

# Ascolta & Medita

Meditazione Quotidiana della Parola di Dio



## Gennaio

2022 - Anno XVII

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**

Aurelio Lomi,

*Adorazione dei Magi*, 1604.

Pisa, chiesa di San Frediano.

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

# **Ascolta e Medita**

*Gennaio 2022*

Questo numero è stato curato da  
**Angela Castino, Edoardo Cortese, Domenico Coviello**

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

# Udienza generale di papa Francesco

## Catechesi sulla preghiera

### 27. Pregare in comunione con Maria

Mercoledì 24 marzo 2021

*Cari fratelli e sorelle, buongiorno!*

Oggi la catechesi è dedicata alla preghiera in comunione con Maria, e ricorre proprio alla vigilia della solennità dell'Annunciazione. Sappiamo che la via maestra della preghiera cristiana è l'umanità di Gesù. Infatti, la confidenza tipica dell'orazione cristiana sarebbe priva di significato se il Verbo non si fosse incarnato, donandoci nello Spirito la sua relazione filiale con il Padre. Abbiamo sentito, nella lettura, di quel raduno dei discepoli, le pie donne e Maria, pregando, dopo l'Ascensione di Gesù: è la prima comunità cristiana che aspettava il dono di Gesù, la promessa di Gesù.

Cristo è il Mediatore, il ponte che attraversiamo per rivolgerci al Padre (cfr. *Catechismo della Chiesa Cattolica*, 2674). È l'unico Redentore: non ci sono co-redentori con Cristo. È il Mediatore per eccellenza, è *il* Mediatore. Ogni preghiera che eleviamo a Dio è *per Cristo*, *con Cristo* e *in Cristo* e si realizza grazie alla sua intercessione. Lo Spirito Santo estende la mediazione di Cristo ad ogni tempo e ogni luogo: non c'è altro nome nel quale possiamo essere salvati (cfr. *At* 4, 12). Gesù Cristo: l'unico Mediatore tra Dio e gli uomini.

Dall'unica mediazione di Cristo prendono senso e valore gli altri riferimenti che il cristiano trova per la sua preghiera e la sua devozione, primo tra tutti quello alla Vergine Maria, la Madre di Gesù.

Ella occupa nella vita e, quindi, anche nella preghiera del cristiano un posto privilegiato, perché è la Madre di Gesù. Le Chiese d'Oriente l'hanno spesso raffigurata come l'*Odigitria*, colei che "indica la via", cioè il Figlio Gesù Cristo. Mi viene in mente quel bel dipinto antico dell'*Odigitria* nella cattedrale di Bari, semplice: la Madonna che mostra Gesù, nudo. Poi gli hanno messo la camicia per coprire quella nudità, ma la verità è che Gesù è ritratto nudo, ad indicare che lui, uomo nato da Maria, è il Mediatore. E lei segnala il Mediatore: lei è la *Odigitria*. Nell'iconografia cristiana la sua presenza è ovunque, a volte anche in grande risalto, ma sempre in relazione al Figlio e in funzione di Lui. Le sue mani, i suoi occhi, il suo atteggiamento sono un "catechismo" vivente e sempre segnalano il cardine, il centro: Gesù. Maria è totalmente rivolta a Lui (cfr. *CCC*, 2674). A tal punto, che possiamo dire che è più discepola che Madre. Quella segnalazione, alle nozze di Cana: Maria dice "Fate quello che Lui vi dirà". Sempre segnala Cristo; ne è la prima discepola.

Questo è il ruolo che Maria ha occupato per tutta la sua vita terrena e che conserva per sempre: essere l'umile ancella del Signore, niente di più. A un certo punto, nei Vangeli, ella sembra quasi scomparire; ma ritorna nei momenti cruciali, come a Cana, quando il

Figlio, grazie al suo intervento premuroso, fece il primo “segno” (cfr. *Gv* 2, 1–12), e poi sul Golgota, ai piedi della croce.

Gesù ha esteso la maternità di Maria a tutta la Chiesa quando le ha affidato il discepolo amato, poco prima di morire in croce. Da quel momento, noi siamo collocati tutti sotto il suo manto, come si vede in certi affreschi o quadri medievali. Anche la prima antifona latina—*Sub tuum praesidium confugimus, sancta Dei Genitrix*: la Madonna che, come Madre alla quale Gesù ci ha affidati, avvolge tutti noi; ma come Madre, non come dea, non come corredentrice: come Madre. È vero che la pietà cristiana sempre le dà dei titoli belli, come un figlio alla mamma: quante cose belle dice un figlio alla mamma alla quale vuole bene! Ma stiamo attenti: le cose belle che la Chiesa e i Santi dicono di Maria nulla tolgono all'unicità redentrice di Cristo. Lui è l'unico Redentore. Sono espressioni d'amore come un figlio alla mamma—alcune volte esagerate. Ma l'amore, noi sappiamo, sempre ci fa fare cose esagerate, ma con amore.

E così abbiamo cominciato a pregarla con alcune espressioni a lei dirette, presenti nei Vangeli: “piena di grazia”, “benedetta fra le donne” (cfr. *CCC*, 2676s.). Nella preghiera dell'Ave Maria sarebbe presto approdato anche il titolo “*Theotokos*”, “Madre di Dio”, sancito dal Concilio di Efeso. E, analogamente a come avviene nel Padre Nostro, dopo la lode aggiungiamo la supplica: chiediamo alla Madre di pregare per noi peccatori, perché interceda con la sua tenerezza, “adesso e nell'ora della nostra morte”. Adesso, nelle concrete situazioni della vita, e nel momento finale, perché ci accompagni—come Madre, come prima discepola—nel passaggio alla vita eterna.

Maria è sempre presente al capezzale dei suoi figli che partono da questo mondo. Se qualcuno si ritrova solo e abbandonato, ella è Madre, è lì vicino, come era accanto al suo Figlio quando tutti l'avevano abbandonato.

Maria è stata ed è presente nei giorni di pandemia, vicino alle persone che purtroppo hanno concluso il loro cammino terreno in una condizione di isolamento, senza il conforto della vicinanza dei loro cari. Maria è sempre lì, accanto a noi, con la sua tenerezza materna.

Le preghiere rivolte a lei non sono vane. Donna del “sì”, che ha accolto con prontezza l'invito dell'Angelo, risponde pure alle nostre suppliche, ascolta le nostre voci, anche quelle che rimangono chiuse nel cuore, che non hanno la forza di uscire ma che Dio conosce meglio di noi stessi. Le ascolta come Madre. Come e più di ogni buona madre, Maria ci difende nei pericoli, si preoccupa per noi, anche quando noi siamo presi dalle nostre cose e perdiamo il senso del cammino, e mettiamo in pericolo non solo la nostra salute ma la nostra salvezza. Maria è lì, a pregare per noi, a pregare per chi non prega. A pregare con noi. Perché? Perché lei è la nostra Madre.

# Udienza generale di papa Francesco

## Catechesi sulla preghiera

### 28. Pregare in comunione con i santi

Mercoledì 7 aprile 2021

*Cari fratelli e sorelle, buongiorno!*

Oggi vorrei soffermarmi sul legame tra la preghiera e la comunione dei santi. In effetti, quando preghiamo, non lo facciamo mai da soli: anche se non ci pensiamo, siamo immersi in un fiume maestoso di invocazioni che ci precede e che prosegue dopo di noi.

Nelle preghiere che troviamo nella Bibbia, e che spesso risuonano nella liturgia, c'è la traccia di antiche storie, di prodigiose liberazioni, di deportazioni e tristi esili, di commossi ritorni, di lodi sgorgate davanti alle meraviglie del creato... E così queste voci si tramandano di generazione in generazione, in un continuo intreccio tra l'esperienza personale e quella del popolo e dell'umanità a cui apparteniamo. Nessuno può staccarsi dalla propria storia, dalla storia del proprio popolo, sempre nelle abitudini portiamo questa eredità e anche nella preghiera. Nella preghiera di lode, specialmente in quella che sboccia nel cuore dei piccoli e degli umili, riecheggia qualcosa del canto del *Magnificat* che Maria innalzò a Dio davanti alla sua parente Elisabetta; o dell'esclamazione del vecchio Simeone che, prendendo in braccio il Bambino Gesù, disse così: «Ora puoi lasciare, o Signore, che il tuo servo vada in pace, secondo la tua parola» (Lc 2, 29).

Le preghiere—quelle buone—sono “diffusive”, si propagano in continuazione, con o senza messaggi sui “social”: dalle corsie di ospedale, dai momenti di ritrovo festoso come da quelli in cui si soffre in silenzio... Il dolore di ciascuno è il dolore di tutti, e la felicità di qualcuno si travasa nell'animo di altri. Il dolore e la felicità, fanno parte dell'unica storia: sono storie che si fanno storia nella propria vita. Si rivive la storia con le proprie parole, ma l'esperienza è la stessa.

Le preghiere rinascono sempre: ogni volta che congiungiamo le mani e apriamo il cuore a Dio, ci ritroviamo in una compagnia di santi anonimi e di santi riconosciuti che con noi pregano, e che per noi intercedono, come fratelli e sorelle maggiori transitati per la nostra stessa avventura umana. Nella Chiesa non c'è un lutto che resti solitario, non c'è lacrima che sia versata nell'oblio, perché tutto respira e partecipa di una grazia comune. Non è un caso che nelle antiche chiese le sepolture fossero proprio nel giardino intorno all'edificio sacro, come a dire che ad ogni Eucaristia partecipa in qualche modo la schiera di chi ci ha preceduto. Ci sono i nostri genitori e i nostri nonni, ci sono i padrini e le madrine, ci sono i catechisti e gli altri educatori... Quella fede tramandata, trasmessa, che noi abbiamo ricevuto: con la fede è stato trasmesso anche il modo di pregare, la preghiera.

I santi sono ancora qui, non lontani da noi; e le loro raffigurazioni nelle chiese evocano quella “nube di testimoni” che sempre ci circonda (cfr. Eb 12, 1). Abbiamo sentito all'inizio la lettura del brano della Lettera agli Ebrei. Sono testimoni che non adoriamo—beninteso, non adoriamo questi santi—, ma che veneriamo e che in mille modi diversi ci rimandano

a Gesù Cristo, unico Signore e Mediatore tra Dio e l'uomo. Un Santo che non ti rimanda a Gesù Cristo non è un santo, neppure cristiano. Il Santo ti fa ricordare Gesù Cristo perché ha percorso il cammino della vita come cristiano. I Santi ci ricordano che anche nella nostra vita, pur debole e segnata dal peccato, può sbocciare la santità. Nei Vangeli leggiamo che il primo santo “canonizzato” è stato un ladro e “canonizzato” non da un Papa, ma dallo stesso Gesù. La santità è un percorso di vita, di incontro con Gesù, sia lungo sia breve, sia in un istante, ma sempre è una testimonianza. Un Santo è la testimonianza di un uomo o una donna che ha incontrato Gesù e che ha seguito Gesù. Non è mai troppo tardi per convertirsi al Signore, che è buono e grande nell'amore (cfr. *Sal* 102, 8).

Il Catechismo spiega che i santi «contemplano Dio, lo lodano e non cessano di prendersi cura di coloro che hanno lasciato sulla terra. [...] La loro intercessione è il più alto servizio che rendono al disegno di Dio. Possiamo e dobbiamo pregarli di intercedere per noi e per il mondo intero» (CCC, 2683). In Cristo c'è una misteriosa solidarietà tra quanti sono passati all'altra vita e noi pellegrini in questa: i nostri cari defunti, dal Cielo continuano a prendersi cura di noi. Loro pregano per noi e noi preghiamo per loro, e noi preghiamo con loro.

Questo legame di preghiera fra noi e i Santi, cioè fra noi e la gente che è arrivata alla pienezza della vita, questo legame di preghiera lo sperimentiamo già qui, nella vita terrena: preghiamo gli uni per gli altri, domandiamo e offriamo preghiere... Il primo modo di pregare per qualcuno è parlare a Dio di lui o di lei. Se facciamo questo frequentemente, ogni giorno, il nostro cuore non si chiude, rimane aperto ai fratelli. Pregare per gli altri è il primo modo di amarli e ci spinge alla vicinanza concreta. Anche nei momenti di conflitto, un modo di sciogliere il conflitto, di ammorbidirlo, è pregare per la persona con la quale io sono in conflitto. E qualcosa cambia con la preghiera. La prima cosa che cambia è il mio cuore, è il mio atteggiamento. Il Signore lo cambia per rendere possibile un incontro, un nuovo incontro ed evitare che il conflitto divenga una guerra senza fine.

Il primo modo per affrontare un tempo di angustia è quello di chiedere ai fratelli, ai santi soprattutto, che preghino per noi. Il nome che ci è stato dato nel Battesimo non è un'etichetta o una decorazione! È di solito il nome della Vergine, di un Santo o di una Santa, i quali non aspettano altro che di “darci una mano” nella vita, di darci una mano per ottenere da Dio le grazie di cui abbiamo più bisogno. Se nella nostra vita le prove non hanno superato il colmo, se ancora siamo capaci di perseveranza, se malgrado tutto andiamo avanti con fiducia, forse tutto questo, più che ai nostri meriti, lo dobbiamo all'intercessione di tanti santi, alcuni in Cielo, altri pellegrini come noi sulla terra, che ci hanno protetto e accompagnato perché tutti sappiamo che qui sulla terra c'è gente santa, uomini e donne santi che vivono in santità. Loro non lo sanno, neppure noi lo sappiamo, ma ci sono dei santi, dei santi di tutti i giorni, dei santi nascosti o come mi piace dire i “santi della porta accanto”, quelli che convivono nella vita con noi, che lavorano con noi, e conducono una vita di santità.

Sia dunque benedetto Gesù Cristo, unico Salvatore del mondo, insieme a questa immensa fioritura di santi e sante, che popolano la terra e che hanno fatto della propria vita una lode a Dio. Perché—come affermava San Basilio—«per lo Spirito il santo è una dimora particolarmente adatta, poiché si offre ad abitare con Dio ed è chiamato suo tempio» (*Liber de Spiritu Sancto*, 26, 62: PG 32, 184A; cfr. CCC, 2684).

# Udienza generale di papa Francesco

## Catechesi sulla preghiera

### 29. La Chiesa maestra di preghiera

Mercoledì 14 aprile 2021

*Cari fratelli e sorelle, buongiorno!*

La Chiesa è una grande scuola di preghiera. Molti di noi hanno imparato a sillabare le prime orazioni stando sulle ginocchia dei genitori o dei nonni. Forse custodiamo il ricordo della mamma e del papà che ci insegnavano a recitare le preghiere prima di andare a dormire. Quei momenti di raccoglimento sono spesso quelli in cui i genitori ascoltano dai figli qualche confidenza intima e possono dare il loro consiglio ispirato dal Vangelo. Poi, nel cammino della crescita, si fanno altri incontri, con altri testimoni e maestri di preghiera (cfr. *Catechismo della Chiesa Cattolica*, 2686–2687). Fa bene ricordarli.

La vita di una parrocchia e di ogni comunità cristiana è scandita dai tempi della liturgia e della preghiera comunitaria. Quel dono che nell'infanzia abbiamo ricevuto con semplicità, ci accorgiamo che è un patrimonio grande, un patrimonio ricchissimo, e che l'esperienza della preghiera merita di essere approfondita sempre di più (cfr. *ibid.*, 2688). L'abito della fede non è inamidato, si sviluppa con noi; non è rigido, cresce, anche attraverso momenti di crisi e risurrezioni; anzi, non si può crescere senza momenti di crisi, perché la crisi ti fa crescere: è un modo necessario per crescere entrare in crisi. E il respiro della fede è la preghiera: cresciamo nella fede tanto quanto impariamo a pregare. Dopo certi passaggi della vita, ci accorgiamo che senza la fede non avremmo potuto farcela e che la preghiera è stata la nostra forza. Non solo la preghiera personale, ma anche quella dei fratelli e delle sorelle, e della comunità che ci ha accompagnato e sostenuto, della gente che ci conosce, della gente alla quale chiediamo di pregare per noi.

Anche per questo nella Chiesa fioriscono in continuazione comunità e gruppi dediti alla preghiera. Qualche cristiano sente perfino la chiamata a fare della preghiera l'azione principale delle sue giornate. Nella Chiesa ci sono monasteri, ci sono conventi, eremi, dove vivono persone consacrate a Dio e che spesso diventano centri di irradiazione spirituale. Sono comunità di preghiera che irradiano spiritualità. Sono piccole oasi in cui si condivide una preghiera intensa e si costruisce giorno per giorno la comunione fraterna. Sono cellule vitali, non solo per il tessuto ecclesiale ma per la società stessa. Pensiamo, per esempio, al ruolo che ha avuto il monachesimo per la nascita e la crescita della civiltà europea, e anche in altre culture. Pregare e lavorare in comunità manda avanti il mondo. È un motore.

Tutto nella Chiesa nasce nella preghiera, e tutto cresce grazie alla preghiera. Quando il Nemico, il Maligno, vuole combattere la Chiesa, lo fa prima di tutto cercando di prosciugare le sue fonti, impedendole di pregare. Per esempio, lo vediamo in certi gruppi che si mettono d'accordo per portare avanti riforme ecclesiali, cambiamenti nella vita della



Chiesa... Ci sono tutte le organizzazioni, ci sono i *media* che informano tutti... Ma la preghiera non si vede, non si prega. “Dobbiamo cambiare questo, dobbiamo prendere questa decisione che è un po’ forte...”. È interessante la proposta, è interessante, solo con la discussione, solo con i *media*, ma dov’è la preghiera? La preghiera è quella che apre la porta allo Spirito Santo, che è quello che ispira per andare avanti. I cambiamenti nella Chiesa senza preghiera non sono cambiamenti di Chiesa, sono cambiamenti di gruppo. E quando il Nemico—come ho detto—vuole combattere la Chiesa, lo fa prima di tutto cercando di prosciugare le sue fonti, impedendole di pregare, e [inducendola a] fare queste altre proposte. Se cessa la preghiera, per un po’ sembra che tutto possa andare avanti come sempre—per inerzia—, ma dopo poco tempo la Chiesa si accorge di essere diventata come un involucro vuoto, di aver smarrito l’asse portante, di non possedere più la sorgente del calore e dell’amore.

