e questi amici hanno sempre avuto un posto speciale nel cuore di Gesù: quando Lazzaro morì, Gesù pianse.

È proprio in questo ambiente, che per Gesù è “casa” e “famiglia”, che ha luogo questo gesto gratuito, eccessivo, quasi insensato: Maria usa trecento grammi di profumo di nardo—dunque una quantità che aveva un elevatissimo valore economico—per ungerne i piedi di Gesù. Questo gesto suscita lo scandalo di Giuda e di tutti quelli che pensano ai poveri solo quando sono utili per averne un qualche vantaggio.

Maria invece racchiude in questo gesto generoso una profezia d'amore: il profumo dell'olio usato per cospargere i piedi di Gesù si espande per tutta la casa, diventando così segno di una morte certa—infatti con il nardo venivano unti i corpi per la sepoltura—ma anche di una grazia infinita che pervade l'intera vita degli uomini.

Maria sembra essere l'unica davvero in linea con il dono d'amore che Gesù sta per compiere: è l'unica a parlare lo stesso linguaggio di Gesù, quello della pienezza e della gratuità. La reazione di Giuda e dei capi dei sacerdoti non dovrebbe sorprenderci: l'amore vero è sempre scandaloso.

Allora anche noi entriamo in questa Settimana Santa accompagnati dal profumo del nardo di Maria, dall'immagine di questo aroma che si espande fino ad arrivare addirittura sotto la croce. Sarà questo il modo migliore per tenere lontane le continue immagini di disperazione e rassegnazione che ci vorrebbero distogliere dal profumo della vita che Cristo ci è venuto a donare con la sua Risurrezione.

**Per  
riflettere**

*Anche noi come Maria, in questa settimana, proviamo a dedicare qualche azione di pura gratuità all'amore di Dio: mezz'ora di adorazione, un piccolo servizio di volontariato, un mazzo di fiori da regalare ad un amico triste. Qualcosa di totalmente gratuito, senza secondi fini, che possa ancora una volta testimoniare il desiderio di imitare questo Dio che senza misura si dona, senza calcolo, offrendo la sua vita per la nostra salvezza.*

## Preghiera Finale

O alto e glorioso Dio,  
illumina le tenebre del cuore mio.  
Dammi una fede retta, speranza certa,  
carità perfetta e umiltà profonda.  
Dammi, Signore, senno e discernimento  
per compiere la tua vera e santa volontà. Amen!  
(San Francesco d'Assisi)

---

## Preghiera Iniziale

In te, Signore, mi sono rifugiato, mai sarò deluso.  
Per la tua giustizia, liberami e difendimi, tendi a me il tuo orecchio e salvami.  
Sii tu la mia roccia, una dimora sempre accessibile;  
hai deciso di darmi salvezza: davvero mia rupe e mia fortezza tu sei!  
Mio Dio, liberami dalle mani del malvagio.  
Sei tu, mio Signore, la mia speranza,  
la mia fiducia, Signore, fin dalla mia giovinezza.  
Su di te mi appoggiai fin dal grembo materno, dal seno di mia madre sei tu il mio sostegno.  
La mia bocca racconterà la tua giustizia, ogni giorno la tua salvezza, che io non so misurare.  
Fin dalla giovinezza, o Dio, mi hai istruito e oggi ancora proclamo le tue meraviglie.

---

## Dal Vangelo

secondo Giovanni (13, 21–33.36–38)

---

### *Ascolta*

In quel tempo, [mentre era a mensa con i suoi discepoli,] Gesù fu profondamente turbato e dichiarò: «In verità, in verità io vi dico: uno di voi mi tradirà». I discepoli si guardavano l'un l'altro, non sapendo bene di chi parlasse. Ora uno dei discepoli, quello che Gesù amava, si trovava a tavola al fianco di Gesù. Simon Pietro gli fece cenno di informarsi chi fosse quello di cui parlava. Ed egli, chinandosi sul petto di Gesù, gli disse: «Signore, chi è?». Rispose Gesù: «È colui per il quale intingerò il boccone e glielo darò». E, intinto il boccone, lo prese e lo diede a Giuda, figlio di Simone Iscariòta. Allora, dopo il boccone, Satana entrò in lui. Gli disse dunque Gesù: «Quello che vuoi fare, fallo presto».

Nessuno dei commensali capì perché gli avesse detto questo; alcuni infatti pensavano che, poiché Giuda teneva la cassa, Gesù gli avesse detto: «Compra quello che ci occorre per la festa», oppure che dovesse dare qualche cosa ai poveri. Egli, preso il boccone, subito uscì. Ed era notte.

Quando fu uscito, Gesù disse: «Ora il Figlio dell'uomo è stato glorificato, e Dio è stato glorificato in lui. Se Dio è stato glorificato in lui, anche Dio lo glorificherà da parte sua e lo glorificherà subito. Figlioli, ancora per poco sono con voi; voi mi cercherete ma, come ho detto ai Giudei, ora lo dico anche a voi: dove vado io, voi non potete venire».

Simon Pietro gli disse: «Signore, dove vai?». Gli rispose Gesù: «Dove io vado, tu per ora non puoi seguirmi; mi seguirai più tardi». Pietro disse: «Signore, perché non posso seguirti ora? Darò la mia vita per te!». Rispose Gesù: «Darai la tua vita per me? In verità, in verità io ti dico: non canterà il gallo, prima che tu non m'abbia rinnegato tre volte».

«Gesù fu profondamente turbato»: ma non è il suo destino a turbare Gesù. Proprio all'inizio della cena aveva dichiarato infatti: «Ho desiderato ardentemente di mangiare questa Pasqua con voi, prima della mia passione» (Lc 22, 15). Il suo turbamento è espressione del suo amore per i discepoli, uno dei quali lo tradirà, un altro lo rinnegherà e tutti, comunque, lo abbandoneranno. Il Maestro non è ripiegato su sé stesso, anche nel momento più doloroso il suo pensiero è tutto rivolto ai discepoli.

«Uno di voi mi tradirà»: non è facile dire queste parole. Gesù non parla dei farisei che fin dall'inizio lo hanno avversato, non si riferisce ai sommi sacerdoti che tramano contro di Lui. «Uno di voi» significa: uno che ha condiviso con Lui il ministero pubblico, ha ascoltato le sue parole, ha visto i segni da Lui compiuti. Ma non c'è traccia di sdegno nelle parole di Gesù, c'è solo una grande amarezza, perché staccandosi da Lui, Giuda rovina la sua vita. Quella sera Gesù offre a Giuda l'opportunità di fare un passo indietro: mentre Giuda si sente sempre più lontano e separato dal maestro, Gesù lo invita a una comunione profonda e familiare, attraverso il semplice gesto del "boccone". Ma Giuda si può solo convertire alla volontà di Dio abbandonando peccato, vizio e adorazione del denaro.

«Darò la mia vita per te!» esclama appassionatamente Pietro. Già risuonano nell'orecchio di Gesù i successivi ripetuti disconoscimenti di Pietro, quel Pietro al quale Gesù aveva detto: «Tu sei Pietro e su questa pietra edificherò la mia chiesa» (Mt 16, 18). Ma nell'orecchio di Gesù risuona anche il suo pianto, dopo il canto del gallo che Gesù gli ha preconizzato come segnale di ravvedimento.

**Per  
riflettere**

*Cerchiamo il cuore, l'amore e lo sguardo di Gesù e facciamoci riscaldare dalla Sua carezza e dalla Sua tenerezza, come nell'immagine di Gesù che cogliamo in questo Vangelo: uno dei suoi discepoli, il "discepolo che Lui amava" che appare, con "il capo reclinato sul suo petto". È l'immagine della dolcezza di Gesù, della sua tenerezza infinita, della sua mitezza di fronte alla storia che lo conduce alla morte.*

## Preghiera Finale

Signore, che il gallo canti per noi  
tutte le volte che ci allontaniamo da Te con il peccato,  
affinché ce ne rendiamo conto e ritorniamo vicino a Te.

---

## Preghiera Iniziale

Dio, tu conosci la mia stoltezza  
e i miei errori non ti sono nascosti.  
Chi spera in te, per colpa mia non sia confuso,  
Signore, Dio degli eserciti;  
per causa mia non si vergogni  
chi ti cerca, Dio d'Israele.  
*(Salmo 68)*

---

## Dal Vangelo

secondo Matteo (26, 14–25)

---

### *Ascolta*

In quel tempo, uno dei Dodici, chiamato Giuda Iscariòta, andò dai capi dei sacerdoti e disse: «Quanto volete darmi perché io ve lo consegno?». E quelli gli fissarono trenta monete d'argento. Da quel momento cercava l'occasione propizia per consegnare Gesù.

Il primo giorno degli Àzzimi, i discepoli si avvicinarono a Gesù e gli dissero: «Dove vuoi che prepariamo per te, perché tu possa mangiare la Pasqua?». Ed egli rispose: «Andate in città da un tale e ditegli: “Il Maestro dice: Il mio tempo è vicino; farò la Pasqua da te con i miei discepoli”». I discepoli fecero come aveva loro ordinato Gesù, e prepararono la Pasqua.

Venuta la sera, si mise a tavola con i Dodici. Mentre mangiavano, disse: «In verità io vi dico: uno di voi mi tradirà». Ed essi, profondamente rattristati, cominciarono ciascuno a domandargli: «Sono forse io, Signore?». Ed egli rispose: «Colui che ha messo con me la mano nel piatto, è quello che mi tradirà. Il Figlio dell'uomo se ne va, come sta scritto di lui; ma guai a quell'uomo dal quale il Figlio dell'uomo viene tradito! Meglio per quell'uomo se non fosse mai nato!». Giuda, il traditore, disse: «Rabbi, sono forse io?». Gli rispose: «Tu l'hai detto».

All'interno di questo capitolo evangelico, l'iniziativa di Giuda di consegnare Gesù appare quasi improvvisa. Probabilmente egli era uno di quei discepoli indignati col Maestro per lo "spreco" di profumo con cui la donna unge il capo di Gesù. Episodio di cui Matteo narra immediatamente prima. Ma può questo bastare a comprendere cosa l'abbia spinto a venderlo per trenta monete d'argento? Forse voleva spingerlo a rivelarsi come re potente, forse credeva che dopo un confronto diretto coi capi dei sacerdoti sarebbe stato definitivamente accettato, forse aveva semplicemente bisogno di soldi per ripagare qualche debito... Ognuno di noi ha le sue motivazioni per consegnare il Maestro. Ognuno di noi è tentato da scendere a compromessi coi valori alti, giusti e belli in un qualche momento di sconforto o delusione. Probabilmente senza nemmeno esserne consapevoli: «Rabbi, sono forse io?» appare una domanda sciocca. Ma siamo sicuri che Giuda si sia reso conto di ciò che faceva?

Noi tutti, discepoli di Cristo, siamo chiamati a dare la nostra testimonianza, eppure non sempre brilliamo in questo. Domandiamoci allora anche noi: «Sono forse io a tradire il Maestro? Con le mie parole e le mie azioni, comunico il suo messaggio e la sua salvezza?».

## Per riflettere

***“Tutto ha un prezzo”. È una frase che forse sentiamo ripetere solo nei film, ma che probabilmente pensiamo nei momenti in cui siamo più cinici, o che percepiamo sottesa alla mentalità consumista che caratterizza la nostra società. È davvero così? Cosa non svenderei per nulla al mondo?***

## Preghiera Finale

Oggi Ti ho incontrato, ma ho cambiato strada, perché avevo fretta.

Ho sentito che avevi bisogno, ma mi sono voltato dall'altra parte, per paura.

Ho visto i Tuoi occhi tristi, ma ho deviato lo sguardo, per pigrizia.

Ogni giorno Ti tradiamo, Signore. E Tu soffri per noi. Ti preghiamo.

Perdonaci, e rendi i nostri cuori capaci di sfruttare

le infinite "seconde possibilità" che ci offri nel tuo immenso Amore.

Affinché sappiamo amarti ed esserti amici cominciando ad amare il fratello accanto a noi.

---

## Preghiera Iniziale

Dio di bontà e di misericordia,  
che ci chiedi di collaborare alla tua opera di salvezza  
manda numerosi e santi operai per la tua vigna,  
perché alla tua Chiesa non manchino mai annunciatori coraggiosi del Vangelo,  
sacerdoti che ti offrano anche con la vita il sacrificio dell'Eucarestia  
e che quali segni splendenti di Cristo buon pastore,  
guidino il tuo popolo sulle strade della carità.  
Manda il tuo Spirito Santo a rinfrancare il cuore dei giovani,  
perché abbiano il coraggio di dirti sì quando li chiami al servizio dei fratelli,  
la perseveranza nel seguire Gesù anche sulla via della croce  
e la gioia grande di essere nel mondo testimoni del tuo amore.  
O Maria, Madre dei sacerdoti, dona a tutti i membri della Chiesa pisana  
la tua stessa fedeltà per testimoniare a tutti  
la gioia che nasce dall'incontro con Cristo che vive e regna nei secoli in eterno. Amen.  
*(Giovanni Paolo Benotto)*

---

## Dal Vangelo

secondo Giovanni (13, 1–15)

### *Ascolta*

Prima della festa di Pasqua, Gesù, sapendo che era venuta la sua ora di passare da questo mondo al Padre, avendo amato i suoi che erano nel mondo, li amò sino alla fine.

Durante la cena, quando il diavolo aveva già messo in cuore a Giuda, figlio di Simone Iscariota, di tradirlo, Gesù, sapendo che il Padre gli aveva dato tutto nelle mani e che era venuto da Dio e a Dio ritornava, si alzò da tavola, depose le vesti, prese un asciugamano e se lo cinse attorno alla vita. Poi versò dell'acqua nel catino e cominciò a lavare i piedi dei discepoli e ad asciugarli con l'asciugamano di cui si era cinto.

Venne dunque da Simon Pietro e questi gli disse: «Signore, tu lavi i piedi a me?». Rispose Gesù: «Quello che io faccio, tu ora non lo capisci; lo capirai dopo». Gli disse Pietro: «Tu non mi laverai i piedi in eterno!». Gli rispose Gesù: «Se non ti laverò, non avrai parte con me». Gli disse Simon Pietro: «Signore, non solo i miei piedi, ma anche le mani e il capo!». Soggiunse Gesù: «Chi ha fatto il bagno, non ha bisogno di lavarsi se non i piedi ed è tutto puro; e voi siete puri, ma non tutti». Sapeva infatti chi lo tradiva; per questo disse: «Non tutti siete puri».

Quando ebbe lavato loro i piedi, riprese le sue vesti, sedette di nuovo e disse loro: «Capite quello che ho fatto per voi? Voi mi chiamate il Maestro e il Signore, e dite bene, perché lo sono. Se dunque io, il Signore e il Maestro, ho lavato i piedi a voi, anche voi dovete lavare i piedi gli uni agli altri. Vi ho dato un esempio, infatti, perché anche voi facciate come io ho fatto a voi».

