

ADORAZIONE EUCARISTICA

Canto

Davanti al Re, ci inchiniamo insieme
per adorarlo con tutto il cuore.
Verso di Lui eleviamo insieme
canti di gloria al nostro Re dei Re.

G. Il Signore non ritarda nel compiere la sua promessa.

T: Egli è magnanimo con noi.

G. Non vuole che alcuno si perda,

T. ma che tutti abbiano modo di pentirsi.

G. E noi vi annunciamo che la promessa fatta ai nostri padri si è realizzata,

T. Dio l'ha compiuta per noi, suoi figli, risuscitando Gesù.

G. Questa è la promessa che egli ci ha fatto:

T. la vita eterna.

L. ecco dove e come si trova in terra la vera felicità e la vera beatitudine: nell'amicizia e nella compagnia piena d'amore di Gesù eucaresia.

Me lo dici Tu stesso, mio divin Maestro." Beato colui che verrà ogni giorno a vegliare con me, a godere della mia conversazione nella mia casa!", Ma quale può essere la tua casa, o Gesù, se non questo Tabernacolo dove abiti come in un luogo riservato per donare il tuo amore e la tua confidenza?

T. Compi in me la tua promessa, Signore!

L. Sì, è proprio così. Oggi, Signore, sono qui davanti a Te, ma il mio cuore è triste, avvilito, scoraggiato. Meriterei di non essere accolto da Te, ma sono certo che Tu non mi abbandonerai. Sono debole e fragile... quando mi innalzerò a Te con ali di confidenza semplice e affettuosa? "Chi mi darà ali di colomba per volare presso di Te e lì trovare riposo?". Quando sperimenterò anch'io la dolcezza della tua presenza in questo Tabernacolo? Ecco, Signore, che come semplice colomba mi poso ai tuoi piedi, anzi, sul tuo Cuore ricco d'amore. Sì, vengo a parlarti, a sfogarmi con te.

T. Compi in me la tua promessa, Signore!

L. Tu solo puoi ridare la calma e la pace al mio cuore tanto abbattuto. Sarei sciocco se, invece di confidarmi con Te, cercassi conforto altrove. Per quanto mi venisse detto di bello e di buono, nulla varrebbe ad appagare e tranquillizzare il mio cuore turbato. Vale di più una tua tacita parola, un tuo sguardo tenero e pieno di amore da questo Tabernacolo che mille discorsi fatti da amici, benché intimi. Insegnami, Signore, ad ascoltare e ad accogliere la tua Parola con umiltà e con fede! Parla al mio cuore, guarda la mia tristezza e i miei bisogni!

T. Compi in me la tua promessa, Signore!

Alleluia

Vangelo MC 6, 34-44

³⁴Sbarcando, vide molta folla e si commosse per loro, perché erano come pecore senza pastore, e si mise a insegnare loro molte cose. ³⁵Essendosi ormai fatto tardi, gli si avvicinarono i discepoli dicendo:

«Questo luogo è solitario ed è ormai tardi; ³⁶congedali perciò, in modo che, andando per le campagne e i villaggi vicini, possano comprarsi da mangiare». ³⁷Ma egli rispose: «Voi stessi date loro da mangiare». Gli dissero: «Dobbiamo andar noi a comprare duecento denari di pane e dare loro da mangiare?». ³⁸Ma egli replicò loro: «Quanti pani avete? Andate a vedere». E accertatisi, riferirono: «Cinque pani e due pesci». ³⁹Allora ordinò loro di farli mettere tutti a sedere, a gruppi, sull'erba verde. ⁴⁰E sedettero tutti a gruppi e gruppetti di cento e di cinquanta. ⁴¹Presi i cinque pani e i due pesci, levò gli occhi al cielo, pronunciò la benedizione, spezzò i pani e li dava ai discepoli perché li distribuissero; e divise i due pesci fra tutti. ⁴²Tutti mangiarono e si sfamarono, ⁴³e portarono via dodici ceste piene di pezzi di pane e anche dei pesci. ⁴⁴Quelli che avevano mangiato i pani erano cinquemila uomini.

(Silenzio)

Canto

Sono qui a lodarti

Luce del mondo, nel buio del cuore

Vieni ed illuminami

Tu mia sola speranza di vita

Resta per sempre con me

Sono qui a lodarti, qui per adorarti

Qui per dirti che Tu sei il mio Dio

E solo Tu sei santo, sei meraviglioso

Degno e glorioso sei per me

Re della storia e Re nella gloria

Sei sceso in terra fra noi

Con umiltà il Tuo trono hai lasciato

Per dimostrarci il Tuo amor

Sono qui a lodarti, qui per adorarti

Qui per dirti che Tu sei il mio Dio

E solo Tu sei santo, sei meraviglioso

Degno e glorioso sei per me

Non so quanto è costato a Te

Morire in croce, lì per me

UNA FOLLA ALLA RICERCA DI PANE E DI PAROLA

“Sbarcando, vide molta folla e si commosse per loro, perché erano come pecore senza pastore, e si mise a insegnare loro molte cose.”

