

# Ascolta & Medita

Meditazione Quotidiana della Parola di Dio



## Aprile

2024 - Anno XIX

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

**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**

Tommaso Tommasi,  
*San Sisto in gloria con San Ranieri in preghiera*, metà del XVIII secolo.  
Chiesa di San Sisto al Pino.  
Ufficio diocesano per i beni culturali di Pisa, archivio fotografico.

# **Ascolta e Medita**

*Aprile 2024*

Questo numero è stato curato da  
**Centro Diocesano per le Vocazioni di Pisa,  
Serra Club di Cascina e di Pisa**

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

## Preghiera Iniziale

Proteggimi, o Dio: in te mi rifugio.  
Ho detto al Signore: «Il mio Signore sei tu,  
solo in te è il mio bene».  
Il Signore è mia parte di eredità e mio calice:  
nelle tue mani è la mia vita.  
Benedico il Signore che mi ha dato consiglio;  
anche di notte il mio animo mi istruisce.  
Io pongo sempre davanti a me il Signore,  
sta alla mia destra, non potrò vacillare.  
Per questo gioisce il mio cuore  
ed esulta la mia anima;  
anche il mio corpo riposa al sicuro,  
perché non abbandonerai la mia vita negli inferi,  
né lascerai che il tuo fedele veda la fossa.  
Mi indicherai il sentiero della vita,  
gioia piena alla tua presenza,  
dolcezza senza fine alla tua destra.

*(Salmo 15)*

## Dal Vangelo

secondo Matteo (28, 8–15)

---

### *Ascolta*

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

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

Abbandoniamo il sepolcro in fretta, con gioia grande, e non abbiamo paura, come ci suggerisce l'angelo in questo lunedì che segue la Pasqua. Non è facile abbandonare il sepolcro, superare il dolore, lasciarci alle spalle una visione dolente della fede cristiana. Ci sentiamo molto più coinvolti dalla croce di Cristo che dal sepolcro vuoto! È molto più semplice condividere una sofferenza che una gioia! La gioia cristiana è una tristezza superata! Ma, come vedremo, dobbiamo darci del tempo per convertirci alla gioia, è un percorso difficile, ancora più difficile della conversione al Dio di Gesù. Quella tomba vuota è il centro della nostra fede: se Gesù non è risorto, come scrive san Paolo, la nostra fede è inutile e vana e Gesù sarebbe solo uno dei tanti utopisti della storia finiti male. Perciò da sempre quell'evento è stato ridimensionato, negato, rifiutato. La preoccupazione del Sinedrio che corrompe i soldati è la prima di una infinita serie di negazioni che sono giunte fino a noi oggi. Ma, con fede, i discepoli ancora proclamano che il Signore è veramente risorto, che è apparso ai dodici e che ora regna presso il Padre, alleluia! (Paolo Curtaz)

**Per  
riflettere**

*Confronto personale: qual è l'esperienza di risurrezione che ho nella mia vita?*

## Preghiera Finale

Inviaci, Signore risorto,  
per essere nel mondo  
voce della tua salvezza,  
mani della tua bontà,  
bocca della tua parola  
di perdono e misericordia,  
seme della tua vita.  
Insegnaci ad andare, Signore,  
leggeri e forti,  
perché il mondo ti conosca,  
e conoscendoti  
si abbandoni in te. Amen.

---

## Preghiera Iniziale

Dalla parola del Signore furono fatti i cieli, dal soffio della sua bocca ogni loro schiera.

Come in un otre raccoglie le acque del mare, chiude in riserve gli abissi.

Tema il Signore tutta la terra, tremino davanti a lui gli abitanti del mondo,  
perché egli parlò e tutto fu creato, comandò e tutto fu compiuto.

Il Signore annulla i disegni delle nazioni, rende vani i progetti dei popoli.

Ma il disegno del Signore sussiste per sempre,  
i progetti del suo cuore per tutte le generazioni.

Beata la nazione che ha il Signore come Dio,  
il popolo che egli ha scelto come sua eredità.

Il Signore guarda dal cielo: egli vede tutti gli uomini;  
dal trono dove siede scruta tutti gli abitanti della terra,  
lui, che di ognuno ha plasmato il cuore e ne comprende tutte le opere.

*(Salmo 32)*

---

## Dal Vangelo

secondo Giovanni (20, 11–18)

---

### *Ascolta*

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

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

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

Nel racconto della Pasqua contenuto nel Vangelo di Giovanni la prima attrice è Maria di Magdala. Come tutte le altre donne che erano state al seguito di Gesù, non aveva ricevuto alcuna chiamata espressa alla sequela: quella riguardava solo gli Apostoli. Eppure è lei che apre il racconto del mattino del “giorno dopo il sabato”, vale a dire del giorno di Pasqua. È lei la prima a vedere il Signore Risorto e che va ad annunciarlo agli Apostoli, quindi è l’Apostola degli Apostoli, la “super-apostola”, quella che dà l’annuncio della Resurrezione agli Apostoli.

Sin dall’alba si reca alla tomba di Gesù e la trova vuota: piange e rimane presso il sepolcro. Quando Gesù Risorto appare a Maria, ella non riesce nemmeno a riconoscerlo: vengono ingannati il senso della vista e dell’udito, visto che non ne riconosce nemmeno timbro della voce. La domanda che il Signore le rivolge è “Chi cerchi?”. È buffo che a questo punto Maria chiami “Signore” l’uomo che ha davanti a sé, senza sapere che sia il Signore. Gesù allora la chiama per nome “Maria!”.

Cosa vuol dire chiamare per nome? Noi abbiamo tutti un nome, ma sono gli altri a pronunciarlo di solito, sono gli altri a richiamare la nostra attenzione o a darci una comunicazione, chiamandoci per nome. Chiamare per nome vuole dire che io sono qui per te, come tu sei qui per me. Il nostro nome pronunciato dal Signore ci rivela che Lui è tutto per noi, per questo ci chiama per nome! E questo vuol dire nascere, uscire dalla morte alla vita! Quindi è Maria che risorge dal suo pianto, dal suo lutto. Perché si è sentita chiamare per nome dal suo Maestro.

Questo incontro per Maria segna il passaggio dalla morte alla vita, dal pianto alla gioia e ha come centro il nome: è chiamata per nome. E lei risponde con il suo nome. Il riconoscimento è proprio una chiamata personale per nome. E il finale di questa chiamata diventa missione; cioè tu realizzi il tuo nome andando verso gli altri: “Maria di Màgdala andò ad annunciare ai discepoli”.

## Per riflettere

***Dopo l'incontro col Signore, Maria di Magdala ne sarà la prima testimone. Un esempio che dice a tutti noi che il Risorto non è qualcosa che si possa definire, ma soltanto sperimentare prima di poterlo “annunciare”. Che rapporto viviamo tra la nostra vita quotidiana e l'annuncio del Vangelo?***

## Preghiera Finale

Dio solo può dare la fede, tu, però, puoi dare la tua testimonianza;  
Dio solo può dare la speranza, tu, però, puoi infondere fiducia nei tuoi fratelli;  
Dio solo può dare l’amore, tu, però, puoi insegnare all’altro ad amare;  
Dio solo può dare la pace, tu, però, puoi seminare l’unione;  
Dio solo può dare la forza, tu, però, puoi dar sostegno ad uno scoraggiato;  
Dio solo è la via, tu, però, puoi indicarla agli altri;  
Dio solo è la luce, tu, però, puoi farla brillare agli occhi di tutti;  
Dio solo è la vita, tu, però, puoi far rinascere negli altri il desiderio di vivere;  
Dio solo può fare ciò che appare impossibile, tu, però, potrai fare il possibile;  
Dio solo basta a se stesso, egli, però, preferisce contare su di te.

*(Canto brasiliano)*

---

## Preghiera Iniziale

Rendete grazie al Signore e invocate il suo nome, proclamate fra i popoli le sue opere.

A lui cantate, a lui inneggiate, meditate tutte le sue meraviglie. [...]

Cercate il Signore e la sua potenza, ricercate sempre il suo volto.

Ricordate le meraviglie che ha compiuto, i suoi prodigi e i giudizi della sua bocca, voi, stirpe di Abramo, suo servo, figli di Giacobbe, suo eletto.

*(Salmo 104)*

---

## Dal Vangelo

secondo Luca (24, 13-35)

---

### *Ascolta*

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

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

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

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

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

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

I protagonisti di questo brano sono due discepoli: di loro sappiamo solo che uno si chiama Cleopa, null'altro. Dalla descrizione delle loro azioni riusciamo però a comprendere benissimo il loro stato d'animo. In questo momento di sgomento i loro piedi servono solo a fuggire, la loro bocca per litigare, i loro occhi per non vedere se non i propri deliri, il volto è scuro, il cuore bradicardico nel credere, ma palpitante per tutte le loro fantasie, la testa è "senza testa". In questo momento la loro vita va in direzione contraria, fugge da Gerusalemme, dal centro della vita.

Ecco, è in loro che avviene il vero miracolo. Attraverso cosa? Dapprima tramite l'ascolto della Parola che durante tutto il tragitto Gesù spiega. Ed in particolare cosa decide di spiegare di tutta la Scrittura? Proprio la Sua Passione. Pian piano comincia a scaldarsi il cuore, si riempie la testa e finalmente si aprono gli occhi e i due discepoli riconoscono il Signore allo spezzare del pane. A questo punto fanno ritorno a Gerusalemme cambiati, "risorti" a nuova vita. I piedi servono ormai per tornare alla comunità e per fare il cammino stesso di Gesù. La bocca serve ora per annunciare il Regno di Dio. Gli occhi servono ora per riconoscere la presenza viva del Signore nel povero e nel fratello. Il cuore è incapace di resistere all'Amore ricevuto dal Padre e destinato ad essere condiviso. Questo è l'effetto del Vangelo.

Questo è il miracolo che ogni domenica dovrebbe essere capitato in ciascuno di noi in questi anni, leggendo il Vangelo, e ricevendo l'Eucaristia. Abbiamo incontrato il Vivente nella sua Parola e nel Pane e ci ha fatti passare dalla morte alla vita, dalla desolazione, dalla tristezza alla luce, alla gioia, alla comunione con gli altri.

**Per  
riflettere**

*Quando hai riconosciuto il Volto del Signore? Quando qualcuno ha riconosciuto nel tuo agire il Volto del Risorto?*

## Preghiera Finale

Non ti vedo, Signore, perché i miei occhi sono orientati dove tu non sei.

Aprimi gli occhi e il cuore, perché sappia accogliere i segnali della tua presenza.

Aprimi gli occhi perché sappia vederti negli occhi  
di un bambino e nella luce dorata del mattino.

Aprimi gli occhi perché possa vederti dove due o tre persone sono riunite nel tuo nome.

Aprimi gli occhi perché possa vederti sotto gli stracci di un barbone  
e nell'angoscia dei senza casa.

Aprimi gli occhi perché sappia decifrare i segni del tempo e leggerli  
come indicazione del tuo progetto di salvezza, pensato particolarmente per me.

*(Averardo Dini)*

---

## 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 Luca (24, 35–48)

---

### *Ascolta*

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

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

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

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

Abbiamo appena vissuto i misteri della Pasqua di Resurrezione del Signore, la morte in croce del nostro Signore ci ha colpito e sconvolto come i suoi discepoli e siamo insieme con loro nel cenacolo, chiusi dentro e titubanti; le donne ci hanno raccontato quanto è successo al sepolcro, che il corpo del Signore non c'è più e che due uomini, sembravano come due angeli, hanno detto loro che il Signore è risorto; a quelle parole anche Pietro è corso al sepolcro, ha visto, ma è tornato perplesso, non è stato in grado di darsi una risposta. E ora sono arrivati due ragazzi, anche loro discepoli, stavano andando a Emmaus, ci stanno raccontando di aver riconosciuto il Signore in un viandante che si è affiancato a loro durante il cammino, ci dicono che lo hanno riconosciuto allo spezzare del pane dopo che aveva spiegato loro tutto quello che di Lui era scritto nelle Scritture.

Siamo anche noi perplessi ed ecco che, improvvisamente, entra nella stanza il Signore; lo riconosciamo subito e non riusciamo a dire nulla, è Lui che parla e ci dice: "Pace a Voi"! Noi ci aspettavamo ben altro, sicuramente un rimprovero per non aver capito nulla e per continuare a non capire nulla a causa del nostro cuore incapace di gioire di andare oltre. Un cuore ancora di pietra il nostro, non di carne. Eppure Lui continua a volerci bene, continua a credere in noi e ci dona la sua Pace. Ed ecco il miracolo: al suo saluto noi proviamo gioia, è l'effetto del sentirsi perdonati da Gesù. Il suo saluto ci distoglie da noi stessi e dai nostri fallimenti, guardando i suoi occhi misericordiosi ci sentiamo uomini nuovi, purificati.

**Per  
riflettere**

*Questa è la gioia di Gesù, la gioia che abbiamo provato noi sperimentando il suo perdono. Ci è capitato di assomigliare ai discepoli della Pasqua: dopo una caduta, un peccato, un fallimento. In quei momenti sembra che non ci sia più nulla da fare. Ma proprio lì il Signore fa di tutto per donarci la sua pace: attraverso una Confessione, le parole di una persona che si fa vicina, una consolazione interiore dello Spirito, un avvenimento inaspettato e sorprendente.*

## Preghiera Finale

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

---

## Preghiera Iniziale

Signore, nella fatica della notte,  
quando il nostro sforzo sembra vano,  
guidaci a gettare la rete dalla parte giusta della vita.  
Come hai sorpreso i tuoi discepoli,  
soprendici con la tua provvidenza quando tutto sembra vuoto.  
Fa' che riconosciamo la tua presenza nel quotidiano,  
nei gesti e nelle sfide.  
Nelle tue mani anche la nostra fatica può diventare abbondanza.  
Grazie per le sorprese che ci riservi  
e per il dono della tua presenza costante. Amen.

