

CHIESA DI GENOVA  
PASTORALE FAMILIARE

**ANNO PASTORALE 2025 - 2026**

**UN ANNO CONTEMPLANDO  
LE BEATITUDINI**



**7 SCHEDE  
PER GRUPPI FAMIGLIA E ADULTI**

## INTRODUZIONE

Questo sussidio è rivolto agli adulti e ai gruppi famiglia, che si riuniscono durante l'anno per fare un cammino di ascolto della parola, di preghiera e di condivisione nella fede.

La liturgia domenica dell'anno A ci propone il Vangelo di Matteo, abbiamo scelto allora di sostare su alcune tra le parole più preziose di questo testo: le beatitudini.

Beatitudine e vita adulta... beatitudine e famiglia... Che effetto ci fanno queste associazioni?

Forse per qualcuno, in questo momento della sua vita, possono apparire una provocazione o qualcosa che non sta insieme. Ci sono tanti guai, preoccupazioni, cadute; ci sono sofferenze grandi lì dove si è investito di più, dove si è più legati, dove si rischia di deludersi, di ferirsi... Davvero è possibile essere beati? È possibile essere felici e aiutare gli altri a esserlo? Di quale felicità sta parlando Gesù?

Attraverso questo percorso vorremmo provare a capire se e cosa c'entrano queste "rivoluzionarie" parole di Gesù con la nostra vita di tutti i giorni.

Vogliamo credere che quelle parole, che Gesù ha pronunciato guardando le folle, le abbia dette anche per noi, per la gente normale... e, anche se in questo momento ci sentiamo fuori dalla beatitudine o lontani da queste esperienze che Gesù descrive, proviamo a rigettare le reti sulla sua Parola. Ascoltiamole!

**«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 perseguitaranno e, mentendo, diranno ogni sorta di male per causa mia: rallegratevi ed esultate perché grande è la vostra ricompensa nei cieli».***

Questa “prima predica” Gesù la fa guardando le folle, a partire da ciò che ha contemplato, guardando noi. Gesù coglie il Vangelo già presente nella vita degli uomini e glielo svela.

Le beatitudini non sono una legge da osservare! Certo, qui Gesù richiama un po' Mosè: l'inizio del primo dei 5 grandi discorsi nel Vangelo di Matteo, l'essere sul monte, l'atteggiamento di insegnare...; le beatitudini però non sono altri otto comandamenti e nemmeno sostituiscono i comandamenti, alcune infatti sono condizioni non scelte (afflizione, persecuzione...), altre sono atteggiamenti in cui poter maturare (mitezza, misericordia...), altre ancora il frutto delle proprie decisioni o desideri (operatori di pace, assetati di giustizia...). Le beatitudini sono piuttosto esperienze da fare, da scoprire vere nella propria vita e in quella degli altri.

Come possiamo comprenderle ancora?

Le beatitudini sono anzitutto il ritratto di Gesù, ci parlano di Gesù crocifisso e risorto: povero, afflitto, mite, misericordioso, perseguitato ... ma consolato, saziato, che come figlio eredita la terra e il Regno.

Le beatitudini manifestano chi è Dio, parlando di suo Figlio e dei suoi “amici”. Ci dicono anche chi siamo veramente, chi dovremmo essere (non è quindi assente una dimensione morale); come dire: “ecco l'uomo realizzato secondo Dio”.

Se volessimo poi cercare un difficile comune denominatore potremmo dire che sono tutte situazioni che ci strappano da una vita inautentica. Sono tutte condizioni che ci possono aiutare a rimanere vivi: il contrario cioè di una vita sazia, scontata, autosufficiente, spensierata...

Infine, ci dicono anche quale dovrebbe essere il volto della Chiesa: Gesù guarda le folle, ma parla ai discepoli. Nella Chiesa si dovrebbe fare esperienza di queste parole.

Queste parole Gesù le dice ai suoi discepoli per donare a loro occhi nuovi. Anche noi allora vogliamo farci istruire da Gesù per acquisire una sapienza nuova, per non illuderci o non ingannarci sul dove e il come della felicità.

Pur essendo infatti quasi abituati a queste parole, dobbiamo ammettere che Gesù presenta un'idea strana di beatitudine e di felicità. È un capovolgimento radicale di valori: escludendo le contraffazioni più banali della felicità, per noi è beato chi ha, non chi non ha; chi può e non chi non può, chi è fortunato, chi è apprezzato, capito, considerato... siamo costretti allora ad andare in profondità.

Le beatitudini si possono ascoltare e accogliere solo grazie allo Spirito Santo. Per il mondo sono otto assurdità. Vivere le beatitudini, vivere da beati, significa aver trovato la Sapienza, aver trovato il senso della vita.

*«Ci possono essere molte teorie su cosa sia la santità, abbondanti spiegazioni e distinzioni.*

*Tale riflessione potrebbe essere utile, ma nulla è più illuminante che ritornare alle parole di Gesù e raccogliere il suo modo di trasmettere la verità. Gesù ha spiegato con tutta semplicità che cos'è essere santi, e lo ha fatto quando ci ha lasciato le Beatitudini (cfr Mt 5,3-12; Lc 6,20-23). Esse sono come la carta d'identità del cristiano. Così, se qualcuno di noi si pone la domanda: "Come si fa per arrivare ad essere un buon cristiano?", la risposta è semplice: è necessario fare, ognuno a suo modo, quello che dice Gesù nel discorso delle Beatitudini. In esse si delinea il volto del Maestro, che siamo chiamati a far trasparire nella quotidianità della nostra vita.*

*La parola "felice" o "beato" diventa sinonimo di "santo", perché esprime che la persona fedele a Dio e che vive la sua Parola raggiunge, nel dono di sé, la vera beatitudine».*

Papa Francesco, *Gaudete et Exsultate*, 63-64

Il vangelo di Matteo è il Vangelo del Regno di Dio. Le beatitudini sono la magna charta del Regno e si capisce subito che il Regno di Dio si oppone alla mentalità del mondo. Questo lo avvertiamo chiaramente sulla nostra pelle quando davanti a una situazione dobbiamo decidere come reagire, come valutare, come rispondere... e lì possiamo fare la scelta di entrare nel Regno o di stare fuori, di accogliere e far crescere il Regno o di ostacolarlo.

Il Signore ci aiuti anche attraverso questo cammino a partecipare alla sua nuova vita per andare nel mondo liberamente e seminare il Regno di Dio ovunque ci troviamo. In fondo il volto di Cristo è il volto dell'uomo che vive in pienezza la sua umanità, e che si scopre profondamente bisognoso di ogni cosa.

