

“Ponete tutta la vostra speranza  
in quella grazia che vi sarà data  
quando Gesù Cristo si manifesterà”

1Pietro 1,13

*Cena povera*

Pietro, apostolo di Gesù Cristo,  
ai fedeli che vivono come stranieri,  
dispersi nel Ponto, nella Galazia, nella Cappadocia, nell'Asia  
e nella Bitinia,  
scelti secondo il piano stabilito da Dio Padre,  
mediante lo spirito che santifica,  
per obbedire a Gesù Cristo e per essere aspersi dal suo sangue:  
a voi grazia e pace in abbondanza.  
*E con il tuo spirito.*

Canto

La casa si raccoglie attorno alla mensa.  
Il pranzo, la cena, hanno ancora, almeno talvolta, il sapore della famiglia.  
La chiesa converge attorno alla mensa.  
La domenica è rimasta occasione preziosa per dare volto  
alla famiglia della parrocchia.  
Un pasto, l'Eucaristia, che ha il sapore dell'universalità.  
Ovunque è una piccola comunità c'è tutta la chiesa!  
*“Le gioie e le speranze, le tristezze e le angosce degli uomini d'oggi,  
dei poveri soprattutto e di tutti coloro che soffrono,  
sono pure le gioie e le speranze,  
le tristezze e le angosce dei discepoli di Cristo,  
e nulla vi è di genuinamente umano che non trovi eco nel loro cuore.”*  
(Gaudium et spes 1)

E attorno alla mensa si concretizza il racconto.  
Ciascuno porta la sua vita.  
Sé stesso, nella ricchezza e nella povertà del quotidiano.  
Nella bellezza della vita.  
Una “vita bella” è immersa nel mistero di Dio.  
Non mancano fatiche, momenti di oscurità, incomprensioni,  
neppure scoraggiamento e delusione,  
ma tutto, proprio tutto, ritorna a Dio.  
Una “vita bella” è continuamente coinvolta nell'avventura dell'uomo,  
nella concretezza della storia,  
nella profondità dell'umano.  
Una “vita bella” coniuga il mistero di Dio ed il mistero dell'uomo

nell'esperienza di uno spazio e tempo che realizza il fremito della santità.  
Una "vita bella" trova, attorno alla mensa,  
la ragione più vera della sua carità,  
quella che, senza alcuna esitazione,  
impara a moltiplicare il dono nella frazione della sobrietà,  
nella condivisione del bene,  
nella ricerca della giustizia.

Sulla mensa deponiamo il cibo quotidiano...  
Sulla mensa deponiamo il cibo della festa...  
A ciascuno è affidato il dono da condividere,  
il miracolo della fraternità,  
la meraviglia della creazione.

### **Dalla prima lettera dell'apostolo Pietro**

<sup>3</sup> Sia benedetto Dio e Padre del Signore nostro Gesù Cristo, che nella sua grande misericordia ci ha rigenerati, mediante la risurrezione di Gesù Cristo dai morti, per una speranza viva, <sup>4</sup> per un'eredità che non si corrompe, non si macchia e non marcisce.

<sup>13</sup> Perciò, cingendo i fianchi della vostra mente e restando sobri, ponete tutta la vostra speranza in quella grazia che vi sarà data quando Gesù Cristo si manifesterà. <sup>14</sup> Come figli obbedienti, non conformatevi ai desideri di un tempo, quando eravate nell'ignoranza, <sup>15</sup> ma, come il Santo che vi ha chiamati, diventate santi anche voi in tutta la vostra condotta.

<sup>16</sup> Poiché sta scritto: *Sarete santi, perché io sono santo.*

Parola di Dio. *Rendiamo grazie a Dio*

### *Cingendo i fianchi della vostra mente...*

---

O Dio, sei proprio il mio Dio,  
ti cerco dalle prime ore dell'alba, t'invoco fino al tramonto,  
Come la sete mi strugge il desiderio di te,  
come un brivido lungo la carne il desiderio di stare con te.  
Nel dono della fede ti contemplo,  
immerso nel tuo mistero, che va oltre il tempo e lo spazio.

### *Restando sobri...*

---

Il tuo amore travolge la vita,  
la mia voce è canto di gioia e rendimento di grazie.  
Tutta la mia vita alla tua presenza, il mio cuore accanto al tuo,  
le mie mani protese verso di te.  
Sazio di pace e di giustizia,  
canterò senza fine che mi vuoi bene.

### *Ponete tutta la vostra speranza in quella grazia...*

---

E al termine di una giornata ripenso a te,

anche nel buio della notte mi avvolge il tuo ricordo,  
il ricordo della tua continua attenzione,  
della provvidenza, che mi precede e riempie di gioia.  
E ti stringo forte a me nel silenzio del cuore:  
la tua forza è il mio sostegno!