Le donne e gli uomini santi non hanno una vita più facile degli altri, anzi, hanno anch’essi i loro problemi da affrontare e, in più, sono spesso oggetto di opposizioni. Ma la loro forza è la preghiera, che attingono sempre dal “pozzo” inesauribile della madre Chiesa. Con la preghiera alimentano la fiamma della loro fede, come si faceva con l’olio delle lampade. E così vanno avanti camminando nella fede e nella speranza. I santi, che spesso agli occhi del mondo contano poco, in realtà sono quelli che lo sostengono, non con le armi del denaro e del potere, dei *media* di comunicazione e così via, ma con le armi della preghiera.

Nel Vangelo di Luca, Gesù pone una domanda drammatica che sempre ci fa riflettere: «Il Figlio dell’uomo, quando verrà, troverà la fede sulla terra?» (Lc 18, 8), o troverà soltanto organizzazioni, come un gruppo di “imprenditori della fede”, tutti organizzati bene, che fanno della beneficenza, tante cose... , o troverà fede? «Il Figlio dell’uomo, quando verrà, troverà la fede sulla terra?». Questa domanda sta alla fine di una parabola che mostra la necessità di pregare con perseveranza, senza stancarsi (cfr. vv. 1–8). Dunque, possiamo concludere che la lampada della fede sarà sempre accesa sulla terra finché ci sarà l’olio della preghiera. La lampada della vera fede della Chiesa sarà sempre accesa sulla terra finché ci sarà l’olio della preghiera. È quello che porta avanti la fede e porta avanti la nostra povera vita, debole, peccatrice, ma la preghiera la porta avanti con sicurezza. È una domanda che noi cristiani dobbiamo farci: prego? Preghiamo? Come prego? Come dei pappagalli o prego con il cuore? Come prego? Prego sicuro che sono nella Chiesa e prego con la Chiesa, o prego un po’ secondo le mie idee e faccio che le mie idee diventino preghiera? Questa è una preghiera pagana, non cristiana. Ripeto: possiamo concludere che la lampada della fede sarà sempre accesa sulla terra finché ci sarà l’olio della preghiera.

E questo è un compito essenziale della Chiesa: pregare ed educare a pregare. Trasmettere di generazione in generazione la lampada della fede con l’olio della preghiera. La lampada della fede che illumina, che sistema le cose davvero come sono, ma che può andare avanti solo con l’olio della preghiera. Altrimenti si spegne. Senza la luce di questa lampada, non potremmo vedere la strada per evangelizzare, anzi, non potremmo vedere la strada per credere bene; non potremmo vedere i volti dei fratelli da avvicinare e da servire; non potremmo illuminare la stanza dove incontrarci in comunità... Senza la fede, tutto crolla; e senza la preghiera, la fede si spegne. Fede e preghiera, insieme. Non c’è un’altra via. Per questo la Chiesa, che è casa e scuola di comunione, è casa e scuola di fede e di preghiera.

# Udienza generale di papa Francesco

## Catechesi sulla preghiera

### 30. La preghiera vocale

Mercoledì 21 aprile 2021

*Cari fratelli e sorelle, buongiorno!*

La preghiera è dialogo con Dio; e ogni creatura, in un certo senso, “dialoga” con Dio. Nell’essere umano, la preghiera diventa *parola*, invocazione, canto, poesia... La Parola divina si è fatta carne, e nella carne di ogni uomo la parola torna a Dio nella preghiera.

Le parole sono nostre creature, ma sono anche nostre madri, e in qualche misura ci plasmano. Le parole di una preghiera ci fanno attraversare senza pericolo una valle oscura, ci dirigono verso prati verdi e ricchi di acque, facendoci banchettare sotto gli occhi di un nemico, come ci insegna a recitare il salmo (cfr. *Sal 23*). Le parole nascono dai sentimenti, ma esiste anche il cammino inverso: quello per cui le parole modellano i sentimenti. La Bibbia educa l’uomo a far sì che tutto venga alla luce della parola, che nulla di umano venga escluso, censurato. Soprattutto il dolore è pericoloso se rimane coperto, chiuso dentro di noi... Un dolore chiuso dentro di noi, che non può esprimersi o sfogarsi, può avvelenare l’anima; è mortale.

È per questa ragione che la Sacra Scrittura ci insegna a pregare anche con parole talvolta audaci. Gli scrittori sacri non vogliono illuderci sull’uomo: sanno che nel suo cuore albergano anche sentimenti poco edificanti, addirittura l’odio. Nessuno di noi nasce santo, e quando questi sentimenti cattivi bussano alla porta del nostro cuore bisogna essere capaci di disinnescarli con la preghiera e con le parole di Dio. Nei salmi troviamo anche espressioni molto dure contro i nemici—espressioni che i maestri spirituali ci insegnano a riferire al diavolo e ai nostri peccati—; eppure sono parole che appartengono alla realtà umana e che sono finite nell’alveo delle Sacre Scritture. Sono lì a testimoniarci che, se davanti alla violenza non esistessero le parole, per rendere inoffensivi i cattivi sentimenti, per incanalarli così che non nuocciano, il mondo ne sarebbe tutto quanto sommerso.

La prima preghiera umana è sempre una recita vocale. Per prime si muovono sempre le labbra. Anche se tutti sappiamo che pregare non significa ripetere parole, tuttavia la preghiera vocale è la più sicura ed è sempre possibile esercitarla. I sentimenti invece, per quanto nobili, sono sempre incerti: vanno e vengono, ci abbandonano e ritornano. Non solo, anche le grazie della preghiera sono imprevedibili: in qualche momento le consolazioni abbondano, ma nei giorni più bui sembrano evaporare del tutto. La preghiera del cuore è misteriosa e in certi momenti latita. La preghiera delle labbra, quella che si bisbiglia o che si recita in coro, è invece sempre disponibile, e necessaria come il lavoro manuale. Il *Catechismo* afferma: «La preghiera vocale è una componente indispensabile

della vita cristiana. Ai discepoli, attratti dalla preghiera silenziosa del loro Maestro, questi insegna una preghiera vocale: il Padre Nostro» (n. 2701). “Insegnaci a pregare”, chiedono i discepoli a Gesù, e Gesù insegna una preghiera vocale: il Padre Nostro. E in quella preghiera c'è tutto.

Tutti dovremmo avere l'umiltà di certi anziani che, in chiesa, forse perché ormai il loro udito non è più fine, recitano a mezza voce le preghiere che hanno imparato da bambini, riempiendo la navata di bisbigli. Quella preghiera non disturba il silenzio, ma testimonia la fedeltà al dovere dell'orazione, praticata per tutta una vita, senza venire mai meno. Questi oranti dalla preghiera umile sono spesso i grandi intercessori delle parrocchie: sono le querce che di anno in anno allargano le fronde, per offrire ombra al maggior numero di persone. Solo Dio sa quando e quanto il loro cuore fosse unito a quelle preghiere recitate: sicuramente anche queste persone hanno dovuto affrontare notti e momenti di vuoto. Però alla preghiera vocale si può restare sempre fedeli. È come un'ancora: aggrapparsi alla corda per restare lì, fedeli, accada quel che accada.

Abbiamo tutti da imparare dalla costanza di quel pellegrino russo, di cui parla una celebre opera di spiritualità, il quale ha appreso l'arte della preghiera ripetendo per infinite volte la stessa invocazione: “Gesù, Cristo, Figlio di Dio, Signore, abbi pietà di noi, peccatori!” (cfr. CCC, 2616; 2667). Ripeteva solo questo. Se arriveranno grazie nella sua vita, se l'orazione si farà un giorno caldissima tanto da percepire la presenza del Regno qui in mezzo a noi, se il suo sguardo si trasformerà fino ad essere come quello di un bambino, è perché ha insistito nella recita di una semplice giaculatoria cristiana. Alla fine, essa diventa parte del suo respiro. È bella la storia del pellegrino russo: è un libro alla portata di tutti. Vi consiglio di leggerlo: vi aiuterà a capire cos'è la preghiera vocale.

Dunque, non dobbiamo disprezzare la preghiera vocale. Qualcuno dice: “Eh, è cosa per i bambini, per la gente ignorante; io sto cercando la preghiera mentale, la meditazione, il vuoto interiore perché venga Dio”. Per favore, non bisogna cadere nella superbia di disprezzare la preghiera vocale. È la preghiera dei semplici, quella che ci ha insegnato Gesù: Padre nostro, che sei nei cieli... Le parole che pronunciamo ci prendono per mano; in qualche momento restituiscono il gusto, destano anche il più assonnato dei cuori; risvegliano sentimenti di cui avevamo smarrito la memoria, e ci portano per mano verso l'esperienza di Dio. E soprattutto sono le sole, in maniera sicura, che indirizzano a Dio le domande che Lui vuole ascoltare. Gesù non ci ha lasciato nella nebbia. Ci ha detto: “Voi, quando pregate, dite così!”. E ha insegnato la preghiera del Padre Nostro (cfr. *Mt* 6, 9).

# Sabato

## 1 gennaio 2022

Nm 6, 22–27; Sal 66; Gal 4, 4–7  
*Maria Santissima Madre di Dio*  
*Tempo di Natale*

---

## Preghiera Iniziale

Dio abbia pietà di noi e ci benedica,  
su di noi faccia splendere il suo volto;  
perché si conosca sulla terra la tua via,  
fra tutte le genti la tua salvezza.

Ti lodino i popoli, Dio,  
ti lodino i popoli tutti.

Esultino le genti e si rallegriano,  
perché giudichi i popoli con giustizia,  
governo le nazioni sulla terra.

*(Salmo 66)*

## Dal Vangelo

secondo Luca (2, 16–21)

---

### *Ascolta*

In quel tempo, [i pastori] andarono, senza indugio, e trovarono Maria e Giuseppe e il bambino, adagiato nella mangiatoia. E dopo averlo visto, riferirono ciò che del bambino era stato detto loro.

Tutti quelli che udivano si stupirono delle cose dette loro dai pastori. Maria, da parte sua, custodiva tutte queste cose, meditandole nel suo cuore.

I pastori se ne tornarono, glorificando e lodando Dio per tutto quello che avevano udito e visto, com'era stato detto loro.

Quando furono compiuti gli otto giorni prescritti per la circoncisione, gli fu messo nome Gesù, come era stato chiamato dall'angelo prima che fosse concepito nel grembo.

Nella Giornata mondiale della pace, che la Chiesa celebra ogni Capodanno, il Vangelo ci presenta l'incontro dei pastori con Gesù appena nato. Gesù significa "Dio salva" e l'angelo ha annunciato loro "una grande gioia", è nato "un salvatore". È un incontro di pace quello fra i pastori e Gesù, Maria e Giuseppe. Un incontro semplice e povero, fra un bambino che non ha neppure una culla e alcuni uomini e donne che vivono ai margini della società. Ma che nella durezza di una vita essenziale sanno ascoltare il silenzio, comprendere i messaggi del cuore, cogliere i segni. E il segno del salvatore è "un bambino che giace in una mangiatoia". Gesù è il "Cristo Signore", il messia, eppure non corrisponde alle aspettative di chi non sa cogliere i segni. Non è facile accettare che l'unto di Dio atteso da Israele sia appena nato anche lui ai margini del mondo, la madre con le doglie respinta dall'albergo perché non c'era posto, il neonato scaldato dal fieno per gli animali. Che messia è? Da cosa salva? Per i pastori invece non è difficile. Si fidano dell'annuncio, cercano il segno loro indicato, vedono e riferiscono "ciò che del bambino era stato detto loro", tornano "glorificando e lodando Dio". Hanno toccato con mano il salvatore: è nato piccolo come loro per rinnovare il mondo partendo dal basso, con la condivisione della sorte umana, la gioia, l'essenzialità, la fraternità nel nome di un Dio padre e madre di tutti gli uomini.

## Per riflettere

*Quali sono i segni semplici ed essenziali della presenza di Dio lungo il cammino della mia esistenza? Come fare spazio al messaggio di pace di un salvatore che si fa piccolo come un bambino?*

## Preghiera Finale

Signore Dio di pace, ascolta la nostra supplica!

Abbiamo provato tante volte e per tanti anni

a risolvere i nostri conflitti con le nostre forze e anche con le nostre armi;  
tanti momenti di ostilità e di oscurità; tanto sangue versato; tante vite spezzate  
tante speranze seppellite... Ma i nostri sforzi sono stati vani.

Ora, Signore, aiutaci Tu! Donaci Tu la pace, insegnaci Tu la pace, guidaci Tu verso la pace.

Apri i nostri occhi e i nostri cuori e donaci il coraggio di dire:

"Mai più la guerra!"; "Con la guerra tutto è distrutto!".

Infondi in noi il coraggio di compiere gesti concreti per costruire la pace.

*(Papa Francesco)*

# Domenica

## 2 gennaio 2022

Sir 24, 1–2.8–12; Sal 147; Ef 1, 3–6.15–18  
*Santi Basilio Magno e Gregorio Nazianzeno*  
*Salterio: seconda settimana*

---

## Preghiera Iniziale

Glorifica il Signore, Gerusalemme,  
loda il tuo Dio, Sion.  
Perché ha rinforzato le sbarre delle tue porte,  
in mezzo a te ha benedetto i tuoi figli.  
Egli ha messo pace nei tuoi confini  
e ti sazia con fior di frumento.  
*(Salmo 147)*

## Dal Vangelo

secondo Giovanni (1, 1–18)

---

### *Ascolta*

In principio era il Verbo, e il Verbo era presso Dio e il Verbo era Dio. Egli era, in principio, presso Dio: tutto è stato fatto per mezzo di lui e senza di lui nulla è stato fatto di ciò che esiste. In lui era la vita e la vita era la luce degli uomini; la luce splende nelle tenebre e le tenebre non l'hanno vinta.

Venne un uomo mandato da Dio: il suo nome era Giovanni. Egli venne come testimone per dare testimonianza alla luce, perché tutti credessero per mezzo di lui. Non era lui la luce, ma doveva dare testimonianza alla luce.

Veniva nel mondo la luce vera, quella che illumina ogni uomo. Era nel mondo e il mondo è stato fatto per mezzo di lui; eppure il mondo non lo ha riconosciuto. Venne fra i suoi, e i suoi non lo hanno accolto. A quanti però lo hanno accolto ha dato potere di diventare figli di Dio: a quelli che credono nel suo nome, i quali, non da sangue né da volere di carne né da volere di uomo, ma da Dio sono stati generati.

E il Verbo si fece carne e venne ad abitare in mezzo a noi; e noi abbiamo contemplato la sua gloria, gloria come del Figlio unigenito che viene dal Padre, pieno di grazia e di verità.

Giovanni gli dà testimonianza e proclama: «Era di lui che io dissi: Colui che viene dopo di me è avanti a me, perché era prima di me».

Dalla sua pienezza noi tutti abbiamo ricevuto: grazia su grazia. Perché la Legge fu data per mezzo di Mosè, la grazia e la verità vennero per mezzo di Gesù Cristo. Dio, nessuno lo ha mai visto: il Figlio unigenito, che è Dio ed è nel seno del Padre, è lui che lo ha rivelato.

Gesù, spiega l'evangelista Giovanni, ha svelato la vera identità di Dio agli uomini portando la verità, dopo che Mosè aveva dato a Israele la Legge. Non è infatti una guida del popolo ebraico o un profeta. È di più: è il Cristo, il Figlio unigenito di Dio. Giovanni, uno dei dodici apostoli, è l'unico a non fuggire di fronte al Calvario e ad assistere alla morte del Maestro: ha compreso che il messia non è un re trionfante come lo vogliono gli uomini, ma l'Onnipotente che si fa piccolo condividendo la sorte degli ultimi fino in fondo. L'evangelista è raffigurato col simbolo dell'aquila, perché, come il grande rapace fissa il sole reggendo l'impatto del suo brillio sfolgorante, così egli nel Prologo del suo Vangelo contempla il Gesù-Dio e ne descrive la luce. Come un'aquila sale verso il cielo compiendo un lento e meraviglioso volo ascensionale, così Giovanni si erge verso l'alto e narra ciò che vede il suo cuore, testimone diretto della vita di Gesù: in principio era il Verbo, in lui era la vita e la vita era luce; il Battista ha dato testimonianza alla luce ma quando la luce vera è venuta nel mondo, il mondo non l'ha riconosciuta. Coloro che però accolgono Gesù, la Parola fattasi carne, ricevono il potere di diventare figli di Dio: uomini e donne liberi, capaci di uscire dalla brama di possedere cose, persone e relazioni, e di vivere l'esistenza come un dono d'amore che oltrepassa anche la morte.

**Per  
riflettere**

*La Parola di Dio può riempire il nostro cuore e trasformare la nostra vita dopo giorno: riesco a dedicare spazio e tempo al suo ascolto? Mi affido al Verbo anche se non lo comprendo?*

## Preghiera Finale

L'amore del Signore è rivolto a me, c'è,  
mi prende, mi segue, mi copre senza che io me ne renda conto.  
Come un bambino che non può comprendere nulla,  
è già amato, è già immerso in Dio.  
Come non si rende conto quando è immerso nel seno materno,  
né di chi è, né di dov'è,  
ma semplicemente vive nutrendosi dell'amore della madre,  
allo stesso modo io sono stato immerso nell'amore di Dio,  
me ne sono nutrito.  
*(Don Adriano Valleggi)*

---

## Preghiera Iniziale

Cantate al Signore un canto nuovo,  
perché ha compiuto prodigi.  
Gli ha dato vittoria la sua destra  
E il suo braccio santo.  
Il Signore ha manifestato la sua salvezza,  
agli occhi dei popoli ha rivelato la sua giustizia.  
Egli si è ricordato del suo amore,  
della sua fedeltà alla casa di Israele.  
*(Salmo 97)*

## Dal Vangelo

secondo Giovanni (1, 29–34)

---

### *Ascolta*

In quel tempo, Giovanni, vedendo Gesù venire verso di lui, disse: «Ecco l'agnello di Dio, colui che toglie il peccato del mondo! Egli è colui del quale ho detto: "Dopo di me viene un uomo che è avanti a me, perché era prima di me". Io non lo conosco, ma sono venuto a battezzare nell'acqua, perché egli fosse manifestato a Israele».