## **COME USARE QUESTO SUSSIDIO**

Le schede che trovate di seguito non hanno lo stesso stile e la medesima struttura perché sono il frutto di un lavoro a più mani. Abbiamo cercato di offrire alcuni strumenti per la costruzione di un incontro, su ciascuna delle beatitudini.

Ogni beatitudine è brevemente attualizzata: si tratta di una serie di spunti per entrare nella ricchezza di questi otto detti di Gesù attraverso il punto di vista della nostra vita concreta di ogni giorno.

Siamo aiutati, nel momento della riflessione, dalle parole di Papa Francesco prese dall'esortazione apostolica *Gaudete et Exsultate* sulla chiamata alla santità nel mondo.

È bene però che le schede siano rielaborate da parte di chi le utilizzerà; è importante infatti adattarle ai tempi e nei modi alla realtà concreta dei partecipanti.

Nel primo incontro è bene dedicare un congruo spazio per presentare il testo delle beatitudini e il senso di questo percorso secondo gli spunti che trovate nell'introduzione.

Crediamo sia importante avere cura del legame tra la Parola e il proprio vissuto, favorendo sempre una condivisione di vita nella fede o in forma di preghiera.

Buon cammino!

*L'équipe diocesana di pastorale familiare*

## I SCHEDA

### BEATI I POVERI IN SPIRITO, PERCHÉ DI ESSI È IL REGNO DEI CIELI (Mt 5,3)

#### Preghiera iniziale

*Dal Salmo 131 (130)*

Signore, non si esalta il mio cuore  
né i miei occhi guardano in alto;  
non vado cercando cose grandi  
né meraviglie più alte di me.

Io invece resto quieto e sereno:  
come un bimbo svezzato in braccio a sua madre,  
come un bimbo svezzato è in me l'anima mia.

Israele attenda il Signore,  
da ora e per sempre.

#### Partiamo dal concreto

*La beatitudine è una gioia piena, perfetta e costante che si realizza con la volontà di affidarsi a Dio sempre e comunque.*

*In famiglia dovremmo mettere in pratica, l'ascolto, il perdono e l'amore, ma spesso prende il sopravvento il nostro egoismo e la nostra debolezza, dimenticandoci che siamo tempio dello Spirito.*

*Talvolta con la nostra presunzione e il nostro orgoglio ci convinciamo di riuscire a realizzare i nostri progetti basandoci sulle nostre forze, ma ci sbagliamo!*

*La vera felicità si concretizza con una continua conoscenza di Dio, un desiderio vitale che ci porta a mettere in pratica i suoi insegnamenti.*

*Il "povero in spirito" è colui che con un cuore umile è consapevole che da solo non può andare da nessuna parte ed è per questo che mette Dio al primo posto nella propria vita.*

#### Riflessione da “*Gaudete et Exsultate*” di Papa Francesco

Il Vangelo ci invita a riconoscere la verità del nostro cuore, per vedere dove riponiamo la sicurezza della nostra vita. Normalmente il ricco si sente sicuro con le sue ricchezze, e pensa che quando esse sono in pericolo, tutto il senso della sua vita sulla terra si sgretola. Gesù stesso ce l'ha detto nella parola del ricco stolto, parlando di quell'uomo sicuro di sé che, come uno sciocco, non pensava che poteva morire quello stesso giorno (cfr Lc 12,16-21).

Le ricchezze non ti assicurano nulla. Anzi, quando il cuore si sente ricco, è talmente soddisfatto di sé stesso che non ha spazio per la Parola di Dio, per amare i fratelli, né per godere delle cose più importanti della vita. Così si priva dei beni più grandi. Per

questo Gesù chiama beati i poveri in spirito, che hanno il cuore povero, in cui può entrare il Signore con la sua costante novità.

Luca non parla di una povertà “di spirito” ma di essere «poveri» e basta (cfr Lc 6,20), e così ci invita anche a un’esistenza austera e spoglia. In questo modo, ci chiama a condividere la vita dei più bisognosi, la vita che hanno condotto gli Apostoli e in definitiva a conformarci a Gesù, che «da ricco che era, si è fatto povero» (2 Cor 8,9). Essere poveri nel cuore, questo è santità.

### **Altri testi biblici**

- Mc 12, 41-44 L’obolo della vedova
- Mt 10, 7-10 I discepoli inviati ad annunciare il Regno dei cieli
- At 3, 6-8 Pietro e Giovanni all’ingresso del tempio

### **Per la riflessione personale e la condivisione**

1. *Possiamo dire di sentirsi poveri? In quali occasioni abbiamo “mendicato”?*
2. *Nella vita di coppia e nel diventare padri o madri ci si spoglia di tante cose; ci si scopre poveri, inadeguati, bisognosi, impotenti...; queste esperienze, se vissute bene, sono occasioni per fare spazio a Dio per sperimentare questa beatitudine. Capiamo che è solo accogliendo e scegliendo la povertà che facciamo spazio a Dio? La mia storia di famiglia mi ha aiutato ad essere più “povero” alla maniera di Gesù?*
3. *Su quali ricchezze sta in piedi la mia vita?*
4. *Come ci stiamo educando e come educhiamo i figli o i più giovani alla ricerca di ciò che conta?*
5. *Come viviamo concretamente la sobrietà come scelta di condivisione con chi ha meno di noi?*
6. *In quali occasioni abbiamo sperimentato il centuplo?*

### **Per approfondire**

- Dalle Fonti Francescane:

**1117** *Tra gli altri doni e carismi che il generoso Datore concesse a Francesco, vi fu un privilegio singolare: quello di crescere nelle ricchezze della semplicità attraverso l’amore per l’altissima povertà. Il Santo, notando come la povertà, che era stata intima amica del Figlio di Dio, ormai veniva ripudiata da quasi tutto il mondo, volle farla sua sposa, amandola di eterno amore, e per lei non soltanto lasciò il padre e la madre, ma generosamente distribuì tutto quanto poteva avere.*

*Nessuno fu così avido d’oro, quanto Francesco della povertà; nessuno fu più bramoso di tesori, quanto Francesco di questa perla evangelica.*

*Niente offendeva il suo occhio più di questo: vedere nei frati qualche cosa che non fosse del tutto in armonia con la povertà.*

*Quanto a lui, dall'inizio della sua vita religiosa fino alla morte, ebbe queste ricchezze: una tonaca, una cordicella e le mutande; e di questo fu contento.*

### **Testi per la preghiera**

Salmo 33

Beata la nazione il cui Dio è il Signore,  
il popolo che si è scelto come erede.

Il Signore guarda dal cielo,  
egli vede tutti gli uomini.

Dal luogo della sua dimora  
scruta tutti gli abitanti della terra,  
lui che, solo, ha plasmato il loro cuore  
e comprende tutte le loro opere.