Meditazione

Davanti alla molta folla che non aveva da mangiare, Gesù dice ai suoi discepoli di sentire compassione. Nel linguaggio del Vangelo, compassione è una parola che ha a che vedere con “viscere”. E’ un sentimento, o meglio uno sconvolgimento che prende nell’intimo: “viscerale” appunto. La compassione è un sentimento nobile di Gesù, pieno di umanità che significa prontezza al servizio ed alla donazione; una volontà a guardare l'altro come sé stesso e rinunciare alla sua superiorità per servire l'altro. Un sentimento umano che Gesù mostra di avere. Il gesto lo rende partecipe dei nostri dolori e delle nostre sofferenze. È umano, nel senso più nobile e concreto del termine, nel riconoscere l'altro che mi sta di fronte come soggetto dell'amore e non come oggetto da sfruttare. È umano perché è la volontà di unire gli uomini in un nuovo legame di solidarietà. Ma è anche divino perché proviene da Dio, è divino perché Gesù rende grazie sui sette pani e sui pochi pesciolini, è divino perché Gesù opera il miracolo della moltiplicazione dei pani e dei pesci, è divino perché ci induce a contemplare con maggior profondità il Mistero di Cristo.

Riflessione

«Sento compassione di questa folla». Siamo in grado di guardare a chi ci sta accanto e di averne compassione? Sappiamo vedere la sofferenza dell'altro?

Spesso sentiamo il gemito dei nostri fratelli, hanno "fame", ma le nostre mani restano chiuse. Qualcuno potrebbe obiettare che nessuno di noi ha la potenza di Gesù per risolvere certe situazioni problematiche, che oltrepassano di molto le nostre capacità.

Chiediamo allora a Dio di aprire il nostro cuore perché le nostre mani si spalanchino al servizio degli altri.

Preghiamo insieme

Signore, quando ho fame, dammi qualcuno che ha bisogno di cibo;
quando ho sete, mandami qualcuno che ha bisogno di una bevanda
e quando ho freddo, mandami qualcuno da scaldare.

Rendici degni, Signore,
di servire i nostri fratelli che in tutto il mondo vivono e muoiono poveri e affamati.
Da' loro, oggi, usando le nostre mani,
il loro pane quotidiano e da' loro,
per mezzo del nostro amore comprensivo, pace e gioia.
Amen.

(Madre Teresa di Calcutta)

(silenzio)

PANE CHE NON SI COMPRA

"..congedali perciò, in modo che, andando per le campagne e i villaggi vicini, possano comprarsi da mangiare".

Meditazione

Gesù sta conducendo i discepoli – e noi – a riflettere. Di pane ce n'è in abbondanza, ma chi lo detiene non lo offre: lo vende. È così che funziona il sistema del mondo: quelli che detengono il cibo in abbondanza lo cedono alle loro condizioni – ecco il prezzo! – esercitando un potere sui poveri. E così ciò che serve per vivere – e quindi la vita stessa – non è più alla portata di tutti, ma è sotto il controllo di chi lo possiede.

Gesù con il gesto che sta per compiere, scardina quest'ordine, questo sistema che sfrutta la fame, il dolore, la solitudine... che crea ingiustizia e che crea fame. La nuova legge dell'amore che lui predica e vive rompe questo sistema e ne inaugura uno nuovo, fondato sulla condivisione dei beni, sulla solidarietà, sulla misericordia.

Riflessione

Di fronte alla situazione di bisogno di migliaia di persone in un luogo isolato e senza scorte sufficienti per sfamarsi, i discepoli sembrano rassegnati e propongono a Gesù di congedare la folla, perché ognuno possa provvedersi da mangiare. Quello espresso dai discepoli è un progetto sano, logico, razionale non difficile da attuare. Non è una cattiva idea. È frutto di un ragionamento prudente, avveduto, fatto da gente pratica non priva di senso organizzativo. Spesso capita anche a noi di ragionare così, quando la stanchezza e l'affanno prendono il sopravvento e non ne possiamo più della gente che richiede il nostro impegno, il nostro servizio. I discepoli sono presi dalla tentazione di dire "basta con le folle, che ciascuno si arrangi. Noi abbiamo già dato, e più di così non si può fare". Come i discepoli anche noi spesso preferiremmo disperdere ma il progetto di Gesù è di radunare questa folla, abbandonata a se stessa attorno alla sua Parola che si fa Pane.

Per venire incontro ai bisogni della gente, Gesù, vero pastore aiuta i discepoli a cambiare se stessi e a diventare comunità. Occorre avere una comunità, con cui condividere il pane che si mangia. Il modo con cui Gesù esprime la sua pietà per la folla, istruendola, ci permette di riconoscere in lui l'unica vera guida, capace di fare di tutta tutta quella gente dispersa una comunità.

Non possiamo seguire Gesù sulla via della carità se non ci vogliamo bene prima di tutto tra noi, se non ci preoccupiamo gli uni degli altri se non ci sforziamo di collaborare, di comprenderci a vicenda e di perdonarci, riconoscendo ciascuno i propri limiti e i propri sbagli.

E seguendo Cristo sulla via della carità, noi seminiamo speranza.

Come Chiesa abbiamo tutti una responsabilità forte che è quella di seminare la speranza con opere di solidarietà.

Cantiamo insieme

Dove due o tre sono riuniti nel mio nome, io sarò con loro,

pregherò con loro, amerò con loro,

perché il mondo venga a Te,

o Padre,

conoscere il tuo amore e avere vita in Te.

Voi che ora siete miei discepoli nel mondo,

siate testimoni di un amore immenso,

date prova di quella speranza che c'è in voi, coraggio,

vi guiderò per sempre, lo rimango con voi.

(silenzio)

PANE INSUFFICIENTE

“Ma egli rispose loro: Voi stessi date loro da mangiare. Gli risposero: Dobbiamo andare a comprare duecento denari di pane e dare loro da mangiare?”