Giovanni testimoniò dicendo: «Ho contemplato lo Spirito discendere come una colomba dal cielo e rimanere su di lui. Io non lo conosco, ma proprio colui che mi ha inviato a battezzare nell'acqua mi disse: "Colui sul quale vedrai discendere e rimanere lo Spirito, è lui che battezza nello Spirito Santo". E io ho visto e ho testimoniato che questi è il Figlio di Dio».



La testimonianza del Battista, anticipata nel Prologo del Vangelo di ieri, si svela completamente. Per ben due volte Giovanni afferma che non conosceva Gesù ma che la sua chiamata a tutti perché cambino vita serve a manifestare l'agnello di Dio. Giovanni indica Gesù come colui che “toglie il peccato del mondo”, dove “toglie” non sta per “elimina” ma, nel senso latino del termine, sta per “prende su di sé”. Giovanni non conosceva Gesù ma ha “visto” e “testimoniato” che è il Figlio di Dio. E il figlio di Dio non sradica il male dalla Terra, ne porta il peso; si fa carico della vita di ciascun uomo per salvarla, senza esimere nessuno dai problemi, dalla fatica, dalla sofferenza e dalla morte. Bensì sottoponendosi egli stesso a tutto questo, per condividere la vita umana mostrando una strada da percorrere: quella dell'amore assoluto di Dio che cerca l'uomo e lo chiama, ne rinnova l'esistenza con la seconda nascita del battesimo nello Spirito. Fino alla resurrezione.

**Per  
riflettere**

*Giovanni è un testimone della potenza di Gesù. Ripensiamo le tappe della nostra vita per riconoscere i testimoni che per noi sono stati importanti, soprattutto nei momenti difficili, e preghiamo per loro.*

## Preghiera Finale

Spirito Santo,

che riempivi di luce i profeti e accendevi parole di fuoco sulla loro bocca,  
torna a parlarci con accenti di speranza.

Frantuma la corazza della nostra assuefazione all'esilio.

Ridestaci nel cuore nostalgie di patrie perdute.

Dissipa le nostre paure. Scuotici dall'omertà.

Liberaci dalla tristezza di non saperci più indignare per i soprusi consumati sui poveri.

E preservaci dalla tragedia di dover riconoscere

che le prime officine della violenza e della ingiustizia sono ospitate dai nostri cuori.

*(Don Tonino Bello)*

---

## Preghiera Iniziale

Tutti i confini della terra hanno veduto  
la salvezza del nostro Dio.

Acclami al Signore tutta la terra,  
gridate, esultate con canti di gioia.  
Cantate inni al Signore con l'arpa,  
con l'arpa e con suono melodioso;  
con la tromba e al suono del corno  
acclamate davanti al re, il Signore.

*(Salmo 97)*

---

## Dal Vangelo

secondo Giovanni (1, 35–42)

---

### *Ascolta*

In quel tempo, Giovanni stava con due dei suoi discepoli e, fissando lo sguardo su Gesù che passava, disse: «Ecco l'agnello di Dio!». E i suoi due discepoli, sentendolo parlare così, seguirono Gesù.

Gesù allora si voltò e, osservando che essi lo seguivano, disse loro: «Che cosa cercate?». Gli risposero: «Rabbì – che, tradotto, significa maestro –, dove dimori?». Disse loro: «Venite e vedrete». Andarono dunque e videro dove egli dimorava e quel giorno rimasero con lui; erano circa le quattro del pomeriggio.

Uno dei due che avevano udito le parole di Giovanni e lo avevano seguito, era Andrea, fratello di Simon Pietro. Egli incontrò per primo suo fratello Simone e gli disse: «Abbiamo trovato il Messia» – che si traduce Cristo – e lo condusse da Gesù. Fissando lo sguardo su di lui, Gesù disse: «Tu sei Simone, il figlio di Giovanni; sarai chiamato Cefa» – che significa Pietro.

Le prime parole di Gesù nel vangelo di Giovanni esprimono una domanda: “Che cercate?”. Sono rivolte ai due discepoli ai quali il Battista addita l’“agnello di Dio”. È un incontro. Gesù parla per la prima volta e si rivolge a degli uomini concreti che vogliono incontrarlo, capire fino in fondo chi è, come vive, dove dimora: qual è la sua identità più profonda e la sua missione. L’invito è a seguirlo e a verificare di persona, con i propri occhi. Gesù ci chiama a fare esperienza di lui, a frequentarlo. Possiamo farlo nel silenzio, nella preghiera, nei sacramenti, nella meditazione, nella contemplazione, nell’incontro con gli altri, con un maestro di vita. In una pratica quotidiana in cui piano piano si allargano gli spazi e i tempi dedicati a vedere di persona dove “abita” il Messia. Un incontro, quello con Lui, capace di trasformarci, di darci un nome nuovo come a Cefa-Pietro, cioè una vita nuova.

**Per  
riflettere**

*Chi è Gesù per me? Andrea dice al fratello: “Abbiamo trovato il Messia” perché dentro di sé aveva questa attesa di liberazione. Domandiamoci se cerchiamo un salvatore, o se invece a volte ci scopriamo sazi, o rassegnati, o senza attese sulla nostra vita.*

## Preghiera Finale

Signore Gesù,  
insegnami le tue vie.  
Insegnami a pregare sempre più profondamente  
per crescere nella conoscenza di te.  
Insegnami a pregare.  
Insegnami a contemplarti nell’amore e nella semplicità,  
come un bambino.  
*(Robert Faricy SI e Luciana Pecoraio)*

---

## Preghiera Iniziale

Acclamate al Signore, voi tutti della terra,  
servite il Signore nella gioia,  
presentatevi a lui con esultanza.  
Riconoscete che il Signore è Dio;  
egli ci ha fatti e noi siamo suoi,  
suo popolo e gregge del suo pascolo.  
*(Salmo 99)*

---

## Dal Vangelo

secondo Giovanni (1, 43–51)

### *Ascolta*

**Il giorno dopo Gesù volle partire per la Galilea; trovò Filippo e gli disse: «Seguimi!». Filippo era di Betsàida, la città di Andrea e di Pietro.**

**Filippo trovò Natanaele e gli disse: «Abbiamo trovato colui del quale hanno scritto Mosè, nella Legge, e i Profeti: Gesù, il figlio di Giuseppe, di Nàzaret». Natanaele gli disse: «Da Nàzaret può venire qualcosa di buono?». Filippo gli rispose: «Vieni e vedi».**

**Gesù intanto, visto Natanaele che gli veniva incontro, disse di lui: «Ecco davvero un Israelita in cui non c'è falsità». Natanaele gli domandò: «Come mi conosci?». Gli rispose Gesù: «Prima che Filippo ti chiamasse, io ti ho visto quando eri sotto l'albero di fichi». Gli replicò Natanaele: «Rabbì, tu sei il Figlio di Dio, tu sei il re d'Israele!». Gli rispose Gesù: «Perché ti ho detto che ti avevo visto sotto l'albero di fichi, tu credi? Vedrai cose più grandi di queste!».**

**Poi gli disse: «In verità, in verità io vi dico: vedrete il cielo aperto e gli angeli di Dio salire e scendere sopra il Figlio dell'uomo».**

Di Gesù hanno scritto Mosè e i Profeti eppure è il figlio di Giuseppe, di Nazaret. Che c'entra un carpentiere di un villaggio della Galilea col Messia? Come nel caso di Andrea e Pietro, anche Filippo invita Natanaele a vedere con i propri occhi, a fare esperienza diretta di Gesù. Non c'è altro modo per incontrare il Signore. La fede la possiamo ereditare in famiglia, possiamo viverla come un'abitudine, aggrapparci a essa come a una consolazione, non farcela mancare per sentirci più sicuri. Alla fine però occorre viverla, praticarla. E c'è sempre un momento in cui facciamo esperienza di Dio, quando tutto assume senso, acquista una prospettiva nuova e ci fa capaci di trasmettere agli altri un messaggio: "Abbiamo trovato...". Solo così la nostra vita cambierà, si trasformerà silenziosamente, giorno dopo giorno. Non solo, perché chi diverrà discepolo del Signore e comincerà a seguirlo davvero potrà vedere "cose più grandi di queste". Come "il cielo aperto e gli angeli di Dio salire e scendere sopra il Figlio dell'uomo". È il sogno di Giacobbe che vede gli angeli scendere e salire su una scala che da terra raggiunge il cielo. Quel ponte gettato fra Dio e l'uomo è Gesù stesso. La Parola, il Verbo che si è fatto carne, chiede di essere accolta per portare frutto.

## Per riflettere

*Natanaele incontra Gesù dopo che Filippo lo ha invitato a constatare con i propri occhi. Così supera pregiudizi e chiusure. Siamo pronti a metterci in gioco per cambiare, aprirci alla novità del Vangelo e abbandonare i nostri rassicuranti schemi mentali?*

## Preghiera Finale

A tutti i cercatori del tuo volto,  
mostrati, Signore;  
a tutti i pellegrini dell'assoluto,  
vieni incontro, Signore;  
con quanti si mettono in cammino  
e non sanno dove andare  
cammina, Signore.  
*(David Maria Turollo)*

---

## 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 Matteo (2, 1-12)

### *Ascolta*

*Il commento di oggi è proposto  
dal Centro Diocesano per le Vocazioni di Pisa*

Nato Gesù a Betlemme di Giudea, al tempo del re Erode, ecco, alcuni Magi vennero da oriente a Gerusalemme e dicevano: «Dov'è colui che è nato, il re dei Giudei? Abbiamo visto spuntare la sua stella e siamo venuti ad adorarlo». All'udire questo, il re Erode restò turbato e con lui tutta Gerusalemme. Riuniti tutti i capi dei sacerdoti e gli scribi del popolo, si informava da loro sul luogo in cui doveva nascere il Cristo. Gli risposero: «A Betlemme di Giudea, perché così è scritto per mezzo del profeta: "E tu, Betlemme, terra di Giuda, non sei davvero l'ultima delle città principali di Giuda: da te infatti uscirà un capo che sarà il pastore del mio popolo, Israele"».

Allora Erode, chiamati segretamente i Magi, si fece dire da loro con esattezza il tempo in cui era apparsa la stella e li inviò a Betlemme dicendo: «Andate e informatevi accuratamente sul bambino e, quando l'avrete trovato, fatemelo sapere, perché anch'io venga ad adorarlo».

Udito il re, essi partirono. Ed ecco, la stella, che avevano visto spuntare, li precedeva, finché giunse e si fermò sopra il luogo dove si trovava il bambino. Al vedere la stella, provarono una gioia grandissima. Entrati nella casa, videro il bambino con Maria sua madre, si prostrarono e lo adorarono. Poi aprirono i loro scrigni e gli offrirono in dono oro, incenso e mirra. Avvertiti in sogno di non tornare da Erode, per un'altra strada fecero ritorno al loro paese.

I Magi sono uomini alla ricerca, pieni di dubbi e domande: sono disposti a lasciare la sicurezza e l'agiatezza dei loro regni per mettersi in viaggio, seguendo una stella, che—secondo i loro studi astrologici—li condurrà dal Re dei Re. Non hanno certezze, ma hanno fede e questo è per loro sufficiente per lasciare tutto e partire, inseguendo una stella. Non sono fermi, immobili, sicuri di loro stessi, come invece Erode che vede nel Messia un avversario, o come i sacerdoti, che sanno dove è nato il Messia ma non si degnano nemmeno di uscire dal loro tempio.

E accanto ai Magi, tra i primi ad accogliere il Messia ci sono i dimenticati del popolo di Israele: Maria e Giuseppe, i pastori, i poveri. Dio che si è fatto uomo non viene accolto dai potenti, non dal Sommo Sacerdote o dai farisei, i devoti tra i devoti. Ma sono proprio gli stranieri, i reietti, i “non-popolo”, a riconoscere il volto di Dio.

I Magi, fermi nella loro fede, sono disposti ad abbassarsi al livello di questa povera gente, perché è lì, tra loro, che potranno finalmente incontrare e conoscere il Re dei Re.

Dio vuole svelarsi a tutti, vuole raggiungere ogni uomo, ogni nazione. Gesù è venuto per essere riconosciuto da ogni popolo, qui raffigurato dai misteriosi Magi d'Oriente; l'incontro con Dio non è più riservato a qualcuno: ogni uomo che cerca un senso può incontrare Dio.

Se siamo desiderosi di incontrare di persona Gesù, come i Magi, dobbiamo essere disposti a interrogarci, a mettere in discussione le nostre apparenti sicurezze, a lasciare la nostra comodità e a mettersi in cammino alla ricerca dell'incontro con il Signore Gesù.

## Per riflettere

*I Magi insegnano che si può partire da molto lontano per raggiungere Cristo. Guardando questa scena nel presepe siamo chiamati a riflettere sulla responsabilità che ogni cristiano ha di essere evangelizzatore. Ognuno di noi si fa portatore della Bella Notizia presso quanti incontra, testimoniando la gioia di aver incontrato Gesù e il suo amore con concrete azioni di misericordia (Papa Francesco, Admirabile signum, 9)*

## Preghiera Finale

Offriamo in questa giornata la nostra preghiera e le nostre azioni al Signore per coloro che si occupano della direzione spirituale e del discernimento vocazionale.

Sappiano aiutare a leggere nelle pieghe dell'esistenza prodigi che Dio compie nella vita di ciascuno e, avendo come modello Gesù, sappiano farsi canali della sua volontà per quanti accompagnano nel cammino spirituale e vocazionale.

---

## Preghiera Iniziale

Perché le genti congiurano,  
perché invano cospirano i popoli?  
Insorgono i re della terra  
e i principi congiurano insieme  
contro il Signore e contro il suo Messia.  
“Spezziamo le loro catene,  
gettiamo via i loro legami”.  
Se ne ride chi abita i cieli,  
li schernisce dall'alto il Signore.  
*(Salmo 2)*

---

## Dal Vangelo

secondo Matteo (4, 12-17.23-25)

---

### *Ascolta*

In quel tempo, quando Gesù seppe che Giovanni era stato arrestato, si ritirò nella Galilea, lasciò Nàzaret e andò ad abitare a Cafàrnao, sulla riva del mare, nel territorio di Zàbulon e di Nèftali, perché si compisse ciò che era stato detto per mezzo del profeta Isaia: «Terra di Zàbulon e terra di Nèftali, sulla via del mare, oltre il Giordano, Galilea delle genti! Il popolo che abitava nelle tenebre vide una grande luce, per quelli che abitavano in regione e ombra di morte una luce è sorta». Da allora Gesù cominciò a predicare e a dire: «Convertitevi, perché il regno dei cieli è vicino».

Gesù percorreva tutta la Galilea, insegnando nelle loro sinagoghe, annunciando il vangelo del Regno e guarendo ogni sorta di malattie e di infermità nel popolo. La sua fama si diffuse per tutta la Siria e conducevano a lui tutti i malati, tormentati da varie malattie e dolori, indemoniati, epilettici e paralitici; ed egli li guarì. Grandi folle cominciarono a seguirlo dalla Galilea, dalla Decàpoli, da Gerusalemme, dalla Giudea e da oltre il Giordano.



Giovanni, il Battista, è stato incarcerato, per Gesù incomincia il tempo della predicazione e della conversione delle genti. Gesù arriva, percorre, guarisce.

*Arriva* a Cafarnaò, terra di mare, perché si compia ciò che era stato detto da Isaia: “Il popolo che abitava nelle tenebre vide una grande luce, per quelli che abitavano in regione e ombra di morte una luce è sorta”. Terra disprezzata, come si legge in Giovanni 7, 52, dove un gruppo di Farisei obietta che nessun profeta può provenire dalla Galilea, i cui uomini sono ritenuti rozzi, ignoranti e perfino barbari, dagli abitanti di Gerusalemme e di tutta la Giudea. . .

*Percorre* tutto il territorio della Galilea, incontra, prega, predica, diffonde la sua luce e il suo amore per tutti.

*Guarisce* ogni sorta di malattie e di infermità e arrivano a Lui grandi folle, anche da Gerusalemme e dalla Giudea e incominciano a seguirlo.

Noi oggi lo possiamo ancora incontrare, nella profondità del nostro cuore; bisogna fermarsi per riconoscere la sua voce, percorrere mentalmente la sua Galilea, cercare di farsi trovare pronti al suo arrivo per restarne attratti e decidere di seguirlo.

Gesù viene sempre verso di noi percorre le nostre strade, ci soccorre e ci guarisce ogni volta che ci sentiamo poveri, malati, abbandonati, disprezzati, derisi, o quando inciampiamo e cadiamo nel peccato.

Viene verso noi, ci attira a sé con il suo amore, e ci invita a fare come Lui.

## Per riflettere

*Lascio aperta la mia porta al Signore? Riconosco le opere che ha compiuto nella mia vita? Mi lascio guarire dal suo Amore per me?*

## Preghiera Finale

Signore Gesù, io ti ringrazio perché mi ami  
perché mi accetti totalmente,  
senza riserve, così come sono.

Gesù, forse sono cieco di fronte ai miei peccati,  
non vedo la mia colpa al tuo cospetto,  
conducimi nella luce del tuo amore  
ed io potrò vedere.