Il re non si salva per un forte esercito  
né il prode per il suo grande vigore.

Il cavallo non giova per la vittoria,  
con tutta la sua forza non potrà salvare.

Ecco, l'occhio del Signore veglia su chi lo teme,  
su chi spera nella sua grazia,  
per liberarlo dalla morte  
e nutrirlo in tempo di fame.

L'anima nostra attende il Signore,  
egli è nostro aiuto e nostro scudo.

In lui gioisce il nostro cuore  
e confidiamo nel suo santo nome.

Signore, sia su di noi la tua grazia,  
perché in te speriamo.

Cantico d'Anna (1 Sam 2,1-8)

Magnificat (Lc 1,46-55)

Salmo 34,1-11

## II SCHEDA

### BEATI COLORO CHE SONO NEL PIANTO, PERCHÈ SARANNO CONSOLATI (Mt 5,4)

#### Preghiera iniziale

##### *Sequenza di Pentecoste*

Vieni, Santo Spirito,  
manda a noi dal cielo  
un raggio della tua luce.

Vieni, padre dei poveri,  
vieni, datore dei doni,  
vieni luce dei cuori.

Consolatore perfetto,  
ospite dolce dell'anima,  
dolcissimo sollievo.

Nella fatica, riposo,  
nella calura, riparo  
nel pianto, conforto.

O luce beatissima,  
invadi nell'intimo  
il cuore dei tuoi fedeli.

Senza la tua forza,  
nulla è nell'uomo,  
nulla senza colpa.

Lava ciò che è sordido,  
bagna ciò che è arido,  
sana ciò che sanguina.

Piega ciò che è rigido,  
scalda ciò che è gelido,  
drizza ciò che è sviato.

Dona ai tuoi fedeli  
che solo in te confidano  
i tuoi santi doni.

Dona virtù e premio,  
dona morte santa,  
dona gioia eterna. Amen.

#### Partiamo dal concreto

*Essere nel pianto: come vorremmo evitarlo, ma a tutti succede! Un lutto doloroso, una situazione interiore, i piccoli litigi intorno a noi, il malessere di fronte al TG...*

*Ci sembra impossibile che Gesù dica “Beati...”. Ma come beati! È già tanto se riusciamo a sopportare il peso della prova...*

*E invece no, Gesù ci dice che possiamo essere beati se reagiamo nel modo giusto.*

*Ci abbiamo provato, per esempio, per un dolorosissimo lutto in famiglia, abbiamo cercato di essere gioiosi e accoglienti con parenti e amici che si sono stretti a noi con affetto.*

*Abbiamo capito che non dobbiamo chiuderci in noi stessi, ma chiedere aiuto nei momenti di difficoltà. Nel condominio ci siamo adoperati per far superare le divergenze su certi lavori negli spazi comuni. E continuiamo a pregare per le storture del nostro mondo.*

*Solo così possiamo provare quella consolazione di cui ci parla Gesù.*

#### Riflessione da “*Gaudete et Exsultate*” di Papa Francesco

Il mondo ci propone il contrario: il divertimento, il godimento, la distrazione, lo svago, e ci dice che questo è ciò che rende buona la vita. Il mondano ignora, guarda dall'altra

parte quando ci sono problemi di malattia o di dolore in famiglia o intorno a lui. Il mondo non vuole piangere: preferisce ignorare le situazioni dolorose, coprirle, nasconderle. Si spendono molte energie per scappare dalle situazioni in cui si fa presente la sofferenza, credendo che sia possibile dissimulare la realtà, dove mai, mai può mancare la croce.

La persona che vede le cose come sono realmente, si lascia trafiggere dal dolore e piange nel suo cuore è capace di raggiungere le profondità della vita e di essere veramente felice. Quella persona è consolata, ma con la consolazione di Gesù e non con quella del mondo. Così può avere il coraggio di condividere la sofferenza altrui e smette di fuggire dalle situazioni dolorose. In tal modo scopre che la vita ha senso nel soccorrere un altro nel suo dolore, nel comprendere l'angoscia altrui, nel dare sollievo agli altri. Questa persona sente che l'altro è carne della sua carne, non teme di avvicinarsi fino a toccare la sua ferita, ha compassione fino a sperimentare che le distanze si annullano. Così è possibile accogliere quell'esortazione di san Paolo: «Piangete con quelli che sono nel pianto» (Rm 12,15).

Saper piangere con gli altri, questo è santità.

### **Per la riflessione personale e la condivisione**

1. *Penso a una situazione in particolare che mi ha generato o mi genera afflizione. Quali sono i sentimenti che provo, i pensieri che faccio e gli atteggiamenti che metto in atto?*
2. *Sono consapevole delle occasioni che ho per farmi vicino, vivere relazioni più vere, essere consolazione per altri?*
3. *Ho fatto esperienza della pienezza, della dolcezza e della consolazione che può essere intrecciata a certe situazioni di sofferenza mie personali o di altri?*
4. *Come la fede (la relazione con il Signore) mi ha aiutato ad attraversare o a leggere in modo diverso certe afflizioni?*

### **Preghiera finale**

#### **Salmo 125 (126)**

Quando il Signore ristabilì la sorte di Sion,  
ci sembrava di sognare.

Allora la nostra bocca si riempì di sorriso,  
la nostra lingua di gioia.

Allora si diceva tra le genti:  
“Il Signore ha fatto grandi cose per loro”.

Grandi cose ha fatto il Signore per noi:  
eravamo pieni di gioia.

Ristabilisci, Signore, la nostra sorte,  
come i torrenti del Negheb.

Chi semina nelle lacrime  
mieterà nella gioia.

Nell'andare, se ne va piangendo,  
portando la semente da gettare,  
ma nel tornare, viene con gioia,  
portando i suoi covoni.

### **III SCHEDA**

**BEATI I MITI, PERCHÉ AVRANNO IN EREDITÀ LA TERRA (Mt 5,5)**

**BEATI GLI OPERATORI DI PACE, PERCHÉ SARANNO CHIAMATI FIGLI DI DIO (Mt 5,9)**

*In questo incontro raccogliamo due beatitudini, pur coscienti infatti della loro ricchezza, abbiamo colto tra esse alcuni legami.*

#### **Preghiera iniziale**

Signore che abiti e vivi con noi, ti preghiamo per la nostra famiglia.

AIutaci a conoscerci meglio, a comprenderci di più:  
perché ciascuno si senta sicuro dell'affetto degli altri;  
perché a nessuno sfugga la stanchezza e la preoccupazione degli altri.

Rendici capaci di tacere e di parlare al momento opportuno,  
con il tono giusto: perché le discussioni non ci dividano  
e il silenzio troppo lungo non ci renda estranei l'uno all'altro.

