

ESERCIZI SPIRITUALE FRA LE MURA DOMESTICHE MOMENTO PENITENZIALE

Nel nome del Padre...

Si legge il Vangelo

Dal Vangelo secondo Matteo

20 Poiché io vi dico: se la vostra giustizia non supererà quella degli scribi e dei farisei, non entrerete nel regno dei cieli.

21 Avete inteso che fu detto agli antichi: *Non uccidere*; chi avrà ucciso sarà sottoposto a giudizio. **22** Ma io vi dico: chiunque si adira con il proprio fratello, sarà sottoposto a giudizio. Chi poi dice al fratello: stupido, sarà sottoposto al sinedrio; e chi gli dice: pazzo, sarà sottoposto al fuoco della Geenna.

23 Se dunque presenti la tua offerta sull'altare e lì ti ricordi che tuo fratello ha qualche cosa contro di te, **24** lascia lì il tuo dono davanti all'altare e va' prima a riconciliarti con il tuo fratello e poi torna ad offrire il tuo dono.

25 Mettiti presto d'accordo con il tuo avversario mentre sei per via con lui, perché l'avversario non ti consegni al giudice e il giudice alla guardia e tu venga gettato in prigione. **26** In verità ti dico: non uscirai di là finché tu non abbia pagato fino all'ultimo spicciolo!

27 Avete inteso che fu detto: *Non commettere adulterio*; **28** ma io vi dico: chiunque guarda una donna per desiderarla, ha già commesso adulterio con lei nel suo cuore.

29 Se il tuo occhio destro ti è occasione di scandalo, cavalo e gettalo via da te: conviene che perisca uno dei tuoi membri, piuttosto che tutto il tuo corpo venga gettato nella Geenna. **30** E se la tua mano destra ti è occasione di scandalo, tagliala e gettala via da te: conviene che perisca uno dei tuoi membri, piuttosto che tutto il tuo corpo vada a finire nella Geenna.

31 Fu pure detto: *Chi ripudia la propria moglie, le dia l'atto di ripudio*; **32** ma io vi dico: chiunque ripudia sua moglie, eccetto il caso di concubinato, la espone all'adulterio e chiunque sposa una ripudiata, commette adulterio.

33 Avete anche inteso che fu detto agli antichi: *Non spergiurare, ma adempi con il Signore i tuoi giuramenti*; **34** ma io vi dico: non giurate affatto: né per il cielo, perché è il trono di Dio; **35** né per la terra, perché è lo sgabello per i suoi piedi; né per Gerusalemme, perché è la città del gran re. **36** Non giurare neppure per la tua testa, perché non hai il potere di rendere bianco o nero un solo capello. **37** Sia invece il vostro parlare sì, sì; no, no; il di più viene dal maligno.

38 Avete inteso che fu detto: *Occhio per occhio e dente per dente*; **39** ma io vi dico di non opporvi al malvagio; anzi se uno ti percuote la guancia destra, tu porgigli anche l'altra; **40** e a chi ti vuol chiamare in giudizio per toglierti la tunica, tu lascia anche il mantello. **41** E se uno ti costringerà a fare un miglio, tu fanne con lui due. **42** Da' a chi ti domanda e a chi desidera da te un prestito non volgere le spalle.

43 Avete inteso che fu detto: *Amerai il tuo prossimo* e odierai il tuo nemico; **44** ma io vi dico: amate i vostri nemici e pregate per i vostri persecutori, **45** perché siate figli del Padre vostro celeste, che fa sorgere il suo sole sopra i malvagi e sopra i buoni, e fa piovere sopra i giusti e sopra gli ingiusti. **46** Infatti se amate quelli che vi amano,

quale merito ne avete? Non fanno così anche i pubblicani? **47** E se date il saluto soltanto ai vostri fratelli, che cosa fate di straordinario? Non fanno così anche i pagani? **48** Siate voi dunque perfetti come è perfetto il Padre vostro celeste.
Parola del Signore

Momento di silenzio per riflettere sul brano
(Si potrà ascoltare, se possibile, un commento)

Si prega con un salmo

Pietà di me, o Dio, secondo la tua misericordia;
nel tuo grande amore cancella il mio peccato.

