

non di  
solo

*Domenica 26 Ottobre 2014*

# PANE

Sussidio di preghiera per la famiglia

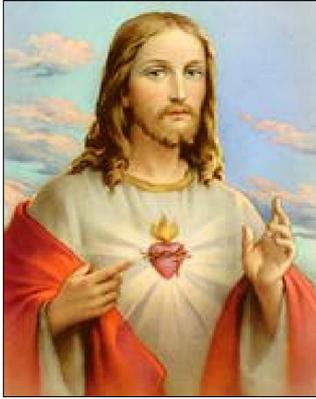


anno XIV n. 681



Settimanale di preghiera | XXX Tempo Ordinario

## Offerta della giornata



Sito di Non di Solo Pane:  
[www.latracciameditazioni.it](http://www.latracciameditazioni.it)

***“Pregare,  
forse il  
discorso  
più urgente”***

*Sussidio  
di preghiera  
per la famiglia*

## Ottobre - Novembre 2014

### Offerta quotidiana

**Cuore divino di Gesù,  
io ti offro per mezzo  
del Cuore Immacolato di Maria,  
Madre della Chiesa,  
in unione al Sacrificio eucaristico,  
le preghiere, le azioni,  
le gioie e le sofferenze  
di questo giorno,  
in riparazione dei peccati,  
per la salvezza di tutti gli uomini,  
nella grazia dello Spirito Santo,  
a gloria del divin Padre.**

Dio, nostro Padre, io ti offro tutta la mia giornata. Ti offro le mie preghiere, i pensieri, le parole, le azioni, le gioie e le sofferenze in unione con il Cuore del tuo Figlio Gesù Cristo che continua ad offrirsi a te nell'Eucaristia per la salvezza del mondo. Lo Spirito Santo che ha guidato Gesù sia la mia guida e la mia forza oggi affinché io possa essere testimone del tuo amore.

Con Maria, la madre del Signore e della Chiesa, prego specialmente per le intenzioni che il Santo Padre raccomanda alla preghiera di tutti i fedeli in questo mese

#### **Intenzione del Santo Padre**

- Perché il Signore conceda pace alle regioni del mondo più martorate dalla guerra e dalla violenza.

#### **Intenzione missionaria**

- Perché la Giornata Missionaria Mondiale risvegli in ogni fedele la passione e lo zelo di portare a tutto il mondo il Vangelo.

#### **Intenzione dei vescovi**

- Perché i cattolici italiani diano il loro contributo alla crescita della coerenza morale nella vita pubblica e privata.

#### **Intenzione del Vescovo di Brescia**

**Mons. Luciano Monari**

Perché i credenti crescano nella fede, nella speranza e nell'amore e siano veri testimoni di Cristo nel mondo.



## XXX del Tempo Ordinario

La gioia del Vangelo riempie il cuore e la vita intera di coloro che si incontrano con Gesù. Coloro che si lasciano salvare da Lui sono liberati dal peccato, dalla tristezza, dal vuoto interiore, dall'isolamento.

*(Papa Francesco)*

**Domenica**  
**26**  
**Ottobre**

Il Settimana  
del Salterio



### *Il santo del Giorno: Beato Bonaventura da Potenza*

Nato a Potenza come Antonio Carlo Gerardo Lavanga nel 1651, entrò tra i Minori conventuali a 15 anni. Girò per tanti conventi campani: Aversa, Maddaloni, Amalfi, Ischia, Nocera Inferiore (vi fu maestro dei novizi), Sorrento, Napoli e, infine, Ravello,

dove morì per una cancrena nel 1711. Fu esempio di umiltà. Ma, pur non essendo dotto, colpiva anche per la profondità teologica della sua predicazione. A lui sono attribuiti numerosi prodigi. Vide l'anima della sorella salire in cielo, guarì un lebbroso. A Napoli, nel

convento di Sant'Antonio a Porta Medina, il suo misticismo si manifestò con numerose elevazioni da terra. Si prodigò anche per gli appestati. È beato dal 1775.

### **Brano Evangelico: Mt 22, 34-40 "Amerai il tuo prossimo come te stesso"**

In quel tempo, i farisei, avendo udito che Gesù aveva chiuso la bocca ai sadducei, si riunirono insieme e uno di loro, un dottore della Legge, lo interrogò per metterlo alla prova: «Maestro, nella Legge, qual è il grande comandamento?». Gli rispose: «"Amerai il Signore tuo Dio con tutto il tuo cuore, con tutta la tua anima e con tutta la tua mente". Questo è il grande e primo comandamento. Il secondo poi è simile a quello: "Amerai il tuo prossimo come te stesso". Da questi due comandamenti dipendono tutta la Legge e i Profeti».

### **Un giorno, una parola**

Al compimento di tutte le nostre opere è l'amore. Qui è il nostro fine; verso questa meta corriamo; quando saremo giunti, vi troveremo riposo.

*Sant'Agostino*

«Amare da cristiani è accogliere le persone che hanno sofferto e dire loro attraverso gli occhi, i gesti, la parola: "Sono contento che tu esista". Perché questa è la Buona Novella: "Sono felice che tu esista"».

*Jean Vanier*



# Gli APPROFONDIMENTI

della domenica



## Le cose che contano

Meditazione del Card. Angelo Comastri

«Maestro, nella Legge, qual è il grande comandamento?» (Mt 22,36). La domanda era legittima. Il pio Israelita, infatti, provava disagio di fronte alla casistica rabbinica che, commentando la Legge, aveva elaborato una selva di seicentotredici precetti o divieti: c'era da disorientarsi!

La domanda è valida anche oggi, perché nella religione cristiana c'è u-

gualmente qualcosa di più importante e qualcosa di meno importante. Esiste un comandamento che è il cuore della religione e dà valore e senso a tutto il resto: guai se lo dimentichiamo!

Purtroppo esiste sempre il rischio di concentrare l'attenzione su cose esteriori e marginali trascurando le cose più importanti: l'uomo è tendenzialmente un superficiale! Gesù stesso, parlando ai suoi contemporanei, met-

te il dito su questa piaga e dice: «Guai a voi, scribi e farisei ipocriti, che pagate la decima sulla menta, sull'anéto e sul cumino, e trasgredite le prescrizioni più gravi della Legge: la giustizia, la misericordia e la fedeltà. Queste invece erano le cose da fare, senza tralasciare quelle» (Mt 23,23).