Meditazione

La sfida a cui è sottoposta la piccola comunità dei discepoli di Gesù di fronte ai bisogni di quella moltitudine di gente che era con loro, e poi del mondo, è la stessa che sperimentiamo anche noi. La consapevolezza della propria pochezza di fronte alle sfide enormi del mondo è ben espressa dai discepoli: possiamo condividere, ma quello che abbiamo a disposizione è troppo poco!

Tutto incomincia da un'esortazione di Gesù: *“Date loro da mangiare!”*

Per far ciò i discepoli dovrebbero spendere una cifra esorbitante: Duecento denari, cioè il salario di duecento giornate di lavoro. Per i discepoli il problema rimane impossibile da risolvere.

A noi, invece, cosa domanda Gesù? Quale prova siamo chiamati ad affrontare? Dove possiamo trovare il pane?

Riflessione

Alle parole di Gesù *“Voi stessi date loro da mangiare”* I discepoli reagiscono ragionando in termini di mercato e fanno un calcolo approssimativo: per sfamare tanta gente ci vorrebbero duecento denari, quasi la paga annuale di un bracciante agricolo! Gesù propone un'altra soluzione: alla logica del “comprare”, sostituisce quella del “dare”.

Come i discepoli, anche noi non sappiamo come reagire alle prove che siamo chiamati ad affrontare perciò è Gesù stesso a prendere l'iniziativa. Come nell'episodio del Vangelo ordina che tutta la gente si

sieda, anche noi siamo incoraggiati ad affrontare il nostro dubbio o problema, a fare chiarezza nella nostra vita per mezzo della preghiera e trovare nel Padre il conforto.

Egli ci vuole ricordare l'abbondanza del pane, che Dio non lascia morire di fame il suo popolo, non siamo soli.

Spesso organizziamo le nostre giornate riempiendole di impegni e riunioni, non lasciamo neanche mezzo secondo al silenzio, alla ricerca del pane perché ci sembra tempo perso, in fondo abbiamo solo due pani non basteranno mai!

Gesù cosa ci vuole far capire con le parole "Voi stessi date loro da mangiare"? Gesù vuole che i discepoli non lo seguano più come delle pecore ma che percorrano il viaggio insieme a lui. Ci vuole insegnare che nelle situazioni in cui non abbiamo una guida che ci precede o non riusciamo a capire quale direzione far prendere alla nostra vita, c'è sempre Dio che ci sostiene e ci affianca nel cammino.

Così quando siamo chiamati a sfamare la gente, non dobbiamo sentirci persi o impotenti, Dio provvede al sostentamento di tutti, dobbiamo essere i primi a ricordarcelo e a chiedergli consiglio.

Quanta gente oggi si professa cristiana ma non ha da mangiare il corpo di Cristo o meglio ha perso la capacità di chiedere aiuto a Dio, di rivolgersi a Lui tramite la preghiera? Quanti di noi vedono nel miracolo eucaristico un semplice pane e non una risposta alla nostra richiesta di fame di fede?

Gesù non ci chiede di comprare il pane, non dobbiamo preoccuparci del "dove" prendere da mangiare o in quali quantità, il pane e il vino ci sono donanti in abbondanza, quello che siamo chiamati a fare è distribuire questo pane e questo vino. *Voi stessi date loro da mangiare.* Questa affermazione di Gesù nasconde anche un altro quesito: siete disposti a prendervi cura del popolo insieme a me?

Noi come i discepoli siamo chiamati a fidarci dell'amore di Dio e a sperimentare che il sincero dono di sé moltiplica quel poco che abbiamo nel cuore e questo è sufficiente per sfamare tutti quelli che ci circondano.

L'eucarestia per noi è un pane insufficiente o un pane capace di rigenerarci all'infinito?

Nella mia quotidianità trasmetto i valori cristiani a chi ho vicino o mi limito a lamentarmi dei problemi che non posso risolvere?

Cantiamo insieme

Oh Signore fa di me uno strumento,
fa' di me uno strumento della tua pace,
dov'è odio che io porti l'amore
dov'è offesa che io porti il perdono
dov'è dubbio che io porti la fede
dov'è discordia che io porti l'unione
dov'è errore che io porti la verità
a chi dispera che io porti la speranza.

O Maestro dammi tu un cuore grande
che sia goccia di rugiada per il mondo
che sia voce di speranza
che sia un buon mattino
per il giorno di ogni uomo
e con gli ultimi del mondo
sia il mio passo lieto
nella povertà, nella povertà. (2v)

PANE DA CONDIVIDERE

"Prese i cinque pani e i due pesci, alzò gli occhi al cielo, recitò la benedizione, spezzò i pani e li dava ai suoi discepoli perché li distribuissero a loro; e divise i due pesci fra tutti"

Meditazione

Due sono le azioni che Gesù compie. La prima è una preghiera di benedizione. Rendere grazie al Padre è riconoscere che questi pani e questi pesci sono un dono ricevuto da lui, sono la prova del suo amore; per questo il Padre creatore e datore di vita va lodato e ringraziato.

Il secondo gesto di Gesù è distribuire i pani e i pesci del ragazzo, il cibo a disposizione, e con essi sfamare la folla! Quello che Gesù compie è il miracolo dell'amore: l'amore da parte di Dio che offre i beni della creazione e ce li dona e l'amore da parte dell'uomo, che condivide per amore il dono ricevuto.

Gesù non fa cadere il pane dal cielo, ma moltiplica quello che c'è!

Certo questo atto prefigura il dono di sé, il dono della sua vita senza nulla trattenere, ma anche quello dei suoi discepoli, anch'essi chiamati a donare se stessi per la vita del mondo.

