ANNO PASTORALE 2021|22

DIOCESI DI NOVARA
UFFICIO PER LA PASTORALE GIOVANILE

SUSSIDIO DI PREGHIERA QUOTIDIANA

RIPARTIAMO A VITA* PIENA

*CON LA "V" MAIUSCOLA

MAGGIO 2022

RIPARTIAMO A VITA* PIENA

*CON LA "V" MAIUSCOLA

ANNO PASTORALE 2021|22

DIOCESI DI NOVARA
UFFICIO PER LA PASTORALE GIOVANILE

SUSSIDIO DI PREGHIERA QUOTIDIANA

a cura dell'Ufficio per la Pastorale Giovanile
della Diocesi di Novara

CREDITS

Per i commenti e le preghiere:
Iolanda Pulice
Suor Alba
Lucia e Marco Mocchi
Chiara Ferri
Denise Manfredi
Michele Balzaretti

Progetto editoriale:
Ufficio diocesano per la Pastorale Giovanile

Progetto grafico:
Matteo "Cinzio" Riva

Le citazioni bibliche sono tratte da La Sacra Bibbia
nella versione ufficiale a cura della Conferenza Episcopale Italiana 2008
Fondazione di Religione Santi Francesco d'Assisi e Caterina da Siena.

DIOCESI
DI NOVARA
UFFICIO PER LA
PASTORALE
GIOVANILE

a cura dell'Ufficio per la Pastorale Giovanile
della Diocesi di Novara

Come è possibile che il pane e il vino diventino il Corpo e il Sangue di Cristo?

Cosa è l'Eucaristia? Come sappiamo, pane e vino diventano Corpo e Sangue di Cristo al momento della consacrazione, quando il sacerdote pronuncia su di essi le stesse parole di Gesù nell'ultima cena. Questa trasformazione prende il nome di "transustanziazione": mutazione integrale e definitiva della sostanza del pane e del vino nella sostanza del Corpo e Sangue di Cristo, mentre permangono le specie del pane e del vino, ciò che noi vediamo e gustiamo.

La preghiera eucaristica è però molto più ampia della sola consacrazione; per comprenderne la natura e apprezzarne la bellezza, proviamo a mostrarne in modo molto semplice e sintetico qualche aspetto importante, utile anche per rispondere alla nostra domanda iniziale.

Prendiamo in considerazione alcuni elementi della parte centrale della preghiera eucaristica, che ruota attorno alla preghiera consacratoria: vi troviamo due invocazioni allo Spirito Santo, dette Epiclesi. La prima, è l'invocazione sulle offerte (sul pane e sul vino), perché diventino Corpo e Sangue di Cristo. La seconda, dopo la consacrazione, è la richiesta allo Spirito di radunare in un solo corpo coloro che partecipano al Corpo e Sangue di Cristo. Successivamente, le preghiere di intercessione allargano una simile richiesta fino a comprendere tutta la chiesa. La chiesa quindi, nella preghiera eucaristica, non solo supplica lo Spirito di operare la transustanziazione del pane e del vino, ma chiede di operare la mutazione di noi credenti nel corpo ecclesiale, nel Corpo di Cristo. Nel primo millennio della storia cristiana, l'Eucaristia era chiamata Corpo Mistico di Cristo, mentre la chiesa era detta Corpo di Cristo. La chiesa celebrando l'eucaristia edifica sé stessa mentre rende realmente presente il mistero che la fa esistere: si stratta di due realtà inseparabili, la chiesa fa l'eucaristia e l'eucaristia fa la chiesa.

Qual è il frutto dell'Eucaristia? L'unità della comunità ecclesiale è il frutto del dono che Gesù fa di sé nell'ultima cena, durante la quale, anticipa realmente la sua morte nei segni del pane e del vino e lascia ai suoi il comando di fare memoria di quel suo gesto profetico. Gesù sceglie di consegnarsi per evitare che chiunque altro, dalla sua parte o dalla parte dei nemici, possa morire, salvando la vita a tutti in un momento di grande tensione, portata al culmine dalla decisione da parte dei capi del popolo di eliminarlo. I discepoli saranno dispersi dagli avvenimenti che di lì a poco accadranno, faranno fatica a comprendere il modo nel quale il Signore realizza la salvezza di tutti. In un primo momento la delusione e la tristezza dominano la scena. Le attese dei discepoli erano molto diverse.

Riunendosi, ripercorrendo la storia di Gesù, rileggendo le Scritture alla luce della Pasqua, obbedendo al comando di ripetere i suoi gesti e le sue parole, i discepoli giungeranno a riconoscere che proprio il Crocifisso è il Risorto, cioè che il modo di vivere e di morire di Gesù è la Vita Nuova, liberata dal peccato, dalla seduzione del male e dal potere delle morte.
Noi spesso scegliamo il modo nel quale Dio deve venire, scegliamo in chi deve venire, tempi, forme, volto della sua venuta. Dio si rende presente nei segni fragili del pane e del vino, nel fratello più piccolo, nella debolezza di ciascuno: il sacramento permette di fare questo passaggio, questa Pasqua, poiché rende possibile a noi lo stesso percorso che i discepoli hanno fatto per riconoscere Gesù Risorto, realmente presente oggi come allora nella sua comunità riunita nel fare memoria e rendere grazie.

Come vivere l'Eucaristia? Il sacrificio di Gesù rende possibile l'unità tra i fratelli e con il Padre, infranta dal peccato che è separazione da Dio e dall'altro. In questo mondo segnato dal peccato, siamo chiamati ad amare come Gesù, in modo eucaristico, secondo il suo comando: "Amatevi gli uni gli altri come io ho amato voi" (Gv 15,12), ma non si tratta semplicemente di una nostra prestazione, di un ulteriore dovere. Si entra nella Vita Nuova con la liturgia, il mistero di Amore che è in gioco ci precede. I discepoli fanno la sorprendente scoperta di aver compreso poco di Gesù. Gesù è colui che è talmente libero da sé stesso, dai propri progetti, dalla propria salvezza da poter persino perdere la vita. È libero persino dalla sua missione, perché non se ne è appropriato, sa di averla ricevuta dal Padre, vive nell'abbandono e nella consegna. Per questo può amare fino alla fine. Ecco la vita nuova: la libertà di essere ciò che si è, di sapersi figli amati. Libertà da ogni paura, dalla paura di morire, cioè di non esistere, di non esserci, di essere soli, di sparire. La paura di essere

vulnerabili giustifica l'attacco. La paura che l'altro approfitti della mia debolezza giustifica l'uso della stessa moneta. La paura di non essere all'altezza mi mette in competizione: paura di non essere adeguati, di essere sbagliati. Siamo amati. Quindi liberi. La felicità dell'essere l'uno nell'altro è possibile quando si è liberi di non cercare sé stessi. L'uomo vecchio, che si fonda su di sé, deve morire. I discepoli hanno iniziato la Vita Nuova solo dopo aver sperimentato la morte di ogni illusione su di sé. Un Altro deve vivere in noi per divenire ciò che siamo. Ecco l'Eucaristia, la comunione di vita con il Gesù, il Vivente. Per vivere liberi c'è una sola via: consegnarsi, come Gesù, che trasforma il gesto di altri di tradirlo, di consegnarlo, in una scelta di amore per tutti.
Non è possibile essere discepoli da soli, senza la partecipazione all'Eucaristia. La Vita Nuova non è il prodotto delle nostre capacità ma dono che viene dall'alto, Pane disceso dal cielo che ci rende Corpo di Cristo perché ci libera da ogni schiavitù, e solo chi è libero può amare veramente.

Suggerisco la lettura di un libro molto bello e accessibile: "Conosci davvero l'eucaristia?" di Cesare Giraudo, edizioni Qiqajon.

Don Tiziano Righetto

MAGGIO 01* domenica

III DOMENICA DI PASQUA

Apri, o Spirito, i miei occhi e il mio cuore, per vedere le doti dei fratelli attorno a me.

Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

1ª lettura*

Dagli Atti degli Apostoli (5, 27b-32. 40b-41)

In quei giorni, il sommo sacerdote interrogò gli apostoli dicendo: «Non vi avevamo espressamente proibito di insegnare in questo nome? Ed ecco, avete riempito Gerusalemme del vostro insegnamento e volete far ricadere su di noi il sangue di quest'uomo». Rispose allora Pietro insieme agli apostoli: «Bisogna obbedire a Dio invece che agli uomini. Il Dio dei nostri padri ha risuscitato Gesù, che voi avete ucciso appendendolo a una croce. Dio lo ha innalzato alla sua destra come capo e salvatore, per dare a Israele conversione e perdono dei peccati. E di questi fatti siamo testimoni noi e lo Spirito Santo, che Dio ha dato a quelli che gli obbediscono». Fecero flagellare gli apostoli e ordinarono loro di non parlare nel nome di Gesù. Quindi li rimisero in libertà. Essi allora se ne andarono via dal Sinedrio, lieti di essere stati giudicati degni di subire oltraggi per il nome di Gesù.

2ª lettura*

Dal libro dell'Apocalisse di san Giovanni Apostolo (5, 11-14)

Io, Giovanni, vidi, e udii voci di molti angeli attorno al trono e agli esseri viventi e agli anziani. Il loro numero era miriadi di miriadi e migliaia di migliaia e dicevano a gran voce:
«L'Agnello, che è stato immolato,
è degno di ricevere potenza e ricchezza,
sapienza e forza,
onore, gloria e benedizione».
Tutte le creature nel cielo e sulla terra, sotto terra e nel mare, e tutti gli esseri che vi si trovavano, udii che dicevano:
«A Colui che siede sul trono e all'Agnello

lode, onore, gloria e potenza,
nei secoli dei secoli».
E i quattro esseri viventi dicevano: «Amen». E gli anziani si prostrarono in adorazione.

vangelo*

Dal Vangelo secondo Giovanni (21, 1-19)

In quel tempo, Gesù si manifestò di nuovo ai discepoli sul mare di Tiberìade. E si manifestò così: si trovavano insieme Simon Pietro, Tommaso detto Dìdimo, Natanaèle di Cana di Galilea, i figli di Zebedèo e altri due discepoli. Disse loro Simon Pietro: «Io vado a pescare». Gli dissero: «Veniamo anche noi con te». Allora uscirono e salirono sulla barca; ma quella notte non presero nulla.
Quando già era l'alba, Gesù stette sulla riva, ma i discepoli non si erano accorti che era Gesù. Gesù disse loro: «Figlioli, non avete nulla da mangiare?». Gli risposero: «No». Allora egli disse loro: «Gettate la rete dalla parte destra della barca e troverete». La gettarono e non riuscivano più a tirarla su per la grande quantità di pesci. Allora quel discepolo che Gesù amava disse a Pietro: «È il Signore!». Simon Pietro, appena udì che era il Signore, si strinse la veste attorno ai fianchi, perché era svestito, e si gettò in mare. Gli altri discepoli invece vennero con la barca, trascinando la rete piena di pesci: non erano infatti lontani da terra se non un centinaio di metri. Appena scesi a terra, videro un fuoco di brace con del pesce sopra, e del pane. Disse loro Gesù: «Portate un po' del pesce che avete preso ora». Allora Simon Pietro salì nella barca e trasse a terra la rete piena di centocinquantatré grossi pesci. E benché fossero tanti, la rete non si squarciò. Gesù disse loro: «Venite a mangiare». E nessuno dei discepoli osava domandargli: «Chi sei?», perché sapevano bene che era il Signore. Gesù si avvicinò, prese il pane e lo diede loro, e così pure il pesce. Era la terza volta che Gesù si manifestava ai discepoli, dopo essere risorto dai morti. Quand'ebbero mangiato, Gesù disse a Simon Pietro: **«Simone, figlio di Giovanni, mi ami più di costoro?».** Gli rispose: «Certo, Signore, tu lo sai che ti voglio bene». Gli disse: «Pasci i miei agnelli». Gli disse di nuovo, per la seconda volta: «Simone, figlio di Giovanni, mi ami?». Gli rispose: «Certo, Signore, tu lo sai che ti voglio bene». Gli disse: «Pascola le mie pecore». Gli disse per la terza volta: «Simone, figlio di Giovanni, mi vuoi bene?». Pietro rimase addolorato che per la terza volta gli domandasse: «Mi vuoi bene?», e gli disse: «Signore, tu conosci tutto; tu sai che ti voglio bene». Gli rispose Gesù: «Pasci le mie pecore. In verità, in verità io ti dico: quando eri più giovane ti vestivi da solo e andavi dove volevi; ma quando sarai vecchio tenderai le tue mani, e un altro ti vestirà e ti porterà dove tu non vuoi». Questo disse per indicare con quale morte egli avrebbe glorificato Dio. E, detto questo, aggiunse: «Seguimi».