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

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

Contro di te, contro te solo ho peccato,
quello che è male ai tuoi occhi, io l'ho fatto;
perciò sei giusto quando parli,
retto nel tuo giudizio.

*Distogli lo sguardo dai miei peccati,
cancella tutte le mie colpe.*

Crea in me, o Dio, un cuore puro,
rinnova in me uno spirito saldo.

*Non respingermi dalla tua presenza
e non privarmi del tuo santo spirito.*

Rendimi la gioia di essere salvato,
sostieni in me un animo generoso.

*Insegnerò agli erranti la tue vie
e i peccatori a te ritorneranno.*

Liberami dal sangue, Dio, Dio mia salvezza,
la mia lingua esalterà la tua giustizia.

*Signore, apri le mie labbra
e la mia bocca proclami la tua lode;*

*poiché non gradisci il sacrificio
e, se offro olocausti, non li accetti.*

Uno spirito contrito è sacrificio a Dio,
un cuore affranto e umiliato tu, o Dio, non disprezzi.

Gloria al Padre...

Esame di coscienza
(o Confessione se possibile)

Si chiede perdono

Perdonami, Padre, per tutte le volte in cui non mi fido di Te e pretendo di costruire la mia vita senza mettermi in ascolto della tua Parola. Kyrie, eleison!

Perdonami, Padre, per tutte le volte in cui la ricerca di me stesso e la lontananza da Te non mi permette di riconoscerci fratelli e di costruire la comunione nella Tua Chiesa. Kyrie, eleison!

Perdonami, Padre, per tutte le volte in cui metto a tacere i desideri più profondi del mio cuore. Kyrie, eleison!

Perdonami, Padre, per tutte le volte in cui non so gioire dei doni già presenti nella mia vita. Kyrie, eleison!

Perdonami, Padre, per tutte le volte in cui ci rifiuto di vivere secondo la logica del Tuo amore perché ho paura di lasciarmi coinvolgere troppo. Kyrie, eleison!

Preghiera finale

Signore Dio,
concedimi di conoscere te Padre buono
e di conoscere me figlio tuo, peccatore.
Che io faccia esperienza, Signore,
della tua misericordia in ogni mia miseria,
della tua grazia in ogni mio peccato,
della tua ricchezza in ogni mia povertà,
della tua forza in ogni mia debolezza,
della tua sapienza in ogni mia stoltezza,
della tua luce in ogni mia tenebra,
del tuo Regno in ogni mio inferno.
Te lo chiedo nella forza dello Spirito Santo
per mezzo di Gesù Cristo,
tuo Figlio e nostro Signore.
Amen

Nel nome del Padre...

Per la riflessione personale e/o in attesa di confessarsi si possono leggere i seguenti brani sulle beatitudini

“Le beatitudini, promessa e programma”

p. Enzo Bianchi

Noi traduciamo quest'espressione tante volte presente nei Salmi e nella sapienza di Israele con “beati” (dal greco makárioi, che i vangeli prendono dalla versione dei LXX), ma purtroppo non abbiamo un termine italiano che ne sveli adeguatamente il contenuto. “Beati” non è un aggettivo, è un invito alla felicità, alla pienezza di vita, alla consapevolezza di una gioia che niente e nessuno può rapire né spegnere (cf. Gv 16,23). “Beati” ha anche il valore di “benedetti” (cf. Mt 25,34), in opposizione ai “guai” (cf. Mt 23,13-32; Lc 6,24-26), ma indica qualcosa che non è soltanto un'azione di Dio che rende giusti e salvati nel giorno del giudizio (cf. Sal 1,1; 41,2), ma che già da ora dà un senso, una speranza consapevole e gioiosa a chi è destinatario di tale parola. Promessa e programma! Nessuno dunque pensi alla beatitudine come a una gioia esente da prove e sofferenze, a uno “stare bene” mondano. No, la si deve comprendere come la possibilità di sperimentare che ciò che si è e si vive ha senso, fornisce una “convinzione”, dà una ragione per cui vale la pena vivere. E certo questa felicità la si misura alla fine del percorso, della sequela, perché durante il cammino è presente, ma a volte può essere contraddetta dalle prove, dalle sofferenze, dalla passione.