Com'è diffuso questo comportamento! Com'è facile scivolare nella palude della mediocrità! Gesù aggiunge: «Guide cieche, che filtrate il moscerino e ingoiate il cammello! Guai a voi, scribi e farisei ipocriti, che pulite l'esterno del bicchiere e del piatto, ma all'interno sono pieni di avidità e d'intemperanza. Fa-

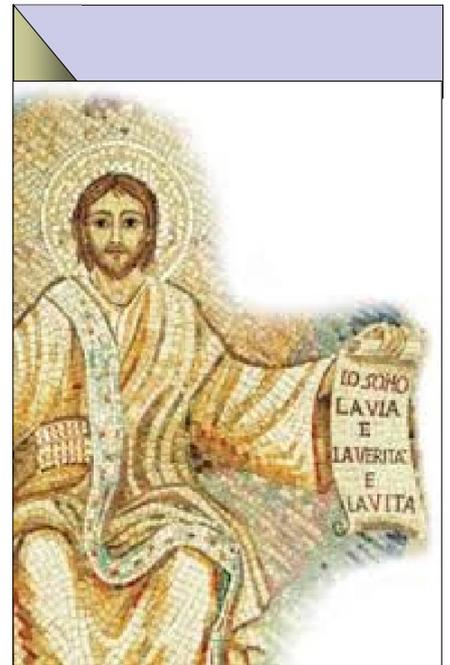
*riseo cieco, pulisci prima l'interno del bicchiere, perché anche l'esterno diventi pulito!» (Mt 23,24-26).*

Non è difficile riconoscere nelle situazioni condannate da Gesù tante nostre personali situazioni, tanti nostri modi di vivere (sarebbe più esatto dire: *non vivere*) la fede. Ad ogni modo ora sappiamo che esiste un comandamento più grande di tutti: nella religione c'è un cuore! Cerchiamolo, ascoltando Gesù.

Egli ci dice: «*Gli rispose: "Amerai il Signore tuo Dio con tutto il tuo cuore, con tutta la tua anima e con tutta la tua mente. Questo è il grande e primo comandamento"» (Mt 22,37-38).*

Gesù ci ricorda che la cosa più importante della vita è accorgerci di Dio e avere il coraggio di cercare i Suoi occhi per intravedere il mistero affascinante del Suo cuore. Charles de Foucauld, un giovane francese deluso da lunghi anni di vita frivola e vuota, così pregava all'inizio dell'anno 1886: «*Signore, se esistete, fate che io vi conosca!*». E Dio puntualmente si fece conoscere e la gioia del giovane fu tale che esclamò: «*Appena io ebbi creduto che Dio esiste, capii che non potevo far altro che vivere per Lui solo: la mia vocazione religiosa è nata nello stesso istante della mia fede: Dio è tanto grande! C'è tanta differenza tra Dio e tutto ciò che non è Dio!*». Come è vero: basta un po' di lucidità e un po' di umiltà per riconoscerlo.

Da Una Buona Notizia per te  
Ed. ELLEDITRI

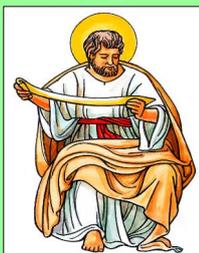


### **Preghiamo la Parola**

Preghiera di don Luciano Vitton Mea

*Signore Gesù,  
desideriamo imparare da te  
e sempre nuovamente  
apprendere il segreto  
di un amore incarnato,  
che prende volto e corpo  
nella storia degli uomini.  
Signore, dilata il nostro cuore  
e rendilo vulnerabile all'amore  
e capace di stupirsi  
continuamente della novità  
di vita che tu ci doni,  
e di testimoniarla,  
con naturalezza,  
non senza sofferenza,  
ma con la levità  
di un respiro naturale  
e indispensabile.*

*Amen*



## XXX del Tempo Ordinario

Non dimentichiamo mai che il vero potere è il servizio. Bisogna custodire la gente, aver cura di ogni persona, con amore, specialmente dei bambini, dei vecchi, di coloro che sono più fragili e che spesso sono nella periferia del nostro cuore  
*(Papa Francesco)*

Lunedì  
27  
Ottobre

Il Settimana  
del Salterio



### Il Santo del giorno: Santa Balsamia

In Francia, nella diocesi di Reims, Balsamia viene onorata come nutrice di San Remigio, vescovo di quella città. Un dato che la rende particolarmente importante per l'Oltralpe. San Remigio, infatti, convertì nel V secolo la regina Clotilde e il marito Clodoveo. E con la conversione del re franco iniziò la storia cristiana della Francia. La figura di Balsamia si accosta a quella

della madre di Remigio, Celina, anch'essa santa. Il nome della balia, però, appare tardivamente, nel X secolo quando oltre che nutrice viene identificata anche come madre di santi: san Celcino sarebbe stato, infatti, uno dei suoi figli. La leggenda dice che, benché venerata in Francia, Balsamia sarebbe stata di origine italiana. Da Roma sarebbe giunta a

Reims proprio in tempo per svolgere la sua delicata mansione di nutrice. una lettura della storia che stabilisce un legame forte tra Roma e la Francia: il latte, come un «balsamo», che ha nutrito il «padre della Chiesa francese», sarebbe venuto da Roma.

### Brano Evangelico: Lc 13, 10-17



In quel tempo, Gesù stava insegnando in una sinagoga in giorno di sabato. C'era là una donna che uno spirito teneva inferma da diciotto anni; era curva e non riusciva in alcun modo a stare diritta. Gesù la vide, la chiamò a sé e le disse: «Donna, sei liberata dalla tua malattia». Impose le mani su di lei e subito quella si raddrizzò e glorificava Dio. Ma il capo della sinagoga, sdegnato perché Gesù aveva operato quella guarigione di sabato, prese la parola e disse alla folla: «Ci sono sei giorni in cui si deve lavorare; in quelli dunque venite a farvi guarire e non in giorno di sabato». Il Signore gli replicò: «Ipocriti, non è forse vero che, di sabato, ciascuno di voi slega il suo bue o l'asino dalla mangiatoia, per condurlo ad abbeverarsi? E questa figlia di Abramo, che Satana ha tenuto prigioniera per ben diciotto anni, non doveva essere liberata da questo legame nel giorno di sabato?». Quando egli diceva queste cose, tutti i suoi avversari si vergognavano, mentre la folla intera esultava per tutte le meraviglie da lui compiute.

### Un giorno, una parola



Non bisogna sottrarsi alla sofferenza, ma relazionarsi con essa, cercando di capire che cosa Dio voglia da noi. Le sofferenze vengono per dirci qualcosa. Nascondono sempre un tesoro. Informazioni preziose e sconosciute su di noi. Sono portatrici di cambiamento. Ci offrono sempre la possibilità di crescere. Sono un'opportunità.

*Valerio Albisetti*

## Salmo 90



Tu che abiti al riparo dell'Altissimo \*  
e dimori all'ombra dell'Onnipotente,  
di' al Signore: « Mio rifugio e mia forza,  
\*  
mio Dio, in cui confido » .

