

SETE DI PAROLA



*Picciotti, a com'è?
lu haie vistu a spagnola
ie macari a guerra cu
tanta fami e macerii.
E sugnu ca.
Ma n'aviti pacenzia?
Chi ci vuliti fari?
Puttroppu n'hama
sucari sta pidimia.
Fozza, ca bon tempu e
cattivu tempu nun
durunu tuttu u tempu!*

*A Bedda Matri
n'ha aiutari
a tutti e u Signuri
pozza alluminari
a chiddi ca
cumannunu.
Na vita haiu
capitu ca macari
re cosi tinti ni
putemu nsignari
cosi boni.*



Tutti potenzialmente potremmo contrarre il virus: la situazione di emergenza sanitaria è concreta.

Il covid-19 continua ad accanirsi sull'Italia e sul resto del mondo. Sembra di assistere ad una corsa contro il tempo che, attualmente, appare essere inarrestabile.

Una serie di domande aggrediscono ed attanagliano gli individui: perché sta succedendo? Da cosa deriva? Come mai si diffonde così velocemente? Di chi è la colpa? Soprattutto quest'ultima si ripropone in modo ricorrente ed impertinente; le persone cercano un responsabile.

Alcuni individui per fronteggiare il senso di impotenza reagiscono tentando di individuare un colpevole per potersi nuovamente percepire in grado di aver controllo su cosa fare, e sapere come e chi punire: la rabbia ed il biasimo verso gli "untori" accompagnati da una ricerca compulsiva di informazioni su teorie possibili che indichino "un colpevole" da poter additare.

Le reazioni individuali variano dalla negazione della minaccia alla paura che sfocia in comportamenti anche irrazionali, che hanno però una funzione rasserenante. Un ingrediente peculiare, che genera ansia e preoccupazione, è l'imprevedibilità della durata di questa condizione di emergenza. Siamo bombardati quotidianamente da frasi, scene ed

immagini ricorrenti ed intrusive riguardanti il virus. C'è chi tenta, in modo vano, di evitare ragionamenti o emozioni correlati al trauma; c'è chi invece vive un'attivazione psicofisiologica costante (iper-arousal); c'è chi vive un profondo senso di abbandono, correlato a pensieri persistenti e negativi, o di colpa.

Lo stato d'animo che prevale nei cittadini è di paura, ansia e angoscia. La **paura**, emozione primaria, è fondamentale per la nostra difesa e sopravvivenza: se non la provassimo non riusciremmo a metterci in salvo dai rischi. Una misurata dose di paura è fondamentale; ha una funzione adattiva. Rispettare le poche ma doverose e preziose indicazioni delle autorità (il Presidente del Consiglio, Giuseppe Conte, ha firmato Dpcm recanti misure in materia di contenimento e gestione dell'emergenza epidemiologica da covid-19 sull'intero territorio nazionale, 9 ed 11 marzo 2020) richiede un minimo di attivazione; il limite che intercorre tra una funzionale allerta (stress positivo o eustress) ed un eccesso di attivazione, con comportamenti poco lucidi e controproducenti (stress negativo o distress), è, però, molto sottile. Il meccanismo dell'**ansia** per noi tutti è un meccanismo fisiologico, utile ad

attivare l'organismo dinanzi ad un allarme: fino ad un determinato livello è adattivo poiché ci rende più reattivi; superato lo stesso, invece, rende l'organismo incapace di reagire in modo congruo e proficuo. Nella situazione contingente che ci troviamo a vivere, le persone sono spaventate e si sentono inerti ed inermi perché dinanzi al temuto silente virus non vi sono strumenti, sebbene scienza e tecnologia siano così avanzate. L'angoscia, infine, rappresenta una sorta di paura senza nome, le cui cause ed origini non sono immediatamente individuabili. Per tale ragione, essa non solo è minacciosa, ma spesso anche catastrofica per chi la prova; essendo subita, dà impotenza e deprime perché "non posso cambiare le cose". Al cospetto del covid-19 ci si sente piccoli e condannati ed è per questo che aleggia ed imperversa l'angoscia. In questo momento così difficile vi è un, conscio o meno, disperato ed angosciante bisogno di essere ascoltati, sostenuti e confortati. L'aspetto psicologico non è da tralasciare: al contrario, ha un'importanza cruciale per il riverbero che assumerà a breve, medio e lungo termine.