Signore, fa ch'io veda.

Amen.

*(Robert Faricy SI e Luciana Pecoraio)*

---

## Preghiera Iniziale

Scenderà come pioggia sull'erba,  
come acqua che irrorà la terra.  
Nei suoi giorni fiorirà la giustizia  
e abonderà la pace,  
finché non si spenga la luna.  
E dominerà da mare a mare,  
dal fiume sino ai confini della terra.  
*(Salmo 71)*

---

## Dal Vangelo

secondo Marco (6, 34–44)

---

### *Ascolta*

In quel tempo, sceso dalla barca, Gesù vide una grande folla, ebbe compassione di loro, perché erano come pecore che non hanno pastore, e si mise a insegnare loro molte cose.

Essendosi ormai fatto tardi, gli si avvicinarono i suoi discepoli dicendo: «Il luogo è deserto ed è ormai tardi; congedali, in modo che, andando per le campagne e i villaggi dei dintorni, possano comprarsi da mangiare». Ma egli rispose loro: «Voi stessi date loro da mangiare». Gli dissero: «Dobbiamo andare a comprare duecento denari di pane e dare loro da mangiare?». Ma egli disse loro: «Quanti pani avete? Andate a vedere». Si informarono e dissero: «Cinque, e due pesci».

E ordinò loro di farli sedere tutti, a gruppi, sull'erba verde. E sedettero, a gruppi di cento e di cinquanta. Prese i cinque pani e i due pesci, alzò gli occhi al cielo, recitò la benedizione, spezzò i pani e li dava ai suoi discepoli perché li distribuissero a loro; e divise i due pesci fra tutti.

Tutti mangiarono a sazietà, e dei pezzi di pane portarono via dodici ceste piene e quanto restava dei pesci. Quelli che avevano mangiato i pani erano cinquemila uomini.

Quante volte anche noi nella nostra esistenza ci siamo sentiti persi, senza una guida o un sentiero sicuro da seguire; abbiamo avuto timore, dubbi sul da farsi, ci siamo sentiti soli e incapaci di prendere una decisione; come un gregge che, senza pastore, non trova la strada per l'ovile ed è esposto ai pericoli... Abbiamo cercato soluzioni con le nostre possibilità, chiedendo aiuto, magari fidandoci di persone sbagliate e, così fragili, abbiamo perso la speranza.

Lì, in quel dolore, abbiamo percepito una presenza e ci siamo messi in ascolto. Si è riaccesa in noi una luce, prima fiavole e poi sempre più chiara; Gesù era lì, pronto ad avere compassione e a mettersi accanto a noi...

Lui ci ama e "patisce con noi", con un amore di Padre attento e misericordioso. Solo fidandoci di Lui possiamo affrontare senza temere le prove del cammino terreno. Ogni giorno, provvede a darci il pane quotidiano, a ciascuno dà in abbondanza. Se impariamo ad abbandonarci a Lui avremo molto di più, proprio come la folla, che in Gesù ha trovato cibo per lo spirito e per il corpo.

## Per riflettere

*Mi voglio abbandonare a Te, Signore, e come la folla sulla riva del mare ascoltare i Tuoi insegnamenti e saziarmi alla Tua mensa...*

## Preghiera Finale

Quaggiù in terra abbiamo un Albero stupendo:

si radica, mistero!, proprio lassù nel cielo.

Alla sua ombra, niente potrà mai ferire:

uno vi riposa senza temer tempeste.

Quest'Albero ineffabile ha per nome "Amore"  
e il suo gustoso frutto si chiama "Abbandono".

Tal frutto già quaggiù mi dà felicità.

S'allieta la mia anima al suo divin profumo.

Mi dona in questo mondo un oceano di pace:

in sì profonda pace riposo senza fine.

*(Santa Teresa di Lisieux)*

# Domenica

## 9 gennaio 2022

Is 40, 1-5.9-11; Sal 103; Tt 2, 11-14; 3, 4-7  
*Battesimo del Signore*

---

## 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.  
Tu stendi il cielo come una tenda,  
costruisci sulle acque la tua dimora,  
fai delle nubi il tuo carro,  
cammini sulle ali del vento;  
fai dei venti i tuoi messaggeri,  
delle fiamme guizzanti i tuoi ministri.  
*(Salmo 103)*

## Dal Vangelo

secondo Luca (3, 15-16.21-22)

---

### *Ascolta*

In quel tempo, poiché il popolo era in attesa e tutti, riguardo a Giovanni, si domandavano in cuor loro se non fosse lui il Cristo, Giovanni rispose a tutti dicendo: «Io vi battezzo con acqua; ma viene colui che è più forte di me, a cui non sono degno di slegare i lacci dei sandali. Egli vi battezzerà in Spirito Santo e fuoco».

Ed ecco, mentre tutto il popolo veniva battezzato e Gesù, ricevuto anche lui il battesimo, stava in preghiera, il cielo si aprì e discese sopra di lui lo Spirito Santo in forma corporea, come una colomba, e venne una voce dal cielo: «Tu sei il Figlio mio, l'amato: in te ho posto il mio compiacimento».

Giovanni è l'ultimo profeta dell'antico Testamento e il primo Apostolo di Gesù. Nato "miracolosamente" da Elisabetta, sterile e ormai anziana; annunciato dall'arcangelo Gabriele come "grande davanti al Signore, cioè pieno di Spirito Santo, operatore di conversioni e precursore del Signore". È comprensibile, quindi, che il popolo pensi che sia lui il Salvatore e che riponga in lui la speranza.

Ma Giovanni riconosce quanto egli sia piccolo di fronte al Signore che deve venire e rivela che non è lui il messia e che Colui che verrà battezerà in Spirito Santo e fuoco.

Dunque è attraverso l'azione dello Spirito, forza che proviene da Dio e anima le creature, che si diventa figli del Padre celeste. Succede così per Gesù, che, battezzato con acqua da Giovanni, resta in preghiera. Una preghiera di contemplazione e di ringraziamento, fatta nel silenzio, pur trovandosi tra la folla. Un Gesù che non si rivela, ma viene rivelato da Dio attraverso la forza dello Spirito che scende su di Lui e lo annuncia al mondo come "il figlio prediletto, l'Amato".

L'umiltà di Giovanni che si riconosce piccolo davanti a Gesù ("... ma viene colui che è più forte di me a cui non sono degno di legare i lacci dei sandali") ci sia di esempio: coltiviamo, mettiamo a disposizione dei nostri fratelli i doni che riceviamo dal Signore al momento del nostro battesimo, ma sentiamoci sempre solo piccoli strumenti nelle Sue mani, che agiscono mediante la sua grazia.

**Per  
riflettere**

*Invochiamo la forza dello Spirito Santo perché scenda su di noi, ci dia vigore e ci conforti con i suoi santi doni.*

## Preghiera Finale

Vieni Spirito Santo,  
manda a noi dal cielo  
un raggio della tua luce.  
Vieni padre dei poveri,  
vieni datore dei doni,  
vieni, luce dei cuori.  
Consolatore perfetto,  
ospite dolce dell'anima,  
dolcissimo sollievo.  
Dona ai tuoi fedeli  
che solo in te confidano  
i tuoi santi doni.  
Dona virtù e premio,  
dona morte santa,  
dona gioia eterna.  
Amen.

## Preghiera Iniziale

Ho creduto anche quando dicevo:

“Sono troppo infelice”.

Ho detto con sgomento:

“Ogni uomo è inganno”.

Che cosa renderò al Signore  
per quanto mi ha dato?

Alzerò il calice della salvezza  
e invocherò il nome del Signore.

*(Salmo 115)*

## Dal Vangelo

secondo Marco (1, 14–20)

---

### *Ascolta*

Dopo che Giovanni fu arrestato, Gesù andò nella Galilea, proclamando il vangelo di Dio, e diceva: «Il tempo è compiuto e il regno di Dio è vicino; convertitevi e credete nel Vangelo».

Passando lungo il mare di Galilea, vide Simone e Andrea, fratello di Simone, mentre gettavano le reti in mare; erano infatti pescatori. Gesù disse loro: «Venite dietro a me, vi farò diventare pescatori di uomini». E subito lasciarono le reti e lo seguirono.

Andando un poco oltre, vide Giacomo, figlio di Zebedeo, e Giovanni suo fratello, mentre anch'essi nella barca riparavano le reti. Subito li chiamò. Ed essi lasciarono il loro padre Zebedeo nella barca con i garzoni e andarono dietro a lui.

Le prime parole di Gesù, nel testo dal vangelo più antico, quello di Marco, esprimono l'urgenza di un annuncio profetico: "Il tempo è compiuto e il regno di Dio è vicino". Qualcosa che non è mai successo sta per accadere; sta per giungere sulla Terra un regno di pace e di giustizia universale. Davvero Gesù credeva che fosse imminente la fine dei tempi e l'irrompere nella storia umana del governo di Dio? Può darsi. Del resto non era il solo. Ci sono teologi che sostengono questa tesi. La fine dei tempi è di là da venire e il regno di Dio non si è materializzato: Gesù prese un abbaglio millenaristico. Alle nostre orecchie e al nostro cuore, però, quelle parole suonano più calde di una disputa filosofica sugli errori del Gesù storico. Il regno di Dio è vicino, è qui accanto a noi, adesso. Non solo e non tanto nella vita che verrà, ma in questa. Come un piccolo seme, può crescere ogni giorno nelle azioni, nelle relazioni, negli incontri e nei progetti che facciamo. Il regno di Dio si compirà, un giorno, ma per noi il tempo è compiuto adesso: è ora che possiamo cambiare strada (convertirci) e credere al vangelo, alla buona notizia di un Dio che si è fatto come noi e di Gesù che ci chiama a seguirlo. Non è un ordine, quello del Maestro, né un plagio, è una promessa ambiziosa: "Vi farò pescatori di uomini". Una prospettiva per cui non siamo sudditi ma protagonisti della costruzione del regno di Dio.

## Per riflettere

*Simone, Andrea, Giacomo e Giovanni lasciano le reti e seguono Gesù che li chiama. Chiediamoci quanto siamo disposti a cambiare l'ordine delle nostre priorità quotidiane per fare spazio alla Parola di Dio.*

## Preghiera Finale

Signore Gesù,  
come un giorno hai chiamato i primi discepoli  
per farne pescatori di uomini,  
dona ai giovani e alle giovani  
la grazia di rispondere prontamente  
alla tua voce.

Manda, Signore, operai della tua messe  
e non permettere che l'umanità si perda  
per mancanza di persone votate  
alla causa del Vangelo.

*(San Giovanni Paolo II)*

# Martedì

## 11 gennaio 2022

---

1Sam 1, 9–20; 1Sam 2, 1.4–8

## Preghiera Iniziale

Non c'è santo come il Signore,  
non c'è rocca come il nostro Dio.  
Non moltiplicate i discorsi superbi,  
dalla vostra bocca non esca arroganza;  
perché il Signore è il Dio e sa tutto  
e le sue opere sono rette.

*(Cantico di Anna, Primo Libro di Samuele)*

## Dal Vangelo

secondo Marco (1, 21b–28)

---

### *Ascolta*

In quel tempo, Gesù, entrato di sabato nella sinagoga, [a Cafarnao,] insegnava. Ed erano stupiti del suo insegnamento: egli infatti insegnava loro come uno che ha autorità, e non come gli scribi.

Ed ecco, nella loro sinagoga vi era un uomo posseduto da uno spirito impuro e cominciò a gridare, dicendo: «Che vuoi da noi, Gesù Nazareno? Sei venuto a rovinarci? Io so chi tu sei: il santo di Dio!». E Gesù gli ordinò severamente: «Taci! Esci da lui!». E lo spirito impuro, straziandolo e gridando forte, uscì da lui.

Tutti furono presi da timore, tanto che si chiedevano a vicenda: «Che è mai questo? Un insegnamento nuovo, dato con autorità. Comanda persino agli spiriti impuri e gli obbediscono!».

La sua fama si diffuse subito dovunque, in tutta la regione della Galilea.



Da cosa si riconosce un maestro?

Ci sono maestri che custodiscono il sapere, leggono, interpretano e trasmettono agli altri quanto conoscono. Dedicano all'insegnamento il tempo stabilito (il sabato per gli Ebrei) nel luogo scelto (la Sinagoga). Spesso però il loro insegnamento non corrisponde al modo di comportarsi, e risulta quindi sterile, o dà pochi frutti.

Gesù entra in sinagoga prende la parola e subito tutti restano stupiti; c'è in lui un'autorità autentica; di chi predica con il cuore e riesce a trasmettere un messaggio che poi interpreta nella vita di ogni giorno, con gesti coerenti. Non si limita a leggere e tradurre, ma vive concretamente quello che insegna.

Questo è il vero maestro, quello di cui tutti abbiamo bisogno: un maestro che parla al nostro cuore, che ci vuole bene, che desidera che si impari da lui e ci dà il suo esempio come testimonianza.

Di fronte ad una così forte autorità, il male lo riconosce come Santo ed è disturbato, scandalizzato, e gridando tutta la sua debolezza esce dal corpo che abita.

**Per  
riflettere**

*Gesù insegnami a riconoscerti come Maestro di vita, a distinguere ciò che è autentico da ciò che non lo è.*

## Preghiera Finale

San Michele Arcangelo, difendici nella lotta:  
sii il nostro aiuto contro la malvagità e le insidie del demonio.  
Supplichevoli preghiamo che Dio lo domini e Tu,  
Principe della Milizia Celeste, con il potere che ti viene da Dio,  
incatena nell'inferno satana e gli spiriti maligni,  
che si aggirano per il mondo per far perdere le anime.  
Amen.

---

## Preghiera Iniziale

Ho sperato: ho sperato nel Signore  
ed egli su di me si è chinato,  
ha dato ascolto al mio grido.  
Mi ha tratto dalla fossa della morte,  
dal fango della palude;  
i miei piedi ha stabilito sulla roccia,  
ha reso sicuri i miei passi.  
Mi ha messo sulla bocca un canto nuovo,  
lode al nostro Dio.  
*(Salmo 39)*

---

## Dal Vangelo

secondo Marco (1, 29–39)

---

### *Ascolta*

In quel tempo, Gesù, uscito dalla sinagoga, subito andò nella casa di Simone e Andrea, in compagnia di Giacomo e Giovanni. La suocera di Simone era a letto con la febbre e subito gli parlarono di lei. Egli si avvicinò e la fece alzare prendendola per mano; la febbre la lasciò ed ella li serviva.

Venuta la sera, dopo il tramonto del sole, gli portavano tutti i malati e gli indemoniati. Tutta la città era riunita davanti alla porta. Guarì molti che erano affetti da varie malattie e scacciò molti demòni; ma non permetteva ai demòni di parlare, perché lo conoscevano.

Al mattino presto si alzò quando ancora era buio e, uscito, si ritirò in un luogo deserto, e là pregava. Ma Simone e quelli che erano con lui, si misero sulle sue tracce. Lo trovarono e gli dissero: «Tutti ti cercano!». Egli disse loro: «Andiamocene altrove, nei villaggi vicini, perché io predichi anche là; per questo infatti sono venuto!».

E andò per tutta la Galilea, predicando nelle loro sinagoghe e scacciando i demòni.

Tramonta il sole, giunge l'oscurità e Gesù guarisce dalle malattie del corpo, della mente e dello spirito tante persone che cercano un riscatto. Gli abitanti di Cafarnao non si arrendono alla disperazione e si rivolgono a lui anche di notte purché guarisca i loro malati e i loro indemoniati. Gesù è un terapeuta che restituisce agli uomini e alle donne l'armonia interiore ed esteriore. Lui stesso farà più avanti, nel vangelo, un paragone con la medicina. "Non sono i sani che hanno bisogno del medico ma i malati; non sono venuto per chiamare i giusti ma i peccatori". Il Messia ha appena cominciato la sua missione e si propone come colui che guarisce. Là dove c'è una situazione di sofferenza, di disagio, di afflizione, Gesù è vicino, si fa incontrare da chi lo cerca. E scaccia i demòni: tutto ciò che possiede l'anima e il corpo e soffoca, tortura, rendendo l'uomo schiavo degli idoli. Ai demòni però è proibito parlare e svelare l'identità del Signore. Il popolo attende un Messia nazionalista e guerriero, molto diverso da quello che Gesù incarna. Occorre compiere un cammino per comprendere e accogliere il messaggio della buona notizia del vangelo, che ha un "costo": rinnegare se stessi, le proprie attese e i propri schemi mentali, per fidarsi della Parola. Gesù non è un Messia trionfante, egli stesso è in cammino, perciò si ritira a pregare nella solitudine. Lo fa "quando era ancora buio", in quella stessa oscurità in cui aveva guarito tanta gente. Poi viene la luce del giorno e Gesù si allontana, con i suoi primi quattro discepoli, per predicare altrove, mentre tutti lo cercano ancora. Incontra e guarisce ma non vuole diventare egli stesso un idolo.

**Per  
riflettere**

*Aprirsi al Signore perché ci guarisca dalle ferite, dalle fragilità, dai peccati. Cerchiamo con perseveranza uno spazio per pregare nella nostra giornata?*

## Preghiera Finale

Essere tristi è segno di te, o Signore  
un segno che ci manchi;  
e noi neppure lo sappiamo;  
la mancanza di gioia  
è segno della tua assenza;  
uomini o chiese senza gioia  
sono uomini o chiese senza di te, Signore.  
Dio, fonte della gioia,  
guida i nostri passi sulla tua via,  
perché possiamo giungere dove tu ci attendi,  
e là finalmente cantare  
solo canti di Gioia.  
(David Maria Turollo)

Giovedì

13 gennaio 2022

1Sam 4, 1b-11; Sal 43

---

## Preghiera Iniziale

Dio, con i nostri orecchi abbiamo udito,  
i nostri padri ci hanno raccontato  
l'opera che hai compiuto ai loro giorni,  
nei tempi antichi.  
Tu per piantarli, con la tua mano hai sradicato le genti,  
per far loro posto, hai distrutto i popoli.  
Poiché non con la loro spada conquistarono la terra,  
né fu il loro braccio a salvarli;  
ma il tuo braccio e la tua destra  
e la luce del tuo volto,  
perché tu li amavi.  
*(Salmo 43)*

## Dal Vangelo

secondo Marco (1, 40-45)

---

### *Ascolta*

In quel tempo, venne da Gesù un lebbroso, che lo supplicava in ginocchio e gli diceva: «Se vuoi, puoi purificarmi!». Ne ebbe compassione, tese la mano, lo toccò e gli disse: «Lo voglio, sii purificato!». E subito, la lebbra scomparve da lui ed egli fu purificato.

