

Ascolta & Medita

Meditazione Quotidiana della Parola di Dio



Giugno

2026 - Anno XXI

Centro Pastorale per l'Evangelizzazione e la Catechesi

Direttore responsabile

Mons. Simone Giusti, vescovo della diocesi di Livorno

Segreteria di redazione

don Bryan Dal Canto

Andrea Ferrato

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

In copertina

Ambito toscano sec. XVIII,

Dio Padre e la Madonna tra Sant'Antonio da Padova e Santo vescovo.

Pietrasanta, chiesa del Santissimo Salvatore.

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

Ascolta e Medita

Giugno 2026

Questo numero è stato curato da
Elisa Bifano e Massimo Parisio

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

Lunedì
1 giugno 2026

2Pt 1, 2-7; Sal 90
San Giustino
Tempo ordinario
Salterio: prima settimana

Preghiera Iniziale

Signore Dio nostro, pietra salda del nostro cammino,
ascolta la nostra preghiera in questa alba luminosa.
Proteggi i nostri passi come il tuo scudo protegge i fedeli,
guarda dal cielo il nostro riposo e la nostra veglia.
Sia tu il fondamento della nostra fede,
la roccia su cui costruiamo la nostra speranza.
Allontana da noi chi semina inganno e malvagità,
ma accogli con misericordia chi si pente.
Nel tuo amore infinito risiede la nostra pace,
nella tua giustizia la nostra sicurezza.
Benedetto sei tu, Signore, oggi e sempre,
ora e nei secoli dei secoli. Amen.

Dal Vangelo

secondo Marco (12, 1-12)

Ascolta

In quel tempo, Gesù si mise a parlare con parabole [ai capi dei sacerdoti, agli scribi e agli anziani]: «Un uomo piantò una vigna, la circondò con una siepe, scavò una buca per il torchio e costruì una torre. La diede in affitto a dei contadini e se ne andò lontano.

Al momento opportuno mandò un servo dai contadini a ritirare da loro la sua parte del raccolto della vigna. Ma essi lo presero, lo bastonarono e lo mandarono via a mani vuote. Mandò loro di nuovo un altro servo: anche quello lo picchiarono sulla testa e lo insultarono. Ne mandò un altro, e questo lo uccisero; poi molti altri: alcuni li bastonarono, altri li uccisero.

Ne aveva ancora uno, un figlio amato; lo inviò loro per ultimo, dicendo: “Avranno rispetto per mio figlio!”. Ma quei contadini dissero tra loro: “Costui è l’erede. Su, uccidiamolo e l’eredità sarà nostra”. Lo presero, lo uccisero e lo gettarono fuori della vigna.

Che cosa farà dunque il padrone della vigna? Verrà e farà morire i contadini e darà la vigna ad altri. Non avete letto questa Scrittura: “La pietra che i costruttori hanno scartato è diventata la pietra d’angolo; questo è stato fatto dal Signore ed è una meraviglia ai nostri occhi”?».

E cercavano di catturarlo, ma ebbero paura della folla; avevano capito infatti che aveva detto quella parabola contro di loro. Lo lasciarono e se ne andarono.

La parabola della vigna parla direttamente al nostro cuore. Gesù ci mostra il volto amorevole del Padre: colui che coltiva una vigna con cura infinita, che invia servi e profeti per richiamare all'ordine, che persino nel rifiuto continua a cercare il dialogo. Ma la parabola rivela anche il nostro peccato: la tentazione di appropriarci di ciò che Dio ci ha affidato, di dimenticare che siamo semplici amministratori, non proprietari. I vignaioli rappresentano il nostro cuore quando rifiutiamo i doni di Dio, quando seguiamo le nostre passioni invece della volontà divina. L'uccisione del figlio è il culmine del tradimento, il rifiuto finale della misericordia. Eppure Gesù parla della "pietra scartata divenuta pietra angolare": la sua stessa morte, il suo rifiuto da parte dell'uomo, diventerà fondamento della salvezza. Questo è il mistero stupendo della redenzione. Oggi, riconosciamo la nostra chiamata a essere amministratori fedeli di ciò che Dio ci ha donato: i talenti, le relazioni, la vita stessa. La vera fede non consiste nel possedere, ma nel rendere frutto, nel restituire amore per amore.

**Per
riflettere**

Quali doni di Dio sto gestendo male, pensando che appartengono a me? Come posso trasformare questa giornata in occasione di vera amministrazione fedele dei talenti ricevuti?

Preghiera Finale

O Padre, donaci un cuore umile e riconoscente.
Insegnaci a non confondere i doni con la proprietà,
il possesso con il significato della vita.
Aiutaci a vedere in ogni prova un'occasione di conversione,
e in ogni grazia una nuova chance di amore.
Sostienici con la roccia della tua parola,
e fa' che diventiamo pietre vive nel tuo regno. Amen.

Preghiera Iniziale

Signore, nostro rifugio attraverso le età,
guida i nostri pensieri verso la verità eterna.
In un mondo di compromessi e tradimenti,
tu rimani la roccia immobile del bene.
Insegnaci a distinguere ciò che appartiene al mondo
da ciò che appartiene al tuo regno infinito.
Dona ai nostri capi la saggezza, ai nostri cuori la fedeltà.
Fa' che non ci lasciamo sedurre dalle pretese del potere,
ma che restiamo saldi nella fede in te solo.
Benedici il nostro cammino, guida i nostri passi,
tu che conosci ogni intenzione del nostro cuore. Amen.

Dal Vangelo

secondo Marco (12, 13-17)

Ascolta

In quel tempo, mandarono da Gesù alcuni farisei ed erodiani, per coglierlo in fallo nel discorso. Vennero e gli dissero: «Maestro, sappiamo che sei veritiero e non hai soggezione di alcuno, perché non guardi in faccia a nessuno, ma insegna la via di Dio secondo verità. È lecito o no pagare il tributo a Cesare? Lo dobbiamo dare, o no?».

Ma egli, conoscendo la loro ipocrisia, disse loro: «Perché volete mettermi alla prova? Portatemi un denaro: voglio vederlo». Ed essi glielo portarono.

Allora disse loro: «Questa immagine e l'iscrizione, di chi sono?». Gli risposero: «Di Cesare». Gesù disse loro: «Quello che è di Cesare rendetelo a Cesare, e quello che è di Dio, a Dio». E rimasero ammirati di lui.

La domanda sul tributo a Cesare è una trappola perfetta: se Gesù dice di pagare, lo accuseranno di collaborare con l'occupante romano; se dice di non pagare, lo accuseranno di sedizione. Ma Gesù risponde con una saggezza che stupisce tutti. Non nega l'autorità civile, ma la relativizza. "Rendete a Cesare ciò che è di Cesare"—il denaro, le tasse, l'ordine civile hanno la loro importanza. Ma c'è qualcosa di incomparabilmente più grande: "Rendete a Dio ciò che è di Dio". E noi stessi siamo l'immagine di Dio, non solo il denaro porta il volto di Cesare. Nella nostra epoca questa parola risuona ancora più forte. Siamo chiamati a vivere come cittadini leali nel mondo, ma senza dimenticare che la nostra vera cittadinanza è nel regno di Dio. Non si tratta di rifiutare il civile, ma di non farne un assoluto. La vera fede non ci chiude dal mondo, ma ci insegna a viverci mantenendo salda la lealtà primaria verso Dio. È l'equilibrio tra l'impegno concreto nella società e la consapevolezza che nulla di terreno può sostituire la relazione con il Creatore.

**Per
riflettere**

Come vivo il mio rapporto con l'autorità civile? Sono consapevole che la mia identità primaria è d'essere immagine di Dio?

Preghiera Finale

O Dio di verità, custodisci il nostro cuore dalla confusione.
Aiutaci a vivere lealmente nel mondo
senza mai dimenticare il nostro primario amore per te.
Illumina le nostre scelte quotidiane con la tua saggezza,
affinché tutte le nostre azioni rendano gloria al tuo nome. Amen.

Preghiera Iniziale

Benedetto sei tu, Dio di Abramo, di Isacco, di Giacobbe,
Dio dei vivi, non dei morti.

Alzo gli occhi verso Gerusalemme, tua dimora eterna,
dove gli angeli cantano la tua gloria senza fine.

Tu che hai elevato i monti e fondato la terra,
tu che ascolti la preghiera di chi invoca il tuo nome.

Porta pace a coloro che ti temono,
libertà a coloro che sperano nella tua promessa.

La tua fedeltà dura oltre ogni morte,
la tua amore abbraccia tutte le generazioni.

Sia benedetto il tuo nome nei secoli,
gloria al Dio vivente, ora e sempre. Amen.

Dal Vangelo

secondo Marco (12, 18-27)

Ascolta

In quel tempo, vennero da Gesù alcuni sadducei – i quali dicono che non c'è risurrezione – e lo interrogavano dicendo: «Maestro, Mosè ci ha lasciato scritto che, se muore il fratello di qualcuno e lascia la moglie senza figli, suo fratello prenda la moglie e dia una discendenza al proprio fratello. C'erano sette fratelli: il primo prese moglie, morì e non lasciò discendenza. Allora la prese il secondo e morì senza lasciare discendenza; e il terzo ugualmente, e nessuno dei sette lasciò discendenza. Alla fine, dopo tutti, morì anche la donna. Alla risurrezione, quando risorgeranno, di quale di loro sarà moglie? Poiché tutti e sette l'hanno avuta in moglie».

Rispose loro Gesù: «Non è forse per questo che siete in errore, perché non conoscete le Scritture né la potenza di Dio? Quando risorgeranno dai morti, infatti, non prenderanno né moglie né marito, ma saranno come angeli nei cieli. Riguardo al fatto che i morti risorgono, non avete letto nel libro di Mosè, nel racconto del rovetto, come Dio gli parlò dicendo: "Io sono il Dio di Abramo, il Dio di Isacco e il Dio di Giacobbe"? Non è Dio dei morti, ma dei viventi! Voi siete in grave errore».

I sadducei, con la loro domanda sofisticata, tentano di ridicolizzare la fede nella risurrezione. Presentano un caso assurdo: una donna sposata a sette fratelli. Di chi sarà moglie nella risurrezione? Ma Gesù non cade nella trappola. Ribalta completamente il loro modo di pensare. La risurrezione non è una semplice continuazione della vita terrena, una sorta di prosecuzione dei nostri legami mondani. È una trasformazione radicale, una vita nuova dove i rapporti assumono una dimensione diversa. Gesù dice che i risorti saranno “come angeli nei cieli”—non significa che perdiamo l’identità personale, ma che viviamo in una realtà totalmente nuova, trasfigurata. E poi l’argomento decisivo: “Io sono il Dio di Abramo, di Isacco, di Giacobbe”. Questa affermazione fatta da Dio a Mosè implica che questi patriarchi sono vivi, che la morte non è l’ultimo orizzonte. La speranza cristiana non è un’illusione consolatoria, ma riposa sulla realtà di un Dio vivente che chiama ancora il suo popolo. Questo cambia radicalmente il nostro modo di vivere il presente.

**Per
riflettere**

Come la fede nella risurrezione trasforma il mio rapporto con questa vita terrena? Che cosa significa per me credere in un Dio dei vivi?

Preghiera Finale

Signore nostro, vita eterna e risurrezione,
donaci la fede che supera la morte e il dubbio.
Insegnaci a vivere già adesso la tua promessa,
con lo sguardo fisso alla gloria futura.
Liberaci dalla paura della fine,
radicaci nella certezza della tua fedeltà immortale. Amen.

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 Marco (12, 28b-34)

Ascolta

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

In quel tempo, si avvicinò a Gesù uno degli scribi e gli domandò: «Qual è il primo di tutti i comandamenti?». Gesù rispose: «Il primo è: “Ascolta, Israele! Il Signore nostro Dio è l'unico Signore; amerai il Signore tuo Dio con tutto il tuo cuore e con tutta la tua anima, con tutta la tua mente e con tutta la tua forza”. Il secondo è questo: “Amerai il tuo prossimo come te stesso”. Non c'è altro comandamento più grande di questi».

Lo scriba gli disse: «Hai detto bene, Maestro, e secondo verità, che Egli è unico e non vi è altri all'infuori di lui; amarlo con tutto il cuore, con tutta l'intelligenza e con tutta la forza e amare il prossimo come se stesso vale più di tutti gli olocausti e i sacrifici». Vedendo che egli aveva risposto saggiamente, Gesù gli disse: «Non sei lontano dal regno di Dio».

E nessuno aveva più il coraggio di interrogarlo.

Dopo una serie di domande tendenziose rivolte a Gesù da alcuni farisei ed erodiani per coglierlo in fallo nel discorso, ecco che si avvicina questo scriba (gli scribi erano una classe di uomini esperti in tutto ciò che riguardava la trasmissione dei testi e delle tradizioni religiose di Israele) che finalmente pone una domanda sincera: qual è il comandamento più importante? Naturalmente si riferisce ai dieci comandamenti ricevuti da Mosè sul monte Sinai. A lui Gesù risponde con il primo di questi, che corrisponde al famoso *Shemà*, preghiera che gli ebrei ancor oggi recitano due volte al giorno e che quindi non può non incontrare la piena approvazione dello scriba. Ma ne aggiunge un secondo che estende l'amore anche al prossimo. E lo scriba lo segue, dimostrando che la questione già si agitava nel suo cuore. In effetti, se crediamo che il Signore prova per ciascuno di noi un amore incondizionato, non solo desidera essere ricambiato, come tutti gli amanti, ma, desiderando il bene per ciascuno di noi, desidera anche che ciascuno di noi sia amato dagli altri come è amato da Lui. Anche gli ebrei la pensavano più o meno così, ma limitatamente a chi facesse parte del popolo ebraico, osservasse la legge e financo a chi fosse in buona salute. Ecco quello che Gesù apprezza nella risposta dello scriba: l'assenza di alcuna esclusione da questo scambio di amore.

