



## Va' e anche tu fa' lo stesso (Lc 10,35)

### INTRODUZIONE

Gli *Esercizi spirituali nel quotidiano* sono ormai una tappa consolidata del cammino diocesano e della nostra comunità parrocchiale. Anche quest'anno, nonostante i tanti limiti e sacrifici che la pandemia ci impone, vogliamo vivere insieme un tempo comune di meditazione e preghiera per affidare al Signore e alla sua misericordia il nuovo anno liturgico.

A otto anni dalla sua elezione, papa Francesco ci ha fatto dono di una nuova enciclica che rappresenta il punto di confluenza di gran parte del suo magistero, come egli stesso scrive (cfr. *Fratelli tutti*, 5). La fraternità è stata da subito un tema centrale nel suo pontificato, fin dal momento della sua elezione, quando in una gremita piazza san Pietro ha esortato: "Preghiamo per tutto il mondo, perché ci sia una grande fratellanza".

Nel secondo capitolo papa Francesco ci ricorda un esempio luminoso che Gesù stesso ci ha proposto, quello del *Buon Samaritano*, mostrandoci cosa significa concretamente vivere da fratelli, *farsi prossimo* gli uni degli altri ed esortandoci con forza: "Va' e anche tu fa' lo stesso" (Lc 10,37).

In questi giorni vogliamo fare nostre queste parole, meditarle e chiedere insieme al Signore di darci la forza, il coraggio, l'intelligenza del cuore per amare come lui ha amato, senza barriere, senza aspettarci nulla in cambio. "Tutta la Legge infatti trova la sua pienezza in un solo precetto: Amerai il tuo prossimo come te stesso" (Gal 5,14).

La nostra comunità vivrà gli esercizi con un piccolo momento di preghiera prima della Celebrazione Eucaristica delle 18.00 (per questo motivo la chiesa verrà aperta alle 17.15) e tramite il sussidio che verrà pubblicato sul sito parrocchiale e sui nostri canali social. Giovedì 26 novembre alle 21.00 con chi vuole ci incontreremo virtualmente su ZOOM per una meditazione sul brano biblico proposto.

### VA' E ANCHE TU FA' LO STESSO (Lc 10,37)

#### IN CHIESA:

da Martedì 24 a venerdì 27

- in chiesa ore 17.15 Adorazione e Rosario, segue la celebrazione Eucaristica delle 18.00

#### SUI SOCIAL:

ogni giorno il testo per la riflessione personale e giovedì un incontro su ZOOM

- Martedì 24 novembre Lc 10,25-28  
*Una domanda per la vita*
- Mercoledì 25 novembre Lc 10, 29-35  
*E chi è il mio prossimo?*
- Giovedì 26 novembre Lc 10,36-37  
*Farsi prossimo*  
ore 21.00 meditazione sul brano biblico
  - link ZOOM: <https://us02web.zoom.us/j/85019197846?pwd=TUkxbllxUElyT0h5cFRzeGhuSXFHQ09>
- Venerdì 27 novembre Mc 10,35-45  
*Farsi servo al modo di Gesù*
- Sabato 28 novembre  
*Veglia di Avvento in Famiglia*

## SUSSIDIO PER LA PREGHIERA

L'ascolto della parola di Dio e la preghiera quotidiana sono cardini della nostra vita spirituale personale e comunitaria.

In questa settimana di esercizi spirituali vogliamo, più di sempre, impegnarci a trovare spazi e occasioni di dialogo con il Signore e di condivisione della nostra esperienza di fede. Siamo tutti invitati a vivere tempi prolungati di preghiera personale, secondo la possibilità di ciascuno, presentando in modo particolare al Signore tutti quelli che soffrono, sia per la pandemia, sia per qualsiasi altro motivo.

Il presente sussidio può essere utilizzato per accompagnare la preghiera personale. Ogni giorno sono proposti sei passi della *lectio divina*:

<i>Statio</i> :	ci mettiamo alla presenza del Signore e invochiamo il suo Spirito
<i>Lectio</i> :	ascoltiamo il Signore che ci parla attraverso la Scrittura
<i>Meditatio</i> :	leggiamo e rileggiamo la Scrittura perché la Parola risuoni nel nostro cuore
<i>Oratio</i> :	preghiamo il Signore che ci ha parlato e rispondiamo alla sua Parola
<i>Contemplatio</i> :	cerchiamo di vedere tutto e tutti con gli "occhi di Dio"
<i>Actio</i> :	facciamo nostra la Parola, vivendola giorno per giorno.