La promessa fatta solennemente da Gesù, parola potente di Dio, è il regno dei cieli, non un luogo, ma una relazione: essere con Dio, essere suoi figli, così come chi non è beato resta lontano e separato da Dio. Questo regno, dove Dio regna pienamente, è la comunione dei santi del cielo e della terra, la comunione dei fratelli di Gesù, dei figli di Dio, che noi cristiani dovremmo vivere con consapevolezza, ma che, a causa della nostra philautía, del nostro egoismo, non arriviamo neppure a credere saldamente. Questa esperienza del regnare di Dio su di noi possiamo farla qui e ora, alla sequela di Gesù: ciò accade quando su di noi non regnano né idoli, né poteri di nessun tipo, quando sentiamo che solo Dio e il Vangelo di Gesù ci determinano, ci muovono, ci tengono in piedi. È questo il caso in cui possiamo dire, umilmente ma con stupore, senza pensare di avere meriti, che Dio regna in noi, su di noi, dunque il regno di Dio è venuto: sempre però in modo non osservabile (cf. Lc 17,20), da noi riconosciuto solo parzialmente, sempre in modo fragile, che possiamo negare con il nostro venir meno all'amore.

Essere “poveri nello spirito”, nel cuore – precisa Matteo –, non semplicemente “poveri” (Lc 6,20), ma esserlo nell'umiltà di chi sa attendere Dio e la sua giustizia (cf. Mt 6,33) può aprire alla beatitudine di chi riceve in dono il regno di Dio.

Essere piangenti è una condizione frequente: le lacrime scendono sul viso come un'invocazione, un grido a volte muto, ma il Signore raccoglie le lacrime (cf. Sal 56,9), non le dimentica. Ed ecco, manda già ora il Consolatore (cf. Gv 15,26; 16,7) a consolare, affinché ci aiuti ad attraversare la sofferenza e poi alla fine ci doni la gioia eterna, quando Dio asciugherà lacrime da ogni volto (cf. Is 25,8; Ap 7,17; 21,4).

Essere miti tra gli uomini e le donne, miti su questa terra, senza abitarla con prepotenza né violenza, senza riconoscere solo se stessi, rinunciando a ogni volontà

di aggressione, fosse anche per difesa, è non solo possedere la terra promessa da Dio, ma già oggi pregustare una risposta amorosa da parte dell'umanità. San Francesco e papa Giovanni con la loro mitezza hanno "posseduto la terra", nel senso più vero, evangelico, senza attraversare i sentieri del potere e della ricchezza.

Chi ha fame e sete di giustizia, cioè non è mosso dalla legge del vivere nella forza senza riconoscere l'altro, ma è vittima dei fratelli e delle sorelle che non si accorgono di lui, non desista da questa fame e combatta affinché Dio gli dia ora un cibo che lo sostiene e poi nel Regno quella giustizia della quale tanto ha avuto fame e sete.

Chi fa misericordia agli altri "obbligherà" Dio a fargli misericordia, perché Dio – dicevano i padri del deserto – obbedisce ai misericordiosi che sono come lui (cf. Lc 6,36), hanno lo stesso cuore, sono cioè santi come lui è santo (cf. Lv 19,2; 1Pt 1,16).

Essere puri di cuore significa vedere tutte le persone e gli eventi con gli occhi di Dio, vederli con "gli occhi del cuore" (Ef 1,18). Allora la gioia è quella di essere trasparenti, di non dover impiegare il tempo a organizzare la "maschera" con la quale desideriamo apparire agli altri ed essere da loro conosciuti. È la gioia di capire che l'altro è altro, è un dono di Dio, è un fratello o una sorella, e che io accetto di non mettere le mani su di lui o su di lei, di non possederli, sfruttarli, strumentalizzarli.