Signore liberaci dalla pretesa di imporre agli altri  
il nostro modo di pensare e di vivere.

Perdonaci quando dimentichiamo di essere Tuoi figli e Tuoi amici,  
quando viviamo insieme come se Tu non fossi presente.

Distruggi l'egoismo e la paura che ci chiudono:  
la nostra famiglia sia disponibile verso chiunque,  
aperta e ospitale per tutti, sensibile al bisogno di giustizia e di pace.

Signore, tienici uniti per sempre nella Tua Chiesa in cammino.

Amen.

#### **Partiamo dal concreto**

*Quando si cerca di vivere la mitezza per la pace in famiglia, è necessario ricordare che Dio ha il controllo su tutto e quindi ci si può fidare di Lui e delle sue promesse.*

*La mitezza è espressione dell'umiltà; umiltà=Humus=terra: umile è quello che riconosce la sua origine, siamo fango ma unto di divinità.*

*Beato Luigi che non è un arrogante e non vuole avere ragione a tutti costi, che è capace di ascoltarti quando parli, che soffre quando ci si tratta male sul lavoro; non che sia un tipo insicuro, anzi sa il fatto suo, per questo ad esempio non si lascia condizionare nel parlare male degli altri. Beato lui perché erediterà la terra e starà bene dappertutto.*

## Riflessione da “*Gaudete et Exsultate*” di Papa Francesco

È un’espressione forte, in questo mondo che fin dall’inizio è un luogo di inimicizia, dove si litiga ovunque, dove da tutte le parti c’è odio, dove continuamente classifichiamo gli altri per le loro idee, le loro abitudini, e perfino per il loro modo di parlare e di vestire. Insomma, è il regno dell’orgoglio e della vanità, dove ognuno crede di avere il diritto di innalzarsi al di sopra degli altri. Tuttavia, nonostante sembri impossibile, Gesù propone un altro stile: la mitezza. È quello che Lui praticava con i suoi discepoli e che contempliamo nel suo ingresso in Gerusalemme: «Ecco, a te viene il tuo re, mite, seduto su un’asina e su un puledro» (Mt 21,5; cfr Zc 9,9).

Egli disse: «Imparate da me che sono mite e umile di cuore, e troverete ristoro per la vostra vita» (Mt 11,29). Se viviamo agitati, arroganti di fronte agli altri, finiamo stanchi e spossati. Ma quando vediamo i loro limiti e i loro difetti con tenerezza e mitezza, senza sentirci superiori, possiamo dar loro una mano ed evitiamo di sprecare energie in lamenti inutili. Per santa Teresa di Lisieux «la carità perfetta consiste nel sopportare i difetti altrui, non stupirsi assolutamente delle loro debolezze».

Non è facile costruire questa pace evangelica che non esclude nessuno, ma che integra anche quelli che sono un po’ strani, le persone difficili e complicate, quelli che chiedono attenzione, quelli che sono diversi, chi è molto colpito dalla vita, chi ha altri interessi. È duro e richiede una grande apertura della mente e del cuore, poiché non si tratta di «un consenso a tavolino o [di] un’effimera pace per una minoranza felice», né di un progetto «di pochi indirizzato a pochi». Nemmeno cerca di ignorare o dissimulare i conflitti, ma di «accettare di sopportare il conflitto, risolverlo e trasformarlo in un anello di collegamento di un nuovo processo». Si tratta di essere artigiani della pace, perché costruire la pace è un’arte che richiede serenità, creatività, sensibilità e destrezza.

## Per la riflessione personale e la condivisione

1. *Gesù ha detto beati i miti. Anche le persone miti rientrano per Gesù nelle persone che saranno felici, che sono fortunate ad essere così. I miti saranno più beati dei prepotenti. Ci crediamo?*
2. *Proviamo a pensare a una situazione in cui siamo stati capaci di non rispondere al male con il male, in cui abbiamo rinunciato a vendicarci, a farci giustizia o a replicare, in cui per primi siamo riusciti a mandare un segnale di riconciliazione...*
3. *Infine pensiamo a una persona che riteniamo mite e al perché (secondo noi) è così.*

## Testi per la preghiera

Salmo 37(36)

**Solo per oggi** (Papa Giovanni XXIII)

Solo per oggi cercherò di vivere alla giornata,  
senza voler risolvere il problema della mia vita tutto in una volta.

Solo per oggi avrò la massima cura del mio aspetto:  
vestirò con sobrietà; non alzerò la voce;  
sarò cortese nei modi; non criticherò nessuno;  
non pretenderò di migliorare o di disciplinare nessuno tranne me stesso.

Solo per oggi sarò felice nella certezza che sono stato creato per essere felice  
non solo nell'altro mondo, ma anche in questo.

Solo per oggi mi adatterò alle circostanze  
senza pretendere che le circostanze si adattino tutte ai miei desideri.

Solo per oggi dedicherò dieci minuti del mio tempo a qualche lettura buona,  
ricordando che come il cibo è necessario alla vita del corpo,  
così la buona lettura è necessaria alla vita dell'anima.

Solo per oggi compirò una buona azione e non lo dirò a nessuno.

Solo per oggi farò almeno una cosa che non desidero fare  
e se mi sentirò offeso nei miei sentimenti, farò in modo che nessuno se ne accorga.

Solo per oggi mi farò un programma: forse non lo seguirò a puntino, ma lo farò.

E mi guarderò da due malanni: la fretta e l'indecisione.

Solo per oggi crederò fermamente, nonostante le apparenze contrarie,  
che la buona Provvidenza di Dio si occupa di me  
come se nessun altro esistesse al mondo.

Solo per oggi non avrò timori.

In modo particolare non avrò paura di godere di ciò che è bello  
e di credere alla bontà.

Posso ben fare, per dodici ore, ciò che mi sgomenterebbe  
se pensassi di doverlo fare per tutta la vita.

## IV SCHEDA

### BEATI QUELLI CHE HANNO FAME E SETE DELLA GIUSTIZIA, PERCHÉ SARANNO SAZIATI (Mt 5,6)

#### Preghiera iniziale

*Dal Salmo 116*

Amo il Signore, perché ascolta  
il grido della mia preghiera.

Verso di me ha teso l'orecchio  
nel giorno in cui lo invocavo.

Mi stringevano funi di morte,  
ero preso nei lacci degli inferi,  
ero preso da tristezza e angoscia.

Allora ho invocato il nome del Signore:  
«Ti prego, liberami, Signore».

Pietoso e giusto è il Signore,  
il nostro Dio è misericordioso.

Il Signore protegge i piccoli:  
ero misero ed egli mi ha salvato.

