

Canto di esposizione: **VIENI SPIRITO FORZA DALL'ALTO (330)**

1° momento: **In pace con se stessi**

Lettura: **Vangelo (Gv 14, 27-31a)**

Vi lascio la pace, vi do la mia pace. Non come la dà il mondo, io la do a voi. Non sia turbato il vostro cuore e non abbia timore. Avete udito che vi ho detto: «Vado e tornerò da voi». Se mi amaste, vi rallegrereste che io vado al Padre, perché il Padre è più grande di me. Ve l'ho detto ora, prima che avvenga, perché, quando avverrà, voi crediate. Non parlerò più a lungo con voi, perché viene il principe del mondo; contro di me non può nulla, ma bisogna che il mondo sappia che io amo il Padre, e come il Padre mi ha comandato, così io agisco.

Lettura: **La pace personale** (La vera pace nel pensiero di Papa Francesco - *Card. Victor Manuel Fernández Prefetto del Dicastero per la Dottrina della Fede*)

Sulla pace personale, interiore, ci ha dato qualche consiglio nell'enciclica [*Laudato si'*](#), sulla cura della casa comune. Perché in questo contesto? Perché lui crede che uno stile di vita ansioso, irrequieto, sempre attento alle novità del mercato, sempre ossessionato dal consumo, finisca per rompere i nostri rapporti con il mondo creato, e infine ci metta in guerra con gli altri. Infondo ci mette contro la realtà stessa che ci appare ostile perché ci nega sempre qualcosa di ciò che vogliamo. Papa Francesco afferma che oggi più che essere umani ci sono consumatori, e "in questa confusione, l'umanità postmoderna non ha trovato una nuova comprensione di sé stessa che possa orientarla, e questa mancanza di identità si vive con angoscia" (LS 203). Il nodo non è in realtà il consumo in se stesso, ma il malessere interiore, quell'inquietudine senza nome che tentiamo vanamente di risolvere col consumo.

Senza uno sviluppo umano e spirituale delle persone, che sono diventate incapaci di pace interiore, c'è solo un vuoto profondo che ci porta a cercare di riempire e calmare il nostro desiderio con acquisti, beni, possedimenti: "Più il cuore della persona è vuoto, più ha bisogno di oggetti da comprare, possedere e consumare" (LS 204).

Tuttavia, possiamo continuare a confidare nella capacità del cuore umano di guarire, di cambiare, di maturare. Ogni persona può ancora avere fiducia in se stessa, perché

dentro ognuno ci sono molte riserve di bene, si può sempre riprovare, è sempre possibile ricominciare, si può sempre superare l'angoscia o la paura e ritrovare la pace. Francisco insiste sul fatto che "non tutto è perduto, perché gli esseri umani, capaci di degradarsi fino all'estremo, possono anche superarsi, ritornare a scegliere il bene e rigenerarsi, al di là di qualsiasi condizionamento psicologico e sociale che venga loro imposto. Sono capaci di guardare se stessi con onestà, di far emergere il proprio disgusto e di intraprendere nuove strade verso la vera libertà" (LS 205).

Per i credenti questa possibilità è ancora più certa, perché confidiamo nell'aiuto della grazia di Dio che è in grado di agire anche in quegli angoli della nostra interiorità dove nessun altro può arrivare.

DOMANDE PER RIFLETTERE:

Come vivo la mia vita?

È una vita di Fede e pace o sono istigatore di violenza?

In cosa posso migliorare della mia vita?

Come fare pace con se stessi

1. Parla a te stesso gentilmente;
2. Smetti di aspirare ad ideali impossibili;
3. Non paragonarti agli altri, la tua vita è unica ed irripetibile;
- 4 Accetta la tua imperfezione;
- 5 Impara a riconoscere in maniera obiettiva i tuoi pregi

CANTO: **CANONE ...DONA LA PACE**

2° momento: **In pace con il Padre**

Lettura: **dalle FF (Legenda dei tre compagni)**

1428 26. Com'egli stesso ebbe a confidare più tardi, aveva appreso da rivelazione divina questo saluto: " Il Signore ti dia pace! ". All'inizio delle sue prediche, offriva al popolo questo messaggio di pace.

Fatto straordinario, che ha del miracoloso: egli aveva avuto, prima della conversione, un precursore nell'annuncio di pace, il quale percorreva di frequente

Assisi salutando col motto: “ Pace e bene! pace e bene! ”. Si formò poi la convinzione che, come Giovanni il Precursore si tirò in disparte appena Gesù cominciò la sua missione, così anche quell'uomo, simile a un secondo Giovanni, precedette Francesco nell'augurio di pace, e scomparve dopo l'arrivo del Santo.

L'uomo di Dio, Francesco, animato dallo spirito dei profeti e seguendo il loro linguaggio, come echeggiando il suo precursore, annunciava la pace e predicava la salvezza. Moltissimi, persuasi della sua parola, si riconciliavano in sincera concordia, mentre prima erano vissuti ostili a Cristo e lontani dalla salvezza.