---

## Dal Vangelo

secondo Giovanni (21, 1-14)

---

### *Ascolta*

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

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

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

In questa scena del Vangelo vediamo riflessa la nostra umanità nelle notti senza frutto, nei momenti in cui il senso sembra sfuggire. Come Pietro, talvolta ritorniamo alle nostre vecchie abitudini, dicendo: “Io vado a pescare”. Ma anche nelle notti apparentemente sterili Gesù è presente, sulle sponde della nostra esistenza. Nel silenzio della notte i discepoli pescatori si trovano sul mare di Tiberiade. Una notte infruttuosa: un riflesso della nostra ricerca di significato lontano dalla luce di Cristo.

Gesù, all'alba, si manifesta sulla riva, ma i discepoli non lo riconoscono. Quante volte Dio si fa presente nella nostra vita, ma siamo troppo immersi nelle nostre fatiche per vederlo? L'alba rappresenta la sua grazia che illumina la nostra oscurità. Gesù chiede loro se hanno qualcosa da mangiare. La risposta è un no sconfitto. Ecco la nostra umanità nuda di fronte alla divinità.

La risposta di Gesù è un invito a gettare la rete dalla “parte destra”. È il luogo dove Gesù vuole condurci. Ma dobbiamo fidarci, lanciare la nostra rete con fede. Quando seguiamo il suo suggerimento, sorprendentemente, la vita si riempie di abbondanza. Non è solo pesce, ma il nostro cuore che si riempie di significato. La rete si riempie di pesci, di una quantità che sfida la logica. La provvidenza divina è abbondante. La rete, nonostante la sua pienezza, non si spezza, un segno che la generosità di Dio supera ogni limite umano.

Ogni alba porta la promessa di una pesca miracolosa. Gesù ci invita a riconoscerlo nei momenti ordinari della vita, nei pesci e nel pane di ogni giorno. Come discepoli, possiamo dire anche noi con certezza: “È il Signore!”. La nostra fede ci permette di vedere al di là delle apparenze e trovare Cristo nel nostro quotidiano.

**Per  
riflettere**

*Pietro, riconoscendo il Maestro, si getta in mare. È un gesto di desiderio, di abbandono a colui che dà senso alla vita. Come lui, possiamo lasciarci andare nelle acque della fede, fidandoci di Cristo anche quando la sua presenza sembra sottile.*

## Pregghiera Finale

Signore, come Pietro, talvolta diciamo “Io vado a pescare”,  
cercando significato altrove.

Ma tu, con il tuo sguardo amorevole,  
ci guidi a gettare la rete dall'altra parte—la tua parte!  
Fa' che possiamo riconoscerti nelle nostre giornate,  
nell'incontro coi nostri fratelli, nel pane quotidiano.  
Sostienici, Signore, e dà nutrimento alle nostre vite. Amen.

---

## Preghiera Iniziale

Se in uno stadio, in una notte buia, una persona accende una luce,  
si intravede appena,  
ma se gli oltre settantamila spettatori accendono ciascuno la propria luce,  
lo stadio si illumina.

Facciamo che la nostra vita sia una luce di Cristo;  
insieme porteremo la luce del Vangelo all'intera realtà. (Papa Francesco)  
Aiutaci, Signore, ad essere piccole lampade del Vangelo  
che testimoniano il Tuo amore e la Tua speranza.

---

## Dal Vangelo

secondo Marco (16, 9–15)

---

### *Ascolta*

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

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

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

Questo racconto ci parla della gioia che nasce dalla speranza, capace di superare ogni tristezza. Osserviamo come la disperazione e la tristezza di Maria di Magdala si trasformano in una gioia così travolgente che non può tenersela per sé. Ed ecco che corre ad annunciare che il Signore è risorto, che la vita ha trionfato sulla morte! È una speranza che ci dona il coraggio di vivere anche i momenti di difficoltà del nostro cammino umano e spirituale.

Anche i discepoli, seppur inizialmente scettici, accolgono l'invito di Gesù: "Andate in tutto il mondo e predicate il vangelo". Ma cosa significa concretamente? Come fare al giorno d'oggi in cui la violenza e la cattiveria sembrano prevalere sulla pace e la giustizia? Non si tratta di inventarsi qualcosa di grandioso e straordinario. Ma è necessario partire da noi, dalla nostra vita quotidiana e testimoniare con i fatti e non solo a parole la notizia più incredibile: Gesù è vivo, e il suo amore può cambiare le vite! Quando sorridiamo nonostante le difficoltà, quando offriamo una parola gentile a chi è triste, stiamo portando la luce della risurrezione nelle vite degli altri.

La risurrezione ci dona speranza e ci invita a essere messaggeri di questa speranza. Questo è un impegno che coinvolge ogni battezzato, ogni sua azione di amore, ogni sua parola di speranza. Impegniamoci, dunque, a essere portatori di buone notizie, a diffondere la luce della risurrezione in un mondo che spesso è avvolto dalle ombre. Che la nostra gioia sia contagiosa e la nostra speranza un faro luminoso per coloro che incrociamo sul nostro cammino.

## Per riflettere

*Oggi, prendiamoci un momento per riflettere su quanto sia incredibile la risurrezione di Gesù. Che questa gioia riempia i nostri cuori e ci spinga a condividere l'amore di Gesù con chiunque incontriamo. È un annuncio semplice, ma potente: Gesù è vivo, e il suo amore è per tutti noi!*

## Preghiera Finale

Ti rendo grazie, Signore, perché mi hai risposto.

Rendete grazie al Signore perché è buono,  
perché il suo amore è per sempre.  
Mia forza e mio canto è il Signore,  
egli è stato la mia salvezza.

Grida di giubilo e di vittoria nelle tende dei giusti:

la destra del Signore ha fatto prodezze.

La destra del Signore si è innalzata,  
la destra del Signore ha fatto prodezze.

Non morirò, ma resterò in vita  
e annuncerò le opere del Signore.

Il Signore mi ha castigato duramente,  
ma non mi ha consegnato alla morte.

Apritemi le porte della giustizia:  
vi entrerò per ringraziare il Signore.

È questa la porta del Signore:  
per essa entrano i giusti.

Ti rendo grazie, perché mi hai risposto,  
perché sei stato la mia salvezza.

*(Salmo 117)*

**Domenica**  
**7 aprile 2024**

At 4, 32–35; Sal 117; 1Gv 5, 1–6  
*Domenica della Divina Misericordia*  
(*Domenica in Albis*)  
Salterio: seconda settimana  
*San Giovanni Battista de la Salle*

---

## Preghiera Iniziale

Grida di giubilo e di vittoria,  
nelle tende dei giusti:  
la destra del Signore ha fatto meraviglie,  
la destra del Signore si è innalzata,  
la destra del Signore ha fatto meraviglie.  
Non morirò, resterò in vita  
e annunzierò le opere del Signore.  
Il Signore mi ha provato duramente,  
ma non mi ha consegnato alla morte.  
Apriete mi le porte della giustizia:  
voglio entrarvi e rendere grazie al Signore.  
(*Salmo 117*)

## Dal Vangelo

secondo Giovanni (20, 19–31)

---

### *Ascolta*

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

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

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

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

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

È la sera di Pasqua, la sera della vita che non è morta, che non muore, eppure i discepoli si trovano rinchiusi, per paura. Gesù non teme di arrivare a incontrarci mentre tutto è chiuso, anzi, sceglie proprio quel momento come privilegiato: dal buio alla luce attraverso il buio, senza paura di assumere tutta la nostra umanità, a partire dalla sua, perché lo riconosciamo presente. Gesù ci incontra mostrandoci mani e fianco: per dirci, concretamente, che la resurrezione non è cancellazione della morte, ma la vita che c'è nonostante la morte.

Dai segni di questo attraversamento misterioso e fiducioso, la vita guarita porta la pace: guarigione che genera guarigione. La chiamata che schiude la pace di Cristo è pratica, alla portata di tutti: che non rimanga dono timido ma sia elargita agli altri, perché, come il Padre, anche Gesù manda noi.

Tommaso era assente, e, umanamente, non crede: la sua resistenza è tutta sete di umanità, che Gesù scorge, accoglie e valorizza. Per questo ritorna, le porte sempre chiuse, a testimoniarcvi che l'Amore non quantifica, non riflette, ma si spende tutto perché sia riflesso. Torna quando Tommaso c'è: il Risorto sempre viene, e, se non ci siamo, torna quando il nostro cuore è presente e disposto alla vita. Ecco che il cuore di Tommaso si rende disponibile all'incontro; Gesù non condanna la sua fede fragile, ma lo esorta a una beatitudine più grande. Vero uomo, vero Dio, Maestro della fede: sono sempre con voi, anche quando non mi vedete, anche prima che mi vediate.

**Per  
riflettere**

*L'esperienza di Tommaso è talvolta quella di ciascuno di noi. Spesso la nostra fede vacilla, ma questa fragilità, se accolta, può portare grandi doni: un'apertura più consapevole all'incontro con il Signore, una più piena docilità alla sua Parola. Come vivo la mia incredulità?*

## Preghiera Finale

La risurrezione di Gesù non è il finale lieto di una bella favola,  
non è l'happy ending di un film;  
ma è l'intervento di Dio Padre là dove si infrange la speranza umana.  
Nel momento nel quale tutto sembra perduto, nel momento del dolore,  
nel quale tante persone sentono come il bisogno di scendere dalla croce,  
è il momento più vicino alla risurrezione.

La notte diventa più oscura proprio prima che incominci il mattino,  
prima che incominci la luce.

Nel momento più oscuro interviene Dio e risuscita.  
(Papa Francesco, udienza generale del 16 aprile 2014)

---

## Preghiera Iniziale

Beato l'uomo che ha posto la sua fiducia nel Signore  
e non si volge verso chi segue gli idoli  
né verso chi segue la menzogna.  
Quante meraviglie hai fatto,  
tu, Signore, mio Dio,  
quanti progetti in nostro favore:  
nessuno a te si può paragonare!  
Se li voglio annunciare e proclamare,  
sono troppi per essere contati.  
*(Salmo 39)*

---

## Dal Vangelo

secondo Luca (1, 26–38)

### *Ascolta*

*La solennità dell'Annunciazione del Signore è rimandata a oggi per evitare la sovrapposizione con la settimana santa e l'ottava di Pasqua*

**In quel tempo, l'angelo Gabriele fu mandato da Dio in una città della Galilea, chiamata Nàzaret, a una vergine, promessa sposa di un uomo della casa di Davide, di nome Giuseppe. La vergine si chiamava Maria. Entrando da lei, disse: «Rallégrati, piena di grazia: il Signore è con te».**

**A queste parole ella fu molto turbata e si domandava che senso avesse un saluto come questo. L'angelo le disse: «Non temere, Maria, perché hai trovato grazia presso Dio. Ed ecco, concepirai un figlio, lo darai alla luce e lo chiamerai Gesù. Sarà grande e verrà chiamato Figlio dell'Altissimo; il Signore Dio gli darà il trono di Davide suo padre e regnerà per sempre sulla casa di Giacobbe e il suo regno non avrà fine».**

**Allora Maria disse all'angelo: «Come avverrà questo, poiché non conosco uomo?».** Le rispose l'angelo: «Lo Spirito Santo scenderà su di te e la potenza dell'Altissimo ti coprirà con la sua ombra. Perciò colui che nascerà sarà santo e sarà chiamato Figlio di Dio. Ed ecco, Elisabetta, tua parente, nella sua vecchiaia ha concepito anch'essa un figlio e questo è il sesto mese per lei, che era detta sterile: nulla è impossibile a Dio».

**Allora Maria disse: «Ecco la serva del Signore: avvenga per me secondo la tua parola». E l'angelo si allontanò da lei.**

È sempre bello potersi soffermare su questo brano. Le strade da percorrere per meditarlo sono veramente molte. Proseguo a proporle una. Immaginate l'evento che il brano testimonia. Maria, una fanciulla vergine, giovane, che ha un sogno, un desiderio, un progetto di vita: sposarsi. Una luce che le brilla dentro, una scintilla di fecondità per il suo avvenire. Ma lei in questo progetto di vita non è lasciata sola. Con lei vi è Dio, l'arcangelo Gabriele e Giuseppe. Quest'ultimo non è menzionato direttamente, ma fa parte attiva del desiderio di Maria poiché è con lui che Maria aveva deciso di condividere la sua scintilla, il suo desiderio. E poi c'è Dio che si mette in mezzo. Anzi no, non si mette in mezzo, fa molto molto di più: abbraccia il sogno di questa coppia di promessi sposi e lo rende molto più grande di quanto essi stessi avevano immaginato. Sconvolgente vero? A tratti spaventoso. Ma ve lo immaginate?

Eppure, la scena, se vi affidate agli occhi del cuore, trasmette un calore vibrante. Il calore della Fede. Sì, possiamo immaginare il timore di Maria nel dover essere all'altezza della situazione, la preoccupazione di doverlo raccontare a Giuseppe, magari anche l'angoscia di dirottare la sua vita, lasciare il progetto che aveva pensato insieme a Giuseppe per addentrarsi in una strada che non conosce. Ma Maria non si ferma davanti a tutti questi sentimenti ed emozioni, va oltre e dialoga con l'arcangelo Gabriele. Eccolo il calore della Fede, il calore dell'abbraccio di Dio verso il sogno di Maria e Giuseppe che lo arricchisce di un bambino, del Figlio di Dio. Un abbraccio nel quale Maria si affida. Un abbraccio che ha il sapore di una promessa, di alleanza.