Ritorna, anima mia, al tuo riposo,  
perché il Signore ti ha beneficiato.

#### Partiamo dal concreto

*Beati Lucia e Antonio, che, alla luce della Parola di Dio, provano sempre a distinguere ciò che è giusto e vero da ciò che non lo è, testimoniando, pur nella fatica quotidiana dello stare insieme, il messaggio evangelico, a partire dalla loro realtà coniugale e familiare: accogliendo i propri figli e tutti quelli che presso di loro cercano ristoro, sempre con un atteggiamento misericordioso che dà speranza e comunicando, con la vita e le scelte, il desiderio di costruire un mondo più equo e più giusto per tutti.*

#### Riflessione da “*Gaudete et Exsultate*” di Papa Francesco

«Fame e sete» sono esperienze molto intense, perché rispondono a bisogni primari e sono legate all'istinto di sopravvivenza. Ci sono persone che con tale intensità aspirano alla giustizia e la cercano con un desiderio molto forte. Gesù dice che costoro saranno saziati, giacché presto o tardi la giustizia arriva, e noi possiamo collaborare perché sia possibile, anche se non sempre vediamo i risultati di questo impegno. Ma la giustizia che propone Gesù non è come quella che cerca il mondo, molte volte

macchiata da interessi meschini, manipolata da un lato o dall'altro. La realtà ci mostra quanto sia facile entrare nelle combriccole della corruzione, far parte di quella politica quotidiana del “do perché mi diano”, in cui tutto è commercio. E quanta gente soffre per le ingiustizie, quanti restano ad osservare impotenti come gli altri si danno il cambio a spartirsi la torta della vita. Alcuni rinunciano a lottare per la vera giustizia e scelgono di salire sul carro del vincitore. Questo non ha nulla a che vedere con la fame e la sete di giustizia che Gesù elogia.

Tale giustizia incomincia a realizzarsi nella vita di ciascuno quando si è giusti nelle proprie decisioni, e si esprime poi nel cercare la giustizia per i poveri e i deboli. Certo la parola “giustizia” può essere sinonimo di fedeltà alla volontà di Dio con tutta la nostra vita, ma se le diamo un senso molto generale dimentichiamo che si manifesta specialmente nella giustizia con gli indifesi: «Cercate la giustizia, soccorrete l'oppresso, rendete giustizia all'orfano, difendete la causa della vedova» (Is 1,17). Cercare la giustizia con fame e sete, questo è santità.

### **Per la riflessione personale e la condivisione**

1. *La giustizia umana spesso ci delude e lascia spazio allo sconforto per le tante ingiustizie subite dagli ultimi e dai poveri. Come ci poniamo di fronte a tutto ciò? Come possiamo fare come credenti?*
2. *La giustizia è soprattutto sinonimo di santità, di fedeltà alla parola di Dio. Abbiamo davvero fame e sete di tale santità, la chiediamo come la più grande grazia che Dio ci possa accordare?*
3. *Cosa può significare per noi “l'essere saziati” da Dio? Cosa ci aspettiamo da Lui?*

### **Preghiera finale**

#### **Il canto della sete**

Hanno sete le lucertole e gemono in silenzio sulla pietra, e i lombrichi nel solco; ha sete il neonato e piange; ha sete il morente dalle labbra rotte di sete, e le pietre del torrente asciutto...

Hanno sete di luce e di acque i pini, verticali come spade sul monte o colonne di un tempio cui è cupola il cielo; hanno sete le radici, diramate in direzioni di fonti remote; e le stesse fonti a sgorgare dalle rocce, sospirose di mai inaridirsi, orgogliose di aprirsi in fiumi maestosi.

Come la cerva sospira alla fonte con le narici a fiutare nell'aria e nel sole fresture lontane, così il fedele esiliato dal tempio...

Hanno sete gli infiniti cercatori di perle in veglie estenuanti: o cercatori di gioie e ragioni.

Hanno sete gli inquieti sapienti in cammino dietro la stella che appare e dispare e insieme cammelli e dromedari barriscono nel cuore dell'infinito deserto...

Hanno sete le rondini in volo sopra l'oceano ancora molto, molto lontane dal loro nido di fango sotto l'arco della mia piccola chiesa all'estremo nord del paese...

Ha sete l'asfalto della città nell'infuocato agosto e la terra, la terra intera pur navigante nel cuore dei mari: questa terra spaccata non appena il cielo si chiude nel suo impassibile azzurro.

Ha sete questa tua creta vivente, o Dio, una creta riarsa dalla tua implacabile fiamma.

Hanno sete tutte le samaritane che tu attendi al pozzo stanco di camminare...

E chi ha sete avrà ancora più sete, poiché molte, sono molte le cisterne screpolate...

Anche tu, finito col gridare dall'albero: "Ho sete"...

*David Maria Turoldo*

## V SCHEDA

### BEATI I MISERICORDIOSI, PERCHÉ TROVERANNO MISERICORDIA (Mt 5,7)

#### Preghiera iniziale

Dal Salmo 86 (85)

Signore, tendi l'orecchio, rispondimi,  
perché io sono povero e infelice.

Custodiscimi perché sono fedele;  
tu, Dio mio, salva il tuo servo, che in te spera.

Pietà di me, Signore,  
a te grido tutto il giorno.

Rallegra la vita del tuo servo,  
perché a te, Signore, innalzo l'anima mia.

Tu sei buono, Signore, e perdoni,  
sei pieno di misericordia con chi ti invoca.

Porgi l'orecchio, Signore, alla mia preghiera  
e sii attento alla voce della mia supplica.

Mio Dio, mi assalgono gli arroganti,  
una schiera di violenti attenta alla mia vita,  
non pongono te davanti ai loro occhi.

Ma tu, Signore, Dio di pietà, compassionevole,  
lento all'ira e pieno di amore, Dio fedele,

volgiti a me e abbi misericordia:  
dona al tuo servo la tua forza,  
salva il figlio della tua ancilla.

Dammi un segno di benevolenza;  
vedano e siano confusi i miei nemici,  
perché tu, Signore, mi hai soccorso e consolato.