La preghiera di azione e di grazie e a condivisione liberano i beni della creazione dall'accaparramento egoista che annulla il dono di Dio e creano ora un mondo solidale!

Riflessione

DA: NOTE DI PASTORALE GIOVANILE

Forse oggi dobbiamo ricordare con maggiore forza che l'eucaristia è segno della comunione e della fraternità che dobbiamo coltivare tra noi e che raggiungerà la sua vera pienezza nel compimento del regno. L'eucaristia dovrà essere per i credenti un costante invito a vivere condividendo ciò che hanno con i bisognosi, per poco che sia, fossero solo «cinque pani e due pesci».

L'eucaristia ci obbliga a chiederci quali rapporti esistano tra noi che la celebriamo, poiché, visto che è «segno di comunione fraterna», diventa una presa in giro quando vi partecipiamo tutti: quelli che vivono soddisfatti nel loro benessere e i bisognosi, quelli che si approfittano degli altri e gli emarginati, senza che la sua celebrazione paia mettere in discussione nessuno.

A volte non sembra che ci preoccupi molto la celebrazione di un'eucaristia che non è segno di vera fraternità né stimolo a cercarla.

Ciò nonostante, una cosa è molto chiara nella tradizione della Chiesa: «Quando manca la fraternità, l'eucaristia è di troppo» (Luis Gonzalez Carvajal). Quando non c'è giustizia, quando non si vive in modo solidale, quando non si opera per cambiare le cose, quando non è percepibile uno sforzo di condivisione dei problemi dei sofferenti, la celebrazione eucaristica è priva di senso.

Questo non vuol dire che possiamo celebrare l'eucaristia solo quando viviamo tra noi una fraternità autentica. Per poterla celebrare non dobbiamo aspettare che l'ultima ingiustizia sia stata debellata. Ma non possiamo neppure continuare a celebrarla senza sentirci spronati da essa a impegnarci per un mondo più giusto.

Il pane eucaristico ci nutre per l'amore, non per l'egoismo, ci spinge a creare una comunicazione e una solidarietà più profonde, e non un mondo in cui ci disinteressiamo gli uni degli altri.

Preghiamo insieme

Signore Gesù, tu sei con noi,
vivo e vero, nell'Eucaristia.

Signore, accresci la nostra fede.

Signore, donaci una fede che ama.

Tu che ci vedi, tu che ci ascolti, tu che ci parli:

illumina la nostra mente perché crediamo di più;

riscalda il nostro cuore perché ti amiamo di più!

La tua presenza, mirabile e sublime

ci attragga, ci afferri, ci conquisti.

Signore, donaci una fede più grande.

Signore, donaci una fede più viva.

(Beato Giovanni Paolo II)

(silenzio)

PANE PER TUTTI

Mc 6, 42-44

“Tutti mangiarono e si sfamarono, e portarono via dodici ceste piene di pezzi di pane e anche dei pesci. Quelli che avevano mangiato i pani erano cinquemila uomini.”

Meditazione

Quei fortunati commensali mangiarono quanti pani e pesci volevano finché furono saziati. Nel deserto la manna era misurata e quella raccolta in più imputridiva. Qui siamo nell'abbondanza, nella libertà: ciascuno può prendere cibo quanto desidera fino a sazietà.

L'abbondanza è tale che ne avanza pure: “portarono via dodici ceste piene di pezzi di pane e anche di pesci”. Nulla di ciò che è donato va disprezzato, e ciò che apparentemente è “scartato” diventa principio di un nuovo miracolo, di nuova abbondanza.

In quelle dodici ceste c'è una allusione alle dodici tribù di Israele, ai dodici apostoli, capostipiti di un nuovo popolo, ai quali ora viene affidato un canestro ciascuno. Quello che avanza dura anche per il dopo, non imputridisce come la manna che durava solo un giorno, e ce n'è anche per quelli che sono presenti.

E' la prefigurazione dell'Eucarestia che nei secoli continua a nutrire le generazioni a venire come il pane vero che è il Cristo. Nelle dodici ceste che Cristo affida ai dodici apostoli è prefigurato questo dono che Gesù affida ai suoi apostoli, chiamati a perpetuarlo: “Fate questo in memoria di me”.

Riflessione

DA CINQUE PANI E DUE PESCI. DALLA SOFFERENZA DEL CARCERE UNA GIOIOSA TESTIMONIANZA DI FEDE

L'esperienza durissima del carcere politico, vissuta in pienezza di amore e di fede, ha rivelato al mondo la grandezza del vescovo vietnamita François Xavier Nguyen Van Thuan. Egli ci narra una parte di questo itinerario e da lui potremo imparare che niente è poco, se offerto a Gesù con amore e totalità: Nel Vangelo, Gesù, vedendo la folla che l'ha seguito per tre giorni, ha detto: «sono come pecore senza pastore» (cfr Mc 6,34) ... Nei momenti più drammatici, in prigione, quando ero quasi sfinito, senza forza per pregare né meditare, ho cercato un modo per riassumere l'essenziale della mia preghiera, del messaggio di Gesù, e ho usato questa frase: «Vivo il testamento di Gesù». Cioè amare gli altri come Gesù mi ha amato, nel perdono, nella misericordia, fino all'unità, come egli ha pregato: «Che tutti siano uno come tu, Padre, in me ed io in te» (Gv 17,21) . Ho pregato spesso: «Vivo il testamento d'amore di Gesù». Voglio essere il ragazzo che ha offerto tutto ciò che aveva. È niente, 5 pani e 2 pesci, ma è «tutto» ciò che aveva, per essere «strumento dell'amore di Gesù».