Un uomo, una donna che sa "fare pace" in ogni situazione di conflitto, da quelle tra i fratelli e le sorelle a quelle tra i popoli, siccome compie ciò che Dio vorrebbe fosse fatto, mostra di essere già qui sulla terra figlio, figlia di Dio, cioè partecipe della sua natura (cf. 2Pt 1,4), e lo sarà definitivamente nel regno dei cieli.

Infine, per tutti i discepoli la beatitudine riguarda il loro stare nel mondo tra le ostilità e le persecuzioni. Se un discepolo di Gesù riceve solo approvazione, applauso, abbia timore e si interroghi se è veramente tale! Almeno l'ostilità, la calunnia, l'opposizione deve conoscerla. Ha detto Gesù: "Guai, quando tutti gli uomini diranno bene di voi!" (Lc 6,26). Cercare questo consenso è una delle peggiori tentazioni nella chiesa: compiacere tutti per essere da tutti approvati; sedurre gli altri per ricevere il plauso e avere successo; mancare di parrhesía cristiana (che sembra essere scambiata, all'interno della propria comunità o della chiesa, con la libertà di mormorare!) per essere da tutti apprezzati. Che miseria! Certo, in tal modo si sarà apprezzati e si avrà successo, ma non si conoscerà dentro di sé la gioia più vera, la beatitudine di essere in piena comunione con Gesù Cristo. Per rallegrarsi in profondità occorre invece non guardare ai propri interessi né mettere in atto alcuna strategia, ma "tenere fisso lo sguardo su Gesù" (cf. Eb 12,2) e solo da lui accettare la ricompensa, che consiste nel poter condividere il suo amore.

Riflessione dell'Assistente Generale al vangelo di Matteo (5,1-12)

+ *Mansueto Bianchi*

Cari amici, una domanda: ma il centro del Vangelo qual è? Dov'è il cuore del Vangelo? Certo, potremmo dire che il Vangelo è tutto un cuore, perché è il cuore di Dio che si apre sul mondo, è il cuore di Dio che diventa accogliente, che diventa casa per il nostro cuore, per le nostre vite. Eppure il Vangelo ha un centro, il Vangelo ha un cuore: l'esplosione di quel centro, il dilatarsi di quel cuore forma poi l'intero Evangelo che la Chiesa raccoglie ed annuncia al mondo.

Il centro del Vangelo sono quelle poche righe, quel grappoletto di versetti che abbiamo ascoltato poco fa. Il cuore del Vangelo sono le beatitudini, perché esse sono la soglia, sono la porta di accesso al volto e alla vita di Dio, al riflettersi e al riverberarsi della vita di Dio nella nostra vita e nella vicenda della Chiesa.

Vorrei quindi, ripercorrendo le beatitudini, pormi quattro domande insieme a voi, che credo siano le più elementari, le più spontanee che ci affiorano dentro quando ci troviamo all'incontro con un brano come quello che abbiamo ascoltato.

La prima domanda: **le beatitudini per chi sono?** A chi sono destinate le beatitudini? Ricordate come si apriva il brano che abbiamo ascoltato? “Gesù, vedendo le folle, salì sul monte”. E nel versetto immediatamente precedente si diceva che queste folle venivano dalla Giudea, da Gerusalemme, dalla Decapoli, dalla regione oltre il Giordano, venivano cioè dalla Città Santa, venivano dalla Terra Santa, ma venivano anche dalla terra della commistione, che era la Galilea, venivano anche dalla terra pagana, che era la Decapoli. “Vedendo le folle”: per chi sono allora le beatitudini? Le beatitudini sono per tutti, per tutta la Chiesa, e attraverso la Chiesa le beatitudini sono consegnate, affidate, destinate al mondo, alla gente, alla vita, così come la gente è, così come la vita si dipana, attraverso i giorni che le persone vivono. Le beatitudini non sono per un gruppo selezionato, non sono per una élite di cristiani: sono veramente per noi, così come siamo, con quella carrozzeria ammaccata che ciascuno di noi ha. Le beatitudini sono per noi. Ed allora anche noi siamo in quella folla che si raccoglie intorno a Gesù. E, sulla montagna, ascolta il discorso, le parole che lui pronuncia: esse vengono affidate alle nostre mani e al nostro cuore.