#### Partiamo dal concreto

*Con la morte della mamma ha voluto prendere definitivamente le distanze da me, c'è stata una discussione e da quel momento mia sorella mi ignora. Ho provato a ricostruire una relazione, ma con scarso successo e mi sento impotente perché dall'altra parte c'è un muro.*

*È una situazione molto triste e una ferita molto dolorosa.*

*"Beato me" quando riesco ad avere un atteggiamento misericordioso e fraterno, non condizionato dal "passato e dai comportamenti ostili", solo così mi sento in pace e sereno. Il dolore rimane, ma l'anima riposa in pace.*

*Essere misericordiosi come Gesù ci chiede comporta una battaglia quotidiana contro il mio orgoglio, l'invidia, l'accidia, il pregiudizio e il giudizio nei confronti dell'altro, il parlare male di altre persone, ecc...*

*Essere misericordiosi significa essere persone PERDONANTI!*

*Ogni volta che recitiamo il Padre nostro... rimetti a noi i nostri debiti come noi li rimettiamo ai nostri debitori... vuole dire che ci impegniamo a essere misericordiosi con i nostri fratelli nella certezza che il Padre è misericordioso con noi!*

### **Riflessione da “*Gaudete et Exsultate*” di Papa Francesco**

La misericordia ha due aspetti: è dare, aiutare, servire gli altri e anche perdonare, comprendere. Matteo riassume questo in una regola d'oro: «Tutto quanto vorrete che gli uomini facciano a voi, anche voi fatelo a loro» (7,12). Il Catechismo ci ricorda che questa legge si deve applicare «in ogni caso», in modo speciale quando qualcuno «talvolta si trova ad affrontare situazioni difficili che rendono incerto il giudizio morale».

Dare e perdonare è tentare di riprodurre nella nostra vita un piccolo riflesso della perfezione di Dio, che dona e perdona in modo sovrabbondante. Per questo motivo nel vangelo di Luca non troviamo «siate perfetti» (Mt 5,48), ma «siate misericordiosi, come il Padre vostro è misericordioso. Non giudicate e non sarete giudicati; non condannate e non sarete condannati; perdonate e sarete perdonati; date e vi sarà dato» (6,36-38). E dopo Luca aggiunge qualcosa che non dovremmo trascurare: «Con la misura con la quale misurate, sarà misurato a voi in cambio» (6,38). La misura che usiamo per comprendere e perdonare verrà applicata a noi per perdonarci.

La misura che applichiamo per dare, sarà applicata a noi nel cielo per ricompensarci. Non ci conviene dimenticarlo.

Gesù non dice “Beati quelli che programmano vendetta”, ma chiama beati coloro che perdonano e lo fanno «settanta volte sette» (Mt 18,22). Occorre pensare che tutti noi siamo un esercito di perdonati. Tutti noi siamo stati guardati con compassione divina. Se ci accostiamo sinceramente al Signore e affiniamo l'udito, probabilmente sentiremo qualche volta questo rimprovero: «Non dovevi anche tu aver pietà del tuo compagno, così come io ho avuto pietà di te?» (Mt 18,33).

Guardare e agire con misericordia, questo è santità.

### **Per la riflessione personale e la condivisione**

1. *Il rito del matrimonio si conclude con questa benedizione: “Siate nel mondo testimoni dell'amore di Dio, perché i poveri e i sofferenti che avranno sperimentato la vostra carità, vi accolgano grati un giorno nella casa del Padre”. Quali occasioni di misericordia ci ha fatto vivere il Signore in famiglia e a quali ci invita oggi?*
2. *Opere di misericordia corporali e spirituali: quali ti sembrano oggi le più necessarie? Quali tra queste fai più fatica ad esercitare verso gli altri?*

3. *Usare misericordia implica una rinuncia ai propri diritti. Su cosa si basa la nostra capacità di usare misericordia? Simpatia, amicizia, parentela, fiducia, possibilità di contraccambio ...*
4. *Siamo “bombardati” continuamente da notizie di sofferenza, sfruttamento, violenza... con il rischio di diventare insensibili. Come possiamo ancora oggi muoverci a compassione e sentire dentro di noi il grido di chi soffre?*
5. *Quanto siamo disposti o come possiamo lasciarci “programmare” dalle situazioni di fragilità, sofferenza, difficoltà?*

### **Preghiera finale**

Signore Gesù Cristo,  
 tu ci hai insegnato a essere misericordiosi come il Padre celeste,  
 e ci hai detto che chi vede te vede Lui.  
 Mostraci il tuo volto e saremo salvi.

Il tuo sguardo pieno di amore liberò Zaccheo e Matteo dalla schiavitù del denaro;  
 l’adultera e la Maddalena dal porre la felicità solo in una creatura;  
 fece piangere Pietro dopo il tradimento,  
 e assicurò il Paradiso al ladrone pentito.

Fa’ che ognuno di noi ascolti come rivolta a sé la parola che dicesti alla samaritana:  
 Se tu conoscessi il dono di Dio!  
 Tu sei il volto visibile del Padre invisibile,  
 del Dio che manifesta la sua onnipotenza soprattutto con il perdono e la  
 misericordia:  
 fa’ che la Chiesa sia nel mondo il volto visibile di Te, suo Signore, risorto e nella  
 gloria.

Hai voluto che i tuoi ministri fossero anch’essi rivestiti di debolezza  
 per sentire giusta compassione per quelli che sono nell’ignoranza e nell’errore:  
 fa’ che chiunque si accosti a uno di loro si senta atteso, amato e perdonato da Dio.

Manda il tuo Spirito e consacraci tutti con la sua unzione  
 perché la tua Chiesa con rinnovato entusiasmo possa portare ai poveri il lieto  
 messaggio  
 proclamare ai prigionieri e agli oppressi la libertà  
 e ai ciechi restituire la vista.

Lo chiediamo per intercessione di Maria Madre della Misericordia,  
 a te che vivi e regni con il Padre e lo Spirito Santo per tutti i secoli dei secoli.  
 Amen!

*(preghiera di papa Francesco per il giubileo della misericordia)*

## VI SCHEDA

### BEATI I PURI DI CUORE, PERCHÉ VEDRANNO DIO (Mt 5,8)

#### Preghiera iniziale

Dal Salmo 24, 3-6

Chi salirà il monte del Signore, chi starà nel suo luogo santo?

Chi ha mani innocenti e cuore puro, chi non pronunzia menzogna,  
chi non giura a danno del suo prossimo.

Otterrà benedizione dal Signore, giustizia da Dio sua salvezza.

Ecco la generazione che lo cerca, che cerca il tuo volto, Dio di Giacobbe.