*commento**

Siamo dopo la resurrezione. E Gesù si è già manifestato nel cenacolo ai discepoli. Nei quaranta giorni che separano la risurrezione dall'ascensione, il Signore appare altre volte ai discepoli per prepararli alla discesa dello Spirito Santo a Pentecoste, che darà inizio alla missione universale della Chiesa che continua ancora oggi. Una di queste apparizioni avviene sul lago di Tiberiade, proprio il lago dove Cristo chiamò i primi apostoli, dove ci fu la pesca miracolosa. E proprio, attraverso il miracolo di una nuova e abbondante pesca, Gesù si fa riconoscere dai discepoli. Dopo aver mangiato insieme, il Signore chiede a Pietro, colui che aveva scelto per guidare la Chiesa, chiede per tre volte (le volte in cui Pietro lo aveva tradito nella notte della cattura) se lui lo ama. E Simon Pietro, sinceramente, sicuramente ricordandosi di quel triplice tradimento, risponde in maniera affermativa: "Signore, io ti amo". Ecco il comando di Gesù, che sarà non solamente la vocazione di Pietro ma di ciascuno dei suoi successori, i papi: "Pasci le mie pecore", prenditi cura della mia Chiesa. Ma anche a te Cristo fa la stessa. Amare Dio non è un sentimento che oggi c'è e domani forse, ma è mettersi prima di tutto alla scuola di Dio, imparare da lui cosa significhi "amare", cosa significhi dare tutta la propri avita per la persona amata. Davanti a questo esempio, allora potrai, con la tua volontà e la grazia necessaria che solo il Signore può darti, capire che amare Dio non è perdere qualcosa ma guadagnare tutto.

"Mi ami?" E tu cosa risponderesti? Per te, che cosa vuol dire amare Dio? Cosa saresti disposto a sacrificare per chi per te ha dato la sua vita?

*preghiera**

Amarti, o mio Dio,
vuol dire guardare ciò
che tu hai fatto per salvarmi.
Amarti, o mio Dio, vuol dire guardare i miei fratelli
con i tuoi stessi occhi. Amarti, o mio Dio,
vuol dire ricominciare ogni giorno
mettendomi alla tua scuola di amore.

Siediti alla scuola di Dio e impara va "vivere", non "vivacchiare".

MAGGIO 02 lunedì

Sant'Atanasio, Vescovo e Dottore della Chiesa

Spirito Santo, aiutami a riconoscere la tua presenza anche nel sussurro di una brezza leggera.

Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

vangelo*

Dal Vangelo secondo Giovanni (6, 22-29)

Il giorno dopo, la folla, rimasta dall'altra parte del mare, vide che c'era soltanto una barca e che Gesù non era salito con i suoi discepoli sulla barca, ma i suoi discepoli erano partiti da soli. Altre barche erano giunte da Tiberìade, vicino al luogo dove avevano mangiato il pane, dopo che il Signore aveva reso grazie.
Quando dunque la folla vide che Gesù non era più là e nemmeno i suoi discepoli, salì sulle barche e si diresse alla volta di Cafàrnao alla ricerca di Gesù. Lo trovarono di là dal mare e gli dissero: «Rabbì, quando sei venuto qua?».
Gesù rispose loro: «In verità, in verità io vi dico: **voi mi cercate non perché avete visto dei segni, ma perché avete mangiato di quei pani e vi siete saziati. Datevi da fare** non per il cibo che non dura, ma per il cibo che rimane per la vita eterna e che il Figlio dell'uomo vi darà. Perché su di lui il Padre, Dio, ha messo il suo sigillo».
Gli dissero allora: «Che cosa dobbiamo compiere per fare le opere di Dio?». Gesù rispose loro: «Questa è l'opera di Dio: che crediate in colui che egli ha mandato».

commento*

Il Vangelo di oggi ci scuote, ci chiede di aprire il nostro cuore, di spalancare il nostro sguardo. Siamo lì anche noi, facciamo spazio, arriviamo in prima fila e scrutiamo con curiosità le barche. Qual è la sensazione che proviamo? Dov'è Gesù? Siamo qui per Lui, abbiamo bisogno del Maestro, ci sentiamo dispersi e abbandonati. Una barca è a nostra disposizione, ci dirigiamo a Cafarnao, lo troviamo e rivolgendoci a

Lui con determinazione gli chiediamo: «Rabbì, quando sei venuto qua?». La risposta del Signore è chiara e anche scomoda: "Voi mi cercate... perché avete mangiato di quei pani e vi siete saziati". Quanto è dolorosa ma veritiera la risposta del Maestro. Quante volte la nostra giornata scorre senza la Sua presenza, viviamo come se la nostra vita e la nostra spiritualità fossero due binari paralleli, fino a quando il "bisogno" sconvolge la nostra quotidianità e allora ci ricordiamo che dobbiamo cercare il "nostro amuleto magico". Ma oggi **il Signore si rivolge a noi in modo perentorio e diretto: "Datevi da fare!"**; ognuno è il costruttore del proprio presente e del proprio futuro. Le opere di Dio ci sembrano così lontane, così difficili da raggiungere e alcune volte anche da crederci ma il Maestro è lì e ci indica la via: credere in Lui.

Chi è il timoniere che guida la barca della mia vita?

*preghiera**

Signore Gesù,
sono qui ai tuoi piedi,
ti rivolgo il mio sguardo e con il cuore esprimo l'amore filiale che ci unisce:
io credo in TE.

Padre nostro. Ave Maria.
Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

Se la vita è solo un passaggio, in questo passaggio seminiamo almeno fiori.
(Michel de Montaigne)

MAGGIO 03 martedì

Santi Filippo e Giacomo, Apostoli

Spirito, che hai parlato per mezzo dei profeti, donami di comprendere le Scritture.

Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

vangelo*

Dal Vangelo secondo Giovanni (14, 6-14)

In quel tempo, disse Gesù a Tommaso: «**Io sono la via, la verità e la vita.** Nessuno viene al Padre se non per mezzo di me. Se avete conosciuto me, conoscerete anche il Padre mio: fin da ora lo conoscete e lo avete veduto».

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

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

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

commento*

Gesù e il Padre sono in sintonia perfetta. Per questo Gesù può dire: "Io sono la via, la verità e la vita". Gesù è la **Vita ricca di significato e di valore**. Il Qoelet racconta che ha messo alla prova la vita dandosi a tante esperienze e volendo provare anche i piaceri della vita e conclude dicendo che "non c'è nulla per cui valga la pena di vivere" (Qo 2,3). Infatti la pienezza della vita viene solo da Dio. Una vita

capace di dare senso, degna di essere vissuta e che giustifica la fatica e l'impegno di vivere. Gesù è la **Verità. Vuol dire che** con le sue parole e i suoi gesti Gesù rivela il mistero autentico di Dio, quello che c'è di autentico nell'esistenza dell'uomo e del mondo. Se ti metti davanti a lui puoi comprendere chi sei e dove andare, quali scelte ti bloccano nel cammino di crescita e di maturazione. Gesù è verità poiché **ci fa vedere le cose secondo il disegno d'amore del Padre**. Gesù è la **Via**. Solo in Gesù si apre la via di accesso al Padre. **Solo nel rapporto con Gesù è possibile per l'uomo vivere l'esistenza come cammino verso Dio, in comunione con Dio.**

Attingo vita vera da Gesù? Egli è per me via e verità?

*preghiera**

Gesù tu sei la vita.
Aiutami a vivere una vita piena di senso
Una vita degna di essere chiamata vita.
Gesù tu sei Verità.
Aiutami a scoprire chi sono
e dove dirigere i miei passi.
Gesù tu sei la Via.
Aiutami a vivere la mia vita
in comunione con te.

Padre nostro. Ave Maria.
Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

Eravamo insieme, tutto il resto del tempo l'ho scordato.
(Walt Whitman)

MAGGIO 04* mercoledì

San Lorenzo, Vescovo di Novara

Santo Spirito, rendi il mio cuore libero, docile e capace di amare.

Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

vangelo*

Dal Vangelo secondo Giovanni (6, 35-40)

In quel tempo, disse Gesù alla folla:

«Io sono il pane della vita; chi viene a me non avrà fame e chi crede in me non avrà sete, mai! Vi ho detto però che voi mi avete visto, eppure non credete.

Tutto ciò che il Padre mi dà, verrà a me: colui che viene a me, io non lo caccerò fuori, perché sono disceso dal cielo non per fare la mia volontà, ma la volontà di colui che mi ha mandato.

E questa è la volontà di colui che mi ha mandato: **che io non perda nulla di quanto egli mi ha dato**, ma che lo risusciti nell'ultimo giorno. Questa infatti è la volontà del Padre mio: che chiunque vede il Figlio e crede in lui abbia la vita eterna; e io lo risusciterò nell'ultimo giorno».

*commento**

Il Vangelo di oggi lo possiamo definire il brano della gioia e della nostra speranza. Sicuramente ci chiederemo: e come mai? Semplice ma non banale la risposta: la Missione di Gesù sulla terra siamo noi, la nostra salvezza. Dio Padre ha affidato a Suo Figlio la vita di ciascuno di noi e quindi utilizzando le parole di un detto popolare possiamo credere realmente che "siamo in una botte di ferro". Nessuna nostra caduta, nessun errore potrà mai allontanare l'amore di Dio per noi. La misericordia del Padre, che trova compimento nel Figlio e nello Spirito Santo, sono il fondamento su cui poggia la nostra esistenza. La vita spesso la viviamo come se ogni giorno partecipassimo a una gara che dobbiamo sempre vincere, ma non è assolutamente così, è "l'amore che vince tutto - Omnia vincit amor" (*Virgilio*). **Gesù ci chiede di realizzare una sola opera d'arte, possibile a tutti: quella della nostra vita** (*Papa Francesco*) e Lui è con noi.

Io mi sento amato cosi profondamente da Dio? Ogni giorno diventa un'occasione per sperimentare il Suo Amore?

*preghiera**

Padre,
Amore infinito e ineffabile,
aiutami a rendere la mia vita un capolavoro
e a credere che è l'Amore che vince tutto.

Padre nostro. Ave Maria.
Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

Raramente cade chi ben cammina.
(Leonardo da Vinci)

MAGGIO 05 giovedì

Beata Panacea, Vergine e Martire

Spirito Santo, aiutami a seguire la Parola che oggi leggerò.

Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

vangelo*

Dal Vangelo secondo Giovanni (6, 44-51)

In quel tempo, disse Gesù alla folla:

«Nessuno può venire a me, se non lo attira il Padre che mi ha mandato; e io lo risusciterò nell'ultimo giorno.

Sta scritto nei profeti: **"E tutti saranno istruiti da Dio"**. Chiunque ha ascoltato il Padre e ha imparato da lui, viene a me. Non perché qualcuno abbia visto il Padre; solo colui che viene da Dio ha visto il Padre. In verità, in verità io vi dico: chi crede ha la vita eterna.

Io sono il pane della vita. I vostri padri hanno mangiato la manna nel deserto e sono morti; questo è il pane che discende dal cielo, perché chi ne mangia non muoia.

Io sono il pane vivo, disceso dal cielo. Se uno mangia di questo pane vivrà in eterno e il pane che io darò è la mia carne per la vita del mondo».

commento*

Nel Vangelo di oggi è presente un verbo che ben conosciamo: "E tutti saranno **istruiti** da Dio". *Instruĕre* significa: preparare, costruire, insegnare. L'Apostolo Giovanni ci ricorda che è Gesù il nostro unico Maestro. Quante volte ci capita di sentirci inadeguati, non all'altezza della situazione che stiamo vivendo e in quelle occasioni l'incontro con un sacerdote, un amico, un insegnante, uno dei nostri genitori ha riacceso il desiderio di superare il muro che ci siamo costruiti. Il cambiamento è il risultato del delicato equilibrio affettivo tra noi e l'educatore, l'insegnante, il genitore. La relazione che ci "sblocca" completamente e in un modo straordinario nasce attraverso il rapporto

filiale con il Signore Gesù. Abbiamo bisogno che Dio istruisca il nostro sguardo abituato a guardare esteriormente noi stessi e gli altri senza cogliere solo ciò che c'è oltre. **E dov'è il luogo in cui la relazione NOI - DIO trova la sua fonte di alimentazione? È l'Eucarestia** che "sebbene costituisca la pienezza della vita sacramentale, non è un premio per i perfetti ma un generoso rimedio e un alimento per i deboli" (Papa Francesco). Tutti siamo deboli e abbiamo bisogno di nutrirci con il pane della Vita.

Riesco a restare fedele all'appuntamento della messa domenicale? E ogni qualvolta mi accosto alla Santa Eucarestia quali sono i sentimenti che invadono il mio cuore?

*preghiera**

Oh Gesù,
nel tuo pane spezzato la mia vita ritrova la luce.
Discendi da me, vieni nel mio cuore e salvami dalle cadute quotidiane.
Solo in Te io vivrò in eterno.

Padre nostro. Ave Maria.
Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

"Camminare" è stata la prima parola che il Signore ci ha proposto:
camminare, e poi costruire e confessare.
(Papa Francesco)

MAGGIO 06* venerdì

Spirito Santo, fa' che io cammini nel tuo nome.

Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

vangelo*

Dal Vangelo secondo Giovanni (6, 52-59)

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

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

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

Gesù disse queste cose, insegnando nella sinagoga a Cafàrnao.

commento*

Oggi, il brano del Vangelo inizia con una frase che fa emergere nella nostra mente le discussioni che, sicuramente, sono capitate anche a noi: "Come può costui darci la sua carne da mangiare?". Le parole dei "nostri amici" saranno state diverse: **"Ma tu veramente credi che Dio esista?"**. O ancora: "In un pezzo di pane c'è la presenza reale di Cristo?". Queste parole saranno dure per noi, ci sentiamo presi in giro, a volte possono insinuare nella nostra mente il dubbio, l'incertezza. E allora ci facciamo

prendere dalla paura, ci sembra di essere diventati degli extraterrestri, ma non è così. Dio stesso ci viene incontro e ci conforta con le sue parole: "Beati voi quando vi insulteranno, vi perseguiteranno e, mentendo, diranno ogni sorta di male contro di voi per causa mia". Eh sì, quello che per il mondo è stoltezza per Dio rappresenta la via maestra per arrivare a Lui e allora questi momenti di confronto dovranno servire a noi per approfondire, nella preghiera, il rapporto con Dio, e ai nostri amici servirà la nostra testimonianza quotidiana per scorgere attraverso di noi la presenza "reale" di Gesù.

Mi sono mai chiesto cosa e come Dio mi chiede di testimoniarlo nei luoghi in cui vivo?

*preghiera**

Trinità, unico Dio
Ti chiedo perdono per ogni volta che ho dubitato della tua presenza,
ti chiedo di donarmi la forza di testimoniare il Tuo amore.
Sostieni i miei passi e fa che io cammini sempre nella certezza di Te.

Padre nostro. Ave Maria.
Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

Una volta che si comincia a camminare con Dio,
si continua semplicemente a camminare
e la vita diventa un'unica, lunga passeggiata.
(Etty Hillesum)

MAGGIO 07* sabato

Vieni, Spirito Santo, e soffia su di me. Dammi la forza di parlare delle grandi opere di Dio.

Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

vangelo*

Dal Vangelo secondo Giovanni (6, 60-69)

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

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

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

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

*commento**

Signore da chi andremo? Una domanda che porta con sé una grande certezza: la nostra vita è vuota senza Dio, è Lui la nostra guida e il nostro rifugio. Se ci pensiamo un attimo ogni qualvolta succede qualcosa di diverso nella nostra vita: bella, triste, straordinaria, subito vogliamo condividerla con chi amiamo, il nostro pensiero si rivolge immediatamente a chi vogliamo bene. È proprio così che deve essere anche nel rapporto con il Maestro. Anche nel nostro cuore devono albeggiare queste parole: "Signore Tu hai parole di vita eterna". **Ogni giorno siamo chiamati a riconoscere il nostro Signore nella realtà che ci si pone davanti con questa unica forza interiore**: Gesù non guarda tanto alla grandezza delle azioni, e neppure alla loro difficoltà, ma all'amore che fa compiere questi atti (S. Teresina di Lisieux).

La fede e la vita sono due binari paralleli? O è la fede a rendere la vita autentica?

*preghiera**

Maria,
Madre e Maestra,
Avvocata nostra e mamma del cielo
sorreggi le mie cadute,
intercedi per me presso il Figlio Tuo Gesù,
aiutami a camminare sulla via della santità.

Padre nostro. Ave Maria.
Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

Ciò che non giova all'alveare, non giova neppure all'ape.
(Marco Aurelio)

MAGGIO 08* domenica

IV DOMENICA DI PASQUA

Spirito Santo, donami fortezza per accettare la mia fragilità.

Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

1ª lettura*

Dagli Atti degli Apostoli (13, 14. 43-52)

In quei giorni, Paolo e Bàrnaba, proseguendo da Perge, arrivarono ad Antiòchia in Pisìdia, e, entrati nella sinagoga nel giorno di sabato, sedettero. Molti Giudei e prosèliti credenti in Dio seguirono Paolo e Bàrnaba ed essi, intrattenendosi con loro, cercavano di persuaderli a perseverare nella grazia di Dio.

Il sabato seguente quasi tutta la città si radunò per ascoltare la parola del Signore. Quando videro quella moltitudine, i Giudei furono ricolmi di gelosia e con parole ingiuriose contrastavano le affermazioni di Paolo. Allora Paolo e Bàrnaba con franchezza dichiararono: «Era necessario che fosse proclamata prima di tutto a voi la parola di Dio, ma poiché la respingete e non vi giudicate degni della vita eterna, ecco: noi ci rivolgiamo ai pagani. Così infatti ci ha ordinato il Signore: "Io ti ho posto per essere luce delle genti, perché tu porti la salvezza sino all'estremità della terra"».

Nell'udire ciò, i pagani si rallegravano e glorificavano la parola del Signore, e tutti quelli che erano destinati alla vita eterna credettero. La parola del Signore si diffondeva per tutta la regione. Ma i Giudei sobillarono le pie donne della nobiltà e i notabili della città e suscitarono una persecuzione contro Paolo e Bàrnaba e li cacciarono dal loro territorio. Allora essi, scossa contro di loro la polvere dei piedi, andarono a Icònio. I discepoli erano pieni di gioia e di Spirito Santo.

2ª lettura*

Dal libro dell'Apocalisse di san Giovanni apostolo (7, 9. 14-17)

Io, Giovanni, vidi: ecco, una moltitudine immensa, che nessuno poteva contare, di ogni nazione, tribù, popolo e lingua. Tutti stavano in piedi davanti al trono e davanti all'Agnello, avvolti in vesti candide, e tenevano rami di palma nelle loro mani.

E uno degli anziani disse: «Sono quelli che vengono dalla grande tribolazione e che hanno lavato le loro vesti, rendendole candide col sangue dell'Agnello. Per questo stanno davanti al trono di Dio e gli prestano servizio giorno e notte nel suo tempio; e Colui che siede sul trono stenderà la sua tenda sopra di loro.

Non avranno più fame né avranno più sete,
non li colpirà il sole né arsura alcuna,
perché l'Agnello, che sta in mezzo al trono,
sarà il loro pastore
e li guiderà alle fonti delle acque della vita.
E Dio asciugherà ogni lacrima dai loro occhi».

vangelo*

Dal Vangelo secondo Giovanni (10, 27-30)

In quel tempo, Gesù disse: «Le mie pecore ascoltano la mia voce e io le conosco ed esse mi seguono.

Io do loro la vita eterna e non andranno perdute in eterno e nessuno le strapperà dalla mia mano.

Il Padre mio, che me le ha date, è più grande di tutti **e nessuno può strapparle dalla mano del Padre. Io e il Padre siamo una cosa sola**».

commento* Il breve Vangelo di oggi si trova all'interno del discorso ai Giudei in cui Gesù si presenta come il Buon Pastore, siamo quindi vicini al momento in cui riporterà in vita Lazzaro, ultimo grande miracolo prima dell'ingresso a Gerusalemme e della Passione, quando miracoli non ce ne saranno più. Ancora poco e Gesù realizzerà quanto detto finora: morendo in croce e risorgendo dimostrerà di essere Dio, come proclama al v. 30, in una maniera che nessuno avrebbe potuto immaginare. Un Dio che non è forte, distruttivo, vendicativo, che vuole obbedienza e minaccia chiunque non lo ascolti, ma un Dio che è un Buon Pastore per le sue pecorelle. Oggi questa immagine può sembrarci quasi fastidiosa, perché associamo il gregge a un insieme di persone tutte uguali, prive di personalità, ingenue, che seguono il primo che capita, eppure essa, nel Vangelo, diventa molto tenera e significativa: in tutto il cap.10 leggiamo infatti che Gesù conosce ciascuna pecora e la chiama per nome (non siamo numeri o animali da macello), quindi ognuno è rispettato nella sua unicità, inoltre questo Pastore dà la vita per le sue pecorelle, le vuole difendere, condurre al sicuro, non sfruttarle. Ecco l'unica cosa che abbiamo in comune come gregge: **siamo tutti amati allo stesso modo e invitati ad accogliere questa salvezza**... dovremmo cercare di puntare verso quella meta che è la santità seguendo colui che può indicarci questa strada. In fondo il brano di oggi non vuole dirci altro che, pur sbagliando, quando pensiamo di non valere nulla o che lo nostra vita non abbia significato, anzi, soprattutto in quei momenti, dovremmo ricordarci che c'è Qualcuno che può mostrarci quanto valiamo davvero perché ci conosce a fondo, che vuole proteggerci dallo smarrimento perché ci ama follemente e che saprà tenerci in un caldo abbraccio di pace finché avremo la volontà di stare con lui, certi che niente e nessuno di esterno potrà separarci.

Quando mi sento chiamato per nome da Gesù? Lo seguo?

preghiera*

Gesù, Buon Pastore,
in questo mondo, dove spesso mi sento tradito,
non è facile dare la mia fiducia a qualcuno.
Aiutami a fidarmi di te, a capire chi sei veramente,
per poterti incontrare cuore a cuore,
e lasciarmi valorizzare e condurre
verso la realizzazione di quel sogno meraviglioso
che hai su di me.
Chiamami per nome
e saprò che mi conosci da sempre,
guidami nella vita
e imparerò anche io a conoscere te.

La felicità è un percorso, non una destinazione.
(Madre Teresa di Calcutta)

MAGGIO 09* lunedì

Vieni, Santo Spirito, aiutami a fare attenzione alla parola di Dio.

Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

vangelo*

Dal Vangelo secondo Giovanni (10, 11-18)

In quel tempo, Gesù disse: "Io sono il buon pastore. Il buon pastore dà la propria vita per le pecore. Il mercenario - che non è pastore e al quale le pecore non appartengono - vede venire il lupo, abbandona le pecore e fugge, e il lupo le rapisce e le disperde; perché è un mercenario e non gli importa delle pecore.
Io sono il buon pastore, conosco le mie pecore e le mie pecore conoscono me, così come il Padre conosce me e io conosco il Padre, e do la mia vita per le pecore. E ho altre pecore che non provengono da questo recinto: anche quelle io devo guidare. Ascolteranno la mia voce e diventeranno un solo gregge, un solo pastore.
Per questo il Padre mi ama: perché io do la mia vita, per poi riprenderla di nuovo. Nessuno me la toglie: io la do da me stesso. Ho il potere di darla e il potere di riprenderla di nuovo. Questo è il comando che ho ricevuto dal Padre mio".

commento*

Il mercenario non si prende cura delle pecore, non è interessato al loro bene, ma pone al centro i suoi interessi: è il proprio tornaconto che guida le sue azioni, la sua reazione di fronte a una minaccia è scappare. Il pastore, invece, è disposto a dare la propria vita per preservare quella delle pecore, che sono preziose per lui, perché le conosce una ad una, ognuna di esse è essenziale per lui, e le pecore conoscono lui. Il pastore mette al centro del suo agire la relazione con le pecore: si prende cura di loro in maniera totalizzante e incondizionata.

Così è l'amore di Dio nei nostri confronti, un amore gratuito e disinteressato: non dobbiamo far altro che lasciarci amare. Gesù ci cura come i pastori, ci ama per quello che siamo, ama i nostri pregi e le nostre debolezze, ci ama anche se noi non lo riconosciamo, se siamo fuori dal suo recinto.
Gesù ha dato la vita per questo amore, è morto per noi e riprende la sua vita amandoci gratuitamente ogni giorno.
Non sempre siamo pronti ad accoglierlo, a volte ci facciamo lusingare dai mercenari, a volte ci comportiamo noi stessi così: proviamo a ripercorrere le nostre relazioni, chiediamoci se le nostre amicizie si basano su interessi, se le nostre relazioni sono costruite sulla convenienza.
Lasciamoci amare da Gesù: il suo amore ci rende liberi, ci rende testimoni di vita, ci rende pastori, portatori di amore.

Ripenso alle persone che mi stanno a cuore: so pormi nei loro confronti come un pastore?

*preghiera**

Gesù,
lasciami contagiare dal tuo amore,
il tuo amore per me è infinito,
possa essere anche io un pastore attento
e curare gli incontri della mia vita.

Padre nostro. Ave Maria.
Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

Non camminare dietro a me, potrei non condurti.
Non camminarmi davanti, potrei non seguirti.
Cammina soltanto accanto a me e sii mio amico.
(Albert Camus)

MAGGIO 10* martedì

Spirito di sapienza, guidami nelle scelte della mia vita, perché riesca a perseguire il bene.

Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

vangelo*

Dal Vangelo secondo Giovanni (10, 22-30)

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

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

commento*

La festa della Dedicazione, o festa delle Luci, o in ebraico khanukàh, è una festa della durata di otto giorni, ancora oggi celebrata dagli ebrei, per ricordare la consacrazione del nuovo altare del Tempio di Gerusalemme dopo la profanazione da parte di Antioco IV Epifane.