(libera interpretazione del salmo 62)

Canto

### ***Testimonianza dei missionari***

*Non conformatevi ai desideri di un tempo.*

---

Cambiaci il cuore, Signore Gesù!  
In profondità, senza condizioni, nella libertà!  
Lasciandoci coinvolgere dalla testimonianza di chi, contro corrente,  
ha abbracciato per sempre il Vangelo.  
Impegnandoci a rendere la vita un canto di riconoscenza.  
Spendendoci nella quotidianità secondo il tuo Vangelo.

*Beato l'uomo che non entra nel consiglio dei malvagi,  
non resta nella via dei peccatori  
e non siede in compagnia degli arroganti,  
ma nella legge del Signore trova la sua gioia,  
la sua legge medita giorno e notte.*

(salmo 1,1-2)

*Scrutami, Signore, mettimi alla prova,  
raffinami al fuoco il cuore e la mente.  
La tua bontà è davanti ai miei occhi,  
nella tua verità ho camminato.*

(salmo 26, 2-3)

*Renderò grazie al Signore con tutto il cuore,  
tra gli uomini retti riuniti in assemblea.  
Grandi sono le opere del Signore:  
le ricerchino coloro che le amano.*

(salmo 111, 1.2)

*Diventate santi anche voi.*

---

La proposta è coinvolgente.  
Una missione senza confini capace di esprimere nella profondità della fede la fantasia della carità.  
Una missione che si nutre di contemplazione,  
perché ogni azione porti con sé la forza del Vangelo,  
ogni scelta incarni la sollecitudine di Dio,  
ogni attenzione maturi nella provvidenza della fede.  
Santità...un traguardo irraggiungibile?  
No, "misura ordinaria della vita cristiana".  
Per tutti e per ciascuno!

Il Pane eucaristico è cibo di povertà estrema,  
di misericordia infinita,  
di giustizia inappellabile,  
di carità senza misura.  
E' il pane della missione,  
il pane della santità ordinaria  
che porta con sé ogni libertà,  
che immerge nel mistero di Dio ogni speranza,  
che realizza ogni impegno di missione.  
Il Pane Eucaristico, pane da contemplare  
nella frazione che si moltiplica per il mondo intero.

Canto allo Spirito

### ***Esposizione eucaristica***

*Tempo della preghiera personale*

### ***Il filosofo al mercato***

Una volta nell'antica Grecia viveva un filosofo il quale affermava che si doveva vivere con estrema semplicità facendo a meno di tante cose. Eppure proprio lui non riusciva a fare a meno di andare ogni giorno al mercato.

Una volta un amico gli chiese perché vi si recasse dal momento che non comprava mai nulla. Il filosofo gli rispose: "Vado al mercato per vedere quante sono le cose di cui posso fare a meno".

Pensiamo anche noi di quante cose possiamo fare a meno...

Pensiamo anche noi a quel pellegrinaggio per il mondo intero che possiamo compiere con la fantasia, la consapevolezza e la preghiera per ritornare a Dio nella semplicità del cuore, per scoprirci missionari con la nostra stessa vita, qui ed adesso.

*Ti amo, mio Dio, e il mio desiderio*

*è di amarti fino all'ultimo respiro della mia vita.*

*Ti amo, o Dio infinitamente amabile,*

*e preferisco morire amandoti,*

*piuttosto che vivere un solo istante senza amarti.*

*Ti amo, Signore, e l'unica grazia che ti chiedo*

*è di amarti eternamente.*

*Ti amo, mio Dio, e desidero il cielo,*

*soltanto per avere la felicità di amarti perfettamente.*

*Mio Dio, se la mia lingua non può dire ad ogni istante: ti amo,*

*voglio che il mio cuore te lo ripeta ogni volta che respiro.*

*Ti amo, mio divino Salvatore, perché sei stato crocifisso per me,*

*e mi tieni quaggiù crocifisso con te.*

*Mio Dio, fammi la grazia di morire amandoti*

*e sapendo che ti amo.*

(S. Giovanni Maria Vianney, Curato d'Ars)

*Finché i contadini, e gli operai e i loro dirigenti non hanno sicurezza; finché il popolo viene*

*sistematicamente assassinato dalle forze di repressione della giunta, io, che sono un semplice servitore del popolo, non ho nessun diritto di cercare misure di sicurezza. Vi prego di non fraintendermi: non voglio morire, perché so che il popolo non lo vuole, ma non posso tutelare la mia vita come se fosse più importante della loro vita. La più importante è quella dei contadini, degli operai, delle organizzazioni popolari, dei militanti e dei dirigenti, ed essi muoiono tutti i giorni; ogni giorno ne trucidano venti, trenta, quaranta o più ancora. Come potrei adottare delle misure di sicurezza personale? Sì, possono uccidermi; anzi, mi uccideranno, benché alcuni pensino che sarebbe un grave errore politico; ma lo faranno ugualmente, perché pensano che il popolo sia insorto dietro le pressioni di un vescovo. Ma non è vero: il popolo è pienamente consapevole di chi sono i suoi nemici; e altrettanto conosce bene i propri bisogni e le alternative che si presentano.*

*Se uccidono me, resterà sempre il popolo, il mio popolo. Un popolo non lo si può ammazzare.*

(Oscar Arnulfo Romero, otto giorni prima del suo assassinio.)