#### Partiamo dal concreto

*Noi non ci sentiamo beati né prediletti da Dio, ma cerchiamo di vivere la nostra comunità parrocchiale e i servizi che svolgiamo con semplicità e autenticità, senza cercare la lode e senza vedere negli altri degli antagonisti.*

*Anche in famiglia, pensiamo che la trasparenza e l'innocenza siano valori importanti, senza voler trovare nell'altro la colpa e lo sbaglio: a volte un po' di "ingenuità" aiuta a vivere con maggiore serenità!*

*Come i bambini che senza porsi tante domande amano ed aspettano solo di essere amati...*

#### Riflessione da “*Gaudete et Exsultate*” di Papa Francesco

Questa beatitudine si riferisce a chi ha un cuore semplice, puro, senza sporcizia, perché un cuore che sa amare non lascia entrare nella propria vita alcuna cosa che minacci quell'amore, che lo indebolisca o che lo ponga in pericolo. Nella Bibbia, il cuore sono le nostre vere intenzioni, ciò che realmente cerchiamo e desideriamo, al di là di quanto manifestiamo: «L'uomo vede l'apparenza, ma il Signore vede il cuore» (1 Sam 16,7). Egli cerca di parlarci nel cuore (cfr Os 2,16) e lì desidera scrivere la sua Legge (cfr Ger 31,33). In definitiva, vuole darci un cuore nuovo (cfr Ez 36,26).

«Più di ogni cosa degna di cura custodisci il tuo cuore» (Pr 4,23). Nulla di macchiato dalla falsità ha valore reale per il Signore. Egli «fugge ogni inganno, si tiene lontano dai discorsi insensati» (Sap 1,5). Il Padre, che «vede nel segreto» (Mt 6,6), riconosce ciò che non è pulito, vale a dire ciò che non è sincero, ma solo scorza e apparenza, come pure il Figlio sa «quello che c'è nell'uomo» (Gv 2,25).

È vero che non c'è amore senza opere d'amore, ma questa beatitudine ci ricorda che il Signore si aspetta una dedizione al fratello che sgorghi dal cuore, poiché «se anche dessi in cibo tutti i miei beni e consegnassi il mio corpo per averne vanto, ma non avessi la carità, a nulla mi servirebbe» (1 Cor 13,3). Nel vangelo di Matteo vediamo

pure che quanto viene dal cuore è ciò che rende impuro l'uomo (cfr 15,18), perché da lì procedono gli omicidi, i furti, le false testimonianze, e così via (cfr 15,19). Nelle intenzioni del cuore hanno origine i desideri e le decisioni più profondi che realmente ci muovono.

Quando il cuore ama Dio e il prossimo (cfr Mt 22,36-40), quando questo è la sua vera intenzione e non parole vuote, allora quel cuore è puro e può vedere Dio. San Paolo, nel suo inno alla carità, ricorda che «adesso noi vediamo come in uno specchio, in modo confuso» (1 Cor 13,12), ma nella misura in cui regna veramente l'amore, diventeremo capaci di vedere «faccia a faccia» (ibid.). Gesù promette che quelli che hanno un cuore puro «vedranno Dio».

Mantenere il cuore pulito da tutto ciò che sporca l'amore, questo è santità.

### **Per la riflessione personale e la condivisione**

1. *Il nostro cuore sa difendersi da tutto ciò che può sporcare il vero amore? Ne abbiamo la consapevolezza e la riteniamo veramente importante?*
2. *Cosa siamo disposti a perdere per poter un giorno vedere Dio faccia a faccia?*
3. *Quali sono i modi in cui si traduce per noi il cercare il volto di Dio?*

### **Preghiera finale**

#### **Un cuore che vede il volto di Dio**

“Donaci, Gesù, di crescere nella esperienza di quella purezza di cuore che ci permette di vedere il tuo volto fin da ora e che ci assicura di vedere in eterno il volto di Dio. Cuore di Cristo, sorgente della nostra purificazione, della nostra vita e della nostra speranza, non abbandonarci alla durezza del nostro cuore, ma rendici simili a te, povero, umile, mansueto, ricco di misericordia e di bontà”.

(tratto da *Le Beatitudini*, C.M. Martini, In dialogo 2002)

## VII SCHEDA

**BEATI I PERSEGUITATI A CAUSA DELLA GIUSTIZIA,  
PERCHÉ DI ESSI È IL REGNO DEI CIELI**

**BEATI VOI QUANDO VI INSULTERANNO, VI PERSEGUITERANNO E, MENTENDO,  
DIRANNO OGNI SORTA DI MALE PER CAUSA MIA: RALLEGRATEVI ED ESULTATE  
PERCHÉ GRANDE È LA VOSTRA RICOMPENSA NEI CIELI (Mt 5,10-12)**

*In questo incontro raccogliamo due beatitudini, pur coscienti infatti della loro ricchezza, abbiamo colto tra esse alcuni legami.*

### Preghiera iniziale

*Dal Salmo 124*

Se il Signore non fosse stato per noi  
- lo dica Israele -,  
se il Signore non fosse stato per noi,  
quando eravamo assaliti,  
allora ci avrebbero inghiottiti vivi,  
quando divampò contro di noi la loro collera.  
Allora le acque ci avrebbero travolti,  
un torrente ci avrebbe sommersi;  
allora ci avrebbero sommersi  
acque impetuose.  
Sia benedetto il Signore,  
che non ci ha consegnati in preda ai loro denti.  
Siamo stati liberati come un passero  
dal laccio dei cacciatori:  
il laccio si è spezzato  
e noi siamo scampati.  
Il nostro aiuto è nel nome del Signore:  
egli ha fatto cielo e terra.

## **Partiamo dal concreto**

*Quante cose in questo mondo sono ingiuste! Così tante che sembra non esista speranza di porvi rimedio! D'altronde la regola di vita dominante è diventata: "Vivere e lasciar vivere".*

*Ma c'è chi ci prova, c'è chi lotta ogni giorno per cambiare le cose, e puntualmente si fa tanti nemici... Chiunque ha il coraggio di esporsi, di denunciare quel che non va, corre il rischio di essere perseguitato, anzi, può esserne certo! Beato chi si adopera per dare giustizia a chi non ne ha.*

*La fede e l'impegno per un mondo più giusto possono comportare sofferenze, ma non dovremmo spaventarcici.*

*Il più delle volte il martirio si realizza nel dono quotidiano della propria vita, nell'umiltà, nel nascondimento, nello spendere la propria vita per amore, istante per istante. Ma quale stupenda ricompensa ci attende in Paradiso!*

*Occorre vincere l'illusione terribile di operare bene limitandosi ad ascoltare la parola di Gesù senza metterla in pratica.*

## **Riflessione da “*Gaudete et Exsultate*” di Papa Francesco**

Gesù stesso sottolinea che questo cammino va controcorrente fino al punto da farci diventare persone che con la propria vita mettono in discussione la società, persone che danno fastidio.

Gesù ricorda quanta gente è perseguitata ed è stata perseguitata semplicemente per aver lottato per la giustizia, per aver vissuto i propri impegni con Dio e con gli altri. Se non vogliamo sprofondare in una oscura mediocrità, non pretendiamo una vita comoda, perché «chi vuol salvare la propria vita, la perderà» (Mt 16,25).