Il "contatto" emotivo, in questo periodo più che mai, è a dir poco necessario. Non esistono risposte magico-salvifiche ed ogni caso è a sé stante. Anche nella situazione emergenziale all'interno della quale ci troviamo non è l'ente istituzionale a poter decidere se un paziente sia adatto, o meno, ad una terapia on line, se sia il caso di posdatare la seduta o se sia utile

continuare mantenendo il medesimo setting (seppur apportando le dovute e pedissequa misure di sicurezza e norme igienico-sanitarie). Salvo ipotetiche future restrizioni specifiche, la responsabilità professionale è sempre del clinico; responsabilità che include in sé scelta e decisione. E' bene che ognuno di noi terapeuti se ne assuma la responsabilità valutando caso per caso, cosa è "buono e giusto fare" sempre, e solo, nell'unico obiettivo del benessere dei propri pazienti.

Essendo di fronte ad una situazione incontrollabile quello che possiamo fare è attuare azioni preventive e precauzionali che, purtroppo, non rasserenano circa la possibilità di essere contagiati.

Le **strategie di coping** sono di cruciale importanza; oltre alle ricadute negative che un trauma comporta, possono anche essere facilitati cambiamenti positivi nell'individuo, definiti Post-Traumatic Growth (PTG), che possono comprendere sia lo sviluppo di nuove prospettive personali che di una crescita individuale (Kleim & Ehlers, 2009). Potremmo definire la PTG come "l'esperienza soggettiva fatta di cambiamenti psicologici positivi come esito di un'esperienza traumatica" (Zoellner & Maercker, 2006).

Alcuni spunti utili da utilizzare per riflettere insieme in modo proattivo, sono i seguenti:

- la voglia, che diventa bramosia, di riprendere, ripartire e ricostruire;

- il ritrovato piacere di stare insieme e la riscoperta degli affetti e delle dinamiche familiari;
- il permettersi di essere vulnerabili, in un'ottica di crescita personale;
- il cambiamento di prospettiva della vita, dei propri pensieri ed ancora del modo di pensare ai propri pensieri, accogliendo modalità diverse che ridefiniscono i punti di forza e di fragilità;
- avere più tempo per sé, per coltivare i propri hobby e per appassionarsi a nuove attività;
- non potendo controllare fuori, possiamo tentare di controllare dentro di noi, le nostre emozioni e reazioni.
- fare comunità con amici, parenti e colleghi sostenendo le persone emotivamente, ma magari non fisicamente, vicine.

La paura abbassa le difese immunitarie, mette in allarme il sistema neurovegetativo.

Più siamo in allerta più l'ansia anticipatoria tende a bloccare le nostre energie creative.

Reputo basilare, e risulta vincente, diffondere un **ANTIDOTO, un ANTIVIRUS: pensare in positivo, credere veramente che ce la possiamo fare, che “andrà tutto bene” e che rimanendo uniti, insieme, siamo una grande forza!**

Quest'emergenza, come ogni avversità, può essere un'opportunità, può essere anche maestra... Per saperne di

più: <https://www.stateofmind.it/2020/03/covid19-paura-coping/>

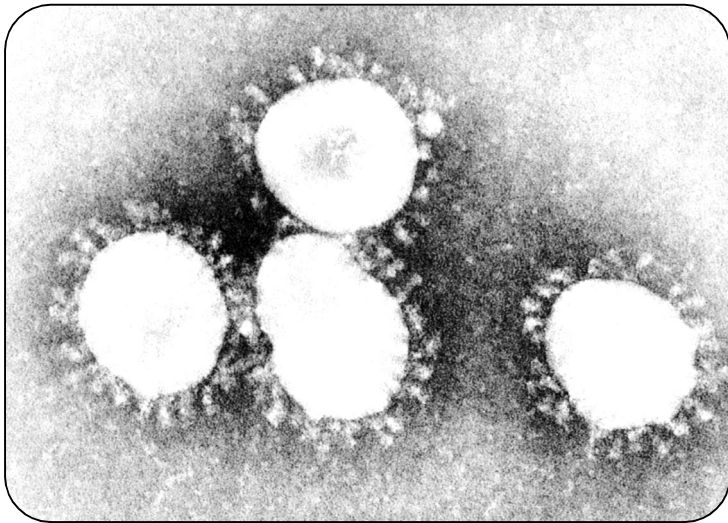
COVID-19:

far fronte allo stress in casa e in famiglia

In un'emergenza come quella che stiamo vivendo in seguito alla pandemia di COVID-19, la paura della situazione nuova, inattesa e potenzialmente dannosa per la salute nostra e per quella dei nostri famigliari e la necessità di una condizione di isolamento sociale comportano una inevitabile sensazione di perdita di controllo, innescando reazioni di stress. D'altra parte ottenere informazioni chiare e seguire le raccomandazioni può aiutare a recuperare il controllo sulle circostanze della nostra vita, aumentando la nostra capacità di reagire positivamente, e riducendo l'ansia e l'angoscia che si accompagnano all'incertezza di una situazione in continua evoluzione.