Abbiamo sentito cosa ha fatto Gesù. È interessante. Dice il Vangelo: “Sapendo Gesù che il Padre aveva dato tutto nelle sue mani”, ossia Gesù aveva tutto il potere, tutto. E poi, incomincia a fare questo gesto di lavare i piedi. È un gesto che facevano gli schiavi in quel tempo, perché non c’era l’asfalto nelle strade e la gente, quando arrivava, aveva la polvere sui piedi; quando arrivava in una casa per una visita o per pranzo, c’erano gli schiavi che lavavano i piedi. E Gesù fa questo gesto: lava i piedi. Fa un gesto da schiavo: Lui, che aveva tutto il potere, Lui, che era il Signore, fa il gesto da schiavo. E poi consiglia a tutti: “Fate questo gesto anche tra di voi”. Cioè servitevi l’uno l’altro, siate fratelli nel servizio, non nell’ambizione, come di chi domina l’altro o di chi calpesta l’altro; no, siate fratelli nel servizio. Tu hai bisogno di qualcosa, di un servizio? Io te lo faccio. Questa è la fraternità. La fraternità è umile, sempre: è al servizio. E io farò questo gesto—la Chiesa vuole che il Vescovo lo faccia tutti gli anni, una volta l’anno, almeno il Giovedì Santo—per imitare il gesto di Gesù e anche per fare bene con l’esempio anche a sé stesso, perché il Vescovo non è il più importante, ma deve essere il più servitore. E ognuno di noi deve essere servitore degli altri. Questa è la regola di Gesù e la regola del Vangelo: la regola del servizio, non del dominare, di fare del male, di umiliare gli altri. Servizio! Cuore di bambino, semplice, umile ma servitore. E lì aggiunge una cosa interessante che possiamo collegare con questo gesto di oggi. Dice: “State attenti: i capi delle Nazioni dominano, ma tra voi non deve essere così. Il più grande deve servire il più piccolo. Chi si sente il più grande, deve essere servitore”. (Dall’omelia del Giovedì Santo di Papa Francesco, 18 aprile 2019)

## Per riflettere

*Usciamo da noi stessi, facciamo il vuoto dentro di noi per fare spazio a Lui nel nostro cuore. Viviamo la nostra vita in totale spirito di servizio per i nostri familiari, nostro marito/nostra moglie, i nostri figli, i nostri colleghi di lavoro, i nostri fratelli di fede, sempre lodando e benedicendo il Signore per il grande dono che ci ha fatto, di essere uniti con Lui e in Lui nel Padre e nello Spirito Santo.*

## Preghiera Finale

Padre nostro che sei nei cieli,  
che per la tua gloria e la nostra salvezza hai costituito  
il Cristo tuo Figlio sommo ed eterno sacerdote alla maniera di Melchisedech,  
concedi alla tua Chiesa, grazie alla funzione sacra dei tuoi presbiteri,  
di sperimentare nella partecipazione al sacrificio eucaristico  
la forza redentrice della croce e della resurrezione  
e di donare la nostra a vita al servizio tuo nei fratelli.

---

## Preghiera Iniziale

In te, Signore, mi sono rifugiato,  
mai sarò deluso;  
difendimi per la tua giustizia.  
Alle tue mani affido il mio spirito;  
tu mi hai riscattato, Signore, Dio fedele.  
*(Salmo 30)*

---

## Dal Vangelo

secondo Giovanni (18, 1–19, 42)

### *Ascolta*

*Riportiamo solo uno breve pezzo della Passione secondo Giovanni*

Essi presero Gesù ed egli, portando la croce, si avviò verso il luogo detto del Cranio, in ebraico Gòlgota, dove lo crocifissero e con lui altri due, uno da una parte e uno dall'altra, e Gesù in mezzo. Pilato compose anche l'iscrizione e la fece porre sulla croce; vi era scritto: «Gesù il Nazareno, il re dei Giudei». Molti Giudei lessero questa iscrizione, perché il luogo dove Gesù fu crocifisso era vicino alla città; era scritta in ebraico, in latino e in greco. I capi dei sacerdoti dei Giudei dissero allora a Pilato: «Non scrivere: "Il re dei Giudei", ma: "Costui ha detto: Io sono il re dei Giudei"». Rispose Pilato: «Quel che ho scritto, ho scritto».

I soldati poi, quando ebbero crocifisso Gesù, presero le sue vesti, ne fecero quattro parti – una per ciascun soldato –, e la tunica. Ma quella tunica era senza cuciture, tessuta tutta d'un pezzo da cima a fondo. Perciò dissero tra loro: «Non stracciamola, ma tiriamo a sorte a chi tocca». Così si compiva la Scrittura, che dice: «Si sono divisi tra loro le mie vesti e sulla mia tunica hanno gettato la sorte». E i soldati fecero così.

Stavano presso la croce di Gesù sua madre, la sorella di sua madre, Maria madre di Clèopa e Maria di Màgdala. Gesù allora, vedendo la madre e accanto a lei il discepolo che egli amava, disse alla madre: «Donna, ecco tuo figlio!». Poi disse al discepolo: «Ecco tua madre!». E da quell'ora il discepolo l'accolse con sé.

Dopo questo, Gesù, sapendo che ormai tutto era compiuto, affinché si compisse la Scrittura, disse: «Ho sete». Vi era lì un vaso pieno di aceto; posero perciò una spugna, imbevuta di aceto, in cima a una canna e gliela accostarono alla bocca. Dopo aver preso l'aceto, Gesù disse: «È compiuto!». E, chinato il capo, consegnò lo spirito.



Ci apprestiamo a sostare dentro le ultime, umanissime ore del Figlio di Dio. I capi dei sacerdoti agiscono: prendono Gesù, mettono le mani sul Cristo, ghermiscono la vita e la tengono in pugno. È già la fine, diremmo: la sua vita appare ormai costretta dentro la crudeltà più ingiusta, figlia, spesso, anche dei nostri cuori induriti.

Eppure non è ancora la fine: la fine è sempre un po' più in là per chi, sapendosi amato, desidera amare fino all'ultimo respiro. Ed ecco che Gesù, portando la croce, fedele alla sua vocazione di una vita, si mette di nuovo in cammino. Fino all'ultimo passo, Gesù sceglie di portare su di sé il dolore scelto da altri: legno da sollevare che diventa presto legno su cui sarà sollevato. È la soglia del mistero: il peso che lo schiaccerà sarà lo stesso dal quale si rivelerà il più grande amore del Padre.

Mentre i capi dei sacerdoti e Pilato sono tutti dediti ad assegnare a Gesù l'etichetta più appropriata, e i soldati a strappargli le vesti e appropriarsi degli ultimi brandelli di una vita, davanti alla croce, fermi, presenti, oranti stanno pochi e umili cuori, nel coraggio silenzioso con cui accompagnano Gesù nell'attesa più nera. Il Figlio di Dio, dal legno della croce, non pensa che a loro: continua ad amare, fino alla fine, chi ha camminato con lui. È quasi la morte, ma, anche da lì, Gesù genera relazioni nuove, risuscita legami creativi: un nuovo figlio e una nuova madre sono la chiamata essenziale per una Chiesa che può nascere come dono nuovo per il mondo.

Solo ora, sì, Gesù sa che è davvero tutto compiuto. Ha sete, e chiede da bere, portando la Parola di Dio nella carne fino all'ultimo. Si abbandona al Padre, le cui mani sanno solo accogliere: ha tribolato come un uomo, si è lasciato abbracciare come un figlio.

**Per  
riflettere**

*In quali situazioni di sofferenza ho potuto cogliere la chiamata ad amare con tutto/a me stesso/a "fino alla fine"? Riporto al cuore un'esperienza in cui mi sono abbandonato/a al Padre, alla Sua Parola, con fiducia.*

## Preghiera Finale

Quando saremo in cielo ricongiunti sarà stata una prova grande  
ed essa non si perde nella memoria dell'eternità.

Ma da questo stato umano d'abiezione vengo ora a te, comprendimi, nella mia debolezza.

Mi afferrano, mi alzano alla croce piantata sulla collina,

ahi, Padre, mi inchiodano le mani e i piedi.

Qui termina veramente il cammino.

E debito dell'iniquità è pagato all'iniquità.

Ma tu sai questo mistero. Tu solo.

*(Mario Luzi)*

# Sabato

## 8 aprile 2023

Gn 1, 1-2, 2; Sal 103 *opp.* Sal 32; Gn 22, 1-18;  
Sal 15; Es 14, 15-15, 1; Es 15, 1-18; Is 54, 5-14;  
Sal 29; Is 55, 1-11; Is 12, 2-6; Bar 3, 9-15.32-4.4;  
Sal 18; Ez 36, 16-17a.18-28; Sal 41-42 *opp.*  
Is 12, 2-6 *opp.* Sal 50; Rm 6, 3-11; Sal 117

*Sabato santo*

---

## Preghiera Iniziale

Lascia che tutto ti accada: bellezza e terrore.  
Si deve sempre andare: nessun sentire è mai troppo lontano.

Non lasciare che da me tu sia diviso.

Vicina è la terra,  
che vita è chiamata.

La riconoscerai  
dalla sua solennità.

A me da' la tua mano.

*(Rainer Maria Rilke)*

---

## Dal Vangelo

secondo Matteo (28, 1-10)

### *Ascolta*

*Durante il Sabato Santo la Chiesa non celebra alcuna liturgia;  
qui riportiamo la liturgia vigilare della Notte Santa*

Dopo il sabato, all'alba del primo giorno della settimana, Maria di Màgdala e l'altra Maria andarono a visitare la tomba.

Ed ecco, vi fu un gran terremoto. Un angelo del Signore, infatti, sceso dal cielo, si avvicinò, rotolò la pietra e si pose a sedere su di essa. Il suo aspetto era come folgore e il suo vestito bianco come neve. Per lo spavento che ebbero di lui, le guardie furono scosse e rimasero come morte.

L'angelo disse alle donne: «Voi non abbiate paura! So che cercate Gesù, il crocifisso. Non è qui. È risorto, infatti, come aveva detto; venite, guardate il luogo dove era stato deposto. Presto, andate a dire ai suoi discepoli: “È risorto dai morti, ed ecco, vi precede in Galilea; là lo vedrete”. Ecco, io ve l'ho detto».

Abbandonato in fretta il sepolcro con timore e gioia grande, le donne corsero a dare l'annuncio ai suoi discepoli.

Ed ecco, Gesù venne loro incontro e disse: «Salute a voi!». Ed esse si avvicinarono, gli abbracciarono i piedi e lo adorarono. Allora Gesù disse loro: «Non temete; andate ad annunciare ai miei fratelli che vadano in Galilea: là mi vedranno».

Paura, timore. Nel cammino della nostra vita spesso ci ritroviamo di fronte a fatti, avvenimenti e dinamiche relazionali che scaturiscono in noi sensazioni ed emozioni così negative che ci bloccano, vincolano ed incatenano. Ci tolgono la possibilità di una vita piena. Si creano dentro la nostra intimità degli spasmi così violenti da essere capaci di distruggere ciò che con pazienza e amore abbiamo costruito in noi e fuori di noi.

La scena che il vangelo di oggi ci descrive e ci trasmette narra della forza della fede di due donne, capace di vincere questo timore e questa paura. Superano l'ostacolo dello spavento per l'ignoto e l'incomprensione, resistono al torpore della morte ed ascoltando la voce della speranza riescono a vivere con gioia una notizia tanto attesa: il Signore Gesù Cristo non è nella tomba!

Ecce li testimoni di una promessa mantenuta che supera ogni veleno per l'animo umano. Gesù il crocifisso non è lì dove lo stavano cercando, ma è ri-sorto: colmo nuovamente di vita torna in mezzo a loro per consegnare la luce della vita all'umanità tutta. E l'angelo con tenerezza, oltre a rassicurarle, comunica loro che non solo Gesù non è lì ma che avranno anche modo di ri-vederlo, ri-ascoltare i suoi insegnamenti sul Regno dei Cieli e di ri-entrare in relazione con lui.

Ciò che è avvenuto è di una potenza di vita immensa. Gesù ci perdona perché comprende con compassione i nostri limiti e ci viene incontro per ri-allacciare un rapporto vero e sincero con lui.

**Per  
riflettere**

*La gioia della verità e della vita vince ogni posto buio del nostro cuore. L'angelo vestito di bianco che folgora chi gli sta vicino ha spalancato il sepolcro vuoto. Ed è così che l'amore di Dio agisce nella nostra vita: ci mette a nudo dentro, ci ripulisce da ciò che di tossico e nocivo ci abita e governa e ri-porta a lui con eterno perdono.*

## Preghiera Finale

Signore, dacci la forza di accettare ciò che nella nostra vita ci accade.

Aiutaci ad aprire i nostri sepolcri ed accogliere in noi la tua vittoria sulla morte.

Donaci il coraggio di credere che tutto a te è possibile.

Illuminaci di gioia per testimoniare la tua risurrezione al mondo intero,

Rendici fermi e costanti nel perseguire la nostra vocazione

per mettere al tuo servizio la nostra voce, il nostro cammino e le nostre azioni.

Amen.

# Domenica

## 9 aprile 2023

At 10, 34a.37-43; Sal 117; Col 3, 1-4 *opp.*

1Cor 5, 6-8

*Pasqua di Resurrezione*

*Tempo di Pasqua*

---

## Preghiera Iniziale

Alleluia!

Lodate il Signore nel suo santuario,  
lodatelo nel firmamento della sua potenza.

Lodatelo per i suoi prodigi,  
lodatelo per la sua immensa grandezza.

Lodatelo con squilli di tromba,

lodatelo con arpa e cetra;

lodatelo con timpani e danze,

lodatelo sulle corde e sui flauti.

Lodatelo con cembali sonori,

lodatelo con cembali squillanti;

ogni vivente dia lode al Signore.

Alleluia!

*(Salmo 150)*

## Dal Vangelo

secondo Giovanni (20, 1-9)

---

### *Ascolta*

**Il primo giorno della settimana, Maria di Màgdala si recò al sepolcro di mattino, quando era ancora buio, e vide che la pietra era stata tolta dal sepolcro.**

**Corse allora e andò da Simon Pietro e dall'altro discepolo, quello che Gesù amava, e disse loro: «Hanno portato via il Signore dal sepolcro e non sappiamo dove l'hanno posto!».**

**Pietro allora uscì insieme all'altro discepolo e si recarono al sepolcro. Correvano insieme tutti e due, ma l'altro discepolo corse più veloce di Pietro e giunse per primo al sepolcro. Si chinò, vide i teli posati là, ma non entrò.**

**Giunse intanto anche Simon Pietro, che lo seguiva, ed entrò nel sepolcro e osservò i teli posati là, e il sudario – che era stato sul suo capo – non posato là con i teli, ma avvolto in un luogo a parte.**

**Allora entrò anche l'altro discepolo, che era giunto per primo al sepolcro, e vide e credette. Infatti non avevano ancora compreso la Scrittura, che cioè egli doveva risorgere dai morti.**

Leggendo questa pagina del vangelo, ci si sono potrebbe chiedere perché Maria di Magdala (accompagnata certamente anche dalle altre donne) si recasse al sepolcro quando ormai la sepoltura era conclusa e la pietra era stata posta all'entrata. Alcuni hanno risposto a questo dubbio: probabilmente perché mancava il lamento funebre per completare il rito del funerale. Dunque, lei e le altre donne andavano per piangere Gesù. Andavano con la tristezza nel cuore. E questo è sottolineato anche dall'evangelista quando dice che era ancora buio: la loro fede non era ancora stata illuminata dalla Risurrezione di Cristo. Ma ecco che le donne trovarono subito una situazione ben diversa. La pietra era stata ribaltata: potremmo dire che era stata spostata dal terremoto della vita che sconfigge la morte, dal terremoto che Gesù aveva portato nel mondo con il suo messaggio di amore. Quel terremoto entrò presto anche nel cuore di quelle donne, nel cuore dei discepoli e poi nel cuore di tutti i credenti del mondo. Ma dal brano evangelico capiamo che è difficile vedere questa rivoluzione. Infatti, soffermiamoci sul verbo "vedere".

In questo brano, il verbo si trova quattro volte: Maria vede la pietra ribaltata, il discepolo che Gesù amava vede i teli, e la stessa cosa vede Pietro. Queste tre volte, il verbo usato nel testo greco è lo stesso, e indica proprio il vedere con gli occhi del corpo. Ma l'ultima volta in cui si usa, è quando entra l'altro discepolo "e vide e credette"; e qui il testo greco sceglie un verbo diverso, che indica il vedere con gli occhi ma il riuscire a vedere anche oltre la materia; "intravedere" potremmo dire noi. Dunque, non si riesce a vedere senza anche intravedere: non si può capire senza anche credere. (Don Alessandro Farano)

**Per  
riflettere**

*Quante volte camminiamo nel mondo portando la tristezza nel cuore? Anche noi cristiani, purtroppo, rischiamo spesso di vestirci con il grigio del mondo invece che con la luce della Risurrezione: accogliamo la nostra vocazione all'amore, per ricordare che il Signore splende sulla vita di tutti gli uomini.*

## Preghiera Finale

Mia forza e mio canto è il Signore,  
egli è stato la mia salvezza.  
Grida di giubilo e di vittoria, nelle tende dei giusti:  
la destra del Signore ha fatto meraviglie,  
la destra del Signore si è innalzata,  
la destra del Signore ha fatto meraviglia.  
Non morirò, resterò in vita  
e annunzierò le opere del Signore.