Per ciascun giorno sono proposti:

- una preghiera allo Spirito Santo;
- il testo biblico;
- una riflessione sul testo;
- un brano dell'enciclica *Fratelli tutti* di papa Francesco;
- una preghiera conclusiva.

Ogni giorno prendiamoci il tempo di accostarci alla Parola di Dio, in modo da farla nostra perché risuoni nel nostro cuore durante tutta la giornata:

- fissiamo un tempo e un luogo opportuno;
- invochiamo lo Spirito Santo;
- leggiamo lentamente il testo una prima volta;
- rileggiamo il testo una seconda volta sottolineando ciò che ci colpisce... ;
- chiediamoci: cosa dice il testo? cosa dice a me?
- scriviamo una preghiera, un pensiero, un'immagine che il testo mi suggerisce;
- chiediamo al Signore di aiutarci a discernere come posso vivere oggi concretamente la Parola che ho ascoltato.

Il sussidio proposto è uno strumento che può essere utile per accompagnare questo percorso.

Se possibile, condividiamo in famiglia oppure *on-line* in piccoli gruppi il frutto di questi giorni, nella certezza che insieme il cammino è più ricco e che tutti abbiamo qualcosa da donare e da ricevere dai fratelli.

---

Sette volte al giorno io ti lodo, Signore,  
per i tuoi giusti giudizi.  
Grande pace per chi ama la tua legge!

*Salmo 119,164-165*

---

## FRATELLI TUTTI

*La lettura di alcuni brani dell'enciclica Fratelli tutti (= FT) di papa Francesco ci accompagnerà in questi giorni di riflessione e preghiera. Possiamo iniziare questo cammino leggendo i seguenti paragrafi introduttivi nei quali papa Francesco ci invita a riflettere sulla pandemia e a camminare nella speranza.*

1. «*Fratelli tutti*», scriveva San Francesco d'Assisi per rivolgersi a tutti i fratelli e le sorelle e proporre loro una forma di vita dal sapore di Vangelo. Tra i suoi consigli voglio evidenziarne uno, nel quale invita a un amore che va al di là delle barriere della geografia e dello spazio. Qui egli dichiara beato colui che ama l'altro «quando fosse lontano da lui, quanto se fosse accanto a lui». Con queste poche e semplici parole ha spiegato l'essenziale di una fraternità aperta, che permette di riconoscere, apprezzare e amare ogni persona al di là della vicinanza fisica, al di là del luogo del mondo dove è nata o dove abita.

2. Questo Santo dell'amore fraterno, della semplicità e della gioia, che mi ha ispirato a scrivere l'Enciclica *Laudato si'*, nuovamente mi motiva a dedicare questa nuova Enciclica alla fraternità e all'amicizia sociale. Infatti San Francesco, che si sentiva fratello del sole, del mare e del vento, sapeva di essere ancora più unito a quelli che erano della sua stessa carne. Dappertutto seminò pace e camminò accanto ai poveri, agli abbandonati, ai malati, agli scartati, agli ultimi.

### Senza frontiere

3. C'è un episodio della sua vita che ci mostra il suo cuore senza confini, capace di andare al di là delle distanze dovute all'origine, alla nazionalità, al colore o alla religione. È la sua visita al Sultano Malik-al-Kamil in Egitto, visita che comportò per lui un grande sforzo a motivo della sua povertà, delle poche risorse che possedeva, della lontananza e della differenza di lingua, cultura e religione. Tale viaggio, in quel momento storico segnato dalle crociate, dimostrava ancora di più la grandezza dell'amore che voleva vivere, desideroso di abbracciare tutti. La fedeltà al suo Signore era proporzionale al suo amore per i fratelli e le sorelle. Senza ignorare le difficoltà e i pericoli, San Francesco andò a incontrare il Sultano col medesimo atteggiamento che esigeva dai suoi discepoli: che, senza negare la propria identità, trovandosi «tra i saraceni o altri infedeli [...], non facciano liti o dispute, ma siano soggetti ad ogni creatura umana per amore di Dio». In quel contesto era una richiesta straordinaria. Ci colpisce come, ottocento anni fa, Francesco raccomandasse di evitare ogni forma di aggressione o contesa e anche di vivere un'umile e fraterna "sottomissione", pure nei confronti di coloro che non condividevano la loro fede.