Il 6 marzo 2020 l'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) ha divulgato alcuni consigli da seguire per gestire lo stress associato alla emergenza sanitaria globale del COVID-19 che ha sintetizzato in due infografiche. A partire da quei documenti ecco un approfondimento sui comportamenti consigliati per gestire lo stress e mitigare l'ansia, rivolto alle persone confinate in casa e in particolare ai genitori di bambini da zero a tre anni.

Che cosa possiamo fare per evitare che la paura si trasformi in angoscia? Di fronte al pericolo la paura è nostra amica: nel corso della propria storia, senza la paura la specie umana probabilmente si sarebbe estinta, sopraffatta dal pericolo. Ma se la paura diventa eccessiva ci rende vulnerabili. Seguire i consigli che ci vengono dati è un modo per riconoscere il ruolo della paura, senza farsi sopraffare.



Tristezza, angoscia, perfino panico, sono risposte emotive comprensibili, ma che scaturiscono da valutazioni poco realistiche. I pensieri catastrofici spesso ci assalgono quando siamo più vulnerabili, come nei momenti di inattività o durante la notte. Possiamo considerarli una sorta di “bugie” prodotte dal nostro cervello, di fronte alle quali non sempre la nostra ragione riesce ad avere la meglio. Quando una minaccia è visibile, d’istinto siamo portati a scappare, e più ci allontaniamo più la paura diminuisce. In questo caso la minaccia è invisibile e dunque fuggire è impossibile: non sapremmo in quale direzione andare. Non ci rimane che allontanare il più possibile la minaccia da noi. In che

modo? Mettendo in atto quei comportamenti virtuosi che sentiamo ripetere ogni giorno: stare il più possibile in casa, mantenere una distanza di sicurezza dagli altri, lavarsi spesso le mani senza temere di esagerare, limitare i contatti fisici anche tra familiari. Più mettiamo in atto comportamenti di questo tipo, più ci sentiamo protetti, rassicurati, meno ansiosi.

Noi siamo quello che pensiamo. Le nostre reazioni emotive, e quindi il nostro stato di benessere o malessere, dipendono anche dalla nostra percezione e immaginazione. È facile capire quindi che, per stare bene, dobbiamo dirottare il pensiero su cose che ci diano piacere, distrarre la mente impegnandoci in attività concrete che ci appassionano: leggere, parlare, cucinare, curare le piante, occuparci degli animali domestici, videochiamare parenti e amici.

Attenzione all’autosuggestione
Quando si è in uno stato di allerta e magari anche in una condizione di deprivazione sensoriale per noia o mancanza di idee, potremmo essere più soggetti a ingigantire le normali sensazioni e a metter in atto reazioni sproporzionate e inopportune. La difficoltà è capire se stiamo esagerando. Proviamo allora a chiederci che cosa penseremmo se quella sensazione o quel comportamento venisse espresso da un nostro familiare (moglie, marito, figlio). Di solito questo reindirizzamento ci pone in una

posizione di maggiore obiettività e maggiore razionalità. In questa posizione, potremo immaginare quale nostro intervento sarebbe efficace nel rassicurare la persona cara. E questo potrebbe aiutarci a trovare una strada per auto-rassicurarci e abbassare i livelli di ansia.

Devo stare in casa, come faccio a far passare il tempo?

Riflettiamo che oggi dobbiamo restare in casa, ma avendo comunque il mondo di fuori a portata di mano, con la possibilità di parlare con chi vogliamo, di leggere ciò che ci interessa, di guardare ciò che ci piace, persino andare per negozi virtuali a fare shopping. Insomma, tutte le numerose opzioni messe a disposizione dalla nostra tecnologia. Ma ci sono anche altre possibilità: riscoprire il piacere del clima familiare, reimpostare la routine quotidiana su ritmi più lenti e piacevoli, condividere attività, rispolverare giochi di quando eravamo più poveri di tecnologia.