*(Salmo 117)*

---

## Preghiera Iniziale

O Gesù,  
luce vera che illumini ogni uomo,  
sappiamo che sei venuto dal Padre  
per essere nostro Maestro  
e insegnare la sua via in verità.  
Facci conoscere i misteri di Dio  
e le sue incomprensibili ricchezze.  
Mostraci tutti i tesori della sapienza  
e della scienza di Dio,  
che stanno nascosti in te.  
Fa' che la Parola abiti la nostra vita,  
e guidi come luce i nostri passi.  
Fa' che la Parola corra e si diffonda  
fino agli estremi confini della Terra.

Maria Regina degli Apostoli e i santi Pietro e Paolo  
siano in questo esempio ispirazione e guida. Amen.

*(Preghiera ispirata al testo del beato Giacomo Alberione, Leggete le SS. Scritture)*

---

## Dal Vangelo

secondo Matteo (28, 8–15)

### *Ascolta*

In quel tempo, abbandonato in fretta il sepolcro con timore e gioia grande, le donne corsero a dare l'annuncio ai suoi discepoli. Ed ecco, Gesù venne loro incontro e disse: «Salute a voi!». Ed esse si avvicinarono, gli abbracciarono i piedi e lo adorarono. Allora Gesù disse loro: «Non temete; andate ad annunciare ai miei fratelli che vadano in Galilea: là mi vedranno».

Mentre esse erano in cammino, ecco, alcune guardie giunsero in città e annunciarono ai capi dei sacerdoti tutto quanto era accaduto. Questi allora si riunirono con gli anziani e, dopo essersi consultati, diedero una buona somma di denaro ai soldati, dicendo: «Dite così: "I suoi discepoli sono venuti di notte e l'hanno rubato, mentre noi dormivamo". E se mai la cosa venisse all'orecchio del governatore, noi lo persuaderemo e vi libereremo da ogni preoccupazione». Quelli presero il denaro e fecero secondo le istruzioni ricevute. Così questo racconto si è divulgato fra i Giudei fino a oggi.

Il Vangelo di Matteo ci mostra due atteggiamenti opposti di fronte allo stesso mistero della Morte e Risurrezione di Gesù.

Da una parte le donne, Maria di Magdala e l'altra Maria (dice pochi versetti prima Matteo), dall'altra le guardie. Conosciamo le donne per nome, abbiamo imparato a conoscerle nel Vangelo, soprattutto Maria di Magdala, e a seguire insieme a loro il Maestro. Ora scappano in fretta dal sepolcro, come si fugge da ogni sepolcro che ci tiene prigionieri, quello della tristezza, dello sconforto, della paura... per dare un annuncio di gioia e tremore.

Sulla strada del ritorno la loro corsa si ferma per cedere il passo all'adorazione: fermiamoci anche noi con loro! Con Maria e l'altra Maria, avviciniamoci al Risorto e riconosciamo che il Maestro è anche il *Kyrios*, il Signore da adorare. Questo è l'invito che il Vangelo ci fa.

Le guardie invece sono chiamate genericamente così, in base al loro mestiere. Non conosciamo i loro nomi, non sappiamo quali siano le loro storie. Il Vangelo lascia nell'anonimato le vite di questi uomini che non sono andati oltre il loro ruolo e non hanno aperto i loro cuori alla Verità.

Nessuno di loro si ferma a contemplare il Mistero della Morte e Risurrezione né si interroga su come sia possibile che ci sia un sepolcro vuoto con la grande e pesante pietra rotolata.

Non si è realizzata per loro la Beatitudine detta da Gesù nello stesso Vangelo di Matteo: «Beati invece i vostri occhi perché vedono e i vostri orecchi perché ascoltano» (Mt 13, 16).

Solo le donne hanno voluto vedere e quindi potuto ascoltare la voce di quel Gesù, messo a morte ma risorto, che andando incontro loro ha pronunciato il suo: «Non temere».

## Per riflettere

*«Non temete; andate ad annunciare...». Quale “non temere” ho bisogno che mi ripeta oggi il Maestro e Signore risorto? Le donne, le guardie, gli anziani, i discepoli che aspettano un annuncio... in quale atteggiamento dei diversi protagonisti di questo Vangelo mi ritrovo di più? «Gesù venne loro incontro e disse...». Quale Parola, tra le diverse ascoltate nella Liturgia Pasquale, risuona di più in me?*

## Preghiera Finale

Ora tutto si riempie di luce: il cielo, la terra, gli inferi;  
tutto il creato festeggia il risveglio di Cristo, in cui sta saldo.

Ieri sono stato sepolto con te, o Cristo,  
oggi mi ridesto con te che sei risorto.

Ieri sono stato crocifisso con te;  
glorificami, o Salvatore, con te nel tuo Regno. Amen.  
*(Liturgia bizantina, domenica di Pasqua, dall'ode III)*

---

## Preghiera Iniziale

Retta è la parola del Signore  
e fedele ogni sua opera.  
Egli ama la giustizia e il diritto;  
dell'amore del Signore è piena la terra.  
Ecco, l'occhio del Signore è su chi lo teme,  
su chi spera nel suo amore,  
per liberarlo dalla morte  
e nutrirlo in tempo di fame.  
L'anima nostra attende il Signore:  
egli è nostro aiuto e nostro scudo.  
Su di noi sia il tuo amore, Signore,  
come da te noi speriamo.

---

## Dal Vangelo

secondo Giovanni (20, 11–18)

### *Ascolta*

In quel tempo, Maria stava all'esterno, vicino al sepolcro, e piangeva. Mentre piangeva, si chinò verso il sepolcro e vide due angeli in bianche vesti, seduti l'uno dalla parte del capo e l'altro dei piedi, dove era stato posto il corpo di Gesù. Ed essi le dissero: «Donna, perché piangi?». Rispose loro: «Hanno portato via il mio Signore e non so dove l'hanno posto».

Detto questo, si voltò indietro e vide Gesù, in piedi; ma non sapeva che fosse Gesù. Le disse Gesù: «Donna, perché piangi? Chi cerchi?». Ella, pensando che fosse il custode del giardino, gli disse: «Signore, se l'hai portato via tu, dimmi dove l'hai posto e io andrò a prenderlo». Gesù le disse: «Maria!». Ella si voltò e gli disse in ebraico: «Rabbuni!» – che significa: «Maestro!». Gesù le disse: «Non mi trattenere, perché non sono ancora salito al Padre; ma va' dai miei fratelli e di' loro: "Salgo al Padre mio e Padre vostro, Dio mio e Dio vostro"».

Maria di Màgdala andò ad annunciare ai discepoli: «Ho visto il Signore!» e ciò che le aveva detto.



Maria di Magdala piange la scomparsa del suo Maestro. E ulteriore dolore per lei deriva dalla scomparsa del corpo di Gesù. Sofferenza aggiunta a sofferenza: non potere neppure piangere il corpo di una persona amata. Il cuore è spezzato e smarrito: addirittura Maria non riconosce Gesù Risorto e lo scambia per il custode del giardino. La presenza del Signore Risorto è discreta, non si impone, è delicata e rispettosa dei nostri tempi, delle nostre debolezze e fragilità. Non è evidente il Signore Gesù, è timido e discreto il nostro Dio: solo attraverso dei segni, dei sacramenti, solo attraverso un linguaggio tenue del cuore riusciamo a riconoscerlo nella pesante realtà del quotidiano. Per Maria di Magdala, che in Gesù aveva avuto un prezioso amico e un tenero Maestro, il segno che le spalanca il cuore, che l'aiuta a superare la sofferenza è il proprio nome pronunciato da Lui: "Maria", dice il Signore. Quanta tenerezza, quanto rispetto, quanta verità in quel semplice nome pronunciato. "Maria", un nome che è una storia come ogni nome di persona: indica l'universo nascosto di un'esistenza e non un semplice dato anagrafico. "Maria": ora il suo cuore si ferma, stenta a credere, ora il suo sguardo diventa limpido, non più offuscato dal proprio dolore. Anche noi, amici, veniamo chiamati per nome: il Signore sa, il Signore conosce, il Signore ci ama. E ci chiama per nome perché vuole che lo riconosciamo—oggi—presente nella nostra vita.

## Per riflettere

*Tu Signore, sei vivo in mezzo a noi e ci chiami per nome, perché ci conosci e ci ami di un amore profondo e limpido. Schiudi il nostro cuore e rendici capaci di accogliere l'inestimabile dono della tua viva presenza accanto a noi.*

## Preghiera Finale

Corre Maria di Magdala, e corre anche Pietro.

Ma il Signore non c'è, non è più là:

beata assenza! Beata speranza!

E corre anche l'altro discepolo,

corre veloce, più veloce di tutti.

Ma non ha bisogno di entrare:

il cuore già sa la verità

che gli occhi raggiungono più tardi.

Il cuore, più veloce di uno sguardo.

Signore Risorto, accelera la nostra corsa,

sposta via i nostri macigni,

regalaci sguardi di fede e d'amore.

Signore Gesù, trascinaci fuori dai nostri sepolcri

e rivestici della vita che non muore,

come facesti il giorno del nostro Battesimo!

---

## Preghiera Iniziale

Guarda Signore, esaudisci, illumina e mostrati a noi.  
Abbi pietà delle nostre fatiche,  
dei nostri sforzi verso di Te: non valiamo nulla senza di Te.  
Insegnami a cercarti e mostrati quando ti cerco!  
(*Sant'Anselmo*)

## Dal Vangelo

secondo Luca (24, 13–35)

---

### *Ascolta*

Ed ecco, in quello stesso giorno, [il primo della settimana], due [dei discepoli] erano in cammino per un villaggio di nome Èmmaus, distante circa undici chilometri da Gerusalemme, e conversavano tra loro di tutto quello che era accaduto.

Mentre conversavano e discutevano insieme, Gesù in persona si avvicinò e camminava con loro. Ma i loro occhi erano impediti a riconoscerlo. Ed egli disse loro: «Che cosa sono questi discorsi che state facendo tra voi lungo il cammino?». Si fermarono, col volto triste; uno di loro, di nome Clèopa, gli rispose: «Solo tu sei forestiero a Gerusalemme! Non sai ciò che vi è accaduto in questi giorni?». Domandò loro: «Che cosa?». Gli risposero: «Ciò che riguarda Gesù, il Nazareno, che fu profeta potente in opere e in parole, davanti a Dio e a tutto il popolo; come i capi dei sacerdoti e le nostre autorità lo hanno consegnato per farlo condannare a morte e lo hanno crocifisso. Noi speravamo che egli fosse colui che avrebbe liberato Israele; con tutto ciò, sono passati tre giorni da quando queste cose sono accadute. Ma alcune donne, delle nostre, ci hanno sconvolti; si sono recate al mattino alla tomba e, non avendo trovato il suo corpo, sono venute a dirci di aver avuto anche una visione di angeli, i quali affermano che egli è vivo. Alcuni dei nostri sono andati alla tomba e hanno trovato come avevano detto le donne, ma lui non l'hanno visto».

Disse loro: «Stolti e lenti di cuore a credere in tutto ciò che hanno detto i profeti! Non bisognava che il Cristo patisse queste sofferenze per entrare nella sua gloria?». E, cominciando da Mosè e da tutti i profeti, spiegò loro in tutte le Scritture ciò che si riferiva a lui.

Quando furono vicini al villaggio dove erano diretti, egli fece come se dovesse andare più lontano. Ma essi insistettero: «Resta con noi, perché si fa sera e il giorno è ormai al tramonto». Egli entrò per rimanere con loro. Quando fu a tavola con loro, prese il pane, recitò la benedizione, lo spezzò e lo diede loro. Allora si aprirono loro gli occhi e lo riconobbero. Ma egli sparì dalla loro vista. Ed essi dissero l'un l'altro: «Non ardeva forse in noi il nostro cuore mentre egli conversava con noi lungo la via, quando ci spiegava le Scritture?».

Partirono senza indugio e fecero ritorno a Gerusalemme, dove trovarono riuniti gli Undici e gli altri che erano con loro, i quali dicevano: «Davvero il Signore è risorto ed è apparso a Simone!».

Ed essi narravano ciò che era accaduto lungo la via e come l'avevano riconosciuto nello spezzare il pane.

Nell'intervento di Cleopa ritornano ben quattro volte le parole "noi" e "nostro": "le nostre autorità lo hanno consegnato per farlo condannare", "noi speravamo che fosse colui che avrebbe liberato Israele", "alcune donne, delle nostre, ci hanno sconvolti" e "alcuni dei nostri sono andati alla tomba". Questo "noi", il "noi" della Chiesa, ritornerà per altre quattro volte nella parte finale dell'episodio: "resta con noi", "non ardeva forse in noi", "il nostro cuore" e "conversava con noi". Siamo sempre inseriti in un contesto di comunità. Questa sottolineatura comunitaria che fa l'evangelista Luca ridesti in noi l'importanza di essere inseriti nella comunione dei santi che, consolati, crediamo non solo per l'aldilà, ma già da questa vita terrena. Fra questi due blocchi dei "noi" (vv. 25–27) il viandante, non ancora riconosciuta la sua identità, rimproverò aspramente i discepoli perché non credero a tutte le profezie che i profeti, sin dai tempi più antichi, avevano detto su Lui. Retoricamente chiese loro: "Non bisognava che il Cristo patisse queste sofferenze per entrare nella sua gloria?". Questo "bisognava" esprime il cosiddetto "secondo le Scritture" che ripetiamo nel Credo. Cristo ha steso le sue braccia su quelle della croce in obbedienza al Padre, dando compimento alle antiche profezie. Gesù sarà riconosciuto dai discepoli solamente nel gesto dello spezzare il pane e darne loro. Ma non appena lo riconobbero sparì dalla loro vista consegnandoSi loro in quel Pane benedetto. Nell'Eucarestia, allora, troviamo anche la risposta alla richiesta dei discepoli: "Resta con noi, perché si fa sera e il giorno è ormai al tramonto". Dall'Ascensione il mondo è entrato nella "sera della storia", nel "tramonto dei secoli" che termineranno quando "di nuovo verrà nella gloria per giudicare i vivi e i morti".

**Per  
riflettere**

*La comunione dei santi è un argomento costitutivo della Chiesa che racchiude non solo la comunione coi fratelli che ho a fianco, ma anche coi santi del Paradiso. Mi impegno, per quanto posso, per vivere in comunione coi fratelli? Credo nell'intercessione dei santi?*

## Preghiera Finale

O Dio,  
Tu hai visto i discepoli di Emmaus  
abbattuti e rattristati della morte del Signore Gesù,  
ma come Padre amoroso non li hai abbandonati  
e hai mandato il Cristo risorto  
ad aprire loro gli occhi della fede.  
Così anche oggi, perché la Tua Chiesa  
non venga meno nel cammino di questa vita,  
la sostieni coll'Eucarestia.  
Fa', o Padre, che non ci allontaniamo mai  
dal pane vero della vita eterna.  
Te lo chiediamo per Cristo nostro Signore. Amen.

---

## Preghiera Iniziale

Beato l'uomo di integra condotta,  
che cammina nella legge del Signore.  
Beato chi è fedele ai suoi insegnamenti  
e lo cerca con tutto il cuore.  
Non commette ingiustizie,  
ma cammina per le sue vie.  
Voglio meditare i tuoi comandamenti  
considerare le tue vie;  
nella Tua volontà è la mia gioia  
mai dimenticherò la Tua Parola.

