



*Ora di Adorazione, preghiera e riflessione
davanti al ss. Sacramento dell'Eucaristia*

“Per mano a Gesù, spero”



Quarantore 2025

testo a cura di don Giampaolo Tomasi

Canto d'inizio "Sei Tu, Signore, il Pane" (o altro)

INTRODUZIONE

Guida: L'Anno Santo 2025 ci dice che è ora di vivere la speranza. È questa una delle tre virtù teologali, ma non è oggetto frequente di catechesi o di meditazione. Preferiamo parlare di *ottimismo*, ma poi lo sentiamo troppo ingenuo perché è fatto di storielle. La speranza invece ci parla del domani di cui non sappiamo niente e che ci promette la soluzione che cerchiamo. Quante speranze spente da una doccia fredda, quante promesse svanite nel nulla...

Non riponiamo la speranza in un cassetto, ma ancoriamola al centro della nostra fede che celebriamo in questa Settimana Santa.

Lasciamoci prendere per mano da Gesù Cristo che ci ha salvati: *"Nella speranza siamo stati salvati"* scrive Paolo ai Romani (Rm 8,24).

*Solista: **La tua mano***

*mi indica la strada
dove dipingere
un futuro possibile
nel presente che vivo
custodito dal passato.*

*La tua mano
accarezza il mio volto
scompiglia i miei capelli
accompagna il tuo sorriso
prevede il tuo abbraccio.*

*La tua mano è rifugio
conforto e speranza
guarigione e pace
compagna dei miei giorni.*

*La tua mano
imprime nel cuore
le impronte digitali
dell'amore.*

*La tua mano
stringe la mia
calore che ricompone
lacerazioni e mancanza.*

*La tua mano.
Null'altro.*

(Luca Rubin, il mio cuore non teme)

PER INIZIARE

Dal libro del profeta Osea (cap. 11,1-4)

Quando Israele era fanciullo,
io l'ho amato e dall'Egitto ho chiamato mio figlio.
Ma più li chiamavo, più si allontanavano da me;
immolavano vittime ai Baal, agli idoli bruciavano incensi.
A Èfraim io insegnavo a camminare tenendolo per mano,
ma essi non compresero che avevo cura di loro.
Io li traevo con legami di bontà, con vincoli d'amore,
ero per loro come chi solleva un bimbo alla sua guancia,
mi chinavo su di lui per dargli da mangiare.
Il mio popolo è duro a convertirsi:
chiamato a guardare in alto, nessuno sa sollevare lo sguardo.
Come potrei abbandonarti, Èfraim,
come consegnarti ad altri, Israele?
Il mio cuore si commuove dentro di me,
il mio intimo fremito di compassione.

Parola di Dio **Rendiamo grazie a Dio**

Tempo di silenzio e meditazione personale

Letttore: **“Nella notte in cui fu tradito, Gesù amò i suoi, sino alla fine”**

Il contrasto non potrebbe essere più profondo.

Da una parte l'incomprensione, l'infedeltà, il tradimento, l'ingratitude, la viltà. Dall'altra, un amore capace di andare fino alla fine.

Qual è la fine? Domandiamoci per un istante: dove mettiamo noi il confine della nostra capacità di amare: dove ci fermiamo? Dove diciamo “basta”?

Lo sentiremo Venerdì Santo alla celebrazione della Passione del Signore: il Vangelo di Giovanni ci ricorderà che questo è il compimento, quando subito prima di morire Gesù disse: *“Tutto è compiuto”* e chinato il capo emise lo Spirito.

Il confine che Dio pone alla sua capacità di amarci è sconfinato. Va fino alla morte in croce e la vince, la travolge, la fa diventare vita eterna. Fino alla morte dunque, e alla morte per tradimento.