[...] Il più grande errore è non accorgersi che gli altri sono Cristo. Ci sono molte persone che non lo scopriranno che nell'ultimo giorno. Gesù fu abbandonato sulla croce e lo è ancora in ogni fratello e sorella che soffre in ogni angolo del mondo. La carità non ha confini; se ha confini non è più carità.

Cantiamo insieme

Ubi caritas Et amor

Ubi caritas Deus ibi est

(silenzio)

G- Gesù ha ricevuto qualche pane e del pesce e lo hai cambiato in cibo abbondante e gustoso per una folla. Egli desidera ricevere da noi tutto quel che siamo e abbiamo, per trasformarlo in un dono splendido per il Padre e per i nostri fratelli. Preghiamo insieme:

T- Ricevi, o Signore, le nostre paure e trasformale in fiducia.
Ricevi la nostra sofferenza e trasformala in crescita.
Ricevi le nostre crisi e trasformale in maturità.
Ricevi le nostre lacrime e trasformale in intimità.
Ricevi la nostra rabbia e trasformala in preghiera.
Ricevi il nostro scoraggiamento e trasformalo in fede.
Ricevi la nostra solitudine e trasformala in contemplazione.
Ricevi le nostre amarezze e trasformale in calma interiore.
Ricevi le nostre attese e trasformale in speranza.
Ricevi le nostre sconfitte e trasformale in risurrezione.

Canto

SPUNTI PER L'ADORAZIONE SILENZIOSA

Dall'Omelia di Papa Francesco nella Festa del Corpus Domini 2013

“...Nella Chiesa, ma anche nella società, una parola chiave di cui non dobbiamo avere paura è “solidarietà”, saper mettere, cioè, a disposizione di Dio quello che abbiamo, le nostre umili capacità, perché solo nella condivisione, nel dono, la nostra vita sarà feconda, porterà frutto... nell'Eucaristia il Signore ci fa percorrere la sua strada, quella del servizio, della condivisione, del dono, e quel poco che abbiamo, quel poco che siamo, se condiviso, diventa ricchezza, perché la potenza di Dio, che è quella dell'amore, scende nella nostra povertà per trasformarla. Chiediamoci allora oggi, adorando il Cristo presente realmente nell'Eucaristia: mi lascio trasformare da Lui? Lascio che il Signore che si dona a me, mi guidi a uscire sempre di più dal mio piccolo recinto, a uscire e non aver paura di donare, di condividere, di amare Lui e gli altri?”

Papa Francesco in occasione dell'Incontro con i Poveri e i Detenuti del 2013 nella Cattedrale di Cagliari

E guardando Gesù noi vediamo che Lui ha scelto la via dell'umiltà e del servizio. Anzi, Lui stesso in persona è questa via. Gesù non è stato indeciso, non è stato “qualunquista”: ha fatto una scelta e l'ha portata avanti fino in fondo. Ha scelto di farsi uomo, e come uomo di farsi servo, fino alla morte di croce. Questa è la via dell'amore: non c'è un'altra. Perciò vediamo che la carità non è un semplice assistenzialismo, e meno un assistenzialismo per tranquillizzare le coscienze. No, quello non è amore, quello è negozio, quello è affare. L'amore è gratuito. La carità, l'amore è una scelta di vita, è un modo di essere, di vivere, è la via dell'umiltà e della solidarietà. Non c'è un'altra via per questo amore: essere umili e solidali. Questa parola, *solidarietà*, in questa cultura dello scarto – quello che non serve si butta fuori – per rimanere soltanto quelli che si sentono giusti, che si sentono puri, che si sentono puliti. Poveretti! Questa parola, *solidarietà*, rischia di essere cancellata dal dizionario, perché è una parola che dà fastidio, dà fastidio. Perché? Perché ti obbliga a guardare all'altro e darti all'altro con amore. E' meglio cancellarla dal dizionario, perché dà fastidio. E noi no, noi diciamo: questa è la via, l'umiltà e la solidarietà. Perché? L'abbiamo inventata noi preti? No! E' di Gesù: Lui l'ha detto! E vogliamo andare per questa strada. L'umiltà di Cristo non è un moralismo, un sentimento. L'umiltà di Cristo è reale, è la scelta di essere piccolo, di stare con i piccoli, con gli esclusi, di stare fra noi, peccatori tutti. Attenzione, non è un'ideologia! E' un modo di essere e di vivere che parte dall'amore, parte dal cuore di Dio.

Non possiamo seguire Gesù sulla via della carità se non ci vogliamo bene prima di tutto tra noi, se non ci sforziamo di collaborare, di comprenderci a vicenda e di perdonarci, riconoscendo ciascuno i propri limiti e i propri sbagli. Dobbiamo fare le opere di misericordia, ma con misericordia! Con il cuore lì. Le

opere di carità con carità, con tenerezza, e sempre con umiltà! Sapete? A volte si trova anche l'arroganza nel servizio ai poveri! Sono sicuro che voi l'avete vista. Quell'arroganza nel servizio a quelli che hanno bisogno del nostro servizio. Alcuni si fanno belli, si riempiono la bocca con i poveri; alcuni strumentalizzano i poveri per interessi personali o del proprio gruppo. Lo so, questo è umano, ma non va bene! Non è di Gesù, questo. E dico di più: questo è peccato! E' peccato grave, perché è usare i bisognosi, quelli che hanno bisogno, che sono la carne di Gesù, per la mia vanità. Uso Gesù per la mia vanità, e questo è peccato grave! Sarebbe meglio che queste persone rimanessero a casa!