Per chi ha la fortuna di possedere un giardino o un terrazzo con piante, fare giardinaggio o ridisegnare lo spazio ha un forte potere rilassante. Può bastare anche il davanzale di una finestra per rilassarsi coltivando piante aromatiche da usare in cucina. Anche avere animali domestici a cui dedicarsi, può essere d'aiuto: la relazione con un animale è spesso appagante tanto quanto la relazione con altri esseri umani. Infine, continuare a svolgere attività motoria anche in casa è

importante per mantenere la salute, sia fisica, sia mentale.

Suggerimenti per mamma e papà con neonati e bimbi piccoli

“Se hai cura del tuo benessere psico-fisico, hai contemporaneamente cura del tuo bambino”

In questo periodo di isolamento forzato, anche alle mamme e ai papà che hanno neonati e bambini molto piccoli è stato chiesto di cambiare il proprio stile di vita e di restare a casa insieme ai più piccoli. È un tempo che viene regalato, del quale si può approfittare per godere della presenza dei nostri cari e scoprirli in una quotidianità inusuale.



Domenica

15 novembre

Vangelo secondo Matteo Mt 25,14-30

Si avvicinava la Pasqua dei Giudei e Gesù salì a Gerusalemme.

Trovò nel tempio gente che vendeva buoi, pecore e colombe e, là seduti, i cambiamonete.

In quel tempo, Gesù disse ai suoi discepoli questa parabola:

«Avverrà come a un uomo che, partendo per un viaggio, chiamò i suoi servi e consegnò loro i suoi beni. A uno diede cinque talenti, a un altro due, a un altro uno, secondo le capacità di ciascuno; poi partì.

Subito colui che aveva ricevuto cinque talenti andò a impiegarli, e ne guadagnò altri cinque. Così anche quello che ne aveva ricevuti due, ne guadagnò altri due. Colui invece che aveva ricevuto un solo talento, andò a fare una buca nel terreno e vi nascose il denaro del suo padrone.

Dopo molto tempo il padrone di quei servi tornò e volle regolare i conti con loro.

Si presentò colui che aveva ricevuto cinque talenti e ne portò altri cinque, dicendo: “Signore, mi hai consegnato cinque talenti; ecco, ne ho guadagnati altri cinque”. “Bene, servo buono e fedele – gli disse il suo padrone –, sei stato fedele nel poco, ti darò potere su molto; prendi parte alla gioia del tuo padrone”.

Si presentò poi colui che aveva ricevuto due talenti e disse: “Signore, mi hai consegnato due talenti; ecco, ne ho guadagnati altri due”. “Bene, servo

buono e fedele – gli disse il suo padrone –, sei stato fedele nel poco, ti darò potere su molto; prendi parte alla gioia del tuo padrone”.

Si presentò infine anche colui che aveva ricevuto un solo talento e disse: “Signore, so che sei un uomo duro, che mieti dove non hai seminato e raccogli dove non hai sparso. Ho avuto paura e sono andato a nascondere il tuo talento sotto terra: ecco ciò che è tuo”.

Il padrone gli rispose: “Servo malvagio e pigro, tu sapevi che mieto dove non ho seminato e raccolgo dove non ho sparso; avresti dovuto affidare il mio denaro ai banchieri e così, ritornando, avrei ritirato il mio con l’interesse.

Toglietegli dunque il talento, e datelo a chi ha i dieci talenti. Perché a chiunque ha, verrà dato e sarà nell’abbondanza; ma a chi non ha, verrà tolto anche quello che ha. E il servo inutile gettatelo fuori nelle tenebre; là sarà pianto e stridore di denti”».

SPUNTI DI RIFLESSIONE (padre Ermes Ronchi)

La parabola dei talenti è una lieta notizia contro la paura, che stravolge il rapporto con Dio e rende sterile la vita. L'ultimo servo non ha capito che, affidandogli il talento, il padrone vuole fare di lui un amico; che quel talento è un dono di comunione, un atto di fiducia. Su tutto invece incombe la paura del castigo, e il dono da opportunità si trasforma in incubo. Il servo ha paura di Dio! Ne ha un'immagine orribile: sei duro... tu mieti dove non hai seminato... Errore fatale: si sbaglia su Dio e quindi sbaglia la vita; diviene, invece che

amico, schiavo inerte, Adamo senza più giardino. Perché solo quando ti senti amato dai il meglio di te stesso, e mai la paura ti libera dal male. Dio invece sorprende i servi. Non vuole indietro i talenti affidati, raddoppia la posta, la moltiplica: sei stato fedele nel poco ti darò autorità su molto. Non di una restituzione si tratta, ma di un rilancio. Noi non esistiamo per restituire a Dio i suoi doni. Questa immagine, dettata dalla nostra paura, immiserisce Dio. Noi viviamo per essere come Lui, a nostra volta donatori: di pace, libertà, giustizia, gioia. Cose di Dio, che diventano seme di altri doni, sorgente di energie, albero che cresce, orizzonte che si dilata, grazia su grazia. Gloriosa e gioiosa pedagogia di vita.