Per la festa si usa uno speciale candelabro a otto bracci: ogni giorno viene accesa una candela, tutto è illuminato, le abitazioni, la quotidianità dei fedeli che possono pregare con la coscienza di essere persone libere. È un'occasione di grande gioia.

In questo brano leggiamo come Gesù stia partecipando a questa festa e si trovi all'ingresso

del Tempio di Gerusalemme. Così come, nel II secolo avanti Cristo, Giuda Maccabeo aveva guidato un'insurrezione armata dei giudei per liberare il Tempio dalla profanazione, qualcuno pensava che anche Gesù potesse essere il Messia e quindi guidare il popolo contro l'oppressione romana.
Ma Gesù testimonia e annuncia una libertà che non è solo politica, è la libertà di ogni singolo individuo che vive nell'amore di Dio. È una libertà che ha che fare con la vita eterna. È la libertà che scaturisce dall'obbedienza al Padre, da vivere non in solitudine, ma insieme ai propri fratelli nella fede. Il cammino di liberazione a cui siamo chiamati oggi si compie in una comunità credente, qui descritta come un gregge che riconosce il proprio pastore.

Quando, e come, ascolto e seguo la parola del mio pastore?

*preghiera**

O Signore,
tu mi guidi in un cammino di liberazione,
fa' che possa riconoscere la luce della tua presenza nella mia vita,
fa' che io possa decidermi a seguire la tua Parola.
Ti ringrazio, o Signore,
perché la mia vita è da Te custodita,
perché nulla manca a chi si affida a Te.

Padre nostro. Ave Maria.
Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

La libertà è come la poesia: non deve avere aggettivi, è libertà.
(Enzo Biagi)

MAGGIO 11* mercoledì

Soffia, Spirito Santo, su di me, aiutami nelle scelte di questa giornata.

Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

vangelo*

Dal Vangelo secondo Giovanni (12,44-50)

In quel tempo, Gesù esclamò:

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

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

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

commento*

Gesù è la luce che illumina la strada verso Dio, liberandoci dalle tenebre.

Il passaggio dalle tenebre alla luce è quello descritto negli Atti degli Apostoli quando Paolo cade da cavallo e da quel momento inizia un cammino di conversione.

Ogni cristiano riceve il dono della luce durante la celebrazione del battesimo, quando il papà, o il padrino, accende la debolissima fiamma di una candela dal cero pasquale.

È una luce che siamo chiamati a custodire e ad alimentare soprattutto nei momenti più bui della nostra esistenza.

Le nostre vite sono oscurate dalle tenebre tutte le volte che incontriamo il male e il dolore, ma il Signore ci dice che guardando a lui, seguendo lui, fissando il nostro sguardo nella direzione da lui indicata, non saremo sopraffatti dalla sofferenza, ma vedremo l'amore che tutto può e tutto vince.
La luce portata da Gesù rivela l'amore gratuito di Dio Padre, un amore che dona vita eterna. È la Pasqua del Signore. La luce del Risorto libera le nostre vite dalla schiavitù della morte. Solo ciò che costruiamo nell'amore rimarrà per sempre, perché è solo attraverso l'amore capace di donarsi totalmente, al punto da lasciarsi crocifiggere, che si conosce la gioia della Risurrezione.
La luce portata da Gesù è l'Amore, che è Dio. È quell'amore che scalda i nostri cuori, oltrepassando le nostre solitudini, e ci fa riconoscere tutti fratelli e figli di un unico Padre.

Attraverso quali scelte concrete alimento e custodisco la tua luce nella mia vita?

*preghiera**

O Signore,
possa la tua luce illuminare la mie paure,
togliere la mia vita dall'oscurità del male.
O Signore,
possa la tua luce guidare il mio sguardo verso la felicità eterna,
allargare i miei orizzonti oltre i limiti segnati dagli schemi mentali.

Padre nostro. Ave Maria.
Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

È scritto infatti che Dio è luce (1Gv 1,5), non la luce che vedono i nostri occhi, ma quella che vede il cuore, quando sente dire: è la Verità.
(Agostino d'Ippona)

MAGGIO 12* giovedì

Spirito d'intelletto, fammi essere degno annunciatore del regno di Dio.

Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

vangelo*

Dal Vangelo secondo Giovanni (13, 16-20)

Dopo che ebbe lavato i piedi ai discepoli, Gesù disse loro:
«In verità, in verità io vi dico: un servo non è più grande del suo padrone, né un inviato è più grande di chi lo ha mandato. Sapendo queste cose, siete beati se le mettete in pratica.
Non parlo di tutti voi; io conosco quelli che ho scelto; ma deve compiersi la Scrittura: "Colui che mangia il mio pane ha alzato contro di me il suo calcagno". Ve lo dico fin d'ora, prima che accada, perché, quando sarà avvenuto, crediate che lo sono.
In verità, in verità io vi dico: chi accoglie colui che io manderò, accoglie me; chi accoglie me, accoglie colui che mi ha mandato».

commento*

Un gesto di Gesù anticipa le sue parole, un gesto che comunica il suo amore più della parola stessa.
I discepoli hanno camminato a lungo con Gesù, seguendolo avranno anche avuto l'impressione di vagare senza meta, eppure un piede dopo l'altro sono andati avanti, fidandosi ed affidandosi al proprio Rabbì.
Chissà quante volte anche a noi è capitato di avere l'impressione di vagare senza meta, alla ricerca di un posto dove stare, dove poterci fermare. Così come per i discepoli anche noi siamo chiamati a fidarci di Gesù, a seguirlo consapevoli che lui ci guida.
All'arrivo a Gerusalemme, Gesù si ferma e compie questo gesto: lava i piedi ai suoi discepoli. È vero che all'epoca era un'azione necessaria dal punto di vista igienico poiché le strade

e le calzature di allora era molto diverse dalle nostre, ma forse ogni discepolo avrebbe potuto lavarsi i piedi da solo.
Invece Gesù compie questo gesto che sembra essere in qualche modo legato al sacro, come dire ai suoi discepoli che loro sono importanti, che la loro vita è sacra.
Fare qualcosa per il sollievo degli altri con amore e gratuità, questo è l'esempio che siamo chiamati a compiere anche noi nella nostra esistenza. **Tutto ciò che scegliamo di compiere con amore e per amore verso gli altri, in modo gratuito, è sacro, perché legato a Dio**. La salvezza non è un luogo, ma è l'accoglienza che viviamo verso gli altri.

Qual è il gesto concreto e gratuito che scelgo di compiere per il sollievo di una persona?

*preghiera**

O Signore,
ti seguo per le strade del mondo,
a volte mi sembra di non riuscire a raggiungere una meta,
a volte non capisco qual è il mio posto.
Ti prego, o Signore,
possa io comprendere che non c'è un luogo in particolare,
ma ovunque si compia la tua parola attraverso le mie azioni,
lì è dove io posso accogliere gli altri,
lì è il luogo dove posso essere me stesso,
lì è dove posso incontrare TE.

Padre nostro. Ave Maria.
Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

L'amore non è mai «concluso» e completato; si trasforma nel corso della vita, matura e proprio per questo rimane fedele a sé stesso.
(Benedetto XVI)

MAGGIO

13* venerdì

Beata Vergine Maria di Fatima
(Memoria facoltativa)

Spirito Santo, forza di Dio, dammi vigore per essere vero testimone di Gesù.

Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

vangelo*

Dal Vangelo secondo Giovanni (14, 1-6)

In quel tempo, disse Gesù ai suoi discepoli: «Non sia turbato il vostro cuore. Abbiate fede in Dio e abbiate fede anche in me. Nella casa del Padre mio vi sono molte dimore. Se no, vi avrei mai detto: "Vado a prepararvi un posto"? Quando sarò andato e vi avrò preparato un posto, verrò di nuovo e vi prenderò con me, perché dove sono io siate anche voi. E del luogo dove io vado, conoscete la via».
Gli disse Tommaso: «Signore, non sappiamo dove vai; come possiamo conoscere la via?».
Gli disse Gesù: «Io sono la via, la verità e la vita. Nessuno viene al Padre se non per mezzo di me».

commento*

Leggiamo qui un saluto pronunciato da Gesù per i suoi amici, lui sa che dovrà morire e che questo turberà il cuore dei discepoli. Di fronte alla morte di una persona cara anche noi possiamo comprendere cosa significhi avere il cuore turbato.
La nostra mente si riempie di ricordi del tempo trascorso insieme e di interrogativi rivolti al futuro, la morte fa perdere i riferimenti temporali, può farci sentire smarriti, toglie la speranza.
Pensare alla nostra morte può porre in evidenza i nostri limiti oppure condurci a un bilancio dell'esistenza, sicuramente in qualche modo ci destabilizza.
Gesù ci dice di essere liberi dalla paura della morte e di mantenere salda la fede in lui.

Nel linguaggio comune, quando una persona muore, sentiamo pronunciare frasi come "se n'è andato" oppure "è tornato alla casa del Padre". Allora, forse, possiamo vedere la morte come un passaggio da uno stato all'altro, da un luogo all'altro, dove saremo dopo la morte è un luogo preparato da Gesù.
La consapevolezza che sia uno stato in compagnia di Gesù, ci porta a non essere turbati.
I primi martiri della storia della chiesa andavano incontro al martirio cantando inni di lode, perché la loro vita era tutta tesa in preparazione all'incontro con il Signore e la morte era vissuta come compimento di questo incontro tanto desiderato. Non andavano incontro alla morte poiché impavidi o non curanti del dolore, ma perché sapevano di andare verso un luogo dove il proprio cuore non sarebbe stato mai più turbato.

Oggi come posso offrire al Signore cosa turba il mio cuore?

*preghiera**

Tu sei la via:
ti prego, o Signore,
il mio cammino possa percorrere la strada da te indicata.
Tu sei la verità,
ti prego, o Signore,
le mie scelte possano essere tutte secondo la tua parola.
Tu sei la vita,
ti prego, o Signore,
il mio cuore possa pulsare di amore gratuito.

Padre nostro. Ave Maria.
Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

Fra gli esseri umani, si riconosce pienamente l'esistenza soltanto di coloro che amiamo.
(Simone Weil)

MAGGIO 14 sabato

San Mattia, Apostolo (Festa)

Fa', Spirito Santo, che il mio cuore sia animato dalla pietà più giusta e misericordiosa.

Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

vangelo*

Dal Vangelo secondo Giovanni (15, 9-17)

In quel tempo, Gesù disse ai suoi discepoli:
"Come il Padre ha amato me, anche io ho amato voi. Rimanete nel mio amore. Se osserverete i miei comandamenti, rimarrete nel mio amore, come io ho osservato i comandamenti del Padre mio e rimango nel suo amore. Vi ho detto queste cose perché la mia gioia sia in voi e la vostra gioia sia piena.
Questo è il mio comandamento: che vi amiate gli uni gli altri come io ho amato voi. Nessuno ha un amore più grande di questo: dare la sua vita per i propri amici. Voi siete miei amici, se fate ciò che io vi comando. Non vi chiamo più servi, perché il servo non sa quello che fa il suo padrone; ma vi ho chiamato amici, perché tutto ciò che ho udito dal Padre mio l'ho fatto conoscere a voi.
Non voi avete scelto me, ma io ho scelto voi e vi ho costituiti perché andiate e portiate frutto e il vostro frutto rimanga; perché tutto quello che chiederete al Padre nel mio nome, ve lo conceda. Questo vi comando: che vi amiate gli uni gli altri".

commento*

Non è semplice parlare di amore oggi: spesso si confonde con il sentimento, attorno a noi possiamo vedere esempi di fallimento dell'amore.
Dobbiamo prendere coscienza che pur essendoci diverse forme di amore, il modello è uno solo: a ognuno di noi viene oggi chiesto di amare come ha amato Gesù. Sembra un'impresa impossibile, eppure l'amore davvero può tutto.

Si tratta di un comandamento: l'amore non può essere legato al sentimento del momento, ma si tratta di scegliere di amare. Non possiamo obbligare nessuno ad amarci, ma possiamo scegliere di assumere comportamenti amabili. **Non possiamo obbligare nessuno ad accettare il nostro amore, ma possiamo amare attraverso gesti concreti, comunicando amore anche attraverso piccole attenzioni verso chi ci sta vicino.**
Non è semplice parlare d'amore perché ognuno di noi associa a questa parola le diverse esperienze che ha vissuto e che inevitabilmente segnano i contorni di ciò che definiamo amore. Per non cadere in questo tranello Gesù ci invita a guardare a lui come esempio, ognuno di noi è chiamato ad amare come lui ci ha amato. Gesù ci invita a non aver paura di compiere il primo passo, di amare noi stessi, gli altri e Dio, perché solo l'amore rimane in eterno.

Come si manifesta il mio amore?

*preghiera**

Ti prego, o Signore,
possa io guardare a te come esempio del mio amore.
Prima ancora che io potessi rendermi conto
di aver bisogno del tuo amore,
tu già mi amavi;
prima ancora che io potessi ringraziarti
per tutto ciò che hai compiuto per me,
tu sei diventato Eucarestia per me.