E, ammonendolo severamente, lo cacciò via subito e gli disse: «Guarda di non dire niente a nessuno; va', invece, a mostrarti al sacerdote e offri per la tua purificazione quello che Mosè ha prescritto, come testimonianza per loro».

Ma quello si allontanò e si mise a proclamare e a divulgare il fatto, tanto che Gesù non poteva più entrare pubblicamente in una città, ma rimaneva fuori, in luoghi deserti; e venivano a lui da ogni parte.

Si rivolge a Gesù il lebbroso del Vangelo, ma di lui non sappiamo il nome. È uno dei tanti, colpiti da una malattia che li lasciava ai margini, una malattia considerata ai tempi un castigo di Dio. Soffre, nel corpo distrutto dal morbo e soffre perché nessuno si occupa di lui per curarlo.

Si avvicina allora a Gesù che ne ha compassione. Egli tende la sua mano, lo tocca, tocca quel corpo imputridito e maleodorante e lo guarisce, purificandolo. Allo stesso tempo il richiamo di Gesù è forte e severo, gli chiede di non dire niente a nessuno, ma di fare la sua offerta come testimonianza della purificazione ricevuta.

La gioia del lebbroso guarito però è troppo grande e noi la possiamo soltanto immaginare, ma comprendiamo bene il desiderio di gridare a tutti che adesso si sente sano, vivo, puro, perché Qualcuno lo ha amato.

Quante malattie oggi conosciamo per le quali non esistono cure efficaci! Eppure un nostro sguardo, una carezza, una parola, un gesto di attenzione possono essere per il malato di grande sollievo e dare nuova speranza.

Quello che Gesù ci vuole dire è che non dobbiamo avere paura di amare, di fare del bene, di essere caritatevoli con chi è nel bisogno.

## Per riflettere

*Diffondi l'amore ovunque tu vada; che nessuno venga mai da te senza andarsene più felice. (Madre Teresa di Calcutta)*

## Preghiera Finale

Abbi compassione di me, Signore, benedicimi  
e fa' che possa riacquistare la salute.

Che cresca la mia fede  
e che mi apra alle meraviglie del tuo amore,  
perché sia anche testimone  
della tua potenza e della tua compassione.

Guariscimi, Signore.  
Guariscimi nel corpo,  
guariscimi nel cuore,  
guariscimi nell'anima.

Grazie per i malati che stai guarendo ora,  
grazie per quelli che stai visitando con la tua Misericordia.

Amen.

*(Padre Emiliano Tardif)*

Venerdì

14 gennaio 2022

1Sam 8, 4-7.10-22a; Sal 88

---

## Preghiera Iniziale

Canterò senza fine le grazie del Signore,  
con la mia bocca annunzierò la tua fedeltà nei secoli,  
perché hai detto: “La mia grazia rimane per sempre”;

la tua fedeltà è fondata nei cieli.

“Ho stretto un’alleanza con il mio eletto,

ho giurato a Davide mio servo:

stabilirò per sempre la tua discendenza,

ti darò un trono che duri nei secoli”.

*(Salmo 88)*

---

## Dal Vangelo

secondo Marco (2, 1-12)

---

### *Ascolta*

Gesù entrò di nuovo a Cafàrnao, dopo alcuni giorni. Si seppe che era in casa e si radunarono tante persone che non vi era più posto neanche davanti alla porta; ed egli annunciava loro la Parola.

Si recarono da lui portando un paralitico, sorretto da quattro persone. Non potendo però portarglielo innanzi, a causa della folla, scoperchiarono il tetto nel punto dove egli si trovava e, fatta un’apertura, calarono la barella su cui era adagiato il paralitico. Gesù, vedendo la loro fede, disse al paralitico: «Figlio, ti sono perdonati i peccati».

Erano seduti là alcuni scribi e pensavano in cuor loro: «Perché costui parla così? Bestemmia! Chi può perdonare i peccati, se non Dio solo?». E subito Gesù, conoscendo nel suo spirito che così pensavano tra sé, disse loro: «Perché pensate queste cose nel vostro cuore? Che cosa è più facile: dire al paralitico “Ti sono perdonati i peccati”, oppure dire “Àlzati, prendi la tua barella e cammina”? Ora, perché sappiate che il Figlio dell’uomo ha il potere di perdonare i peccati sulla terra, dico a te – disse al paralitico –: àlzati, prendi la tua barella e va’ a casa tua».

Quello si alzò e subito prese la sua barella, sotto gli occhi di tutti se ne andò, e tutti si meravigliarono e lodavano Dio, dicendo: «Non abbiamo mai visto nulla di simile!».

In tutta la prima parte del vangelo di Marco, Gesù si manifesta come un medico del corpo e dell'anima, un terapeuta. Opera molte guarigioni, ovunque vada ad annunciare la Parola. Ma nel sanare il paralitico il suo annuncio si fa ancora più forte: "Il Figlio dell'uomo ha il potere di perdonare i peccati sulla terra". È un potere divino, che il carpentiere di Nazaret mostra di possedere tramite il segno delle guarigioni. L'incontro con Gesù elimina la malattia dello spirito grazie al perdono dei peccati, la mano tesa di Dio verso gli uomini e le donne: non per giudicarli e condannarli, ma per rialzarli dalla ferita del male a cui così spesso si lasciano andare. I peccati sono la patologia peggiore che il Gesù-medico vuole sanare. Distruggono la persona e le relazioni umane, ma anche sociali, civili, politiche ed economiche. E il Maestro opera subito appena vede la fede di chi lo cerca. Come nel caso del paralitico e dei suoi accompagnatori che hanno scoperchiato il tetto di casa e gli hanno calato il malato dall'alto, sopra la sua testa. Hanno, cioè, fatto tutto ciò che potevano perché Gesù lo guarisse. E lui lo fa. Non sa, non chiede, quali siano i peccati di quell'uomo; gli basta la fede, la conversione. Non c'è spazio per il moralismo degli scribi, di ieri e di oggi, nella Parola annunciata da Gesù. A Dio non interessa la specifica dei poteri divini e di quelli sacerdotali, o il casellario giudiziario della nostra anima. Ma incontrare personalmente ciascuno di noi, come un padre, una madre, con i suoi figli.

**Per  
riflettere**

*Quanta fede abbiamo nella potenza di Gesù che guarisce? Riusciamo ad affidarci e a pregare perché il Signore trasformi la nostra vita?*

## Preghiera Finale

Signore Gesù,  
guariscimi:  
guarisci la mia memoria,  
guarisci il mio cuore,  
guarisci le mie emozioni,  
guarisci il mio spirito,  
guarisci il mio corpo.  
Poni con dolcezza le tue mani su di me;  
per mezzo del tuo amore guariscimi!  
Amen.  
*(Robert Faricy SI e Luciana Pecoraio)*

Sabato

15 gennaio 2022

1Sam 9, 1-4.17-19.26a; 10, 1a; Sal 20

---

## Preghiera Iniziale

Signore, il re gioisce della tua potenza,  
quanto esulta per la tua salvezza!  
Hai soddisfatto i desideri del suo cuore,  
non hai respinto il voto delle sue labbra.  
Gli vieni incontro con larghe benedizioni;  
gli poni sul capo una corona di oro fino.  
Vita ti ha chiesto, a lui l'hai concessa,  
lunghi giorni in eterno, senza fine.

*(Salmo 20)*

---

## Dal Vangelo

secondo Marco (2, 13-17)

### *Ascolta*

In quel tempo, Gesù uscì di nuovo lungo il mare; tutta la folla veniva a lui ed egli insegnava loro. Passando, vide Levi, il figlio di Alfeo, seduto al banco delle imposte, e gli disse: «Seguimi». Ed egli si alzò e lo seguì.

Mentre stava a tavola in casa di lui, anche molti pubblicani e peccatori erano a tavola con Gesù e i suoi discepoli; erano molti infatti quelli che lo seguivano. Allora gli scribi dei farisei, vedendolo mangiare con i peccatori e i pubblicani, dicevano ai suoi discepoli: «Perché mangia e beve insieme ai pubblicani e ai peccatori?».

Udito questo, Gesù disse loro: «Non sono i sani che hanno bisogno del medico, ma i malati; io non sono venuto a chiamare i giusti, ma i peccatori».



L'agire del Signore Gesù va sempre in direzione opposta alla nostra, la sua logica non è la nostra logica; pensiamo ai pubblicani, che costituivano una delle categorie più biasimate dal popolo ebraico, infatti erano veri e propri usurai ed erano guardati con disprezzo.

Lo sguardo di Gesù però non si ferma mai all'esteriorità; ricerca ciò che è invisibile agli occhi e si scopre soltanto con gli occhi del cuore. Il suo sguardo va oltre il peccato ed entra in profondità, a far vibrare quelle corde dell'anima che ciascuno possiede.

E poi Egli chiama.

È un richiamo forte e chiaro quello che rivolge a Levi, una sola parola che però non lascia il più piccolo dubbio nel pubblicano. Da quel momento la sua vita cambierà per sempre, perché diventerà uno dei dodici.

Gesù chiama i peccatori e li invita a seguirlo; condivide la quotidianità e mangia a tavola con loro risvegliando sentimenti di comunione e fraternità che avevano dimenticato, provocando scandalo agli occhi di scribi e i farisei che non riescono a comprendere come questo possa succedere. Gesù infatti stravolge il loro mondo fatto di regole, precetti, giudizi e apre la strada dell'accoglienza e del perdono.

**Per  
riflettere**

*Riesco ad andare oltre le apparenze? So accogliere e perdonare chi sbaglia, senza giudicare?*

## Preghiera Finale

Gesù,  
mi ami,  
conosci il mio nome,  
sai tutto di me: passato, presente, futuro;  
conosci i miei peccati,  
le mie cattive tendenze,  
le mie tentazioni, i miei vizi  
e anche le mie qualità.  
Tu mi accetti proprio così come sono;  
mi ami incondizionatamente.  
Grazie Gesù perché mi ami così tanto.  
Amen.

---

## Preghiera Iniziale

Cantate al Signore un canto nuovo,  
cantate al Signore da tutta la terra.  
Cantate al Signore, benedite il suo nome,  
annunziate di giorno in giorno la sua salvezza.  
In mezzo ai popoli raccontate la sua gloria,  
a tutte le nazioni dite i suoi prodigi.  
*(Salmo 95)*

---

## Dal Vangelo

secondo Giovanni (2, 1-11)

### *Ascolta*

In quel tempo, vi fu una festa di nozze a Cana di Galilea e c'era la madre di Gesù. Fu invitato alle nozze anche Gesù con i suoi discepoli.

Venuto a mancare il vino, la madre di Gesù gli disse: «Non hanno vino». E Gesù le rispose: «Donna, che vuoi da me? Non è ancora giunta la mia ora». Sua madre disse ai servitori: «Qualsiasi cosa vi dica, fatela».

Vi erano là sei anfore di pietra per la purificazione rituale dei Giudei, contenenti ciascuna da ottanta a centoventi litri. E Gesù disse loro: «Riempite d'acqua le anfore»; e le riempirono fino all'orlo. Disse loro di nuovo: «Ora prendetene e portatene a colui che dirige il banchetto». Ed essi gliene portarono.

Come ebbe assaggiato l'acqua diventata vino, colui che dirigeva il banchetto – il quale non sapeva da dove venisse, ma lo sapevano i servitori che avevano preso l'acqua – chiamò lo sposo e gli disse: «Tutti mettono in tavola il vino buono all'inizio e, quando si è già bevuto molto, quello meno buono. Tu invece hai tenuto da parte il vino buono finora».

Questo, a Cana di Galilea, fu l'inizio dei segni compiuti da Gesù; egli manifestò la sua gloria e i suoi discepoli credettero in lui.

Una festa di nozze senza il piacere del vino non è più tale, s'impoverisce e non allietta più gli invitati. Perde sapore, persino l'identità. Ma Gesù restituisce gioia al banchetto degli sposi. Trasforma l'acqua inodore e insapore nella bevanda più allettante e vivificante di tutte. Maria intercede presso il figlio perché attorno al banchetto gli sposi e i loro invitati non perdano la gioia e l'armonia: "Qualsiasi cosa vi dica, fatela", dice ai servi. Quella di Maria è una fede profonda, che ci indica il sentiero: un affidamento assoluto al Signore, dopo avergli presentato desideri, preoccupazioni, problemi e speranze. La Madonna ha confidenza con Gesù e quindi gli presenta un problema in modo semplice, diretto: "Non hanno più vino". Anche noi possiamo dunque avere confidenza col Signore nel presentargli i nostri problemi, compresi quelli apparentemente più banali. Non dobbiamo attenderci una pronta e gratificante risposta, come vorremmo che sempre fosse. Non la riceve neppure la madre di Gesù, che anzi si vede opporre un rifiuto e apparentemente non ottiene nulla. Può darsi che spesso ci sembri incomprensibile il silenzio di Dio di fronte alle nostre preghiere; invece di essere esauditi i nostri desideri, o risolti i nostri problemi, ci sembra che le nostre richieste cadano nel vuoto. L'importante è continuare ad affidarci perché il Signore ci incontra secondo logiche che non sono le nostre ma che rinnovano la nostra vita. Come al banchetto degli sposi, dove il maestro di tavola si stupisce del vino che esce dalle anfore che Gesù ha fatto riempire ai servi: è migliore di quelli bevuti fino a quel momento.

**Per  
riflettere**

*Gesù compie alle nozze di Cana il primo dei miracoli, cioè dei segni che manifestano la sua gloria. Ripensiamo alla nostra esistenza, a quali sono i segni che Gesù ha compiuto e compie nella nostra storia.*

## Preghiera Finale

Santa Maria, donna del vino nuovo,  
quante volte sperimentiamo pure noi  
che il banchetto della vita languisce  
e la felicità si spegne  
sul volto dei commensali!  
Non abbiamo più vino.  
Muoviti, allora, a compassione di noi,  
e ridonaci il gusto delle cose.  
Solo così le giare della nostra esistenza  
si riempiranno fino all'orlo di significati ultimi.  
(Don Tonino Bello)

**Lunedì**  
**17 gennaio 2022**

1Sam 15, 16–23; Sal 49  
*Sant'Antonio abate*

---

## Preghiera Iniziale

Parla il Signore, Dio degli dei,  
convoca la terra da oriente a occidente.

Da Sion, splendore di bellezza,  
Dio rifulge.

Viene il nostro Dio e non sta in silenzio;  
davanti a lui un fuoco divorante,  
intorno a lui si scatena la tempesta.

*(Salmo 49)*

## Dal Vangelo

secondo Marco (2, 18–22)

---

### *Ascolta*

**In quel tempo, i discepoli di Giovanni e i farisei stavano facendo un digiuno. Vennero da Gesù e gli dissero: «Perché i discepoli di Giovanni e i discepoli dei farisei digiunano, mentre i tuoi discepoli non digiunano?».**

**Gesù disse loro: «Possono forse digiunare gli invitati a nozze, quando lo sposo è con loro? Finché hanno lo sposo con loro, non possono digiunare. Ma verranno giorni quando lo sposo sarà loro tolto: allora, in quel giorno, digiuneranno.**

**Nessuno cuce un pezzo di stoffa grezza su un vestito vecchio; altrimenti il rattoppo nuovo porta via qualcosa alla stoffa vecchia e lo strappo diventa peggiore. E nessuno versa vino nuovo in otri vecchi, altrimenti il vino spaccherà gli otri, e si perdono vino e otri. Ma vino nuovo in otri nuovi!».**

Chi è discepolo di Gesù perché decide di mettersi alla scuola del Maestro è un invitato alle nozze. Seguire il Signore non è soltanto imparare una condotta di vita saggia o aggrapparsi a una speranza ultramondana. È partecipare alla festa della nuova alleanza fra Dio e l'uomo. Digiunare per purificarsi secondo le prescrizioni religiose non è più una priorità assoluta. E questo non perché Gesù disprezzi il valore del digiuno o le regole da osservare, ma perché “nessuno versa vino nuovo in otri vecchi”. Se il termine “religione” deriva etimologicamente da “*re-ligare*” ed evidenzia il legame fra l'uomo e Dio, questo legame Gesù lo vuole liberante. Se le pratiche e le prescrizioni religiose diventano un assoluto, un idolo, allora si perde l'essenza che è quella di avvicinare l'uomo a Dio attraverso l'osservanza della pratica, non diventandone schiavi. La Parola che Gesù porta nel mondo crea un legame d'amore fra un Dio papà, o mamma, e i suoi figli, e fra gli uomini tra di loro in quanto fratelli. Ci chiede “vestiti” nuovi e “otri” nuovi: un cambiamento della nostra vita quotidiana, l'unica che esiste, per fare spazio a un messaggio di profondo rinnovamento personale e sociale.

## Per riflettere

*La metafora degli invitati alle nozze e dello sposo esclude la sofferenza del digiuno e richiama la gioia dell'incontro. Quanto spazio c'è per la gioia nella nostra vita?*

## Preghiera Finale

Signore Gesù,  
gioia di chi ti incontra e si mette alla tua sequela,  
donaci un cuore capace di ascoltare e vedere,  
capace di scoprire che la gioia, la tua divina, purissima gioia,  
splende ogni giorno davanti a noi nell'oscuro grigiore del nostro quotidiano.  
Fa' che sappiamo riconoscerla e lasciarcene riempire,  
per effonderla intorno a noi, come in un continuo giorno di festa,  
fino a quando saremo tutti uniti nella gioia eterna del cielo.

