

perché il grano biondeggia ormai,
è maturato sotto il sole,
puoi riporlo nei granai.

Esposizione Eucaristica

Canto: PANE DI VITA NUOVA

Pane di vita nuova,
Vero cibo dato agli uomini,
Nutrimento che sostiene il mondo,
Dono splendido di grazia.

Tu sei sublime frutto
Di quell'albero di vita
Che Adamo non poté toccare:
Ora è in Cristo a noi donato.

*Pane della vita,
Sangue di salvezza,
Vero corpo, vera bevanda,
Cibo di grazia per il mondo.*

Sei l'Agnello immolato
Nel cui sangue è la salvezza,
Memoriale della vera Pasqua
Della nuova Alleanza.

Manna che nel deserto
Nutrì il popolo in cammino,
Sei sostegno e forza nella prova
Per la Chiesa in mezzo al mondo.

Pane della vita...

Adorazione e preghiera personale

LA STORIA DI DUE FIGLI E DEL LORO PADRE

Un uomo aveva due figli. Il più giovane disse al padre: «Padre, dammi la parte del patrimonio che mi spetta» e, raccolte le sue cose, partì per un paese lontano e là sperperò le sue sostanze vivendo da dissoluto.

Quando ebbe speso tutto, in quel paese venne una grande carestia. Allora rientrò in se stesso e disse: «Quanti salariati in casa di mio padre hanno pane in abbondanza e io qui muoio di fame! Andrò da mio padre e gli dirò: Padre, ho peccato contro il cielo e contro di te; non sono più degno di esser chiamato tuo figlio. Trattami come uno dei tuoi garzoni». Partì e si incamminò verso suo padre.

Quando era ancora lontano, il padre lo vide e commosso gli corse incontro. Il padre disse ai servi: «Portate il vitello grasso, ammazzatelo, mangiamo e facciamo festa».

Il figlio maggiore si trovava nei campi. Al ritorno, quando fu vicino a casa, udì la musica e le danze. Egli si indignò, e non voleva entrare. Il padre allora uscì a pregarlo. Ma lui rispose a suo padre: «Ecco, io ti servo da tanti anni e non ho mai trasgredito un tuo comando, e tu non mi hai dato mai un capretto per far festa con i miei amici. Ma ora che questo tuo figlio che ha divorato i tuoi averi con le prostitute è tornato, per lui hai

Benedetta la Vergine Maria, Sede della Sapienza

Benedetti Voi, Uomini e Donne, Amici del Signore

Il nostro Dio sia annunziato a tutti.

Canto: SERVO PER AMORE

Una notte di sudore
sulla barca in mezzo al mare
e mentre il cielo s'imbianca già
Tu guardi le tue reti vuote.
Ma la voce che ti chiama
un altro mare ti mostrerà
e sulle rive di ogni cuore
le tue reti getterai.

**Offri la vita tua
come Maria ai piedi della croce
e sarai servo di ogni uomo,
servo per amore, sacerdote dell'umanità.**

Avanzavi nel silenzio
fra le lacrime speravi
che il seme sparso davanti a te
cadesse sulla buona terra.
Ora il cuore tuo è in festa

e ad ogni costo.

(Tagore)

Benedizione Eucaristica

Benedetto il Dio dei nostri Padri

Benedetto il Suo Nome Santo

Benedetto Gesù, Misericordia del Padre

Benedetto Gesù, Unico Salvatore

Benedetto Gesù, Pane per il nostro viaggio

Benedetto Gesù, Acqua per la nostra sete

Benedetto Gesù, Eterno Riconciliatore

Benedetto lo Spirito Santo, Sorgente di ogni ministero

Benedetto lo Spirito Santo, Anima della Comunità

Benedetta la Vergine Maria, Madre di Cristo e dei Popoli

Benedetta la Vergine Maria, Modello dei Cristiani

ammazzato il vitello grasso». Gli rispose il padre: «Figlio, tu sei sempre con me e tutto ciò che è mio è tuo; ma bisognava far festa e rallegrarsi, perché questo tuo fratello era morto ed è tornato in vita, era perduto ed è stato ritrovato» (cfr. Lc 15,11-32).

Henri J.M. Nouwen, nato nel 1932 nei Paesi Bassi e morto nel 1996, era un sacerdote che si è dedicato a studi di teologia e psichiatria. Ha insegnato in prestigiose università ed è uno dei più noti scrittori di spiritualità del nostro tempo. Nel 1986 abbandona l' insegnamento per andare a vivere in una comunità dell' Arca, fondata da J. Vanier, insieme ai disabili mentali.