Padre nostro. Ave Maria.
Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

L'uomo ama, non perché ha interesse di amare questo o quello,
ma perché l'amore è l'essenza dell'anima sua, perché egli non può non amare
(Lev Tolstoj)

MAGGIO

15* domenica

V DOMENICA DI PASQUA

Spirito di Dio, rendimi perseverante nel portare a chi incontrerò il nome di Gesù.

Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

1ª lettura*

Dagli Atti degli Apostoli (14, 21b-27)

In quei giorni, Paolo e Bàrnaba ritornarono a Listra, Icònio e Antiòchia, confermando i discepoli ed esortandoli a restare saldi nella fede «perché – dicevano – dobbiamo entrare nel regno di Dio attraverso molte tribolazioni».

Designarono quindi per loro in ogni Chiesa alcuni anziani e, dopo avere pregato e digiunato, li affidarono al Signore, nel quale avevano creduto. Attraversata poi la Pisìdia, raggiunsero la Panfilia e, dopo avere proclamato la Parola a Perge, scesero ad Attàlia; di qui fecero vela per Antiòchia, là dove erano stati affidati alla grazia di Dio per l'opera che avevano compiuto.

Appena arrivati, riunirono la Chiesa e riferirono tutto quello che Dio aveva fatto per mezzo loro e come avesse aperto ai pagani la porta della fede.

2ª lettura*

Dal libro dell'Apocalisse di san Giovanni apostolo (21, 1-5)

Io, Giovanni, vidi un cielo nuovo e una terra nuova: il cielo e la terra di prima infatti erano scomparsi e il mare non c'era più.
E vidi anche la città santa, la Gerusalemme nuova, scendere dal cielo, da Dio, pronta come una sposa adorna per il suo sposo.
Udii allora una voce potente, che veniva dal trono e diceva:
«Ecco la tenda di Dio con gli uomini!
Egli abiterà con loro
ed essi saranno suoi popoli
ed egli sarà il Dio con loro, il loro Dio.
E asciugherà ogni lacrima dai loro occhi
e non vi sarà più la morte
né lutto né lamento né affanno,
perché le cose di prima sono passate».
E Colui che sedeva sul trono disse: «Ecco, io faccio nuove tutte le cose».

vangelo*

Dal Vangelo secondo Giovanni (13, 31-33a. 34-35)

Quando Giuda fu uscito [dal cenacolo], Gesù disse: «Ora il Figlio dell'uomo è stato glorificato, e Dio è stato glorificato in lui. Se Dio è stato glorificato in lui, anche Dio lo glorificherà da parte sua e lo glorificherà subito.
Figlioli, ancora per poco sono con voi. Vi do un comandamento nuovo: che vi amiate gli uni gli altri. Come io ho amato voi, così amatevi anche voi gli uni gli altri.
Da questo tutti sapranno che siete miei discepoli: se avete amore gli uni per gli altri».

commento* Gesù vuole preparare gli Apostoli al momento dell'addio, e cerca di allontanare le loro paure, i dubbi, il vuoto che sperimenteranno affidando loro un "comandamento nuovo", ovvero un compito importante: amarsi tra loro come lui li ha amati.

Gesù invita i suoi discepoli ad una testimonianza che va oltre i dieci comandamenti delle tavole di Mosè, con una novità che nonostante la sua semplicità può essere per loro distintiva.

Di primo impatto ci chiediamo cosa ci sia di "nuovo" nell'amarsi "gli uni gli altri", come Gesù ci ha amato.

Però...ai giorni nostri, è ancora "nuovo" questo comandamento?

Apriamo un qualsiasi sito internet di informazione, sfogliamo le prime pagine di un quotidiano, leggiamo di guerre, le notizie delle cronache internazionali, nazionali o anche locali e non ci è difficile riscontrare che forse quella "novità" è ancora da testimoniare.

E se guardiamo anche alla nostra vita sotto la lente di questa frase, a che conclusione possiamo arrivare?

Nel ritmo frenetico delle nostre vite, dei nostri impegni, reali e indotti da una socialità guidata da mezzi che invece di essere al nostro servizio ci rendono servi, riusciamo a mantenere la lucidità di amare chi ci sta accanto? Di avere per i nostri fratelli, genitori, amici, compagni, colleghi la stessa attenzione, la stessa cura che avrebbe il pastore verso le sue pecore? Ad amarli con l'amore disinteressato e gratuito con cui Gesù ci ha amato e ci ama ogni giorno, nonostante tutto?

La Parola di questa domenica consegna anche a noi oggi questo comandamento: avere "amore gli uni per gli altri". E' questo che ci rende discepoli: lasciamoci sostenere da questo Vangelo, che ci aiuti ad essere testimoni con la nostra stessa vita dell'amore che Gesù ha per noi.

Nel rumore di fondo delle mie giornate, so accogliere questo annuncio di novità?

*preghiera**

Gesù,
apri il mio cuore all'ascolto della tua Parola,
rendimi testimone vivo del tuo annuncio,
nelle mie giornate, nei miei incontri,
con le mie parole, con i miei gesti,
ogni giorno.

Il coraggio non deve dare diritto per opprimere il debole.
(Ugo Foscolo)

MAGGIO 16* lunedì

Spirito Santo, purificami nelle mie intenzioni più profonde.

Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

vangelo*

Dal Vangelo secondo Giovanni (14, 21-26)

In quel tempo, Gesù disse ai suoi discepoli: «Chi accoglie i miei comandamenti e li osserva, questi è colui che mi ama. Chi ama me sarà amato dal Padre mio e anch'io lo amerò e mi manifesterò a lui».

Gli disse Giuda, non l'Iscariòta: «Signore, come è accaduto che devi manifestarti a noi, e non al mondo?».

Gli rispose Gesù: «Se uno mi ama, osserverà la mia parola e il Padre mio lo amerà e noi verremo a lui e prenderemo dimora presso di lui. Chi non mi ama, non osserva le mie parole; e la parola che voi ascoltate non è mia, ma del Padre che mi ha mandato.

Vi ho detto queste cose mentre sono ancora presso di voi. Ma il Paràclito, lo Spirito Santo che il Padre manderà nel mio nome, lui vi insegnerà ogni cosa e vi ricorderà tutto ciò che io vi ho detto».

commento*

Nel vangelo di oggi Giuda fa una domanda a Gesù, non capendo bene ciò che il Maestro stava annunciando: in che senso Gesù si manifesta ai discepoli e non al mondo intero? Il quesito di Giuda mi sembra legittimo, in fondo Gesù poteva annunciare la parola del Signore con grandi miracoli e spettacolari manifestazioni davanti a tutte le città e alle grandi folle che lo seguivano. Ma questa non è la via di Gesù.

Certo, alcune volte ha compiuto miracoli davanti alle folle ma ha sempre riservato la spiegazione dei miracoli al gruppo ristretto dei discepoli, perché il mondo non era ancora pronto. Anche nella nostra vita, il Signore non sceglie come luogo della sua presenza le cose che il mondo considera grandi, il primo luogo che vuole abitare è il cuore di ciascun uomo che sceglie di ascoltare la sua parola. **Il Signore è vicino a tutti coloro che lo cercano con cuore sincero**, non importa altro.

Come puoi fare spazio al Signore nel tuo cuore?

*preghiera**

Signore, il mio cuore è pieno di tante cose,
alcune importanti, altre meno,
è un luogo rumoroso, spesso caotico.
Tu, Signore, non hai paura di questo,
cerchi me, questo mio cuore, con le sue ammaccature,
ma anche le sue bellezze.
Ti prego, visita il mio cuore,
dimora presso di me.

Padre nostro. Ave Maria.
Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

Alla fine della vita porteremo via solo questo: l'Amore. Il resto è nulla.
(Chiara Lubich)

MAGGIO 17* martedì

Fammi essere, o Spirito Santo, segno visibile del tuo amore.

Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

vangelo*

Dal Vangelo secondo Giovanni (14,27-31a)

In quel tempo, disse Gesù ai suoi discepoli:

«Vi lascio la pace, vi do la mia pace. Non come la dà il mondo, io la do a voi. Non sia turbato il vostro cuore e non abbia timore. Avete udito che vi ho detto: "Vado e tornerò da voi". Se mi amaste, vi rallegrereste che io vado al Padre, perché il Padre è più grande di me. Ve l'ho detto ora, prima che avvenga, perché, quando avverrà, voi crediate. Non parlerò più a lungo con voi, perché viene il prìncipe del mondo; contro di me non può nulla, ma bisogna che il mondo sappia che io amo il Padre, e come il Padre mi ha comandato, così io agisco».

*commento**

Gesù oggi ti consegna la sua pace. Ma che cos'è questa pace di cui parla? Sicuramente non è quella del mondo: non illudiamoci che le situazioni di assenza di conflitto siano pacifiche o che la pace sia qualcosa da scoprire tra le pagine della storia. Gesù ci ha già dato la pace vera rimettendo tutti i nostri peccati, salvandoci con la sua morte sulla croce. **Ciascuno di noi è già salvato perché è amato da Dio!** La nostra pace può sgorgare solo da questa verità che allontana dal cuore il turbamento e il timore. Vivere nella pace non significa evitare i conflitti, le tensioni o le situazioni complesse ma vuol dire affrontarle con un cuore che non si lascia affossare dalla paura e che metta al primo posto l'amore. Cercare la pace con gli strumenti del mondo non è efficace se prima questa non alberga nei cuori. Questo è il tempo per essere veri artigiani di pace.

In che modo mi rendo artigiano di pace?

*preghiera**

Signore, dammi la tua pace,
concedimi un cuore semplice
e capace di amare profondamente,
affinché io possa imparare ad essere
artigiano della tua pace.

Padre nostro. Ave Maria.
Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

La pace non può regnare tra gli uomini se prima non regna nel cuore di ciascuno di loro.
(Giovanni Paolo II)

MAGGIO 18* mercoledì

Liberami dalle inquietudini, Spirito Santo. Dona la tua pace al mio cuore.

Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

vangelo*

Dal Vangelo secondo Giovanni (15, 1-8)

In quel tempo, disse Gesù ai suoi discepoli:

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

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

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

*commento**

Con l'immagine della vite e dei tralci, Gesù ti mostra due possibili vie in cui può andare la tua vita. Una è quella del tralcio che non si alimenta dalla vite: se un ramo non è attaccato alla pianta, come può sopravvivere? Non può farlo, perciò si secca. L'altra via è quella del tralcio che rimane attaccato alla vite. In questo caso il tralcio che cosa deve fare per crescere e portare frutto? Nulla, se non nutrirsi della linfa della vite, è infatti questa che lo fa fruttificare. Gesù ci raccomanda di stare ben saldi alla vite, ovvero di rimanere nel suo amore e lo ripete molte volte in queste poche righe. Questo perché **la nostra fede si riduce a questo: rimanere nell'amore di Dio.** E chi rimane in questo amore porta molto frutto perché riceve la vita che sgorga dal Signore.

Che cosa desidero dalla mia vita? Cosa c'entra l'amore di Dio con questo?

*preghiera**

Padre, io non capisco cosa significa
rimanere nel tuo amore,
ma desidero profondamente essere felice,
portare molto frutto nel mondo,
donando la mia vita.
Aiutami a rimanere con te.

Padre nostro. Ave Maria.
Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

Mettere radici è forse il bisogno più importante e meno riconosciuto dell'animo umano.
(Simone Weil)

MAGGIO 19* giovedì

Vieni, Spirito Santo, insegnami a capire quando Dio agisce nella mia vita.

Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

vangelo*

Dal Vangelo secondo Giovanni (15,9-11)

In quel tempo, disse Gesù ai suoi discepoli:
«Come il Padre ha amato me, anche io ho amato voi. Rimanete nel mio amore.
Se osserverete i miei comandamenti, rimarrete nel mio amore, come io ho osservato i comandamenti del Padre mio e rimango nel suo amore.
Vi ho detto queste cose perché la mia gioia sia in voi e la vostra gioia sia piena».

*commento**

La parola che il Gesù ci dona oggi è: gioia. Questa è la promessa che il Signore ci fa se rimaniamo con Lui. Gesù non ti vuole con sé per possederti, per avere il controllo su di te o per farti schiavo\a, egli ci vuole con sé perché è geloso della tua libertà, vuole che tu te la tenga stretta e che non la svenda! **Scegliere di stare con Dio, rimanere nel suo amore, significa scegliere di essere liberi davvero.** E questa libertà porta la gioia piena. Ma che cos'è questa gioia? Non è da confondere con la felicità, questa, infatti, è un sentimento e come ogni sentimento dopo un po' scompare. La promessa di una gioia piena non è quella di un'eterna felicità – anche perché nella vita quotidiana c'è qualcuno di eternamente felice? – ma quella di una disposizione dell'anima che ci fa vivere tutte le situazioni, sia quelle felici che quelle infelici, con la forza necessaria per trarne il bene.