**Per
riflettere**

Cos'è per noi la cosa più importante nella religione? Noi, oggi, siamo più vicini o più lontani dal Regno di Dio rispetto allo scriba elogiato da Gesù? Siamo sicuri di non avere alcuna riserva su chi includere nel nostro prossimo?

Preghiera Finale

Padre nostro che sei nei Cieli,
aiutaci ad essere veri operatori di pace e di unità nelle nostre comunità,
affinché queste siano sempre più vive, ferventi nella fede e gioiose,
vere fonti di vita fraterna,
capaci di accompagnare i giovani nella loro scelta vocazionale.
Ti affidiamo i seminaristi perché con la preghiera
e il discernimento personale e comunitario
riescano a cogliere il disegno di luce che Tu hai per ognuno di loro,
sostenuti dalle loro Comunità di appartenenza
e in modo particolare dalla nostra Chiesa Pisana
dove vivono questo tempo di discernimento vocazionale.

Preghiera Iniziale

O Signore, legge infinita del nostro essere,
la dolcezza del tuo insegnamento riempra i nostri giorni.

Sette volte al giorno ti lodo per i tuoi precetti,
mille volte medito sulla tua parola di vita.

Tu sei più dolce del miele alle mie labbra,
più luminoso della stella che guida i viandanti.

La tua legge è lampada ai miei passi,
luce che illumina il cammino della speranza.

Conservami secondo la tua misericordia,
affinché viva i tuoi comandamenti in pienezza. Amen.

Dal Vangelo

secondo Marco (12, 35–37)

Ascolta

In quel tempo, insegnando nel tempio, Gesù diceva: «Come mai gli scribi dicono che il Cristo è figlio di Davide? Disse infatti Davide stesso, mosso dallo Spirito Santo: “Disse il Signore al mio Signore: Siedi alla mia destra, finché io ponga i tuoi nemici sotto i tuoi piedi”. Davide stesso lo chiama Signore: da dove risulta che è suo figlio?». E la folla numerosa lo ascoltava volentieri.

Gesù propone una domanda che rivela il mistero della sua identità in modo sottile e profondo. Come può il Cristo essere figlio di Davide se lo stesso Davide, nel Salmo 110, lo chiama “Signore”? Qui Gesù non nega che sia della stirpe di Davide, ma afferma che c’è qualcosa di più grande, di più profondo nella sua natura. Non è una semplice genealogia umana a determinare chi egli è. È figlio di Davide secondo la carne, ma Signore secondo lo spirito. In questo modo Gesù introduce il concetto che la sua identità trascende le categorie umane, che egli è insieme Messia atteso e Figlio di Dio nel senso più radicale. La folla lo ascolta volentieri—non perché capisce pienamente, ma perché sente che le sue parole toccano una verità più profonda. Questa è la natura del Vangelo: non è una lezione di logica, ma un invito a salire più in alto, a guardare oltre ciò che è visibile e mondano verso ciò che è divino e eterno. La vera conoscenza di Cristo non è un accumulo di dottrine, ma un incontro trasformante con il Signore vivente.

**Per
riflettere**

Chi è veramente Gesù per me? È sufficiente conoscere i fatti storici della sua vita, o devo incontrarlo come Signore vivente nella mia fede quotidiana?

Preghiera Finale

Signore, oltre ogni comprensione, sopra ogni nome,
aiutami a riconoscerti non solo con la mente, ma con il cuore.

Eleva il mio sguardo dalle cose terrene al tuo trono,
fa’ che mediti sulla tua parola giorno e notte.

Insegnami a conoscerti come tu desideri, non come io immagino,
affinché la mia fede diventi un cammino di trasformazione. Amen.

Preghiera Iniziale

O Signore, vieni presto in mio aiuto,
ascolta il grido della mia preghiera.
Tu sei la mia forza e il mio rifugio,
tu che non dimentichi il povero e l'abbandonato.
Quanto è dolce il tuo volto a chi ti invoca,
quanto è grande la misericordia verso chi spera in te.
Proteggi la vedova, il malato, lo straniero,
consola chi piange e chi è oppresso.
Nel tuo amore infinito risiede la salvezza,
la tua fedeltà ci sostiene attraverso i giorni. Amen.

Dal Vangelo

secondo Marco (12, 38-44)

Ascolta

In quel tempo, Gesù [nel tempio] diceva alla folla nel suo insegnamento: «Guardatevi dagli scribi, che amano passeggiare in lunghe vesti, ricevere saluti nelle piazze, avere i primi seggi nelle sinagoghe e i primi posti nei banchetti. Divorano le case delle vedove e pregano a lungo per farsi vedere. Essi riceveranno una condanna più severa».

Seduto di fronte al tesoro, osservava come la folla vi gettava monete. Tanti ricchi ne gettavano molte. Ma, venuta una vedova povera, vi gettò due monetine, che fanno un soldo. Allora, chiamati a sé i suoi discepoli, disse loro: «In verità io vi dico: questa vedova, così povera, ha gettato nel tesoro più di tutti gli altri. Tutti infatti hanno gettato parte del loro superfluo. Lei invece, nella sua miseria, vi ha gettato tutto quello che aveva, tutto quanto aveva per vivere».

Questo brano tocca il cuore della vera spiritualità. Gesù denuncia i comportamenti degli scribi: vestono vesti lunghe per apparire, amano i saluti nelle piazze, cercano l'onore e il prestigio. Eppure, dice Gesù, “divorano le case delle vedove”—sfruttano i più vulnerabili mentre pretendono di essere persone pie. È un insegnamento durissimo, ma necessario. Poi Gesù si siede di fronte al tesoro del tempio e osserva. Qui avviene il contrasto: ricchi che versano molto, e una vedova che getta due piccoli spiccioli. I discepoli probabilmente non notano nulla di speciale. Ma Gesù vede quello che conta veramente. La vedova ha dato tutto ciò che aveva per vivere. Non è la quantità che importa a Dio, ma la proporzione dell'offerta rispetto al nostro possesso. Anzi, più profondamente, ciò che conta è l'amore che guida l'offerta. La vedova con i suoi due spiccioli ama più di tutti i ricchi con le loro molte monete, perché offre se stessa, non solo il suo denaro. Questo insegnamento smonta completamente le nostre gerarchie di valore. Ciò che è grande agli occhi del mondo può essere piccolo agli occhi di Dio, e viceversa.

**Per
riflettere**

*Cosa offro a Dio? Mi misuro con gli altri o guardo al mio cuore?
Come posso imparare a offrire non il superfluo, ma ciò che davvero
mi costa?*

Preghiera Finale

Signore della verità, illumina il nostro sguardo.
Insegnaci a non cercare l'approvazione degli uomini,
ma solo la tua benedizione, che supera ogni valore terreno.
Rendi umile il nostro cuore, generoso il nostro spirito,
affidati al tuo amore, non ai nostri calcoli.
Accetta la nostra offerta, per piccola che sia,
se offerta con amore sincero. Amen.

Domenica

7 giugno 2026

Dt 8, 2–3.14b–16a; Sal 147; 1Cor 10, 16–17
Santissimi Corpo e Sangue di Cristo

Preghiera Iniziale

Laudate il Signore dai cieli, lodate il Signore da tutte le altezze.

Grande è il Signore, immensa la sua potenza,
e la sua sapienza non ha confini.

Lui che ha asciugato le lacrime dei sofferenti,
che sostiene il debole e solleva l'oppresso.

Canta, popolo mio, la gloria del tuo Dio,
gloria a colui che ha creato tutte le cose.

Nel pane e nel vino si rivela il mistero,
il Cristo stesso, nutrimento d'eternità. Amen.

Dal Vangelo

secondo Giovanni (6, 51–58)

Ascolta

In quel tempo, Gesù disse alla folla: «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».

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

Gesù disse loro: «In verità, in verità io vi dico: se non mangiate la carne del Figlio dell'uomo e non bevete il suo sangue, non avete in voi la vita. Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue ha la vita eterna e io lo risusciterò nell'ultimo giorno. Perché la mia carne è vero cibo e il mio sangue vera bevanda.

Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue rimane in me e io in lui. Come il Padre, che ha la vita, ha mandato me e io vivo per il Padre, così anche colui che mangia me vivrà per me. Questo è il pane disceso dal cielo; non è come quello che mangiarono i padri e morirono. Chi mangia questo pane vivrà in eterno».

Nel giorno dedicato al Corpo e Sangue di Cristo la proclamazione del Vangelo è il grande insegnamento di Gesù sul pane vivo disceso dal cielo. Questo non è un linguaggio metaforico per Gesù, né lo è per la Chiesa. È il mistero più grande della nostra fede: in Gesù Cristo, il Dio infinito si fa presente in modo reale sotto le specie del pane e del vino. La Eucaristia è il sacramento dell'intimità massima con Dio, l'unione con Cristo che va oltre ogni comprensione umana. Quando Gesù dice "Se non mangiate la carne del Figlio dell'uomo e non bevete il suo sangue, non avete la vita in voi", non parla di una pratica esteriore, ma della necessità di una comunione vitale con lui. Questo cibo non è come il pane terreno che nutre il corpo per un tempo e poi passa. È vero cibo e vera bevanda, perché è Cristo stesso che si offre per la vita del mondo. Quando riceviamo il Corpo di Cristo, entriamo in una comunione straordinaria: "Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue rimane in me e io in lui". È il culmine dell'amore divino: Dio non vuole stare lontano da noi, ma abita in noi, dimora nel nostro intimo.

Per riflettere

Come accetto questo mistero della presenza reale di Cristo nell'Eucaristia? Che cosa significa per me ricevere il Corpo di Cristo e permettere che abiti in me?

Preghiera Finale

O pane vivo disceso dal cielo,
nutri il nostro corpo e la nostra anima.
Permettici di dimorare in te come tu dimori in noi,
trasformaci nella tua immagine per amore.
Ogni volta che ci nutriamo del tuo corpo,
rinnovi in noi l'alleanza della salvezza.
Sia benedetto il tuo amore infinito,
fino alla consumazione dei secoli. Amen.

Preghiera Iniziale

A te levo gli occhi, o Signore,
a te che dimori nei cieli, salvatore mio.
Custodiscimi come la pupilla dell'occhio,
proteggimi all'ombra delle tue ali.
Allontana da me quanti mi cercano per nuocere,
guarda il mio cammino e i miei passi.
La tua fedeltà sia il mio scudo,
la tua forza il mio baluardo infallibile.
Anche se dovessi soffrire, la mia fiducia rimane in te,
tu sei la mia pace, tu sei la mia salvezza. Amen.

Dal Vangelo

secondo Matteo (5, 1-12a)

Ascolta

In quel tempo, vedendo le folle, Gesù salì sul monte: si pose a sedere e si avvicinarono a lui i suoi discepoli. Si mise a parlare e insegnava loro dicendo:

«Beati i poveri in spirito, perché di essi è il regno dei cieli. Beati quelli che sono nel pianto, perché saranno consolati. Beati i miti, perché avranno in eredità la terra. Beati quelli che hanno fame e sete della giustizia, perché saranno saziati. Beati i misericordiosi, perché troveranno misericordia. Beati i puri di cuore, perché vedranno Dio. Beati gli operatori di pace, perché saranno chiamati figli di Dio. Beati i perseguitati per la giustizia, perché di essi è il regno dei cieli.

Beati voi quando vi insulteranno, vi perseguiteranno e, mentendo, diranno ogni sorta di male contro di voi per causa mia. Rallegratevi ed esultate, perché grande è la vostra ricompensa nei cieli. Così infatti perseguitarono i profeti che furono prima di voi».

Le Beatitudini sono il cuore del Vangelo, la carta costituzionale del regno di Dio. Con esse Gesù rovescia completamente le gerarchie di valore del mondo. Beati i poveri in spirito—non beati i ricchi e i potenti. Beati gli afflitti—non beati coloro che godono dei piaceri mondani. Beati i miti—non beati i superbi e gli aggressivi. Non è una maledizione ai ricchi, ma una proclamazione di dove si trova la vera felicità. La povertà in spirito non significa ignoranza, significa saggezza: sapere che non abbiamo tutto da noi stessi, che dipendiamo da Dio, che siamo bisognosi. E proprio lì dimora il regno di Dio. L'afflizione parla del dolore che sorge dalla consapevolezza del peccato, dalla sensibilità morale, dal lamento per il male nel mondo. E questi saranno consolati. La mitezza non è debolezza, è forza controllata, come un cavallo ben domato. E i miti erediteranno la terra—una promessa che non ha senso nel linguaggio mondano, ma ha tutto il senso nel regno di Dio. Le Beatitudini ci insegnano che la vera felicità non viene dalla soddisfazione dei desideri terreni, ma dalla sintonia con i valori divini: la giustizia, la misericordia, la purezza di cuore, la pace.

Per riflettere

Quale beatitudine mi parla più direttamente? Come posso coltivare questa virtù nella mia vita quotidiana, sapendo che lì dimora la vera felicità?

Preghiera Finale

Signore, insegnami il cammino della beatitudine vera.
Libera il mio cuore dalla ricerca vana dei beni mondani,
e radicalo nella fame della tua giustizia.
Rendi puro il mio sguardo per vederti in ogni persona,
e misericordioso il mio agire verso chi soffre.
Fa' che sia operatore di pace nel tuo regno,
anche se ciò significa soffrire per amore tuo. Amen.