Egli ti libererà dal laccio del cacciatore,  
\*  
dalla peste che distrugge.  
Ti coprirà con le sue penne, \*  
sotto le sue ali troverai rifugio.

La sua fedeltà ti sarà scudo e corazza; \*  
non temerai i terrore della notte,

né la freccia che vola di giorno, †  
la peste che vaga nelle tenebre, \*  
lo sterminio che devasta a mezzogiorno.

Mille cadranno al tuo fianco †  
e diecimila alla tua destra; \*  
ma nulla ti potrà colpire.

Solo che tu guardi, con i tuoi occhi \*  
vedrai il castigo degli empi.  
Poiché tuo rifugio è il Signore \*  
e hai fatto dell'Altissimo la tua dimora,

non ti potrà colpire la sventura, \*  
nessun colpo cadrà sulla tua tenda.  
Egli darà ordine ai suoi angeli \*

# Lungo i fiumi

## commento ai Salmi

cura di don Luciano Vitton Mea

### Insero speciale

#### Introduzione

di don Luciano Vitton Mea

Un anziano signore, a cui portavo la Santa Comunione mensile, mi confidava di recitare ogni giorno il Salmo 90 per essere protetto da tutti i pericoli e in modo particolare di averlo pregato quando era in viaggio con l'automobile. E' la fede dei semplici che confidano nel Signore e che pongono la loro vita sotto le "ali" protettrici dell'Altissimo. Questa confidenza l'ho collegata al capolavoro di Pasternak, il Dottor Zivago, dove il Salmo 90 è scritto su un foglietto sul petto dei contadini soldato. Sia l'interpretazione dell'anziano signore, come quella del grande scrittore russo ci svelano il significato più profondo e più vero di questa preghiera. Infatti il Salmo 90 è a tutti gli effetti l'invocazione di chi si appresta a mettersi in viaggio, la supplica del pellegrino che chiede di essere liberato dalla "sventura", ma è anche la preghiera di chi deve affrontare "la freccia che vola di giorno", guardare "faccia a faccia" la morte nell'assurda dinamica di una battaglia. Il Salmista in realtà non è ne in viaggio, ne in battaglia, ma dimora all'ambra dell'Onnipotente, al riparo durante una veglia notturna. La composizione nasce in un contesto liturgico, una sorta di sermone che vuole infondere coraggio e fiducia per affrontare la notte della vita, per andare oltre la coltre buia e la nebbia fitta della precarietà e della finitudine umana. Il buio e la nebbia si diradano alle prime luci dell'alba quando Dio risponde al Salmista con un oracolo di salvezza: «Perché a me si è affidato io lo salverò».

di custodirti in tutti i tuoi passi.

Sulle loro mani ti porteranno \*  
perché non inciampi nella pietra il  
tuo piede.

Camminerai su aspidi e vipere,  
\*schiaccerai leoni e draghi.

Lo salverò, perché a me si è affi-  
dato;  
lo esalterò, perché ha conosciuto il  
mio nome.

Mi invocherà e gli darò risposta;  
presso di lui sarò nella sventura, \*  
lo salverò e lo renderò glorioso.

Lo sazierò di lunghi giorni \*  
e gli mostrerò la mia salvezza.

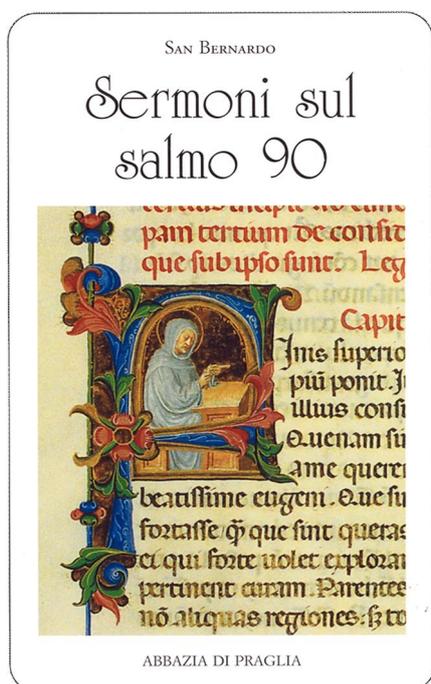
Gloria al Padre e al Figlio  
e allo Spirito Santo. \*  
Come era nel principio, e ora e  
sempre,  
nei secoli dei secoli. Amen

## Da sussurrare quando scende la sera

di don Luciano Vitton Mea

L'evangelista Matteo mette sulle labbra di Satana, durante le tentazioni di Gesù nel deserto, alcuni versi del Salmo 90; per questo motivo i padri della chiesa hanno visto nei pericoli enumerati dall'autore sacro le insidie e le trame dello spirito del male. Afferma San Agostino: «Questo è il salmo dal quale il diavolo prese lo spunto per tentare il nostro Signore Gesù Cristo. Ascoltiamolo, dunque, e lasciamoci istruire per essere in grado di resistere al tentatore: non fidandoci di noi ma di colui che fu tentato per primo affinché noi non fossimo vinti dalla tentazione». Partendo da questa prospettiva è più facile attualizzare questo Salmo e applicarlo alla nostra vita. Infatti tutti dobbiamo fare i conti con le nostre fragilità, con le insidie che si nascondono dentro noi, tra le pieghe del cuore, nell'abisso profondo del nostro io interiore. Il salmista conosce bene il cuore degli uomini, sa che i lacci, le trappole, la "freccia che vaga di giorno" sono il terreno scivoloso dove si radica la precarietà umana, la dura scorza che ogni uomo deve masticare per crescere e "diventare esperto in umanità". Conoscere "la peste che vaga nella notte", cioè i mali dell'anima e dello spirito ci permette, come una nidiata quando arriva il temporale, di metterci sotto le ali di Dio e permettergli di coprirci "con le sue penne". Il Salmo 90 da un lato enumera i pericoli che il Nemico semina sull'umano sentiero, gli inganni e la confusione che il diavolo (il verbo greco diabolos significa proprio mettere sottosopra, cioè a soqquadro) sparge tra gli uomini, dall'altro rassicura, infonde fiducia, proclama che Dio è scudo, rifugio, Colui che affida ai suoi Angeli il compito di custodire i passi del giusto.

E' il Salmo della confidenza e dell'abbandono da sussurrare quando scende la sera, nella quiete della compieta, quando il buio che tutto avvolge ricorda l'ultimo passaggio, il compimento definitivo di questo pellegrinaggio terreno.