Canto

GESÙ SI CONSEGNA A NOI

Dalla prima lettera di san Paolo apostolo ai Corinzi (1Cor 11,23-29)

Io, infatti, ho ricevuto dal Signore quello che a mia volta vi ho trasmesso: il Signore Gesù, nella notte in cui veniva tradito, prese del pane e, dopo aver reso grazie, lo spezzò e disse: "Questo è il mio corpo, che è per voi; fate questo in memoria di me". Allo stesso modo, dopo aver cenato, prese anche il calice, dicendo: "Questo calice è la nuova alleanza nel mio sangue; fate questo, ogni volta che ne bevete, in memoria di me". Ogni volta, infatti, che mangiate questo pane e bevete al calice, voi annunciate la morte del Signore, finché egli venga. Perciò chiunque mangia il pane o beve al calice del Signore in modo indegno, sarà colpevole verso il corpo e il sangue del Signore. Ciascuno, dunque, esamini sé stesso e poi mangi del pane e beva dal calice; perché chi mangia e beve senza riconoscere il corpo del Signore, mangia e beve la propria condanna.

Parola di Dio **Rendiamo grazie a Dio**

Canto - "Hai dato un cibo"

Letture: Nella celebrazione serale del Giovedì Santo ascolteremo nella memoria apostolica di Paolo queste parole: *"Nella notte in cui fu tradito egli prese il pane e disse: questo è il mio corpo spezzato per voi, e poi sul calice: questo è il mio sangue sparso per voi"*. La nuova alleanza nel sangue del Figlio di Dio ci dà la misura "smisurata" di quella che dovrebbe essere, per dono di grazia, la nostra capacità di amare.

Il senso dell'Agnello pasquale era soltanto un'alleanza "antica" che andava completata, superata – come dicevano i Profeti – dall'Alleanza nuova che ci avrebbe fatto cambiare modo di progettare, di sperare, di vivere. L'Agnello pasquale è solo il segno di una misericordia e di una predilezione gratuita da parte di Dio nei confronti di un popolo di cui Egli conosce l'ingratitude e la superficialità.

Ma questa manifestazione dell'amore di Dio diventa piena in Gesù, che prende il suo corpo nell'Eucaristia e lo spezza per noi, che prende il suo sangue - sempre nel mistero eucaristico - e lo fa diventare il nuovo Patto, la nuova Alleanza.

Nella nostra società, nella nostra cultura rischiamo di vivere sempre e solo di contratti e di patti a scadenza. Patti e contratti che di per sé sembrano essere una cosa buona. Ma bisogna chiedersi se sono ciò che serve, come orizzonte della vita, a garantire una pienezza di esperienza d'amore o se sono invece qualcosa alla quale si finisce per rassegnarsi, soprattutto se si tratta di relazioni d'amore!

Non vi pare che il dilagante impero dell'economia ci abitui a pensare che bisogna vivere nella costante, rigorosa ricerca del proprio profitto? Se qualcosa non mi conviene o non mi conviene più, qualunque patto o alleanza o impegno deve poter essere interrotto, negato, ribaltato!

Non vi pare che in questa nostra vita si viva sempre più di ipotesi e di condizioni? Del tipo: *“io sono disposto, ma a condizione che...”* oppure: *“io mi metto insieme a te, ma fino al punto di...”*; o *“solo se...”*.

Nel Vangelo di Gesù siamo di fronte invece ad un altro modo di pensare e di vivere, che è quello di Dio, che avendo amato i suoi che erano nel mondo li amò sino alla fine.

Se Dio mi ha amato così, come posso io pretendere di orientare la mia vita in modo diverso?

Esiste qualcuno per cui sono pronto a morire? C'è qualcuno a questo mondo per cui sono pronto a dare la vita? Costi quel che costi?

Fissiamo lo sguardo sul Crocifisso e domandiamoci se siamo pronti ad amare così.