**Per  
riflettere**

*Cosa ti trasmette questo brano e il modo in cui Maria si fida ed affida? Ti è mai capitato di avvertire la sensazione di essere chiamato a qualcosa di più grande?*

## Preghiera Finale

O Vergine santa, che l'angelo Gabriele salutò "piena di grazia"  
e "benedetta tra tutte le donne",  
noi adoriamo il mistero ineffabile dell'Incarnazione  
che Dio ha compiuto in te.  
L'amore ineffabile, che porti al frutto benedetto del tuo seno,  
ci è garanzia dell'affetto che nutri per noi,  
per i quali un giorno il Figlio tuo sarà vittima sulla Croce.  
La tua annunciazione è l'aurora della redenzione e della salvezza nostra.  
Aiutaci ad aprire il cuore al Sole che sorge  
e allora il nostro tramonto terreno si muterà in alba immortale. Amen.

---

## Preghiera Iniziale

Il Signore regna, si riveste di maestà:  
si riveste il Signore, si cinge di forza.  
È stabile il mondo, non potrà vacillare.

Stabile è il tuo trono da sempre,  
dall'eternità tu sei.

Alzarono i fiumi, Signore,  
alzarono i fiumi la loro voce,  
alzarono i fiumi il loro fragore.

Più del fragore di acque impetuose,  
più potente dei flutti del mare,  
potente nell'alto è il Signore.

Davvero degni di fede i tuoi insegnamenti!

La santità si addice alla tua casa  
per la durata dei giorni, Signore.

*(Salmo 92)*

---

## Dal Vangelo

secondo Giovanni (3, 7–15)

### *Ascolta*

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

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

Gesù dice a Nicodemo che dobbiamo nascere dall'alto, nascere dallo Spirito. La liturgia di oggi ci mostra, nella prima lettura dagli Atti degli Apostoli, l'esempio di uomini e donne rinati proprio dall'incontro con Gesù risorto. Leggiamo infatti: «La moltitudine di coloro che erano diventati credenti aveva un cuore solo e un'anima sola e nessuno considerava sua proprietà quello che gli apparteneva, ma fra loro tutto era comune. Con grande forza gli apostoli davano testimonianza della risurrezione del Signore Gesù e tutti godevano di grande favore» (At 4, 32–33). L'amore tra i credenti era nato dall'annuncio degli apostoli: Gesù è risorto, in lui è la vita eterna. Intuiamo dunque che quell'esortazione a “rinascere dall'alto” è incomprensibile senza la Risurrezione: Gesù è tornato alla vita perché è Signore della Vita. Per mezzo di lui possiamo nascere di nuovo, «dall'alto», possiamo veramente sentirci figli di Dio. Gesù ha donato al mondo lo Spirito Santo: grazie al Risorto (che abbiamo ricordato pochi giorni fa nella solennità della Pasqua) ogni uomo può essere «nato dallo Spirito» se accoglie il messaggio di Gesù e decide di seguirlo, come facevano i primi cristiani che avevano «un cuore solo e un'anima sola». Seguivano l'invito di Gesù che aveva detto: «Questo è il mio comandamento: che vi amiate gli uni gli altri come io ho amato voi» (Gv 15, 12). Rinascere dall'alto significa anche imparare ad amare il prossimo come Gesù ha insegnato.

**Per  
riflettere**

*Ma se rinascere dall'alto è amarci gli uni gli altri, come camminare in questa direzione? Il brano dagli Atti ci mostra una comunità in concordia: chi porta pace è colui che ama gli altri. Domandiamoci: nella mia vita, nelle mie relazioni, sono operatore di pace o portatore di divisione? Con la preghiera finale, chiediamo allo Spirito Santo di aiutarci in questa missione.*

## Preghiera Finale

Vieni, o Spirito Santo,  
dentro di me, nel mio cuore e nella mia intelligenza.  
Accordami la Tua intelligenza,  
perché io possa conoscere il Padre  
nel meditare la parola del Vangelo.  
Accordami il Tuo amore, perché anche quest'oggi,  
esortato dalla Tua parola,  
Ti cerchi nei fatti e nelle persone che ho incontrato.  
Accordami la Tua sapienza, perché io sappia rivivere  
e giudicare, alla luce della tua parola,  
quello che oggi ho vissuto.  
Accordami la perseveranza,  
perché io con pazienza penetri  
il messaggio di Dio nel Vangelo.  
(San Tommaso d'Aquino)

---

## Preghiera Iniziale

Quanto è prezioso il tuo amore, o Dio!  
Si rifugiano gli uomini all'ombra delle tue ali,  
si saziano dell'abbondanza della tua casa:  
tu li disseti al torrente delle tue delizie.  
È in te la sorgente della vita,  
alla tua luce vediamo la luce.  
Riversa il tuo amore su chi ti riconosce,  
la tua giustizia sui retti di cuore.  
Non mi raggiunga il piede dei superbi  
e non mi scacci la mano dei malvagi.

*(Salmo 36)*

## Dal Vangelo

secondo Giovanni (3, 16–21)

---

### *Ascolta*

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

Il dialogo tra Gesù e il fariseo Nicodemo è incentrato sulla questione del Regno di Dio e della vita eterna. La sezione del Vangelo di oggi fornisce la risposta: «Dio ha tanto amato il mondo da dare il Figlio unigenito, perché chiunque crede in lui non vada perduto, ma abbia la vita eterna». L'inizio della nostra salvezza, perciò, non risiede in noi; infatti «non siamo stati noi ad amare Dio, ma è lui che ha amato noi» (1Gv 4, 10). Dio ci ama di un amore incondizionato, nonostante le nostre fragilità, al punto da sacrificare il proprio Figlio Unigenito per la nostra salvezza. E questa consiste proprio nel credere nel «nome» di Gesù, cioè nel convincerci che Gesù può davvero liberarci da ogni male, se solo scegliamo di avere fiducia in lui. Per questo chi crede non è condannato, mentre chi non crede ha già ricevuto la sua condanna, perché si è volontariamente separato da Dio, e la separazione da Dio è la perdita di tutti i beni che si trovano presso di lui. Il giudizio si compie nella nostra quotidianità: Gesù in passato è disceso sulla terra, in futuro tornerà per il giudizio finale, ma nel presente ci invita a chiedere perdono per i peccati (non è mai troppo tardi per pentirsi) e a comportarci in modo da essergli graditi.

In questo non ci lascia soli, perché il Signore, nostra luce, ci ha rivelato il suo Vangelo e ci aiuta, per mezzo dello Spirito Santo, a comprendere cosa ci è richiesto. La luce, tuttavia, rende anche evidente se una persona sta agendo bene o male. Il cristiano è dunque invitato a cercare nel Vangelo la luce che illumina la sua via, e allo stesso tempo ad agire nel modo migliore possibile, affinché quella stessa luce non lo colga in errore. In questo consiste il «fare la verità» (contrapposto a «fare il male»): agire come Gesù ci insegna nel Vangelo e testimoniare agli altri il nostro ben operare.

**Per  
riflettere**

***«Gettiamo via le opere delle tenebre e indossiamo le armi della luce. Comportiamoci onestamente, come in pieno giorno» (Rm 13, 12–13). A questo ci invitano l'apostolo Paolo e il Vangelo odierno, a non nasconderci nelle nostre tenebre, ma a pentirci sinceramente dei nostri errori e a tentare di capire e di fare «ciò che è gradito al Signore» (Ef 5, 10). Dio non è un giudice severo, ma un padre amorevole, che ci esorta a operare nella nostra quotidianità nel modo migliore.***

## Preghiera Finale

Sii propizio ai tuoi piccoli figli, maestro, padre e guida d'Israele.  
Concedi a noi, che seguiamo i tuoi precetti, di realizzare la somiglianza dell'immagine  
e di sperimentare, per quanto possiamo, la bontà di Dio, giudice non crudele.  
Accordaci questo: di vivere nella tua pace, di essere trasferiti nella tua città,  
di attraversare senza esserne sommersi i flutti del peccato,  
di essere trasportati in tranquillità  
dallo Spirito Santo e dalla Sapienza indicibile.  
(Clemente Alessandrino, Pedagogo III 12, 101)

## Preghiera Iniziale

Dio dei padri e Signore della misericordia,  
che tutto hai creato con la tua parola,  
e con la tua sapienza hai formato l'uomo,  
dammi la sapienza, che siede accanto a te in trono,  
e non mi escludere dal numero dei tuoi figli.

Inviata dai cieli santi,  
mandala dal tuo trono glorioso,  
perché mi assista e mi affianchi nella mia fatica  
e io sappia ciò che ti è gradito.

Ella infatti tutto conosce e tutto comprende:  
mi guiderà con prudenza nelle mie azioni  
e mi proteggerà con la sua gloria.

*(Sapienza 9, 1–11)*

## Dal Vangelo

secondo Giovanni (3, 31–36)

---

### *Ascolta*

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

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

Il Vangelo di ieri poneva l'accento sulla capacità di Gesù di salvare chi crede in lui. Il Vangelo odierno spiega che tale capacità deriva dalla cooperazione di tutta la Santa Trinità. Tutto parte dal Padre, che ama il Figlio e a dimostrazione del suo amore smisurato gli dà potere su tutto, e lo invia sulla terra. In più, Dio dona a Gesù la pienezza dello Spirito Santo; perciò, «mandando il Figlio, il Padre ci ha mandato un altro sé stesso» (Agostino, Commento al Vangelo di Giovanni 14, 11).

Comincia così la missione di Cristo, che consiste nel dire «le parole di Dio»: in quanto Verbo di Dio, Gesù non può che riferire i pensieri del Padre, e per questo la sua testimonianza è degna di fede. «E la testimonianza è questa: Dio ci ha donato la vita eterna e questa vita è nel suo Figlio» (1Gv 5, 11). «Chi ne accetta la testimonianza, conferma che Dio è veritiero», perché riconosce che «il non mentire è sempre congenito e inerente alla natura divina» (Cirillo, Commento al Vangelo di Giovanni 2, 3).

Infine, lo Spirito Santo è dato «senza misura» da Dio al Figlio, e allo stesso tempo dal Figlio a chi crede in lui, in modo che possiamo, noi creature terrene, conoscere la realtà che è al di sopra di tutto, ossia il Figlio amato dal Padre e pieno di Spirito Santo.

Qual è il nostro ruolo in tutto questo? Possiamo accettare che il Figlio, per mezzo dello Spirito Santo, realizzi il disegno di salvezza che il Padre ha «ha preordinato prima dei secoli per la nostra gloria» (1Cor 2, 7), oppure possiamo rifiutarne la testimonianza. In questo modo, però, l'ira di Dio «rimane» su di noi, perché restiamo vittime dei nostri peccati. Alla prospettiva di una vita di tormenti, tuttavia, il Signore ci dà l'alternativa della vita eterna, ossia «la vita dei santi, [...] piena di felicità» (Cirillo, Commento al Vangelo di Giovanni 2, 4), una vita ricca di «ogni bontà, giustizia e verità» (Ef 5, 9). Accogliamo dunque l'invito del Signore a credere davvero che il Padre ci ama, che Gesù ci mostra nel Vangelo la via della salvezza e che lo Spirito Santo ci aiuta a perseguirla, se solo lo vogliamo.

## Per riflettere

*Il vangelo di oggi ci invita a credere in Gesù e a darne testimonianza, una testimonianza veritiera e rafforzata dalle nostre opere, ricordandoci che «la fede: se non è seguita dalle opere, in se stessa è morta» (Gc 2, 17). Cerchiamo dunque di ricambiare l'amore immenso di Dio per noi con le nostre opere, consapevoli che Gesù, con il sostegno dello Spirito Santo, non ci lascia mai soli.*

## Pregghiera Finale

Signore Dio, credo in te, Padre e Figlio e Spirito Santo.

Dammi tu la forza di cercare, tu che hai permesso che ti si trovasse e che sempre più hai dato la speranza di trovarti.

Al tuo cospetto sono la mia forza e la mia debolezza: sostieni quella, rinsalda l'altra.

Al tuo cospetto sono la mia conoscenza e la mia ignoranza;

dove tu mi hai aperto, accogliami mentre entro, dove hai chiuso, apri quando busso.

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

(Agostino, Sulla trinità 15, 28)

---

## Preghiera Iniziale

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

*(Salmo 26)*

---

## Dal Vangelo

secondo Giovanni (6, 1–15)

### *Ascolta*

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

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

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

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

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

Giovanni mette il fatto vicino alla festa della Pasqua dei Giudei, suggerendo il confronto tra l'antica Pasqua dell'Esodo e la nuova Pasqua che avviene in Gesù. Non a caso nei versetti immediatamente precedenti viene citato Mosè, alle azioni del quale Giovanni fa corrispondere quelle di Gesù. L'attraversamento del Mare di Tiberiade come il Mar Rosso, la salita sulla montagna, il grande seguito di folla per i segnali dati. E tra questi quello di ottenere cibo per la gente affamata, come in questo episodio. Ma c'è una differenza: i segnali dati da Mosè nascevano tutti da un rapporto che potremmo definire "istituzionale" tra lui e il Signore, mentre il popolo ci metteva tutt'al più qualche lamentela. Con Gesù, invece, gli apostoli restano praticamente esclusi dalla vicenda: Filippo oppone subito uno scetticismo pregiudiziale, mentre Andrea, che almeno si era dato da fare per una ricerca, parla con sufficienza di un "ragazzo". A questa qualifica riduttiva corrisponde effettivamente la povertà di quanto ha con sé: cinque pani e due pesci, la sua schiscetta! Che ci si può fare per cinquemila persone? Ma questo "ragazzo", invece di nascondere quel poco che ha, lo mette a disposizione, rischiando di rimanere a digiuno senza aver risolto alcun problema. Ed ecco che la sua disponibilità a condividere diventa moltiplicazione! Senza la sua disponibilità forse le cinquemila persone non avrebbero mangiato e la maggior parte se ne sarebbe andata, abbandonando la sequela di Gesù.