La parabola dei talenti è il poema della creatività. E senza voli retorici. Nessuno dei tre servi crede di dover salvare il mondo. Tutto invece odora di casa, di vite e di olivi, o, come nella prima lettura, di lana, di fusi, di lavoro e di attesa: fedele nel poco. Il mondo e la vita ci sono affidati come un dono che deve crescere, un giardino incompiuto che deve fiorire. Una spirale di vita crescente è legge alla creazione. Pena il non senso della vita. Dopo la lunga assenza di Dio, la sua lunga fiducia in noi, il giudizio non sarà sulla quantità del guadagno, ma sulla qualità del servizio; non sul numero, ma sulla verità dei frutti. Non esiste una tirannia della quantità nel Regno dei cieli: fedele nel poco. Quel giorno, dice un racconto chassidico, non mi sarà chiesto perché

non sono stato come Mosè o Elia o uno dei profeti. Ma solo perché non sono stato me stesso.

Devo camminare con fedeltà a me stesso, emozionato e disciplinato servo della vita, vero della verità tracciata in me da Dio. Nessuno è senza talenti. È legge della creazione.

E vado avvolto da doni di Dio. Ogni creatura che incontro è un talento, da custodire e lavorare per fare ricca la mia e l'altrui vita. Ognuno è talento di Dio per gli altri. «Come talento io ho ricevuto te». Lo può dire la sposa allo sposo, il figlio al padre, l'amico all'amico: sei tu il mio talento! Poterlo dire a qualcuno, poterlo dire a molti, per entrare così con passo creatore nella liturgia della vita.

PER LA PREGHIERA (Hans May)

Tu vivi. Un giorno sei nato.

Nessuno ti ha chiesto di vivere.

Ma ora vivi.

Talvolta è bello. Talvolta sei triste.

Molte cose ancora non le comprendi.

Vivi, ma perché?

Non è un caso che tu vivi.

Ti ha dato mani, occhi, intelletto.

Altrimenti non potresti avere tutto ciò.

Vuole avere te.

Con le tue mani tu devi collaborare a ordinare il mondo.

Con il tuo intelletto devi cercare di distinguere il bene dal male.

Con il tuo cuore devi amare gli uomini e aiutarli quando puoi.

Sono tanti i compiti che ti attendono.

Che attendono le tue mani e i tuoi occhi, il tuo intelletto e il tuo cuore.

Lunedì

16 novembre

Vangelo secondo Luca Lc 18,35-43

Mentre Gesù si avvicinava a Gerico, un cieco era seduto a mendicare lungo la strada. Sentendo passare la gente, domandò che cosa accadesse. Gli risposero: "Passa Gesù il Nazareno!".

Allora incominciò a gridare: "Gesù, figlio di Davide, abbi pietà di me!".

Quelli che camminavano avanti lo sgridavano, perché tacesse; ma lui continuava ancora più forte: "Figlio di Davide, abbi pietà di me!".

Gesù allora si fermò e ordinò che glielo conducessero. Quando gli fu vicino, gli domandò: "Che vuoi che io faccia per te?". Egli rispose: "Signore, che io riabbia la vista".

E Gesù gli disse: "Abbi di nuovo la vista! La tua fede ti ha salvato".

Subito ci vide di nuovo e cominciò a seguirlo lodando Dio. E tutto il popolo, alla vista di ciò, diede lode a Dio.

SPUNTI DI RIFLESSIONE

(padre Lino Pedron)

Anche questo episodio del vangelo ci riguarda personalmente. In questo cieco viene rappresentata tutta l'umanità. La nostra cecità è la non conoscenza di Dio congiunta con la presunzione di vederci. Il Messia è stato annunciato dai profeti come colui che ridà la vista ai ciechi e porta ai poveri la lieta notizia.

La folla che è attorno a Gesù è di impedimento al cieco come sarà di impedimento a Zaccheo. Il comportamento della folla è molto significativo.

