



## Adoro il lunedì



**"Coraggio, sono io, non temete!"  
(Marco 6,45-52)**

**Lunedì 13 Ottobre 2014**

**... PREPARATI**

***cerco di fare silenzio intorno a me e dentro il mio cuore,  
per ascoltare il Signore.***

*Mi raccolgo nel silenzio per qualche minuto.*

*Penso che il Signore mi ama così come sono... Ama proprio me!*

***Aiutami, Signore, ad affidare la mia vita a Te, nella certezza  
che Tu solo puoi darmi la pace e perdonare i miei peccati.***

**G.** *“Coraggio, sono io, non temete”* è il punto verso cui vuole condurci, l'icona biblica che ci accompagnerà in questo nuovo anno associativo. Tutto il vangelo è un sentiero, una mappa che, disseminata di parole, eventi e gesti ci vuole guidare a scoprire nel volto di Gesù la traccia della presenza di Dio.

E' vero: la notte, il remare, i disastri, le tragedie umane, tutto ci assilla! Gesù, qui si manifesta: dentro il nostro affannoso remare e dentro le nostre più angosciose ed inquiete notti. Quando siamo certi della sua presenza, superata la paura, il vento cessa di minacciare. Egli varca la soglia della speranza! Gesù ci viene incontro, inaspettatamente, proprio attraverso il vento contrario. Non avventuriamoci nei labirinti della vita, nelle sue difficili traversate, in solitudine. Il primo a salire sulla nostra barca deve essere sempre Lui, il Signore. È una garanzia di cui non possiamo e non dobbiamo privarci. I solitari, i temerari, coloro che ritengono di poter vivere senza guida né di protezione, rischiano di perdersi. Noi, invece, abbiamo bisogno del suo: *“Coraggio, sono io, non temete”!*

**C.** *Nel nome del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo*  
**T.** *Amen*

### **Dal Salmo 138 (137)**

Ti rendo grazie, Signore, con tutto il cuore:  
hai ascoltato le parole della mia bocca.  
A te voglio cantare davanti agli angeli,  
mi prostro verso il tuo tempio santo.

Rendo grazie al tuo nome  
per la tua fedeltà e la tua misericordia:  
hai reso la tua promessa più grande di ogni fama.

Nel giorno in cui t'ho invocato, mi hai risposto,  
hai accresciuto in me la forza.  
Ti loderanno, Signore, tutti i re della terra  
quando udranno le parole della tua bocca.

Canteranno le vie del Signore,  
perché grande è la gloria del Signore;  
eccelso è il Signore e guarda verso l'umile  
ma al superbo volge lo sguardo da lontano.

Se cammino in mezzo alla sventura  
tu mi ridoni vita;  
contro l'ira dei miei nemici stendi la mano  
e la tua destra mi salva.

Il Signore completerà per me l'opera sua.  
Signore, la tua bontà dura per sempre:  
non abbandonare l'opera delle tue mani.

## **Icona biblica (Marco 6,45-52)**

**C.** *E subito costrinse i suoi discepoli a salire sulla barca e a precederlo sull'altra riva, a Betsàida, finché non avesse congedato la folla. Quando li ebbe congedati, andò sul monte a pregare.*

**L.** È Gesù stesso che crea le condizioni perché gli apostoli possano riconoscerlo e conoscerlo meglio. All'interno del Vangelo il congedo di tutti anticipa sempre un momento di rivelazione. È come se Gesù volesse allontanare da ogni distrazione coloro che intende incontrare e dai quali vorrebbe farsi conoscere meglio. Non sempre la buona volontà degli apostoli però è sufficiente, occorre creare uno spazio e un momento appositi perché davvero abbiano modo di incontrare Gesù e capire chi può essere per la loro vita.

**C.** *Venuta la sera, la barca era in mezzo al mare ed egli, da solo, a terra. Vedendoli però affaticati nel remare, perché avevano il vento contrario, sul finire della notte egli andò verso di loro.*

**L.** Gli apostoli incontrano le prime difficoltà proprio quando anche la luce del giorno viene meno. Il vento contrario non permette loro di avanzare e quella che sarebbe potuta essere la semplice traversata di acque piuttosto tranquille si rivela essere più difficoltosa delle attese.

**C.** *Camminando sul mare, e voleva oltrepassarli. Essi, vedendolo camminare sul mare, pensarono: "È un fantasma!", e si misero a gridare, perché tutti lo avevano visto e ne erano rimasti sconvolti.*

**L.** La difficoltà sperimentata nelle acque agitate dal vento suscita negli apostoli insicurezze e timori, che sfociano nella paura quando – non riconoscendo Gesù – pensano di vedere un fantasma.

**C.** *Ma egli subito parlò loro e disse: "Coraggio, sono io, non abbiate paura!".*

**L.** Le parole di Gesù, la sua presenza accanto agli apostoli senza nemmeno il bisogno di pronunciare il proprio nome sono sufficienti per calmare gli apostoli e aiutarli a riprendere il controllo di sé.

**C.** *E salì sulla barca con loro e il vento cessò.*

**L.** Il fatto di avere riconosciuto Gesù, la sua vicinanza aiuta gli apostoli a riprendere il controllo della situazione. Il vento cessa e le acque tornano tranquille.

**C.** *E dentro di sé erano fortemente meravigliati, perché non avevano compreso il fatto dei pani: il loro cuore era indurito.*

**L.** Il momento drammatico del quale sono stati protagonisti, fa riflettere gli apostoli sull'importanza di fidarsi di Gesù senza condizioni. L'episodio raccontato nel brano immediatamente precedente a questo – la moltiplicazione dei pani e dei pesci – era proprio un invito alla fiducia incondizionata nel Signore. Il limite dei discepoli sta proprio nella loro difficoltà a lasciare spazio al Signore anche nel momento della difficoltà e della paura. Una comunità che sceglie di seguirlo fidandosi di lui continua a camminare anche quando non lo comprende fino in fondo.

## PREGHIERA

Dammi il supremo coraggio dell'Amore,  
questa è la mia preghiera,  
coraggio di parlare, di agire, di soffrire,  
di lasciare tutte le cose, o di essere lasciato solo.  
Temperami con incarichi rischiosi,  
onorami con il dolore,  
e aiutami ad alzarmi ogni volta che cadrò.  
Dammi la suprema certezza nell'amore,  
e 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 e ad ogni costo.  
(Tagore)

## RESPONSORIO BREVE

**R.** Signore, \* nelle tue mani affido il mio spirito.

*Signore, nelle tue mani affido il mio spirito.*

**V.** Dio di verità, tu mi hai redento:

*nelle tue mani affido il mio spirito.*

Gloria al Padre e al Figlio e allo Spirito Santo.

*Signore, nelle tue mani affido il mio spirito.*

**Ant.** *Nella veglia salvaci Signore,  
nel sonno non ci abbandonare:  
il cuore Vegli con Cristo  
e il corpo riposi nella pace.*

CANTICO di SIMEONE Lc 2,29-32

Ora lascia, o Signore, che il tuo servo \*  
vada in pace secondo la tua parola;  
perché i miei occhi han visto la tua salvezza \*  
preparata da te davanti a tutti i popoli,  
luce per illuminare le genti \*  
e gloria del tuo popolo Israele.  
Gloria al Padre e al Figlio ...

**Ant.** *Nella veglia salvaci, Signore,  
nel sonno non ci abbandonare:  
il cuore vegli con Cristo  
e il corpo riposi nella pace.*

## BENEDIZIONE FINALE

**C.** Il Signore ci conceda una notte serena e un riposo tranquillo.

**T.** *Amen.*