---

## Dal Vangelo

secondo Luca (24, 35–48)

---

### *Ascolta*

In quel tempo, [i due discepoli che erano ritornati da Èmmaus] narravano ciò che era accaduto lungo la via e come l'avevano riconosciuto nello spezzare il pane.

Mentre essi parlavano di queste cose, Gesù in persona stette in mezzo a loro e disse: «Pace a voi!». Sconvolti e pieni di paura, credevano di vedere un fantasma. Ma egli disse loro: «Perché siete turbati, e perché sorgono dubbi nel vostro cuore? Guardate le mie mani e i miei piedi: sono proprio io! Toccatemi e guardate; un fantasma non ha carne e ossa, come vedete che io ho». Dicendo questo, mostrò loro le mani e i piedi. Ma poiché per la gioia non credevano ancora ed erano pieni di stupore, disse: «Avete qui qualche cosa da mangiare?». Gli offrirono una porzione di pesce arrostito; egli lo prese e lo mangiò davanti a loro.

Poi disse: «Sono queste le parole che io vi dissi quando ero ancora con voi: bisogna che si compiano tutte le cose scritte su di me nella legge di Mosè, nei Profeti e nei Salmi».

Allora aprì loro la mente per comprendere le Scritture e disse loro: «Così sta scritto: il Cristo patirà e risorgerà dai morti il terzo giorno, e nel suo nome saranno predicati a tutti i popoli la conversione e il perdono dei peccati, cominciando da Gerusalemme. Di questo voi siete testimoni».

Luca scrive il suo Vangelo quando ormai iniziano a venire meno i testimoni oculari di Gesù e la testimonianza necessita di credibilità dal punto di vista storico per poi diventare anche testimonianza di fede. È Luca, infatti, che colloca storicamente la nascita di Gesù per rendere conto della sua effettiva esistenza. Poi, però, deve darne una testimonianza di fede: dimostrare che Gesù è effettivamente il Messia atteso. Un Messia che non è un Re alla maniera umana, ma che è il Re della vita. E Luca, per farlo, lui che è un uomo colto, usa un metodo pedagogico: un modo pacato, dialogante che non vuole imporre ma proporre. In Matteo, questo stesso passo del Vangelo presenta un Gesù che rimprovera i discepoli per la loro incredulità. Qui, Luca presenta un Gesù che si propone in maniera comprensiva: comprensiva della loro incredulità. Nei discepoli è ancora viva l'attesa di un Messia che avesse combattuto i romani per ristabilire il predominio del popolo eletto. In loro è ancora viva la percezione che la Croce abbia sancito la sconfitta del loro maestro. In loro è ancora incomprensibile la risurrezione. E Gesù, in maniera molto umana e pacata, cerca di ricondurli sulla via della Verità. La risurrezione è un mistero che si avvera. Lui non è un fantasma. È di nuovo una persona con la sua materialità e che mangia con loro, che ripropone la precedente convivialità. Poi, come già aveva fatto coi discepoli di Emmaus, apre loro la mente spiegando le scritture, da non intendere in maniera letterale ma da rileggere alla luce del Suo insegnamento. La legge antica non viene rinnegata o sostituita, ma semplicemente spiegata. Il cristianesimo non è una fede astratta ma è una fede che si radica nelle scritture, non più da interpretare alla lettera ma da rileggere con la ragione di cui Dio ci ha fatto dono. È quello che Gesù vuole dai discepoli. Ed è quello che ci è richiesto anche a noi per essere Suoi testimoni fino ai confini del mondo.

**Per  
riflettere**

*Ha detto Papa Francesco: meglio vivere da atei che andare in Chiesa e odiare gli altri. Un richiamo forte a svincolarci dalla ritualità tipica della legge antica per aprirci all'amore a cui ci chiama Gesù: amatevi come Io vi ho amato.*

## Preghiera Finale

O Dio, che sulla croce hai dato appuntamento in paradiso al ladrone  
per il solo fatto di averti chiesto di ricordarti di lui,  
fa' che, consapevoli del tuo immenso amore  
che non guarda ai nostri peccati  
e che ha perdonato coloro che ti hanno crocifisso,  
anche noi sappiamo esserti credibili testimoni  
mediante l'amore con cui guardiamo ai nostri fratelli.

---

## Preghiera Iniziale

Nell'angoscia ho gridato al Signore,  
mi ha risposto, il Signore, e mi ha tratto in salvo. [...]

Mia forza e mio canto è il Signore,  
egli è stato la mia salvezza.  
Grida di giubilo e di vittoria,  
nelle tende dei giusti:  
la destra del Signore ha fatto meraviglie,  
la destra del Signore si è innalzata,  
la destra del Signore ha fatto meraviglie.

*(Salmo 117)*

---

## Dal Vangelo

secondo Giovanni (21, 1-14)

---

### *Ascolta*

In quel tempo, Gesù si manifestò di nuovo ai discepoli sul mare di Tiberiade. E si manifestò così: si trovavano insieme Simon Pietro, Tommaso detto Dìdimò, Natanaèle di Cana di Galilea, i figli di Zebedèo e altri due discepoli. Disse loro Simon Pietro: «Io vado a pescare». Gli dissero: «Veniamo anche noi con te». Allora uscirono e salirono sulla barca; ma quella notte non presero nulla.

Quando già era l'alba, Gesù stette sulla riva, ma i discepoli non si erano accorti che era Gesù. Gesù disse loro: «Figlioli, non avete nulla da mangiare?». Gli risposero: «No». Allora egli disse loro: «Gettate la rete dalla parte destra della barca e troverete». La gettarono e non riuscivano più a tirarla su per la grande quantità di pesci. Allora quel discepolo che Gesù amava disse a Pietro: «È il Signore!». Simon Pietro, appena udì che era il Signore, si strinse la veste attorno ai fianchi, perché era svestito, e si gettò in mare. Gli altri discepoli invece vennero con la barca, trascinando la rete piena di pesci: non erano infatti lontani da terra se non un centinaio di metri.

Appena scesi a terra, videro un fuoco di brace con del pesce sopra, e del pane. Disse loro Gesù: «Portate un po' del pesce che avete preso ora». Allora Simon Pietro salì nella barca e trasse a terra la rete piena di centocinquantatré grossi pesci. E benché fossero tanti, la rete non si spezzò. Gesù disse loro: «Venite a mangiare». E nessuno dei discepoli osava domandargli: «Chi sei?», perché sapevano bene che era il Signore. Gesù si avvicinò, prese il pane e lo diede loro, e così pure il pesce. Era la terza volta che Gesù si manifestava ai discepoli, dopo essere risorto dai morti.

Chissà quanti ricordi sono riaffiorati nella mente di Pietro alla vista del mare di Tiberiade: lunghe e monotone giornate di lavoro su una barca nella speranza di pescare qualcosa. E poi il giorno in cui la sua routine venne sconvolta dall'incontro con Gesù, che divenne la sua guida, il suo punto di riferimento, il suo tutto. E ora che il Signore non è più (apparentemente) presente? Pietro è smarrito, non sa cosa fare. Ed ecco che ritorna alla sua barca, alle sue reti, credendo che pescare pesci sia ciò che sa fare meglio. Eppure nel cuore di quel semplice pescatore c'è un desiderio più profondo: rivivere quel primo incontro, rivedere quello sguardo che lo aveva fatto sentire profondamente amato. E di fronte a ciò il Signore non rimane indifferente.

È facile identificarsi in Pietro, nei suoi sentimenti: quante volte ci capita di sentirci come se brancolassimo nel buio, di non vedere più la Luce che ci guidava e ci domandiamo quale senso abbia ora la nostra vita. Probabilmente anche noi tendiamo a ritornare al passato, al momento in cui tutto è iniziato come a voler ripartire da zero e fare una scelta diversa. Ma oramai il nostro cuore ha vissuto una profonda esperienza d'amore che non può essere cancellata. Il Signore non ci lascia mai, anche quando sembra essere in silenzio. Egli continua a dirci di gettare le reti, ovvero di non perdere la speranza. Ogni giorno il Signore ci invita a fidarci di Lui e farci guidare da quel desiderio di salvezza e di amore che tutti abbiamo nel cuore.

**Per  
riflettere**

*Non lasciamoci sconcertare dalle paure e dalle preoccupazioni quotidiane. Nei momenti di smarrimento, il Signore ci invita ad attingere forza e fiducia nella sua sicura presenza, nel suo infinito amore verso di noi.*

## Preghiera Finale

È buio dentro di me, ma presso di te c'è luce.

Sono solo, ma tu non mi abbandoni.

Sono impaurito, ma presso di te c'è aiuto.

Sono inquieto, ma presso di te c'è pace.

In me c'è amarezza, ma presso di te c'è pazienza.

Io non comprendo le tue vie, ma tu conosci la mia via.

*(Dietrich Bonhoeffer)*

---

## Preghiera Iniziale

Alleluia! Salvezza, gloria e potenza sono del nostro Dio;  
veri e giusti sono i suoi giudizi.

Alleluia! Lodate il nostro Dio, voi tutti suoi servi,  
voi che lo temete, piccoli e grandi.

Alleluia! Ha preso possesso del suo regno il Signore,  
il nostro Dio, l'Onnipotente.

Alleluia! Ralleghiamoci ed esultiamo,  
rendiamo a lui gloria.

Alleluia! Sono giunte le nozze dell'Agnello;  
la sua sposa è pronta.

*(Apocalisse 19, 1–7)*

---

## Dal Vangelo

secondo Marco (16, 9–15)

---

### *Ascolta*

Risorto al mattino, il primo giorno dopo il sabato, Gesù apparve prima a Maria di Màgdala, dalla quale aveva scacciato sette demòni. Questa andò ad annunciarlo a quanti erano stati con lui ed erano in lutto e in pianto. Ma essi, udito che era vivo e che era stato visto da lei, non credettero.

Dopo questo, apparve sotto altro aspetto a due di loro, mentre erano in cammino verso la campagna. Anch'essi ritornarono ad annunciarlo agli altri; ma non credettero neppure a loro.

Alla fine apparve anche agli Undici, mentre erano a tavola, e li rimproverò per la loro incredulità e durezza di cuore, perché non avevano creduto a quelli che lo avevano visto risorto. E disse loro: «Andate in tutto il mondo e proclamare il Vangelo a ogni creatura».



Il Vangelo di oggi ci racconta di tre apparizioni del Cristo risorto: una a Maria di Magdala, una a due discepoli in cammino verso la campagna (probabilmente i due “discepoli di Emmaus” di cui parla il Vangelo di Luca), una agli Undici, riuniti a tavola.

Pur nella loro diversità, le tre apparizioni hanno alcuni elementi in comune. Fra tutti, uno risalta in modo particolare: quello dell’annuncio. Nel primo caso, a seguito dell’apparizione, Maria di Magdala va ad annunciare quanto le è accaduto ai discepoli. Così accade anche nel secondo caso: all’apparizione segue l’annuncio. Nel terzo caso, è Gesù stesso che, dopo aver rimproverato gli Undici per non aver creduto a Maria di Magdala e agli altri due discepoli, li invita ad andare in tutto il mondo ad annunciare il Vangelo.

Il legame fra apparizioni e annuncio è strettissimo: coloro che seguono Gesù sono spinti a testimoniare e ad annunciarlo nella loro vita a seguito di un incontro personale che hanno avuto con il Cristo risorto. L’evangelista insiste molto sulla necessità di avere un rapporto personale con il Signore Gesù per poter essere efficaci annunciatori del Vangelo: gli Undici infatti non credono a Maria di Magdala e agli altri due discepoli, ma hanno bisogno di sperimentare personalmente la presenza del Cristo Risorto per credere davvero nella risurrezione e diventarne testimoni.

Notiamo poi che l’invito finale di Gesù è rivolto ancora oggi a tutti i cristiani. Ciascuno di noi infatti è chiamato ad annunciare il Vangelo con la propria vita e a portare agli altri la gioia della risurrezione. Tuttavia, siamo invitati a comprendere che non possiamo annunciare tutto questo se non abbiamo sperimentato e non continuiamo a sperimentare in prima persona la presenza del Signore Gesù nella nostra vita. In altre parole: non possiamo essere autentici testimoni della Pasqua e apostoli della gioia se non cerchiamo di coltivare un rapporto autentico con il Signore.

**Per  
riflettere**

*Tutti noi siamo chiamati ad essere testimoni della risurrezione. Chiediamoci: qual è il mio rapporto con il Signore? Dedico del tempo nelle mie giornate alla preghiera? Parlo con il Signore? Sento che il Signore è presente nella mia vita? Dove posso oggi incontrare il Signore?*

## Preghiera Finale

Signore mio Dio, mia unica speranza,  
esaudiscimi e fa' sì che non cessi di cercarti per stanchezza,  
ma cerchi sempre il tuo volto con ardore.

Dammi Tu la forza di cercare.

Davanti a Te sta la mia forza e la mia debolezza: conserva quella, guarisci questa.

Davanti a Te sta la mia scienza e la mia ignoranza;

dove mi hai aperto, ricevimi quando entro;

dove mi hai chiuso, aprimi quando busso.

Fa' che mi ricordi di te, che comprenda te, che ami te. Amen.

*(Sant'Agostino)*

## Preghiera Iniziale

Perché mi hai veduto, Tommaso, tu hai creduto:  
beati quelli che non hanno visto e hanno creduto!

## Dal Vangelo

secondo Giovanni (20, 19–31)

---

### *Ascolta*

La sera di quel giorno, il primo della settimana, mentre erano chiuse le porte del luogo dove si trovavano i discepoli per timore dei Giudei, venne Gesù, stette in mezzo e disse loro: «Pace a voi!». Detto questo, mostrò loro le mani e il fianco. E i discepoli gioirono al vedere il Signore.

Gesù disse loro di nuovo: «Pace a voi! Come il Padre ha mandato me, anche io mando voi». Detto questo, soffiò e disse loro: «Ricevete lo Spirito Santo. A coloro a cui perdonerete i peccati, saranno perdonati; a coloro a cui non perdonerete, non saranno perdonati».

Tommaso, uno dei Dodici, chiamato Didimo, non era con loro quando venne Gesù. Gli dicevano gli altri discepoli: «Abbiamo visto il Signore!». Ma egli disse loro: «Se non vedo nelle sue mani il segno dei chiodi e non metto il mio dito nel segno dei chiodi e non metto la mia mano nel suo fianco, io non credo».

Otto giorni dopo i discepoli erano di nuovo in casa e c'era con loro anche Tommaso. Venne Gesù, a porte chiuse, stette in mezzo e disse: «Pace a voi!». Poi disse a Tommaso: «Metti qui il tuo dito e guarda le mie mani; tendi la tua mano e mettila nel mio fianco; e non essere incredulo, ma credente!». Gli rispose Tommaso: «Mio Signore e mio Dio!». Gesù gli disse: «Perché mi hai veduto, tu hai creduto; beati quelli che non hanno visto e hanno creduto!».

Gesù, in presenza dei suoi discepoli, fece molti altri segni che non sono stati scritti in questo libro. Ma questi sono stati scritti perché crediate che Gesù è il Cristo, il Figlio di Dio, e perché, credendo, abbiate la vita nel suo nome.

Gesù si manifesta tra i discepoli senza fragore, in mezzo a loro, inizialmente non riconosciuto («Stette in mezzo a loro») e si svela prima con la parola («Pace a voi!») e poi con i segni delle ferite subite sulla croce, ancora evidenti sul suo corpo trasfigurato!

La conferma che Gesù è il Cristo, Uomo-Dio, Figlio Unigenito di Dio, Suo Verbo e Dio stesso, Colui che, come aveva annunciato, ha vinto la morte e riscattato l'uomo dal peccato, dà corpo e vigore alla Fede che negli stessi discepoli stava intiepidendosi dopo la delusione della morte del loro Maestro e tramuta il dolore in gioia, primizia della vita eterna.