Voglio essere veramente libera?

*preghiera**

Signore Gesù,
grazie per tutti gli istanti di felicità che mi doni,
ma soprattutto grazie per la promessa di gioia
che mi hai fatto.

Padre nostro. Ave Maria.
Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

Ama la tua vita più della sua logica, solo allora ne capirai il senso.
(F. Dostoevskij)

MAGGIO 20* venerdì

San Bernardino da Siena, Sacerdote
(Memoria facoltativa)

Spirito Santo, non mi abbandonare. Custodisci i miei passi incerti.

Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

vangelo*

Dal Vangelo secondo Giovanni (15, 12-17)

In quel tempo, disse Gesù ai suoi discepoli:
«Questo è il mio comandamento: che vi amiate gli uni gli altri come io ho amato voi. Nessuno ha un amore più grande di questo: dare la sua vita per i propri amici. Voi siete miei amici, se fate ciò che io vi comando. Non vi chiamo più servi, perché il servo non sa quello che fa il suo padrone; ma vi ho chiamato amici, perché tutto ciò che ho udito dal Padre mio l'ho fatto conoscere a voi.
Non voi avete scelto me, ma io ho scelto voi e vi ho costituiti perché andiate e portiate frutto e il vostro frutto rimanga; perché tutto quello che chiederete al Padre nel mio nome, ve lo conceda. Questo vi comando: che vi amiate gli uni gli altri».

commento*

Non vi chiamo più servi, ma vi chiamo amici: che bella questa verità! Il Signore oggi ci abbraccia con questa sua Parola chiamandoci amici. Ma cosa significa? L'amico è l'opposto del servo. In un rapporto tra due persone possono instaurarsi due tipi di relazione, diametralmente opposte. La prima vede un servo e un padrone: il servo è colui che esegue l'ordine di un padrone perché deve, senza farsi alcuna domanda. La seconda relazione è quella di amicizia, l'amico è qualcuno che ci vuol bene,

che ci accompagna e ci consiglia senza mai costringerci a fare nulla. In altre parole, l'amico è colui che dà la sua vita per noi. Quante volte ci succede di confondere queste due relazioni! A volte vorremmo che i nostri amici fossero servi dei nostri ordini oppure diveniamo servi di qualcuno che dice di essere nostro amico. Nel vangelo di oggi, Gesù chiarisce quale sia la nostra relazione con lui: **siamo chiamati amici, non servi, infatti Egli ha dato la sua vita per noi. C'è amore più grande di questo?**

Le mie relazioni di amicizia sono libere? Oppure nascondono una servitù?

*preghiera**

Gesù io non capisco quello che tu hai fatto per me
offrendo la tua vita,
forse perché un Amore così non si può capire,
ma si può solo accogliere.
Ti chiedo di rendermi capace di accogliere questo Amore
per ricordarmi ogni giorno di essere un'amica amata.

Padre nostro. Ave Maria.
Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

Un amico fedele è medicina che dà vita.
(Siracide)

MAGGIO 21* sabato

Spirito di Dio, accompagnami nel discernimento della mia felicità.

Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

vangelo*

Dal Vangelo secondo Giovanni (15, 18-21)

In quel tempo, disse Gesù ai suoi discepoli:

«Se il mondo vi odia, sappiate che prima di voi ha odiato me. Se foste del mondo, il mondo amerebbe ciò che è suo; poiché invece non siete del mondo, ma vi ho scelti io dal mondo, per questo il mondo vi odia.

Ricordatevi della parola che io vi ho detto: "Un servo non è più grande del suo padrone". Se hanno perseguitato me, perseguiteranno anche voi; se hanno osservato la mia parola, osserveranno anche la vostra. Ma faranno a voi tutto questo a causa del mio nome, perché non conoscono colui che mi ha mandato».

commento*

Quando Gesù ci chiede di seguirlo è estremamente sincero, non nasconde l'odio che il mondo prova per le parole di Dio e per chi le annuncia. Il mondo è certamente un luogo bellissimo, in cui si possono fare tante cose buone, costruire relazioni profonde e sperimentare emozioni fortissime. Questo però può anche essere il luogo dei conflitti, del potere dispotico, del rancore, dell'ira, della prevaricazione. Il mondo è per sua natura duplice: se ci fermiamo in esso anche noi rimaniamo dispersi o paralizzati in questa doppiezza. Gesù ci annuncia che non siamo destinati a vivere così perché siamo stati scelti e amati. Nel nostro cuore c'è una grande sete d'infinito, di una vita altra rispetto

a quella che il mondo ci offre. Gesù è venuto per colmare questa sete, per offrirci una vita differente che ribalta le logiche di questo modo, che si fonda nella relazione con Dio e nell'amore verso i fratelli. Questa è la rivoluzione che porta Gesù nel mondo ed tanto radicale che porta con sé odio e persecuzione da chi non la vuole accogliere. Nel vangelo di oggi, Gesù non ci nasconde questo aspetto faticoso dell'essere suoi discepoli e, soprattutto, non ci comanda di separarci dal mondo per stare solo con Dio. A volte abbiamo questa tentazione: scappare dalle cose brutte del mondo e rifugiarci nella religione. Non è questo che il Signore ci chiede: dobbiamo vivere la vita che abbiamo, ricordandoci però che non apparteniamo a questo mondo.

A quali situazioni del mondo sono incatenata?

*preghiera**

Signore, il mio cuore è tanto attaccato
alle dinamiche del mondo.
Aiutami a vivere nella realtà in cui sono
ricordandomi che non appartengo a questo mondo,
che non posso essere definita dalle sue dinamiche
perché tu mi hai già salvata.

Padre nostro. Ave Maria.
Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

Che io possa avere la forza di cambiare le cose che posso cambiare,
la pazienza si accettare quelle che non posso cambiare
e l'intelligenza di saperle distinguere le une dalle altre.
(Thomas Moore)

MAGGIO

22* domenica

VI DOMENICA DI PASQUA

Spirito Santo, illumina la mia fede con i tuoi doni.

Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

1ª lettura*

Dagli Atti degli Apostoli (15, 1-2. 22-29)

In quei giorni, alcuni, venuti dalla Giudea, insegnavano ai fratelli: «Se non vi fate circoncidere secondo l'usanza di Mosè, non potete essere salvati».
Poiché Paolo e Bàrnaba dissentivano e discutevano animatamente contro costoro, fu stabilito che Paolo e Bàrnaba e alcuni altri di loro salissero a Gerusalemme dagli apostoli e dagli anziani per tale questione.
Agli apostoli e agli anziani, con tutta la Chiesa, parve bene allora di scegliere alcuni di loro e di inviarli ad Antiòchia insieme a Paolo e Bàrnaba: Giuda, chiamato Barsabba, e Sila, uomini di grande autorità tra i fratelli. E inviarono tramite loro questo scritto: «Gli apostoli e gli anziani, vostri fratelli, ai fratelli di Antiòchia, di Siria e di Cilìcia, che provengono dai pagani, salute! Abbiamo saputo che alcuni di noi, ai quali non avevamo dato nessun incarico, sono venuti a turbarvi con discorsi che hanno sconvolto i vostri animi. Ci è parso bene perciò, tutti d'accordo, di scegliere alcune persone e inviarle a voi insieme ai nostri carissimi Bàrnaba e Paolo, uomini che hanno rischiato la loro vita per il nome del nostro Signore Gesù Cristo. Abbiamo dunque mandato Giuda e Sila, che vi riferiranno anch'essi, a voce, queste stesse cose. È parso bene, infatti, allo Spirito Santo e a noi, di non imporvi altro obbligo al di fuori di queste cose necessarie: astenersi dalle carni offerte agl'idoli, dal sangue, dagli animali soffocati e dalle unioni illegittime. Farete cosa buona a stare lontani da queste cose. State bene!».

2ª lettura*

Dal libro dell'Apocalisse di san Giovanni apostolo (21, 10-14. 22-23)

L'angelo mi trasportò in spirito su di un monte grande e alto, e mi mostrò la città santa, Gerusalemme, che scende dal cielo, da Dio, risplendente della gloria di Dio. Il suo splendore è simile a quello di una gemma preziosissima, come pietra di diaspro cristallino.

È cinta da grandi e alte mura con dodici porte: sopra queste porte stanno dodici angeli e nomi scritti, i nomi delle dodici tribù dei figli d'Israele. A oriente tre porte, a settentrione tre porte, a mezzogiorno tre porte e a occidente tre porte.

Le mura della città poggiano su dodici basamenti, sopra i quali sono i dodici nomi dei dodici apostoli dell'Agnello.

In essa non vidi alcun tempio:
il Signore Dio, l'Onnipotente, e l'Agnello
sono il suo tempio.
La città non ha bisogno della luce del sole,
né della luce della luna:
la gloria di Dio la illumina
e la sua lampada è l'Agnello.

vangelo*

Dal Vangelo secondo Giovanni (14, 23-29)

In quel tempo, Gesù disse ai suoi discepoli:

«Se uno mi ama, osserverà la mia parola e il Padre mio lo amerà e noi verremo a lui e prenderemo dimora presso di lui. Chi non mi ama, non osserva le mie parole; e la parola che voi ascoltate non è mia, ma del Padre che mi ha mandato.

Vi ho detto queste cose mentre sono ancora presso di voi. Ma il Paràclito, lo Spirito Santo che il Padre manderà nel mio nome, lui vi insegnerà ogni cosa e vi ricorderà tutto ciò che io vi ho detto.

Vi lascio la pace, vi do la mia pace. Non come la dà il mondo, io la do a voi. Non sia turbato il vostro cuore e non abbia timore.

Avete udito che vi ho detto: "Vado e tornerò da voi". Se mi amaste, vi rallegrereste che io vado al Padre, perché il Padre è più grande di me. Ve l'ho detto ora, prima che avvenga, perché, quando avverrà, voi crediate».

*commento**

I vangeli di questa settimana ci hanno incessantemente ricordato di rimanere aggrappati all'amore di Dio, di accogliere la sua parola e di essere liberi nel suo nome. Oggi siamo invitati a ripercorrere le parole udite nella settimana e meditarle nuovamente alla luce dello Spirito Santo.

In questo dialogo con i suoi discepoli, Gesù continua a dire che ci sarà un tempo in cui lui non sarà più con loro. Mettendomi nei panni dei discepoli mi immagino quanto queste parole siano risultate misteriose, probabilmente qualcuno avrà pensato che Gesù li avrebbe abbandonati, o che sarebbe partito per una nuova missione di predicazione. Con queste parole, Gesù fa riferimento al tempo dopo la sua risalita al cielo, quando non sarà più fisicamente con i discepoli, ma dice loro che non li abbandonerà: annuncia loro la discesa dello Spirito Santo. Ma chi è lo Spirito Santo? Gesù dice che è colui che insegnerà ai discepoli ogni cosa e gli ricorderà tutto ciò che gli è stato annunciato. Lo Spirito Santo è il dono che è stato mandato sui discepoli e su tutti noi affinché possiamo essere guidati. Il ruolo dello Spirito nella nostra vita non è quello di fare le cose al posto nostro ma di sostenere la nostra quotidianità donandoci carità, amore, grazia. Così **è grazie allo Spirito che possiamo rimanere nell'amore di Dio, essere liberi, fare scelte coraggiose, essere artigiani di pace, donarci ai fratelli e vivere in comunione con Dio.**

Credo nello Spirito Santo?

*preghiera**

Vieni Spirito Santo,
vieni datore dei doni,
donami un cuore puro
in grado di accogliere l'amore.

Dio è amore, e si partecipa alla sua opera quando si ama con Lui e come Lui.
A tale scopo l'amore è stato riversato nei nostri cuori
per mezzo dello Spirito Santo che ci è stato dato.
(Papa Francesco)

MAGGIO 23* lunedì

Spirito Santo, fa' che ogni mio gesto sia fatto per Amore.

Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

vangelo*

Dal Vangelo secondo Giovanni (15, 26 – 16,4)

In quel tempo, disse Gesù ai suoi discepoli:

«Quando **verrà il Paràclito, che io vi manderò dal Padre**, lo Spirito della verità che procede dal Padre, egli darà testimonianza di me; e anche voi date testimonianza, perché siete con me fin dal principio.

Vi ho detto queste cose perché non abbiate a scandalizzarvi. Vi scacceranno dalle sinagoghe; anzi, viene l'ora in cui chiunque vi ucciderà crederà di rendere culto a Dio. E faranno ciò, perché non hanno conosciuto né il Padre né me. Ma vi ho detto queste cose affinché, quando verrà la loro ora, ve ne ricordiate, perché io ve l'ho detto».

commento*

Lo Spirito Santo. A volte lo trascuriamo un po'. Forse abbiamo più confidenza con Gesù; quando dobbiamo rivolgerci a Dio lo sentiamo Padre e gli parliamo da figli. Capita di percepire **lo Spirito Santo** in modo più astratto, forse un po' distante da noi. Invece **è proprio colui che ci parla, ci suggerisce, ci consola**, proprio questo vuol dire paraclito: consolatore, avvocato, difensore. Allora comprendiamo che lo Spirito Santo è l'amore di Dio in noi e che noi diamo agli altri. È più vicino a noi, o meglio, è più dentro di noi di quanto ci immaginiamo.