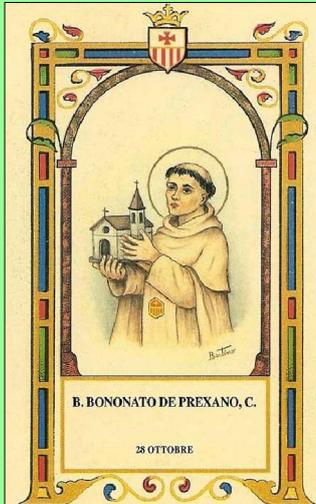
## XXX del Tempo Ordinario

Non c'è maggior libertà che quella di lasciarsi portare dallo Spirito, rinunciando a calcolare e a controllare tutto, e permettere che Egli ci illumini, ci guidi, ci orienti, ci spinga dove Lui desidera.

*(Papa Francesco)*

**Martedì  
28  
Ottobre**

Il Settimana  
del Salterio



### Il Santo del giorno: **Beato Bononato de Prexano**

Insigne mercedario per pietà e scienza, il Beato Bononato de Prexano, religioso del convento di Sant'Eulalia in Barcellona (Spagna), ne fu anche il priore per ben 41 anni. Nel 1343 riunì il capitolo dove fu nominato Maestro Generale il

Venerabile Vincenzo Riera suo compatriota. La sua vita non fu altro che un seguito di azioni sante e meritorie fino alla morte che giunse in età avanzata sotto il generalato di Nicola Perez, il quale gli testimoniò sempre una grande venerazione per tutti i buoni

esempi che ne ebbe. Inoltre negli antichi codici dell'Ordine si legge che non si è mai trovato nessuno come lui che conservasse la legge dell'Altissimo. L'Ordine lo festeggia il 28 ottobre.

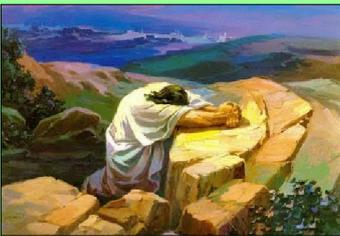
### Brano Evangelico: Lc 6, 12-19

In quei giorni, Gesù se ne andò sul monte a pregare e passò tutta la notte pregando Dio. Quando fu giorno, chiamò a sé i suoi discepoli e ne scelse dodici, ai quali diede anche il nome di apostoli: Simone, al quale diede anche il nome di Pietro; Andrea, suo fratello; Giacomo, Giovanni, Filippo, Bartolomeo, Matteo, Tommaso; Giacomo, figlio di Alfeo; Simone, detto Zelota; Giuda, figlio di Giacomo; e Giuda Iscariota, che divenne il traditore. Disceso con loro, si fermò in un luogo pianeggiante. C'era gran folla di suoi discepoli e gran moltitudine di gente da tutta la Giudea, da Gerusalemme e dal litorale di Tiro e di Sidone, che erano venuti per ascoltarlo ed essere guariti dalle loro malattie; anche quelli che erano tormentati da spiriti impuri venivano guariti. Tutta la folla cercava di toccarlo, perché da lui usciva una forza che guariva tutti.

### Un giorno, una parola

Lo Spirito è dentro di noi, è la forza di Gesù operante in noi. E' lui che guida la Chiesa di tutti i tempi perché riviva le intenzioni di Gesù e compia il suo stesso cammino. Che è soprattutto una via di povertà, di umiltà, di distacco.

*Carlo Maria Martini*





**meditazione**

## **Le opere di Dio non fanno rumore**

di don Luciano Vitton Mea

Le opere di Dio non fanno rumore, avvengono nel silenzio, si realizzano nell'oscurità di una zolla sotto la quale è stato posto un piccolo seme. Il Vangelo odierno ci ricorda il mistero delle cose piccole che coltivate con amore diventano simili ad un grande albero dove gli uccelli del cielo possono porre il loro nido. Solo attraverso piccoli gesti d'amore potremo costruire un mondo più giusto, più umano; solo attraverso tante e piccole gocce potremo dar vita ad un grande fiume che si perde nell'arsura del deserto trasformandolo in un'oasi fresca e lussureggiante. Non cadiamo nella tentazione di lasciarci scoraggiare dal male che attanaglia il mondo. Vuoi la pace? Falla nascere nel profondo del tuo cuore; seminala in famiglia, tra i vicini, nei luoghi di lavoro, dove abiti: spinta dai tuoi piccoli gesti giungerà lontano, là dove gli innocenti muoiono sotto una pioggia di pallottole. Vuoi che regni la giustizia? Sii giusto con te stesso, fa che il crogiuolo purifichi la tua coscienza; crea negli ambienti dove vivi una mentalità di "giustizia": presto abbraccerà il mondo intero. Vuoi salvare tante vite umane? Comincia a salvarne una: il tuo gesto si allargherà e crescerà diventando una piccola pianta. Ecco il grande albero del "Regno dei cieli", sta crescendo, anzi è già in mezzo a noi, grazie alla tua vita spesa per gli altri.



**Preghiamo la Parola**

## **Nelle tue mani**

Padre, mi abbandono a te,  
fa' di me ciò che ti piacerà.  
Qualunque cosa tu faccia di me,  
ti ringrazio.  
Sono pronto a tutto, accetto tutto.  
Purché la tua volontà si faccia in me  
in tutte le tue creature;  
non desidero altro, mio Dio.  
Rimetto la mia anima  
nelle tue mani,  
te la dono, mio Dio,  
con tutto l'amore del mio cuore,  
perché ti amo,  
ed è per me un'esigenza d'amore  
il donarmi,  
il rimettermi nelle tue mani,  
senza riserve,  
con infinita fiducia,  
perché tu sei mio Padre.

Charles de Foucauld



**Agisci**

Oggi anche io mi situo fra la folla che si accosta per ascoltare Gesù e essere guarita. Egli mi guarda nel cuore, mi chiama e mi sento attratto da lui e gradualmente entro in comunione di vita con lui, diventando anch'io suo discepolo.



## XXX del Tempo Ordinario

Nella misura in cui Egli riuscirà a regnare tra di noi, la vita sociale sarà uno spazio di fraternità, di giustizia, di pace, di dignità per tutti.

*(Papa Francesco)*

**Mercoledì  
29  
Ottobre**

Il Settimana  
del Salterio



### Il Santo del giorno: San Narciso di Gerusalemme Vescovo

Narciso aveva quasi cent'anni quando venne eletto 30° vescovo di Gerusalemme. Era nato nel 96 da famiglia non israelita. Nonostante l'età, governò a lungo e con fermezza. Presiedette il Concilio in cui si decise che la Pasqua dovesse cadere di domenica. E a lui si attri-

buisce, proprio nel giorno di Pasqua, il miracolo di aver mutato l'acqua in olio per le lampade della sua chiesa, rimaste a secco. Per il suo rigore furono sparse calunnie sul suo conto. Si allontanò da Gerusalemme e, creduto morto, vennero

eletti uno dopo l'altro due successori. Ma lui, alla morte del secondo, ricomparve. L'ultima notizia su di lui è in una lettera del coadiutore sant'Alessandro: si dice che aveva compiuto 116 anni.