La Chiesa viene fondata con l'esplicitazione della sua missione sulla terra attraverso i poteri, propri di Cristo, che Egli stesso conferisce e trasmette ai Suoi discepoli («Come il Padre ha mandato me, anch'io mando voi. . . A coloro a cui perdonerete i peccati. . .»). Lo Spirito Santo diventa il nuovo *trait d'union* tra Cristo e noi, tra Cristo e la Chiesa («Ricevete lo Spirito Santo»).

Gesù ci raccomanda la fede sostenuta dalla parola di Dio (il Verbo, ossia Gesù), trasmessa e vivificata con la forza dello Spirito Santo più che dai segni tangibili, in contrasto con la fede incerta di Tommaso che non riesce a credere se non vede e tocca: «Beati quelli che non hanno visto ed hanno creduto».

## Per riflettere

*Non essere incredulo, o uomo, ma credente.*

## Preghiera Finale

È con la libertà che Dio ha dato all'uomo  
che l'uomo stesso deve giungere  
a dichiarare il suo atto di fede:  
“Mio Signore e mio Dio”;  
e arrivando a ciò l'uomo giunge  
alla luminosità totale della fede.

---

## Preghiera Iniziale

Perché le genti sono in tumulto  
e i popoli cospirano invano?  
Insorgono i re della terra  
e i principi congiurano insieme  
contro il Signore e il suo consacrato:  
«Spezziamo le loro catene,  
gettiamo via da noi il loro giogo!».  
Ride colui che sta nei cieli,  
il Signore si fa beffe di loro.  
Egli parla nella sua ira,  
li spaventa con la sua collera:  
«Io stesso ho stabilito il mio sovrano  
sul Sion, mia santa montagna».  
Voglio annunciare il decreto del Signore.  
Egli mi ha detto: «Tu sei mio figlio,  
io oggi ti ho generato.  
Chiedimi e ti darò in eredità le genti  
e in tuo dominio le terre più lontane.  
Le spezzerai con scettro di ferro,  
come vaso di argilla le frantumerai».

## Dal Vangelo

secondo Giovanni (3, 1-8)

---

### *Ascolta*

Vi era tra i farisei un uomo di nome Nicodèmo, uno dei capi dei Giudei. Costui andò da Gesù, di notte, e gli disse: «Rabbì, sappiamo che sei venuto da Dio come maestro; nessuno infatti può compiere questi segni che tu compi, se Dio non è con lui».

Gli rispose Gesù: «In verità, in verità io ti dico, se uno non nasce dall'alto, non può vedere il regno di Dio». Gli disse Nicodèmo: «Come può nascere un uomo quando è vecchio? Può forse entrare una seconda volta nel grembo di sua madre e rinascere?».

Rispose Gesù: «In verità, in verità io ti dico, se uno non nasce da acqua e Spirito, non può entrare nel regno di Dio. Quello che è nato dalla carne è carne, e quello che è nato dallo Spirito è spirito. Non meravigliarti se ti ho detto: dovete nascere dall'alto. Il vento soffia dove vuole e ne senti la voce, ma non sai da dove viene né dove va: così è chiunque è nato dallo Spirito».

La Risurrezione di Cristo è il grande Evento che ci apre alla novità. Oggi il testo del vangelo ci dona l'incontro, già conosciuto, tra Gesù e Nicodemo. Come lui, anche noi rimaniamo meravigliati delle Parole di Gesù: ma come è possibile nascere ancora una volta? Ma, ripetiamo spesso, sono cose impossibili, il mondo va male, la guerra, le ingiustizie sono impossibili da fermare, la cattiveria umana che arriva a limiti impensabili, non c'è più speranza, ma sul serio credi che puoi ancora fare un qualcosa di nuovo?

E Gesù risponde proprio nella novità dello Spirito: "Il vento soffia", dove vuole, come vuole. E tu, forse non hai sentito la sua voce? Se vuoi, chiudi adesso gli occhi, lascia che il soffio divino entri nel tuo cuore e ascolta Dio che ti parla.

Il vento soffia senza che noi sappiamo da dove arriva, ma sappiamo che ci porta verso l'amore, lasciamoci guidare da Lui.

Il nostro mondo ha bisogno dello Spirito, magari il tuo cuore è la porta attraverso la quale questo soffio di vita può riempire altri, tanti altri.

## Per riflettere

*Gli fu detto: Esci e fermati sul monte alla presenza del Signore. Ecco, 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 ci fu un terremoto, ma il Signore non era nel terremoto. Dopo il terremoto ci fu un fuoco, ma il Signore non era nel fuoco. Dopo il fuoco ci fu il mormorio di un vento leggero. Come l'udì, Elia si coprì il volto con il mantello, uscì e si fermò all'ingresso della caverna. Ed ecco, sentì una voce che gli diceva: «Che fai qui, Elia?». (1 Re 11, 13)*

## Pregghiera Finale

Aiuta, o Signore, chi cerca la verità, come Nicodemo,  
affinché giunga a riconoscerla in Cristo il Salvatore,  
e chi è già rinato dall'acqua e dallo Spirito,  
affinché rimanga fedele e coerente alla sua dignità battesimale.

---

## Preghiera Iniziale

Benedirò il Signore in ogni tempo,  
sulla mia bocca sempre la sua lode.  
Gustate e vedete com'è buono il Signore;  
beato l'uomo che in lui si rifugia.  
Il volto del Signore contro i malfattori,  
per eliminarne dalla terra il ricordo.  
Gridano i giusti e il Signore li ascolta,  
li libera da tutte le loro angosce.  
Il Signore è vicino a chi ha il cuore spezzato,  
egli salva gli spiriti affranti.  
Molti sono i mali del giusto,  
ma da tutti lo libera il Signore.

---

## Dal Vangelo

secondo Giovanni (3, 7–15)

### *Ascolta*

In quel tempo, Gesù disse a Nicodèmo: «Non meravigliarti se ti ho detto: dovete nascere dall'alto. Il vento soffia dove vuole e ne senti la voce, ma non sai da dove viene né dove va: così è chiunque è nato dallo Spirito».

Gli replicò Nicodèmo: «Come può accadere questo?». Gli rispose Gesù: «Tu sei maestro di Israele e non conosci queste cose? In verità, in verità io ti dico: noi parliamo di ciò che sappiamo e testimoniamo ciò che abbiamo veduto; ma voi non accogliete la nostra testimonianza. Se vi ho parlato di cose della terra e non credete, come crederete se vi parlerò di cose del cielo? Nessuno è mai salito al cielo, se non colui che è disceso dal cielo, il Figlio dell'uomo. E come Mosè innalzò il serpente nel deserto, così bisogna che sia innalzato il Figlio dell'uomo, perché chiunque crede in lui abbia la vita eterna».

Nicodemo, da persona rispettabile, non si mescola alla folla ma va da Gesù di notte, per non farsi vedere dai colleghi farisei. Questo è, insieme con quello con la samaritana, l'unico colloquio a due riportato dai Vangeli.

Il linguaggio di Gesù, lontanissimo dalla mentalità di Nicodemo e dei Farisei, mette l'interlocutore di fronte al mistero della rinascita cristiana, descritta da Gesù in termini metaforici: essa può avvenire solo per intervento dall'alto, per opera dello Spirito Santo che, come il vento, soffia dove vuole. Nicodemo però non capisce: Gesù allora fa appello alla Sacra Scrittura, che il suo interlocutore, come dottore, avrebbe dovuto conoscere. Benché la Scrittura alludesse frequentemente al carattere spirituale del Regno di Dio, la mentalità allora dominante in Israele intendeva il Messia soprattutto come dominatore terrestre.

Se Nicodemo non è in grado di capire le cose terrene predicate da Gesù, come potrà comprendere le cose celesti? Cose celesti che non potranno essere riferite se non da colui che è sceso dal cielo, il Cristo, alle cui parole occorre credere, perché Egli è testimone del Padre. Il momento in cui troverà fondamento e causa la rinascita spirituale sarà l'innalzamento da terra del Figlio dell'Uomo (ossia la sua crocefissione): come gli Ebrei nel deserto poterono salvarsi dai serpenti velenosi guardando il serpente di bronzo innalzato da Mosè, così sarà salvo chi contemplerà il Figlio dell'Uomo crocifisso.

**Per  
riflettere**

*La tua misericordia, o Signore, ci accompagna sempre per essere veri testimoni del tuo Vangelo.*

## Preghiera Finale

Padre, che ci hai dato la grazia di annunciare la morte del tuo Figlio  
e con gioia di proclamare la sua resurrezione,  
fa' che testimoniamo nella vita questo grande mistero.

---

## Preghiera Iniziale

Benedirò il Signore in ogni tempo,  
sulla mia bocca sempre la sua lode.  
Io mi glorio nel Signore:  
i poveri ascoltino e si rallegrino.  
Magnificate con me il Signore,  
esaltiamo insieme il suo nome.  
Ho cercato il Signore: mi ha risposto  
e da ogni mia paura mi ha liberato.  
Guardate a lui e sarete raggianti,  
i vostri volti non dovranno arrossire.  
Questo povero grida e il Signore lo ascolta,  
lo salva da tutte le sue angosce.  
L'angelo del Signore si accampa  
attorno a quelli che lo temono, e li libera.  
Gustate e vedete com'è buono il Signore;  
beato l'uomo che in lui si rifugia.

## Dal Vangelo

secondo Giovanni (3, 16–21)

---

### *Ascolta*

In quel tempo, Gesù disse a Nicodèmo: «Dio ha tanto amato il mondo da dare il Figlio unigenito, perché chiunque crede in lui non vada perduto, ma abbia la vita eterna. Dio, infatti, non ha mandato il Figlio nel mondo per condannare il mondo, ma perché il mondo sia salvato per mezzo di lui. Chi crede in lui non è condannato; ma chi non crede è già stato condannato, perché non ha creduto nel nome dell'unigenito Figlio di Dio. E il giudizio è questo: la luce è venuta nel mondo, ma gli uomini hanno amato più le tenebre che la luce, perché le loro opere erano malvagie. Chiunque infatti fa il male, odia la luce, e non viene alla luce perché le sue opere non vengano riprovate. Invece chi fa la verità viene verso la luce, perché appaia chiaramente che le sue opere sono state fatte in Dio».



L'amore di Dio per l'uomo è così grande e smisurato da mandare suo Figlio sulla terra per salvarlo.

Ma Dio ha anche dato all'uomo la libertà di seguirlo o no: quelli che lo seguono saranno salvati per la vita eterna e saranno nella luce, ma quelli che rifiutano Dio saranno condannati in eterno a rimanere nelle tenebre. Certo non è facile pensare al Dio misericordioso che lascia l'uomo "in eterno" nelle tenebre.

Chi è nella luce di Dio potrà anche illuminare coloro che gli sono vicini, mentre chi opera il male, oltre a condannare se stesso, trascina nelle tenebre anche chi lo segue.

Gesù è venuto nel mondo a liberarci dal male e dalle tenebre: beati coloro che lo seguono.

**Per  
riflettere**

*Dio ha tanto amato il mondo da dare il Figlio unigenito perché chiunque crede in lui abbia la vita eterna.*

## Preghiera Finale

O Dio, donaci di crescere in santa fraternità  
per giungere alla pienezza in Cristo.

---

## Preghiera Iniziale

Benedirò il Signore in ogni tempo,  
sulla mia bocca sempre la sua lode.  
Gustate e vedete com'è buono il Signore;  
beato l'uomo che in lui si rifugia.  
Il volto del Signore contro i malfattori,  
per eliminarne dalla terra il ricordo.  
Gridano i giusti e il Signore li ascolta,  
li libera da tutte le loro angosce.  
Il Signore è vicino a chi ha il cuore spezzato,  
egli salva gli spiriti affranti.  
Molti sono i mali del giusto,  
ma da tutti lo libera il Signore.

## Dal Vangelo

secondo Giovanni (3, 31–36)

---

### *Ascolta*

**Chi viene dall'alto è al di sopra di tutti; ma chi viene dalla terra, appartiene alla terra e parla secondo la terra. Chi viene dal cielo è al di sopra di tutti. Egli attesta ciò che ha visto e udito, eppure nessuno accetta la sua testimonianza. Chi ne accetta la testimonianza, conferma che Dio è veritiero. Colui infatti che Dio ha mandato dice le parole di Dio: senza misura egli dà lo Spirito.**

**Il Padre ama il Figlio e gli ha dato in mano ogni cosa. Chi crede nel Figlio ha la vita eterna; chi non obbedisce al Figlio non vedrà la vita, ma l'ira di Dio rimane su di lui.**

L'evangelista Giovanni, con questo brano, commenta il colloquio che Gesù ha avuto con Nicodemo: ci vuole esprimere tutta la forza che deriva al credente dall'accettare la venuta di Gesù come testimonianza dell'amore che Dio ha per l'uomo.

Egli ci dona in abbondanza ("senza misura") lo Spirito che ci dà forza e riempie il nostro cuore di amore sia per Lui che per il prossimo.

È solo Gesù che ci dona la vita eterna se noi crediamo nelle sue promesse.

**Per  
riflettere**

*Rispose allora Pietro, insieme agli apostoli, [al sommo sacerdote e ai membri del sinedrio]: Bisogna obbedire a Dio invece che agli uomini. Il Dio dei nostri padri ha risuscitato Gesù, che voi avete ucciso appendendolo a una croce. Dio lo ha innalzato alla sua destra come capo e salvatore, per dare a Israele conversione e perdono dei peccati. E di questi fatti siamo testimoni noi e lo Spirito Santo, che Dio ha dato a quelli che gli obbediscono. All'udire queste cose essi si infuriarono e volevano metterli a morte. (At 5, 29-33)*

## Preghiera Finale

Dio onnipotente, che nella risurrezione di Cristo  
ci fai nuove creature per la vita eterna,  
accresci in noi i frutti del sacramento pasquale  
e infondi nei nostri cuori  
la forza di questo nutrimento di salvezza.  
*(dalla liturgia)*

---

## Preghiera Iniziale

Il Signore è mia luce e mia salvezza:  
di chi avrò timore?  
Il Signore è difesa della mia vita:  
di chi avrò paura?  
Una cosa ho chiesto al Signore,  
questa sola io cerco:  
abitare nella casa del Signore  
tutti i giorni della mia vita,  
per contemplare la bellezza del Signore  
e ammirare il suo santuario.  
Sono certo di contemplare la bontà del Signore  
nella terra dei viventi.  
Spera nel Signore, sii forte,  
si rinsaldi il tuo cuore e spera nel Signore.

## Dal Vangelo

secondo Giovanni (6, 1–15)

---

### *Ascolta*

In quel tempo, Gesù passò all'altra riva del mare di Galilea, cioè di Tiberiade, e lo seguiva una grande folla, perché vedeva i segni che compiva sugli infermi. Gesù salì sul monte e là si pose a sedere con i suoi discepoli.

Era vicina la Pasqua, la festa dei Giudei. Allora Gesù, alzati gli occhi, vide che una grande folla veniva da lui e disse a Filippo: «Dove potremo comprare il pane perché costoro abbiano da mangiare?». Diceva così per metterlo alla prova; egli infatti sapeva quello che stava per compiere. Gli rispose Filippo: «Duecento denari di pane non sono sufficienti neppure perché ognuno possa riceverne un pezzo».

Gli disse allora uno dei suoi discepoli, Andrea, fratello di Simon Pietro: «C'è qui un ragazzo che ha cinque pani d'orzo e due pesci; ma che cos'è questo per tanta gente?». Rispose Gesù: «Fateli sedere». C'era molta erba in quel luogo. Si misero dunque a sedere ed erano circa cinquemila uomini.

Allora Gesù prese i pani e, dopo aver reso grazie, li diede a quelli che erano seduti, e lo stesso fece dei pesci, quanto ne volevano. E quando furono saziati, disse ai suoi discepoli: «Raccogliete i pezzi avanzati, perché nulla vada perduto». Li raccolsero e riempirono dodici canestri con i pezzi dei cinque pani d'orzo, avanzati a coloro che avevano mangiato.