Preghiera Iniziale

Rispondimi quando t'invoco, Dio della mia giustizia,
tu che dai sollievo nel momento dell'angoscia.
Ascolta la mia preghiera e il mio grido sincero,
concedimi riposo dal turbine della tristezza.
Sappi che il Signore ha scelto colui che lo ama,
mi ascolta quando grido a lui con fiducia.
Offri i tuoi sacrifici con cuore sincero,
e spera nel Signore con animo sereno.
Molti dicono: "Chi ci mostrerà il bene?".
Risplenda su noi la luce del tuo volto. Amen.

Dal Vangelo

secondo Matteo (5, 13–16)

Ascolta

In quel tempo, Gesù disse ai suoi discepoli: «Voi siete il sale della terra; ma se il sale perde il sapore, con che cosa lo si renderà salato? A null'altro serve che ad essere gettato via e calpestato dalla gente.

Voi siete la luce del mondo; non può restare nascosta una città che sta sopra un monte, né si accende una lampada per metterla sotto il moggio, ma sul candelabro, e così fa luce a tutti quelli che sono nella casa. Così risplenda la vostra luce davanti agli uomini, perché vedano le vostre opere buone e rendano gloria al Padre vostro che è nei cieli».

Gesù qui parla dell'identità e della missione dei discepoli. Siamo il sale della terra—il sale è elemento prezioso, conservante, che dà sapore. Ma il sale ha senso solo se rimane salato. Se perde la sua funzione, non serve a nulla. Questo è un invito profondo all'autenticità: il discepolo che tradisce la sua vocazione, che sceglie la comodità della mediocrità spirituale, diventa inutile. Poi Gesù parla della luce. Non ci chiama a nasconderci, a praticare una fede privata e muta. La luce deve risplendere, deve illuminare le tenebre. E qui sta il paradosso bellissimo: la nostra luce non è nostra, viene dal Padre. Le nostre opere buone non hanno scopo se non quello di glorificare Dio. Non siamo chiamati alla notorietà per vanità, ma al testimonianza perché altri vedano e vengano trascinati verso il Creatore. Essere sale e luce significa vivere in modo visibile una fede autentica, mostrare con la vita che il Vangelo è vero, che trasforma, che è una buona novella. Non è facile, soprattutto quando il mondo mette pressione per conformarsi ai suoi valori. Ma Gesù ci chiama a essere diversi, a brillare della sua luce.

Per riflettere

Come brillo nel mio ambiente? Le mie azioni conducono gli altri verso Dio o li confondono? Dove sto mancando di autenticità?

Preghiera Finale

Signore, fa' che sia sale vero nel mondo,
che conservi e purifichi ciò che tocco.
E fa' che sia luce che non può restare nascosta,
che illumina il cammino di chi è nella tenebra.
Dammi il coraggio di testimoniare la tua verità,
senza timore della reazione degli uomini.
Sia la mia vita un canto di gloria al tuo nome. Amen.

Preghiera Iniziale

Signore, chi abiterà nella tua tenda?
Chi dimorerà sul tuo monte santo?
Colui che cammina senza macchia e agisce con giustizia,
che parla verità nel suo cuore.
Chi non calunnia col suo linguaggio, non nuoce al prossimo
e non lancia insulti al proprio vicino.
Colui che ai suoi occhi non fa caso al malvagio,
ma onora chi teme il Signore.
Chi rispetta il giuramento anche a suo danno,
e non cambia una promessa fatta con lealtà.
Chi non presta denaro a interesse,
non accetta regali contro l'innocente.
Questi abiterà nel tuo santuario per sempre. Amen.

Dal Vangelo

secondo Matteo (5, 17–19)

Ascolta

In quel tempo, Gesù disse ai suoi discepoli: «Non crediate che io sia venuto ad abolire la Legge o i Profeti; non sono venuto ad abolire, ma a dare pieno compimento.

In verità io vi dico: finché non siano passati il cielo e la terra, non passerà un solo iota o un solo trattino della Legge, senza che tutto sia avvenuto.

Chi dunque trasgredirà uno solo di questi minimi precetti e insegnerà agli altri a fare altrettanto, sarà considerato minimo nel regno dei cieli. Chi invece li osserverà e li insegnerà, sarà considerato grande nel regno dei cieli.»

Questa dichiarazione di Gesù è cruciale per comprendere il Vangelo. Alcuni potrebbero pensare che Gesù abolisca l'Antico Testamento, che con lui cominci una nuova religione senza radici. Ma Gesù afferma il contrario: non viene ad abolire, ma a portare a compimento. La Legge mosaica era un pedagogo, una guida per condurre Israele verso il Messia. Ogni precetto trovava il suo senso pieno in Cristo. Non si tratta di abolire i Dieci Comandamenti, ma di comprenderne lo spirito profondo. Quando Gesù dice "Non uccidere", il compimento è non odiare; quando dice "Non commettere adulterio", il compimento è custodire il cuore con purezza. L'affermazione "finché non siano passati il cielo e la terra, non passerà un solo iota della Legge" manifesta l'importanza che Gesù attribuisce alla parola di Dio. Non è un rifiuto della tradizione ebraica, ma il suo adempimento radicale. Chi prende con leggerezza i "minimi comandamenti" non comprende la serietà della volontà divina. Al contrario, chi osserva e insegna sarà grande nel regno di Dio. Questo non è legalismo, è amore della verità divina.

**Per
riflettere**

*Come comprendo il rapporto fra l'Antico e il Nuovo Testamento?
Dove sono chiamato a compiere la Legge nella profondità, non
solo nella lettera?*

Preghiera Finale

Signore, la tua Legge è giusta e santa,
piena di misericordia e di verità.
Apri il mio cuore alla profondità dei tuoi comandamenti,
affinché non mi fermi alla lettera esteriore.
Insegnami a compiere la tua volontà non per costrizione,
ma per amore sincero di te e del prossimo.
Sia io fedele alla tua parola, ora e sempre. Amen.

Preghiera Iniziale

Cantate al Signore un canto nuovo,
perché ha compiuto meraviglie.
Gli ha dato vittoria la sua destra
e il suo santo braccio,
il Signore ha manifestato la sua salvezza.
Acclamate il Signore con gioia, terra intera,
gridate al Signore con canti di esultanza.
Lodate il Signore con la lira,
al suono della cetra e della tromba.
Cantate al nostro re con tutto il cuore,
gloria e onore al Dio della vittoria. Amen.

Dal Vangelo

secondo Matteo (10, 7-13)

Ascolta

In quel tempo, disse Gesù ai suoi apostoli: «Strada facendo, predicate, dicendo che il regno dei cieli è vicino. Guarite gli infermi, risuscitate i morti, purificate i lebbrosi, scacciate i demòni.

Gratuitamente avete ricevuto, gratuitamente date. Non procuratevi oro né argento né denaro nelle vostre cinture, né sacca da viaggio, né due tuniche, né sandali, né bastone, perché chi lavora ha diritto al suo nutrimento.

In qualunque città o villaggio entriate, domandate chi là sia degno e rimanetevi finché non sarete partiti. Entrando nella casa, rivolgetele il saluto. Se quella casa ne è degna, la vostra pace scenda su di essa; ma se non ne è degna, la vostra pace ritorni a voi».

Gesù ha scelto dodici uomini ordinari, non perfetti, per affidare loro la missione di portare il Vangelo. In questi dodici vediamo diversi caratteri, diverse storie, diverse capacità. Non sono scelti per il loro merito, ma per grazia. E Gesù dà loro “il potere di scacciare gli spiriti immondi e di guarire ogni sorta di malattie”. Il potere che ricevono non è quello del denaro o del prestigio, ma il potere della guarigione, della liberazione, del perdono. Questo rivela la vera natura della missione cristiana. Poi Gesù dà loro le istruzioni: “Gratuitamente avete ricevuto, gratuitamente date”. Il Vangelo non è una merce da vendere, non è da usare per arricchirsi o per guadagnare potere. È un dono ricevuto e da condividere. La proibizione di procurarsi oro, argento, vesti di ricambio, bastone, non è un’esaltazione della povertà per se stessa, ma dell’affidarsi a Dio. Gli apostoli devono imparare che il Regno non si costruisce con mezzi terreni, ma con la fiducia nella Provvidenza divina. Questo insegnamento rimane valido per ogni discepolo oggi: la nostra forza non viene dalle nostre risorse materiali, ma dalla comunione con Gesù e dalla fiducia in Lui.

**Per
riflettere**

Come vivo la mia vocazione cristiana? Gratuitamente ricevo e gratuitamente do? Mi affido a Dio per il necessario, o accumulo come se Dio non fosse sufficiente?

Preghiera Finale

Signore, tu ci hai scelti e mandati nel mondo
come agnelli in mezzo ai lupi.
Donaci la semplicità e la fiducia dei tuoi apostoli,
il coraggio di testimoniare senza paura.
Fa' che trasmettiamo il Vangelo gratuitamente,
liberati dall'attaccamento ai beni terreni.
Sia la nostra forza il tuo Spirito Santo,
la nostra ricchezza la tua Parola vivente. Amen.

Venerdì
12 giugno 2026

Dt 7, 6–11; Sal 102; 1Gv 4, 7–16
Sacratissimo Cuore di Gesù

Preghiera Iniziale

Benedici, anima mia, il Signore,
da ogni fibra del mio essere il suo nome santo.
Benedici, anima mia, il Signore
e non dimenticare i suoi benefici.
Egli perdona tutte le tue colpe,
guarisce tutte le tue infermità.
Salva dalla fossa la tua vita,
ti circonda di grazia e di misericordia.
Rinnova la tua giovinezza come aquila,
il Signore compie opere di giustizia. Amen.

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».

Nel giorno del Sacratissimo Cuore di Gesù il Vangelo ci presenta il cuore del Vangelo stesso. Gesù ringrazia il Padre non per i sapienti, ma perché le cose del Regno sono rivelate ai piccoli. Questo non significa che l'ignoranza sia virtù, ma che il cuore umile e aperto è più ricettivo della mente superba che crede di capire tutto. Gesù afferma che il Padre ha dato tutto a lui, che c'è un'intimità unica fra lui e il Padre che non può essere penetrata se non dalla loro reciproca conoscenza. Ma poi, nella parte più sublime, Gesù apre il suo cuore: "Venite a me, voi tutti che siete stanchi e oppressi". Queste parole risuonano attraverso i secoli. Chi sono gli stanchi? Coloro che hanno cercato felicità nei beni materiali e l'hanno trovata vuota. Coloro che hanno portato il peso dei loro peccati, delle loro colpe. Coloro che sono esauriti dalla ricerca vana di significato. A tutti questi Gesù offre riposo. Non il riposo del sonno, ma il riposo della pace, della riconciliazione, della tregua dalla lotta interiore. E come? Non con il comando, ma con l'invito. "Imparate da me"—imparate la mitezza, l'umiltà. Non il giogo del legalismo, ma il giogo di Gesù, che è dolce. Quando siamo uniti a Cristo, il sacrificio non è gravoso, perché è amore.

**Per
riflettere**

Dove cerco il riposo? Quanto pesano su di me i carichi che ho costruito da solo? Come posso lasciarmi guidare da Gesù, il mite e l'umile di cuore?

Preghiera Finale

Cuore dolcissimo di Gesù, pieno di mitezza,
attira il nostro cuore in te.
Tu che conosci l'infinita stanchezza dell'anima,
donaci il riposo che il mondo non può dare.
Insegnaci la tua umiltà e la tua misericordia,
rendi leggero il nostro carico quotidiano.
Sia il tuo Cuore la dimora del nostro amore eterno. Amen.

Sabato
13 giugno 2026

Is 61, 9–11; 1Sam 2, 1.4–8
Cuore Immacolato della Beata Vergine Maria
Sant'Antonio da Padova

Preghiera Iniziale

Il mio cuore esulta nel Signore,
la mia forza si innalza in Dio.
Non c'è santo come il Signore,
non c'è roccia come il nostro Dio.
Non moltiplicare discorsi superbi,
non esca l'orgoglio dalla vostra bocca.
Perché il Signore è un Dio che sa tutte le cose,
e da lui sono pesate le azioni degli uomini.
L'arco dei forti si spezza,
i deboli si cingono di forza.
Benedetto sia il Signore che innalza gli umili
e sostiene il cuore delle vedove. Amen.

Dal Vangelo

secondo Luca (2, 41–51)

Ascolta

I genitori di Gesù si recavano ogni anno a Gerusalemme per la festa di Pasqua. Quando egli ebbe dodici anni, vi salirono secondo la consuetudine della festa. Ma, trascorsi i giorni, mentre riprendevano la via del ritorno, il fanciullo Gesù rimase a Gerusalemme, senza che i genitori se ne accorgessero. Credendo che egli fosse nella comitiva, fecero una giornata di viaggio e poi si misero a cercarlo tra i parenti e i conoscenti; non avendolo trovato, tornarono in cerca di lui a Gerusalemme.

Dopo tre giorni lo trovarono nel tempio, seduto in mezzo ai maestri, mentre li ascoltava e li interrogava. E tutti quelli che l'udivano erano pieni di stupore per la sua intelligenza e le sue risposte.

Al vederlo restarono stupiti, e sua madre gli disse: «Figlio, perché ci hai fatto questo? Ecco, tuo padre e io, angosciati, ti cercavamo». Ed egli rispose loro: «Perché mi cercavate? Non sapevate che io devo occuparmi delle cose del Padre mio?». Ma essi non compresero ciò che aveva detto loro.

Scese dunque con loro e venne a Nàzaret e stava loro sottomesso. Sua madre custodiva tutte queste cose nel suo cuore.