### Brano Evangelico: Lc 13, 22-30 **Sono pochi quelli che si salvano?**

In quel tempo, Gesù passava insegnando per città e villaggi, mentre era in cammino verso Gerusalemme. Un tale gli chiese: «Signore, sono pochi quelli che si salvano?». Disse loro: «Sforzatevi di entrare per la porta stretta, perché molti, io vi dico, cercheranno di entrare, ma non ci riusciranno. Quando il padrone di casa si alzerà e chiuderà la porta, voi, rimasti fuori, comincerete a bussare alla porta, dicendo: "Signore, aprici!". Ma egli vi risponderà: "Non so di dove siete". Allora comincerete a dire: "Abbiamo mangiato e bevuto in tua presenza e tu hai insegnato nelle nostre piazze". Ma egli vi dichiarerà: "Voi, non so di dove siete. Allontanatevi da me, voi tutti operatori di ingiustizia!". Là ci sarà pianto e stridore di denti, quando vedrete Abramo, Isacco e Giacobbe e tutti i profeti nel regno di Dio, voi invece cacciati fuori. Verranno da oriente e da occidente, da settentrione e da mezzogiorno e siederanno a mensa nel regno di Dio. Ed ecco, vi sono ultimi che saranno primi, e vi sono primi che saranno ultimi».





meditazione

## Vicinanza e compassione

Meditazione di Fiorella Elmetti

Mentre Gesù cammina "verso Gerusalemme" insegna e, giustamente, gli vengono rivolte delle domande tipo la seguente: "Signore, sono pochi quelli che si salvano?". Probabilmente chi ha posto la domanda si poneva un limite numerico, ma non credo proprio che la salvezza passi dai numeri. Si può prevedere quanti passi deve compiere l'amore per seminare il bene e dare la felicità? Si possono conteggiare i momenti di gioia, di pace, di sacrificio e di fede per arrivare alla pienezza della vita eterna? Tuttavia, questa domanda rivela che nell'animo umano c'è forte il desiderio di saperne di più sulle cose di Dio, ma anche di percepire Dio vicino, presente nella storia dell'umanità e in ogni storia di vita, come Papa Francesco ci ricorda in più occasioni. Tra le altre cose, egli ha detto in una bella omelia: "Dio visita il suo popolo, in mezzo al suo popolo, e avvicinandosi. Vicinanza. E' la modalità di Dio. E poi c'è un'espressione che si ripete nella Bibbia, tante volte: 'Il Signore fu preso da grande compassione'. La stessa compassione che, dice il Vangelo, aveva quando ha visto tanta gente come pecore senza pastore. Quando Dio visita il suo popolo, gli è vicino... Vicinanza e compassione: così il Signore visita il suo popolo. E quando noi vogliamo annunciare il Vangelo, portare avanti la Parola di Gesù, questa è la strada. L'altra strada è quella dei maestri, dei predicatori del tempo: i dottori della legge, gli scribi, i farisei ... Lontani dal popolo, parlavano ... bene: parlavano bene. Insegnavano la legge, bene. Ma lontani. E questa non era una visita del Signore: era un'altra cosa. Il popolo non sentiva questo come una grazia, perché mancava la vicinanza, mancava la compassione e cioè patire con il popolo".



Preghiamo la Parola

Signore Gesù,  
noi ti ringraziamo  
per la possibilità di salvezza  
che tu offri a tanti,  
a tutti coloro che riconoscono  
nel proprio limite, nel proprio  
peccato... lo spazio perché  
la tua grandezza si manifesti.  
Libera il nostro cuore  
dall'orgoglio,  
dalla presunzione spirituale,  
e fa' che la nostra vita sia  
un foglio bianco, docile  
nel manifestare il disegno  
di salvezza che tu crei e ricrei,  
con divina fantasia.

*Amen*



**Agisci**

Dobbiamo gettare via  
le opere delle tenebre  
e rivestirci delle armi  
della luce e poi fare  
del bene, del bene a tutti senza  
distinzione di classe e di parte, fare  
del bene sempre sino al sacrificio di  
noi stessi.



## XXX del Tempo Ordinario

Ogni volta che ci incontriamo con un essere umano nell'amore, ci mettiamo a condizione di scoprire qualcosa di nuovo riguardo a Dio.

*(Papa Francesco)*

**Giovedì  
30  
Ottobre**

Il Settimana  
del Salterio



### Il Santo del giorno: **Beata Benvenuta Boiani Vergine**

Benvenuta Boiani visse a Cividale, dove era nata nel 1255, ed entrò ancor giovane nel terz'ordine secolare domenicano. Nel suo itinerario di esperienza ascetica, di contemplazione e di solitudine superò tentazioni e prove di ogni genere. Guarita da una grave

malattia, visitò la tomba di S. Domenico a Bologna. Restò in famiglia, vivendo appartata e umile fino alla morte, avvenuta il 30 ottobre 1292. Fu sepolta nella chiesa di S. Domenico a Cividale. Il culto, di origine popolare, fu ricono-

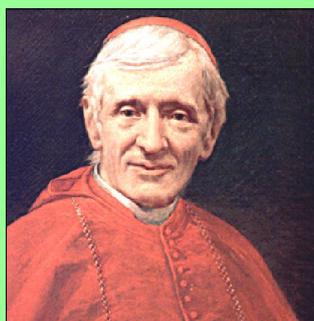
sciuto nel 1765 da Clemente XIII che la proclamò beata e permise all'ordine domenicano di celebrarne la festa, che in seguito si diffuse in diocesi.

### Brano Evangelico: Lc 13, 31-35 "Benedetto colui che viene nel nome del Signore!"



In quel momento si avvicinarono a Gesù alcuni farisei a dirgli: «Parti e vattene via di qui, perché Erode ti vuole uccidere». Egli rispose loro: «Andate a dire a quella volpe: "Ecco, io scaccio demòni e compio guarigioni oggi e domani; e il terzo giorno la mia opera è compiuta. Però è necessario che oggi, domani e il giorno seguente io prosegua nel cammino, perché non è possibile che un profeta muoia fuori di Gerusalemme". Gerusalemme, Gerusalemme, tu che uccidi i profeti e lapidi quelli che sono stati mandati a te: quante volte ho voluto raccogliere i tuoi figli, come una chiocchia i suoi pulcini sotto le ali, e voi non avete voluto! Ecco, la vostra casa è abbandonata a voi! Vi dico infatti che non mi vedrete, finché verrà il tempo in cui direte: "Benedetto colui che viene nel nome del Signore!"».