Letture: **Dall'ENCICLICA “FRATELLI TUTTI “**

272. Come credenti pensiamo che, senza un'apertura al Padre di tutti, non ci possano essere ragioni solide e stabili per l'appello alla fraternità. Siamo convinti che «soltanto con questa coscienza di figli che non sono orfani si può vivere in pace fra noi». Perché «la ragione, da sola, è in grado di cogliere l'uguaglianza tra gli uomini e di stabilire una convivenza civica tra loro, ma non riesce a fondare la fraternità».

273. In questa prospettiva, desidero ricordare un testo memorabile: «Se non esiste una verità trascendente, obbedendo alla quale l'uomo acquista la sua piena identità, allora non esiste nessun principio sicuro che garantisca giusti rapporti tra gli uomini. Il loro interesse di classe, di gruppo, di Nazione li oppone inevitabilmente gli uni agli altri. Se non si riconosce la verità trascendente, allora trionfa la forza del potere, e ciascuno tende a utilizzare fino in fondo i mezzi di cui dispone per imporre il proprio interesse o la propria opinione, senza riguardo ai diritti dell'altro. [...] La radice del moderno totalitarismo, dunque, è da individuare nella negazione della trascendente dignità della persona umana, immagine visibile del Dio invisibile e, proprio per questo, per sua natura stessa, soggetto di diritti che nessuno può violare: né l'individuo, né il gruppo, né la classe, né la Nazione o lo Stato. Non può farlo nemmeno la maggioranza di un corpo sociale, ponendosi contro la minoranza».

274. A partire dalla nostra esperienza di fede e dalla sapienza che si è andata accumulando nel corso dei secoli, imparando anche da molte nostre debolezze e cadute, come credenti delle diverse religioni sappiamo che rendere presente Dio è un bene per le nostre società. Cercare Dio con cuore sincero, purché non lo offuschiamo con i nostri interessi ideologici o strumentali, ci aiuta a riconoscerci compagni di strada, veramente fratelli. Crediamo che «quando, in nome di un'ideologia, si vuole estromettere Dio dalla società, si finisce per adorare degli idoli, e ben presto l'uomo smarrisce sé stesso, la sua dignità è calpestata, i suoi diritti violati. Voi sapete bene a quali brutalità può condurre la privazione della libertà di coscienza e della libertà religiosa, e come da tale ferita si generi una umanità radicalmente impoverita, perché priva di speranza e di riferimenti ideali».

DOMANDE PER RIFLETTERE:

- Quale è il mio rapporto di Fede con Dio Padre ?
- Com'è la mia preghiera quotidiana verso il Padre?

Canto: **SAN FRANCESCO (256)**

3° momento: **In pace con il fratello**

Lettura: **Genesi 45,1-15**

“Allora Giuseppe non poté più trattenersi dinanzi a tutti i circostanti e gridò: “Fate uscire tutti dalla mia presenza!”. Così non restò nessun altro presso di lui, mentre Giuseppe si faceva conoscere dai suoi fratelli. E proruppe in un grido di pianto. Gli Egiziani lo sentirono e la cosa fu risaputa nella casa del faraone. Giuseppe disse ai fratelli: “Io sono Giuseppe! È ancora vivo mio padre?”. Ma i suoi fratelli non potevano rispondergli, perché sconvolti dalla sua presenza. Allora Giuseppe disse ai fratelli: “Avvicinatevi a me!”. Si avvicinarono e disse loro: “Io sono Giuseppe, il vostro fratello, quello che voi avete venduto sulla via verso l’Egitto. Ma ora non vi rattristate e non vi crucciate per avermi venduto quaggiù, perché Dio mi ha mandato qui prima di voi per conservarvi in vita. Perché già da due anni vi è la carestia nella regione e ancora per cinque anni non vi sarà né aratura né mietitura. Dio mi ha mandato qui prima di voi, per assicurare a voi la sopravvivenza nella terra e per farvi vivere per una grande liberazione. Dunque non siete stati voi a mandarmi qui, ma Dio. Egli mi ha stabilito padre per il faraone, signore su tutta la sua casa e governatore di tutto il territorio d’Egitto. Affrettatevi a salire da mio padre e ditegli: “Così dice il tuo figlio Giuseppe: Dio mi ha stabilito signore di tutto l’Egitto. Vieni quaggiù presso di me senza tardare. Abiterai nella terra di Gosen e starai vicino a me tu con i tuoi figli e i figli dei tuoi figli, le tue greggi e i tuoi armenti e tutti i tuoi averi. Là io provvederò al tuo sostentamento, poiché la carestia durerà ancora cinque anni, e non cadrai nell’indigenza tu, la tua famiglia e quanto possiedi”. Ed ecco, i vostri occhi lo vedono e lo vedono gli occhi di mio fratello Beniamino: è la mia bocca che vi parla! Riferite a mio padre tutta la gloria che io ho in Egitto e quanto avete visto; affrettatevi a condurre quaggiù mio padre”. Allora egli si gettò al collo di suo fratello Beniamino e pianse. Anche Beniamino piangeva, stretto al suo collo. Poi baciò tutti i fratelli e pianse. Dopo, i suoi fratelli si misero a conversare con lui.”