4. Egli non faceva la guerra dialettica imponendo dottrine, ma comunicava l'amore di Dio. Aveva compreso che «Dio è amore; chi rimane nell'amore rimane in Dio e Dio rimane in lui» (1Gv 4,16). In questo modo è stato un padre fecondo che ha suscitato il sogno di una società fraterna, perché «solo l'uomo che accetta di avvicinarsi alle altre persone nel loro stesso movimento, non per trattenerle nel proprio, ma per aiutarle a essere maggiormente sé stesse, si fa realmente padre». In quel mondo pieno di torri di guardia e di mura difensive, le città vivevano guerre sanguinose tra famiglie potenti, mentre crescevano le zone miserabili delle periferie escluse. Là Francesco ricevette dentro di sé la vera pace, si liberò da ogni desiderio di dominio sugli altri, si fece uno degli ultimi e cercò di vivere in armonia con tutti. A lui si deve la motivazione di queste pagine.

6. Le pagine che seguono non pretendono di riassumere la dottrina sull'amore fraterno, ma si soffermano sulla sua dimensione universale, sulla sua apertura a tutti. Consegnò questa Enciclica sociale come un umile apporto alla riflessione affinché, di fronte a diversi modi attuali di eliminare o ignorare gli altri, siamo in grado di reagire con un nuovo sogno di fraternità e di amicizia sociale che non si limiti alle parole. Pur avendola scritta a partire dalle mie convinzioni cristiane, che mi animano e mi nutrono, ho cercato di farlo in modo che la riflessione si apra al dialogo con tutte le persone di buona volontà.

7. Proprio mentre stavo scrivendo questa lettera, ha fatto irruzione in maniera inattesa la pandemia del Covid-19, che ha messo in luce le nostre false sicurezze. Al di là delle varie risposte che hanno dato i diversi Paesi, è apparsa evidente l'incapacità di agire insieme. Malgrado si sia iper-connessi, si è verificata una frammentazione che ha reso più difficile risolvere i problemi che ci toccano tutti. Se qualcuno pensa che si trattasse solo di far funzionare meglio quello che già facevamo, o che l'unico messaggio sia che dobbiamo migliorare i sistemi e le regole già esistenti, sta negando la realtà.

8. Desidero tanto che, in questo tempo che ci è dato di vivere, riconoscendo la dignità di ogni persona umana, possiamo far rinascere tra tutti un'aspirazione mondiale alla fraternità. Tra tutti: «Ecco un bellissimo segreto per sognare e rendere la nostra vita una bella avventura. Nessuno può affrontare la vita in modo isolato [...]. C'è bisogno di una comunità che ci sostenga, che ci aiuti e nella quale ci aiutiamo a vicenda a guardare avanti. Com'è importante sognare insieme! [...] Da soli si rischia di avere dei miraggi, per cui vedi quello che non c'è; i sogni si costruiscono insieme». Sogniamo come un'unica umanità, come viandanti fatti della stessa carne umana, come figli di questa stessa terra che ospita tutti noi, ciascuno con la ricchezza della sua fede o delle sue convinzioni, ciascuno con la propria voce, tutti fratelli!

## Le pandemie e altri flagelli della storia

32. Una tragedia globale come la pandemia del Covid-19 ha effettivamente suscitato per un certo tempo la consapevolezza di essere una comunità mondiale che naviga sulla stessa barca, dove il male di uno va a danno di tutti. Ci siamo ricordati che nessuno si salva da solo, che ci si può salvare unicamente insieme. Per questo ho detto che «la tempesta smaschera la nostra vulnerabilità e lascia scoperte quelle false e superflue sicurezze con cui abbiamo costruito le nostre agende, i nostri progetti, le nostre abitudini e priorità. [...] Con la tempesta, è caduto il trucco di quegli stereotipi con cui mascheravamo i nostri “ego” sempre preoccupati della propria immagine; ed è rimasta scoperta, ancora una volta, quella (benedetta) appartenenza comune alla quale non possiamo sottrarci: l'appartenenza come fratelli».

33. Il mondo avanzava implacabilmente verso un'economia che, utilizzando i progressi tecnologici, cercava di ridurre i “costi umani”, e qualcuno pretendeva di farci credere che bastava la libertà di mercato perché tutto si potesse considerare sicuro. Ma il colpo duro e inaspettato di questa pandemia fuori controllo ha obbligato per forza a pensare agli esseri umani, a tutti, più che al beneficio di alcuni. Oggi possiamo riconoscere che «ci siamo nutriti con sogni di splendore e grandezza e abbiamo finito per mangiare distrazione, chiusura e solitudine; ci siamo ingozzati di connessioni e abbiamo perso il gusto della fraternità. Abbiamo cercato il risultato rapido e sicuro e ci troviamo oppressi dall'impazienza e dall'ansia. Prigionieri della virtualità, abbiamo perso il gusto e il sapore della realtà». Il dolore, l'incertezza, il timore e la consapevolezza dei propri limiti che la pandemia ha suscitato, fanno risuonare l'appello a ripensare i nostri stili di vita, le nostre relazioni, l'organizzazione delle nostre società e soprattutto il senso della nostra esistenza.