Nel giorno del Cuore Immacolato di Maria celebriamo la maternità divina e la fede serena della Vergine. Il Vangelo ci mostra l'episodio del Bambino Gesù rimasto a Gerusalemme. Ci sono pochi momenti nella vita di Gesù in cui vediamo la sua umanità così pienamente: la preoccupazione dei genitori, la ricerca ansimante per tre giorni, l'ansia di Maria e Giuseppe. E poi il ritrovamento: Gesù siede fra i maestri del tempio, li ascolta e li interroga. La sua risposta ai genitori rivela il mistero: "Non sapevate che io devo occuparmi delle cose del Padre mio?". Gesù ha una consapevolezza della sua missione, della sua identità che supera la relazione familiare. E tuttavia, nel medesimo versetto, leggiamo che "scese con loro e stava loro sottomesso". La volontà del Padre non lo separa dalla responsabilità umana verso i genitori. Maria "custodiva tutte queste cose nel suo cuore"—questa frase racchiude la spiritualità profonda della Vergine: capacità di meditare, di comprendere gradualmente i misteri, di mantenere la fiducia anche davanti a ciò che non comprende pienamente. Il Cuore Immacolato di Maria è il modello della fede che accoglie il mistero di Dio con serenità e amore.

**Per
riflettere**

*Come mi relaziono con i misteri della fede che non comprendo?
Posso, come Maria, custodire nel cuore le cose di Dio senza bisogno
di capirle immediatamente?*

Preghiera Finale

Regina del Cielo, Madre misericordiosa,
il tuo Cuore Immacolato sia nostra protezione.
Insegnaci la tua fede serena e confidente,
la tua capacità di meditare i misteri di Dio.
Aiutaci a riconoscere Gesù non solo come figlio di questo mondo,
ma come il Figlio del Padre Celeste.
Ottienici la grazia di vivere nella tua memoria amorevole. Amen.

Domenica

14 giugno 2026

Es 19, 2-6a; Sal 99; Rm 5, 6-11

Salterio: terza settimana

Preghiera Iniziale

Esaltate il Signore nostro Dio,
prostratevi davanti al suo sgabello. Egli è santo.
Mosè e Aronne fra i suoi sacerdoti,
Samuele fra coloro che invocano il suo nome.
Invocavano il Signore ed egli li ascoltava,
parlava loro nella colonna di nube.
Essi custodivano i suoi insegnamenti,
i decreti che egli aveva dato loro.
Signore, nostro Dio, tu li ascoltavi,
eri per loro un Dio che perdona. Amen.

Dal Vangelo

secondo Matteo (9, 36-10, 8)

Ascolta

In quel tempo, Gesù, vedendo le folle, ne sentì compassione, perché erano stanche e sfinite come pecore che non hanno pastore. Allora disse ai suoi discepoli: «La messe è abbondante, ma sono pochi gli operai! Pregate dunque il signore della messe perché mandi operai nella sua messe!».

Chiamati a sé i suoi dodici discepoli, diede loro potere sugli spiriti impuri per scacciarli e guarire ogni malattia e ogni infermità.

I nomi dei dodici apostoli sono: primo, Simone, chiamato Pietro, e Andrea suo fratello; Giacomo, figlio di Zebedèo, e Giovanni suo fratello; Filippo e Bartolomeo; Tommaso e Matteo il pubblicano; Giacomo, figlio di Alfeo, e Taddeo; Simone il Cananeo e Giuda l'Iscriota, colui che poi lo tradì.

Questi sono i Dodici che Gesù inviò, ordinando loro: «Non andate fra i pagani e non entrate nelle città dei Samaritani; rivolgetevi piuttosto alle pecore perdute della casa d'Israele. Strada facendo, predicate, dicendo che il regno dei cieli è vicino. Guarite gli infermi, risuscitate i morti, purificate i lebbrosi, scacciate i demòni. Gratuitamente avete ricevuto, gratuitamente date».

La compassione di Gesù per le folle è il punto di partenza della missione. Egli vede persone stanche, sfinite, come gregge senza pastore. Non è un'osservazione fredda, è un sentimento che sgorga dal suo cuore. Questa compassione motiva l'azione. Gesù non ignora il bisogno, non lo lascia passare indifferente. Poi parla della messe abbondante e dei pochi operai. È uno dei grandi insegnamenti sulla vocazione cristiana: il mondo è pieno di gente che ha bisogno di salvezza, che brucia di sete spirituale, e i discepoli sono pochi. Perciò Gesù invita a pregare affinché il Padre mandi operai. Non è semplice constatazione del bisogno, è un invito all'intercessione. Poi avviene la scelta dei dodici, ai quali affida potere e missione. È straordinario che Gesù non scelga i migliori, i più colti, i più ricchi, ma persone comuni. E dà loro il potere di guarire, liberare, purificare. E soprattutto, il comandamento: "Gratuitamente avete ricevuto, gratuitamente date". Il Vangelo è un dono ricevuto, non un prodotto da vendere. La vera missione cristiana nasce da questa compassione per il prossimo e dalla consapevolezza che quello che abbiamo ricevuto non ci appartiene, ma è per essere condiviso.

**Per
riflettere**

Sento compassione per chi non conosce Gesù? Come posso partecipare alla messe di Dio nella mia sfera di influenza quotidiana?

Preghiera Finale

Signore, riempi il nostro cuore della tua compassione.
Dona a noi la sensibilità di vedere il bisogno spirituale
che circonda le persone che incontriamo.

Chiamaci a essere operai nella tua messe,
gratuitamente donando ciò che abbiamo ricevuto gratuitamente.

Mandaci come agnelli in mezzo ai lupi,
ma armati della tua amore invincibile. Amen.

Preghiera Iniziale

Ascolta, Signore, le mie parole,
prendi in considerazione il mio grido.
Stendi l'orecchio alla mia voce,
sei tu il mio re e il mio Dio.
Al mattino ti dirigo la mia preghiera,
e sto in attesa di te.
Tu non sei un Dio che ama l'iniquità;
il male non abita con te.
I presuntuosi non stanno davanti ai tuoi occhi,
tu odi tutti coloro che operano l'inganno.
Guida i miei passi nella tua verità,
sulla via del tuo amore infinito. Amen.

Dal Vangelo

secondo Matteo (5, 38-42)

Ascolta

In quel tempo, Gesù disse ai suoi discepoli: «Avete inteso che fu detto: “Occhio per occhio” e “dente per dente”. Ma io vi dico di non opporvi al malvagio; anzi, se uno ti dà uno schiaffo sulla guancia destra, tu porgigli anche l'altra, e a chi vuole portarti in tribunale e toglierti la tunica, tu lascia anche il mantello.

E se uno ti costringerà ad accompagnarlo per un miglio, tu con lui fanne due.
Da' a chi ti chiede, e a chi desidera da te un prestito non voltare le spalle».

Gesù introduce una nuova legge che rovescia completamente la legge del taglione, “occhio per occhio, dente per dente”. Quella legge era già un progresso nel mondo antico, era una limitazione della vendetta (non potevi prendere due occhi per uno), ma Gesù va molto più lontano. Non si oppone al malvagio con la forza, anzi, porge l'altra guancia. Questo non è debolezza, è una forza superiore: la forza dell'amore che non è fermato dalle ingiurie. Nel caso della tunica, il discepolo non litiga ma offre anche il mantello. Nel caso del miglio—il famoso “miglio della corvée”, il romano poteva forzare un giudeo a portare il suo equipaggiamento per un miglio—il discepolo non solo sottomette, ma fa volontariamente due miglia. Questo insegnamento è scandaloso per la ragione umana. Sembra che Gesù chieda la sconfitta, l'umiliazione, il tradimento dei propri diritti. Ma c'è una profonda saggezza qui: è il rifiuto di far vincere il male al suo stesso gioco. Chi reagisce con violenza all'ingiustizia perpetua il ciclo della violenza. Chi risponde con amore rompe il circolo vizioso. Non è passività, è iniziativa sovrana di amore. In tal modo il discepolo testimonia il Vangelo in modo più potente che con qualunque difesa aggressiva.

**Per
riflettere**

Come reagisco alle ingiustizie? Mi trovo prigioniero del diritto di vendetta, o libero dall'amore che supera il torto ricevuto?

Preghiera Finale

Signore, liberami dalla rabbia e dal desiderio di vendetta.

Insegnami a non oppormi al malvagio con la violenza,
ma a vincerlo con l'amore sovrabbondante.

Dammi la forza di porgere l'altra guancia,
quando l'orgoglio mi chiede di colpire.

Sia il mio amore più potente di qualunque ingiuria,
la mia pazienza una testimonianza della tua grazia. Amen.

Preghiera Iniziale

O Dio, ascolta la mia invocazione,
dammi ascolto nella mia preghiera.
Chiamo a te dalla fine della terra,
con il cuore oppresso dalla sofferenza.
Tu che sei più grande di me,
guidami a una roccia che mi sorpassi.
Tu sei stato il mio rifugio,
la mia torre di forza contro il nemico.
Io abiterò nella tua tenda per sempre,
mi troverò al riparo sotto le tue ali. Amen.

Dal Vangelo

secondo Matteo (5, 43–48)

Ascolta

In quel tempo, Gesù disse ai suoi discepoli: «Avete inteso che fu detto: “Amerai il tuo prossimo” e odierai il tuo nemico. Ma io vi dico: amate i vostri nemici e pregate per quelli che vi perseguitano, affinché siate figli del Padre vostro che è nei cieli; egli fa sorgere il suo sole sui cattivi e sui buoni, e fa piovere sui giusti e sugli ingiusti.

Infatti, se amate quelli che vi amano, quale ricompensa ne avete? Non fanno così anche i pubblicani? E se date il saluto soltanto ai vostri fratelli, che cosa fate di straordinario? Non fanno così anche i pagani?

Voi, dunque, siate perfetti come è perfetto il Padre vostro celeste».

L'insegnamento sull'amore dei nemici è il culmine della radicalità del Vangelo. Amare è già difficile quando il sentimento è reciproco. Ma amare chi ci odia, pregare per chi ci perseguita—questo è impossibile per la natura umana senza la grazia di Dio. Eppure Gesù lo comanda. Perché? Perché in questo modo diventiamo “figli del Padre nostro che è nei cieli”. La paternità divina si manifesta nell'abilità di amare incondizionatamente, di concedere il bene anche a chi non lo merita. Il sole sorge sui cattivi e sui buoni, la pioggia cade sui giusti e sugli ingiusti—la natura stessa testimonia l'amore universale del Creatore. Se amiamo solo chi ci ama, siamo come i pubblicani e i pagani—non c'è nulla di straordinario. Ma se amiamo il nemico, diventiamo simili a Dio. Il comandamento culmina con: “Siate dunque perfetti, come è perfetto il Padre vostro”. La perfezione cristiana non è morale astratta, ma la capacità di amare come Dio ama. È un insegnamento che ci mette di fronte all'insufficienza della nostra forza morale e ci rimanda completamente a Dio, alla sua grazia, al suo Spirito Santo che solo può trasformare i nostri cuori.

**Per
riflettere**

Chi è il mio nemico oggi? Come posso trasformare il rancore in preghiera, l'odio in amore, con l'aiuto della grazia di Dio?

Preghiera Finale

Signore, Padre misericordioso,
trasforma il mio cuore indurito dall'odio.
Insegnami ad amare chi mi perseguita,
come tu ami coloro che ti rifiutano.

Donami la perfezione che viene dall'amore incondizionato,
rendi possibile l'impossibile mediante il tuo Spirito.
Sia io immagine della tua misericordia nel mondo. Amen.

Mercoledì
17 giugno 2026

Sir 4, 1–9; Sal 76; 1Gv 4, 7–16
San Ranieri

Preghiera Iniziale

Soccorri l'orfano in angoscia,
custodisci il diritto della vedova.
Levati in difesa del debole e del povero,
liberali dalla mano dei malvagi.
Non conosciamo Dio, non lo comprendiamo;
le sue vie sono misteriose e insondabili.
Ma possiamo vederne il riflesso nella tenerezza verso il sofferente,
nella dedizione verso chi non ha nulla.
Così il Signore manifesta la sua gloria,
così si rivela il suo amore infinito. Amen.

Dal Vangelo

secondo Matteo (19, 16–21)

Ascolta

In quel tempo, un tale si avvicinò e gli disse: «Maestro, che cosa devo fare di buono per avere la vita eterna?». Gli rispose: «Perché mi interroghi su ciò che è buono? Buono è uno solo. Se vuoi entrare nella vita, osserva i comandamenti». Gli chiese: «Quali?». Gesù rispose: «Non ucciderai, non commetterai adulterio, non ruberai, non testimonierai il falso, onora il padre e la madre e amerai il prossimo tuo come te stesso».

Il giovane gli disse: «Tutte queste cose le ho osservate; che altro mi manca?». Gli disse Gesù: «Se vuoi essere perfetto, va', vendi quello che possiedi, dallo ai poveri e avrai un tesoro nel cielo; e vieni! Seguimi!».