Allora la gente, visto il segno che egli aveva compiuto, diceva: «Questi è davvero il profeta, colui che viene nel mondo!». Ma Gesù, sapendo che venivano a prenderlo per farlo re, si ritirò di nuovo sul monte, lui da solo.

I racconti dei miracoli sono difficili da interpretare, soprattutto se ci intestardiamo a cercar di capire ciò che Gesù ha fatto in pratica. Questo, in realtà non lo sapremo mai, quindi è agli aspetti collaterali che bisogna guardare per trovare gli insegnamenti che l'evento ci vuol trasmettere.

«C'è qui un ragazzo che ha cinque pani d'orzo e due pesci... troppo poco—dicono i discepoli—per sfamare più di cinquemila persone». Chissà che invece, quel ragazzo, non sia il vero modello da imitare. In quel semplice e ingenuo gesto possiamo trovare una nuova logica: l'importante è mettere a disposizione quel poco che hai. Cioè passare dalla mentalità del “comprare” all'esperienza del “condividere”. Finché rimaniamo nella logica dei ragionamenti, dei progetti, della prudenza, dei calcoli, la realtà non cambierà mai. In questo episodio Gesù forse ci vuol dire: tira fuori il “ragazzo” che c'è in te. Gioca le tue carte. Metti sul piatto quel poco che hai. Inizia tu a fare qualcosa. Non aspettare che tocchi sempre agli altri a fare il primo passo.

## Per riflettere

*È sempre dal piccolo, dalle cose semplici, che nascono le cose grandi. Il poco, quando è condiviso, basta e avanza. Infatti, quando tutti furono saziati, ecco l'invito di Gesù: «Raccogliete gli avanzi perché nulla vada perduto», e riempirono dodici canestri! Dio è generoso ma non tollera gli sprechi. Ecco il grande insegnamento di questo episodio: il vero problema non è la mancanza di pane, ma la mancanza di condivisione.*

## Preghiera Finale

Signore aiutaci a diventare come quel “ragazzino” del vangelo.

Ogni nostra azione abbia il potere di cambiare qualcosa.

Che il pane di ciascuno diventi il pane di tutti,

perché questo è il vero miracolo

che tutti possiamo compiere ogni giorno:

imparare a trasformare il mio in nostro.

---

## Preghiera Iniziale

Benedici il Signore, anima mia,  
Signore mio Dio, quanto sei grande!  
Rivestito di maestà e di splendore,  
avvolto di luce come di un manto,  
voglio cantare al Signore finché ho vita,  
cantate al mio Dio finché esisto,  
a Lui sia gradito il mio canto,  
la mia gioia è nel Signore.

*(Salmo 103)*

## Dal Vangelo

secondo Giovanni (6, 16-21)

---

### *Ascolta*

Venuta la sera, i discepoli di Gesù scesero al mare, salirono in barca e si avviarono verso l'altra riva del mare in direzione di Cafàrnao.

Era ormai buio e Gesù non li aveva ancora raggiunti; il mare era agitato, perché soffiava un forte vento.

Dopo aver remato per circa tre o quattro miglia, videro Gesù che camminava sul mare e si avvicinava alla barca, ed ebbero paura. Ma egli disse loro: «Sono io, non abbiate paura!».

Allora vollero prenderlo sulla barca, e subito la barca toccò la riva alla quale erano diretti.

I discepoli si mettono sulla barca e vogliono attraversare il mare e Gesù non è con loro. I discepoli sono affaticati perché devono remare contro vento e quando vedono Gesù che cammina sul mare hanno paura. Sono spaventati, è una cosa nuova veder camminare un uomo sul mare, ed ogni cambiamento, se ci pensiamo bene, ci fa paura.

Noi siamo abituati a costruirci un Dio a nostra immagine e qui troviamo un Dio vero che è più grande delle nostre aspettative, e ci manca la terra sotto i piedi. È un momento del Vangelo che mi fa molto riflettere: la paura dei discepoli ci guida in questa rivelazione che Gesù mette in atto; la rivelazione della Sua potenza sul mare, che rappresenta la forza del caos e del male all'opera nel mondo, causa nei discepoli un turbamento grande.

È come se entrasse nel cuore dell'uomo la paura di Dio, perché l'uomo non è più abituato a rimanere in intimo contatto con Lui. Solo quando Gesù ci dice "Io sono" possiamo riconoscerlo come il Dio che si era manifestato a Mosè sul monte Sinai: possiamo passare dal mare, simbolo della morte, alla terra, simbolo della vita.

## Per riflettere

*Anche noi spesso abbiamo paura di metterci nelle mani del Signore, paura che ci chieda qualcosa di così difficile e complicato che ci può far tremare l'anima e metta in evidenza tutte le nostre incapacità, la nostra vita che non è sempre lineare ma conosce domande e ripensamenti. Comunque ricordiamoci sempre che quando ci impegniamo sempre in qualche azione buona Dio è con noi e ci aiuterà sempre a portarle a termine.*

## Preghiera Finale

Se mi cercate mi troverete,  
perché mi cercherete con tutto il cuore.

*(Geremia 29, 11-13)*

---

## Preghiera Iniziale

Buono e pietoso è il Signore, lento all'ira e grande nell'amore.  
Come il cielo è alto sulla terra, così è grande la sua misericordia su quanti lo temono.  
(*Salmo 102*)

## Dal Vangelo

secondo Luca (24, 13–35)

---

### *Ascolta*

Ed ecco, in quello stesso giorno [il primo della settimana] due dei [discepoli] erano in cammino per un villaggio di nome Èmmaus, distante circa undici chilometri da Gerusalemme, e conversavano tra loro di tutto quello che era accaduto. Mentre conversavano e discutevano insieme, Gesù in persona si avvicinò e camminava con loro. Ma i loro occhi erano impediti a riconoscerlo.

Ed egli disse loro: «Che cosa sono questi discorsi che state facendo tra voi lungo il cammino?». Si fermarono, col volto triste; uno di loro, di nome Clèopa, gli rispose: «Solo tu sei forestiero a Gerusalemme! Non sai ciò che vi è accaduto in questi giorni?». Domandò loro: «Che cosa?». Gli risposero: «Ciò che riguarda Gesù, il Nazareno, che fu profeta potente in opere e in parole, davanti a Dio e a tutto il popolo; come i capi dei sacerdoti e le nostre autorità lo hanno consegnato per farlo condannare a morte e lo hanno crocifisso. Noi speravamo che egli fosse colui che avrebbe liberato Israele; con tutto ciò, sono passati tre giorni da quando queste cose sono accadute. Ma alcune donne, delle nostre, ci hanno sconvolti; si sono recate al mattino alla tomba e, non avendo trovato il suo corpo, sono venute a dirci di aver avuto anche una visione di angeli, i quali affermano che egli è vivo. Alcuni dei nostri sono andati alla tomba e hanno trovato come avevano detto le donne, ma lui non l'hanno visto».

Disse loro: «Stolti e lenti di cuore a credere in tutto ciò che hanno detto i profeti! Non bisognava che il Cristo patisse queste sofferenze per entrare nella sua gloria?». E, cominciando da Mosè e da tutti i profeti, spiegò loro in tutte le Scritture ciò che si riferiva a lui.

Quando furono vicini al villaggio dove erano diretti, egli fece come se dovesse andare più lontano. Ma essi insistettero: «Resta con noi, perché si fa sera e il giorno è ormai al tramonto». Egli entrò per rimanere con loro.

Quando fu a tavola con loro, prese il pane, recitò la benedizione, lo spezzò e lo diede loro. Allora si aprirono loro gli occhi e lo riconobbero. Ma egli sparì dalla loro vista. Ed essi dissero l'un l'altro: «Non ardeva forse in noi il nostro cuore mentre egli conversava con noi lungo la via, quando ci spiegava le Scritture?».

Partirono senza indugio e fecero ritorno a Gerusalemme, dove trovarono riuniti gli Undici e gli altri che erano con loro, i quali dicevano: «Davvero il Signore è risorto ed è apparso a Simone!». Ed essi narravano ciò che era accaduto lungo la via e come l'avevano riconosciuto nello spezzare il pane.



Uno dei più bei racconti delle apparizioni post pasquali è quello narrato da Luca alla fine del suo Vangelo: Gesù raggiunge due dei suoi discepoli proprio quando sono in cammino verso una delle tante periferie dell'impero romano. Il percorso dei discepoli che tornano a casa da Gerusalemme viene spesso interpretato in senso spirituale.

In un'interpretazione esistenziale il percorso verso Emmaus è quello della vita, il loro pellegrinaggio di tutti i giorni fatto di progetti (l'arrivo ad Emmaus), di fatiche (dover percorrere diversi chilometri), di tristezza ("col volto triste"), di ripensamenti (si fermarono). È il solito cammino, una strada come un'altra, il normale pendolarismo e ancora una volta un'altra delusione. Nemmeno i segni che sono stati dati loro bastano più: sono segni importanti, ma che non forzano mai a credere. Il primo è la tomba vuota e questo è per tutti un segno essenziale e la sua scoperta da parte dei discepoli è il primo passo verso il riconoscimento dell'evento della resurrezione.

La conclusione della pagina è bellissima: il ministero dei due di Emmaus che scaturirà da questa cena sarà quello dell'annuncio, un annuncio che parte dalle periferie. Bisogna cercare Gesù dove si lascia trovare come uno "straniero che cammina verso coloro che sanno accoglierlo". Per poter riconoscere Gesù è necessario fare un tratto di strada con lui, farlo entrare nella propria casa e sedere con Lui alla tavola. Ed allora ecco che lo scoramento dei due discepoli si scioglie come neve al sole, perché accogliendo Gesù nella nostra vita tutto giunge alla meta. L'abbandono, l'emarginazione, la solitudine sono i mali del nostro tempo, e spesso non manca solo Gesù, ma anche la presenza di qualcuno che con il suo amore accorato dovrebbe far sentire quello del Signore.

È in effetti sempre confortante che allora, come oggi, venga accolto nella nostra vita e può dirci parole di consolazione e fare in modo che la nostra vita raggiunga felicemente la meta.

**Per  
riflettere**

*Si può quasi dire che lo stesso viaggio è meta, Gesù stesso aveva detto: "Io sono la Via, la Verità e la Vita".*

## Preghiera Finale

Ti loderò tra i popoli, Signore,  
a te canterò inni tra le genti,  
perché la tua bontà è grande fino ai cieli  
e la tua verità fino alle nubi.  
Innalzati, Dio, sopra i cieli,  
su tutta la terra la tua gloria.  
Perché siano liberati i tuoi amici,  
salvacì con la tua destra e ascoltaci.

*(Salmo 107)*

---

## Preghiera Iniziale

Eterno è il tuo amore, Signore.  
Mi hai dato forza per sconfiggere i miei nemici.  
Eterno è il tuo amore, Signore.  
Ti ho invocato e mi hai risposto.  
Ti sento con me, confido in Te, o Signore.  
Nel tuo nome ho vinto i nemici.  
Tu Signore sei mia forza, mio canto, mia luce.  
Sei il mio Dio e Ti esalto.  
Non confiderò nei potenti della terra,  
solo in Te, Signore, trovo pace e rifugio.  
La tua bontà è per sempre  
E per ogni uomo che in Te confida.  
*(Salmo 118)*

---

## Dal Vangelo

secondo Giovanni (6, 22–29)

### *Ascolta*

Il giorno dopo, la folla, rimasta dall'altra parte del mare, vide che c'era soltanto una barca e che Gesù non era salito con i suoi discepoli sulla barca, ma i suoi discepoli erano partiti da soli.

Altre barche erano giunte da Tiberiade, vicino al luogo dove avevano mangiato il pane, dopo che il Signore aveva reso grazie.

Quando dunque la folla vide che Gesù non era più là e nemmeno i suoi discepoli, salì sulle barche e si diresse alla volta di Cafàrnao alla ricerca di Gesù. Lo trovarono di là dal mare e gli dissero: «Rabbì, quando sei venuto qua?».

Gesù rispose loro: «In verità, in verità io vi dico: voi mi cercate non perché avete visto dei segni, ma perché avete mangiato di quei pani e vi siete saziati. Datevi da fare non per il cibo che non dura, ma per il cibo che rimane per la vita eterna e che il Figlio dell'uomo vi darà. Perché su di lui il Padre, Dio, ha messo il suo sigillo».

Gli dissero allora: «Che cosa dobbiamo compiere per fare le opere di Dio?». Gesù rispose loro: «Questa è l'opera di Dio: che crediate in colui che egli ha mandato».

La folla cerca Gesù: non è sulla barca con i suoi discepoli e nessuno lo vede, ma lo vogliono trovare. Certo, dopo la moltiplicazione dei pani e dei pesci non vogliono perderlo di vista: un Dio che ti fornisce da mangiare è degno di diventare Re! “È Lui il profeta che aspettiamo”, pensano e si spostano verso Cafarnaò, che era diventato il “campo base” di Gesù e dei suoi discepoli.

Ancora una volta non hanno capito, ancora una volta Gesù deve spiegare il concetto fondamentale della sua “presenza”: “Mi cercate perché avete veduto miracoli”. Si sono saziati! La folla si è fermata agli aspetti esterni, vistosi e ai vantaggi materiali dei miracoli e non ha capito che il nutrimento che porta Gesù è qualcosa che resta in eterno dentro di noi, un pane ed un nutrimento spirituale per la vita eterna. Gesù chiede un atto di fede: credere in Lui, mandato da Dio, con un atto di abbandono totale che non esclude le opere ma che dà ad esse senso e valore. È un anticipo dell’ultima cena, è la promessa del dono di un pane che non perisce.

Gesù ha trovato un modo meraviglioso di rimanere accanto a noi: l’eucarestia, “il nutrimento che resta per la vita eterna”. Gesù si identifica con il pane della vita di fronte ai Giudei che hanno chiesto miracoli materiali, opere esteriori, guarigioni e pane. Il trionfo di Gesù non è quello pensato dalla folla (“Stavano per venire a rapirlo per farlo re”), bensì il compimento dei disegni misericordiosi di Dio verso gli uomini.

Sarà un re che farà dono di se stesso sulla croce.

**Per  
riflettere**

*Anche noi, come la folla dei Giudei, chiediamo, chiediamo al Signore. Chiediamo quasi sempre cose materiali. Quanto siamo disposti a dimenticarci dei nostri bisogni più o meno fittizi per “alzare il tiro” e guardare a Gesù con altri occhi, a vederlo non come un taumaturgo pronto a soddisfare i nostri desideri, ma come fonte inesauribile d’amore per noi? Forse allora potremo solo dire grazie per il grande dono della presenza di Gesù nell’eucarestia.*

## Preghiera Finale

Signore fa che ci rendiamo conto  
della grandezza del dono che ci hai fatto;  
fa’ che le nostre eucarestie non diventino abitudine;  
fa’ che recuperiamo il senso di stupore e gratitudine  
per i tuoi doni elargiti a tutti;  
fa’ che sentiamo la gioia di immergerci in Cristo nell’eucarestia.

## Preghiera Iniziale

Grande è la fiducia in Te Signore.  
Non cesso di pregare, di gridare in cerca della salvezza  
che solo Tu Signore mi puoi dare.  
Ascolta il mio grido, Signore,  
mia unica possibilità di salvezza.  
Mostrati Signore, aprimi gli occhi, aprimi il cuore.  
Voglio aggrapparmi alla tua luce, al tuo amore.  
Così potrò risalire dal regno degli inferi,  
ritornare alla vita grazie al tuo amore.