Dunque: seguire Gesù sulla via della carità, andare con Lui alle periferie esistenziali. «La carità di Gesù è un'urgenza!», diceva Paolo (cfr 2 Cor 5,14). Per il buon Pastore ciò che è lontano, periferico, ciò che è sperduto e disprezzato è oggetto di una cura maggiore, e la Chiesa non può che far sua questa predilezione e questa attenzione. Nella Chiesa, i primi sono quelli che hanno più necessità, umana, spirituale, materiale, più necessità.

E seguendo Cristo sulla via della carità, noi seminiamo speranza. Seminare speranza: questa è la terza convinzione che mi piace condividere con voi. La società italiana oggi ha molto bisogno di speranza. Chi ha responsabilità politiche e civili ha il proprio compito, che come cittadini bisogna sostenere in modo attivo. Alcuni membri della comunità cristiana sono chiamati ad impegnarsi in questo campo della politica, che è una forma alta di carità, come diceva [Paolo VI](#). Ma come Chiesa abbiamo tutti una responsabilità forte che è quella di seminare la speranza con opere di solidarietà, sempre cercando di collaborare nel modo migliore con le pubbliche istituzioni, nel rispetto delle rispettive competenze. La *Caritas* è espressione della comunità, e la forza della comunità cristiana è far crescere la società dall'interno, come il lievito.

Piccole storie per l'anima" –Bruno Ferrero

La lezione

Una madre stava preparando delle frittelle dolci per i figli, Tobia di cinque anni e Matteo di tre anni.

I bambini cominciarono a discutere su chi avrebbe preso la prima frittella.

La madre ne approfittò per dare loro una lezione morale: «Se Gesù fosse seduto qui, direbbe "Mio fratello prenderà la prima frittella. Io posso aspettare"».

Ci fu un attimo di silenzio, e poi Tobia si girò verso il fratellino e disse: «Matteo, tu fai Gesù».

Un lunedì mattina, Gesù passò per le strade di Torino. Si era caricato una borsa della spesa pesante: la portava a casa di una vecchietta che abitava al quarto piano senza ascensore. Si fermò in un ufficio postale a tradurre le parole di un documento per una nigeriana che non capiva l'italiano. Spinse per due ore la carrozzella di un giovane paralitico attraverso il parco: era quello che il giovane desiderava da tanto tempo. Giocò a palla per un'ora con una bambina down, che non riusciva mai ad afferrare la palla. Visitò all'ospedale una donna malata di cancro, che non aveva nessuno che l'andasse a trovare. Si tuffò dal trampolino di un metro con un ragazzino che aveva paura e che tutti prendevano in giro. Dormì per tutta la notte rannicchiato accanto ad un barbone ubriaco su una panchina per tenerlo al caldo. Il mattino dopo sparì.

Nessun giornalista si era accorto che Gesù era stato a Torino.

Ma la vecchietta, la nigeriana, il giovane paralitico, l'ammalata, il barbone e il ragazzino dicevano a tutti quelli che incontravano: «Ieri è stata una bella giornata. Ho incontrato una persona così gentile».

Solo la bambina down non parlava. Non riusciva a parlare. Ma rideva, gettava la palla in alto e cercava di riprenderla quando tornava giù.

E rideva con gli occhi rivolti verso il cielo.

Tutti noi possiamo "fare Gesù". Ma non è mai comodo.

La favola del pane

In un lontano paese, una povera vedova si manteneva prestando servizio ad una ricca e misteriosa signora che viveva solitaria in una villa dall'aspetto lugubre, seminasosta nel cuore del bosco. La buona vedova compiva il suo lavoro con generosità e precisione e un giorno inaspettatamente la signora le fece un regalo: un anello straordinario.

"Ruotando due volte questo anello intorno al dito, ti potrai trasformare in tutto ciò che vorrai" le spiegò la strana signora.

La vedova non ci fece gran caso, ma quando una terribile carestia si abbatté sulla regione, si ricordò dell'anello.

Lo girò due volte attorno al dito e si trasformò in un magnifico falco dalle ali affilate. Aveva deciso di volare fino a trovare una terra che potesse fornire sostentamento al figlio e ai suoi vicini. Volò fino ad esaurire le forze, poi tornò mestamente nella sua casa. La carestia aveva colpito tutte le terre del regno. Non c'era scampo per nessuno. Ma la donna non si rassegnò. Ruotò l'anello due volte e si trasformò in un'enorme e fragrante forma di pane. Quando suo figlio tornò a casa e vide quella enorme pagnotta, cominciò a mangiare di gusto. Era solo pane, ma saziava in modo mirabile. Mentre masticava con voluttà, il figlio della vedova vide passare un vicino di casa con cui aveva avuto molti dissapori e che gli ispirava una fortissima antipatia.

Era deciso ad ignorarlo, ma una scossa al cuore lo costrinse ad invitarlo a condividere quel pane miracoloso. La voce si sparse e da tutto il villaggio la gente accorse: grandi e piccoli, giovani e vecchi, poveri, ammalati e sani, disperati e inquieti.

Quel pane sembrava non finire mai. Inoltre non si limitava a togliere la fame, ma infondeva serenità e voglia di pace, senso di bontà e salute per il corpo. Quelli che erano nemici si riconciliavano e quello che prima si ignoravano si sorridevano cordialmente.

Ogni notte, l'ultima briciola di pane si trasformava di nuovo nella vedova generosa. Ogni mattino, la donna ridiventava una gigantesca pagnotta profumata e deliziosa, che nutriva il corpo e lo spirito della gente del villaggio.