Da una intervista rilasciata al domenicano spagnolo Juan Carmelo Garcia)

Il 27 agosto 1999, all'età di novant'anni, moriva il vescovo brasiliano Helder Câmara. Il "Vescovo dei poveri", che l'Abbè Pierre, incontrandolo per la prima volta negli anni Sessanta, aveva definito «il Curato d'Ars del XX secolo».

Quando era stato consacrato vescovo ausiliare di Rio de Janeiro, nel 1952, aveva aperto il palazzo residenziale a tutti: mendicanti, disoccupati, ragazze madri.

Il Cardinale allora lo aveva mandato a chiamare dicendogli che non era "bello" vedere tutta quella confusione e lo sporco che quei poveracci portavano con sé, forse avrebbe fatto meglio ad evitarlo.

Dom Helder ci aveva pensato un attimo e poi si era sfilato l'anello episcopale dalla mano dicendo: «Eminenza, pochi giorni fa durante la mia consacrazione lei mi disse, pronunciando la formula di rito, "Ecco, ti offro il tesoro più caro della Chiesa di Cristo: i poveri". Visto che oggi mi vieta questo tesoro, può riprendersi anche l'anello...».

Qualche giorno dopo ricevette una lettera dal Cardinale: conteneva il suo anello e il permesso di fare ciò che voleva del palazzo vescovile.

Câmara era fatto così. Tutta la sua vita aveva deciso di spenderla per i poveri. Era per essi che un giorno aveva firmato un assegno "in bianco" con Dio. Nel 1964 era stato chiamato a guidare l'Arcidiocesi di Olinda-Recife, nel cuore del Nord-Est brasiliano, uno dei punti nevralgici del Terzo Mondo, terra arida e desolata, poverissima. E lui aveva scelto di stare a fianco degli ultimi.

«Madre, quando, definitivamente, toglierò le mie povere scarpe?», aveva domandato una volta alla Madre celeste pensando al tempo del suo infinito riposo in Dio. «Nell'eternità – ma guarda come il tempo ha lasciato in me le sue tracce – vorrei un punto di riferimento per farmi un'idea della grandezza del Signore. Servirà, Madre, accompagnare i tuoi passi, contemplare i tuoi gesti, seguire il tuo sguardo?».

### *Perché io sono santo*

---

E' il tempo della benedizione.

Dalla mensa, dalla famiglia, dalla comunità, dalla chiesa al mondo intero, ad ogni uomo, a tutto l'uomo.

Per sempre!

Ci avvolge la benedizione del Signore,

ci porta nel suo mistero

per rinnovare il patto della missionarietà,

per aprirci nuovamente al mondo  
come segni e testimoni di una carità senza confini.  
Scenda come rugiada ovunque,  
fecondi l'impegno missionario di tanti fratelli e sorelle,  
rinnovi le nostre parrocchie,  
sostenga le giovani comunità nel mondo intero.

canto

Dio sia benedetto.

**Benedetto chi pone in lui la sua forza.**

Benedetto il suo santo nome.

**Benedetto chi annuncia il vangelo della vita.**

Benedetto Gesù Cristo, vero Dio e vero Uomo.

**Benedetto chi sceglie per il bene dell'uomo.**

Benedetto il suo Sacratissimo Cuore.

**Benedetto chi ama senza porre condizioni.**

Benedetto il suo Preziosissimo Sangue.

**Benedetto chi soffre nel silenzio del quotidiano.**

Benedetto Gesù nel Santissimo Sacramento dell'altare.

**Benedetto chi serve nella gratuita più assoluta.**

Benedetto lo Spirito Santo Paraclito.

**Benedetto chi affida a Dio la sua vita.**

Benedetta la gran Madre di Dio, Maria santissima.

**Benedetto chi è generato alla carità.**

Benedetto il nome di Maria, Vergine e Madre.

**Benedetto chi custodisce nel cuore il nome dei fratelli.**

Benedetta la sua gloriosa Assunzione.

**Benedetto chi cerca di piacere sempre a Dio.**

Benedetto San Giuseppe suo castissimo sposo.

**Benedetto che si fa carico della fatica dei fratelli.**

Benedetto Dio nei suoi Angeli e nei suoi Santi.

**Benedetto che sceglie di vivere la missione con il cuore tra le mani.**

canto

Vi ho scritto brevemente per mezzo di Silvano,  
che io ritengo fratello fedele,  
per esortarvi e attestarvi che questa è la vera grazia di Dio.  
In essa state saldi! <sup>13</sup>

Vi saluta la comunità che vive in Babilonia e anche Marco, figlio mio.

<sup>14</sup>Salutatevi l'un l'altro con un bacio d'amore fraterno.

Pace a voi tutti che siete in Cristo. *Amen.*

Andate in pace. *Rendiamo grazie a Dio.*