34. Se tutto è connesso, è difficile pensare che questo disastro mondiale non sia in rapporto con il nostro modo di porci rispetto alla realtà, pretendendo di essere padroni assoluti della propria vita e di tutto ciò che esiste. Non voglio dire che si tratta di una sorta di castigo divino. E neppure basterebbe affermare che il danno causato alla natura alla fine chiede il conto dei nostri soprusi. È la realtà stessa che geme e si ribella. Viene alla mente il celebre verso del poeta Virgilio che evoca le lacrimevoli vicende umane.

35. Velocemente però dimentichiamo le lezioni della storia, «maestra di vita». Passata la crisi sanitaria, la peggiore reazione sarebbe quella di cadere ancora di più in un febbrile consumismo e in nuove forme di auto-protezione egoistica. Voglia il Cielo che alla fine non ci siano più “gli altri”, ma solo un “noi”. Che non sia stato l'ennesimo grave evento storico da cui non siamo stati capaci di imparare. Che non ci dimentichiamo degli anziani morti per mancanza di respiratori, in parte come effetto di sistemi sanitari smantellati anno dopo anno. Che un così grande dolore non sia inutile, che facciamo un salto verso un nuovo modo di vivere e scopriamo una volta per tutte che abbiamo bisogno e siamo debitori gli uni degli altri, affinché l'umanità rinasca con tutti i volti, tutte le mani e tutte le voci, al di là delle frontiere che abbiamo creato.

36. Se non riusciamo a recuperare la passione condivisa per una comunità di appartenenza e di solidarietà, alla quale destinare tempo, impegno e beni, l'illusione globale che ci inganna crollerà rovinosamente e lascerà molti in preda alla nausea e al vuoto. Inoltre, non si dovrebbe ingenuamente ignorare che «l'ossessione per uno stile di vita consumistico, soprattutto quando solo pochi possono sostenerlo, potrà provocare soltanto violenza e distruzione reciproca». Il “si salvi chi può” si tradurrà rapidamente nel “tutti contro tutti”, e questo sarà peggio di una pandemia.

## Speranza

54. Malgrado queste dense ombre, che non vanno ignorate, nelle pagine seguenti desidero dare voce a tanti percorsi di speranza. Dio infatti continua a seminare nell'umanità semi di bene. La recente pandemia ci ha permesso di recuperare e apprezzare tanti compagni e compagne di viaggio che, nella paura, hanno reagito donando la propria vita. Siamo stati capaci di riconoscere che le nostre vite sono intrecciate e sostenute da persone ordinarie che, senza dubbio, hanno scritto gli avvenimenti decisivi della nostra storia condivisa: medici, infermieri e infermiere, farmacisti, addetti ai supermercati, personale delle pulizie, badanti, trasportatori, uomini e donne che lavorano per fornire servizi essenziali e sicurezza, volontari, sacerdoti, religiose ... hanno capito che nessuno si salva da solo.

55. Invito alla speranza, che «ci parla di una realtà che è radicata nel profondo dell'essere umano, indipendentemente dalle circostanze concrete e dai condizionamenti storici in cui vive. Ci parla di una sete, di un'aspirazione, di un anelito di pienezza, di vita realizzata, di un misurarsi con ciò che è grande, con ciò che riempie il cuore ed eleva lo spirito verso cose grandi, come la verità, la bontà e la bellezza, la giustizia e l'amore. [...] La speranza è audace, sa guardare oltre la comodità personale, le piccole sicurezze e compensazioni che restringono l'orizzonte, per aprirsi a grandi ideali che rendono la vita più bella e dignitosa». Camminiamo nella speranza.