## Dal Vangelo

secondo Marco (16, 15-20)

---

### *Ascolta*

**In quel tempo, [Gesù apparve agli Undici] e disse loro: «Andate in tutto il mondo e proclamare il Vangelo a ogni creatura. Chi crederà e sarà battezzato sarà salvato, ma chi non crederà sarà condannato. Questi saranno i segni che accompagneranno quelli che credono: nel mio nome scacceranno demòni, parleranno lingue nuove, prenderanno in mano serpenti e, se berranno qualche veleno, non recherà loro danno; imporranno le mani ai malati e questi guariranno».**

**Il Signore Gesù, dopo aver parlato con loro, fu elevato in cielo e sedette alla destra di Dio.**

**Allora essi partirono e predicarono dappertutto, mentre il Signore agiva insieme con loro e confermava la Parola con i segni che la accompagnavano.**

Siamo alla fine del vangelo di Marco. Gesù è risorto ed appare ai discepoli per dare loro il mandato dell'annuncio "in tutto il mondo". I discepoli hanno vissuto con Gesù tappe e momenti importanti che sono culminati nel sacrificio delle croce e nello splendore della resurrezione, ed ora ricevono direttamente dal Signore l'incarico di mettersi in cammino. Avranno in dono molti carismi perché gli uomini riconoscano in loro lo spirito di Dio.

Il Vangelo diventa così punto di partenza per vivere da testimoni veri la missione ricevuta da Cristo. Ognuno di noi ha la possibilità di incontrare Dio e di annunciarlo al mondo. L'amore di Dio si riversa su ogni persona, non conta chi siamo ma come rispondiamo al Vangelo di Cristo.

Dio chiama in mille modi e cui chiede di saper portare la sua parola all'umanità intera. Essere testimoni veri con la certezza che il Signore è con noi, il suo spirito ci guida, ci sostiene, ci ricolma di carismi che noi possiamo donare ai fratelli per proclamare la sua gloria.

"Dopo aver parlato fu assunto di cielo". L'ascensione del Signore non è un abbandono: i discepoli e noi tutti non saremo mai soli. Cristo sarà sempre con loro ed opererà con loro per testimoniare la potenza di Dio e la sua eterna presenza nella Chiesa. Così anche noi siamo chiamati a testimoniare con la nostra vita il Signore, unica salvezza del mondo.

**Per  
riflettere**

*Com'è la nostra fede? Riusciamo ad essere testimoni di Cristo nella vita di tutti i giorni? Sul luogo di lavoro, in famiglia, con gli amici o preferiamo "mimetizzarci" con il "gruppo", adeguarci al senso comune, non prendere posizione e piacere per il quieto vivere.*

## Preghiera Finale

Semina, semina. L'importante è seminare.

Poco, molto, tutto, il grano della speranza.

Semina il tuo sorriso, semina le tue energie, semina il tuo coraggio,  
semina il tuo entusiasmo, la tua fede, il tuo amore.

Semina ed abbi fiducia:

ogni chicco arricchirà ogni angolo della terra.

*(Ottaviano Menato)*

---

## Preghiera Iniziale

A te si deve lode, o Dio, in Sion.  
A te si sciogla il voto in Gerusalemme,  
a te che ascolti la preghiera  
viene ogni mortale.  
Pesano su di noi le nostre colpe,  
ma tu perdoni i nostri peccati.  
Beato chi hai scelto e chiamato vicino,  
abiterà nei tuoi atri;  
ci sazieremo dei beni della tua casa,  
della santità del tuo tempio.  
*(Salmo 65)*

---

## Dal Vangelo

secondo Giovanni (6, 35–40)

### *Ascolta*

**In quel tempo, disse Gesù alla folla: «Io sono il pane della vita; chi viene a me non avrà fame e chi crede in me non avrà sete, mai! Vi ho detto però che voi mi avete visto, eppure non credete. Tutto ciò che il Padre mi dà, verrà a me: colui che viene a me, io non lo cacerò fuori, perché sono disceso dal cielo non per fare la mia volontà, ma la volontà di colui che mi ha mandato. E questa è la volontà di colui che mi ha mandato: che io non perda nulla di quanto egli mi ha dato, ma che lo risusciti nell'ultimo giorno. Questa infatti è la volontà del Padre mio: che chiunque vede il Figlio e crede in lui abbia la vita eterna; e io lo risusciterò nell'ultimo giorno».**

Il pane che sazia per sempre è Gesù, egli solo è quel nutrimento che può sostenere e saziare e dare la vita nella sua pienezza. È davvero per noi sorgente di vita; non è quindi possibile avere la vita senza Gesù. Il Padre lo ha mandato affinché chi crede in Lui abbia la vita eterna.

È meraviglioso: io, tu, noi, siamo per Gesù un “dono” del Padre. La comunità degli apostoli che sta con Gesù sa che gli uni sono per gli altri “dono di Dio”. Questa è l’opera del Padre, che mediante la fede ha reso i discepoli capaci di appartenere al Figlio. Egli dice di ciascuno: non lo cacerò via, lo risusciterò nell’ultimo giorno, sarà con me per sempre.

Sono parole che infondono nel nostro cuore fiducia, sicurezza, gratitudine.

## Per riflettere

*Fare la volontà del Padre è il cibo di Gesù ed è anche la strada del cristiano. Lui ci ha indicato la strada, ma non è facile fare la volontà di Dio, perché ogni giorno si presentano tante opzioni: fai questo che va bene, non è male. Invece bisognerebbe chiedersi “È la volontà di Dio?”. Come faccio per compiere la volontà di Dio? Prima di tutto bisogna chiedere la grazia, pregare e chiedere la grazia di fare la volontà di Dio, per conoscere la volontà di Dio su di me ed infine pregare per realizzarla.*

## Preghiera Finale

Pane di Vita,  
Pane di vita sei,  
spezzato per tutti noi,  
chi ne mangia per sempre in te vivrà,  
veniamo al tuo santo altare,  
Mensa del tuo amore.  
Come pane vieni in mezzo a noi,  
il tuo corpo ci sazierà,  
il tuo sangue ci salverà,  
perché Signore tu sei morto per amore  
e ti offri oggi per noi.

---

## Preghiera Iniziale

Acclamate a Dio da tutta la terra,  
cantate alla gloria del suo nome,  
date a lui splendida lode.  
Dite a Dio “Stupende sono le tue opere”.  
Per la grandezza della tua potenza  
a te si piegano i tuoi nemici.  
A te si prostri tutta la terra  
a te canti inni, canti al tuo nome.  
*(Salmo 65)*

## Dal Vangelo

secondo Giovanni (6, 44–51)

---

### *Ascolta*

In quel tempo, disse Gesù alla folla: «Nessuno può venire a me, se non lo attira il Padre che mi ha mandato; e io lo risusciterò nell'ultimo giorno. Sta scritto nei profeti: “E tutti saranno istruiti da Dio”. Chiunque ha ascoltato il Padre e ha imparato da lui, viene a me. Non perché qualcuno abbia visto il Padre; solo colui che viene da Dio ha visto il Padre. In verità, in verità io vi dico: chi crede ha la vita eterna.

Io sono il pane della vita. I vostri padri hanno mangiato la manna nel deserto e sono morti; questo è il pane che discende dal cielo, perché chi ne mangia non muoia. Io sono il pane vivo, disceso dal cielo. Se uno mangia di questo pane vivrà in eterno e il pane che io darò è la mia carne per la vita del mondo».



Il capitolo si compone di due parti: nella prima Gesù parla con la folla nella Sinagoga di Cafarnaò e si propone come Figlio di Dio, pane di vita, redentore dell'umanità. Nella seconda parte come Pane disceso dal Cielo. L'Eucarestia per noi non è un simbolo, ma presenza reale di Gesù.

In una omelia di qualche anno fa per il Corpus Domini, papa Benedetto XVI affermò: «Noi guardiamo l'Ostia consacrata, il tipo più semplice di pane e nutrimento, fatto soltanto di farina e acqua. Così esso appare come cibo dei poveri, ai quali in primo luogo il Signore ha destinato la sua vicinanza. La preghiera con la quale la Chiesa durante la liturgia della Messa consegna questo pane al Signore lo qualifica come frutto della terra e del lavoro dell'uomo. In Esso è racchiusa la fatica umana, il lavoro quotidiano di chi coltiva la terra. Tuttavia il pane non è semplicemente e soltanto il prodotto nostro, è frutto della terra e quindi anche dono; perché il fatto che la terra porti frutto, non è merito nostro solo il Creatore poteva conferirle la fertilità».

**Per  
riflettere**

*Guardando più da vicino questo piccolo pezzo di Ostia bianca, questo pane dei poveri, ci appare come una sintesi della creazione. Infatti, al di là della sintesi di natura e spirito che in qualche modo avvertiamo nel pezzo di pane, la creazione è protesa verso la divinizzazione, verso l'unificazione con il Creatore stesso.*

## Preghiera Finale

Pane di vita sei  
spezzato per tutti noi.  
Chi ne mangia per sempre in Te vivrà.  
Veniamo al Tuo santo altar,  
mensa del Tuo amor,  
come pane vieni in mezzo a noi.  
Il Tuo corpo ci sazierà,  
il Tuo sangue ci salverà.  
Perché Signor, Tu sei morto per amore  
e ti offri oggi per noi.

---

## Preghiera Iniziale

Signore Gesù che ci hai amati per primo  
e ci chiami a seguirti per dare senso alla nostra vita  
spendendola nell'amore per Te e per i fratelli,  
fa' che non manchiamo all'incontro con Te  
e sappiamo ripetere il nostro Sì  
ogni giorno con convinzione e gioia,  
grati per ogni persona che si fa tuo strumento  
e pronti a farci a nostra volta servi  
umili e fedeli del tuo progetto di Salvezza.

---

## Dal Vangelo

secondo Giovanni (6, 52-59)

### *Ascolta*

In quel tempo, i Giudei si misero a discutere aspramente fra loro: «Come può costui darci la sua carne da mangiare?».

Gesù disse loro: «In verità, in verità io vi dico: se non mangiate la carne del Figlio dell'uomo e non bevete il suo sangue, non avete in voi la vita. Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue ha la vita eterna e io lo risusciterò nell'ultimo giorno. Perché la mia carne è vero cibo e il mio sangue vera bevanda. Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue rimane in me e io in lui. Come il Padre, che ha la vita, ha mandato me e io vivo per il Padre, così anche colui che mangia me vivrà per me.

Questo è il pane disceso dal cielo; non è come quello che mangiarono i padri e morirono. Chi mangia questo pane vivrà in eterno».

Gesù disse queste cose, insegnando nella sinagoga a Cafàrnao.

La prima lettura oggi proposta dagli Atti degli Apostoli ci presenta la narrazione della “vocazione” di Saulo, come è più giusto chiamarla piuttosto che “conversione” perché, richiamandosi al verbo latino *vocare*—che significa “chiamare”—pone l’accento su Colui che prende l’iniziativa prima ancora che sulla conseguenza della sua azione. È il Signore che chiama Saulo, come fa con Anania e come fa con ciascuno di noi; lo chiama per nome perché lo conosce nel profondo e lo ama. È l’incontro con quel Gesù che Saulo credeva fosse morto e fosse stato solo un falso profeta ed è un incontro sconvolgente che cambia per sempre la sua vita: il persecutore davanti al quale i testimoni della lapidazione di Stefano avevano steso i loro mantelli, il terrore dei cristiani, diventerà il perseguitato che dirà che è Cristo stesso a vivere in lui e porterà il Vangelo ai “lontani”, testimoniandolo con la propria vita fino al martirio.

E ancora una volta Gesù offre la sua salvezza non con l’autoritarismo di chi è superiore, ma con la delicatezza di chi si fa prossimo servendosi di persone concrete che, come Anania, sanno aprire il cuore all’azione dello Spirito. Dopo il “bagno di umiltà”, come lo ha definito Papa Francesco (Saulo cade a terra, diventa cieco e deve farsi condurre da altri), il cuore di Saulo è pronto ad aprirsi alla nuova vita e alla vita eterna che il Battesimo gli dona: è la sua risurrezione, la sua Pasqua. Saulo diventa Paolo, l’Apostolo delle genti.

Anche noi possiamo aprirci all’azione dello Spirito e incontrare il Signore vivo e vero nel Sacramento dell’Eucaristia, dove Gesù è quel pane di vita disceso dal cielo di cui ci parla Giovanni nel suo Vangelo; pane che ci unisce a Lui e al Padre e ci fa un solo corpo con i fratelli nella Chiesa.

## Per riflettere

*Saulo incontra il Signore Gesù e la sua vita cambia; noi abbiamo incontrato il Signore o ci siamo chiusi al suo amore? Anche noi tante volte perseguiamo il Signore con le nostre scelte quotidiane, con il nostro modo di parlare, agire, usare le cose e il tempo. Ne siamo coscienti? Cosa facciamo concretamente per cambiare tutto questo? Anania è colui che accompagna Saulo. E noi ci facciamo accompagnatori dei nostri fratelli verso Gesù e a nostra volta ci facciamo accompagnare? L’Eucaristia delle mie Celebrazioni nutre e riscalda la mia vita? La sta trasformando oppure la lascia indifferente?*

## Preghiera Finale

Spirito Santo, che sei Spirito d’amore e dai vita,  
apri il mio cuore a Te e salvami dalle tentazioni del mondo;  
fa’ che fra le tante voci senta solo la tua  
che sa guidare i miei passi sulla via del bene  
per poter essere felice in questa vita e nell’altra.

**Sabato**  
**29 aprile 2023**

1Gv 1, 5–2, 2; Sal 102  
*Santa Caterina da Siena*

---

## Preghiera Iniziale

Signore Gesù, che hai scelto i piccoli  
e in Santa Caterina da Siena hai riversato  
in un cuore umile e semplice la tua divina Sapienza  
e il tuo ardente amore, facendone la tua sposa a te consacrata,  
aiuta tutti noi tuoi figli a camminare,  
come ha fatto lei, nella luce.

## Dal Vangelo

secondo Matteo (11, 25–30)

---

### *Ascolta*

In quel tempo, Gesù disse: «Ti rendo lode, Padre, Signore del cielo e della terra, perché hai nascosto queste cose ai sapienti e ai dotti e le hai rivelate ai piccoli. Sì, o Padre, perché così hai deciso nella tua benevolenza. Tutto è stato dato a me dal Padre mio; nessuno conosce il Figlio se non il Padre, e nessuno conosce il Padre se non il Figlio e colui al quale il Figlio vorrà rivelarlo.

Venite a me, voi tutti che siete stanchi e oppressi, e io vi darò ristoro. Prendete il mio giogo sopra di voi e imparate da me, che sono mite e umile di cuore, e troverete ristoro per la vostra vita. Il mio giogo infatti è dolce e il mio peso leggero».

Per la nascita al cielo di Santa Caterina da Siena, patrona d'Italia e d'Europa e Dottore della Chiesa, oggi ci vengono proposte letture quanto mai significative proprio in riferimento alla vita di questa Santa. "Dio è luce" ci dice Giovanni e noi, se vogliamo veramente vivere la sua sequela, dobbiamo camminare nella luce; questo vuol dire rifuggire il peccato, fare il bene per essere "sale della terra e luce del mondo", cioè per essere cristiani significativi, degni di dirsi tali perché "di Cristo", consacrati a Lui quali suoi figli dal momento del nostro Battesimo.

"Illuminati" erano anche chiamati un tempo i cristiani e Caterina è stata riconosciuta una "figlia della luce" per eccellenza. Tutta la sua breve ma intensa vita ha manifestato la sua unione profonda con il Signore, la sua fede nel Cristo Risorto e nella forza redentrice del suo sangue effuso sul legno della croce che diventa in lei amore e dedizione alla Chiesa, corpo mistico di Cristo. Nella sua intima unione con Cristo, Caterina si è fatta veramente suo coniuge (*cum-iugum*: portare lo stesso giogo), prendendo su di sé quel dolce giogo di cui ci parla il Vangelo di Matteo e trovando nel suo Sposo ristoro per la propria vita. A questo cammino condiviso il Signore chiama anche noi ed il carico da portare è la vita stessa con le sue cadute e i suoi fallimenti, ma anche con le sue gioie e le sue vittorie; in un andare in cui non siamo mai soli perché Lui è sempre con noi e quando crediamo di essere soli perché non lo vediamo camminare accanto a noi è solo perché ci sta portando in braccio per abbracciare il nostro dolore.