Non si può aspettare, per vivere il Vangelo, che tutto intorno a noi sia favorevole, perché molte volte le ambizioni del potere e gli interessi mondani giocano contro di noi. San Giovanni Paolo II diceva che «è alienata la società che, nelle sue forme di organizzazione sociale, di produzione e di consumo, rende più difficile la realizzazione [del] dono [di sé] e il costituirsi [della] solidarietà interumana». In una tale società alienata, intrappolata in una trama politica, mediatica, economica, culturale e persino religiosa che ostacola l'autentico sviluppo umano e sociale, vivere le Beatitudini diventa difficile e può essere addirittura una cosa malvista, sospetta, ridicolizzata.

La croce, soprattutto le stanchezze e i patimenti che sopportiamo per vivere il comandamento dell'amore e il cammino della giustizia, è fonte di maturazione e di santificazione. Ricordiamo che, quando il Nuovo Testamento parla delle sofferenze che bisogna sopportare per il Vangelo, si riferisce precisamente alle persecuzioni (cfr At 5,41; Fil 1,29; Col 1,24; 2 Tm 1,12; 1 Pt 2,20; 4,14-16; Ap 2,10).

Parliamo però delle persecuzioni inevitabili, non di quelle che ci potremmo procurare noi stessi con un modo sbagliato di trattare gli altri. Un santo non è una persona eccentrica, distaccata, che si rende insopportabile per la sua vanità, la sua negatività e i suoi risentimenti. Non erano così gli Apostoli di Cristo. Il libro degli Atti racconta insistentemente che essi godevano della simpatia «di tutto il popolo» (2,47; cfr 4,21.33; 5,13), mentre alcune autorità li ricercavano e li perseguitavano (cfr 4,1-3; 5,17-18).

Le persecuzioni non sono una realtà del passato, perché anche oggi le soffriamo, sia in maniera cruenta, come tanti martiri contemporanei, sia in un modo più sottile, attraverso calunnie e falsità. Gesù dice che ci sarà beatitudine quando «mentendo, diranno ogni sorta di male contro di voi per causa mia» (Mt 5,11). Altre volte si tratta di scherni che tentano di sfigurare la nostra fede e di farci passare per persone ridicole.

Accettare ogni giorno la via del Vangelo nonostante ci prosciughi problemi, questo è santità.

### **Per la riflessione personale e la condivisione**

Possiamo condividere a partire da queste sollecitazioni:

1. *In quali ambiti o scelte concrete può essere preziosa la nostra testimonianza?*
2. *Dove come cristiani siamo chiamati a dire (soprattutto con la vita) una parola profetica (nuova, diversa, di speranza...)?*
3. *Esistono delle “contraffazioni” di questa beatitudine, potrebbe essere interessante chiedersi quali sono. Ad esempio ci sono cristiani che cercano il conflitto, la polemica, che vedono il male dappertutto e stigmatizzano gli atteggiamenti e le posizioni degli altri, cristiani sempre indignati o sempre contro qualcuno... Ci sono persone che hanno la tendenza a fare le vittime, altre che con comportamenti poco opportuni o rigidi dal punto di vista religioso si attirano critiche o derisioni... Non dobbiamo dimenticare che negli Atti, contemporaneamente al racconto delle prime persecuzioni, si ricorda anche come i discepoli godessero del favore di tutto il popolo e come la comunità crescesse “per attrazione” (2,47; 5,13-14). Possiamo riflettere su questo aspetto.*

### **Preghiera finale**

Salmo 26 (27)

Il Signore è mia luce e mia salvezza:

di chi avrò timore?

Il Signore è difesa della mia vita:

di chi avrò paura?

Quando mi assalgono i malvagi

per divorarmi la carne,

sono essi, avversari e nemici,

a inciampare e cadere.

Se contro di me si accampa un esercito,

il mio cuore non teme;

se contro di me si scatena una guerra,

anche allora ho fiducia.

Una cosa ho chiesto al Signore,  
questa sola io cerco:  
abitare nella casa del Signore  
tutti i giorni della mia vita,  
per contemplare la bellezza del Signore  
e ammirare il suo santuario.

Nella sua dimora mi offre riparo  
nel giorno della sventura.  
Mi nasconde nel segreto della sua tenda,  
sopra una roccia mi innalza.

## PER CONCLUDERE

La felicità descritta nelle beatitudini non è assenza di sofferenza, anzi, a volte, non è lontana da essa;  
non è sazietà, appagamento, ma senso di pienezza;  
non è per forza assenza di problemi, è piuttosto lotta, desiderio, ricerca;  
è sapersi affidare, riconoscendosi piccoli, non autosufficienti;  
è essere abbastanza forti e liberi da non rispondere al male con il male;  
è attesa piena di speranza;  
è aver trovato un senso, qualcuno o qualcosa per cui vale la pena vivere e magari anche morire;  
è essere liberi dal proprio io;  
è avere sete di ciò che conta;  
è essere capaci di amare.

### **Beati voi...**

Voi, poveri fin dentro il cuore, ricchi solo della fede in un Dio che non delude, perché ha vinto il mondo,  
voi afflitti, che con le vostre lacrime avete riempito l'immenso fiume del dolore umano,  
voi miti, che avete scelto la strada lenta e faticosa del diritto, anziché quella della violenza e del sopruso,  
voi affamati e assetati di giustizia, che avete lottato per l'onestà e la lealtà,  
voi uomini del perdono, che avete amato i vostri nemici e fatto del bene a coloro che vi odiavano,  
voi puri di cuore, che avete sempre guardato le cose con l'occhio limpido e pulito della semplicità,  
voi costruttori di pace, che avete pagato di persona perché il sogno di un mondo di fratelli divenisse realtà,  
voi perseguitati per la giustizia, che avete dato un volto alla speranza degli ultimi e dei diseredati,  
voi santi e sante di Dio, fratelli e sorelle nostri, ci avete insegnato che la santità non è remota e inaccessibile, patrimonio di pochi, ma è pienezza dell'uomo nuovo che sta dentro ciascuno di voi,  
voi tutti, santi, pregate l'Agnello, assiso sul trono, pregatelo per questa storia che ha sete di santi, per questa storia vivente della speranza che veri testimoni le siano ancora donati, pregatelo e ripetete con la sposa: Marana thà, vieni, Signore Gesù!  
(Giovanni Paolo II, 1° novembre 1986)

**Felici e fortunati noi Signore ogni volta che con il tuo aiuto vivremo una di queste parole e grazie per tutte quelle volte che è già successo. Tu che vuoi che la nostra gioia sia piena, aiutaci a scoprirci amati per essere liberi dalla paura di vivere così.**