**Per  
riflettere**

*Come mi comporto davanti al problema della fame nel mondo: come Filippo, come Andrea o come il ragazzo? Abbiamo il coraggio di offrire i nostri «cinque pani d'orzo e due pesci», anche se ci sembrano poche cose, convinti che possano diventare gioia condivisa per tutti? La gente voleva un messia che fosse re forte e potente. Oggi, molti vanno dietro a leader che promettono solo benefici. Cosa ci dice in proposito il vangelo di oggi?*

## Pregghiera Finale

Tutti da te aspettano  
che tu dia loro il cibo in tempo opportuno.  
Tu lo provvedi, essi lo raccolgono,  
tu apri la mano, si saziano di beni.

*(Salmo 103)*

---

## Preghiera Iniziale

Signore, tu mi scruti e mi conosci,  
tu sai quando seggo e quando mi alzo.  
Alle spalle e di fronte mi circondi  
e poni su di me la tua mano.  
Dove andare lontano dal tuo spirito,  
dove fuggire dalla tua presenza?  
Se prendo le ali dell'aurora  
per abitare all'estremità del mare,  
anche là mi guida la tua mano  
e mi afferra la tua destra.  
Se dico: «Almeno l'oscurità mi copra  
e intorno a me sia la notte»;  
nemmeno le tenebre per te sono oscure,  
e la notte è chiara come il giorno;  
per te le tenebre sono come luce.

*(Salmo 138)*

## Dal Vangelo

secondo Giovanni (6, 16-21)

---

### *Ascolta*

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

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

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

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

I discepoli si ritrovano da soli, senza Gesù, su una barca in mezzo al lago di Tiberiade, diretti verso Cafarnaon. In questo contesto, si presentano numerosi elementi di negatività: il giorno è ormai passato e senza Gesù, luce del mondo, essi si trovano al buio, immersi nella notte. Il mare, simbolo del male, è agitato, generando preoccupazione per le sorti della navigazione. C'è anche un forte vento, che ostacola l'andamento della barca. I discepoli, in queste condizioni di oggettiva difficoltà, privi del loro maestro, provano paura e smarrimento, e non sanno come procedere.

La situazione qui descritta può essere facilmente applicabile alla vita di tutti noi: quante volte ci capita di sentirci soli e smarriti, incapaci di procedere di fronte a difficoltà troppo grandi! Quante volte ci sentiamo scoraggiati davanti alle preoccupazioni della vita, che spesso si presenta davvero come una traversata difficile!

Tuttavia, in questa situazione di crisi, accade qualcosa di inaspettato: Gesù interviene. Appare all'improvviso, cammina sulle acque e si fa riconoscere dai discepoli impauriti, esortandoli: "Non abbiate paura!". Subito, la situazione cambia: Gesù sale sulla barca con i discepoli, e immediatamente, in tutta sicurezza, essi giungono a destinazione.

Le parole che Gesù rivolse ai discepoli duemila anni fa le rivolge oggi a ciascuno di noi: "Non avere paura!". Di fronte alle difficoltà, il Signore ci assicura: non siamo soli. Lui è con noi, pronto a consolarci, proteggerci e sostenerci nel cammino. A noi il compito di fargli spazio nella nostra vita, aprendogli il cuore. Da soli i discepoli sono in preda alla disperazione; con Gesù, ritrovano forza e speranza. Da soli anche noi rischiamo di cadere nella paura e nell'angoscia; con Gesù, invece, tutto diventa possibile.

**Per  
riflettere**

***Chiediamoci: faccio spazio al Signore nella mia vita? Nei momenti di difficoltà, lo prego e mi affido a lui? Mi lascio prendere dalle paure e dalle preoccupazioni o riesco a confidare nel Signore, sicuro che lui mi darà la forza di affrontare qualsiasi situazione?***

## Preghiera Finale

Fratelli e Sorelle!

Non abbiate paura di accogliere Cristo e di accettare la sua potestà!

Non abbiate paura! Aprite, anzi, spalancate le porte a Cristo!

Non abbiate paura! Cristo sa "cosa è dentro l'uomo". Solo lui lo sa!

Oggi così spesso l'uomo non sa cosa si porta dentro,  
nel profondo del suo animo, del suo cuore.

Così spesso è incerto del senso della sua vita su questa terra.

È invaso dal dubbio che si tramuta in disperazione.

Permettete, quindi—vi prego, vi imploro con umiltà e con fiducia—  
permettete a Cristo di parlare all'uomo.

Solo lui ha parole di vita, sì! Di vita eterna.

*(San Giovanni Paolo II)*

---

## Preghiera Iniziale

Quando t'invoco, rispondimi, Dio della mia giustizia!  
Nell'angoscia mi hai dato sollievo;  
pietà di me, ascolta la mia preghiera.  
Sappiatelo: il Signore fa prodigi per il suo fedele;  
il Signore mi ascolta quando lo invoco.  
Molti dicono: «Chi ci farà vedere il bene,  
se da noi, Signore, è fuggita la luce del tuo volto?».  
In pace mi corico e subito mi addormento,  
perché tu solo, Signore, fiducioso mi fai riposare.

---

## Dal Vangelo

secondo Luca (24, 35–48)

### *Ascolta*

In quel tempo, [i due discepoli che erano ritornati da Èmmaus] narravano [agli Undici e a quelli che erano con loro] ciò che era accaduto lungo la via e come avevano riconosciuto [Gesù] nello spezzare il pane.

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

Poi disse: «Sono queste le parole che io vi dissi quando ero ancora con voi: bisogna che si compiano tutte le cose scritte su di me nella legge di Mosè, nei Profeti e nei Salmi». Allora aprì loro la mente per comprendere le Scritture e disse loro: «Così sta scritto: il Cristo patirà e risorgerà dai morti il terzo giorno, e nel suo nome saranno predicati a tutti i popoli la conversione e il perdono dei peccati, cominciando da Gerusalemme. Di questo voi siete testimoni».

La via è la parola che sta al centro del primo periodo di questo estratto di Vangelo; si tratta della strada percorsa dai discepoli insieme a Gesù e rimanda all'idea del cammino, del passaggio. Proviamo a ripetere dentro di noi questo suono di poche lettere e a gustare il suo effetto salvifico, pasquale. La via è la Parola di Dio poiché il Signore è il Verbo fatto carne ed Egli stesso dice di essere la Via. Ecco che la persona del Cristo Risorto spiega il senso delle Scritture con la sua presenza, in mezzo ai discepoli, nel mostrare le mani e i piedi donati, insieme a tutto il suo corpo, nel sacrificio della croce e, in mezzo a noi, in ogni eucarestia. Le vie del Signore, tanto care all'Antico Testamento, trovano sintesi e compimento nell'unica Via del Cristo, che è il Cristo! Via che siamo chiamati non solo a seguire, ma a riconoscere con "gli occhi della fede" in una persona che è vero uomo e vero Dio e che ci impegna ad essere testimoni della sua azione redentrice.

**Per  
riflettere**

*La Via indicatoci da tutta la Scrittura è il Cristo, una persona che è vero uomo e vero Dio; credo in questa persona o in una teoria? Come cristiano, sono testimone di Lui o di una filosofia di vita? Metto al centro della mia fede la Redenzione e il Mistero Pasquale o mi perdo in aspetti meno importanti della religiosità?*

## Preghiera Finale

Io non finirei mai di parlare di Te:  
Tu sei la luce, la verità; anzi,  
Tu sei "la via, la verità, la vita".  
Tu sei il pane, la fonte dell'acqua viva  
per la nostra fame e la nostra sete:  
Tu sei il pastore, la nostra guida,  
il nostro esempio, il nostro conforto,  
nostro fratello.  
Amen.  
(Paolo VI)

---

## Preghiera Iniziale

Signore Gesù, Pane vivo disceso dal cielo,  
Parola eterna del Padre, fratello nostro.

Sei venuto tra noi per farci conoscere e gustare la tenerezza del Padre.

Riuniti in preghiera ti invociamo per noi stessi e le nostre famiglie;  
ti preghiamo pure per quanti si affidano alla nostra preghiera,  
e per chi è alla ricerca di te, anche se cammina ancora lontano dalla tua casa.  
Come le folle che ti seguivano senza sosta e senza preoccuparsi del cibo,  
anche noi manifestiamo il desiderio vivo di essere tuoi discepoli;  
cerchiamo la tua parola e siamo sfamati dal pane di Vita che sei tu stesso.

Spezza anche per noi questi doni,  
e rendici generosi nel dividerli con quanti sono ci accanto.

Anche con quelli che non conosciamo,  
ma sappiamo che sono tuoi fratelli, perché figli del Padre.  
Donaci il tuo Spirito perché vogliamo lasciarci illuminare dalla luce  
che viene da Dio e diventare a nostra volta riflesso della tua bontà.

---

## Dal Vangelo

secondo Giovanni (6, 22–29)

---

### *Ascolta*

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

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

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

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

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

Il passo evangelico che riguarda l'invito di Gesù a cercare un cibo destinato alla vita eterna può essere affrontato da diverse prospettive.

Innanzitutto, la prima riflessione che il brano suggerisce è sul pericolo di stabilire un rapporto utilitaristico con Cristo, sottolineando la necessità di una fede autentica che vada oltre la ricerca di benessere personale. L'invito è a prendere decisioni concrete dopo la preghiera, evidenziando che il vero problema non è sentirsi bene durante la preghiera, ma la scelta intrapresa con il cuore.

Successivamente, la narrazione si sposta sulla folla che cerca Gesù dopo il miracolo dei pani e dei pesci. Qui l'esortazione è di cercare un cibo più profondo, rappresentato dalla Parola di Dio o dall'Eucaristia, andando oltre i bisogni superficiali. La tendenza umana è di cercare segni tangibili anziché comprendere il significato più profondo della fede in Gesù Cristo.

Infine, la reazione della folla al miracolo, evidenzia la critica implicita di Gesù al cercarlo solo per i benefici materiali. Si avverte il rischio di concentrarsi sugli elementi straordinari, perdendo di vista la fede quotidiana in Gesù.

Il brano, quindi, ci invita ad approfondire una riflessione complessiva che spinge a cercare Gesù non solo per i segni e i miracoli, ma per una fede autentica che permea la vita di tutti i giorni. La sfida è di riuscire ad unire la preghiera a una testimonianza concreta, poiché la vera professione di fede si manifesta nella vita di ogni giorno.

**Per  
riflettere**

*“L'opera di Dio è credere in colui che egli ha mandato” (Gv 6, 29).  
Questa ricerca dona un cibo che sostiene nel presente e perdura  
nella vita eterna, attraversando il tempo e la storia.*

## Preghiera Finale

Signore, Dio della mia vita, guarda alla mia debolezza e aumenta la mia fede.

Sono molte le cose che non comprendo:

gli episodi spiacevoli e amari della vita, il tuo silenzio quando t'invoco...

Io mi metto davanti a te, fiducioso di stare alla tua presenza,

sicuro che nessuna delle mie preghiere cadrà nel vuoto,

perché tu sei un Dio fedele e buono.

Parlami nel silenzio, istruiscimi in ogni cosa, illumina la mia debole mente

perché possa riconoscerti presente e vivo accanto a me.

Aumenta la mia fede, Signore,

aiutami a credere in te quando le ombre sembrano prevalere;

aiutami a fidarmi della tua Parola e insegnami a lasciarmi guidare docilmente da te,

che sei l'Amore senza fine.

---

## Preghiera Iniziale

Sii per me, Signore, una roccia di rifugio,  
un luogo fortificato che mi salva.  
Perché mia rupe e mia fortezza tu sei,  
per il tuo nome guidami e conducimi.  
Alle tue mani affido il mio spirito;  
tu mi hai riscattato, Signore, Dio fedele.  
Io confido nel Signore.  
Esulterò e gioirò per la tua grazia.  
Sul tuo servo fa' splendere il tuo volto,  
salvami per la tua misericordia.  
Benedetto il Signore,  
che per me ha fatto meraviglie di grazia.

---

## Dal Vangelo

secondo Giovanni (6, 30-35)

### *Ascolta*

In quel tempo, la folla disse a Gesù: «Quale segno tu compi perché vediamo e ti crediamo? Quale opera fai? I nostri padri hanno mangiato la manna nel deserto, come sta scritto: “Diede loro da mangiare un pane dal cielo”».

Rispose loro Gesù: «In verità, in verità io vi dico: non è Mosè che vi ha dato il pane dal cielo, ma è il Padre mio che vi dà il pane dal cielo, quello vero. Infatti il pane di Dio è colui che discende dal cielo e dà la vita al mondo».

Allora gli dissero: «Signore, dacci sempre questo pane». Gesù rispose loro: «Io sono il pane della vita; chi viene a me non avrà fame e chi crede in me non avrà sete, mai!».