Così fu fino al nuovo raccolto. Quel giorno fu organizzata una grande festa. Naturalmente partecipò anche la vedova. Tutti quello che si avvicinavano a lei provavano una strana sensazione: la donna profumava di pane appena sfornato.

"Mentre stavano mangiando, Gesù prese il pane, fece la preghiera di benedizione, spezzò il pane, lo diede ai discepoli e disse. Prendete questo è il mio corpo" (Marco 14,22)

La zuppa

In un grande self service una signora anziana prese una grossa ciotola di zuppa, la sistemò sul vassoio e poi, dopo aver pagato, posò il vassoio su un tavolino libero. Appese la borsetta alla sedia e stava per sedersi e degustare la fumante e profumata zuppa quando si accorse di aver dimenticato il cucchiaino.

Lasciò tutto e si recò alla cassa, dove c'erano le posate.

Quando ritornò, vide con sorpresa che il suo posto era occupato da un giovane africano che stava tranquillamente mangiando la sua zuppa.

La donna rimase perplessa e indignata. Poi, con un po' di malcelato sussiego, si sedette sulla sedia vicina e affondò il cucchiaino nella zuppa, sotto il naso dell'intruso. Il giovane sorrise e continuò a mangiare.

Lei prese una cucchiainata, anche il giovane ne prese una.

Lei pensava: <<Che sfrontato! Se solo avessi più coraggio! È ora di finirla con questi immigrati!>>.

Così ogni volta che lei prendeva una cucchiainata, l'uomo di fronte a lei, senza fare un minimo cenno, ne prendeva una anche lui.

Continuarono fino a che non rimase che una piccola quantità di zuppa e la donna pensò: <<Ah, adesso voglio proprio vedere cosa mi dice quando sarà finita>>.

Il giovane le lasciò l'ultima cucchiainata. Poi si alzò, la salutò educatamente e se ne andò.

La donna guardò la sedia: la sua borsa era scomparsa. Un ladro! Era solo un comunissimo ladro!

Delusa, arrabbiata, tutta rossa in volto si guardò intorno. Ma il giovane era scomparso senza lasciare traccia. Poi, mentre si guardava intorno, la rabbia si trasformò in confusione e profondo imbarazzo.

Sul tavolino accanto, c'era un vassoio senza cucchiaino, con una zuppa che si stava raffreddando. Sulla sedia, appesa come l'aveva lasciata, c'era la sua borsa.

Sentì tanta vergogna e capì solo allora che lei aveva sbagliato tavolino e che quel giovane che mangiava una zuppa uguale alla sua l'aveva divisa con lei senza sentirsi indignato, nervoso o superiore, al contrario di lei che aveva sbuffato e addirittura si era sentita ferita nell'orgoglio.

Quante volte nella nostra vita, senza saperlo, abbiamo "mangiato la zuppa" di un altro? Quante volte al giorno, rubiamo tempo, stima, affetto, attenzione e neanche ci sfiora il rimorso?

DA: "ENZO BIANCHI-Santissimo Corpo e Sangue di Cristo" (29 maggio 2016)

Ma qui viene spontaneo chiedersi: cosa significa questo evento? Normalmente si parla di "moltiplicazione" dei pani, ma nel racconto non c'è questo termine. Dunque? Dovremmo dire che c'è stata *condivisione del pane*, c'è stato lo *spezzare il pane*, e questo gesto è fonte di cibo abbondante per tutti. In tal modo comprendiamo come ci sia qui una prefigurazione di ciò che Gesù farà a Gerusalemme la sera dell'ultima cena. Lo stesso gesto è ripetuto da Gesù risorto sulla strada verso Emmaus, di fronte ai due discepoli. Tre episodi che recano lo stesso messaggio: le folle, la gente, il mondo ha fame del regno di Dio, e Gesù, che ne è il messaggero e lo incarna, sazia questa fame con la condivisione del cibo, con lo spezzare il suo corpo, la sua vita, offerta a tutti.

Ecco il mistero eucaristico nella sua essenza: non lasciamoci abbagliare da tante e varie dottrine eucaristiche, ma accogliamo il mistero nella sua semplicità. Cristo si dà a noi ed è cibo abbondante per tutti; una volta spezzato (sulla croce), può essere offerto dalla chiesa, da noi, a tutti coloro che lo cercano e tentano di seguirlo. Se è vero che la dinamica dello spezzare il pane e del dividerlo trova nella celebrazione della santa cena eucaristica un adempimento, essa però è anche paradigma di condivisione del nostro cibo materiale, il pane di ogni giorno. L'eucaristia non è solo banchetto del cielo, ma vuole essere esemplare per le nostre tavole quotidiane, dove il cibo è abbondante ma non è condiviso con quanti hanno fame e ne sono privi. Per questo, se alla nostra eucaristia non partecipano i poveri, se non c'è condivisione del cibo con chi non ne ha, allora anche la celebrazione eucaristica è vuota, perché le manca l'essenziale. Non è più la cena del Signore, bensì una scena rituale che soddisfa le anime dei devoti, ma in profondità è una grave menomazione del segno voluto da Gesù per la sua chiesa!