Amen.

*(Anna Maria Canopi)*

**Martedì**  
**18 gennaio 2022**

1Sam 16, 1–13a; Sal 88  
*Inizio della settimana di preghiera  
per l'unità dei cristiani*

---

## Preghiera Iniziale

I cieli cantano le tue meraviglie, Signore,  
la tua fedeltà nell'assemblea dei santi.  
Chi sulle nubi è uguale al Signore,  
chi è simile al Signore tra agli angeli di Dio?  
Dio è tremendo nell'assemblea dei santi,  
grande e terribile tra quanti lo circondano.  
*(Salmo 88)*

## Dal Vangelo

secondo Marco (2, 23–28)

---

### *Ascolta*

In quel tempo, di sabato Gesù passava fra campi di grano e i suoi discepoli, mentre camminavano, si misero a cogliere le spighe. I farisei gli dicevano: «Guarda! Perché fanno in giorno di sabato quello che non è lecito?». Ed egli rispose loro: «Non avete mai letto quello che fece Davide quando si trovò nel bisogno e lui e i suoi compagni ebbero fame? Sotto il sommo sacerdote Abiatà, entrò nella casa di Dio e mangiò i pani dell'offerta, che non è lecito mangiare se non ai sacerdoti, e ne diede anche ai suoi compagni!».

E diceva loro: «Il sabato è stato fatto per l'uomo e non l'uomo per il sabato! Perciò il Figlio dell'uomo è signore anche del sabato».

Gesù dà scandalo ai custodi della religione istituzionale e della morale ufficiale. E libera la Parola di Dio da una lettura fine a se stessa, dove al centro ci siamo noi e le nostre idiosincrasie, non l'ascolto di un messaggio che cambia la nostra vita. Non soltanto i suoi discepoli fanno in giorno di sabato ciò che non è lecito, ma egli stesso se ne assume la responsabilità e coglie l'occasione per rovesciare la lettura legalistica e asfittica della Sacra Scrittura fatta dai farisei. Ricorda loro, infatti, cosa fece Davide, assieme ai suoi compagni, quando "si trovò nel bisogno ed ebbe fame". Davide, entrato nel tempio, trasgredì la regola che prevede che soltanto i sacerdoti possano mangiare i pani dell'offerta. La norma ha valore perché conduce alla vita e allontana dalle strade sbagliate, indicando comportamenti da tenere, a volte anche attraverso dei divieti. Se però diventa un assoluto, il cuore stesso del nostro rapporto con Dio, allora non è altro che un sistema di legami per la coscienza che genera paura e sottomissione, magari incoraggiando una relazione mercantile con Dio, senza amore: comportarmi bene mi conviene così otterrò in cambio un premio, diversamente otterrò un castigo. Un po' come, nella parabola dei talenti, il servo che, dominato dalla paura di rischiare, di sbagliare e essere giudicato, restituisce intatto, al padrone, il talento che gli era stato dato perché lo facesse fruttare. Un talento puro, ben conservato, ma completamente inutile. È il sabato, dice Gesù, che è stato fatto per l'uomo, e non viceversa. Al centro c'è l'uomo con il suo bisogno di essere salvato, i suoi talenti e i suoi limiti, persino i suoi peccati.

## Per riflettere

*Che rapporto ho con il Signore? Di confidenza, di fiducia, o piuttosto di oscuro timore, quasi di paura, un Dio a cui dare del tu ma in fondo da tenere lontano dalla vita?*

## Preghiera Finale

Rimetto la mia anima nelle tue mani,  
te la dono, mio Dio,  
con tutto l'amore del mio cuore.  
Perché ti amo.  
Ed è per me un'esigenza d'amore  
il donarmi,  
il rimettermi nelle tue mani senza misura,  
con una confidenza infinita,  
poiché tu sei il Padre mio.  
(Charles de Foucauld)

---

## Preghiera Iniziale

Signore, che cos'è un uomo perché te ne curi?  
Un figlio d'uomo perché te ne dia pensiero?  
L'uomo è come un soffio,  
i suoi giorni come ombra che passa.  
Signore, piega il tuo cielo e scendi,  
tocca i monti ed essi fumeranno.  
Le tue folgori disperdano i nemici,  
lancia frecce, sconvolgili.  
*(Salmo 143)*

## Dal Vangelo

secondo Marco (3, 1–6)

---

### *Ascolta*

In quel tempo, Gesù entrò di nuovo nella sinagoga. Vi era lì un uomo che aveva una mano paralizzata, e stavano a vedere se lo guariva in giorno di sabato, per accusarlo.

Egli disse all'uomo che aveva la mano paralizzata: «Alzati, vieni qui in mezzo!». Poi domandò loro: «È lecito in giorno di sabato fare del bene o fare del male, salvare una vita o ucciderla?». Ma essi tacevano. E guardandoli tutt'intorno con indignazione, rattristato per la durezza dei loro cuori, disse all'uomo: «Tendi la mano!». Egli la tese e la sua mano fu guarita.

E i farisei uscirono subito con gli erodiani e tennero consiglio contro di lui per farlo morire.



Gesù deve morire, è troppo pericoloso. Così pensano i farisei e gli erodiani, i fanatici custodi del potere religioso e civile, i quali si riuniscono per tramare nell'ombra contro un profeta che, facendo il bene nel nome di Dio padre amorevole in giorno di sabato, li svergogna. Gesù infatti non osserva le prescrizioni del sabato in modo bigotto e passivo, o, peggio, ideologico e fanatico, sotto il basto della paura di trasgredire le regole per ubbidire a un Dio-padrone, onnipotente motore immobile del cosmo ma incapace di amare gli esseri umani e il creato. Al contrario, egli rovescia la prospettiva da cui leggere la Bibbia, la capovolge restituendole la sua vera essenza: è il sabato che è fatto per l'uomo e non l'uomo per il sabato. Un uomo con la mano paralizzata è ultimo, è scartato. Proprio per lui è venuto Gesù, che lo guarisce in giorno di sabato, trasgredendo le regole di un ordinamento religioso sfigurato, strumento di potere e sottomissione delle coscienze da parte di interpreti ipocriti della Parola. Quelli che Gesù, colmo di rabbia e indignazione, arriverà a definire "sepolcri imbiancati", capaci di tacere in un silenzio di morte di fronte alla domanda se sia lecito salvare una vita o ucciderla in giorno di sabato. Come se bene e male valgano allo stesso modo, cioè nulla, rispetto alla necessità di conservare il potere. La risposta di Gesù è la guarigione dell'uomo dalla mano paralizzata, è la salvezza per tutti. Fino a dare la vita lasciandosi mettere a morte, senza sfuggire al proprio destino. Un destino di resurrezione.

**Per  
riflettere**

*Affidiamoci a Gesù che ci guarisce, anche in giorno di sabato, cioè superando le regole, le abitudini, gli schemi mentali e istituzionali. La sua urgenza è la salvezza per ciascun uomo, nessuno escluso.*

## Preghiera Finale

Tu vieni a turbarci,  
vento dello spirito.  
Tu sei l'altro che è in noi.  
Tu sei il soffio che anima  
e sempre scompare.  
Tu sei il fuoco  
che brucia per illuminare.  
Attraverso i secoli e le moltitudini  
Tu corri come un sorriso  
per far impallidire le pretese  
degli uomini.  
(David Maria Turolto)

---

## Preghiera Iniziale

Lodo la parola di Dio,  
lodo la parola del Signore,  
in Dio confido,  
non avrò timore:  
che cosa potrà farmi un uomo?  
Su di me, o Dio, i voti che ti ho fatto:  
ti renderò azioni di grazie,  
perché mi hai liberato dalla morte.  
Hai preservato i miei piedi dalla caduta,  
perché io cammini alla tua presenza  
nella luce dei viventi, o Dio.

*(Salmo 55)*

## Dal Vangelo

secondo Marco (3, 7–12)

---

### *Ascolta*

**In quel tempo, Gesù, con i suoi discepoli si ritirò presso il mare e lo seguì molta folla dalla Galilea. Dalla Giudea e da Gerusalemme, dall'Idumea e da oltre il Giordano e dalle parti di Tiro e Sidòne, una grande folla, sentendo quanto faceva, andò da lui.**

**Allora egli disse ai suoi discepoli di tenergli pronta una barca, a causa della folla, perché non lo schiacciassero. Infatti aveva guarito molti, cosicché quanti avevano qualche male si gettavano su di lui per toccarlo.**

**Gli spiriti impuri, quando lo vedevano, cadevano ai suoi piedi e gridavano: «Tu sei il Figlio di Dio!». Ma egli imponeva loro severamente di non svelare chi egli fosse.**

Gesù ha guarito molti ammalati e l'eco del suo potere risuona lontana: accorrono a lui da ogni parte. C'è un medico che guarisce tutti quelli che lo toccano, un "mago" che si deve assolutamente avvicinare.

Ma in questa circostanza è lui che si sente in pericolo e si fa preparare una barca per potersi allontanare e non essere schiacciato dalla moltitudine di fedeli. Desidera ritrovare una dimensione di tranquillità, lontano da una folla che lo acclama.

Se Gesù prende le distanze cosa può fare ancora la folla, accecata dal desiderio di guarigione? Si sentirà smarrita, delusa, abbandonata.

O forse cercherà di comprendere.

Cosa possiamo fare noi quando chiediamo ma non siamo esauditi? Chiedere è lecito, anzi Lui stesso ci dice di chiedere, ma poi dobbiamo anche saper interpretare la risposta che arriverà. Potrebbe essere una risposta diversa da ciò che ci aspettavamo, potremmo sentirlo lontano solo perché non ci ha dato ciò per cui abbiamo pregato tanto; potremmo cadere nello scoraggiamento e dubitare del suo amore per noi...

Il figlio di Dio non va in cerca di notorietà, non colleziona medaglie per ogni miracolo compiuto; in realtà opera senza che noi ce ne rendiamo conto; se non ci guarisce nel fisico ci risana nell'anima e nel cuore; se non ci dà quello che vorremmo è perché ha già preparato per noi qualcosa di più grande e di più importante.

## Per riflettere

*Quando domando qualcosa a Dio mi faccio ispirare dalla sua sapienza? Riconosco i limiti delle mie richieste?*

## Preghiera Finale

Chiesi a Dio di essere forte  
per eseguire progetti grandiosi:  
Egli mi rese debole per conservarmi nell'umiltà.  
Domandai a Dio che mi desse la salute  
per realizzare grandi imprese:  
Egli mi ha dato il dolore per comprenderla meglio.  
Domandai a Dio tutto per godere la vita:  
mi ha lasciato la vita perché potessi apprezzare tutto.  
Le preghiere che non feci furono esaudite.  
Sii lodato o mio Signore, fra tutti gli uomini  
nessuno possiede quello che ho io.

*(Kirk Kilgour)*

## Preghiera Iniziale

Saldo è il mio cuore o Dio,  
saldo è il mio cuore.  
Voglio cantare, a te voglio inneggiare:  
Svegliati, mio cuore,  
svegliati, arpa, cetra,  
voglio svegliare l'aurora.  
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 fedeltà fino alle nubi.  
*(Salmo 56)*

## Dal Vangelo

secondo Marco (3, 13–19)

---

### *Ascolta*

In quel tempo, Gesù salì sul monte, chiamò a sé quelli che voleva ed essi andarono da lui. Ne costituì Dodici – che chiamò apostoli –, perché stessero con lui e per mandarli a predicare con il potere di scacciare i demòni.

Costituì dunque i Dodici: Simone, al quale impose il nome di Pietro, poi Giacomo, figlio di Zebedèo, e Giovanni fratello di Giacomo, ai quali diede il nome di Boanèrges, cioè “figli del tuono”; e Andrea, Filippo, Bartolomeo, Matteo, Tommaso, Giacomo, figlio di Alfeo, Taddeo, Simone il Cananeo e Giuda Iscariota, il quale poi lo tradì.

Gesù sale sul monte, cerca un luogo tranquillo e lontano dal clamore e dalla folla dove compiere una chiamata importante; è impegnativo il mandato che dà ai dodici, chiede loro di stare con lui e gli conferisce il potere di predicare e scacciare i demoni; li chiama “apostoli”, termine che significa “inviato, rappresentante”. Sa che un giorno non potrà più portare avanti la sua missione e ha bisogno di qualcuno che possa far conoscere al mondo il suo messaggio di pace.

Li conosce uno ad uno, impone loro un nome che caratterizzerà ciascuno in modo diverso, per sempre. Si fida di loro, ma sa anche che verrà tradito e rinnegato: Gesù sceglie di compiere la volontà del Padre suo, pur conoscendo il prezzo che dovrà pagare.

Quanto coraggio e quanta fiducia in Dio testimonia Gesù!

Anche noi, come gli Apostoli, siamo chiamati dal Signore, ma non siamo sempre pronti a rispondere con fiducia totale. Quando i pesi delle nostre croci sembrano opprimerci, siamo tentati di cambiare via, di rinnegarlo o di tradirlo.

Accettare la volontà del Signore, saper dire di sì alla sua chiamata, è l’inizio di un cammino che ci vuole annunciatori della nostra fede nel mondo, a partire dai gesti e dalle relazioni di ogni giorno. Compriamo questo cammino seguendo l’esempio di Gesù, con coraggio e fiducia e se ci saranno momenti di caduta, di debolezza, o allontanamento, la mano del Signore sarà sempre pronta per risollevarci e risanarci.

**Per  
riflettere**

*Mi sento, come gli Apostoli, inviato dal Signore? So testimoniare la fede nelle strade della mia esistenza e nell'incontro con l'altro?*

## Preghiera Finale

Gesù,  
scelgo te per portare nel mondo la testimonianza del tuo Amore.  
Dammi un cuore sensibile alle necessità altrui.  
fammi vedere con i tuoi occhi,  
toccare con le tue mani,  
amare con il tuo cuore.

Grazie Signore dell'amore che hai messo nel mio cuore.

Amen.

*(Robert Faricy SI e Luciana Pecoraio)*

# Sabato

## 22 gennaio 2022

---

2Sam 1, 1-4.11-12.17.19.23-27; Sal 79

### Preghiera Iniziale

Tu, pastore d'Israele ascolta,  
tu che guidi Giuseppe, come un gregge,  
assiso sui cherubini rifulgi,  
davanti a Efraim, Beniamino e Manasse.  
Risveglia la tua potenza  
e vieni in nostro soccorso.  
Rialzaci, Signore, nostro Dio,  
fa splendere il tuo volto e noi saremo salvi.  
*(Salmo 79)*

### Dal Vangelo

secondo Marco (3, 20-21)

---

#### *Ascolta*

**In quel tempo, Gesù entrò in una casa e di nuovo si radunò una folla, tanto che non potevano neppure mangiare.**

**Allora i suoi, sentito questo, uscirono per andare a prenderlo; dicevano infatti: «È fuori di sé».**

Chi siano i “suoi” non ci è dato a saperlo; probabilmente i suoi parenti più stretti o forse chi era più vicino e familiare a Gesù. Ma ciò che colpisce di questo brano è sicuramente l’epilogo, in cui, proprio dai suoi, Gesù viene definito fuori di sé, pazzo.

È un Gesù che non viene compreso, anzi viene giudicato. Si cerca di soccorrerlo quando in realtà lui è al suo posto, sta facendo quello per cui è stato mandato.

Spesso dietro a qualcosa di nuovo e fuori dal comune, qualcosa a cui non ci si sente preparati, si possono nascondere sentimenti di paura, di vergogna; si può temere il giudizio degli altri e si rischia di non vedere la realtà per ciò che è.

Dovremmo allenarci a leggere di più la realtà con gli occhi del cuore, mantenendo un atteggiamento di calma per poter riconoscere ciò che porta buoni frutti da ciò che non è sano in sé.

Sappiamo bene che la folla si è radunata perché si trova di fronte un uomo di pace, che ha il coraggio della verità, che si prende cura dei più piccoli; si radunano in tanti, da non poter neppure mangiare.

Ma restano lì perché hanno bisogno di sentire le sue parole, che sono parole di vita eterna.

È lo scandalo del bene.

## Per riflettere

*Che aspetto ha l'amore? Ha le mani per aiutare gli altri. Ha i piedi per camminare incontro i poveri e i bisognosi. Ha gli occhi per vedere la sofferenza e il bisogno. Ha le orecchie per ascoltare i sospiri e i dolori degli uomini. Ecco come appare l'amore. (Sant'Agostino)*

## Preghiera Finale

Notte, tenebre e nebbia,  
fuggite: entra la luce,  
viene Cristo Signore.  
Il sole di giustizia  
trasfigura ed accende  
l'universo in attesa.  
Con gioia pura ed umile,  
fra i canti e le preghiere,  
accogliamo il Signore.  
Salvatore dei poveri,  
la gloria del tuo volto  
splenda su un mondo nuovo!  
Amen.  
*(Inno delle lodi mattutine)*

---

## Preghiera Iniziale

La legge del Signore è perfetta,  
rinfranca l'anima;  
la testimonianza del Signore è verace,  
rende saggio il semplice.  
Gli ordini del Signore sono giusti,  
fanno gioire il cuore;  
i comandi del Signore sono limpidi,  
danno luce agli occhi.  
*(Salmo 18)*

---

## Dal Vangelo

secondo Luca (1, 1-4; 4, 14-21)

---

### *Ascolta*

Poiché molti hanno cercato di raccontare con ordine gli avvenimenti che si sono compiuti in mezzo a noi, come ce li hanno trasmessi coloro che ne furono testimoni oculari fin da principio e divennero ministri della Parola, così anch'io ho deciso di fare ricerche accurate su ogni circostanza, fin dagli inizi, e di scriverne un resoconto ordinato per te, illustre Teòfilo, in modo che tu possa renderti conto della solidità degli insegnamenti che hai ricevuto.