C'è una logica “mondana”, propria dell'essere umano, che è quella del “vedere per credere”; lo stesso modo di pensare che farà dire all'apostolo Tommaso: “Se non vedo... io non credo” (Gv 20, 25), quasi fosse uno scambio di favori: Tu mostraci un segno come ai nostri Padri fu dato da Mosè con la manna dal cielo e noi legitimeremo la tua autorità come fu per Mosè! Gesù non accetta questa logica, anzi la rovescia: credere per vedere! Dirà, infatti, a Marta: “Non ti ho detto che, se crederai, vedrai la gloria di Dio?” (Gv 11, 40) e a Tommaso: “Beati quelli che non hanno visto e hanno creduto” (Gv 20, 29).

È la fede che consente di trascendere dal dono al donatore vero: “Non è Mosè che vi ha dato il pane dal cielo, ma è il Padre mio”; e, nel prosieguo della risposta, Gesù coglie l'occasione per qualificarsi e ribadire la sua identità come Figlio (non come Profeta o Rabbi), dicendo non “Dio” ma “il Padre mio”, attualizzando la stessa azione donatrice del Padre che non ha un passato ma un oggi: non “diede” ma “dà il pane dal cielo, quello vero”. E aggiunge la rivelazione che questo pane è Cristo stesso: “Io sono il pane della vita” e l'esortazione a nutrirsi di questo pane, perché chi avrà fede in Lui “non avrà sete, mai!”.

## Per riflettere

*Abbiamo sempre bisogno di segni della presenza di Dio, chiediamo sempre miracoli e apparizioni. Abbiamo una fede fragile, lunatica, scostante, altalenante. Invece di fidarci delle Parole del Signore, di imparare a leggere i tanti segni della sua presenza (anche oggi la nostra giornata è riempita di piccoli miracoli quotidiani...) corriamo dietro agli eventi straordinari che solleticano l'emozione senza convertire il cuore.*

## Preghiera Finale

O Dio, che apri la porta del tuo regno  
agli uomini rinati dall'acqua e dallo Spirito Santo,  
accresci in noi la grazia del Battesimo,  
perché liberi da ogni colpa  
possiamo ereditare i beni da te promessi.

---

## Preghiera Iniziale

Acclamate Dio, voi tutti della terra,  
cantate la gloria del suo nome,  
dategli gloria con la lode.  
Dite a Dio: «Terribili sono le tue opere!».  
A te si prostri tutta la terra,  
a te canti inni, canti al tuo nome.  
Venite e vedete le opere di Dio,  
terribile nel suo agire sugli uomini.  
Egli cambiò il mare in terraferma;  
passarono a piedi il fiume:  
per questo in lui esultiamo di gioia.  
Con la sua forza d'èmina in eterno.

---

## Dal Vangelo

secondo Giovanni (6, 35-40)

### *Ascolta*

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

Oggi Gesù ci invita a fare uno sforzo di fede: ci svela la volontà del Padre suo, del Padre nostro. «Questa infatti è la volontà del Padre mio: che chiunque vede il Figlio e crede in lui abbia la vita eterna; e io lo risusciterò nell'ultimo giorno». Lo stesso Dio, che ha parlato al suo popolo attraverso profeti e segni, adesso si è manifestato con tutta la sua potenza nel Figlio suo e attraverso Lui ci dona la vita eterna. Cosa siamo chiamati a fare? Due sono i “verbi” della volontà del Padre. “Vedere”. Contemplare Gesù, stare in adorazione alla sua presenza, vederlo in tutte le persone che incontriamo, negli ultimi, nei poveri, negli emarginati, negli immigrati, negli anziani, nei bambini. Non stanchiamoci di scorgere Gesù nel nostro prossimo, di cercarlo nella preghiera, nell'adorazione del suo corpo e della sua parola. “Credere”. Evidentemente non basta “fare le cose in regola”, fare la buona azione quotidiana, quella che alleggerisce la coscienza: siamo chiamati ad essere qualcosa di più. Siamo chiamati a sentirci legati profondamente a Cristo, essere certi che è Dio ciò che stiamo vedendo, servendo, adorando. Quello che Gesù ci chiede è la nostra vita: amiamo come ci ha insegnato Gesù, perdoniamo perché è Lui che ce lo chiede, siamo operatori della Sua pace, perché siamo chiamati a donarla. Vedere e credere in Gesù, ecco il cammino che ci conduce alla vita eterna, alla pienezza, al compimento della salvezza di Dio.

## Per riflettere

*Gesù dice «sono disceso dal cielo non per fare la mia volontà, ma la volontà di colui che mi ha mandato». Quando mi trovo davanti a scelte importanti mi chiedo quale sia la volontà di Dio? Prego per ottenere la grazia di conoscerla? Cerco di desiderarla? La compio anche se non riesco a conciliarla con la mia volontà?*

## Preghiera Finale

Signore, fai di me ciò che ti piace.  
Non ti metto alcun ostacolo né limite,  
perché Tu sei ogni mio diletto  
e l'amore della mia anima.  
Ed io, ugualmente, pongo davanti a Te  
il fiume delle mie confidenze.  
(Santa Faustina Kowalska)

---

## Preghiera Iniziale

Vieni Spirito Santo e manda a noi  
dal cielo un raggio della tua luce.

Vieni Padre dei poveri,  
vieni fonte dei doni,  
vieni luce dei cuori.

Tu, che consoli chi è triste,  
sei ospite dell'anima,  
solievo delle fatiche.

---

## Dal Vangelo

secondo Giovanni (6, 44–51)

---

### *Ascolta*

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

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

La folla nella Sinagoga di Cafarnao dà l'occasione a Gesù per fare il discorso eucaristico. Gesù si dichiara "Pane del cielo". Pane di vita, Pane che è la sua carne, come anticipazione dell'ultima cena.

Che cos'è l'Eucarestia? Eucarestia è il nucleo del mistero della Chiesa, è il continuo avverarsi della promessa "Ecco, io sono con voi tutti i giorni fino alla fine del mondo"; nell'Eucarestia la conversione del pane e del vino nel corpo e nel sangue del Signore sono la fonte e l'apice di tutta la vita cristiana.

È importante l'Eucarestia per un cristiano, perché la Chiesa ha ricevuto l'Eucarestia da Cristo come "dono" per eccellenza. È il dono della sua persona per l'opera di salvezza dell'umanità. Questo sacrificio è totalmente decisivo per la salvezza del genere umano: Gesù l'ha compiuto ed è tornato al Padre solo dopo averci lasciato il mezzo per parteciparvi, come se fossimo stati presenti. Nell'Eucarestia, ci mostra un amore che va fino "all'estremo", un amore che non conosce misura.

La Pasqua di Cristo comprende con la sua Passione, Morte e Resurrezione. In effetti il sacrificio Eucaristico rende presente non solo il mistero della morte del Salvatore, ma anche il mistero della Resurrezione nella quale il sacrificio trova il suo coronamento. E in quanto vivente e risorto che Cristo può farsi nell'Eucarestia "pane della vita", "pane vivo" e risorge con noi ogni giorno. L'Eucarestia è un mistero che sovrasta i nostri pensieri e può essere accolto solo nella fede. È un dono che supera radicalmente il potere dell'assemblea ed è insostituibile per collegare validamente la consacrazione eucaristica al sacrificio della croce e all'ultima cena.

L'Eucarestia appare dunque come culmine di tutti i sacramenti nel portare a perfezione la Comunione con Dio Padre mediante l'identificazione col Figlio unigenito per opera dello Spirito Santo.

## Per riflettere

*Nell'umile segno del pane e del vino, transustanziati nel suo corpo e nel suo sangue, Cristo cammina con noi, quale nostra forza, e ci rende per tutti testimoni di speranza. Se di fronte a questo Mistero la ragione sperimenta i suoi limiti, il cuore illuminato della grazia dello Spirito Santo intuisce come atteggiarsi, immergendosi nell'adorazione e in un amore senza limiti.*

## Preghiera Finale

Buon Pastore, vero pane, o Gesù, pietà di noi:  
nutrici e difendici, portaci ai beni eterni  
nella terra dei viventi.

Tu che tutto sai e puoi, che ci nutri sulla terra,  
conduci i tuoi fratelli alla tavola del cielo  
nella gioia dei tuoi Santi.

---

## Preghiera Iniziale

Genti tutte, lodate il Signore,  
popoli tutti, cantate la sua lode.  
Perché forte è il suo amore per noi  
e la fedeltà del Signore dura per sempre.  
*(Salmo 116)*

---

## Dal Vangelo

secondo Giovanni (6, 52-59)

---

### *Ascolta*

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

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

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

Gesù disse queste cose, insegnando nella sinagoga a Cafàrnao.

Questo brano del Vangelo bisogna crederlo per Fede. Se ci fermiamo solo all'aspetto materiale del mangiare la carne e del bere il sangue, non se ne esce, non si va da nessuna parte! Occorre superare tale atteggiamento materiale e considerare quello che Gesù ci vuole dire: essere tutt'uno con Lui per avere così la vita eterna.

Gesù ci propone un parallelo: i padri che si sfamarono con la manna mandata da Dio morirono; coloro che crederanno in Lui avranno la vita eterna. Questo accostamento è emblematico e apre il nostro animo e il nostro cuore ad una dimensione completamente nuova, sconvolgente ed entusiasmante. Mentre i padri nel deserto ebbero la manna per soddisfare solo un bisogno materiale, Gesù dona invece, per chi crede in Lui, la vita eterna come derivazione dal Padre "che ha la vita" portata a noi da Gesù che vive per il Padre.

**Per  
riflettere**

*Cristo è lì, nella Bibbia che tieni a "prendere polvere" in casa, nel tabernacolo della chiesa vicina alla tua abitazione in cui, per un'intera settimana, non entri, ed è desideroso di farti mangiare da te: ora sta a te decidere se entrare veramente in intimità con Lui. Lui lo desidera ma, ovviamente, non lo impone.*

## Preghiera Finale

Signore Gesù, tu che hai detto «Mio cibo è fare la volontà di Dio»,  
aiutami a superare le paure e le angosce legate ai momenti  
nei quali la vita mi appare un enigma incomprensibile  
perché con Te possa dire: «Eccomi Signore, io vengo per fare la tua volontà».  
Quando sono ferito da accuse ingiuste, umiliato da giudizi sommari,  
demotivato dall'ingratitude, mortificato dai fallimenti,  
privato della possibilità di difendermi, vienimi vicino,  
abbracciami con la stessa passione con la quale  
hai aperto le tue braccia sulla croce  
e stringimi a te perché possa appartenerti per sempre.  
Vieni a vivere in me, abitatami con la tua presenza, il mio corpo sia la tua casa.  
Donami fede per lottare contro la paura,  
la speranza per rialzarmi dopo ogni caduta e la carità per vincere la morte.  
*(Don Pasquale Giordano)*

---

## Preghiera Iniziale

Che cosa renderò al Signore,  
per tutti i benefici che mi ha fatto?  
Alzerò il calice della salvezza  
e invocherò il nome del Signore.  
Adempirò i miei voti al Signore,  
davanti a tutto il suo popolo.  
Agli occhi del Signore è preziosa  
la morte dei suoi fedeli.  
Ti prego, Signore, perché sono tuo servo;  
io sono tuo servo, figlio della tua schiava:  
tu hai spezzato le mie catene.  
A te offrirò un sacrificio di ringraziamento  
e invocherò il nome del Signore.

*(Salmo 115)*

---

## Dal Vangelo

secondo Giovanni (6, 60–69)

### *Ascolta*

In quel tempo, molti dei discepoli di Gesù, dopo aver ascoltato, dissero: «Questa parola è dura! Chi può ascoltarla?».

Gesù, sapendo dentro di sé che i suoi discepoli mormoravano riguardo a questo, disse loro: «Questo vi scandalizza? E se vedeste il Figlio dell'uomo salire là dov'era prima? È lo Spirito che dà la vita, la carne non giova a nulla; le parole che io vi ho detto sono spirito e sono vita. Ma tra voi vi sono alcuni che non credono».

Gesù infatti sapeva fin da principio chi erano quelli che non credevano e chi era colui che lo avrebbe tradito. E diceva: «Per questo vi ho detto che nessuno può venire a me, se non gli è concesso dal Padre».

Da quel momento molti dei suoi discepoli tornarono indietro e non andavano più con lui. Disse allora Gesù ai Dodici: «Volete andarvene anche voi?». Gli rispose Simon Pietro: «Signore, da chi andremo? Tu hai parole di vita eterna e noi abbiamo creduto e conosciuto che tu sei il Santo di Dio».

Gesù è diretto nelle sue affermazioni, non cerca giri di parole. La sua parola spesso è difficile da seguire, da mettere in pratica e ci ammonisce: “Chi può ascoltarla?”. E ci vuole mettere alla prova: “E se vedeste il Figlio dell’uomo salire là dov’era prima?”. Noi uomini siamo portati a credere in quello che si vede e a mettere in discussione, a rifiutare quello che non tocchiamo con mano. Ma è lo Spirito che dà la vita, è la Fede che ci apre le porte del Paradiso.

È il Padre che ci concede la vita eterna, perché il Padre vede nel nostro animo e sa se crediamo o no in Lui. E se vogliamo tirarci indietro non possiamo dirci seguaci di Gesù. Anche alcuni discepoli, quelli che non credevano in Lui nonostante avessero visto le opere da Lui compiute, si sono allontanati, “non andavano più con Lui”.