Nouwen, attraverso una riflessione sulla parabola del figliol prodigo, ci dispiega il suo itinerario spirituale. La parabola non distingue i due fratelli in uno buono e in uno cattivo. Nouwen ha capito di poter essere sia il figlio minore, che torna a casa dopo aver sperperato tutte le sostanze, che il figlio maggiore geloso e risentito che non perdona il fratello che torna.

Il " ritorno a casa ", come il figlio minore della parabola, ha coinciso per Nouwen con la decisione di

andare a vivere all' Arca insieme ai disabili mentali e ha assunto il significato spirituale di un rientro in se stesso. I più piccoli, i meno importanti e ascoltati, con la loro disarmante semplicità e apertura di cuore, hanno la capacità di ricondurlo dentro di sé, nel luogo in cui Dio ha scelto di dimorare, e che le molte occupazioni non gli avevano permesso di custodire.

Al contatto con la vita esigente di comunità, dove non ci sono maschere e ognuno emerge per quello che è, Nouwen compie un successivo passaggio spirituale e si ritrova, con sua sorpresa, anche nel figlio maggiore, nello zelante osservante della legge che però non vive l' apertura del cuore, tanto da trovare in sé aspetti non piacevoli di giudizio e di risentimento.

Nouwen, infine, scopre di essere chiamato a divenire il Padre che, a somiglianza del padre della parabola, deve accogliere incondizionatamente. Non si preoccupa più di sé, è cresciuto rispetto al figlio giovane e al figlio maggiore, per assumere una paternità spirituale fuori di ogni potere, successo o popolarità.

Ognuno di noi può ritrovarsi nel figlio più giovane, nel figlio maggiore e comprendere che è poi chiamato

dimenticati, i più piccoli ... mi hanno indicato come essere un padre per loro. La vera paternità è condividere la povertà dell'amore di Dio che nulla domanda. Ho paura di trovarmi coinvolto in tale povertà, ma coloro che già vi sono coinvolti, con le loro invalidità fisiche o mentali, **saranno i miei maestri».**

Ci alziamo in piedi e recitiamo a cori alterni:

Dammi il supremo coraggio dell'Amore,
questa è la mia preghiera.

Di agire, di soffrire,
di lasciare tutte le cose,
o di essere lasciato solo.

Temperami con incarichi rischiosi,
e aiutami ad alzarmi ogni volta che cadrò.

Dammi la suprema certezza dell'amore,
questa è la mia preghiera.

La certezza che appartiene alla vita nella morte,
alla vittoria nella sconfitta,
alla potenza nascosta nella più fragile bellezza,
a quella dignità nel dolore,
che accetta l'offesa
ma disdegna di ripagarla con l'offesa.

**Dammi la forza di amare
sempre**

mia paternità spirituale che è una paternità di misericordia.

A volte vorrei ritornare “figlio” e mi sorprendo sempre a ingegnarmi per ottenere un qualche potere. Quando do un consiglio, voglio sapere se viene seguito; quando offro un aiuto, voglio essere ringraziato; quando faccio del bene, voglio essere ricordato. E pazienza se non mi è possibile ottenere una statua o anche una semplice targa alla memoria, ma ciò che sempre mi assilla è di non venire dimenticato.

Il padre del figlio prodigo non si preoccupa invece di sé. La sua vita, fatta di tante sofferenze, lo ha svuotato di ogni desiderio di dominio su cose ed eventi. L'unica sua preoccupazione sono i suoi figli.

C'è un vuoto terribile in questa paternità spirituale. Niente potere, niente successo, nessuna popolarità, nessuna facile soddisfazione. Ma questo terribile vuoto è anche il luogo della vera libertà. E' il luogo dove non c'è più niente da perdere. In questo vuoto sono libero di ricevere i pesi degli altri senza alcun bisogno di giudicare.

E' la gioia di una paternità che prende nome dal Padre celeste e prende parte alla sua solitudine divina. Non mi sorprende affatto che siano poche le persone disposte a rivendicare la paternità. I dolori sono troppo evidenti, le gioie troppo nascoste.

Come sempre i deboli, gli emarginati, i

alla paternità, cioè alla gratuità. Queste pagine ci aiutano così a dare una lettura del nostro cammino interiore, per capire dove siamo arrivati e verso dove stiamo camminando.

Il viaggio interiore, che intraprendiamo insieme a Nouwen, parte dalla lettura dei condizionamenti che subiamo dal mondo e dagli altri: non abbiamo ancora sperimentato l'amore incondizionato di Gesù, non crediamo sufficientemente nella bontà che è dentro di noi, non ci stimiamo abbastanza per cui finiamo per dipendere dal giudizio del mondo e degli altri.