La seconda domanda che vorrei pormi è questa: **Gesù le beatitudini dove le ha imparate?** Dove le ha “lette” le beatitudini? Certo, gli esegeti percorrono strade molto complesse per dire da dove provengono, almeno in certe loro formulazioni, le beatitudini del Vangelo di Matteo. Ma la nostra domanda va più in là, è più profonda e più alta: dove Gesù ha imparato le beatitudini? Gesù le ha imparate e le ha lette nel cuore della Trinità, le beatitudini Gesù le ha imparate e le ha lette nel cuore di Dio, nel cuore del Padre. E perciò pronunciando le beatitudini, Gesù, prima di dirci che cosa dobbiamo fare, che cosa dobbiamo diventare, ci dice chi è Dio, che volto ha Dio, che cuore ha Dio, che cosa prova Dio per ciascuno di noi: perché lui è così, lui è *beatitudinale*. Prima di dire “beati i poveri” le beatitudini ci dicono che Dio è povero, ci dicono che Dio è mite, ci dicono che Dio attraversa l'esperienza del soffrire a causa dell'uomo. E la vicenda della croce di Gesù ce ne dà testimonianza sul versante della storia; ci raccontano di un Dio che è appassionato della pace, che è appassionato della fraternità, della concordia tra i suoi figli. Le beatitudini Gesù le ha lette nel cuore di Dio, le ha imparate nel seno della Trinità e le ha fatte risuonare nella storia, le ha fatte risuonare sul nostro versante, dentro la nostra vicenda, dentro il nostro essere popolo, gente, folla, dentro quel modo un po' tumultuoso, talora drammatico, di fare storia. Le beatitudini ci raccontano Dio, ci raccontano il volto di Dio, sono l'esegesi di Dio che Gesù fa per noi.

La terza domanda: **le beatitudini che cosa dicono?** Che cosa proclamano le beatitudini? Nelle beatitudini leggo tre tempi: c'è un presente, un futuro, un passato. Il presente: è quello delle persone che gemono, che piangono, che sono nello

sgomento, per i mille volti tremendi con cui la sofferenza bussava alla porta e prepotentemente entra dentro la vita della gente. Il presente sono quelli che potremmo chiamare i crocefissi della storia, i crocefissi della vita.

E il futuro è l'impegno che Dio personalmente assume nei confronti di ciascuno di loro. Il futuro è l'impegno che Dio, proprio lui, ribalterà la loro situazione, asciugherà ciascuna, una per una, delle loro lacrime, farà fiorire i deserti interiori ed esterni, quelli che ci troviamo dentro o che talora costruiamo o siamo gli uni per gli altri. Dio stesso si renderà presente e garante a fare in modo che quei nodi che oggi ci strozzano possano domani fiorire e diventare un giardino di vita possibile per noi.

C'è poi un terzo momento: il passato. La garanzia, il fondamento di questo futuro che il Signore prospetta al cammino dei suoi discepoli, è nel passato: è nella persona di Gesù. È lui, come inizio, come presenza del Regno tra di noi. È l'affidabilità del suo Vangelo che lui ci dona e al quale noi rimaniamo consegnati. È la croce del Signore che il Padre ha ribaltato e trasfigurato nella mattina di Pasqua. È quel giorno, è la memoria di quel giorno, la Pasqua del Signore, che diventa profezia di un altro giorno, dell'ultimo giorno, della pienezza dei giorni, della Pasqua del mondo. E questo ricordarsi del passato e del futuro, della memoria e della profezia, diventa la coscienza del nostro presente, diventa la profondità, la ricchezza, la fecondità del nostro presente. Anche se è un presente limitato, anche se è un presente affaticato e ferito; diventa la luce segreta, ma forte, tenace, dei nostri giorni amari, dei nostri giorni grigi.