Ecco, Pietro ci indica la strada da seguire: “Tu hai parole di vita eterna”. Ecco la grande novità che Gesù ci ha indicato: la nostra vita terrena non è che la preparazione di quella celeste, eterna, al cospetto di Dio. Non sappiamo dire come sarà questa “vita eterna”, ma certamente sarà piena di gloria e di amore.

**Per  
riflettere**

*Mi è mai capitato di trovare “dura” qualche pagina di Vangelo? Come ho vissuto questa esperienza? Mi sono mai accorto della presenza dello Spirito che mi permetteva di conoscere più profondamente il Signore? Ho mai pensato di andarmene anche io? Per quali motivi? Dove sarei andato?*

## Preghiera Finale

O Dio nostra salvezza, che in Cristo tua parola eterna  
ci dai la rivelazione piena del tuo amore,  
guida con la luce dello Spirito  
questa santa assemblea del tuo popolo,  
perché nessuna parola umana ci allontani da te  
unica fonte di verità e di vita.

# Domenica

## 21 aprile 2024

At 4, 8–12; Sal 117; 1Gv 3, 1–2  
*Salterio: quarta settimana*

---

## Preghiera Iniziale

O Dio che non vuoi la morte del peccatore,  
ma che si converta e viva,  
concedici, Ti preghiamo, per l'intercessione  
della Beata Maria sempre Vergine, di San Giuseppe suo sposo,  
di San Junipero Serra e di tutti i Santi,  
un aumento di operai per la Tua Chiesa, collaboratori con Cristo,  
pronti a spendere e consumare se stessi per le anime.  
Per Cristo nostro Signore. Amen.  
*(Preghiera del Serra Club International)*

## Dal Vangelo

secondo Giovanni (10, 11–18)

---

### *Ascolta*

In quel tempo, Gesù disse: «Io sono il buon pastore. Il buon pastore dà la propria vita per le pecore. Il mercenario – che non è pastore e al quale le pecore non appartengono – vede venire il lupo, abbandona le pecore e fugge, e il lupo le rapisce e le disperde; perché è un mercenario e non gli importa delle pecore.

Io sono il buon pastore, conosco le mie pecore e le mie pecore conoscono me, così come il Padre conosce me e io conosco il Padre, e do la mia vita per le pecore. E ho altre pecore che non provengono da questo recinto: anche quelle io devo guidare. Ascolteranno la mia voce e diventeranno un solo gregge, un solo pastore.

Per questo il Padre mi ama: perché io do la mia vita, per poi riprenderla di nuovo. Nessuno me la toglie: io la do da me stesso. Ho il potere di darla e il potere di riprenderla di nuovo. Questo è il comando che ho ricevuto dal Padre mio».

Perché Gesù ha scelto proprio la professione del pastore per descrivere la sua missione? Eppure era una professione ritenuta “impura” dal giudaismo, perché il pastore aveva a che fare con animali e viveva a contatto con loro notte e giorno.

In realtà Gesù dà seguito ad una profezia di Ezechiele, che, parlando in nome di Dio, si scaglia contro i cattivi pastori del suo popolo, dediti al loro gregge per puro interesse, pronti solo a sfruttare “latte, carne e lana”, ovvero a dilapidarne le sostanze. Poi annuncia l’impegno da parte di Dio di prendersi cura in prima persona del gregge, suscitando un pastore che, in suo nome, le pascerà conducendole ai pascoli della vita e non della morte.

Gesù Buon Pastore, quindi, attuando la profezia di Ezechiele, rimprovera anche alle autorità religiose del suo tempo di essere “funzionari del sacro”, perfetti esecutori della Legge e degli obblighi e precetti ad essa connessi, ma altrettanto perfettamente privi di amore verso il popolo. L’atteggiamento verso il gregge non può essere quello del mercenario, ma quello del pastore, del pastore buono, che, per quanto ritenuto impuro, reietto, non idoneo a vivere secondo i canoni e la mentalità distorta di una certa religiosità, deve essere capace di dare la vita per il proprio gregge, e non solo per il proprio, ma anche per pecore che non sono del suo ovile e che—sempre per quel tipo di mentalità—andrebbero lasciate allo sbando sui monti, gettate fuori dal recinto, dalla comunità, dalla Chiesa.

**Per  
riflettere**

*Come singolo, come coppia, come famiglia, come comunità, so espormi in prima persona per proteggere e amare coloro che Dio e la vita mi ha posto accanto, mediante una carità pastorale in spirito di servizio e di accompagnamento?*

## Preghiera Finale

In questa Giornata dedicata da oltre mezzo secolo  
alla preghiera per le Vocazioni,  
preghiamo perché Dio onnipotente e misericordioso  
mandi santi sacerdoti nella sua messe,  
che annuncino non solo con le parole  
ma soprattutto con le opere,  
il messaggio di amore del Sommo e Buon Pastore,  
Cristo Gesù, nostra unica speranza e salvezza. Amen.

---

## Preghiera Iniziale

Come la cerva anela ai corsi d'acqua,  
così l'anima mia anela a te, o Dio.  
L'anima mia ha sete di Dio, del Dio vivente:  
quando verrò e vedrò il volto di Dio?  
Manda la tua luce e la tua verità:  
siano esse a guidarmi,  
mi conducano alla tua santa montagna,  
alla tua dimora.  
Verrò all'altare di Dio,  
a Dio, mia gioiosa esultanza.  
A te canterò sulla cetra,  
Dio, Dio mio.

---

## Dal Vangelo

secondo Giovanni (10, 1-10)

---

### *Ascolta*

In quel tempo, Gesù disse: «In verità, in verità io vi dico: chi non entra nel recinto delle pecore dalla porta, ma vi sale da un'altra parte, è un ladro e un brigante. Chi invece entra dalla porta, è pastore delle pecore. Il guardiano gli apre e le pecore ascoltano la sua voce: egli chiama le sue pecore, ciascuna per nome, e le conduce fuori. E quando ha spinto fuori tutte le sue pecore, cammina davanti a esse, e le pecore lo seguono perché conoscono la sua voce. Un estraneo invece non lo seguiranno, ma fuggiranno via da lui, perché non conoscono la voce degli estranei».

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

Allora Gesù disse loro di nuovo: «In verità, in verità io vi dico: io sono la porta delle pecore. Tutti coloro che sono venuti prima di me, sono ladri e briganti; ma le pecore non li hanno ascoltati. Io sono la porta: se uno entra attraverso di me, sarà salvato; entrerà e uscirà e troverà pascolo. Il ladro non viene se non per rubare, uccidere e distruggere; io sono venuto perché abbiano la vita e l'abbiano in abbondanza».

Secondo la pratica pastorizia in uso nella Palestina di Gesù, più greggi di pastori diversi confluivano alla sera in un unico recinto controllato da un guardiano. Al mattino i pastori tornavano a prendere le proprie pecore per portarle al pascolo e in questa circostanza, per agevolare la selezione, ogni pastore ricorreva ad un particolare richiamo vocale che il proprio gregge era addestrato a riconoscere.

Nella prima similitudine del brano che stiamo leggendo il recinto assicura una protezione da ladri e briganti che cercano di scavalcare la recinzione per uccidere le pecore, senza passare dalla porta controllata dal guardiano. Ma è anche un luogo di reclusione che evoca l'oppressione religiosa imposta al popolo dai farisei. Da questa reclusione il pastore, che qui rappresenta la figura di Gesù, fa uscire le sue pecore per condurle verso la libertà e il nutrimento dei pascoli. A differenza degli altri pastori, Gesù non si fa riconoscere con il richiamo dalle sue pecore, ma è Lui stesso a chiamarle «ciascuna per nome». E invece di camminare come gli altri pastori dietro al suo gregge, per sospingerlo al pascolo e controllare che nessuna pecora si allontani, Gesù cammina davanti, lasciando libera ogni pecora di seguirlo o meno.

La seconda similitudine, presentata dall'evangelista come esplicativa della prima, appare in realtà decisamente innovativa. Gesù, infatti, assimila sé stesso non più al pastore ma alla porta. La sua azione salvifica che assicura «vita in abbondanza» non è più, quindi, legata ad un'azione continuativa, come la sequela della similitudine precedente, ma ad un unico atto: quello di attraversare la porta/Gesù! Ed è proprio questo l'atto che si compie chiedendo e ricevendo il sacramento del Battesimo.

**Per  
riflettere**

*E questa è la volontà di colui che mi ha mandato, che io non perda nulla di quanto egli mi ha dato, ma lo riscuoti nell'ultimo giorno. Questa infatti è la volontà del Padre mio, che chiunque vede il Figlio e crede in lui abbia la vita eterna; io lo riscuoterò nell'ultimo giorno. (Gv 6, 39-40)*

## Pregghiera Finale

Signore Gesù, invoco il tuo aiuto per essere una tua pecora  
e ricevere le tue cure di pastore,  
per non allontanarmi mai dal tuo amore,  
per star lontano da ladri e briganti  
che vogliono distogliermi dal seguirti,  
per riconoscere e seguire la tua voce.

---

## Preghiera Iniziale

Le sue fondamenta sono sui monti santi;  
il Signore ama le porte di Sion  
più di tutte le dimore di Giacobbe.  
Dite si dicono cose stupende, città di Dio.  
Ricorderò Raab e Babilonia fra quelli che mi conoscono;  
ecco, Palestina, Tiro ed Etiopia:  
tutti là sono nati.  
Si dirà di Sion: “L’uno e l’altro è nato in essa  
e l’Altissimo la tiene salda”.

---

## Dal Vangelo

secondo Giovanni (10, 22–30)

---

### *Ascolta*

Ricorreva, in quei giorni, a Gerusalemme la festa della Dedicazione. Era inverno. Gesù camminava nel tempio, nel portico di Salomone. Allora i Giudei gli si fecero attorno e gli dicevano: «Fino a quando ci terrai nell’incertezza? Se tu sei il Cristo, dillo a noi apertamente».

Gesù rispose loro: «Ve l’ho detto, e non credete; le opere che io compio nel nome del Padre mio, queste danno testimonianza di me. Ma voi non credete perché non fate parte delle mie pecore. Le mie pecore ascoltano la mia voce e io le conosco ed esse mi seguono. Io do loro la vita eterna e non andranno perdute in eterno e nessuno le strapperà dalla mia mano. Il Padre mio, che me le ha date, è più grande di tutti e nessuno può strapparle dalla mano del Padre. Io e il Padre siamo una cosa sola».

Leggendo il libro “Incontro al Signore risorto” di Carlo Maria Martini ho capito cosa significa “ripartire da Dio”. Rispetto al cammino personale significa non dare mai nulla per scontato nel nostro cammino di fede, significa quindi santa inquietudine e ricerca.

Rispetto al nostro agire comunitario e sociale significa mettere tutti i nostri progetti umani sotto la signoria di Dio e misurarli sul Vangelo. Rispetto ai frutti che tale atteggiamento suscita, significa godere un’esperienza di profonda serenità e pace.

Solo chi si riconosce amato dal Dio vivo, più grande del proprio cuore, vince la paura e vince l’esodo da sé per camminare verso gli altri, verso l’Altro. L’assoluzione ci assicura che non si è soli con i propri propositi ma che lo Spirito Santo, mandato dal Risorto per la remissione dei peccati, ci guida nel cammino.

I Giudei dicevano: “Fino a quando terrai l’animo nostro sospeso?”. Loro volevano che Gesù si definisse e che loro potessero usare come testimonianza quanto Lui avrebbe detto. In questa breve risposta di Gesù è racchiusa tutta l’esperienza cristiana. Parla di un legame profondo che si stabilisce fra Cristo risorto e coloro che, credendo in Lui, fanno parte della Chiesa.

Gesù descrive questo legame attraverso l’immagine del pastore e del gregge. Allora, il Pastore, quello vero, quello per eccellenza è identificato da Gesù nella sua persona. E qual è la caratteristica che lo rende riconoscibile come il Pastore vero? Dice Gesù che “dà la sua vita per le pecore”. Quindi con Gesù il pastore arriva al punto di superare sé stesso.

**Per  
riflettere**

*Il fatto che i discorsi di Gesù sul buon pastore siano presentati durante la Pasqua ha un significato più profondo, come spiegato da Benedetto XVI: “Qui noi siamo immediatamente condotti al centro, al culmine della rivelazione di Dio come pastore del suo popolo. Questo Centro e culmine è Gesù, precisamente Gesù che muore sulla croce e risorge il terzo giorno, risorge con tutta la sua umanità”. “In questo modo coinvolge noi, ogni uomo, nel suo passaggio nella nostra vita”. Come afferma Papa Francesco, le parole di Gesù in questo Vangelo ci comunicano un senso di assoluta sicurezza ed immensa tenerezza. La nostra vita è ormai salvata dalla perdizione. “Niente e nessuno potrà strapparci dalle mani di Gesù, perché niente e nessuno può vincere il suo amore. L’amore di Gesù è invincibile!”*

## Preghiera Finale

Dio Padre onnipotente,  
che ci dai la grazia di celebrare  
il mistero della risurrezione del tuo Figlio,  
concedi a noi di testimoniare con la vita  
la gioia di essere salvati.

---

## Preghiera Iniziale

Ti lodino i popoli tutti, Signore,  
tu sei pronto a salvarci,  
a salvare tutte le genti.

Il tuo giudizio è retto e saggio.

Così tutti i popoli e le nazioni  
si rallegreranno con Te.

Ammireranno il Tuo santo volto.

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

*(Salmo 66)*

---

## Dal Vangelo

secondo Giovanni (12, 44–50)

### *Ascolta*

In quel tempo, Gesù esclamò: «Chi crede in me, non crede in me ma in colui che mi ha mandato; chi vede me, vede colui che mi ha mandato. Io sono venuto nel mondo come luce, perché chiunque crede in me non rimanga nelle tenebre.