Cantiamo a cori alterni dal SALMO :

Proteggimi, o Dio: *

in te mi rifugio.

Ho detto a Dio: "Sei tu il mio Signore, *
senza di te non ho alcun bene".

Per i santi, che sono sulla terra,

uomini nobili, *

è tutto il mio amore.

Si affrettino altri a costruire idoli: †

io non spanderò le loro libazioni di sangue *
né pronunzierò con le mie labbra i loro nomi.

Il Signore è mia parte di eredità e mio calice: *

nelle tue mani è la mia vita.
Per me la sorte è caduta su luoghi deliziosi, *
la mia eredità è magnifica.
Benedico il Signore che mi ha dato consiglio; *
anche di notte il mio cuore mi istruisce.
Io pongo sempre innanzi a me il Signore, *
sta alla mia destra, non posso vacillare.

Di questo gioisce il mio cuore, †
esulta la mia anima; *
anche il mio corpo riposa al sicuro,

perché non abbandonerai la mia vita nel sepolcro, *
né lascerai che il tuo santo veda la corruzione.

Mi indicherai il sentiero della vita, †
gioia piena nella tua presenza, *
dolcezza senza fine alla tua destra.

“DIMOSTRA QUANTO VALI”

Dopo che Gesù ebbe udito la voce che lo chiamava «*Tu sei il mio figlio prediletto, in te mi sono compiaciuto*» (Lc 3,22), fu subito condotto nel deserto per sentire altre voci. Esse gli dicevano di dimostrare che egli era degno d'amore per il suo successo, la sua popolarità e la sua potenza.

Quelle stesse voci non sono ignote neppure a me. Sono sempre lì e mi dicono “Dimostra di valere qualcosa”. Mi raggiungono in quei luoghi interiori dove mi interrogo sulla mia bontà e dubito del mio

LA RISCOPERTA DELLA PATERNITÀ SPIRITUALE

«Una sera un'amica dell'Arca, che mi aveva sempre detto che **era necessario soffrire per raggiungere la vera libertà interiore**, aprì la terza fase del mio viaggio spirituale. Quando venne a farmi visita e parlò con me del *Figlio prodigo*, disse: «Che tu sia il figlio più giovane o il figlio maggiore non importa, **ti devi rendere conto di essere chiamato a diventare il padre**».

Non mi era mai passato per la mente che fosse il padre ad esprimere più pienamente la mia vocazione nella vita. Continuò: «Hai cercato amici per tutta la vita; hai desiderato ardentemente affetto da quando ti conosco; ti sei interessato a migliaia di cose; hai chiesto attenzione e apprezzamento. È venuto il tempo di affermare la tua vera vocazione: essere un padre che può accogliere con calore i propri figli senza far loro alcuna domanda e senza volere niente in cambio. Noi non abbiamo bisogno di te come un buon amico e nemmeno come un fratello generoso. Abbiamo bisogno di te come un padre disposto a rivendicare per sé l'autorità della vera misericordia».

L'idea di essere come quell'uomo anziano che non aveva niente da perdere perché aveva perduto tutto, e aveva soltanto da dare, mi ha quasi terrorizzato. E' stata una lotta, ma ho riscoperto la

altri. Anche meno allegro. Perché il figlio maggiore è senza gioia, quasi uno schiavo del “dovere” che si lamenta perché ritiene di non aver ricevuto quanto gli era dovuto.

Ora comprendo le parole di Gesù a Nicodemo: «*dovete nascere dall'alto*» (Gv 3,7). Non posso nascere dal basso, cioè con le mie sole forze. Solo lo Spirito Santo può aprirmi il cuore e rendermi grato del dono della vita e degli altri, attento a cogliere il positivo che mi circonda ».

Canto: CANZONE DI SAN DAMIANO

Ogni uomo semplice porta in cuore un sogno,
con amore ed umiltà potrà costruirlo;
se davvero tu saprai vivere umilmente,
più felice tu sarai anche senza niente.

*Se vorrai ogni giorno con il tuo sudore
Una pietra dopo l'altra alto arriverai.*

Nella vita semplice troverai la strada,
che la calma donerà al tuo cuore puro.
E le gioie semplici sono le più belle,
sono quelle che alla fine sono le più grandi.

Vivi puro e libero
non avere fretta
con la fede e un grande amor
ecco ciò che conta.

valore. **Insinuano che non sarò amato se non l'avrò meritato** con determinati sforzi e con duro lavoro. Negano ad alta voce che l'amore è un dono totalmente gratuito.