L'ultima domanda: **ma come si fa ad annunciare le beatitudini?** Se le beatitudini sono per la folla, cioè sono per tutta la Chiesa; se noi c'eravamo, se noi eravamo lì attorno al Signore quando apriva la bocca per consegnarci le beatitudini, se queste beatitudini dobbiamo portare nel mondo, allora come si fa ad annunciare le beatitudini? Direi, prima di tutto, diventando noi, noi Chiesa, noi famiglie, noi persone, noi parrocchie, noi Azione Cattolica, persone *beatitudinali*, popolo *beatitudinale*: persone che vivono Cristo e il Vangelo come il tesoro, come la ricchezza della loro vita. Come vorrei che le nostre chiese potessero fiorire di questo innamoramento, di questa possibilità di guardare in faccia il Signore, di guardarlo negli occhi e potergli dire "sei tu la mia vita, sei tu il mio tesoro! Io ti voglio bene!". Come disse Pietro in quel giorno, lungo le sponde del lago di Galilea: pur sotto il carico dei miei peccati, pur sotto il carico delle mie limitatezze, delle mie incapacità e della mia cattiveria; questo te lo posso e te lo voglio dire: io ti voglio bene! Per portare le beatitudini, per annunciare le beatitudini nel mondo dobbiamo essere una Chiesa così, perché altrimenti siamo una Chiesa che chiacchiera, una Chiesa da crocicchio. Dobbiamo, in questo senso, varcare la soglia delle beatitudini, smetterla di difenderci, smetterla di sottrarci, smetterla di inanellare le collanine dei nostri *no*, e finalmente pronunciare il *sì* del nostro amore al Signore. Chi di noi nella sua vita non ha mai guardato in faccia qualcuno e ha pensato o ha detto: "tu sei il mio tesoro"? Se la Chiesa non fa questo con il Signore, ma che Chiesa è? Ma di che colore è colorata una Chiesa che non fa così? Di che fuoco è accesa? È cenere e non fiamma!

E la seconda cosa che occorre fare per annunciare le beatitudini è quella di metterci accanto alla gente, accanto ai poveri. Nel testo delle beatitudini che abbiamo ascoltato poco fa, succede una cosa

stranissima: la parola “beati” viene accostata alle parole più tremende, umanamente parlando. I poveri? beati! i piangenti? beati! i perseguitati? beati! gli affamati e gli assetati di giustizia? beati! Ma chi le può dire queste cose? O un allucinato, o uno che fa letteratura e si diverte a fare quelli che chiamiamo gli “ossimori”, cioè a mettere insieme parole che entrano in rotta di collisione tra loro. Come si fa allora ad annunciare le beatitudini? Ecco il secondo momento: dobbiamo riversare la pagina del Vangelo dentro la vita, accostare quei termini che sono accostati nel Vangelo. Accostare i beati con i poveri, con coloro che piangono, con i perseguitati, con i miti. Come si fa? Noi che siamo il popolo delle beatitudini, noi che siamo la Chiesa delle beatitudini, dobbiamo accostarci a quelli che sono i poveri, i piangenti, i piagati, i miti, i perseguitati. Siamo noi queste fiammelle nella notte, siamo noi questo brillio di piccole luci nella notte che vanno a mettersi accanto a coloro che portano la pesantezza di queste parole che Gesù ha pronunciato. Dobbiamo ricostruire nella vita quell'accostamento che Matteo ha costruito nella pagina di Vangelo che ci ha consegnato.

Ecco allora le beatitudini come “soglia” per la nostra entrata incontro a Cristo, come “soglia” per la nostra uscita verso mondo, soprattutto verso i poveri.

E credo che l'Assemblea dell'Azione Cattolica che abbiamo in questi giorni vissuto e costruito, chiamandoci ad essere corresponsabili della gioia di vivere perché persone nuove, proprio questo ci chiedeva: voi, popolo *beatitudinale*, voi discepoli del Signore, segnati dal dono delle beatitudini, rendetevi presenza accanto a tutti quelli che soffrono, accanto a ciascuno che piange, per essere motivo di forza, per essere seme di gioia dentro la vita che geme.

Questo è l'affidamento, e questa è la speranza che la pagina delle beatitudini consegna alla nostra vita.