Se qualcuno ascolta le mie parole e non le osserva, io non lo condanno; perché non sono venuto per condannare il mondo, ma per salvare il mondo.

Chi mi rifiuta e non accoglie le mie parole, ha chi lo condanna: la parola che ho detto lo condannerà nell'ultimo giorno. Perché io non ho parlato da me stesso, ma il Padre, che mi ha mandato, mi ha ordinato lui di che cosa parlare e che cosa devo dire. E io so che il suo comandamento è vita eterna. Le cose dunque che io dico, le dico così come il Padre le ha dette a me».

Quale profondo legame col Padre! Gesù è così unito al Padre che non parla a nome proprio, ma sempre a nome del Padre: è il riflesso fedele del Padre, riferisce le parole che Lui Gli ha detto.

Chi vede Gesù vede il Padre: “Colui che mi ha mandato”. Mandato per una missione difficile ma accettata con coraggio, con la dedizione di un figlio che è in realtà molto di più di un figlio: “Chi vede me, vede Lui”. Mandato a portare luce, speranza, salvezza.

Quante volte Gesù ha ripetuto queste parole e non è stato capito; è frainteso, accusato, ma ancora è disposto a perdonare: “Io non condanno”. A Gesù non interessa condannare nessuno, decidere chi deve salvarsi e chi deve dannarsi. La sua venuta è per tutta l’umanità: siamo liberi di accoglierlo o rifiutarlo.

Questa è la grande potenza della nostra religione: Dio Padre ci lascia liberi, non si può costringere nessuno ad accettare qualcosa che non si vuole.

Le braccia di Cristo e di Colui che l’ha mandato sono sempre aperte per il perdono. Il comandamento di Dio è per la vita eterna, cioè per le felicità e la pienezza di vita; eppure questi sono doni che, come tali, vanno accolti. Lasciamoci avvolgere dalla misericordia di Dio: abbiamo la salvezza a portata di mano e Lui sarà con noi nell’ultimo giorno.

## Per riflettere

*Quanto siamo disposti ad ascoltare il richiamo che il Padre fa attraverso suo Figlio? Il richiamo all'ascolto, alla conversione che ci porterà alla salvezza. Abbiamo il coraggio di mettere da parte i nostri punti di vista per ascoltare la voce dello Spirito che ci parla non solo attraverso i testi sacri, ma anche attraverso coloro che ci sono accanto?*

## Preghiera Finale

Signore fa che sappiamo accogliere la tua chiamata,  
che sappiamo riconoscere i nostri talenti  
e li sappiamo far fruttare,  
perché tu hai dato tanto per noi,  
una misura colma, abbondante di tutto  
e aspetti da noi una risposta.  
La Tua è una pazienza infinita,  
è una pazienza piena d’amore.  
Dacci la forza di camminare sicuri tra le ostilità,  
certi della tua Misericordia mai negata.

---

## Preghiera Iniziale

Canterò senza fine le grazie del Signore,  
con la mia bocca annunzierò la tua fedeltà nei secoli,  
perché ha detto:

“La mia grazia rimane per sempre”.  
La tua fedeltà è fondata nei cieli.

-  
(Salmo 88)

---

## Dal Vangelo

secondo Marco (16, 15-20)

---

### *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».**

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

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

Gesù appare agli undici discepoli e li rimprovera per non aver creduto nelle persone che lo avevano visto risorto. Non credettero alla Maddalena, nemmeno ai due lungo il cammino della campagna. Varie volte l'evangelista Marco si riferisce alla resistenza dei discepoli nel credere alla testimonianza di coloro che sperimentarono la risurrezione di Gesù. Perché Marco insiste tanto sulla mancanza di fede dei discepoli? Probabilmente per insegnare due cose: prima, che la fede in Gesù passa per la fede nelle persone che ne danno testimonianza; seconda, che nessuno deve scoraggiarsi quando nasce l'incredulità nel cuore. Persino gli undici apostoli dubitarono!

## Per riflettere

*La mancanza di fede dei discepoli conferisce loro la missione "andate in tutto il mondo" e per coloro che avranno il coraggio di credere e si battezzarono Gesù promette i seguenti segni: scacciare i demoni, ossia combattere con forza il male che distrugge la vita; parlare nuove lingue, ossia comunicare con gli altri in modo nuovo; vincere il veleno, perché ci sono molte cose che avvelenano l'esistenza; curare i malati, quindi essere cura speciale verso le persone escluse, emarginate, malate.*

## Preghiera Finale

O Dio che hai glorificato il tuo evangelista Marco  
con il dono della predicazione apostolica,  
fa' che, alla scuola del vangelo,  
impariamo anche noi a seguire fedelmente  
il Cristo Signore.  
Egli è Dio e vive e regna con te  
nei secoli dei secoli. Amen.

Venerdì  
26 aprile 2024

At 13, 26–33; Sal 2

---

## Preghiera Iniziale

Cantate al Signore un canto nuovo,  
perché ha compiuto prodigi.  
Gli ha dato vittoria la sua destra,  
e il suo braccio santo.

*(Salmo 97)*

## Dal Vangelo

secondo Giovanni (14, 1–6)

---

### *Ascolta*

In quel tempo, disse Gesù ai suoi discepoli: «Non sia turbato il vostro cuore. Abbiate fede in Dio e abbiate fede anche in me. Nella casa del Padre mio vi sono molte dimore. Se no, vi avrei mai detto: “Vado a prepararvi un posto”? Quando sarò andato e vi avrò preparato un posto, verrò di nuovo e vi prenderò con me, perché dove sono io siate anche voi. E del luogo dove io vado, conoscete la via».

Gli disse Tommaso: «Signore, non sappiamo dove vai; come possiamo conoscere la via?».

Gli disse Gesù: «Io sono la via, la verità e la vita. Nessuno viene al Padre se non per mezzo di me».

Sin dal momento in cui Dio “ci ha pensati” abbiamo iniziato a vivere nel suo cuore ed Egli vuole che rimaniamo in esso anche dopo la sua morte. L’eternità è già cominciata per ognuno, ma è solo dopo il nostro percorso terreno che potremo vedere finalmente il nostro Dio, faccia a faccia, come Mosè. Per giungere a questo obiettivo, Gesù, ci chiede di dimorare nella pace, di avere fiducia, di seguire la via. Quale via?

**Per  
riflettere**

*È proprio quel Tommaso che abbiamo visto più volte incredulo e che nei Vangeli, invece, dimostra molte volte di essere un grande credente e chiede. Gesù afferma di essere lui la via, la verità, la vita, ovvero la strada che conduce a Dio e a noi stessi. In un tempo in cui tutto è opinione di sconsiderati e vuoti opinionisti, che nulla hanno da dire, i discepoli continuano, invece, nei secoli ad affermare che esiste una verità oggettiva e che questa verità non è un insieme di dottrine da imparare ma un Volto, quello di Cristo, nel quale siamo chiamati ad amare.*

## Preghiera Finale

Lodate il Signore dei cieli,  
lodatelo nell’alto dei cieli,  
lodatelo, voi tutti, suoi angeli,  
lodatelo, voi tutte, sue schiere.  
I re della terra e i popoli tutti,  
i governanti e i giudici della terra,  
i giovani e le ragazze,  
i vecchi insieme ai bambini  
lodino il nome del Signore.

---

## Preghiera Iniziale

Pertanto il Signore stesso vi darà un segno.  
Ecco: la vergine concepirà e partorerà un figlio,  
che chiamerà Emmanuele: Dio con noi.  
Lo spirito del Signore Dio è su di Lui  
perché il Signore lo ha consacrato con l'unzione;  
lo ha mandato a portare il lieto annunzio ai miseri,  
a fasciare le piaghe dei cuori spezzati,  
a proclamare la libertà degli schiavi e la scarcerazione dei prigionieri.

---

## Dal Vangelo

secondo Giovanni (14, 7-14)

### *Ascolta*

**In quel tempo, disse Gesù ai suoi discepoli: «Se avete conosciuto me, conoscerete anche il Padre mio: fin da ora lo conoscete e lo avete veduto».**

**Gli disse Filippo: «Signore, mostraci il Padre e ci basta».**

**Gli rispose Gesù: «Da tanto tempo sono con voi e tu non mi hai conosciuto, Filippo? Chi ha visto me, ha visto il Padre. Come puoi tu dire: “Mostraci il Padre”? Non credi che io sono nel Padre e il Padre è in me? Le parole che io vi dico, non le dico da me stesso; ma il Padre, che rimane in me, compie le sue opere. Credete a me: io sono nel Padre e il Padre è in me. Se non altro, credetelo per le opere stesse.**

**In verità, in verità io vi dico: chi crede in me, anch'egli compirà le opere che io compio e ne compirà di più grandi di queste, perché io vado al Padre. E qualunque cosa chiederete nel mio nome, la farò, perché il Padre sia glorificato nel Figlio. Se mi chiederete qualche cosa nel mio nome, io la farò».**

Questa pagina evangelica, apparentemente banale, è in realtà densa di significato, con un profondo contenuto teologico e una sintesi cruciale della nostra fede. I Vangeli sinottici propongono un Gesù Messia. Ma in essi è sempre il Messia degli ebrei: una sorta di leader che governerà il mondo con giustizia ma alla maniera di un principe terreno. Matteo propone questo Messia ad una comunità giudaica convertita affinché si convinca che Gesù è il Messia che attendevano. Marco lo propone ai pagani per renderli partecipi di una promessa che non è solamente per il popolo eletto di Israele, ma è per tutti. Luca si sofferma sulla sua collocazione storica e sulla sua discendenza dinastica per attestarne la reale venuta e il suo essere ebreo come scritto nei testi sacri. Ma sempre si parla di una Persona che non si identifica con Dio. Per questo Filippo dice a Gesù di mostrargli il Padre. Anche i discepoli, nonostante tutto, sono ancora ancorati a questa visione del Messia. La risposta di Gesù, però, è emblematica e per loro sicuramente sconvolgente. Gesù e il Padre sono connaturati. Gesù è nel Padre e il Padre è in Gesù. È l'antefatto che ispirerà proprio il bellissimo prologo del Vangelo di Giovanni: in principio era il Verbo (Gesù) e il Verbo era presso Dio e il Verbo era Dio. È questa la vera essenza del Messia che in seguito, col concilio di Nicea, viene sintetizzata coniando la parola "consustanziale". Gesù è della stessa sostanza del Padre. È il Dio incarnato, è l'Emmanuele, il Dio con noi. Ed è in questo mistero di essere Uno nell'Altro che consiste il monoteismo del cristianesimo e che si condensa la nostra fede.

## Per riflettere

***Oggi l'occidente cristiano deve confrontarsi col mondo islamico ed è da questo accusato di blasfemia perché adorando Gesù, Dio e lo Spirito Santo sarebbe, di fatto, una religione politeista. Per loro Gesù è soltanto l'ultimo dei profeti. Gli ebrei, per contro, non riconoscono Gesù come Messia. E noi siamo in grado di rendere razionalmente conto della nostra fede e di testimoniarla?***

## Preghiera Finale

Signore, anche noi, come Filippo, vorremmo conoscere il Padre.

Anche per noi la Trinità resta un mistero. Ma non siamo soli.

Anche sant'Agostino si sforzò di comprenderla.

Un giorno in riva al mare stava meditando sulla Trinità

per comprenderla con la ragione

quando, all'improvviso, vide un bimbo

che con una conchiglia raccoglieva l'acqua del mare

e la versava in una buca.

"Che fai?", gli domandò.

Il bimbo rispose che voleva travasare l'acqua del mare.

Sant'Agostino gli spiegò che era impossibile e il bimbo gli replicò:

"E non è forse ugualmente impossibile anche a te capire con la tua mente

l'immensità del mistero della Trinità?"

E subito dopo sparì dalla sua visione.

Ciò che è mistero necessita di un atto di fede.

Tuttavia quelle parole "Io sono nel Padre e il Padre è in me" sono una certezza.

Aiutaci dunque, Signore, ad accrescere la nostra fede.

# Domenica

## 28 aprile 2024

At 9, 26–31; Sal 21; 1Gv 3, 18–24  
*Salterio: prima settimana*

---

## Preghiera Iniziale

Hai compassione di tutti, perché tutto puoi,  
chiudi gli occhi sui peccati degli uomini,  
aspettando il loro pentimento.

Tu infatti ami tutte le cose che esistono  
e non provi disgusto per nessuna delle cose che hai creato;  
se avessi odiato qualcosa, non l'avresti neppure formata.  
Come potrebbe sussistere una cosa, se tu non l'avessi voluta?  
Potrebbe conservarsi ciò che da te non fu chiamato all'esistenza?  
Tu sei indulgente con tutte le cose, perché sono tue,  
Signore, amante della vita.

*(Sapienza 11, 23–26)*

---

## Dal Vangelo

secondo Giovanni (15, 1–8)

### *Ascolta*

In quel tempo, Gesù disse ai suoi discepoli: «Io sono la vite vera e il Padre mio è l'agricoltore. Ogni tralcio che in me non porta frutto, lo taglia, e ogni tralcio che porta frutto, lo pota perché porti più frutto. Voi siete già puri, a causa della parola che vi ho annunciato.

Rimanete in me e io in voi. Come il tralcio non può portare frutto da se stesso se non rimane nella vite, così neanche voi se non rimanete in me. Io sono la vite, voi i tralci. Chi rimane in me, e io in lui, porta molto frutto, perché senza di me non potete far nulla. Chi non rimane in me viene gettato via come il tralcio e secca; poi lo raccolgono, lo gettano nel fuoco e lo bruciano.