Il giovane ricco rappresenta il conflitto fra la ricerca autentica di Dio e l'attaccamento ai beni. Ha osservato i comandamenti "dalla giovinezza"—è un uomo virtuoso nel senso convenzionale. Ma c'è in lui una domanda più profonda: "Che cosa mi manca ancora?". Sente che c'è qualcosa di più. Gesù, che lo ama, gli indica il passo successivo: non il semplice adempimento della Legge, ma la sequela totale. "Se vuoi essere perfetto"—non buono, ma perfetto. E la perfezione comporta il distacco: vendi i tuoi beni, dalli ai poveri. Non è che la ricchezza sia male in sé; ma quando diventa il centro della nostra vita, quando appesantisce il nostro cammino verso Dio, deve essere abbandonata. Il "seguimi" di Gesù è un invito alla comunione, al discepolo, alla realtà di una vita interamente orientata verso di Lui. Il giovane se ne va triste. Ha molti beni e non vuole rinunciarvi. La sua ricchezza diventa la sua prigioniera. Molti di noi comprendono questa scena: riconosciamo il dovere morale, ma quando si tratta di un sacrificio reale, quando Gesù chiede ciò che più amiamo, la nostra fede vacilla. La missione della Chiesa è aiutare le persone a superare questo stadio, a scoprire che perdere per Gesù significa guadagnare tutto.

**Per
riflettere**

Cosa possiedo che non voglio lasciare? Quanto sono disposto a sacrificare per seguire veramente Gesù? C'è una ricchezza nascosta che mi impedisce di essere "perfetto"?

Preghiera Finale

Signore, sappi che possiedo molte cose,
ma so che non mi appartengono veramente.
Libera il mio cuore dall'amore per il denaro e il possesso,
dammi il coraggio di seguirti senza riserve.
Aiutami a trovare il vero tesoro in te,
più prezioso dell'oro e di tutti i beni del mondo. Amen.

Preghiera Iniziale

Cantate al Signore un canto nuovo,
tutta la terra canti la gloria del Signore.
Proclamate da un giorno all'altro la sua salvezza,
raccontate fra i popoli la sua gloria.
Il Signore ha creato il cielo con le sue mani,
ha stabilito la terra con la sua saggezza.
Tutti gli idoli si prosternino davanti a lui,
la gloria del Signore risplende nei cieli. Amen.

Dal Vangelo

secondo Matteo (6, 7–15)

Ascolta

In quel tempo, Gesù disse ai suoi discepoli: «Pregando, non sprecate parole come i pagani: essi credono di venire ascoltati a forza di parole. Non siate dunque come loro, perché il Padre vostro sa di quali cose avete bisogno prima ancora che gliele chiediate.

Voi dunque pregate così: Padre nostro che sei nei cieli, sia santificato il tuo nome, venga il tuo regno, sia fatta la tua volontà, come in cielo così in terra. Dacci oggi il nostro pane quotidiano, e rimetti a noi i nostri debiti come anche noi li rimettiamo ai nostri debitori, e non abbandonarci alla tentazione, ma liberaci dal male.

Se voi infatti perdonerete agli altri le loro colpe, il Padre vostro che è nei cieli perdonerà anche a voi; ma se voi non perdonerete agli altri, neppure il Padre vostro perdonerà le vostre colpe».

Gesù insegna ai discepoli come pregare, non attraverso formule complicate, ma attraverso una preghiera semplice, vera, centrata su Dio. Critica le “molte parole” dei pagani—non è la quantità che importa, ma la qualità della relazione. Il Padre conosce i nostri bisogni prima ancora che li chiediamo. Allora perché pregare? Non per informare Dio di ciò che non sa, ma per entrare in una comunione consapevole con Lui, per riconoscere la nostra dipendenza, per allineare la nostra volontà alla sua. La Preghiera del Signore è la sintesi di tutto il Vangelo. Comincia con “Padre nostro”—stabilisce una relazione di fiducia. “Sia santificato il tuo nome”—ci insegna a mettere l’onore di Dio al primo posto. “Venga il tuo regno”—la preghiera che importa non è il mio regno, ma il suo. “Sia fatta la tua volontà”—l’abbandono totale. Poi le petizioni concrete: il pane quotidiano (non i lussi, non l’accumulo, solo il necessario), il perdono (e qui è cruciale: “come noi li rimettiamo ai nostri debitori”—il nostro perdono è la condizione del nostro essere perdonati), la liberazione dalla tentazione e dal male. E infine, Gesù sottolinea: se perdoniamo, siamo perdonati; se non perdoniamo, neppure noi saremo perdonati. La misericordia che rifiutiamo agli altri ritorna contro di noi.

**Per
riflettere**

*Quanto spesso prego con molte parole vuote, anziché con il cuore?
Come la mia capacità di perdonare riflette la mia ricezione del
perdono di Dio?*

Preghiera Finale

Padre nostro, insegnaci a pregare veramente.
Non con molte parole, ma con il cuore aperto,
riconoscendo la tua presenza e il tuo amore.
Dammi il coraggio di lasciare i miei bisogni nelle tue mani,
sapendo che conosci tutto di me.
E aiutami a perdonare come tu perdoni,
affinché il perdono circoli fra noi come il tuo amore. Amen.

Preghiera Iniziale

Signore, non batte il mio cuore con presunzione,
né si elevano i miei occhi per superbia.

Non mi occupo di cose troppo grandi per me,
di misteri che mi superano.

Piuttosto ho tranquillizzato e quietato l'anima mia
come un bambino svezzato in braccio alla madre;

la mia anima è come un bambino svezzato.

Israele spera nel Signore, da ora e per sempre. Amen.

Dal Vangelo

secondo Matteo (6, 19–23)

Ascolta

In quel tempo, Gesù disse ai suoi discepoli: «Non accumulate per voi tesori sulla terra, dove tarma e ruggine consumano e dove ladri scassinano e rubano; accumulate invece per voi tesori in cielo, dove né tarma né ruggine consumano e dove ladri non scassinano e non rubano. Perché, dov'è il tuo tesoro, là sarà anche il tuo cuore.

La lampada del corpo è l'occhio; perciò, se il tuo occhio è semplice, tutto il tuo corpo sarà luminoso; ma se il tuo occhio è cattivo, tutto il tuo corpo sarà tenebroso. Se dunque la luce che è in te è tenebra, quanto grande sarà la tenebra!».

Gesù parla dei tesori. Il denaro, i beni materiali non sono male in sé, ma il modo in cui li pensiamo è cruciale. La tignola consuma i vestiti, la ruggine corrode il metallo, i ladri rubano—tutto ciò che è terreno è fragile, effimero, soggetto al deterioramento. Nella nostra epoca, aggiungerei: l'inflazione erode il valore del denaro, le crisi economiche rovinano le fortezze finanziarie, la morte ci priva di tutto. Gesù invita a una prospettiva radicalmente diversa: accumula tesori nel cielo. Non significa essere disincarnato, ma avere una scala di valori diversa. È un insegnamento sulla libertà: quando il nostro tesoro è nel cielo, il nostro cuore segue, non è più schiavo della ricerca di sicurezza materiale. Poi parla dell'occhio come lampada del corpo. Se l'occhio è "semplice"—puro, non offuscato dall'avidità—tutto il corpo è luminoso. Se cattivo—intorpidito dal male, dalla cupidigia—la tenebra è profonda. C'è un'allusione al fatto che la nostra visione del mondo determina la qualità della nostra vita. Se guardiamo la realtà con occhi affamati di possesso, la nostra vita è tenebra. Se guardiamo con purezza di intenzione, con uno sguardo libero, la vita diventa luminosa.

Per riflettere

Dove ripongo il mio vero tesoro? La mia visione del mondo è offuscata dall'avidità? Come posso purificare lo sguardo per vedere con gli occhi della fede?

Preghiera Finale

Signore, liberami dal desiderio ossessivo del possesso.
Insegnami a non accumulare ciò che la ruggine consuma,
ma a investire nel regno eterno.

Purifica il mio sguardo dall'avidità e dalla gelosia,
dammi occhi semplici e puri come quelli di un bambino.
Sia la mia vita luminosa perché il mio cuore è fisso in te. Amen.

Preghiera Iniziale

Signore, Dio della mia salvezza,
davanti a te rivolgo la mia preghiera.
Tu sei il fondamento di tutte le cose,
la roccia su cui si posa il firmamento.
Non voltare il tuo volto dal tuo servo,
che in te confida.

Ascolta la mia preghiera!
Fa' che il tuo volto brilli su di me,
dissipa le mie paure e ansietà.
Sia tu la mia pace, il mio riposo,
la mia sicurezza nel buio della notte. Amen.

Dal Vangelo

secondo Matteo (6, 24–34)

Ascolta

In quel tempo Gesù disse ai suoi discepoli:

«Nessuno può servire due padroni, perché o odierà l'uno e amerà l'altro, oppure si affeziona all'uno e disprezzerà l'altro. Non potete servire Dio e la ricchezza.

Perciò io vi dico: non preoccupatevi per la vostra vita, di quello che mangerete o berrete, né per il vostro corpo, di quello che indosserete; la vita non vale forse più del cibo e il corpo più del vestito?

Guardate gli uccelli del cielo: non seminano e non mietono, né raccolgono nei granai; eppure il Padre vostro celeste li nutre. Non valete forse più di loro? E chi di voi, per quanto si preoccupi, può allungare anche di poco la propria vita?

E per il vestito, perché vi preoccupate? Osservate come crescono i gigli del campo: non faticano e non filano. Eppure io vi dico che neanche Salomone, con tutta la sua gloria, vestiva come uno di loro. Ora, se Dio veste così l'erba del campo, che oggi c'è e domani si getta nel forno, non farà molto di più per voi, gente di poca fede?

Non preoccupatevi dunque dicendo: «Che cosa mangeremo? Che cosa berremo? Che cosa indosseremo?». Di tutte queste cose vanno in cerca i pagani. Il Padre vostro celeste, infatti, sa che ne avete bisogno.

Cercate invece, anzitutto, il regno di Dio e la sua giustizia, e tutte queste cose vi saranno date in aggiunta. Non preoccupatevi dunque del domani, perché il domani si preoccuperà di se stesso. A ciascun giorno basta la sua pena».

Gesù affronta direttamente la ricerca di sicurezza attraverso l'accumulo di ricchezza. “Nessuno può servire due padroni”—o al Dio della misericordia o al dio della ricchezza (Mammona). Non c'è via di mezzo. La ricchezza, quando diventa il nostro padrone, ci domina completamente, fa dei nostri cuori i suoi templi. Poi Gesù affronta la preoccupazione. Non è il semplice provvedere al necessario, è l'ansia che corrode l'anima. Guardate gli uccelli—non lavorano, non accumulano, e tuttavia sono nutriti. Non che Dio voglia che siamo pigri, ma che abbiamo fiducia nella sua provvidenza. Gli uccelli fanno il loro lavoro (cercano cibo), ma non sono presi dalla preoccupazione. Gesù insegna che la preoccupazione è inutile—non aggiunge neppure un cubito alla nostra statura. Poi parla dei gigli: crescono nella loro bellezza naturale, senza sforzi, e neppure Salomone in tutta la sua gloria poteva competere con essi. Se Dio si prende cura dell'erba che domani sarà bruciata, non si prenderà cura di noi, più importanti? L'insegnamento culmina: “Cercate piuttosto il regno di Dio e la sua giustizia, e tutte queste cose vi saranno date in aggiunta”. Non è una promessa di ricchezza materiale, ma di sicurezza spirituale: quando mettiamo Dio al primo posto, le altre cose trovano il loro posto. E il comando finale: “Non preoccupatevi del domani, perché il domani si occuperà di se stesso. A ciascun giorno basta la sua pena”. Vivere il presente con consapevolezza, affidando il futuro a Dio.

Per riflettere

Di quali cose mi preoccupo costantemente? La mia ansia viene da mancanza di fiducia in Dio? Come posso imparare a cercare prima il suo regno?

Preghiera Finale

Signore, liberami dall'ansia che mi divora.
Insegnami a fidarmi della tua provvidenza,
come gli uccelli del cielo si affidano a te.
Togli dall'mio cuore il servizio della ricchezza,
fa' che io serva solo te con il mio intero amore.
Sia il mio sguardo fisso sul tuo regno,
e la mia vita il frutto della tua benedizione. Amen.

Domenica

21 giugno 2026

Ger 20, 10–13; Sal 68; Rm 5, 12–15

San Luigi Gonzaga

Salterio: quarta settimana

Preghiera Iniziale

O Dio, salva me per la tua misericordia.
L'acqua mi ha raggiunto fino alla gola,
affondo nel fango profondo dove non c'è appiglio.
Sono entrato nelle profondità delle acque,
la corrente mi travolge.
Ma grido a te, Signore, ascolta la mia voce!
Che non sia inghiottito dall'abisso,
che il pozzo non chiuda su di me la sua bocca.
Rispondimi, Signore, perché è buona la tua misericordia,
secondo la tua grande pietà volgiti verso di me. Amen.

Dal Vangelo

secondo Matteo (10, 26–33)

Ascolta

In quel tempo, Gesù disse ai suoi apostoli: «Non abbiate dunque paura di loro, poiché nulla vi è di nascosto che non sarà svelato né di segreto che non sarà conosciuto. Quello che io vi dico nelle tenebre voi ditelo nella luce, e quello che ascoltate all'orecchio voi annunciatelo dalle terrazze.

E non abbiate paura di quelli che uccidono il corpo, ma non hanno potere di uccidere l'anima; abbiate paura piuttosto di colui che ha il potere di far perire nella Geëna e l'anima e il corpo.

Due passerini non si vendono forse per un soldo? Eppure nemmeno uno di essi cadrà a terra senza il volere del Padre vostro. Perfino i capelli del vostro capo sono tutti contati. Non abbiate dunque paura: voi valete più di molti passerini!

Perciò chiunque mi riconoscerà davanti agli uomini, anch'io lo riconoscerò davanti al Padre mio che è nei cieli; chi invece mi rinnegherà davanti agli uomini, anch'io lo rinnegherò davanti al Padre mio che è nei cieli».