Facciamo le nostre orecchie attente alla sua voce. Liberiamo il cuore da tante cose che ci

impediscono di ascoltarlo: ragionamenti, supposizioni, pregiudizi, ambizioni... Facciamoci guidare dai suoi suggerimenti piuttosto che dai nostri progetti.

Siamo aperti ad ascoltare ciò che lo Spirito Santo ci vuole dire?

*preghiera**

Santo Spirito,
soffia nel mio cuore e nella mia mente
le tue parole,
il tuo amore,
la tua forza,
perché io possa avere il coraggio
di dare testimonianza di te che sei dentro di me.

Padre nostro. Ave Maria.
Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

All'uomo appartengono i progetti della mente, ma dal Signore viene la risposta.
[Libro dei Proverbi]

MAGGIO 24* martedì

Guidami, Spirito Santo, sulla strada dell'autenticità.
Fammi essere vero con me stesso e di fronte al Padre.

Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

vangelo*

Dal Vangelo secondo Giovanni (16, 5-11)
In quel tempo, disse Gesù ai suoi discepoli:
«Ora vado da colui che mi ha mandato e nessuno di voi mi domanda: "Dove vai?". Anzi, perché vi ho detto questo, la tristezza ha riempito il vostro cuore.
Ma io vi dico la verità: è bene per voi che io me ne vada, perché, se non me ne vado, non verrà a voi il Paràclito; se invece me ne vado, lo manderò a voi.
E quando sarà venuto, dimostrerà la colpa del mondo riguardo al peccato, alla giustizia e al giudizio. Riguardo al peccato, perché non credono in me; riguardo alla giustizia, perché vado al Padre e non mi vedrete più; riguardo al giudizio, perché il principe di questo mondo è già condannato».

commento*

Come non comprendere i discepoli che vedono il loro Maestro "andarsene per sempre"? Diciamolo pure, è quanto mai umano il loro comportamento. Dopo tanti momenti di gioia e di sofferenza vissuti con Gesù, dopo averlo visto morto, risorto e più volte apparso in mezzo a loro, sta dando loro l'addio. Come potevano non essere tristi? **Eppure Gesù li chiama a fare un passo oltre, chiede loro di mettere da parte i sentimenti, le emozioni, per dare spazio a qualcosa di più grande, alla realtà, alla verità. Lui non se ne va, anche se così appare, ma starà loro ancora più vicino.**
Questo è quello che chiede a noi in tanti momenti: "Vai oltre a quello che vedi, a quello

che senti e che pensi; credi anche se è difficile, credi a quello che ho insegnato, detto, promesso; io sono con te sempre, che tu senta o non senta, che il momento sia felice o triste, che tu sia buono o meno buono. Io ci sono sempre. Credi!". Facciamo nostra questa fede che Gesù ci chiede di avere!

Riesco ad andare oltre a quello che vedo e sento dentro di me per credere a qualcosa di più nascosto?

*preghiera**

Gesù,
tu a volte mi chiedi cose difficili.
Io se non vedo e non sento
faccio fatica a credere.
Aiutami, dammi la fede
per leggere con verità la mia storia,
ciò che mi accade
anche non segue il mio copione.
Fa' che io creda Signore,
che io creda veramente
che tu sei sempre al mio fianco.

Padre nostro. Ave Maria.
Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

La fiducia non si acquista per mezzo della forza.
Neppure si ottiene con le sole dichiarazioni.
La fiducia bisogna meritarla con gesti e fatti concreti.
[Papa Giovanni Paolo II]

MAGGIO 25* mercoledì

San Beda il Venerabile, Sacerdote e Dottore della Chiesa
(Memoria facoltativa)

Infondi in me, o Spirito, il Timor di Dio necessario per rimanere umile.

Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

vangelo*

Dal Vangelo secondo Giovanni (16,12-15)
In quel tempo, disse Gesù ai suoi discepoli:
«**Molte cose ho ancora da dirvi, ma per il momento non siete capaci di portarne il peso.**
Quando verrà lui, lo Spirito della verità, vi guiderà a tutta la verità, perché non parlerà da se stesso, ma dirà tutto ciò che avrà udito e vi annuncerà le cose future.
Egli mi glorificherà, perché prenderà da quel che è mio e ve lo annuncerà. Tutto quello che il Padre possiede è mio; per questo ho detto che prenderà da quel che è mio e ve lo annuncerà».

commento*

Quanto è confortante questo Vangelo. Gesù dice ai suoi discepoli che alcune cose attende a dirgliele perché non sono ancora pronti a portante il peso. Con noi si comporta nello stesso modo: prima di "metterci" dei pesi sulle spalle calcola bene se li possiamo portare o no. Ma non finisce qui, **lui si fa carico di quella fatica insieme a noi**. È vero che a volte ci sembrano montagne quelle che dobbiamo affrontare, alcune probabilmente lo sono davvero, ma Gesù è con noi.
In un altro passo del Vangelo dice: "Il mio giogo è dolce e il mio peso leggero (Mt 11,30). Il giogo è quello strumento che si mette tre due buoi, il giogo non si può portare da soli. Per

questo motivo Gesù parla di giogo, perché lui porta quel peso con noi: noi e lui, insieme. Se un carico è diviso tra due, allora è più dolce da portare.
Dividiamo i nostri pesi con Gesù, non facciamo da soli, condividiamo con lui le nostre sofferenze, così oltre ad essere più leggere, porteranno anche molto frutto.

Condivido i miei pesi con Gesù o li porto da solo?

*preghiera**

Signore Gesù,
porta con me tutti i pesi che mi sento addosso,
a volte sono piccoli, a volte più grandi,
a volte mi sembra di non riuscire a superare alcune difficoltà.
Insegnami a condividere con te
le mie sofferenze, le mie fatiche, le mie difficoltà.
Solo con te posso superare tutto.

Padre nostro. Ave Maria.
Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

Se aiuti la gente, se ne risentirà. Non importa, aiutala.
[Madre Teresa di Calcutta]

MAGGIO 26* giovedì

San Filippo Neri, Sacerdote (Memoria)

Guarisci, Spirito, le mie ferite con il tuo calore.

Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

vangelo*

Dal Vangelo secondo Giovanni (16,16-20)

In quel tempo, disse Gesù ai suoi discepoli: **«Un poco e non mi vedrete più; un poco ancora e mi vedrete»**.

Allora alcuni dei suoi discepoli dissero tra loro: «Che cos'è questo che ci dice: "Un poco e non mi vedrete; un poco ancora e mi vedrete", e: "Io me ne vado al Padre"?». Dicevano perciò: «Che cos'è questo "un poco", di cui parla? Non comprendiamo quello che vuol dire». Gesù capì che volevano interrogarlo e disse loro: «State indagando tra voi perché ho detto: "Un poco e non mi vedrete; un poco ancora e mi vedrete"? In verità, in verità io vi dico: voi piangerete e gemerete, ma il mondo si rallegrerà. Voi sarete nella tristezza, ma la vostra tristezza si cambierà in gioia».

commento*

Leggendo l'inizio di questo passo del Vangelo: "Un poco e non mi vedrete più e io me ne vado al Padre" viene da pensare al paradiso.

Proprio oggi ricorre la memoria di un santo che cantava con i suoi ragazzi: "Preferisco il paradiso", quel santo è san Filippo Neri.

Lui ha sempre dimostrato di preferire il paradiso a tutto il resto: ha superato tanti ostacoli che gli ponevano le persone ed è andato avanti con il suo progetto di paradiso. Amava i ragazzi e avrebbe dato tutto per loro, per vederli crescere buoni, lontani dalle cattive strade, per vederli felici.

Imitiamo san Filippo Neri, **preferiamo il paradiso a tante felicità momentanee che ci vengono offerte**, non scendiamo a compromessi come anche lui non è sceso a compromessi. Puntiamo la verità e il bene e andiamo avanti. La felicità e la realizzazione non possono mancare su questa strada.

Io preferisco il paradiso?

*preghiera**

San Filippo Neri,
intercedi presso Gesù,
perché io scelga sempre il paradiso,
ciò è buono, ciò che è vero e bello.
Ciò che mi fa bene allo spirito,
ciò che nutre la mia persona,
ciò che mi fa crescere e maturare umanamente e spiritualmente.
San Filippo Neri, che io possa dire con te:
preferisco il paradiso!

Padre nostro. Ave Maria.
Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

Il paradiso è sempre vicino a chi soffre.
[Nino Salvaneschi]

MAGGIO 27* venerdì

Sant'Agostino di Canterbury, Vescovo
(Memoria facoltativa)

Santo Spirito, fa' che io sia disposto ad accoglierti e a lasciarmi cambiare.

Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

vangelo*

Dal Vangelo secondo Giovanni (16, 20-23a)
In quel tempo, disse Gesù ai suoi discepoli:
«In verità, in verità io vi dico: voi piangerete e gemerete, ma il mondo si rallegrerà. Voi sarete nella tristezza, ma la vostra tristezza si cambierà in gioia.
La donna, quando partorisce, è nel dolore, perché è venuta la sua ora; ma, quando ha dato alla luce il bambino, non si ricorda più della sofferenza, per la gioia che è venuto al mondo un uomo. Così anche voi, **ora, siete nel dolore; ma vi vedrò di nuovo e il vostro cuore si rallegrerà e nessuno potrà togliervi la vostra gioia**. Quel giorno non mi domanderete più nulla».

commento*

Dopo la notte viene il giorno. Dopo il temporale ritorna il sole. Dopo la sofferenza c'è la gioia.
Quando viviamo certi momenti bui, sembra che non possa più tornare la serenità, la felicità. Ma non è così. Questi pensieri nascono da un cuore che è nel dolore e che fa fatica ad aprirsi alla speranza. Proprio in quelle circostanze dobbiamo fare lo sforzo di alzare lo sguardo verso l'alto e aggrapparci con tutte le forse alle promesse di Gesù: "Ora, siete nel dolore; ma vi vedrò di nuovo e il vostro cuore si rallegrerà e nessuno potrà togliervi la vostra gioia". **Crediamo, crediamo anche quando dentro di noi sembra esserci solo**

la notte. Non è così. Gesù sta preparando l'alba, poi la luce, poi il pieno giorno. Non dubitiamo, Gesù è sempre fedele alle sue promesse: "Se noi manchiamo di fede, egli però rimane fedele perché non può rinnegare se stesso" (2 Tim 2,13). Abbracciamoci a Gesù e lui ci guiderà in un giorno nuovo.

Quando vivo certi momenti difficili, mi aggrappo a Gesù?

*preghiera**

Signore Gesù,
quando sono nella sofferenza
donami la speranza,
quando sono nel dolore,
donami la fede,
quando il cuore piange,
donami la tua consolazione,
quando vedo tutto nero,
donami la certezza
che è l'inizio di una nuova luce.

Padre nostro. Ave Maria.
Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

Temi il Signore, tuo Dio, servilo, restagli fedele e giura nel suo nome.
[Deuteronomio]

MAGGIO 28* sabato

Apri, o Spirito, i miei occhi e il mio cuore, per vedere le doti dei fratelli attorno a me.

Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

vangelo*

Dal Vangelo secondo Giovanni (16,23-28)

In quel tempo, disse Gesù ai suoi discepoli:

«In verità, in verità io vi dico: se chiederete qualche cosa al Padre nel mio nome, egli ve la darà. Finora non avete chiesto nulla nel mio nome. Chiedete e otterrete, perché la vostra gioia sia piena.

Queste cose ve le ho dette in modo velato, ma viene l'ora in cui non vi parlerò più in modo velato e apertamente vi parlerò del Padre. In quel giorno chiederete nel mio nome e non vi dico che pregherò il Padre per voi: **il Padre stesso infatti vi ama**, perché voi avete amato me e avete creduto che io sono uscito da Dio.

Sono uscito dal Padre e sono venuto nel mondo; ora lascio di nuovo il mondo e vado al Padre».

*commento**

Il Vangelo ci dice di chiedere. Sfido chiunque a dire che non abbia mai chiesto nulla a Gesù... ma quando mai! "Gesù, fammi andare bene l'interrogazione; Gesù, mi piace un sacco quel ragazzo, fa' che sia ricambiata; Gesù, mi sono messa nel casini, tirami fuori". L'elenco potrebbe essere ancora lungo. Diciamo che non sono proprio queste le richieste di cui parla Gesù, per la carità, non è che non le ascolta, ma forse si aspetta qualcosina di più profondo.
Le richieste di cui parla sono quelle che toccano la nostra vita nell'intimo, la vita quella con 'V' maiuscola, quelle che costruiscono la struttura, l'essenza, la direzione.
Allora cerchiamo di guardare in profondità dentro di noi e allora troveremo le vere cose da chiedere al Signore. Lui non mancherà di esaudirci.