Lettura: dalle FF (**DELLA VERA E PERFETTA LETIZIA**)

[278] Lo stesso [fra Leonardo] riferì che un giorno il beato Francesco, presso Santa Maria [degli Angeli], chiamò frate Leone e gli disse: "Frate Leone, scrivi". Questi rispose: "Eccomi, sono pronto". "Scrivi - disse - quale è la vera letizia". "Viene un messo e dice che tutti i maestri di Parigi sono entrati nell'Ordine, scrivi: non è vera letizia. Così pure che sono entrati nell'Ordine tutti i prelati d'Oltr'Alpe, arcivescovi e vescovi, non solo, ma perfino il Re di Francia e il Re d'Inghilterra; scrivi: non è vera letizia. E se ti giunge ancora notizia che i miei frati sono andati tra gli infedeli e li hanno convertiti tutti alla fede, oppure che io ho ricevuto da Dio tanta grazia da sanar gli infermi e da fare molti miracoli; ebbene io ti dico: in tutte queste cose non è la vera letizia". "Ma quale è la vera letizia?". "Ecco, io torno da Perugia e, a notte profonda, giungo qui, ed è un inverno fangoso e così rigido che, all'estremità della tonaca, si formano dei ghiaccioli d'acqua congelata, che mi percuotono continuamente le gambe fino a far uscire il sangue da siffatte ferite. E io tutto nel fango, nel freddo e nel ghiaccio, giungo alla porta e, dopo aver a lungo picchiato e chiamato, viene un frate e chiede: "Chi è?". Io rispondo: "Frate Francesco". E quegli dice: "Vattene, non è ora decente questa, di andare in giro, non entrerai". E poiché io insisto ancora, l'altro risponde: "Vattene, tu sei un semplice ed un idiota, qui non ci puoi venire ormai; noi siamo tanti e tali che non abbiamo bisogno di te". E io sempre resto davanti alla porta e dico: "Per amor di Dio, accoglietemi per questa notte". E quegli risponde: "Non lo farò. Vattene al luogo dei Crociferi e chiedi là". Ebbene, se io avrò avuto pazienza e non mi sarò conturbato, io ti dico che qui è la vera letizia e qui è la vera virtù e la salvezza dell'anima".

DOMANDE PER RIFLETTERE:

- Cerco di essere costruttore di Pace?
- Sono in grado di compiere gesti di Pace al mio prossimo?
- Come reagisco davanti alle notizie sulla guerra in televisione? Rimango indifferente o mi preoccupano? Come vivo la mia vita? È una vita di Fede e pace o sono istigatore di violenza? In cosa posso migliorare della mia vita?

PREGHIERA DI PAPA FRANCESCO PER LA PACE DEL MONDO *(Assieme)*

Abbiamo provato tante volte e per tanti anni a risolvere i nostri conflitti con le nostre forze e anche con le nostre armi; tanti momenti di ostilità e di oscurità; tanto sangue versato; tante vite spezzate; tante speranze seppellite...

Ma i nostri sforzi sono stati vani. Ora, Signore, aiutaci Tu!

Donaci Tu la pace, insegnaci Tu la pace, guidaci Tu verso la pace.

Apri i nostri occhi e i nostri cuori e donaci il coraggio di dire:

“mai più la guerra!”; “con la guerra tutto è distrutto!”.

Infondi in noi il coraggio di compiere gesti concreti per costruire la pace.

Signore, Dio di Abramo e dei Profeti,

Dio Amore che ci hai creati e ci chiami a vivere da fratelli,

donaci la forza per essere ogni giorno artigiani della pace;

donaci la capacità di guardare con benevolenza tutti i fratelli che incontriamo sul nostro cammino.

Rendici disponibili ad ascoltare il grido dei nostri cittadini che ci chiedono di trasformare le nostre armi in strumenti di pace,

le nostre paure in fiducia e le nostre tensioni in perdono.

Tieni accesa in noi la fiamma della speranza per compiere con paziente perseveranza scelte di dialogo e di riconciliazione, perché vinca finalmente la pace.

E che dal cuore di ogni uomo siano bandite queste parole: divisione, odio, guerra!

Signore, disarmala lingua e le mani, rinnova i cuori e le menti,

perché la parola che ci fa incontrare sia sempre “fratello”,

e lo stile della nostra vita diventi: **shalom, pace, salam! Amen.**

Canto finale: **PERFETTA LETIZIA**