Gesù ripete tre volte “Non abbiate paura”—una paura che viene da quando i discepoli sono inviati come agnelli in mezzo a lupi. È una paura comprensibile: persecuzione, morte, ostilità. Ma Gesù la ridimensiona. Ciò che è nascosto sarà rivelato—la verità non potrà restare sepolta. Quello che si sussurra nel segreto della persecuzione deve essere proclamato pubblicamente. Non è una chiamata alla temerità, ma alla coraggiosa testimonianza. Poi viene il punto cruciale: “Non abbiate paura di quelli che uccidono il corpo”—il peggio che gli uomini possono fare è limitato. La vera paura deve essere della perdizione dell’anima, del disaccordo con Dio. Poi Gesù ridimensiona ulteriormente la nostra importanza: due passeri non si vendono per quasi nulla, eppure il Padre conosce quando uno cade. I capelli della nostra testa sono contati. Non è bellezza, è l’aspetto più ordinario, eppure Dio ha questa cura meticolosa. Se Dio ha questo riguardo, cosa dovremmo temere? Infine, il comandamento decisivo: chi mi riconosce davanti agli uomini, io lo riconoscerò. C’è un legame fra la nostra fedeltà a Cristo e la nostra eredità nel regno. Non si tratta di una fede privata, ma di una testimonianza coraggiosa.

Per riflettere

Quando ho paura di confessare la mia fede? Che cosa potrebbe farmi rinnegare Cristo? Come posso sviluppare il coraggio di testimoniare?

Preghiera Finale

Signore, dammi il coraggio di non temere.
Tu conosci ogni capello della mia testa,
tu vedi il passero che cade.
Se ho così valore ai tuoi occhi,
come posso temere l’ostilità degli uomini?
Fa’ che ti riconosca coraggiosamente,
davanti a tutti, senza vergogna di te. Amen.

Preghiera Iniziale

Salvami dai miei nemici, o Dio,
proteggimi da coloro che mi assalgono.
Salvami da coloro che operano il male,
dagli uomini sanguinari proteggimi.
Ecco, essi si appostano in attesa della mia vita,
gente potente si riunisce contro di me.
Non per una colpa mia, o Signore,
non per un peccato mio si preparano.
Svegliati e vieni in mio aiuto,
guarda, ti supplico, la mia lotta. Amen.

Dal Vangelo

secondo Matteo (7, 1–5)

Ascolta

In quel tempo, Gesù disse ai suoi discepoli: «Non giudicate, per non essere giudicati; perché con il giudizio con il quale giudicate sarete giudicati voi e con la misura con la quale misurate sarà misurato a voi.

Perché guardi la pagliuzza che è nell'occhio del tuo fratello, e non ti accorgi della trave che è nel tuo occhio? O come dirai al tuo fratello: “Lascia che tolga la pagliuzza dal tuo occhio”, mentre nel tuo occhio c'è la trave? Ipocrita! Togli prima la trave dal tuo occhio e allora ci vedrai bene per togliere la pagliuzza dall'occhio del tuo fratello».

Gesù affronta uno dei comportamenti più frequenti: il giudizio del prossimo. Il comandamento “Non giudicate” non significa che non dobbiamo distinguere il bene dal male, ma che non dobbiamo assumere il ruolo di giudice assoluto della vita altrui. “In base al giudizio con cui giudicate sarete giudicati”—c’è una reciprocità: il nostro metro di misura ritorna contro di noi. Se siamo misericordiosi, troveremo misericordia; se siamo severi, troveremo severità. Poi Gesù usa un’immagine esilarante: vediamo la pagliuzza nell’occhio altrui mentre abbiamo una trave nel nostro! È l’immagine della cecità morale, dell’ipocrisia. Spesso giudichiamo gli altri proprio per i difetti che abbiamo in forma più grave in noi stessi. Il vizio di cui accusiamo il prossimo è spesso il nostro peccato proiettato. Gesù insegna un ordine diverso: prima togli la trave dal tuo occhio, allora vedrai bene per aiutare il fratello. Non è ricerca della perfezione prima di aiutare—è umiltà, consapevolezza di sé. Quando riconosciamo onestamente i nostri difetti, diventiamo capaci di vera misericordia. Il giudice che sa di essere peccatore è più clemente del giudice che si crede giusto.

**Per
riflettere**

Chi sto giudicando duramente? Quale trave porto nel mio occhio che non vedo? Come posso sviluppare misericordia prima di criticare?

Preghiera Finale

Signore, chiudi la mia bocca da giudici precipitosi.

Insegnami a vedere i miei difetti
prima di scrutare quelli del prossimo.

Rendi il mio sguardo misericordioso,
la mia critica costruttiva e amorevole.

Sia io il primo a tollerare i difetti degli altri,
come vorrei che tollerassero i miei. Amen.

Preghiera Iniziale

Battete le mani, popoli tutti,
acclamate Dio con grida di gioia.
Il Signore è sublime e terribile,
grande re su tutta la terra.
Ha assoggettato i popoli a noi,
ha messo sotto i nostri piedi le nazioni.
Ha scelto per noi la nostra eredità,
l'orgoglio di Giacobbe che egli amava.
Sia benedetto il Signore, Dio nostro,
gloria e onore a lui per sempre. Amen.

Dal Vangelo

secondo Matteo (7, 6.12–14)

Ascolta

In quel tempo, Gesù disse ai suoi discepoli: «Non date le cose sante ai cani e non gettate le vostre perle davanti ai porci, perché non le calpestino con le loro zampe e poi si voltino per sbranarvi.

Tutto quanto volete che gli uomini facciano a voi, anche voi fatelo a loro: questa infatti è la Legge e i Profeti.

Entrate per la porta stretta, perché larga è la porta e spaziosa la via che conduce alla perdizione, e molti sono quelli che vi entrano. Quanto stretta è la porta e angusta la via che conduce alla vita, e pochi sono quelli che la trovano!».

Questi versetti contengono due insegnamenti importanti. Il primo, sorprendentemente, parla di non gettare perle ai porci. In un contesto di inclusività universale, Gesù dice che non tutto deve essere predicato a tutti. I cani e i porci simboleggiano coloro che non hanno disposizione a ricevere, coloro che calcherebbero le cose sante sotto i piedi. C'è saggezza nel discernimento su come e a chi presentare il messaggio evangelico. Non è mancanza di amore, è prudenza pastorale. Poi Gesù proclama la Regola d'oro: "Tutto quello che volete che gli uomini facciano a voi, fatelo voi a loro". È il comando che sintetizza Legge e Profeti. Non è riducibile a nulla di più semplice, più universale, più profondo. Se ognuno praticasse questo, il mondo sarebbe trasformato. Poi l'avvertimento sulla porta stretta. La strada facile, la porta larga—molti la prendono. È la via della facilità, del compromesso, della ricerca di se stessi. La porta stretta—pochi la trovano. È la via di Cristo, che richiede morte a se stessi, il rifiuto di molte cose, la fedeltà alla verità anche quando è impopolare. Non è elitismo spirituale, ma realismo: la santità è difficile, il seguimento ha un costo.

**Per
riflettere**

Come vivo la Regola d'oro nelle mie relazioni? Scelgo la porta stretta o mi lascio trascinare dalla folla verso la porta larga?

Preghiera Finale

Signore, insegnami il discernimento,
come dosare la saggezza con la verità.
Fa' che viva la Regola d'oro non solo come ideale,
ma come pratica quotidiana con chi incontro.
Dammi il coraggio di scegliere la porta stretta,
anche quando pochi camminano con me.
Sia la mia vita una testimonianza della tua via. Amen.

Mercoledì
24 giugno 2026

Is 49, 1–6; Sal 138; At 13, 22–26
Natività di San Giovanni Battista

Preghiera Iniziale

Ti ringrazio, Signore, con tutto il cuore,
davanti agli angeli canto la tua lode.
Mi prostro verso il tuo tempio santo,
ringrazio il tuo nome per la tua fedeltà e il tuo amore.
Hai esaltato il tuo nome e la tua parola
oltre ogni cosa sulla terra.
Ascoltami quando grido a te,
donami forza come hai fatto con gli antichi.
La tua destra mi salva,
la tua grazia mi sostiene,
il Signore completerà la sua opera in me. Amen.

Dal Vangelo

secondo Luca (1, 57–66.80)

Ascolta

Per Elisabetta si compì il tempo del parto e diede alla luce un figlio. I vicini e i parenti udirono che il Signore aveva manifestato in lei la sua grande misericordia, e si rallegravano con lei.

Otto giorni dopo vennero per circoncidere il bambino e volevano chiamarlo con il nome di suo padre, Zaccarìa. Ma sua madre intervenne: «No, si chiamerà Giovanni». Le dissero: «Non c'è nessuno della tua parentela che si chiami con questo nome».

Allora domandavano con cenni a suo padre come voleva che si chiamasse. Egli chiese una tavoletta e scrisse: «Giovanni è il suo nome». Tutti furono meravigliati. All'istante si aprirono la sua bocca e la sua lingua, e parlava beneducendo Dio.

Tutti i loro vicini furono presi da timore, e per tutta la regione montuosa della Giudea si discorreva di tutte queste cose. Tutti coloro che le udivano, le custodivano in cuor loro, dicendo: «Che sarà mai questo bambino?». E davvero la mano del Signore era con lui.

Il bambino cresceva e si fortificava nello spirito. Visse in regioni deserte fino al giorno della sua manifestazione a Israele.

La nascita di Giovanni il Battista è il preludio alla nascita di Gesù. È un evento straordinario: Elisabetta, vecchia e sterile, concepisce. Il nome “Giovanni” significa “il Signore è misericordioso”—e infatti Elisabetta dice che il Signore ha mostrato la sua grande misericordia. Il silenzio di Zaccaria per tutto il tempo della gravidanza, la sua incredulità punita con la mutezza, la sua nuova parola quando conferma il nome—tutto questo parla di come Dio prepara il Battista a essere il precursore di Cristo. Il bambino è destinato a grandi cose. “Che sarà mai questo bambino?” si chiedono tutti. La mano del Signore è con lui. Cresce nel deserto, lontano dalle influenze del mondo. Il deserto è il luogo della preparazione spirituale, della purificazione, del silenzio davanti a Dio. Giovanni sarà il profeta che grida nel deserto, che prepara la via al Messia. La sua vita insegna l'importanza della penitenza, della semplicità, della fedeltà alla verità anche quando impopolare. Giovanni non cercherà la gloria, dirà di Gesù: “Io non sono degno di sciogliere il legaccio dei suoi sandali”. È l'umiltà perfetta del precursore.

**Per
riflettere**

Quale è la mia “vocazione” nel piano divino? Come posso crescere nella fede e nello spirito come Giovanni nel deserto?

Preghiera Finale

Signore, prepara la mia anima come hai preparato Giovanni.
Insegnami l'umiltà, la semplicità, la fedeltà.
Fa' che io non cerchi la gloria per me stesso,
ma che prepari la via perché altri incontrino Gesù.
Sia il mio silenzio a volte più eloquente delle mie parole,
e la mia vita una testimonianza della tua grazia. Amen.

Preghiera Iniziale

Ascolta, popolo mio, la mia legge,
porgi l'orecchio alle parole della mia bocca.
Aprirò la bocca in parabole,
proclamerò misteri fin dai tempi antichi.
Non voglio nasconderti i fatti, figlio,
tutto ciò che il Signore ha compiuto,
tutto ciò che abbiamo udito e conosciuto,
che i nostri padri ci hanno raccontato.
Noi non lo celeremo ai nostri figli,
ma racconteremo alla generazione futura
le lodi del Signore e la sua forza. Amen.

Dal Vangelo

secondo Matteo (7, 21–29)

Ascolta

In quel tempo, Gesù disse ai suoi discepoli: «Non chiunque mi dice: “Signore, Signore”, entrerà nel regno dei cieli, ma colui che fa la volontà del Padre mio che è nei cieli. In quel giorno molti mi diranno: “Signore, Signore, non abbiamo forse profetato nel tuo nome? E nel tuo nome non abbiamo forse scacciato demòni? E nel tuo nome non abbiamo forse compiuto molti prodigi?”. Ma allora io dichiarerò loro: “Non vi ho mai conosciuti. Allontanatevi da me, voi che operate l'iniquità!”.

Perciò chiunque ascolta queste mie parole e le mette in pratica, sarà simile a un uomo saggio, che ha costruito la sua casa sulla roccia. Cadde la pioggia, strariparono i fiumi, soffiarono i venti e si abatterono su quella casa, ma essa non cadde, perché era fondata sulla roccia. Chiunque ascolta queste mie parole e non le mette in pratica, sarà simile a un uomo stolto, che ha costruito la sua casa sulla sabbia. Cadde la pioggia, strariparono i fiumi, soffiarono i venti e si abatterono su quella casa, ed essa cadde e la sua rovina fu grande».

Quando Gesù ebbe terminato questi discorsi, le folle erano stupite del suo insegnamento: egli infatti insegnava loro come uno che ha autorità, e non come i loro scribi.

Gesù conclude il Sermone della Montagna con questa affermazione cruciale: non conta dire “Signore, Signore”, ma fare la volontà del Padre. C’è una categoria di persone che, nonostante i loro atti straordinari—profetizzeranno, scacceranno demoni, faranno miracoli—non entreranno nel regno perché non fanno la volontà del Padre. Questo è sorprendente e terribile. Significa che anche le opere grandi non bastano se non radicate nell’amore di Dio e nel servizio al prossimo. Gesù dice “Non vi ho mai conosciuti”—non è una questione di tempo o di memoria, è di relazione. Chi non fa la volontà del Padre non ha una relazione vera con Gesù, per quanto impressionanti siano le sue azioni. Poi la parabola della casa sulla roccia. La roccia è l’ascolto e la pratica della parola di Gesù. La sabbia è il sentire senza fare, la fede che resta lettera senza farsi carne. Quando vengono le tempeste della vita—e vengono sempre—solo la casa costruita sulla roccia regge. L’insegnamento finale nota che le folle erano stupite della sua autorità: insegnava come uno che sa, che ha autorità, non come gli scribi che citano sempre i maestri precedenti. C’è autorità nella verità quando è incarnata, praticata, non solo predicata.