So riconoscere e chiedere a Gesù ciò di cui ho davvero bisogno?

*preghiera**

Signore,
insegnami a leggere dentro di me,
fammi comprendere quali sono le cose
di cui ho davvero bisogno.
Aiutami e non restare in superficie,
ma ad andare in profondità,
nell'intimo di me stesso
per scorgere le mie vere necessità.

Padre nostro. Ave Maria.
Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

La cosa più difficile è definire un cammino per noi stessi.
[Paulo Coehlo]

MAGGIO

29* domenica

ASCENSIONE DEL SIGNORE (SOLENNITÀ)

Spirito Santo, aiutami a riconoscere la tua presenza anche nel sussurro di una brezza leggera.

Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

1ª lettura*

Dagli Atti degli apostoli (1,1-11)

Nel primo racconto, o Teòfilo, ho trattato di tutto quello che Gesù fece e insegnò dagli inizi fino al giorno in cui fu assunto in cielo, dopo aver dato disposizioni agli apostoli che si era scelti per mezzo dello Spirito Santo.
Egli si mostrò a essi vivo, dopo la sua passione, con molte prove, durante quaranta giorni, apparendo loro e parlando delle cose riguardanti il regno di Dio. Mentre si trovava a tavola con essi, ordinò loro di non allontanarsi da Gerusalemme, ma di attendere l'adempimento della promessa del Padre, «quella – disse – che voi avete udito da me: Giovanni battezzò con acqua, voi invece, tra non molti giorni, sarete battezzati in Spirito Santo».
Quelli dunque che erano con lui gli domandavano: «Signore, è questo il tempo nel quale ricostituirai il regno per Israele?». Ma egli rispose: «Non spetta a voi conoscere tempi o momenti che il Padre ha riservato al suo potere, ma riceverete la forza dallo Spirito Santo che scenderà su di voi, e di me sarete testimoni a Gerusalemme, in tutta la Giudea e la Samarìa e fino ai confini della terra».
Detto questo, mentre lo guardavano, fu elevato in alto e una nube lo sottrasse ai loro occhi. Essi stavano fissando il cielo mentre egli se ne andava, quand'ecco due uomini in bianche vesti si presentarono a loro e dissero: «Uomini di Galilea, perché state a guardare il cielo? Questo Gesù, che di mezzo a voi è stato assunto in cielo, verrà allo stesso modo in cui l'avete visto andare in cielo».

2ª lettura*

Dalla lettera agli Ebrei (9,24-28;10,19-23)

Cristo non è entrato in un santuario fatto da mani d'uomo, figura di quello vero, ma nel cielo stesso, per comparire ora al cospetto di Dio in nostro favore. E non deve offrire se stesso più volte, come il sommo sacerdote che entra nel santuario ogni anno con sangue altrui: in questo caso egli, fin dalla fondazione del mondo, avrebbe dovuto soffrire molte volte. Invece ora, una volta sola, nella pienezza dei tempi, egli è apparso per annullare il peccato mediante il sacrificio di se stesso. E come per gli uomini è stabilito che muoiano una sola volta, dopo di che viene il giudizio, così Cristo, dopo essersi offerto una sola volta per togliere il peccato di molti, apparirà una seconda volta, senza alcuna relazione con il peccato, a coloro che l'aspettano per la loro salvezza.
Fratelli, poiché abbiamo piena libertà di entrare nel santuario per mezzo del sangue di Gesù, via nuova e vivente che egli ha inaugurato per noi attraverso il velo, cioè la sua carne, e poiché abbiamo un sacerdote grande nella casa di Dio, accostiamoci con cuore sincero, nella pienezza della fede, con i cuori purificati da ogni cattiva coscienza e il corpo lavato con acqua pura.
Manteniamo senza vacillare la professione della nostra speranza, perché è degno di fede colui che ha promesso.

vangelo*

Dal Vangelo secondo Luca (24,46-53)

In quel tempo, Gesù disse ai suoi discepoli: «Così sta scritto: il Cristo patirà e risorgerà dai morti il terzo giorno, e nel suo nome saranno predicati a tutti i popoli la conversione e il perdono dei peccati, cominciando da Gerusalemme. Di questo voi siete testimoni. Ed ecco, io mando su di voi colui che il Padre mio ha promesso; ma voi restate in città, finché non siate rivestiti di potenza dall'alto».
Poi li condusse fuori verso Betània e, alzate le mani, li benedisse. Mentre li benediceva, si staccò da loro e veniva portato su, in cielo. Ed essi si prostrarono davanti a lui; poi tornarono a Gerusalemme con grande gioia
e stavano sempre nel tempio lodando Dio.

*commento**

Gesù li portò fuori. **Per fare certe esperienze non si può restare rinchiusi nelle proprie certezze, nei propri pensieri, nelle proprie sicurezze, ma bisogna buttarsi, fidarsi, "allontanarsi da casa"**. È proprio quello che fanno i discepoli. Solo quando escono con lui, lo seguono, allora lui li benedice e si manifesta in tutta la sua gloria, si manifesta come Figlio di Dio, sale al cielo verso il Padre. Loro stupiti, si prostrano. Questa volta non sono tristi, hanno capito: dal cielo Gesù non li lascerà mai, sarà con loro sempre, è Dio. Ora credono davvero!
Abbandonano i vecchi dubbi, le antiche perplessità, le delusioni del passato. Tornano a Gerusalemme con gioia. Quella città che era stata segno di sofferenza per loro, cambia volto, perché il loro cuore è cambiato. Gesù è davvero risorto, Gesù è davvero il Figlio di Dio e chi crede, allora come oggi, ha il compito di darne testimonianza con il segno distintivo della gioia.

Io ho il coraggio di fidarmi in tutto e per tutto di Gesù?

*preghiera**

Gesù,
a volte mi piace stare comodo,
vivere una vita in autogestione,
preferisco avere le mie certezze
e non farmi smontare i miei progetti.
Ma tu mi insegni che per rivelarti a me
vuoi portarmi fuori dai miei schemi.
Gesù anch'io lo voglio.
Prendimi per mano e guidami tu.

Sono le scelte che facciamo che dimostrano quel che siamo veramente,
molto più delle nostre capacità.
[J. K. Rowling]

MAGGIO 30* lunedì

Spirito, che hai parlato per mezzo dei profeti, donami di comprendere le Scritture.

Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

vangelo*

Dal Vangelo secondo Giovanni (16,29-33)

In quel tempo, dissero i discepoli a Gesù: «Ecco, ora parli apertamente e non più in modo velato. Ora sappiamo che tu sai tutto e non hai bisogno che alcuno t'interroghi. Per questo crediamo che sei uscito da Dio».

Rispose loro Gesù: «Adesso credete? Ecco, viene l'ora, anzi è già venuta, in cui vi disperderete ciascuno per conto suo e mi lascerete solo; ma io non sono solo, perché il Padre è con me.

Vi ho detto questo perché abbiate pace in me. Nel mondo avete tribolazioni, ma abbiate coraggio: io ho vinto il mondo!».

commento*

In un famoso discorso, Giovanni Paolo II ci invitava ad aprire, anzi, a spalancare le porte del nostro cuore e della nostra vita a Cristo; ci esortava a non avere paura ed affidarci a Lui.

A poche settimane dalla sua morte e risurrezione, leggendo che Gesù ci esorta ad avere coraggio, sarebbe bello che anche noi, come i discepoli, potessimo sentire la nostra incredulità sciogliersi e riuscissimo ad affermare che per tutti i segni ricevuti, "adesso crediamo". Ma, allora, arriva spontanea una domanda: riusciamo a credere aldilà di ogni segno, solo sulla Parola? Siamo capaci di seguire il Maestro senza che "parli apertamente"

rispondendo alle nostre questioni punto per punto?
Alle volte le fatiche di ogni giorno, le difficoltà, gli imprevisti oppure gli obiettivi che ci prefissiamo rischiano di allontanarci da Dio e potremmo diventare distratti rispetto ai doni che Lui semina nel nostro quotidiano; allora ci sentiamo soli e sopraffatti e, magari, crediamo perfino di poter fare senza di Lui. **Ma davanti alle tribolazioni del mondo, Dio è al nostro fianco e ci chiede di aver coraggio, di fidarci di Lui.** L'importante è sapere che il Signore è la nostra forza e che possiamo sempre rivolgerci a Lui cercando di vincere l'individualismo e l'egoismo che ci porterebbero a disperderci ciascuno per conto suo e a credere di poter fare meglio da soli.
Dunque, all'inizio di questa settimana che ci porta alla Pentecoste, chiediamo la grazia di riuscire ad aprire quelle porte, con fiducia e senza paura perché lo Spirito possa entrare ancora una volta nella nostra vita.

Riesco ad affidarmi alla sua Parola?

*preghiera**

Vieni Santo Spirito, soffia forte nella mia vita
spalanca le porte del mio cuore a Cristo
perché io possa accogliere la sua Parola e con fiducia e coraggio,
possa affrontare le tribolazioni del mondo ed essere sostegno ai fratelli in questo

Padre nostro. Ave Maria.
Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

Il coraggio è una follia, ma una follia piena di grandezza.
(Reinaldo Arenas)

MAGGIO 31* martedì

Visitazione della Beata Vergine Maria (Festa)

Santo Spirito, rendi il mio cuore libero, docile e capace di amare.

Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

vangelo*

Dal Vangelo secondo Luca (1, 39-56)

In quei giorni, Maria si alzò e andò in fretta verso la regione montuosa, in una città di Giuda.
Entrata nella casa di Zaccarìa, salutò Elisabetta. Appena Elisabetta ebbe udito il saluto di Maria, il bambino sussultò nel suo grembo.
Elisabetta fu colmata di Spirito Santo ed esclamò a gran voce: «Benedetta tu fra le donne e benedetto il frutto del tuo grembo! A che cosa devo che la madre del mio Signore venga da me? Ecco, appena il tuo saluto è giunto ai miei orecchi, il bambino ha sussultato di gioia nel mio grembo. E beata colei che ha creduto nell'adempimento di ciò che il Signore le ha detto».
Allora Maria disse:
«**L'anima mia magnifica il Signore**
e il mio spirito esulta in Dio, mio salvatore,
perché ha guardato l'umiltà della sua serva.
D'ora in poi tutte le generazioni mi chiameranno beata.
Grandi cose ha fatto per me l'Onnipotente
e Santo è il suo nome;
di generazione in generazione la sua misericordia
per quelli che lo temono.
Ha spiegato la potenza del suo braccio,
ha disperso i superbi nei pensieri del loro cuore;
ha rovesciato i potenti dai troni,
ha innalzato gli umili;
ha ricolmato di beni gli affamati,
ha rimandato i ricchi a mani vuote.

Ha soccorso Israele, suo servo,
ricordandosi della sua misericordia,
come aveva detto ai nostri padri,
per Abramo e la sua discendenza, per sempre».
Maria rimase con lei circa tre mesi, poi tornò a casa sua.

*commento**

L'incontro che la liturgia della Festa dell'Assunzione ci offre non è un semplice "ricongiungimento" familiare. Le fatiche che siamo stati costretti a sopportare durante il dilagare della pandemia ci hanno anche fatto comprendere **quanto ricco e prezioso è l'incontro con le persone che ci vogliono bene**. Ma qui c'è qualcosa di più: questo è l'incontro tra due persone, due donne, che si sono lasciate toccare dal volto di Dio. Entrambe hanno accettato la chiamata che Dio aveva per loro: così adulta Elisabetta che non sperava più di avere un figlio, così giovane Maria che ancora non era sposata. Certo non deve essere stato facile, per loro, andare incontro a disegni così inaspettati. Ma la gioia che in cambio hanno ricevuto non è paragonabile a nessun'altra.
"Serva" dice Maria di se stessa, non però nel senso di "schiava", subordinatamente sottomessa a un arbitrio che non riconosce. Serva, al contrario, è solo il nome della sua "umiltà", che però non le ha impedito di accogliere il Signore, anzi glielo ha permesso.

Quanta fatica faccio a comprendere la mia miseria? Sono umile?

*preghiera**

Signore,
spesso la mia fatica nel riconoscermi umile e povero
mi impedisce di accogliere il tuo messaggio.
Aiutami a svuotarmi della mia superbia,
perché solo così potrò riconoscere la tua grazia.

Padre nostro. Ave Maria.
Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo

La gratitudine non è la menzione di una tenerezza, ma il suo silenzioso apprezzamento,
più profondo del raggiungibile – tutto ciò che chiede nostro Signore,
che conosce meglio di noi la misura delle cose.
(Emily Dickinson)

RIPARTIAMO A VITA* PIENA

*CON LA "V" MAIUSCOLA

ANNO PASTORALE 2021|22

DIOCESI DI NOVARA
UFFICIO PER LA PASTORALE GIOVANILE

SUSSIDIO DI PREGHIERA QUOTIDIANA

a cura dell'Ufficio per la Pastorale Giovanile
della Diocesi di Novara