L'AMORE SCONFINATO SI TRADUCE IN GESTI CONCRETI

Dal vangelo secondo Giovanni (Gv 13,12-17)

Quando Gesù ebbe lavato loro i piedi, riprese le sue vesti, sedette di nuovo e disse loro: "Capite quello che ho fatto per voi? Voi mi chiamate il Maestro e il Signore, e dite bene, perché lo sono. Se dunque io, il Signore e il Maestro, ho lavato i piedi a voi, anche voi dovete lavare i piedi gli uni agli altri. Vi ho dato un esempio, infatti, perché anche voi facciate come io ho fatto a voi. 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.

Parola del Signore **Lode a te, o Cristo!**

Tempo di silenzio e meditazione personale

Letto: L'atto di amore sconfinato, senza limiti, senza condizioni (in questo senso "assoluto", cioè sciolto da vincoli e condizioni) è un atto di amore che si deve poi tradurre in gesti molto concreti. Ecco perché Gesù in quella sera in cui era tradito e sapeva che era presente il traditore, in quella sera in cui aveva deciso di andare fino in fondo nella sua vicenda di amore, in quella sera in cui sapeva che il Padre aveva messo tutto nelle sue mani si mette a fare il gesto dell'ultimo di casa e lava i piedi degli apostoli.

Gesù lo fa, nessuno glielo chiede. Lo fa per farci capire cosa dobbiamo fare noi. Affinché il nostro amore, la nostra intenzione di amare non rimanga un pio affetto del cuore, ma si traduca in gesti concreti di servizio. Dio in persona non è venuto per essere servito, ma per servire e dare la vita. Gesù prende nelle sue mani i piedi, l'estremità del nostro corpo che toccano la terra; potremmo dire che i piedi sono le nostre radici e ciò che ci dà stabilità. Questo gesto tocca il midollo della vita dei suoi discepoli: radici, cammino, fiducia. Sono i piedi che hanno camminato con Gesù e che sono stati trasformati da quel cammino. Sono piedi, quelli degli apostoli, che cammineranno poi per annunciare il Cristo.

Canto - "Amatevi fratelli" (o altro)

FISSO GLI OCCHI IN GESÙ

Dal vangelo secondo Matteo (Mt 14,22-33)

[Dopo la moltiplicazione dei pani] Gesù costrinse i discepoli a salire sulla barca e a precederlo sull'altra riva, finché non avesse congedato la folla. Congedata la folla, salì sul monte, in disparte, a pregare. Venuta la sera, egli se ne stava lassù, da solo. La barca intanto distava già molte miglia da terra ed era agitata dalle onde: il vento infatti era contrario. Sul finire della notte egli andò verso di loro camminando sul mare. Vedendolo camminare sul mare, i discepoli furono sconvolti e dissero: "È un fantasma!" e gridarono dalla paura. Ma subito Gesù parlò loro dicendo: "Coraggio, sono io, non abbiate paura!". Pietro allora gli rispose: "Signore, se sei tu, comandami di venire verso di te sulle acque". Ed egli disse: "Vieni!". Pietro scese dalla barca, si mise a camminare sulle acque e andò verso Gesù. Ma, vedendo che il vento era forte, s'impaurì e, cominciando ad affondare, gridò: "Signore, salvami!". E subito Gesù tese la mano, lo afferrò e gli disse: "Uomo di poca fede, perché hai dubitato?". Appena saliti sulla barca, il vento cessò. Quelli che erano sulla barca si prostrarono davanti a lui, dicendo: "Davvero tu sei Figlio di Dio!".

Parola del Signore

Lode a te, o Cristo

Lettore: Oggi fissiamo lo sguardo su Gesù presente nel Sacramento dell'Eucaristia, esposto.

Nei prossimi giorni, cosa faremo venendo qui e guardando il tabernacolo dove rimane conservata questa stupenda realtà del Corpo di Cristo spezzato per noi? Cosa faremo, se non fissare lo sguardo su questo amore e su questo servizio e confrontarci la nostra vita?