Per riflettere

Ascolto la parola di Gesù e la pratico, o rimane nel mio intelletto senza trasformare la mia vita? Su che roccia sto costruendo la mia casa spirituale?

Preghiera Finale

Signore, fa’ che non mi fermi a dire il tuo nome,
ma che faccia la tua volontà.
Insegnami a non costruire sulla sabbia delle buone intenzioni,
ma sulla roccia solida della tua parola incarnata.
Dammi il coraggio di agire secondo la tua volontà,
anche quando è difficile, anche quando nessuno guarda.
Sia la mia casa spirituale costruita per durare l’eternità. Amen.

Preghiera Iniziale

Rendete grazie al Signore, perché è buono,
perché la sua misericordia dura per sempre.

Rendete grazie al Dio degli dei,
perché la sua misericordia dura per sempre.

Rendete grazie al Signore dei signori,
perché la sua misericordia dura per sempre.

Solo lui compie grandi meraviglie,
perché la sua misericordia dura per sempre.

Benedetto sia il Signore, nostro Dio,
il Dio di Israele, da ora e nei secoli dei secoli. Amen.

Dal Vangelo

secondo Matteo (8, 1–4)

Ascolta

Quando Gesù scese dal monte, molta folla lo seguì. Ed ecco, si avvicinò un lebbroso, si prostrò davanti a lui e disse: «Signore, se vuoi, puoi purificarmi».

Tese la mano e lo toccò dicendo: «Lo voglio: sii purificato!». E subito la sua lebbra fu guarita.

Poi Gesù gli disse: «Guàrdati bene dal dirlo a qualcuno; va' invece a mostrarti al sacerdote e presenta l'offerta prescritta da Mosè come testimonianza per loro».

Il lebbroso rappresenta il più emarginato della società ebraica. La lebbra non è solo una malattia fisica, è una morte sociale: il lebbroso è isolato, rifiutato, toccato da nessuno. Quando si avvicina a Gesù, rompe ogni legge del puro e dell'impuro. E la sua supplica è straordinaria: "Se vuoi, puoi purificarmi". Non chiede se Gesù può, assume che può. Chiede se vuole. È una questione di volontà di Gesù, non di capacità. Gesù risponde con tre gesti rivoluzionari: tende la mano e lo tocca—atto illegale secondo la legge levitica, atto di straordinaria umanità; parla: "Lo voglio"; accade la purificazione istantanea. Il tocco di Gesù non lo rende impuro: al contrario, purifica il lebbroso. Così la grazia di Cristo agisce. Poi Gesù chiede di mostrare il miracolo al sacerdote e di fare l'offerta prescritta—non è segretezza totale, è obbedienza alla legge, è reintegrazione nella comunità. Il silenzio richiesto non è perché il miracolo sia privato, ma perché non diventi spettacolo. Il lebbroso guarito sarà il testimone vivente, la prova della potenza di Gesù. Questa guarigione inaugura la serie di miracoli del capitolo 8 di Matteo, mostrando che il Messia ha potere su ogni malattia, ogni sofferenza.

**Per
riflettere**

Quale "lebbra" spirituale porto? Credo veramente che Gesù possa purificarmi? Oso avvicinarmi a lui nonostante mi senta sporco di peccato?

Preghiera Finale

Signore Gesù, tocca la mia lebbra spirituale.

Io credo che puoi purificarmi,

e che vuoi farlo per misericordia infinita.

Come il lebbroso, mi prostro davanti a te,
chiedendo non se puoi, ma se vuoi guarirmi.

Rispondimi come hai risposto a lui: "Lo voglio, sii purificato!". Amen.

Preghiera Iniziale

Certamente Dio è buono verso Israele,
verso chi ha il cuore puro.
Quasi avevo perso i piedi,
poco mancava che scivolassi.
Ho infatti invidiato gli empi,
vedendo la prosperità dei malvagi.
Ma quando entrai nel santuario di Dio
compresi la sorte finale di costoro.
Tu mi hai preso per la mano destra,
tu mi guiderai con il tuo consiglio. Amen.

Dal Vangelo

secondo Matteo (8, 5-17)

Ascolta

In quel tempo, entrato Gesù in Cafarnaò, gli venne incontro un centurione che lo scongiurava e diceva: «Signore, il mio servo è in casa, a letto, paralizzato e soffre terribilmente». Gli disse: «Verrò e lo guarirò». Ma il centurione rispose: «Signore, io non sono degno che tu entri sotto il mio tetto, ma di' soltanto una parola e il mio servo sarà guarito. Pur essendo anch'io un subalterno, ho dei soldati sotto di me e dico a uno: "Va!", ed egli va; e a un altro: "Vieni!", ed egli viene; e al mio servo: "Fa' questo!", ed egli lo fa».

Ascoltandolo, Gesù si meravigliò e disse a quelli che lo seguivano: «In verità io vi dico, in Israele non ho trovato nessuno con una fede così grande! Ora io vi dico che molti verranno dall'oriente e dall'occidente e siederanno a mensa con Abramo, Isacco e Giacobbe nel regno dei cieli, mentre i figli del regno saranno cacciati fuori, nelle tenebre, dove sarà pianto e stridore di denti». E Gesù disse al centurione: «Va', avvenga per te come hai creduto». In quell'istante il suo servo fu guarito.

Entrato nella casa di Pietro, Gesù vide la suocera di lui che era a letto con la febbre. Le toccò la mano e la febbre la lasciò; poi ella si alzò e lo serviva.

Venuta la sera, gli portarono molti indemoniati ed egli scacciò gli spiriti con la parola e guarì tutti i malati, perché si compisse ciò che era stato detto per mezzo del profeta Isaia: «Egli ha preso le nostre infermità e si è caricato delle malattie».

Il centurione romano, un pagano, rappresenta un contrasto stridente con le aspettative ebraiche. È autorità militare, nemico occupante, e tuttavia possiede una fede che Gesù non trova neanche in Israele. La sua umiltà è straordinaria: “Non sono degno che tu entri sotto il mio tetto”. Comprende l’autorità in modo profondo: lui stesso è sotto autorità, e comanda a altri. Così riconosce che Gesù opera per autorità, non per presenza fisica. “Di’ soltanto una parola e il mio servo sarà guarito”—è una fiducia che penetra il mistero della potenza divina. Gesù rimane meravigliato—poche volte nel Vangelo Gesù è detto meravigliato! Dice che molti verranno da oriente e occidente, mentre “i figli del regno”—gli ebrei che si aspettavano di essere inclusi automaticamente—saranno esclusi. La salvezza non è per nascita o nazionalità, ma per fede. Poi guarisce il servo e la suocera di Pietro, e molti altri. È una cascata di guarigioni. Matteo concluda citando Isaia: “Ha preso le nostre infermità e si è caricato delle nostre malattie”. Gesù non solo insegna la salvezza, la incarna soffrendo con e per noi. Le guarigioni fisiche sono segno della guarigione spirituale che offre.

**Per
riflettere**

La mia fede è limitata da concetti umani di “meritare” la grazia di Dio? Come posso sviluppare una fiducia più profonda nella sua autorità e potenza?

Preghiera Finale

Signore, insegnami la fede del centurione.

Non per vista, ma per parola creda in te.

Comprendo che la tua autorità non ha confini,
che una sola parola tua può trasformare tutto.

Guarisci le mie infermità spirituali,

porta il peso dei miei peccati sulla croce.

Sia la mia fede grande come quella del centurione pagano. Amen.

Domenica
28 giugno 2026

2Re 4, 8–11.14–16a; Sal 88; Rm 6, 3–4.8–11

Sant'Ireneo

Salterio: prima settimana

Preghiera Iniziale

Le tue fedeltà, Signore, le canterò per sempre,
annunzierò la tua lealtà di generazione in generazione.
Così hanno detto: “Fedeltà eterna è fondata nei cieli,
tu hai stabilito la tua lealtà come il firmamento”.

Ho concluso un patto con il mio eletto,
ho giurato a Davide, mio servo:
“Stabilirò la tua discendenza per sempre,
affermerò il tuo trono per ogni generazione”.
Benedetto sia il Signore in eterno. Amen.

Dal Vangelo

secondo Matteo (10, 37–42)

Ascolta

In quel tempo, Gesù disse ai suoi apostoli: «Chi ama padre o madre più di me non è degno di me; chi ama figlio o figlia più di me non è degno di me; chi non prende la propria croce e non mi segue, non è degno di me.

Chi avrà tenuto per sé la propria vita, la perderà, e chi avrà perduto la propria vita per causa mia, la troverà.

Chi accoglie voi accoglie me, e chi accoglie me accoglie colui che mi ha mandato.

Chi accoglie un profeta perché è un profeta, avrà la ricompensa del profeta, e chi accoglie un giusto perché è un giusto, avrà la ricompensa del giusto.

Chi avrà dato da bere anche un solo bicchiere d'acqua fresca a uno di questi piccoli perché è un discepolo, in verità io vi dico: non perderà la sua ricompensa».

Questo insegnamento di Gesù sembra durissimo: non può essere suo discepolo chi ama più di lui persino i familiari più cari. Non è un'esortazione alla durezza di cuore, ma al chiarimento delle priorità. Quando c'è conflitto tra la volontà di Dio e gli affetti naturali, la scelta deve cadere su Dio. "Chi non prende la sua croce"—ogni discepolo ha la sua croce, il suo modo particolare di soffrire e morire a se stesso per amore di Cristo. Poi il paradosso della perdita e del ritrovo: "Chi avrà trovato la sua vita, la perderà"—chi cerca di preservare, accumulare, proteggere la propria vita mondana la perderà. "Chi avrà perso la sua vita per causa mia, la troverà"—qui la perdita è guadagno. È il mistero della morte che conduce a vita nuova. Poi Gesù parla dell'ospitalità spirituale: "Chi accoglie voi accoglie me". Gli apostoli rappresentano Cristo nel mondo. Accoglierli è accogliere Cristo. E anche il bicchiere d'acqua fresca a uno dei piccoli—ogni atto di carità verso gli ultimi è per Gesù. C'è una solidarietà mistica fra Cristo e i sofferenti, i piccoli, gli emarginati. Quando facciamo bene al piccolo, facciamo a Gesù.

**Per
riflettere**

Sono disposto a una perdita reale per seguire Gesù? Come integro la famiglia naturale con la mia famiglia spirituale? Dove sto mancando di piccoli atti di carità verso i "piccoli"?

Preghiera Finale

Signore, insegnami a prendere la mia croce.

Fa' che sia pronto a perdere la mia vita
per trovare la vita eterna in te.

Aiutami a riconoscere te in ogni volto sofferente,
in ogni piccolo che incontro.

Un bicchiere d'acqua fredda, un gesto di tenerezza,
tutto questo conta agli occhi di Dio. Amen.

Lunedì
29 giugno 2026

At 12, 1–11; Sal 33; 2Tm 4, 6–8.17–18
Santi Pietro e Paolo

Preghiera Iniziale

Esultate, giusti, nel Signore!
Celebrate il Signore con la cetra,
con la lira dalla voce melodiosa.
Cantate al Signore un canto nuovo,
suonate con acclamazione le corde della cetra.
Perché la parola del Signore è retta,
fedele è tutta la sua opera.
Il Signore ama la giustizia e il diritto,
la terra è piena della sua misericordia. Amen.

Dal Vangelo

secondo Matteo (16, 13–19)

Ascolta

In quel tempo, Gesù, giunto nella regione di Cesarèa di Filippo, domandò ai suoi discepoli: «La gente, chi dice che sia il Figlio dell'uomo?». Risposero: «Alcuni dicono Giovanni il Battista, altri Elia, altri Geremìa o qualcuno dei profeti».

Disse loro: «Ma voi, chi dite che io sia?». Rispose Simon Pietro: «Tu sei il Cristo, il Figlio del Dio vivente».

E Gesù gli disse: «Beato sei tu, Simone, figlio di Giona, perché né carne né sangue te lo hanno rivelato, ma il Padre mio che è nei cieli. E io a te dico: tu sei Pietro e su questa pietra edificherò la mia Chiesa e le potenze degli inferi non prevarranno su di essa. A te darò le chiavi del regno dei cieli: tutto ciò che legherai sulla terra sarà legato nei cieli, e tutto ciò che scioglierai sulla terra sarà sciolto nei cieli».

Nel giorno dei Santi Pietro e Paolo celebriamo i due pilastri della Chiesa primitiva. La proclamazione di Pietro è il momento di svolta cruciale: riconosce Gesù non per deduzione logica, ma per rivelazione del Padre. “Tu sei il Cristo, il Figlio del Dio vivente”—è la confessione più alta, la dichiarazione che Gesù è il Messia atteso, il Figlio di Dio. Gesù loda Pietro per questa confessione, che viene da sopra, da Dio, non da ragionamento umano. Poi fa un gioco di parole: “Tu sei Pietro, e su questa pietra edificherò la mia Chiesa”. Pietro, pietra, è il fondamento. Non perché Pietro sia perfetto—sappiamo che è debole, che rinnegherà Gesù—ma perché confessa Cristo. E a lui dà le chiavi del regno—autorità di legare e sciogliere. La Chiesa ha autorità dal Cielo. Questo non significa che la Chiesa è infallibile in tutto, ma che ha un fondamento nella parola di Cristo, una guida dello Spirito Santo. Paolo, colui che inizialmente perseguitava i cristiani, diventerà l’apostolo dei Gentili, colui che porterà il Vangelo fino ai confini del mondo conosciuto. Pietro e Paolo, differenti nel temperamento e nella missione, tuttavia uniti in Cristo, martirizzati per la fede a Roma. La loro morte è il frutto della loro fede, la testimonianza suprema della loro appartenenza a Cristo.