Con la condivisione dei pani e dei pesci insieme alle folle Gesù inaugura un nuovo spazio relazionale tra gli umani: quello della comunione nella differenza, perché le differenze non sono abolite ma affermate senza che, d'altra parte, ne patisca la relazione segnata da fraternità, solidarietà, condivisione. Sì, dobbiamo confessarlo: nella chiesa si è persa quest'intelligenza eucaristica propria dei primi cristiani e dei padri della chiesa, vi è stato un divorzio tra la messa e la condivisione del pane! E se nel mondo esiste la fame, se i poveri sono accanto a noi e l'eucaristia non ha per loro conseguenze concrete, allora la nostra eucaristia è scena religiosa e – come direbbe Paolo – "il nostro non è più un mangiare la cena del Signore". Solo se c'è condivisione, ci possono essere banchetto e festa; solo se la tavola non è chiusa ma aperta a chi bussa, allo straniero, al pellegrino, al povero, è una tavola veramente umana. Ma nella realtà dei fatti, il più delle volte, restiamo ingabbiati nei riti e non riusciamo a fare dell'eucaristia la vita cristiana.

Mi lascio interpellare. Alcune domande per orientare la riflessione e l'attuazione:

Il pane materiale che viene donato da Dio ci rimanda a quello che dovremmo condividere con i troppi uomini e donne che, sulla stessa terra che noi abitiamo e di cui sciupiamo spensieratamente le risorse, lottano disperatamente per un tozzo di pane. Quando prego "dacci il nostro pane quotidiano" rivolgo almeno un pensiero a coloro che di questo pane mancano e a come potrei andare loro incontro?

L'evangelista Marco suggerisce che l'Eucaristia debba condurci al dono ed alla condivisione del pane con coloro che non ne hanno. Se oggi condividessimo ciò che abbiamo, non ci sarebbe fame nel mondo. Cosa posso fare io?

Il clima del racconto è di grande compassione: Gesù prova tenerezza per la folla e vuole aiutarla, sfamarla, e chiede la collaborazione degli apostoli i quali, attoniti, invitano al sano realismo Gesù.

Non accade così anche a noi? Chiediamo a Dio di fare qualcosa per le sofferenze del mondo e quando lui ci invita a darci da fare, lo invitiamo al sano realismo. Eppure Dio ha bisogno di noi, ha bisogno del nostro nulla per fare qualcosa. Quando gridiamo a Dio: "Cosa fai per questa situazione?", Dio ci risponde: "Tu, che cosa fai?" Credere è delegare a Dio la risoluzione dei nostri problemi o forse imparare ad affrontarli in una prospettiva diversa?

Sono solito buttare nel piatto della generosità le mie poche cose che conservo con gelosia per rivederle restituite mille volte tanto? E' difficile comprendere queste parole perché per servire gli altri bisogna veramente farsi piccoli, umili, fino a sapersi inginocchiare davanti a loro, mettersi ai loro piedi. E' difficile perché il nostro io è duro a morire. Ho mai sperimentato come, nella condivisione, ci sia più gioia nel dare che nel ricevere? In una società come la nostra che quasi ci impone di osservare soltanto la legge del "dare per ricevere" sono convinto che nel sacrificio della condivisione non ci sia tristezza ma che anzi, proprio da esso scaturisca la vera gioia?

L'esperienza durissima del carcere politico, vissuta in pienezza di amore e di fede, ha rivelato al mondo la grandezza del vescovo vietnamita François Xavier Nguyen Van Thuan.

Egli ci narra una parte di questo itinerario e da lui potremo imparare che niente è poco, se offerto a Gesù con amore e totalità:

Una notte in cui sono malato, nella prigione di Phú Khánh, vedo passare un poliziotto e grido: «Per carità, sono molto ammalato, mi dia un po' di medicina!». Lui risponde: «Qui non c'è carità, né amore, c'è soltanto la responsabilità». Questa è l'atmosfera che respiriamo in prigione.

Quando vengo posto in isolamento, sono prima affidato a un gruppo di cinque guardie: due di loro sono sempre con me. I capi le cambiano ogni due settimane con un altro gruppo, perché non siano "contaminati" da me. In seguito hanno deciso di non cambiarli più, altrimenti tutti sarebbero stati contaminati!

All'inizio, le guardie non parlano con me, rispondono solo "yes" e "no". È veramente triste; voglio essere gentile, cortese con loro, ma è impossibile, evitano di parlare con me. Non ho niente da dare loro in regalo: sono prigioniero [...]. Come devo fare?

Una notte, mi viene un pensiero: «Francesco, tu sei ancora molto ricco. Tu hai l'amore di Cristo nel tuo cuore. Ama loro come Gesù ti ha amato». L'indomani ho cominciato ad amarli, ad amare Gesù in loro, sorridendo, scambiando parole gentili. Comincio a raccontare storie sui miei viaggi all'estero, come vivono i popoli in America, Canada, Giappone, Filippine, Singapore, Francia, Germania... l'economia, la libertà, la tecnologia. Questo ha stimolato la loro curiosità e li ha spinti a domandarmi moltissime cose. Pian piano siamo diventati amici. [...] È stato molto difficile per le mie guardie capire come si possa perdonare, amare i nostri nemici, riconciliarsi con loro.

- Lei ci ama veramente?

- Sì, vi amo sinceramente.

- Anche quando le facciamo del male? Quando soffre perché è stato in prigione per tanti anni senza giudizio?

- Pensate agli anni che abbiamo vissuto insieme. Vi ho amato realmente!

- Quando lei sarà libero, non manderà i suoi a farci del male, a noi e alle nostre famiglie?

- No, continuerò ad amarvi, anche se voi volete uccidermi.

- Ma perché?

- Perché Gesù mi ha insegnato ad amarvi. Se non lo faccio, non sono più degno di essere chiamato cristiano. [...]