Se rimanete in me e le mie parole rimangono in voi, chiedete quello che volete e vi sarà fatto. In questo è glorificato il Padre mio: che portiate molto frutto e diventiate miei discepoli».

Questo brano evangelico, inizio del capitolo 15 di Giovanni, sembra contraddire quanto poco prima affermato nel capitolo 14 circa la consustanzialità fra Gesù e il Padre. Qui il Padre è l'agricoltore, ovvero una persona, e Gesù è la vite, ovvero una pianta. Due cose completamente differenti. Come allora si concilia questa apparente contraddizione? La spiegazione la troviamo al termine del brano: (se) le mie parole rimangono in voi... Si capisce, allora, che in questa pagina evangelica quell'Io iniziale è in realtà usato in maniera metaforica per indicare la Sua parola, i Suoi insegnamenti. Sono i Suoi insegnamenti, e quindi, in definitiva il suo costante richiamo all'amore, la vite di cui parla il Vangelo. È, cioè, il Suo esempio comportamentale la "vite" da cui dovremo trarre linfa per il nostro operare di tutti i giorni. Perché potremmo anche credere fermamente nella natura divina di Gesù, nel suo essere Dio, ma, come dice San Giacomo, una fede senza le opere sarebbe morta. Ed è questa morte il senso (figurato) dell'essere gettati nel fuoco ed essere bruciati. In altre parole, significherebbe avere una fede che non serve a niente. Forse, se non fosse per la Misericordia del Padre, nemmeno alla nostra salvezza. Parafrasando Benedetto XVI in una sua catechesi, "la fede, se è vera, se è reale, diventa amore, diventa carità, si esprime nella carità". E "una fede senza carità, non sarebbe vera fede". È sicuramente questo il senso profondo di questa pagina evangelica: un invito ad amare!

## Per riflettere

*Chiediamoci quanto la nostra fede si esprime nell'amore indistinto verso gli altri. Quanto il nostro amore per Dio si concretizza nell'amare il prossimo come noi stessi. Quanto e come rispondiamo all'invito di Gesù ad amarci gli uni gli altri come Lui ci ha amati fino a donare la Sua vita per noi.*

## Preghiera Finale

Signore, Tu che hai dato la Tua vita per la nostra salvezza;  
Tu che ti sei fatto servo per amore,  
fa' che anche noi possiamo esserti testimoni nell'amore;  
insegnaci ad amare.

Amare è carità, perché carità rimanda etimologicamente alle parole caro e amato.

E la carità, come dice San Paolo, non invidia, non si vanta,  
non manca di rispetto, non si adira, non tiene conto del male ricevuto,  
ma tutto tollera, tutto sopporta, tutto spera.

Consentici Signore, di fare proprie queste connotazioni dell'amore  
e di metterle in pratica e, in tal modo,  
essere anche tuoi credibili testimoni.

## Preghiera Iniziale

Un sorriso non costa nulla e rende molto.  
Arricchisce chi lo riceve,  
senza impoverire chi lo dona.  
Non dura che un istante,  
ma il suo ricordo a volte è eterno.  
Nessuno è così ricco da poterne fare a meno.  
Nessuno è così povero da non poterlo donare.  
Crea felicità in casa,  
è segno sensibile dell'amicizia profonda.  
Un sorriso dà riposo alla stanchezza.  
Nello scoraggiamento rinnova il coraggio.  
Nella tristezza è consolazione.  
nessuno ha tanto bisogno di un sorriso  
come chi non sa regalarlo agli altri.  
*(Madre Teresa di Calcutta)*

## Dal Vangelo

secondo Matteo (11, 25–30)

---

### *Ascolta*

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

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

Questo brano evangelico segue quello in cui Gesù rimprovera le città di Corazin, Betsaida e Cafarnaon perché non gli hanno creduto nonostante i prodigi che lì aveva fatto. E rimprovera quella attuale generazione perché non ha creduto né a Giovanni né a Lui. Parla di generazione e di bambini e ciò fa capire che saranno altri a comprendere il suo messaggio, e che non lo saranno i dotti ancora troppo vincolati al rispetto dei 613 comandamenti o prescrizioni che i giudei estrapolavano dalle sacre Scritture. Il suo, in fin dei conti, è un comandamento molto semplice: amare Dio sopra ogni cosa e amarsi gli uni gli altri come Lui ci ha amati. In questo consiste l'invito "ad andare a Lui" rivolto a tutti quelli che sono stanchi e oppressi: oppressi appunto dalla ossessiva ottemperanza di quelle innumerevoli prescrizioni ed il cui rispetto rende faticosa la vita. E da qui l'invito ad imitarLo nella mitezza e nella umiltà di cuore, che poi sono i presupposti dell'amore; perché, come dirà San Paolo, la carità, cioè l'amore, è paziente, è benigna, non si gonfia, non si vanta, non manca di rispetto, non si adira, non tiene conto del male ricevuto. E saranno questi atteggiamenti e comportamenti gli unici che potranno dare ristoro e rendere la vita più serena e meno pesante. Ma Gesù parla anche di giogo dolce. Il riferimento non è casuale. Il giogo è una trave di legno centralmente attaccata ad un carro e arcuata alle estremità per poggiare sul collo di una coppia di buoi. Una coppia, appunto! L'invito, altro presupposto dell'amore, è ad una vita di relazione. Insieme per condividere le gioie e per meglio affrontare i dolori e rendere la vita più dolce.

## Per riflettere

*I mezzi di comunicazione di massa inducono oggi ad una comunicazione virtuale che mette in disparte la fisicità dei rapporti interpersonali. Ne viene di conseguenza un crescente isolamento che lascia soli di fronte alle difficoltà della vita e priva noi e gli altri dell'aiuto che proviene anche soltanto da una stretta di mano o da un sorriso. E la vita ci diventa amara e pesante.*

## Preghiera Finale

Signore, fa' che possiamo servire il prossimo.

Facci amare le persone che aiutiamo,  
che ci sono accanto,  
soprattutto chi soffre.

Fa che mettiamo da parte il nostro egocentrismo  
per il bene dell'altro,

aiutaci a diventare più ricettivi all'azione dello Spirito.

Fa che possiamo vedere sempre nell'altro  
il tuo volto Gesù.

---

## Preghiera Iniziale

Ti lodino, Signore, tutte le tue opere  
e ti benedicano i tuoi fedeli.  
Dicano la gloria del tuo regno  
e parlino della tua potenza.  
Per far conoscere agli uomini le tue imprese  
e la splendida gloria del tuo regno.  
Il tuo regno è un regno eterno,  
il tuo dominio si estende per tutte le generazioni.  
Canti la mia bocca la lode del Signore  
e benedica ogni vivente il suo santo nome,  
in eterno e per sempre.  
*(Salmo 114)*

## Dal Vangelo

secondo Giovanni (14, 27–31a)

---

### *Ascolta*

In quel tempo, disse Gesù ai suoi discepoli: «Vi lascio la pace, vi do la mia pace. Non come la dà il mondo, io la do a voi.

Non sia turbato il vostro cuore e non abbia timore. Avete udito che vi ho detto: “Vado e tornerò da voi”. Se mi amaste, vi rallegrereste che io vado al Padre, perché il Padre è più grande di me. Ve l’ho detto ora, prima che avvenga, perché, quando avverrà, voi crediate.

Non parlerò più a lungo con voi, perché viene il principe del mondo; contro di me non può nulla, ma bisogna che il mondo sappia che io amo il Padre, e come il Padre mi ha comandato, così io agisco».

Grande promessa, quella che Gesù fa ai suoi discepoli: la Pace. Il dono che il Signore lascia ha in sé qualcosa di molto semplice, eppure mai perfettamente posseduto dagli uomini.

Ma la pace che il Signore ci promette, non è semplicemente l'assenza di conflitti, né quella situazione di apparente tranquillità, segnata da una costante tensione, che si vive durante il tempo dei dittatori. «Pace! Shalom!» è il saluto abituale che ancora oggi ci si scambia in Terra Santa. È l'augurio di felicità, pienezza, salute, buona vita che due persone che si vogliono bene si scambiano.

L'uomo è una realtà complessa: si saluta augurandosi la pienezza della pace, ma investe tante energie in piccole e grandi guerre quotidiane per emergere. Rifiutando la pace, si sceglie sempre la morte: la pace non è sottomissione, ingiustizia, paura, ma libertà, giustizia, fiducia nell'uomo. La pace è un dono di Dio che va custodito con grande cura, come tutti i doni.

Quanto ancora siamo lontani da questa realtà! La Chiesa stessa, purtroppo troppe volte lacerata da gelosie, invidie, ricatti, non diventa luogo di pace: in quante occasioni lo scandalo del litigio e dell'invidia nelle nostre comunità, allontanano le persone che si affacciano alla vita parrocchiale.

Non c'è via per la pace sulla via della sicurezza: la Pace infatti va "osata", è l'unico grande rischio e mai e poi mai può essere assicurata. Pace è il contrario di sicurezza, esigere sicurezze significa essere diffidenti e a sua volta tale diffidenza genera la guerra.

## Per riflettere

*Se il mondo conoscesse e mettesse in pratica la pace che Gesù ci ha insegnato non ci sarebbero più le guerre. Prendiamo queste parole del Vangelo per fare le pulizie di primavera dentro di noi. Facciamo mentalmente la lista delle persone contro le quali abbiamo qualcosa e cominciamo a perdonarle, per poi andare con cuore puro e sincero a perdonarle con il nostro sguardo, il nostro sorriso, le nostre parole. Forse non cambieremo il mondo, ma daremo un insegnamento ai nostri interlocutori cercando di essere il miglior esempio.*

## Preghiera Finale

Signore, fa di me uno strumento della tua pace:  
dove è odio, fa ch'io porti amore; dove è offesa, ch'io porti il perdono;  
dove è discordia, ch'io porti la fede; dove è l'errore, ch'io porti la Verità;  
dove è la disperazione, ch'io porti la speranza; dove è tristezza, ch'io porti la gioia;  
dove sono le tenebre, ch'io porti la luce.  
Oh! Maestro, fa che io non cerchi tanto  
di essere compreso, quanto di comprendere;  
di essere amato, quanto di amare.  
Poiché è dando, che si riceve, perdonando che si è perdonati,  
morendo che si risuscita a Vita Eterna. Amen.  
(San Francesco d'Assisi)

# L'agnello immolato ci trasse dalla morte alla vita

Ufficio delle Letture del Lunedì fra l'Ottava di Pasqua

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

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

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

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

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

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

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

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

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

# Nuova creatura in Cristo

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

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

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

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

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

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

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

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

# La proclamazione della verità

Ufficio delle Letture della festa di San Marco evangelista

*Dal trattato «Contro le eresie» di sant'Ireneo, vescovo (Lib. 1, 10, 1-3; PG 7, 550-554)*

La Chiesa, sparsa in tutto il mondo, fino agli ultimi confini della terra, ricevette dagli apostoli e dai loro discepoli la fede nell'unico Dio, Padre onnipotente, che fece il cielo la terra e il mare e tutto ciò che in essi è contenuto (cfr. At 4, 24). La Chiesa accolse la fede nell'unico Gesù Cristo, Figlio di Dio, incarnatosi per la nostra salvezza. Credette nello Spirito Santo che per mezzo dei profeti manifestò il disegno divino di salvezza: e cioè la venuta di Cristo, nostro Signore, la sua nascita dalla Vergine, la sua passione e la risurrezione dai morti, la sua ascensione corporea al cielo e la sua venuta finale con la gloria del Padre. Allora verrà per «ricapitolare tutte le cose» (Ef 1, 10) e risuscitare ogni uomo, perché dinanzi a Gesù Cristo, nostro Signore e Dio e Salvatore e Re secondo il beneplacito del Padre invisibile «ogni ginocchio si pieghi nei cieli, sulla terra e sotto terra, e ogni lingua lo proclami» (Fil 2, 10) ed egli pronunzi su tutti il suo giudizio insindacabile.

Avendo ricevuto, come dissi, tale messaggio e tale fede, la Chiesa li custodisce con estrema cura, tutta compatta come abitasse in un'unica casa, benché ovunque disseminata. Vi aderisce unanimemente quasi avesse una sola anima e un solo cuore. Li proclama, li insegna e li trasmette all'unisono, come possedesse un'unica bocca.

Benché infatti nel mondo diverse siano le lingue, unica e identica è la forza della tradizione. Per cui le chiese fondate in Germania non credono o trasmettono una dottrina diversa da quelle che si trovano in Spagna o nelle terre dei Celti o in Oriente o in Egitto o in Libia o al centro del mondo. Come il sole, creatura di Dio, è unico in tutto l'universo, così la predicazione della verità brilla ovunque e illumina tutti gli uomini che vogliono giungere alla conoscenza della verità. E così tra coloro che presiedono le chiese nessuno annunzia una dottrina diversa da questa, perché nessuno è al di sopra del suo maestro.

Si tratti di un grande oratore o di un misero parlatore, tutti insegnano la medesima verità. Nessuno sminuisce il contenuto della tradizione. Unica e identica è la fede. Perciò né il facondo può arricchirla, né il balbuziente impoverirla.

# 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 sul sito:  
**[www.ascoltaemedita.it/#email](http://www.ascoltaemedita.it/#email)**

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



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



€ 2.50

**ascoltaemedita.it**

Anno XIX n.4  
Aprile 2024

Arcidiocesi di Pisa