In quel tempo, Gesù ritornò in Galilea con la potenza dello Spirito e la sua fama si diffuse in tutta la regione. Insegnava nelle loro sinagoghe e gli rendevano lode.

Venne a Nàzaret, dove era cresciuto, e secondo il suo solito, di sabato, entrò nella sinagoga e si alzò a leggere. Gli fu dato il rotolo del profeta Isaia; aprì il rotolo e trovò il passo dove era scritto: «Lo Spirito del Signore è sopra di me; per questo mi ha consacrato con l'unzione e mi ha mandato a portare ai poveri il lieto annuncio, a proclamare ai prigionieri la liberazione e ai ciechi la vista; a rimettere in libertà gli oppressi e proclamare l'anno di grazia del Signore».

Riavvolse il rotolo, lo riconsegnò all'insergente e sedette. Nella sinagoga, gli occhi di tutti erano fissi su di lui. Allora cominciò a dire loro: «Oggi si è compiuta questa Scrittura che voi avete ascoltato».



Gesù, con l'ultima frase di questo brano del vangelo di Luca, vuole dire che il passo del profeta Isaia, da lui appena proclamato, si manifesta nella sua persona in modo pieno e saldo.

Ovviamente c'era molto stupore, in quanto nessuno aveva mai pronunciato una frase di questo tipo; Lui vuole far capire che ciò che è contenuto in quella profezia, ora si rivela nella sua persona e d'ora in avanti tutti potranno esercitare nella loro vita quelle parole. Anche noi oggi nella nostra vita possiamo diffondere lo spirito del Signore in ogni contesto dove ci troviamo ad operare, affinché possiamo davvero essere degni discepoli del Signore. Per fare questo dobbiamo chiedere al signore la grazia di essere docili all'ascolto della sua Parola, affinché possa portare frutto in noi e nei fratelli che incontriamo.

**Per  
riflettere**

*Mi lascio guidare dallo spirito del signore nelle scelte quotidiane?  
Riesco a trasmettere il messaggio di salvezza evangelico a coloro  
che incontro?*

## Preghiera Finale

O Dio, Padre del Signore nostro Gesù Cristo,  
tu ami e vuoi salvi tutti i tuoi figli:  
effondi su di noi quello Spirito con cui hai consacrato Gesù  
e l'hai mandato ad annunziare la lieta notizia ai poveri.

Donaci intelligenza del Vangelo e dell'uomo  
perché possiamo portare Gesù a tutti i fratelli  
aiutandoli a incontrarsi con Lui che è l'unico salvatore.

*(Cardinale Marco Cè)*

## Preghiera Iniziale

Beato il popolo che ti sa acclamare  
e cammina, o Signore, alla luce del tuo volto:  
esulta tutto il giorno nel tuo nome  
nella tua giustizia trova la sua gloria.  
Perché tu sei il vanto della sua forza  
e con il tuo favore innalzi la nostra potenza.  
Perché del Signore è il nostro scudo,  
il nostro re, Santo d'Israele.  
*(Salmo 88)*

## Dal Vangelo

secondo Marco (3, 22–30)

---

### *Ascolta*

In quel tempo, gli scribi, che erano scesi da Gerusalemme, dicevano: «Costui è posseduto da Beelzebùl e scaccia i demòni per mezzo del capo dei demòni».

Ma egli li chiamò e con parabole diceva loro: «Come può Satana scacciare Satana? Se un regno è diviso in se stesso, quel regno non potrà restare in piedi; se una casa è divisa in se stessa, quella casa non potrà restare in piedi. Anche Satana, se si ribella contro se stesso ed è diviso, non può restare in piedi, ma è finito.

Nessuno può entrare nella casa di un uomo forte e rapire i suoi beni, se prima non lo lega. Soltanto allora potrà saccheggiargli la casa.

In verità io vi dico: tutto sarà perdonato ai figli degli uomini, i peccati e anche tutte le bestemmie che diranno; ma chi avrà bestemmiato contro lo Spirito Santo non sarà perdonato in eterno: è reo di colpa eterna».

Poiché dicevano: «È posseduto da uno spirito impuro».

La parola di Dio ci insegna che la Trinità è formata da tre persone unite e distinte al contempo: Dio padre, Dio Figlio, Dio Spirito Santo.

Dio padre creatore del cielo e della terra; Gesù Cristo, il Figlio unigenito mandato sulla terra come uomo nato da Maria a convertire i cuori; lo Spirito Santo, la terza persona che, come recitiamo nella preghiera del Credo, “è Signore e dà la vita, e procede dal Padre e dal Figlio... e ha parlato per mezzo dei profeti”.

Un'unità indivisibile quindi, formata dalla stessa sostanza e che opera per il bene degli uomini. È la potenza divina che opera in Cristo a vincere Satana, realizzando così il piano di salvezza del Padre celeste.

È questa unità che Gesù cerca di spiegare agli scribi che ancora una volta dubitano del suo potere affermando che sia posseduto da Belzebù; ma il male non si può combattere con altro male; questo tipo di lotta porterebbe alla rovina. L'unità di cui parla Gesù invece possiede in sé la forza necessaria per sconfiggere il maligno.

Gli esempi di Gesù della casa e del regno divisi in sé stessi sono attuali, ne possiamo trovare testimonianza in tante realtà più o meno vicine a noi: dove c'è divisione c'è discordia, odio, guerra, cattiveria, violenza...

Dall'unità dei cuori che si lasciano sospingere dallo spirito dell'Amore, invece, germoglia il bene che diventa un'arma potente contro il male, nelle sue varie forme.

Coloro che come gli scribi mettono in discussione il potere di Gesù, che opera e guarisce attraverso lo Spirito Santo, si oppongono all'azione divina e, non riconoscendola, si escludono dalla possibilità di essere salvati

## Per riflettere

*Non ci servono armi e bombe per portare la pace, tutto ciò di cui abbiamo bisogno sono amore e compassione. (Madre Teresa di Calcutta)*

## Preghiera Finale

Vieni, Spirito Santo,  
vieni Spirito Consolatore,  
vieni e consola il cuore di ogni uomo  
che piange lacrime di disperazione.  
Vieni, Spirito Santo,  
vieni Spirito della luce,  
vieni e libera il cuore di ogni uomo  
dalle tenebre del peccato.  
Vieni, Spirito Santo,  
vieni Spirito di verità e di amore,  
vieni e ricolma il cuore di ogni uomo  
che senza amore e verità  
non può vivere.  
Amen.

*(San Giovanni Paolo II)*

**Martedì**  
**25 gennaio 2022**

At 22, 3–16 *opp.* At 9, 1–22; Sal 116  
*Conversione di San Paolo*

---

## Preghiera Iniziale

Lodate il signore, popoli tutti,  
voi tutte, nazioni, dategli gloria;  
perché forte è il suo amore per noi  
e la fedeltà del signore dura in eterno.

*(Salmo 116)*

## Dal Vangelo

secondo Marco (16, 15–18)

---

### *Ascolta*

**In quel tempo, [Gesù apparve agli Undici] e disse loro: «Andate in tutto il mondo e proclamate 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».**

Gesù consegna agli Apostoli il “mandato” per annunciare il suo Vangelo alle genti; e lo fa attraverso delle indicazioni precise, necessarie per garantire il messaggio di salvezza a tutti coloro che incontreranno.

Fondamentale per iniziare un cammino di fede è il battesimo, con il quale inizia la nostra vita cristiana e ci permette di entrare nella grande famiglia dei figli di Dio.

La condanna di cui Gesù parla nel vangelo è rivolta a chi non seguirà gli insegnamenti della sua Parola, che verrà proclamata dagli Undici; anche Paolo, che oggi ricordiamo nel giorno della sua conversione, ha predicato per anni contro il vangelo di Cristo, essendo il suo cuore lontano dall’amore di Dio; ma nonostante la nostra sordità e durezza alla sua voce, la Conversione di Paolo ci insegna che anche noi possiamo essere sempre raggiunti da Dio e cambiare la nostra vita alla luce del Vangelo.

Ecco allora che vengono i segni della predicazione indicati nel Vangelo di Marco; grazie alla nostra conversione e all’accoglienza del messaggio di salvezza in essi contenuto, potremo veramente testimoniare il Signore in ogni ambito della vita quotidiana, andando anche controcorrente, sull’esempio dell’Apostolo Paolo.

**Per  
riflettere**

*A che punto sono con la mia conversione personale? Riesco a vivere da battezzato oppure mi faccio influenzare troppo dai pensieri umani? Mi sforzo di annunciare in vangelo a chi mi sta intorno con convinzione e coerenza?*

## Preghiera Finale

Paolo apostolo senza paura,  
prega perché si aprano i nostri occhi  
per vedere il vero tesoro della vita;  
prega perché si spezzi in noi il muro  
del compromesso e della mediocrità  
per diventare missionari di Gesù  
con tutti, dovunque, sempre,  
con la vita e con le parole.

Amen.

*(Cardinale Angelo Comastri)*

---

## Preghiera Iniziale

Gioiscano i cieli, esulti la terra,  
freme il mare e quanto racchiude;  
esultino i campi e quanto contengono,  
si rallegriano gli alberi della foresta  
davanti al Signore che viene,  
perché viene a giudicare la terra.  
Giudicherà il mondo con giustizia  
E con verità tutte le genti.  
*(Salmo 95)*

---

## Dal Vangelo

secondo Luca (10, 1-9)

---

### *Ascolta*

In quel tempo, il Signore designò altri settantadue e li inviò a due a due davanti a sé in ogni città e luogo dove stava per recarsi.

Diceva loro: «La messe è abbondante, ma sono pochi gli operai! Pregate dunque il signore della messe, perché mandi operai nella sua messe! Andate: ecco, vi mando come agnelli in mezzo a lupi; non portate borsa, né sacca, né sandali e non fermatevi a salutare nessuno lungo la strada.

In qualunque casa entriate, prima dite: “Pace a questa casa!”. Se vi sarà un figlio della pace, la vostra pace scenderà su di lui, altrimenti ritornerà su di voi. Restate in quella casa, mangiando e bevendo di quello che hanno, perché chi lavora ha diritto alla sua ricompensa. Non passate da una casa all'altra.

Quando entrerete in una città e vi accoglieranno, mangiate quello che vi sarà offerto, guarite i malati che vi si trovano, e dite loro: “È vicino a voi il regno di Dio”».

C'è bisogno di operai per occuparsi del campo del Signore; è un terreno vasto e necessita di essere lavorato con cura; un'altra metafora usata da Gesù per spiegare quanto è importante che il messaggio evangelico si diffonda e raggiunga ogni creatura.

Anche noi siamo chiamati ad essere operai del Signore, a collaborare per lavorare per il suo Regno.

Come predisporci alla chiamata nel modo migliore? Occorre privarci del superfluo, svuotarci di pesi inutili, pensieri che possano distrarci, liberarci dalle preoccupazioni per far crescere in noi il desiderio di pace e poterla donare agli altri. Se la pace abiterà in noi, scenderà anche nelle case in cui entreremo permettendoci di tessere legami di fratellanza che ci ripagheranno del nostro "lavoro"...

Il Signore sa che incontreremo pericoli lungo il percorso, e che ci sarà sempre qualcuno che vorrà ingannarci, mettere tranelli sulla nostra via, farci del male; ma ci manda, ha bisogno di noi!

La preghiera sarà il nostro sostegno nel cammino; Gesù ci chiede di invocare il Padre perché accresca il numero degli operai e ognuno possa realizzare la propria vocazione per annunciare con fede che il Regno di Dio è vicino.

**Per  
riflettere**

*Mi ricordo di pregare il Signore per la realizzazione del suo Regno?  
Non sono forse troppo egoistiche le mie preghiere?*

## Preghiera Finale

Manda, Signore,  
operai nel campo dove si coltiva il tuo Regno.  
Siano desiderosi di luce, purezza e verità per se stessi  
e per quanti incontreranno sulle loro strade.  
Manda persone affascinate dal tuo Regno,  
impegnate a disegnarne qualche tratto  
anche in quest'oggi così segnato dalle tenebre  
di quella presunzione di autosufficienza  
che provoca ansia da prestazione,  
insoddisfazione, paura del domani.  
Manda profeti della fraternità che, sola,  
può illuminare la nostra umanità ferita e rabbiata.  
Amen.  
*(Vescovo Lauro, preghiera per le vocazioni)*

---

## Preghiera Iniziale

Ricordati, Signore, di Davide,  
di tutte le sue prove,  
quando giurò al Signore,  
al Potente di Giacobbe fece voto:  
non entrerò sotto il tetto della mia casa,  
non mi stenderò sul mio giaciglio,  
non concederò sonno ai miei occhi  
né riposo alle mie palpebre,  
finché non trovi una sede per il Signore  
una dimora per il Potente di Giacobbe.  
*(Salmo 131)*

## Dal Vangelo

secondo Marco (4, 21–25)

---

### *Ascolta*

In quel tempo, Gesù diceva [alla folla]: «Viene forse la lampada per essere messa sotto il moggio o sotto il letto? O non invece per essere messa sul candelabro? Non vi è infatti nulla di segreto che non debba essere manifestato e nulla di nascosto che non debba essere messo in luce. Se uno ha orecchi per ascoltare, ascolti!».

Diceva loro: «Fate attenzione a quello che ascoltate. Con la misura con la quale misurate sarà misurato a voi; anzi, vi sarà dato di più. Perché a chi ha, sarà dato; ma a chi non ha, sarà tolto anche quello che ha».



Mettere la luce sotto il moggio, strumento usato nell'antichità come unità di misura per le granaglie, risulta del tutto inutile; così pure nasconderla sotto il letto non servirebbe a nulla.

Il verbo "viene" ("viene forse la lampada") usato da Gesù, indica una luce che deve essere accolta come un dono, di cui tutti dovremmo fare esperienza. È la luce della fede.

Essa deve servire ad illuminare, a manifestare e a rivelare.

Immaginiamo una giornata di nebbia fitta: non si vede nulla, tutto è offuscato e i contorni delle cose si celano ai nostri occhi; facciamo fatica a muoverci, il pericolo è di uscire di strada, urtare qualcosa o qualcuno... perdersi... Poi pian piano la nebbia si dissolve, una tenue luce ridona forma alle cose e tutto riappare ai nostri occhi con una nuova chiarezza. Ci sentiamo più sicuri e ci rimettiamo in viaggio.

Così la luce della fede: se la teniamo nascosta ci perdiamo nelle strade dell'esistenza; non vediamo gli ostacoli, inciampiamo e rischiamo di cadere e far cadere anche gli altri.

La luce della fede è guida ai nostri passi, ci aiuta a scorgere nuovi sentieri, illumina ciò che incontriamo rivelandoci la vera essenza delle cose.

Grazie a questa luce possiamo trovare anche quello che è rimasto celato, annidato nel fondo della nostra anima, ricoperto di polvere, per farlo riemergere, osservarlo e scegliere se può essere utile per il cammino, o un intralcio di cui liberarci.

Il Signore ci esorta a tenere la lampada accesa e visibile e ad avere il coraggio e la volontà di diventare faro di luce anche sulla via dei nostri fratelli: condividere la luce per camminare meglio insieme, per fare passi sicuri.

Nel suo messaggio finale Gesù ci esorta ad essere attenti ascoltatori delle sue parole, perché se sapremo misurarle bene ne trarremo benefici: il cristiano che ascolta e si sforza di mettere in pratica i suoi insegnamenti riceverà più di quel che ha; chi invece misurerà con superficialità si sentirà vuoto e povero di tesori a cui attingere.

## Per riflettere

*A volte, Signore, la luce della mia fede è fioca, non vedo bene dentro di me; anche la strada che ho davanti mi appare buia e mi scoraggio...*

## Pregghiera Finale

Gesù aiutami ad essere luce che sorge,  
luce che rischiarà,  
che illumina le tenebre della notte,  
e rivela la tua verità.

Luce che splende e mi aiuta a distinguere con chiarezza  
ciò che tu desideri da me.

Fammi essere luce per chi mi è vicino,  
fa che con la mia lanterna  
possa diffondere chiarore,  
possa illuminare la strada di chi non ti trova  
perché Tu possa essere rivelato.

Amen.

## Preghiera Iniziale

Crea in me o Dio un cuore puro,  
rinnova in me uno spirito saldo.  
Non respingermi dalla tua presenza  
E non privarmi del tuo santo spirito.  
Rendimi la gioia di essere salvato  
Sostieni in me un animo generoso.  
*(Salmo 50)*

## Dal Vangelo

secondo Marco (4, 26–34)

---

### *Ascolta*

In quel tempo, Gesù diceva [alla folla]: «Così è il regno di Dio: come un uomo che getta il seme sul terreno; dorma o vegli, di notte o di giorno, il seme germoglia e cresce. Come, egli stesso non lo sa. Il terreno produce spontaneamente prima lo stelo, poi la spiga, poi il chicco pieno nella spiga; e quando il frutto è maturo, subito egli manda la falce, perché è arrivata la mietitura».

Diceva: «A che cosa possiamo paragonare il regno di Dio o con quale parabola possiamo descriverlo? È come un granello di senape che, quando viene seminato sul terreno, è il più piccolo di tutti i semi che sono sul terreno; ma, quando viene seminato, cresce e diventa più grande di tutte le piante dell'orto e fa rami così grandi che gli uccelli del cielo possono fare il nido alla sua ombra».

Con molte parabole dello stesso genere annunciava loro la Parola, come potevano intendere. Senza parabole non parlava loro ma, in privato, ai suoi discepoli spiegava ogni cosa.

Mi immagino la folla in ascolto e la voce dolce del Maestro che per farsi comprendere da tutti sceglie di annunciare la Parola narrando racconti brevi e semplici: le parabole.