**ALL'INIZIO DEGLI ESERCIZI**, decidiamo di metterci in cammino alla luce della Parola del Signore. Ogni giorno con fiducia, mettendo tutta la nostra vita nelle mani del Signore, preghiamo:

## AL MATTINO

---

### Dal Salmo 85(84)

- |   |   |
|---|---|
| <p><sup>8</sup> Mostraci, Signore, la tua misericordia<br/>e donaci la tua salvezza.</p> <p><sup>9</sup> Ascolterò che cosa dice Dio, il Signore:<br/>egli annuncia la pace<br/>per il suo popolo, per i suoi fedeli,<br/>per chi ritorna a lui con fiducia.</p> <p><sup>10</sup> Sì, la sua salvezza è vicina a chi lo teme,<br/>perché la sua gloria abiti la nostra terra.</p> | <p><sup>11</sup> Amore e verità s'incontreranno,<br/>giustizia e pace si baceranno.</p> <p><sup>12</sup> Verità germoglierà dalla terra<br/>e giustizia si affaccerà dal cielo.</p> <p><sup>13</sup> Certo, il Signore donerà il suo bene<br/>e la nostra terra darà il suo frutto;</p> <p><sup>14</sup> giustizia camminerà davanti a lui:<br/>i suoi passi traceranno il cammino.</p> |
|---|---|

### Preghiera al Creatore (papa Francesco)

Signore e Padre dell'umanità, che hai creato tutti gli esseri umani con la stessa dignità, infondi nei nostri cuori uno spirito fraterno.  
Ispiraci il sogno di un nuovo incontro, di dialogo, di giustizia e di pace.  
Stimolaci a creare società più sane e un mondo più degno,  
senza fame, senza povertà, senza violenza, senza guerre.  
Il nostro cuore si apra a tutti i popoli e le nazioni della terra,  
per riconoscere il bene e la bellezza che hai seminato in ciascuno di essi,  
per stringere legami di unità, di progetti comuni, di speranze condivise. Amen.

### PRIMA DEI PASTI

---

Signore, tu stai alla porta e bussi:  
fa' che ascoltiamo la tua voce e che ti apriamo la porta delle nostre case e dei nostri cuori.  
Siedi a tavola con noi, infondi gioia, pace e benedizione.  
Grazie dei tuoi doni: insegnaci a dividerli con generosità. Amen.

### ALLA SERA - Salmo 91(90)

---

- |  |   |
|--|---|
| <p><sup>1</sup> Chi abita al riparo dell'Altissimo<br/>passerà la notte all'ombra dell'Onnipotente.</p> <p><sup>2</sup> Io dico al Signore: «Mio rifugio e mia fortezza,<br/>mio Dio in cui confido».</p> <p><sup>3</sup> Egli ti libererà dal laccio del cacciatore,<br/>dalla peste che distrugge.</p> <p><sup>4</sup> Ti coprirà con le sue penne,<br/>sotto le sue ali troverai rifugio;<br/>la sua fedeltà ti sarà scudo e corazza.</p> <p><sup>5</sup> Non temerai il terrore della notte<br/>né la freccia che vola di giorno,</p> <p><sup>6</sup> la peste che vaga nelle tenebre,<br/>lo sterminio che devasta a mezzogiorno.</p> <p><sup>7</sup> Mille cadranno al tuo fianco<br/>e diecimila alla tua destra,<br/>ma nulla ti potrà colpire.</p> <p><sup>8</sup> Basterà che tu apra gli occhi<br/>e vedrai la ricompensa dei malvagi!</p> <p><sup>9</sup> «Sì, mio rifugio sei tu, o Signore!».<br/>Tu hai fatto dell'Altissimo la tua dimora:</p> | <p><sup>10</sup> non ti potrà colpire la sventura,<br/>nessun colpo cadrà sulla tua tenda.</p> <p><sup>11</sup> Egli per te darà ordine ai suoi angeli<br/>di custodirti in tutte le tue vie.</p> <p><sup>12</sup> Sulle mani essi ti porteranno,<br/>perché il tuo piede non inciampi nella pietra.</p> <p><sup>13</sup> Calpesterai leoni e vipere,<br/>schiaccerai leoncelli e draghi.</p> <p><sup>14</sup> «Lo libererò, perché a me si è legato,<br/>lo porrò al sicuro, perché ha conosciuto il mio nome.</p> <p><sup>15</sup> Mi invocherà e io gli darò risposta;<br/>nell'angoscia io sarò con lui,<br/>lo libererò e lo renderò glorioso.</p> <p><sup>16</sup> Lo sazierò di lunghi giorni<br/>e gli farò vedere la mia salvezza».</p> <p>Gloria al Padre e al Figlio e allo Spirito Santo<br/>come era nel principio<br/>e ora e sempre<br/>nei secoli dei secoli. Amen.</p> |
|--|---|

**Sub tuum praesidium** Sotto la tua protezione cerchiamo rifugio, Santa Madre di Dio:  
non disprezzare le suppliche di noi che siamo nella prova,  
e liberaci da ogni pericolo, o Vergine gloriosa e benedetta.