### Un giorno, una parola



La morte del Verbo eterno di Dio fatto uomo, ha dato un significato agli avvenimenti, alle prove, alle tentazioni e alle sofferenze di questa esistenza terrena. Ha congiunto e armonizzato ciò che sembrava incompatibile e senza scopo. Ci ha insegnato come vivere, come usare di questo mondo, che cosa attendere da esso, che cosa desiderare e quali speranze nutrire.

*Beato John Henry Newman*



## meditazione Gesù deve

Di Fiorella Elmetti

Gesù è ben radicato nel "fare la volontà del Padre", perciò quando lo mettono in guardia dalla minaccia che incombe su di lui, egli non esita a rispondere: "...è necessario che oggi, domani e il giorno seguente io prosegua nel cammino...". È come se dicesse che al di là di tutti gli ostacoli lui "deve continuare a camminare e realizzare il disegno che Dio ha pensato per lui e per noi". Gesù deve.... Questa espressione mi riporta ad un breve versetto del salmo 56 che si recita nella liturgia delle ore: "Saldo è il mio cuore, o Dio, saldo è il mio cuore". È come se il salmista, ad occhi socchiusi, nel mezzo di un grande dolore ripetesse la sua fede, ponendosi nelle mani di Dio a cui si affida, certo che Lui conosce pure il risvolto della vita. Ma davvero per me è così? Mi devo rinnovare, purificare continuamente, perché le scorie e le mie resistenze sono tante. Vorrei fare come voglio io, non come mi chiede Dio... ma fare come voglio io non mi porta lontano, il fare come chiede Dio mi fa fare qualche passo in più fuori di me, verso i fratelli, "incatenata" alla vita e al destino di tanta gente che nemmeno conosco, ma che condividono con me la stessa umanità, lo stesso destino verso la vita piena, la vita eterna. In merito, condivido un pensiero di Etty Hillesum, la quale scriveva: "Portare con sé l'altro, sempre e ovunque chiuso in se stessi, e lì vivere con lui. E non solo con uno, ma con molti. Accogliere l'altro nel proprio spazio interiore e lì lasciare che fiorisca, dargli un posto dove possa crescere e svilupparsi. Vivere davvero insieme all'altro, anche se non lo si vede per anni, lasciare che l'altro ci continui a vivere dentro e vivere con lui, questa è la cosa essenziale". Spero che anche chi legge assuma questo impegno: portare l'altro, come vuole Dio.



## Preghiamo la Parola

C'è tanta gioia all'ombra delle tue ali: perché fuggiamo continuamente e non accettiamo il tuo dono? Per la tristezza che rechiamo al tuo cuore, per ogni trafittura che la nostra incoscienza reca al tuo Spirito, potremo mai essere riaccolti da te? Gesù, noi ti chiediamo perdono per la durezza del nostro cuore, per l'insensibilità al tuo amore, per l'incapacità di scoprire, di cogliere quanto amorevolmente, sempre e dopo ogni caduta, continui a prenderti cura di noi!

*Amen*



## Agisci

Oggi, cerco di comprendere meglio il significato di ciò che Gesù ha fatto per me e continua a fare, oggi, per mezzo della sua parola, del Pane spezzato dai suoi ministri e della testimonianza dei fratelli.

# Le Letture Spirituali

di Non di Solo Pane

## Il veleno dell'amarezza

meditazione Luciano Vitton Mea



*Finché porteremo nel cuore le cause di tutte le nostre sofferenze e dei nostri errori saremo sopraffatti dall'amarezza in qualunque deserto cercheremo di andare. La sabbia ci travolgerà ovunque perché i mali dai quali vorremmo fuggire sono dentro di noi e vi rimarranno se non li rimuoveremo con la volontà.*

*Romano Battaglia, Sabbia, 2007*

Quante volte abbiamo detto o abbiamo sentito dire: "C'è tanta amarezza in me ..." La leggiamo negli occhi i righi dell'amarezza, la scorgiamo sulle labbra, traccia i lineamenti del volto affuscandoli di

tristezza. Sì, l'amarezza del cuore rende triste la vita.

Ma che cos'è questo malessere, il percepire ogni boccone che la vita ci offre con il retrogusto acido di un frutto mai baciato dal sole?

L'amarezza è un morso, una ferita aperta che si infetta, che circola nel sangue come il veleno di una serpe. Quando veniamo offesi, traditi da un amico, delusi dalle persone amate proviamo amarezza. Certi schiaffi feriscono, lasciano il segno, a-

prono una ferita. Ma non possiamo attribuire sempre agli altri i bocconi amari della vita. Spesso la serpe dell'amarezza striscia nelle pieghe recondite del nostro cuore, è dentro di noi; nasce dal peso dei nostri errori, dai sensi di colpa, dal non riuscire a perdonarci il male fatto agli altri, il dolore procurato alle persone a cui abbiamo voluto o vogliamo bene. Forse, questa radice amara, fa parte della vita, è un far-dello di questo pellegrinaggio terreno: "La vita ci inganna con delle ombre, come un burattinaio. Chiediamo a lei piacere. Essa ce lo dà, accompagnato da amarezza e delusione". (Oscar Wilde, Il critico come artista - 1889)

Come vincere l'amarezza, come curare le nostre ferite, rendere dolce il lago amaro del nostro cuore? C'è un passo dell'Esodo che ce lo insegna: «Camminarono tre giorni nel deserto senza trovare acqua. Arrivarono a Mara, ma non potevano bere le acque di Mara perché erano amare». Il popolo mormorò contro Mosè «Egli invocò il Signore, il quale gli indicò un legno. Lo gettò nell'acqua e l'acqua divenne dolce». I padri della chiesa hanno sempre visto in quel legno il simbolo delle croce; sottolinea Anselm Grun: «Il legno della croce rende dolce l'amarezza dell'essere umano. Se, nel bel mezzo di un amaro dolore, volgiamo lo sguardo all'amore di Gesù, che diventa visibile sulla croce, l'amarezza interiore si trasforma in dolcezza. Allora ci sentiamo amati nel nostro dolore. E l'amore addolcisce quanto è amaro».