Attraverso esempi e similitudini il racconto diventa quasi una visione e tutti, ascoltando, possono immaginare e capire meglio una realtà che sembra troppo grande e complessa.

Così il regno di Dio che viene paragonato ad un seme, il più piccolo che esista, ma che diventerà l'albero più grande sotto il quale ogni essere potrà trovare riparo e conforto.

Il messaggio è chiaro. Anche noi come l'uomo della parabola dobbiamo semplicemente seminare, non occorre fare altro. Il resto accadrà senza ulteriori sforzi; il seme crescerà e diventerà una pianta che darà frutto. Dunque Gesù ci dice che dobbiamo saper aspettare, dobbiamo avere fede e pazienza per poter assaporare i frutti che matureranno, nel tempo che Egli sa.

Gettando semi buoni concorriamo alla realizzazione del Regno di Dio.

Ogni giorno con costanza mettiamo nel nostro terreno piccoli gesti-seme: una parola di conforto, un consiglio, un gesto di carità, una preghiera, un po' di tempo per chi è nel bisogno, un sorriso... Si svilupperà un albero grandioso che offrirà protezione a quanti incontriamo e, da esso, raccoglieremo frutti di bene, di gratitudine, di amore, di consolazione, che colmeranno il nostro cuore di una gioia che può venire solo dal Cielo.

**Per  
riflettere**

*Come contribuisco alla realizzazione del Regno di Dio sulla terra? Getto nel terreno della mia vita buoni semi e sono paziente nell'attendere i frutti che il Signore mi vorrà donare?*

## Preghiera Finale

Signore Gesù:  
insegnami ad essere terreno  
che fa germogliare i tuoi frutti;  
lievito buono che fa esplodere il mondo di vita;  
fragile seme che impara a crescere  
per accogliere e sostenere tutti.

Amen.

*(Suor Mariangela Tassielli)*

Sabato

29 gennaio 2022

2Sam 12, 1-7a.10-17; Sal 50

---

## Preghiera Iniziale

Pietà di me, o Dio, secondo la tua misericordia;  
nella tua grande bontà cancella il mio peccato.

Lavami da tutte le mie colpe,  
mondami dal mio peccato.

Riconosco la mia colpa,  
il mio peccato mi sta sempre dinanzi.

Contro di te, contro te solo ho peccato,  
quello che è male ai tuoi occhi, io l'ho fatto.

*(Salmo 50)*

## Dal Vangelo

secondo Marco (4, 35-41)

---

### *Ascolta*

In quel medesimo giorno, venuta la sera, Gesù disse ai suoi discepoli: «Passiamo all'altra riva». E, congedata la folla, lo presero con sé, così com'era, nella barca. C'erano anche altre barche con lui.

Ci fu una grande tempesta di vento e le onde si rovesciavano nella barca, tanto che ormai era piena. Egli se ne stava a poppa, sul cuscino, e dormiva. Allora lo svegliarono e gli dissero: «Maestro, non t'importa che siamo perduti?».

Si destò, minacciò il vento e disse al mare: «Taci, càlmati!». Il vento cessò e ci fu grande bonaccia. Poi disse loro: «Perché avete paura? Non avete ancora fede?».

E furono presi da grande timore e si dicevano l'un l'altro: «Chi è dunque costui, che anche il vento e il mare gli obbediscono?».

Il viaggio, metafora della vita: si parte per una meta; ci si muove per un percorso più o meno lungo.

È un viaggio iniziare una giornata di lavoro; è un viaggio intraprendere una missione; è un viaggio mettersi in coppia per seguire una vocazione; è un viaggio incominciare un percorso di studi o mettere al mondo una vita. . . Viaggiare significa mettersi in cammino, mettersi in discussione e affrontare le avversità, che non mancano mai. Attraverso i viaggi scopriamo i nostri punti di forza, le bellezze che ci circondano, l'incontro con gli altri.

Prima di partire calcoliamo i rischi, ma spesso gli imprevisti ci colgono impreparati e la paura prende il sopravvento facendo emergere fragilità e debolezze che non avevamo potuto prevedere.

A volte siamo tentati, come gli apostoli, di chiederci dove sia Gesù e perché sembra che dorma. . . vorremmo sentirci sempre protetti e al sicuro. Ma è nelle prove più dure che abbiamo la possibilità di incontrare Colui che ci può salvare.

Gesù ci chiede il coraggio di partire ma non ci evita prove e sofferenze; ci esorta invece a non avere paura, ad affrontare il tragitto con la certezza che se Lui è con noi potremo superare ogni difficoltà. Egli ci invita ad avere fede e anche la fede è un percorso che richiede da parte nostra un desiderio di adesione, uno sforzo di volontà, uno spogliarci di tutto ciò che può essere d'intralcio per l'incontro con il Padre.

Accoglierlo sulla nostra barca e rinnovare la nostra fiducia in lui nel viaggio di ogni giorno è l'unico modo per crescere nel cammino della fede.

**Per  
riflettere**

*Prendimi per mano Dio mio, guidami nel mondo a modo tuo. La strada è tanto lunga e tanto dura, però con te nel cuor non ho paura. (Viaggio nella vita, canto)*

## Preghiera Finale

Signore, dammi fede:  
fede nella tua grazia, nella tua misericordia,  
nella tua Provvidenza che vigila, dirige, permette;  
dammi fede nel bene, nella bontà, nell'opera alla quale  
tu mi hai chiamato a collaborare,  
fede nell'infinitamente piccolo, che tu,  
con la fecondità misteriosa della tua grazia,  
puoi trasformare nell'infinitamente grande.  
O Dio, crediamo nella tua parola.  
O Dio, speriamo nelle tue promesse.  
Amen.

# Domenica

## 30 gennaio 2022

Ger 1, 4–5.17–19; Sal 70; 1Cor 12, 31–13, 13  
*Salterio: quarta settimana*

---

## Preghiera Iniziale

Se tu Signore, la mia speranza,  
la mia fiducia fin dalla mia giovinezza.  
Su di te mi appoggiai fin dal grembo materno,  
dal seno di mia madre tu sei il mio sostegno;  
a te la mia lode senza fine.  
Sono parso a molti quasi un prodigio:  
eri tu il mio rifugio sicuro.  
*(Salmo 70)*

---

## Dal Vangelo

secondo Luca (4, 21–30)

### *Ascolta*

In quel tempo, Gesù cominciò a dire nella sinagoga: «Oggi si è compiuta questa Scrittura che voi avete ascoltato».

Tutti gli davano testimonianza ed erano meravigliati delle parole di grazia che uscivano dalla sua bocca e dicevano: «Non è costui il figlio di Giuseppe?». Ma egli rispose loro: «Certamente voi mi citerete questo proverbio: “Medico, cura te stesso. Quanto abbiamo udito che accadde a Cafàrnao, fallo anche qui, nella tua patria!”». Poi aggiunse: «In verità io vi dico: nessun profeta è bene accetto nella sua patria. Anzi, in verità io vi dico: c'erano molte vedove in Israele al tempo di Elia, quando il cielo fu chiuso per tre anni e sei mesi e ci fu una grande carestia in tutto il paese; ma a nessuna di esse fu mandato Elia, se non a una vedova a Sarèpta di Sidòne. C'erano molti lebbrosi in Israele al tempo del profeta Eliseo; ma nessuno di loro fu purificato, se non Naamàn, il Siro».

All'udire queste cose, tutti nella sinagoga si riempirono di sdegno. Si alzarono e lo cacciarono fuori della città e lo condussero fin sul ciglio del monte, sul quale era costruita la loro città, per gettarlo giù. Ma egli, passando in mezzo a loro, si mise in cammino.

Le parole di grazia che pronuncia Gesù generano ammirazione in tutti quelli che lo ascoltano predicare nella Sinagoga; il loro stupore è grande soprattutto perché lo conoscono semplicemente come il figlio di Giuseppe, come se da lui non ci si potesse aspettare qualcosa di miracoloso.

La risposta di Gesù sembra voler confermare i loro dubbi e la loro freddezza; riconoscendosi nel detto latino “*Nemo propheta in patria*”, anticipa quello che succederà alla fine del suo percorso terreno, quando i limiti e la diffidenza umana lo condurranno verso la crocifissione. Egli infatti non sta cercando fama e notorietà; la sua missione non è quella di guarire tutti. I miracoli che sceglie di compiere vogliono essere delle testimonianze di amore e di carità verso i più piccoli e deboli per il cristiano, che deve imparare a credere anche se non si manifesta il miracolo nella sua vita; il dono della fede è il vero miracolo.

Dio quindi interviene nella vita delle persone secondo i suoi tempi e i suoi disegni; si rivela a tutti, senza distinzione di nazionalità o di condizione sociale; va a operare proprio dove la speranza è diventata solo un filo sottilissimo al quale tuttavia si appigliano cuori fiduciosi. Come la povera vedova che fidandosi di Elia e dando tutto ciò che può, ottiene inaspettatamente la guarigione del figlio; o come il lebbroso Naaman che sarà purificato.

Anche noi a volte siamo duri di cuore; diciamo di credere, ma in realtà non riusciamo a capire come agisce la grazia di Dio e siamo sospettosi e increduli. Gesù però non si ferma di fronte ai nostri pregiudizi, continua a camminare in mezzo a noi.

**Per  
riflettere**

*La mia fede è ancora superficiale? Chiedo al Signore di accrescere la mia fiducia in lui?*

## Preghiera Finale

Signore Gesù,  
insegnami a conoscerti,  
a venire a te,  
con semplicità, come un bambino.  
Fammi dono della semplicità,  
aiutami a venire a te,  
a parlare con te con semplicità.  
Prendimi tra le tue braccia,  
imponi le tue mani su di me.  
Benedicimi.  
Amen.

---

## Preghiera Iniziale

Signore, quanti sono i miei avversari! Molti contro di me insorgono.  
Molti dicono della mia vita: «Per lui non c'è salvezza in Dio!».  
Ma tu sei mio scudo, Signore, sei la mia gloria e tieni alta la mia testa.  
A gran voce grido al Signore ed egli mi risponde dalla sua santa montagna.  
Io mi corico, mi addormento e mi risveglio: il Signore mi sostiene.  
Non temo la folla numerosa che intorno a me si è accampata.

(Salmo 3)

---

## Dal Vangelo

secondo Marco (5, 1–20)

### *Ascolta*

In quel tempo, Gesù e i suoi discepoli giunsero all'altra riva del mare, nel paese dei Gerasèni. Sceso dalla barca, subito dai sepolcri gli venne incontro un uomo posseduto da uno spirito impuro. Costui aveva la sua dimora fra le tombe e nessuno riusciva a tenerlo legato, neanche con catene, perché più volte era stato legato con ceppi e catene, ma aveva spezzato le catene e spaccato i ceppi, e nessuno riusciva più a domarlo. Continuamente, notte e giorno, fra le tombe e sui monti, gridava e si percuoteva con pietre.

Visto Gesù da lontano, accorse, gli si gettò ai piedi e, urlando a gran voce, disse: «Che vuoi da me, Gesù, Figlio del Dio altissimo? Ti scongiuro, in nome di Dio, non tormentarmi!». Gli diceva infatti: «Esci, spirito impuro, da quest'uomo!». E gli domandò: «Qual è il tuo nome?». «Il mio nome è Legione – gli rispose – perché siamo in molti». E lo scongiurava con insistenza perché non li cacciasse fuori dal paese.

C'era là, sul monte, una numerosa mandria di porci al pascolo. E lo scongiurarono: «Mandaci da quei porci, perché entriamo in essi». Glielo permise. E gli spiriti impuri, dopo essere usciti, entrarono nei porci e la mandria si precipitò giù dalla rupe nel mare; erano circa duemila e affogarono nel mare.

I loro mandriani allora fuggirono, portarono la notizia nella città e nelle campagne e la gente venne a vedere che cosa fosse accaduto. Giunsero da Gesù, videro l'indemoniato seduto, vestito e sano di mente, lui che era stato posseduto dalla Legione, ed ebbero paura. Quelli che avevano visto, spiegarono loro che cosa era accaduto all'indemoniato e il fatto dei porci. Ed essi si misero a pregarlo di andarsene dal loro territorio.

Mentre risaliva nella barca, colui che era stato indemoniato lo supplicava di poter restare con lui. Non glielo permise, ma gli disse: «Va' nella tua casa, dai tuoi, annuncia loro ciò che il Signore ti ha fatto e la misericordia che ha avuto per te». Egli se ne andò e si mise a proclamare per la Decàpoli quello che Gesù aveva fatto per lui e tutti erano meravigliati.



Gesù compie la liberazione dello spirito impuro, da cui era posseduto l'uomo del Vangelo: adempie quindi alla sua missione di Salvatore, mandato da Dio per condurre gli uomini alla salvezza eterna.

Anche oggi noi molte volte siamo posseduti da tentazioni che ostacolano il nostro cammino di vita e di fede e spesso abbiamo la presunzione di riuscire a far da noi stessi, con le sole nostre forze, senza magari chiedere l'aiuto di Dio perché ci liberi da questi pensieri; come quest'uomo, che inizialmente rifiuta l'intervento salvifico, ma poi riconosce la potenza immensa dell'Amore di Dio e si lascia afferrare da Lui, permettendo così al demonio di andarsene.

Chiediamo anche noi al Signore che ci aiuti, con la sua forza e la sua intercessione, a toglierci quelle abitudini, idee, stili di vita, parole che ci allontanano dal Vangelo e spesso ci conducono verso scelte contraddittorie alla sua Parola.

**Per  
riflettere**

*Da quali tentazioni e pensieri voglio essere liberato? Desidero ricevere la misericordia di Dio? Sono disposto a far conoscere a tutti il suo messaggio o lo tengo egoisticamente solo per me?*

## Preghiera Finale

Dio, Padre misericordioso,  
che hai rivelato il Tuo amore nel Figlio tuo Gesù Cristo,  
e l'hai riversato su di noi nello Spirito Santo, Consolatore,  
Ti affidiamo oggi i destini del mondo e di ogni uomo.  
Chinati su di noi peccatori,  
risana la nostra debolezza,  
sconfiggi ogni male,  
fa' che tutti gli abitanti della terra  
sperimentino la tua misericordia,  
affinché in Te, Dio Uno e Trino,  
trovino sempre la fonte della speranza.  
*(San Giovanni Paolo II)*

# Il Signore ha manifestato in tutto il mondo la sua salvezza

Ufficio delle Letture del 6 gennaio  
(Solennità dell'Epifania)

*Dai «Discorsi» di san Leone Magno, papa (Disc. 3 per l'Epifania, 1–3.5; Pl 54, 240–244)*

La Provvidenza misericordiosa, avendo deciso di soccorrere negli ultimi tempi il mondo che andava in rovina, stabilì che la salvezza di tutti i popoli si compisse nel Cristo.

Un tempo era stata promessa ad Abramo una innumerevole discendenza che sarebbe stata generata non secondo la carne, ma nella fecondità della fede: essa era stata paragonata alla moltitudine delle stelle perché il padre di tutte le genti si attendesse non una stirpe terrena, ma celeste.

Entri, entri dunque nella famiglia dei patriarchi la grande massa delle genti, e i figli della promessa ricevano la benedizione come stirpe di Abramo, mentre a questa rinunziano i figli del suo sangue. Tutti i popoli, rappresentati dai tre magi, adorino il Creatore dell'universo, e Dio sia conosciuto non nella Giudea soltanto, ma in tutta la terra, perché ovunque «in Israele sia grande il suo nome» (cfr. Sal 75, 2).

Figli carissimi, ammaestrati da questi misteri della grazia divina, celebriamo nella gioia dello spirito il giorno della nostra nascita e l'inizio della chiamata alla fede di tutte le genti. Ringraziamo Dio misericordioso che, come afferma l'Apostolo, «ci ha messo in grado di partecipare alla sorte dei santi nella luce. È lui che ci ha liberati dal potere delle tenebre e ci ha trasferiti nel regno del suo Figlio diletto» (Col 1, 12–13). L'aveva annunciato Isaia: «Il popolo dei Gentili, che sedeva nelle tenebre, vide una grande luce e su quanti abitavano nella terra tenebrosa una luce rifulse» (cfr. Is 9, 1). Di essi ancora Isaia dice al Signore: «Popoli che non ti conoscono ti invocheranno, e popoli che ti ignorano accorreranno a te» (cfr. Is 55, 5).

«Abramo vide questo giorno e gioì» (cfr. Gv 8, 56). Gioì quando conobbe che i figli della sua fede sarebbero stati benedetti nella sua discendenza, cioè nel Cristo, e quando intravide che per la sua fede sarebbe diventato padre di tutti i popoli. Diede gloria a Dio, pienamente convinto che quanto il Signore aveva promesso lo avrebbe attuato (Rm 4, 20–21). Questo giorno cantava nei salmi David dicendo: «Tutti i popoli che hai creato verranno e si prostreranno davanti a te, o Signore, per dare gloria al tuo nome» (Sal 85, 9); e ancora: «Il Signore ha manifestato la sua salvezza, agli occhi dei popoli ha rivelato la sua giustizia» (Sal 97, 2).

Tutto questo, lo sappiamo, si è realizzato quando i tre magi, chiamati dai loro lontani paesi, furono condotti da una stella a conoscere e adorare il Re del cielo e della terra. Questa stella ci esorta particolarmente a imitare il servizio che essa prestò, nel senso che dobbiamo seguire, con tutte le nostre forze, la grazia che invita tutti al Cristo. In questo impegno, miei cari, dovete tutti aiutarvi l'un l'altro. Risplendete così come figli della luce nel regno di Dio, dove conducono la retta fede e le buone opere. Per il nostro Signore Gesù Cristo che con Dio Padre e con lo Spirito Santo vive e regna per tutti i secoli dei secoli. Amen.

# 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 XVII n. 1  
Gennaio 2022

Arcidiocesi di Pisa