Così, me ne vado da “casa”, come il figlio più giovane, ogni volta che perdo la fiducia nella voce che mi chiama “*figlio prediletto*” e non mi è molto difficile capire quando ciò sta succedendo: risentimento, gelosia, sensualità, avidità e rivalità sono i segni evidenti che me ne sono andato da “casa”. Mi ritrovo a non perdonare se qualcuno mi ha fatto del male, mi ha rifiutato; mi scopro a rimuginare sul successo di qualcun altro, sulla mia solitudine. Mi ritrovo a sognare a occhi aperti sul come diventare ricco, potente e famoso. Ho paura di non piacere, di essere messo da parte.

Ma a chi appartengo? A Dio o al mondo? Molte delle mie preoccupazioni quotidiane fanno pensare che appartengo più al mondo che a Dio. La più piccola critica mi innervosisce e un rifiuto, anche se piccolo, mi abbatte. Un piccolo elogio mi rincuora e un piccolo successo mi eccita. Ci vuole molto poco per tirarmi su o per deprimermi.

Finché continuo a girarmi intorno chiedendo: «Mi ami? », rafforzo le voci del mondo e ne divento schiavo perché il mondo è pieno di “*se*”. Il mondo dice: «Sì, ti amo se sei bello, intelligente e ricco. Ti amo se sei istruito, hai un buon lavoro e le giuste conoscenze. Ti amo se produci molto». Ci sono

infiniti "se" nascosti nell'amore del mondo. Questi "se" mi rendono schiavo, poiché è impossibile rispondere adeguatamente a ognuno di essi.

Ogniqualevolta dico a me stesso: «Non sono buono. Sono inutile. Non valgo niente», manco di fiducia in **Dio** che **mi ama indipendentemente da qualsiasi risultato** e ha messo dentro di me la più reale potenzialità di bene, la voce del Suo Spirito.

Canto: SPIRITO DI EMMAUS

Spirito di Dio, che fai ricordare
gli eventi della vita di Gesù.

Spirito che irrompi dentro la tristezza,
cammini accanto a chi è smarrito.

Spirito di Dio, dai vita alla Parola,
realizzi le promesse in Gesù.

Spirito che accogli l'invito di chi chiede,
vieni ad abitare dentro noi.

“IL RITORNO A CASA”

Ascoltiamo l'esperienza di Nouwen.

« Avevo appena concluso un viaggio per delle conferenze negli Stati Uniti. Ero stanco morto, solo, inquieto. Durante il viaggio mi ero sentito una

famiglia.

Ma, con tutto ciò, posso in realtà essermi perduto proprio come il figlio più giovane. Improvvisamente mi sono visto in modo del tutto nuovo. Ho visto la mia gelosia, la mia rabbia e soprattutto la sottile convinzione di essere sempre nel giusto.

A riconoscere in me anche il figlio maggiore, sono stato aiutato dalla vita in comunità che non elimina le “tenebre”. Finché ho vissuto da solo, sembrava piuttosto facile tener celato ai miei occhi le aggressività e debolezze che nascondevo in me.

Gli handicappati hanno poco da perdere. Senza inganni, ti si mostrano come sono, non nascondono i loro sentimenti. Esprimono apertamente il loro amore e la loro paura, la loro generosità e il loro egoismo. Ma proprio perché sono semplicemente chi sono, chiedono che io mi riveli con loro senza maschere, come essi lo sono con me. Il loro handicap svela il mio. La loro angoscia rispecchia la mia. **La loro vulnerabilità mi mostra la mia.**

Mi chiedo se è più dannosa la lussuria del figlio minore o il risentimento del figlio maggiore. C'è tanta facilità a giudicare e esistono tanti pregiudizi tra i "giusti" e i "retti". Io ho cercato di essere buono e di esempio agli altri. Mi sono sempre sforzato di evitare le insidie del peccato. Ma mi sono ritrovato severo, rigido con me e con gli

**DIO È AMORE, DIO È AMORE,
DIO AMA, DIO AMA, DIO È AMORE,
DIO È AMORE, DIO È AMORE,
DIVINA TRINITÀ, PERFETTA CARITÀ,
DIO È AMORE.**

Se noi amiamo Dio abita in noi
e così noi dimoriamo in lui.
Egli ci dona il suo Spirito:
ci ha dato la vita, per sempre suoi figli noi siamo.

RIT.

IL FIGLIO MAGGIORE CHE È IN ME

« La seconda fase nel mio viaggio spirituale ebbe inizio una sera mentre spiegavo a un mio amico quanto fossi riuscito a identificarmi con il figlio più giovane. Mi guardò intensamente e mi disse: «Mi chiedo invece se tu non sia piuttosto come il figlio maggiore».