Fissiamo lo sguardo su Gesù: abbiamo bisogno di questo. Come potremmo altrimenti amare e servire in questo modo, giacché sappiamo di avere un cuore fragile, debole, sovente chiuso ed egoista? Come sarà possibile amare come Gesù ci ama e servire come Lui ci ha servito?

Ci siamo spaventati per la missione che Gesù ci ha consegnato e per le nostre insufficienze e ci siamo sentiti come i discepoli nel mare in tempesta.

Ascoltiamo queste parole di papa Benedetto XVI: *“Ma poi Gesù con grande bontà ci ha preso per mano, ci ha tratti a sé, ci ha detto non temere, **non ti lascio... tu non lasciare me.** E più di una volta ad ognuno di noi è accaduta la stessa cosa che a Pietro, quando camminando sulle acque dietro al Signore, improvvisamente si è accorto che l’acqua non lo sosteneva e che stava per affondare. E come Pietro abbiamo gridato: “Signore salvami!”. Vedendo tutto l’infuriare degli elementi come potevamo realizzare la missione che Gesù ci ha affidato?”*

L’errore di Pietro è stato quello di sentire il vento della bufera e di non continuare a tenere lo sguardo fisso sul volto di Gesù. Abbiamo guardato verso di lui ed egli ci ha afferrati per la mano e ci ha dato la leggerezza che deriva dalla fede che ci attrae verso l’alto e continua a darci la mano che sostiene e porta.

Fissiamo sempre di nuovo il nostro sguardo su Gesù e stendiamo le mani verso di lui. Lasciamo che la sua mano prenda la nostra e allora non affonderemo, ma pieni di speranza serviremo la vita che è più forte della morte e l’amore che è più forte dell’odio. La fede in Gesù è il mezzo grazie al quale sempre di nuovo afferriamo la mano di Gesù e mediante il quale egli prende le nostre mani e ci guida.

Chiediamo di non cadere mai fuori dalla Comunione con il suo Corpo, con Cristo stesso.

Chiediamo di non cadere mai fuori dal Mistero eucaristico.

Chiediamo che egli non lasci mai la nostra mano.

PREGHIERA PER L'ANNO SANTO

*Padre che sei nei cieli,
la fede che ci hai donato nel tuo Figlio
Gesù Cristo, nostro fratello,
e la fiamma di carità
effusa nei nostri cuori dallo Spirito Santo,
ridesti in noi la beata speranza
per l'avvento del tuo Regno.*

*La tua grazia ci trasformi
in coltivatori operosi dei semi evangelici
che lievitano l'umanità e il cosmo,
nell'attesa fiduciosa dei cieli nuovi e della terra nuova,
quando vinte le potenze del male,
si manifesterà per sempre la tua Gloria.*

*La grazia del Giubileo
ravvivi in noi pellegrini di speranza
l'anelito verso i beni celesti
e riversi sul mondo intero
la gioia e la pace
del nostro Redentore.*

*A te Dio benedetto in eterno
sia lode e gloria nei secoli.*

AMEN

Canto finale "Viaggio nella vita"

Avevo tanta voglia di viaggiare...
Tu mi dicesti vai ed io partii.
"Son vivo", dissi allora ad una donna,
a te, amico mio, pensaci tu.

***Prendimi per mano Dio mio,
guidami nel mondo a modo tuo...
La strada è tanto lunga e tanto dura,
però con te nel cuor non ho paura.***

Io sono ancora giovane Signore,
ma sono tanto vecchio dentro il cuore.
Le cose in cui credevo mi han deluso,
io cerco solo amore e libertà.

Un giorno mi han proposto un altro "viaggio"
il cuore mi diceva: "Non partire".
Quel giorno ero triste e me ne andai,
la strada per tornar non trovo più.

Per me vicina è ormai la grande sera,
il sole muore verso l'orizzonte.
Io sento che il tuo regno è più vicino:
son pronto per il viaggio mio con te.



Edizione a cura della segreteria di Azione cattolica della Diocesi di Trento

Aprile 2025