Lo sguardo del crocefisso infonde misericordia e perdono, trasforma le acque amare delle sofferenze morali e spirituali nell'acqua dolce della comprensione. Doppiamo perdonarci e perdonare per schiacciare la serpe dell'amarezza, per curare con il balsamo della misericordia le ferite fatte e ricevute. «Gesù sulla croce beve l'amarezza dell'essere umano, per addolcire ogni cosa amara attraverso la sua passione. Beve l'aceto dell'umanità e lo trasforma in amore; quest'amore poi si riversa su di noi dal suo cuore aperto». (Anselm Grun)

don Luciano Vitton Mea



## XXX del Tempo Ordinario

Gesù vuole evangelizzatori che annuncino la Buona Notizia non solo con le parole, ma soprattutto con una vita trasfigurata dalla presenza di Dio.

*(Papa Francesco)*

Venerdì  
31  
Ottobre

Il Settimana  
del Salterio



Il Santo del giorno: **Santa Lucilla di Roma** Vergine e Martire

Lucilla è una santa poco conosciuta, dal nome antico e familiare. Era attribuito dagli antichi romani alle bambine nate alle prime luci del nuovo giorno. Lucilla, diminutivo di Lucia, vuol dire appunto "nata all'alba", così come Crepusca significa "nata al

tramonto", o anche "piccola luce". Di Lucilla martire non sappiamo nulla di certo, se non la storia leggendaria che tanto favore incontrò nei primi anni del cristianesimo. La piccola martire cieca, riportata più volte alla luce da vari Papi si presenta, come simbolo del-

la forza della fede, una fiaccola di carità, accesa sul mondo pagano, illuminando con una nuova alba le vie di Roma.

**Etimologia:** Lucilla = luminosa, splendente, dal latino.

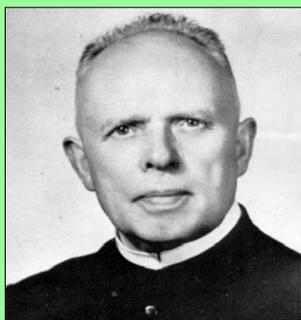
**Emblema:** Palma.



**Brano Evangelico:** Lc 14, 1-6 «È lecito o no guarire di sabato?».

Un sabato Gesù si recò a casa di uno dei capi dei farisei per pranzare ed essi stavano a osservarlo. Ed ecco, davanti a lui vi era un uomo malato di idropisia. Rivolgendosi ai dottori della Legge e ai farisei, Gesù disse: «È lecito o no guarire di sabato?». Ma essi tacquero. Egli lo prese per mano, lo guarì e lo congedò. Poi disse loro: «Chi di voi, se un figlio o un bue gli cade nel pozzo, non lo tirerà fuori subito in giorno di sabato?». E non potevano rispondere nulla a queste parole.

Un giorno, una parola



Quanti servi nascosti ha il Signore nostro!... Essi custodiscono in silenzio i segreti delle divine chiamate: non chiedono nulla, non disertano, né tradiscono. Forse non hanno una cognizione chiara del servizio che rendono né a chi lo rendono, ma in compenso quanto disinteresse e quale prontezza e devozione nel servire un Signore che non conoscono.

*P. Mazzolari*



*Meditiamo la Parola*

## La guarigione dell'idropico

Di Pierluigi Castaldi

La domanda di Gesù ai dottori della legge e ai farisei è provocatoria. Egli sa bene che, secondo la legge giudaica, non sarebbe possibile operare alcuna guarigione di sabato, giorno di festa nel quale si celebra l'attesa dei tempi messianici. Per lui, però, che è il Messia, il tempo dell'attesa è compiuto ed è decaduta la norma del sabato. Tuttavia, la sua provocazione non è tanto rivolta al rispetto del giorno di festa, quanto all'atteggiamento intransigente dei dottori della legge e dei farisei nei confronti degli altri: «Chi di voi, se un figlio o un bue gli cade nel pozzo, non lo tirerà fuori subito in giorno di sabato?». Essi non possono «rispondere nulla a queste parole», perché chissà quante volte nel giorno di sabato hanno fatto anche di peggio. Ora distogliamo lo sguardo dal fatto che questo miracolo è compiuto nel giorno di sabato e rivolghiamolo alla guarigione in se stessa. Quest'uomo è affetto da «idropisia»: ha il corpo gonfio di acqua. In passato abbiamo avuto più volte occasione di riflettere su queste guarigioni che, al di là dell'evento narrato, nascondono un significato simbolico.

La «cecità» rappresenta la difficoltà di leggere i segni dei tempi e la presenza del Signore nella storia; la «sordità» e il «mutismo» raffigurano l'incapacità a comunicare con Dio e con gli uomini; la «lebbra» incarna il peccato che deturpa il volto dell'uomo; la «mano secca» esprime la difficoltà a operare e l'«indemoniato» mostra come il demonio possa devastare la mente e l'equilibrio di una persona. L'idropisia, dalla quale è affetto quest'uomo, simboleggia, invece, una malattia oggi molto comune: il riempirci di cose inutili, e talvolta nocive, al punto da togliere spazio a ciò che è buono, bello e vero. Stiamo parlando di molti programmi televisivi, di certe notizie di cronaca, delle banalità che ci pervadono e del vaniloquio che riempie buona parte delle nostre giornate. Chiediamo al Signore di guarirci da tutte queste cose, affinché nel nostro cuore si crei spazio per la preghiera, per la lode, per ciò che è bello, vero e santo.



**Preghiamo la Parola**

Io sono la luce, e voi non mi vedete,  
Io sono la via, e voi non mi seguite  
Io sono la verità, e voi non mi credete.  
Io sono la vita, e voi non mi cercate.  
Io sono il Maestro,  
e voi non mi ascoltate.  
Io sono il capo, e voi non mi obbedite.  
Io sono il vostro Dio,  
e voi non mi pregate.  
Io sono il vostro  
grande amico,  
e voi non mi amate.

Hai ragione, o Gesù, troppo poco ti ricordiamo e troppo poco ti amiamo, per questo siamo infelici. Ma le tue braccia aperte ci invitano al tuo cuore e ci assicurano il perdono.

Nel tuo cuore, fonte di luce, ritroveremo la forza per seguirti Via, Verità e Vita; la grazia per ascoltarti Capo e Maestro; la gioia per amarti Dio di Amore, Amico di quanti confidano in Te.



**Agisci**

In famiglia, tra marito e moglie, genitori e figli, generi e suoceri, provo a ripensare il modo di relazionarmi. So vedere approvare e incoraggiare ciò che è positivo? È un modo terapeutico di agire, tanto più che anche qui il medico che aiuta e guarisce è Gesù.