Per riflettere

Quale è la mia confessione di fede di Cristo? È basata su rivelazione interiore o solo su tradizione e convenzione? Come posso essere “Pietro”—una pietra viva sulla quale Cristo edifichi?

Preghiera Finale

Signore Gesù, Cristo, Figlio del Dio vivente,
come Pietro confesso la tua identità divina.
Fa' che la mia fede non sia fragile come pietra,
ma salda come il fondamento della tua Chiesa.

Nel mio piccolo posto, nel mio ambiente,
dammi l’autorità di testimoniare la tua realtà.
Sii tu il fondamento del mio essere. Amen.

Martedì

30 giugno 2026

Am 3, 1–8; 4, 11–12; Sal 5

Preghiera Iniziale

Ascolta, Signore, le mie parole,
prendi in considerazione il mio grido.

Stendi l'orecchio alla mia voce,
sei tu il mio re e il mio Dio.

Nella tua misericordia entro in casa tua,
mi prostro davanti al tuo tempio santo nel timore.

Guidami, Signore, nella tua giustizia,
per i miei nemici rendimi diritto il tuo sentiero. Amen.

Dal Vangelo

secondo Matteo (8, 23–27)

Ascolta

In quel tempo, salito Gesù sulla barca, i suoi discepoli lo seguirono. Ed ecco, avvenne nel mare un grande sconvolgimento, tanto che la barca era coperta dalle onde; ma egli dormiva.

Allora si accostarono a lui e lo svegliarono, dicendo: «Salvaci, Signore, siamo perduti!». Ed egli disse loro: «Perché avete paura, gente di poca fede?». Poi si alzò, minacciò i venti e il mare e ci fu grande bonaccia.

Tutti, pieni di stupore, dicevano: «Chi è mai costui, che perfino i venti e il mare gli obbediscono?».

L'immagine è straordinaria: Gesù dorme durante una tempesta sul mare, mentre i discepoli sono terrorizzati. Il mare rappresenta il caos, l'ignoto, la morte. I discepoli gridano "Siamo perduti!", e Gesù, risvegliandosi, chiede perché abbiano paura, se hanno poca fede. Non è un rimprovero crudele, ma un insegnamento: la fede dovrebbe calmare la paura. Se credessero veramente che Gesù è con loro, che non li lascerà perire, non avrebbero terrore. Poi Gesù agisce: "minacciò i venti e il mare". Con una semplice parola di comando, la tempesta cessa. È un miracolo che rivela la sua divinità: solo Dio ha potere sulle forze della natura. La reazione dei discepoli è l'unica appropriata: stupore e la domanda cruciale "Chi è costui?". È una domanda che ogni lettore del Vangelo deve porsi. Chi è Gesù? Non solo un maestro, non solo un profeta, ma colui che comanda agli elementi stessi. La paura dei discepoli è trasformata in stupore reverenziale. La tempesta diventa occasione di rivelazione. Anche oggi, nelle "tempeste" della nostra vita—crisi, sofferenza, incertezza—Gesù è con noi. Spesso sentiamo che dorme, che non interviene, ma è una prova della fede: credere nonostante le apparenze, confidare anche quando tutto sembra perduto.

**Per
riflettere**

Quali "tempeste" sto attraversando? Grido a Gesù da disperato, o confido nella sua presenza anche se sembra addormentato? Come la mia fede influisce sulla mia paura?

Preghiera Finale

Signore Gesù, sei tu il potere che comanda persino i venti.

Nella mia tempesta, risvegliati e di': "Pace!".

Aumenta la mia fede, affinché la paura non mi paralizzi.

Insegnami a dormire tranquillo sapendo che tu vigili,

a credere nel tuo intervento

anche quando tutto sembra perduto.

Chi sei, Gesù? Mio Salvatore, mio Signore. Amen.

La predica è efficace quando parlano le opere

Ufficio delle Letture del 13 giugno
Memoria di Sant'Antonio da Padova

Dai «Discorsi» di sant'Antonio di Padova, sacerdote

Chi è pieno di Spirito Santo parla in diverse lingue. Le diverse lingue sono le varie testimonianze su Cristo: così parliamo agli altri di umiltà, di povertà, di pazienza e obbedienza, quando le mostriamo presenti in noi stessi. La predica è efficace, ha una sua eloquenza, quando parlano le opere. Cessino, ve ne prego, le parole, parlino le opere. Purtroppo siamo ricchi di parole e vuoti di opere, e così siamo maledetti dal Signore, perché egli maledì il fico, in cui non trovò frutto, ma solo foglie. «Una legge, dice Gregorio, si imponga al predicatore: metta in atto ciò che predica». Inutilmente vanta la conoscenza della legge colui che con le opere distrugge la sua dottrina.

Gli apostoli «cominciarono a parlare in altre lingue come lo Spirito Santo dava loro il potere di esprimersi» (At 2, 4). Beato dunque chi parla secondo il dettame di questo Spirito e non secondo l'inclinazione del suo animo. Vi sono infatti alcuni che parlano secondo il loro spirito, rubano le parole degli altri e le propalano come proprie. Di costoro e dei loro simili il Signore dice a Geremia: «Perciò, eccomi contro i profeti, oracolo del Signore, che muovono la lingua per dare oracoli. Eccomi contro i profeti di sogni menzogneri, dice il Signore, che li raccontano e traviano il mio popolo con menzogne e millanterie. Io non li ho inviati né ho dato alcun ordine. Essi non gioveranno affatto a questo popolo. Parola del Signore» (Ger 23, 30–32).

Parliamo quindi secondo quanto ci è dato dallo Spirito Santo, e supplichiamo umilmente che ci infonda la sua grazia per realizzare di nuovo il giorno di Pentecoste nella perfezione dei cinque sensi e nell'osservanza del decalogo. Preghiamo che ci ricolmi di un potente spirito di contrizione e che accenda in noi le lingue di fuoco per la professione della fede, perché, ardenti e illuminati negli splendori dei santi, meritiamo di vedere Dio uno e trino.

La santità nella Chiesa.

Vocazione universale alla santità

Ufficio delle Letture del 17 giugno

Solemnità di San Ranieri

Dalla Costituzione dogmatica «Lumen Gentium» del Concilio Ecumenico Vaticano II sulla Chiesa, 39–40

La Chiesa, il cui mistero è esposto dal sacro Concilio, è agli occhi della fede indefettibilmente santa. Infatti Cristo, Figlio di Dio, il quale col Padre e lo Spirito è proclamato «il solo Santo», amò la Chiesa come sua sposa e diede se stesso per essa, al fine di santificarla (cfr. Ef 5, 25–26), l'ha unita a sé come suo corpo e l'ha riempita col dono dello Spirito Santo, per la gloria di Dio. Perciò tutti nella Chiesa, sia che appartengano alla gerarchia, sia che siano retti da essa, sono chiamati alla santità, secondo le parole dell'Apostolo: «Sì, ciò che Dio vuole è la vostra santificazione» (1 Ts 4, 3; cfr. Ef 1, 4). Orbene, questa santità della Chiesa costantemente si manifesta e si deve manifestare nei frutti della grazia che lo Spirito produce nei fedeli; si esprime in varie forme in ciascuno di quelli che tendono alla carità perfetta nella linea propria di vita ed edificano gli altri; e in un modo tutto suo proprio si manifesta nella pratica dei consigli che si sogliono chiamare evangelici. Questa pratica dei consigli, abbracciata da molti cristiani per impulso dello Spirito Santo, sia a titolo privato, sia in una condizione o stato sanciti nella Chiesa, porta e deve portare nel mondo una luminosa testimonianza e un esempio di questa santità.

Il Signore Gesù, maestro e modello divino di ogni perfezione, a tutti e a ciascuno dei suoi discepoli di qualsiasi condizione ha predicato quella santità di vita, di cui egli stesso è autore e perfezionatore: «Siate dunque perfetti come è perfetto il vostro Padre celeste» (Mt 5, 48). Mandò infatti a tutti lo Spirito Santo, che li muova internamente ad amare Dio con tutto il cuore, con tutta l'anima, con tutta la mente, con tutte le forze (cfr. Mc 12, 30), e ad amarsi a vicenda come Cristo ha amato loro (cfr. Gv 13, 34; 15, 12). I seguaci di Cristo, chiamati da Dio, non a titolo delle loro opere, ma a titolo del suo disegno e della grazia, giustificati in Gesù nostro Signore, nel battesimo della fede sono stati fatti veramente figli di Dio e compartecipi della natura divina, e perciò realmente santi. Essi quindi devono, con l'aiuto di Dio, mantenere e perfezionare con la loro vita la santità che hanno ricevuto. Li ammonisce l'Apostolo che vivano «come si conviene a santi» (Ef 5, 3), si rivestano «come si conviene a eletti di Dio, santi e prediletti, di sentimenti di misericordia, di bontà, di umiltà, di dolcezza e di pazienza» (Col 3, 12) e portino i frutti dello Spirito per la loro santificazione (cfr. Gal 5, 22; Rm 6, 22). E poiché tutti commettiamo molti sbagli (cfr. Gc 3, 2), abbiamo continuamente bisogno della misericordia di Dio e dobbiamo ogni giorno pregare: «Rimetti a noi i nostri debiti» (Mt 6, 12).

È dunque evidente per tutti, che tutti coloro che credono nel Cristo di qualsiasi stato o rango, sono chiamati alla pienezza della vita cristiana e alla perfezione della carità e che tale santità promuove nella stessa società terrena un tenore di vita più umano. Per raggiungere questa perfezione i fedeli usino le forze ricevute secondo la misura con cui Cristo volle donarle, affinché, seguendo l'esempio di lui e diventati conformi alla sua immagine, in tutto obbedienti alla volontà del Padre, con piena generosità si consacrino alla gloria di Dio e al servizio del prossimo. Così la santità del popolo di Dio crescerà in frutti abbondanti, come è splendidamente dimostrato nella storia della Chiesa dalla vita di tanti santi.

Voce di chi grida nel deserto

Ufficio delle Letture del 24 giugno
Natività di San Giovanni Battista

Dai «Discorsi» di sant'Agostino, vescovo (Disc. 293, 1–3; PL 38, 1327–1328)

La Chiesa festeggia la natività di Giovanni, attribuendole un particolare carattere sacro. Di nessun santo, infatti, noi celebriamo solennemente il giorno natalizio; celebriamo invece quello di Giovanni e quello di Cristo. Giovanni però nasce da una donna avanzata in età e già sfiorita. Cristo nasce da una giovinetta vergine. Il padre non presta fede all'annuncio sulla nascita futura di Giovanni e diventa muto. La Vergine crede che Cristo nascerà da lei e lo concepisce nella fede.

Sembra che Giovanni sia posto come un confine fra due Testamenti, l'Antico e il Nuovo. Infatti che egli sia, in certo qual modo, un limite lo dichiara lo stesso Signore quando afferma: «La Legge e i Profeti fino a Giovanni» (Lc 16, 16). Rappresenta dunque in sé la parte dell'Antico e l'annuncio del Nuovo. Infatti, per quanto riguarda l'Antico, nasce da due vecchi. Per quanto riguarda il Nuovo, viene proclamato profeta già nel grembo della madre. Prima ancora di nascere, Giovanni esultò nel seno della madre all'arrivo di Maria. Già da allora aveva avuto la nomina, prima di venire alla luce. Viene indicato già di chi sarà precursore, prima ancora di essere da lui visto. Questi sono fatti divini che sorpassano i limiti della pochezza umana. Infine nasce, riceve il nome, si scioglie la lingua del padre. Basta riferire l'accaduto per spiegare l'immagine della realtà.

Zaccaria tace e perde la voce fino alla nascita di Giovanni, precursore del Signore, e solo allora riacquista la parola. Che cosa significa il silenzio di Zaccaria se non la profezia non ben definita, e prima della predicazione di Cristo ancora oscura? Si fa manifesta alla sua venuta. Diventa chiara quando sta per arrivare il preannunziato. Il dischiudersi della favella di Zaccaria alla nascita di Giovanni è lo stesso che lo scindersi del velo nella passione di Cristo. Se Giovanni avesse annunziato se stesso non avrebbe aperto la bocca a Zaccaria. Si scioglie la lingua perché nasce la voce. Infatti a Giovanni, che preannunziava il Signore, fu chiesto: «Chi sei tu?» (Gv 1, 19). E rispose: «Io sono voce di uno che grida nel deserto» (Gv 1, 23). Voce è Giovanni, mentre del Signore si dice: «In principio era il Verbo» (Gv 1, 1). Giovanni è voce per un po' di tempo; Cristo invece è il Verbo eterno fin dal principio.

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. In alternativa puoi ricevere la scheda direttamente al tuo indirizzo email iscrivendoti alla **mailing list** attraverso il sito 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

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



Online, sul sito:
www.ascoltaemedita.it/prega



€ 2.50

ascoltaemedita.it

Anno XXI n. 6
Giugno 2026

Arcidiocesi di Pisa