Non mi ero mai visto come il figlio maggiore. Per il semplice fatto che sono per davvero il figlio maggiore nella mia famiglia, mi sono subito reso conto di quanto la mia vita fosse stata ligia al dovere. A sei anni già volevo diventare prete e non ho mai cambiato idea. Sono sempre stato obbediente ai miei genitori, insegnanti, vescovi e al mio Dio. Non sono mai scappato di casa, non ho mai sprecato il mio tempo e il mio denaro nella ricerca del piacere. Per tutta la vita sono stato piuttosto responsabile, tradizionalista e legato alla

persona capace, forte. Adesso, svaniti gli applausi, provavo una solitudine devastante.

Mi imbattei in un poster appeso in una comunità dell'Arca, che riproduceva la tavola del *Figlio prodigo* di Rembrandt, e dopo il mio logorante viaggio, il tenero abbraccio tra padre e figlio esprimevano tutto ciò che desideravo in quel momento. Stavo cercando una casa dove sentirmi al sicuro, un luogo dove provare un senso di appartenenza. Il dipinto mi aveva messo in contatto con qualcosa, dentro di me, che sta molto al di là degli alti e bassi di una vita impegnata e movimentata.

La comunità dell'Arca è diventata gradualmente la mia casa, ho dato le dimissioni dall'insegnamento universitario e **sono andato a vivere con gli handicappati mentali**. Per lungo tempo avevo cercato salvezza e sicurezza tra i sapienti e gli intelligenti, a malapena consapevole che le cose del Regno erano rivelate ai "piccoli". Non potevo immaginare che uomini e donne con handicap mentali, che **non hanno niente di cui vantarsi** e non mi facevano alcuna domanda, accogliendomi incondizionatamente, mi avrebbero fatto scoprire un vero "ritorno a casa" in senso spirituale che significa **un ritorno ai poveri di spirito**, cui appartiene il regno dei cieli.

Non avevo nemmeno la più vaga idea di quanto sarebbe stato difficile il viaggio. Non

sapevo dove tutto questo mi avrebbe portato. Dovevo abbandonare tutto, al di là del merito e della ricompensa, e non mi rendevo conto di quanto fosse profondamente radicata la mia resistenza e quanto sarebbe stato doloroso "rientrare in me".

Sono stato condotto in un luogo interiore dove non ero stato prima. **È il luogo dentro di me dove Dio ha scelto di dimorare.** È il luogo in cui mi sento al sicuro nell'abbraccio di un Padre tutto amore che mi chiama per nome e mi dice: *«Tu sei il mio figlio prediletto, in te mi sono compiaciuto»* (Lc 3,22). **Questo luogo era sempre esistito. Ma non ero stato capace di entrare in esso e di viverci veramente.**

Proiettato sempre sull'esterno, mi veniva ora chiesto di fermarmi e di ripartire "dal di dentro" scoprendo, nel silenzio e in un vita meno impegnata, la voce di Dio che mi abita. Ciò ha significato **passare dall'insegnare l'amore agli altri al permettere a me stesso di essere amato da Dio**, incondizionatamente e per quello che sono, senza dover dimostrare il mio valore. Si è rivelato un itinerario lungo perché scoprire in sé l'Amore è spesso molto più difficile che darlo ».

Ci alziamo in piedi e recitiamo a cori alterni:

IL SEGRETO DELLA CONVERSIONE

Signore, per troppo tempo ho considerato la poca stima che uno ha di sé come una sorta di virtù. Tante volte sono stato messo in guardia contro l'orgoglio e la presunzione da considerare cosa buona il disprezzo di me stesso.

Il mondo in cui sono cresciuto è dominato dalla classifiche, dai punteggi che finisco sempre col misurarmi con gli altri. Persisto nel fare confronti e perdo tempo e energia.

Anche di te penso come Qualcuno che segna i punti su un grande tabellone celeste: personalmente avrò sempre paura di non fare punti.

Mi dimentico che Tu mi ami nella mia unicità e non fai paragoni.

Il segreto della conversione è guardarmi con gli occhi del Tuo amore e non con gli occhi della poca considerazione che ho di me stesso.

Ora mi rendo conto che il vero peccato è negare il Tuo amore incondizionato per me, ignorare la mia bontà originale che Tu mi hai dato.

Canto: **DIO E' AMORE**

Dio ha mandato il suo Figlio Gesù perché avessimo la vita per lui.
E' Dio che per primo ha scelto noi,
suo Figlio si è offerto per i nostri peccati, per noi.