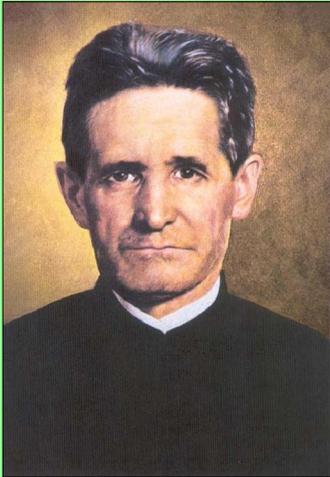
## XXX del Tempo Ordinario

La vita con Gesù diventa molto più piena e che con Lui è più facile trovare il senso di ogni cosa. È per questo che evangelizziamo.

*Memoria Liturgica di tutti i Santi*

**Sabato**  
**1**  
**Novembre**

Il Settimana  
del Salterio



### Il Santo del giorno: **Beato Rupert Mayer** Martire

Nella solennità di Tutti i santi si ricorda anche il martire Rupert Mayer. Nato a Stoccarda nel 1876, nel 1900 entrò, già prete, nella Compagnia di Gesù. Animò missioni popolari, fu cappellano tra gli immigrati e i militari. Nella Grande Guerra

gli venne amputata una gamba. Fin dal 1923 affermò pubblicamente che un cattolico non poteva aderire al nazismo. Più volte incarcerato, nel 1939 fu internato nel lager di Sachsenhausen. I nazisti, temendo che da morto divenisse un esem-

pio, lo rinchiusero nell'abbazia di Ettal. Nel 1945 morì d'improvviso, a Monaco, mentre predicava. È beato dal 1987.

### Brano Evangelico: Mt 5, 1-12 **Grande è la vostra ricompensa nei cieli.**

In quel tempo, vedendo le folle, Gesù salì sul monte: si pose a sedere e si avvicinarono a lui i suoi discepoli. Si mise a parlare e insegnava loro dicendo:

«Beati i poveri in spirito,  
perché di essi è il regno dei cieli.

Beati quelli che sono nel pianto,  
perché saranno consolati.

Beati i miti,  
perché avranno in eredità la terra.

Beati quelli che hanno fame e sete della giustizia,  
perché saranno saziati.

Beati i misericordiosi,  
perché troveranno misericordia.

Beati i puri di cuore,  
perché vedranno Dio.

Beati gli operatori di pace,  
perché saranno chiamati figli di Dio.

Beati i perseguitati per la giustizia,  
perché di essi è il regno dei cieli.

Beati voi quando vi insulteranno, vi perseguiteranno e, mentendo, diranno ogni sorta di male contro di voi per causa mia. Rallegratevi ed esultate, perché grande è la vostra ricompensa nei cieli».





## Meditiamo la Parola Come l'acqua

di Fiorella Elmetti

Gesù va oltre gli schemi umani. Così non risultano beati coloro che sanno già tutto della vita, ma "i poveri in spirito", quelli che, pur in mezzo alle tribolazioni, non oppongono resistenza alla volontà di Dio. Anzi, in essa si rafforzano, come insegna la storiella che segue: "Un giovane novizio si recò da un vecchio eremita. Quel giorno era terribilmente amareggiato: tutti gli sforzi che faceva per mettere in pratica la Parola gli sembravano inutili. Si inginocchiò ai piedi dell'anziano monaco e con il volto fra le mani confessò: "La mia vita spirituale è come un cesto di vimini: l'acqua della Parola vi scorre tutta via! Non riesco ad amare e a vivere quello che Dio mi chiede! Lascio questa vita e torno nel mondo". Il vecchio eremita abbracciò il novizio e lo istruì con dolcezza: "Fratello, tu non conosci i poteri dell'acqua. L'acqua di sorgente compie nel cesto almeno due meraviglie: lo lava, e un cesto pulito può essere utile a molte cose, e poi rende più resistenti i vimini, affinché durino più a lungo. I medesimi effetti li opera in te la Parola di Dio. Forse tu non te ne accorgi, ma gli altri, coloro che ti usano appunto come un recipiente, sentono che possono fidarsi di te. Sentono che sei in grado di "contenerli". Quale grande onore essere un cesto di vimini nella vigna del Signore, non trovi?". Bello il paragone anche dell'acqua, mi riporta a quanto Lev Tolstoj scrive: "L'acqua della sorgente dice all'uomo: lo do le mie acque, per nulla, ai pellegrini che si fermano qui assetati e stanchi. Fa' tu lo stesso coi tuoi fratelli; fa' del bene a tutti, dona quello che hai al prossimo, con lieto cuore e senza condizioni; non chiedere agli uomini in cambio dei tuoi benefici né gratitudine né ricompensa, pago soltanto di vivere nella gioia della tua bontà". Concludendo, la beatitudine è docile e forte come l'acqua.



## Preghiamo la Parola

O voi tutti che regnate  
con Dio nel cielo,  
dai seggi gloriosi  
della vostra beatitudine,  
volgete uno sguardo pietoso  
sopra di noi,  
esuli dalla celeste patria.  
Voi raccoglieste l'ampia  
messe delle buone opere,  
che andaste seminando  
con lacrime in questa  
terra di esilio.  
Dio è adesso il premio  
delle vostre fatiche  
e l'oggetto dei vostri gaudii.  
O beati del cielo, ottenete  
a noi di camminare  
dietro i vostri esempi  
e di ricopiare in noi  
stessi le vostre virtù,  
affinché, imitando voi in terra,  
diventiamo con voi partecipi  
della gloria in cielo.

*Amen*



## Agisci

Oggi farò il punto sulla mia situazione. Il cammino delle beatitudine è anche per me. Non devo assolutamente pensarlo fuori dal mio orizzonte. Perciò ammetterò con realismo che, da solo, nemmeno arrivo a capire e a benedire la bellezza, la beatitudine d'essere povero, perseguitato per amore della giustizia, lieto nel pianto, o altro: tutto questo però mi sarà dato per grazia, non per mia conquista!



# Non **P** di solo Pane



*Sussidio di preghiera per la famiglia*

Anno XIV- n. 681

**Domenica 26 Ottobre 2014**

Chiuso il 21 Ottobre 2014

Numero copie 1300

 333/3390059  
don Luciano

**Coordinatrice**

Fiorella Elmetti

**Redazione**

don Luciano Vitton Mea,  
don Carlo Moro, don Fabio Marini,  
don Diego Facchetti, Fiorella Elmetti

**Grafica e stampa**

don Luciano Vitton Mea

**Ideato da**

don Luciano Vitton Mea

Per la tua vita spirituale visita il

**Nuovo sito di don Luciano**



**Vi troverai:**

***Ogni giorno una meditazione dei più grandi maestri di spiritualità***

- Il settimanale di preghiera Non di Solo pane (da scaricare)
- I Santi del Giorno
- Tutte le opere di San Agostino
- I racconti di un pellegrino russo
- L'Imitazione di Cristo

Ti aspetto ogni giorno su:

**<http://www.latracciameditazioni.it/>**