## Per riflettere

*E noi abbiamo fede in Cristo Risorto? Crediamo che anche noi risorgeremo? Il Battesimo è per noi un sacramento a cui corrispondere ogni giorno o è solo il ricordo di un evento passato che abbiamo "subito" perché eravamo piccoli? L'Eucaristia è per noi il momento in cui il corpo e il sangue di Cristo ci innestano in quell'Amore che ci spinge sulla via della santità? L'intima unione a Cristo ha fatto di Santa Caterina una combattente coraggiosa contro ogni divisione e discordia per il conseguimento della pace e dell'unità nelle famiglie come nelle comunità e tra i popoli. Sono un operatore di pace a partire dal mio contesto di vita?*

## Preghiera Finale

Santa Caterina, che hai lottato per portare ovunque la pace e l'unità,  
aiuta questa umanità cieca, senza luce,  
a ritrovare la via del bene,  
perché cessino i conflitti e le guerre tra i popoli,  
ma anche le ostilità e la cattiveria nelle comunità e nelle famiglie.

---

## Preghiera Iniziale

Il Signore è il mio pastore:  
non manco di nulla.  
Su pascoli erbosi mi fa riposare,  
ad acque tranquille mi conduce.  
Rinfranca l'anima mia.  
Mi guida per il giusto cammino  
a motivo del suo nome.  
Anche se vado per una valle oscura,  
non temo alcun male, perché tu sei con me.  
Il tuo bastone e il tuo vincastro  
mi danno sicurezza.  
Davanti a me tu prepari una mensa  
sotto gli occhi dei miei nemici.  
Ungi di olio il mio capo.  
Sì, bontà e fedeltà mi saranno compagne  
tutti i giorni della mia vita,  
abiterò ancora nella casa del Signore  
per lunghi giorni.

---

## Dal Vangelo

secondo Giovanni (10, 1-10)

### *Ascolta*

In quel tempo, Gesù disse: «In verità, in verità io vi dico: chi non entra nel recinto delle pecore dalla porta, ma vi sale da un'altra parte, è un ladro e un brigante. Chi invece entra dalla porta, è pastore delle pecore.

Il guardiano gli apre e le pecore ascoltano la sua voce: egli chiama le sue pecore, ciascuna per nome, e le conduce fuori. E quando ha spinto fuori tutte le sue pecore, cammina davanti a esse, e le pecore lo seguono perché conoscono la sua voce. Un estraneo invece non lo seguiranno, ma fuggiranno via da lui, perché non conoscono la voce degli estranei».

Gesù disse loro questa similitudine, ma essi non capirono di che cosa parlava loro.

Allora Gesù disse loro di nuovo: «In verità, in verità io vi dico: io sono la porta delle pecore. Tutti coloro che sono venuti prima di me, sono ladri e briganti; ma le pecore non li hanno ascoltati. Io sono la porta: se uno entra attraverso di me, sarà salvato; entrerà e uscirà e troverà pascolo.

Il ladro non viene se non per rubare, uccidere e distruggere; io sono venuto perché abbiano la vita e l'abbiano in abbondanza».

Nella Bibbia la figura del pastore è molto presente e Dio è chiamato e riconosciuto come pastore, “pastore d’Israele”, ed il suo popolo è detto il suo gregge.

In questa parabola le solenni parole di Gesù mettono in rilievo un’opposizione: vi sono quelli che entrano nel recinto del gregge non attraverso la porta che è sorvegliata, ma scavalcando il recinto. Questi sono i ladri e i briganti: le pecore non appartengono a loro, ma loro vogliono impossessarsene. Sono ladri perché rubano e sono briganti che possono entrare nel recinto solo con l’inganno; sono in realtà lupi, falsi pastori che non si curano dei bisogni delle pecore ma pensano solo a sé stessi.

Invece “il pastore delle pecore entra attraverso la porta” e il guardiano posto all’ingresso del recinto lo riconosce e gli apre; allora “le pecore ascoltano la sua voce: egli chiama le sue pecore ciascuna per nome e le conduce fuori”. Gesù è questo pastore e il Padre è il guardiano che Gli apre. È infatti il Padre che Lo ha inviato, che Gli ha messo tutte le pecore nelle mani. Dunque Gesù riconosce il Padre come unico pastore del gregge e così fanno anche le pecore: esse riconoscono la sua voce, la ascoltano ed esultano, sentendosi da Lui chiamate ciascuna con il proprio nome. Gesù ha un compito preciso: far uscire le pecore dal recinto verso pascoli aperti, verso la libertà, la salvezza, verso una “vita in abbondanza”. Il pastore si definisce poi anche “porta”; la porta delle pecore che è “via, verità e vita” (Gv 14, 6).

## Per riflettere

*Gesù, porta di salvezza, che desideri per le pecore “la vita in abbondanza”, pastore bello e buono che dai la vita per le tue pecore, che hai cura di esse perché le ami, fa’ che giungiamo a sentirci amati, compresi e perdonati da un amore che è sempre anche misericordia.*

## Preghiera Finale

In te, Signore, mi sono rifugiato,  
mai sarò deluso;  
per la tua giustizia salvami.  
Porgi a me l’orecchio,  
vieni presto a liberarmi.  
Sii per me la rupe che mi accoglie,  
la cinta di riparo che mi salva.  
Tu sei la mia roccia e il mio baluardo,  
per il Tuo Nome dirigi i miei passi.  
(Salmo 31)

# L'agnello immolato ci trasse dalla morte alla vita

Ufficio delle Letture del Lunedì fra l'Ottava di Pasqua

*Dall'«Omelia sulla Pasqua» di Melitone di Sardi, vescovo (Capp. 2-7; 100-103; SC 123, 60-64. 120-122)*

Prestate bene attenzione, carissimi: il mistero della Pasqua è nuovo e antico, eterno e temporale, corruttibile e incorruttibile, mortale e immortale. Antico secondo la legge, nuovo secondo il Verbo; temporaneo nella figura, eterno nella grazia; corruttibile per l'immolazione dell'agnello, incorruttibile per la vita del Signore; mortale per la sua sepoltura nella terra, immortale per la sua risurrezione dai morti.

La legge è antica, ma il Verbo è nuovo; temporale è la figura, eterna la grazia; corruttibile l'agnello, incorruttibile il Signore, che fu immolato come un agnello, ma risorse come Dio.

«Era come agnello condotto al macello, come pecora muta di fronte ai suoi tosatori, e non aprì la sua bocca» (Is 53, 7).

La similitudine è passata ed ha trovato compimento la realtà espressa: invece di un agnello, Dio, l'uomo-Cristo, che tutto compendia.

Perciò l'immolazione dell'agnello, la celebrazione della Pasqua e la scrittura della legge ebbero per fine Cristo Gesù. Nell'antica legge tutto avveniva in vista di Cristo. Nell'ordine nuovo tutto converge a Cristo in una forma assai superiore.

La legge è divenuta il Verbo e da antica è fatta nuova, ma ambedue uscirono da Sion e da Gerusalemme. Il precetto si mutò in grazia, la figura in verità, l'agnello nel Figlio, la pecora nell'uomo e l'uomo in Dio.

Il Signore pur essendo Dio, si fece uomo e soffrì per chi soffre, fu prigioniero per il prigioniero, condannato per il colpevole e, sepolto per chi è sepolto, risuscitò dai morti e gridò questa grande parola: Chi è colui che mi condannerà? Si avvicini a me (Is 50, 8). Io, dice, sono Cristo che ho distrutto la morte, che ho vinto il nemico, che ho messo sotto i piedi l'inferno, che ho imbrigliato il forte e ho elevato l'uomo alle sublimità del cielo; io, dice, sono il Cristo.

Venite, dunque, o genti tutte, oppresse dai peccati e ricevete il perdono. Sono io, infatti, il vostro perdono, io la Pasqua della redenzione, io l'Agnello immolato per voi, io il vostro lavacro, io la vostra vita, io la vostra risurrezione, io la vostra luce, io la vostra salvezza, io il vostro re. Io vi porto in alto nei cieli. Io vi risusciterò e vi farò vedere il Padre che è nei cieli. Io vi innalzerò con la mia destra.



# Nuova creatura in Cristo

Ufficio delle Letture della Domenica della Divina Misericordia (o in Albis)

*Dai «Discorsi» di sant'Agostino, vescovo (Disc. 8 nell'ottava di Pasqua 1, 4; Pl 46, 838. 841)*

Rivolgo la mia parola a voi, bambini appena nati, fanciulli in Cristo, nuova prole della Chiesa, grazia del Padre, fecondità della Madre, pio germoglio, sciame novello, fiore del nostro onore e frutto della nostra fatica, mio gaudio e mia corona, a voi tutti che siete qui saldi nel Signore.

Mi rivolgo a voi con le parole stesse dell'apostolo: «Rivestitevi del Signore Gesù Cristo e non seguite la carne nei suoi desideri» (Rm 13, 14), perché vi rivestiate, anche nella vita, di colui del quale vi siete rivestiti per mezzo del sacramento. «Poiché quanti siete stati battezzati in Cristo, vi siete rivestiti di Cristo. Non c'è più Giudeo, né Greco; non c'è più schiavo, né libero; non c'è più uomo, né donna, poiché tutti voi siete uno in Cristo Gesù» (Gal 3, 27–28).

In questo sta proprio la forza del sacramento. È infatti il sacramento della nuova vita, che comincia in questo tempo con la remissione di tutti i peccati, e avrà il suo compimento nella risurrezione dei morti. Infatti siete stati sepolti insieme con Cristo nella morte per mezzo del battesimo, perché, come Cristo è risuscitato dai morti, così anche voi possiate camminare in una vita nuova (cfr. Rm 6, 4).

Ora poi camminate nella fede, per tutto il tempo in cui, dimorando in questo corpo mortale, siete come pellegrini lontani dal Signore. Vostra via sicura si è fatto colui al quale tendete, cioè lo stesso Cristo Gesù, che per voi si è degnato di farsi uomo. Per coloro che lo temono ha riservato tesori di felicità, che effonderà copiosamente su quanti sperano in lui, allorché riceveranno nella realtà ciò che hanno ricevuto ora nella speranza.

Oggi ricorre l'ottavo giorno della vostra nascita, oggi trova in voi la sua completezza il segno della fede, quel segno che presso gli antichi patriarchi si verificava nella circoncisione, otto giorni dopo la nascita al mondo. Perciò anche il Signore ha impresso il suo sigillo al suo giorno, che è il terzo dopo la passione. Esso però, nel ciclo settimanale, è l'ottavo dopo il settimo cioè dopo il sabato, e il primo della settimana. Cristo, facendo passare il proprio corpo dalla mortalità all'immortalità, ha contrassegnato il suo giorno con il distintivo della risurrezione.

Voi partecipate del medesimo mistero non ancora nella piena realtà, ma nella sicura speranza, perché avete un pegno sicuro, lo Spirito Santo. «Se dunque siete risorti con Cristo, cercate le cose di lassù, dove si trova Cristo assiso alla destra di Dio; pensate alle cose di lassù, non a quelle della terra. Voi infatti siete morti e la vostra vita è ormai nascosta con Cristo in Dio. Quando si manifesterà Cristo, la vostra vita, allora anche voi sarete manifestati con lui nella gloria» (Col 3, 1–4).

# Ho gustato e veduto

Ufficio delle Letture del 29 aprile  
*Festa di Santa Caterina da Siena*

*Dal «Dialogo della Divina Provvidenza» di santa Caterina da Siena, vergine (Cap. 167, Ringraziamento alla Trinità; libero adattamento; cfr. ed. I. Taurisano, Firenze, 1928, II pp. 586–588)*

O Deità eterna, o eterna Trinità, che, per l'unione con la divina natura, hai fatto tanto valere il sangue dell'Unigenito Figlio! Tu, Trinità eterna, sei come un mare profondo, in cui più cerco e più trovo; e quanto più trovo, più cresce la sete di cercarti. Tu sei insaziabile; e l'anima, saziandosi nel tuo abisso, non si sazia, perché permane nella fame di te, sempre più te brama, o Trinità eterna, desiderando di vederti con la luce della tua luce.

Io ho gustato e veduto con la luce dell'intelletto nella tua luce il tuo abisso, o Trinità eterna, e la bellezza della tua creatura. Per questo, vedendo me in te, ho visto che sono tua immagine per quella intelligenza che mi vien donata della tua potenza, o Padre eterno, e della tua sapienza, che viene appropriata al tuo Unigenito Figlio. Lo Spirito Santo poi, che procede da te e dal tuo Figlio, mi ha dato la volontà con cui posso amarti.

Tu infatti, Trinità eterna, sei creatore ed io creatura; ed ho conosciuto—perché tu me ne hai data l'intelligenza, quando mi hai ricreata con il sangue del Figlio—che tu sei innamorato della bellezza della tua creatura.

O abisso, o Trinità eterna, o Deità, o mare profondo! E che più potevi dare a me che te medesimo? Tu sei un fuoco che arde sempre e non si consuma. Sei tu che consumi col tuo calore ogni amor proprio dell'anima. Tu sei fuoco che toglie ogni freddezza, e illumini le menti con la tua luce, con quella luce con cui mi hai fatto conoscere la tua verità.

Specchiandomi in questa luce ti conosco come sommo bene, bene sopra ogni bene, bene felice, bene incomprendibile, bene inestimabile. Bellezza sopra ogni bellezza. Sapienza sopra ogni sapienza. Anzi, tu sei la stessa sapienza. Tu cibo degli angeli, che con fuoco d'amore ti sei dato agli uomini.

Tu vestimento che ricopre ogni mia nudità. Tu cibo che pasci gli affamati con la tua dolcezza. Tu sei dolce senza alcuna amarezza. O Trinità eterna!

# Il Monastero invisibile

Il Monastero invisibile vuole essere una **risposta comunitaria** al comando del Signore di *“pregare il padrone della messe perché mandi operai per la sua messe”* (Lc 10, 2).

Vuole essere un **farci carico insieme** della necessità, per la Chiesa di Pisa, di avere nel suo seno **vocazioni**: familiari, missionarie, presbiterali e di speciale consacrazione.

L'esigenza di avere vocazioni che siano una **adesione profonda e sincera alla chiamata del Signore** è un bisogno di tutta la Chiesa. In particolare, più volte è ribadita **l'urgenza di avere vocazioni presbiterali**, che con il loro servizio ministeriale sappiano essere di aiuto a tutti nel cercare e vivere la propria originale vocazione.

Monastero invisibile quindi vuole esprimere la **fiducia incondizionata nella forza della preghiera**, che il Signore stesso ha sempre vissuto nella sua vita, soprattutto nei momenti più difficili e dolorosi.

**Anche tu** puoi far questo dono alla Chiesa offrendo la tua preghiera, **scegliendo un momento del giorno** nel quale ti è più facile impegnarti. Il Centro Diocesano Vocazioni prepara ogni mese uno schema che trovi su Ascolta e Medita ogni primo giovedì del mese oppure, in una forma più estesa, sulla **pagina Facebook** [www.facebook.com/cdvpisa](http://www.facebook.com/cdvpisa). In alternativa puoi ricevere la scheda direttamente al tuo indirizzo email iscrivendoti alla **mailing list** attraverso il sito [www.cdvpisa.altervista.org](http://www.cdvpisa.altervista.org).

# Ascolta e Medita

è anche disponibile in formato digitale.

Lo puoi ricevere gratuitamente  
ogni giorno sui seguenti canali:



Tramite email, iscriviti sui sito:  
[www.ascoltaemedita.it/#email](http://www.ascoltaemedita.it/#email)



Tramite Telegram, aggiungi il canale:  
<https://t.me/AscoltaEMedita>



Su Twitter, segui il profilo:  
<https://twitter.com/AscoltaEMedita>



Online, sul sito:  
[www.ascoltaemedita.it/prega](http://www.ascoltaemedita.it/prega)



€ 2.50

[ascoltaemedita.it](http://ascoltaemedita.it)

Anno XVIII n. 4  
Aprile 2023

Arcidiocesi di Pisa