Invece di commiserare il malato e aiutarlo, è infastidita dalle sue grida. Il dolore e la disperazione del cieco è meno importante della loro quiete o del loro pellegrinaggio a Gerusalemme. Il problema della tranquillità personale può far dimenticare, e perfino ostacolare, le migliori iniziative di bene. Gli amici e i discepoli di Gesù, che avrebbero dovuto aiutare e incoraggiare il cieco, sono proprio quelli che vorrebbero farlo tacere e impedirgli di pregare il Salvatore. Non solo, ma lo rimproverano anche! Gesù, però, non invita l'uomo a tacere, ma a venire a lui. La sensibilità e la libertà di Gesù risaltano in ogni pagina del vangelo, soprattutto quando sono accostate all'indifferenza e all'egoismo delle persone che lo circondano. Il cieco prega Gesù chiamandolo per nome. Gesù significa: Dio salva. Negli Atti degli apostoli leggiamo: "Chiunque invocherà il nome del Signore sarà salvato". La salvezza è fare esperienza in prima persona dell'amore gratuito di Dio che dona e perdona.

Gesù è la rivelazione di questo amore del Padre.

L'atteggiamento del cieco è in contrapposizione con l'ottusità dei giudei e degli stessi cristiani. Gesù si lamenta con la gente del suo tempo perché non crede se prima non ha veduto e toccato. Il cieco non ha bisogno di questo. L'apostolo Tommaso crede solo dopo aver veduto e toccato. Ma Gesù gli dice: "Perché mi hai veduto, hai creduto: beati quelli che pur non avendo visto crederanno!".

Questa beatitudine sembra coniata appositamente per il cieco di Gerico: un cieco che vede più acutamente dei vedenti. Per questa fede Gesù lo guarisce all'istante e lo salva.

Ottenere la vista della fede ci permette di seguire Gesù che ha detto: "Chi segue me non cammina nelle tenebre, ma avrà la luce della vita".

Alla fine del racconto tutti i presenti hanno un comportamento concorde e corale con il cieco guarito: lodano Dio con lui. La lode, che ci fa partecipi del bene altrui, è l'espressione più alta dell'amore.

PER LA PREGHIERA

(Card. Carlo Maria Martini)

Signore, tu sei la mia luce; senza di te cammino nelle tenebre, senza di te non posso neppure fare un passo, senza di te non so dove vado, sono un cieco che pretende di guidare un altro cieco. Se tu mi apri gli occhi, Signore, io vedrò la tua luce, i miei piedi cammineranno nella via della vita. Signore, se tu mi illuminerai io potrò illuminare: tu fai noi luce nel mondo.

Martedì

17 novembre

Vangelo secondo Luca Lc 19,1-10

In quel tempo, Gesù, entrato in Gerico, attraversava la città. Ed ecco un uomo di nome Zaccheo, capo dei pubblicani e ricco, cercava di vedere quale fosse Gesù, ma non gli riusciva a causa della folla, poiché era piccolo di statura. Allora corse avanti e, per poterlo vedere, salì su un sicomoro, poiché doveva passare di là.

Quando giunse sul luogo, Gesù alzò lo sguardo e gli disse: "Zaccheo, scendi subito, perché oggi devo fermarmi a casa tua". In fretta scese e lo accolse pieno di gioia. Vedendo ciò, tutti mormoravano: "È andato ad alloggiare da un peccatore!". Ma Zaccheo, alzatosi, disse al Signore: "Ecco, Signore, io dò la metà dei miei beni ai poveri; e se ho frodato qualcuno, restituisco quattro volte tanto".

Gesù gli rispose: "Oggi la salvezza è entrata in questa casa, perché anch'egli è figlio di Abramo; il Figlio dell'uomo infatti è venuto a cercare e a salvare ciò che era perduto".

SPUNTI DI RIFLESSIONE

(don Ricciotti Saurino)

E' successo a Zaccheo, confinato in un isolamento forse anche aristocratico, abituato ad essere allontanato da tutti in ragione del suo ufficio di esattore di tasse per conto del governo di Roma. E all'improvviso si trova al centro dell'attenzione. Era salito su di un albero per vedere chi fosse quell'uomo attorno al quale si era radunata tanta gente e scopre che improvvisamente gli occhi di tutti sono rivolti a lui.

Solitamente aveva addosso occhi sprizzanti odio, solitamente ci si rivolgeva a lui solo per maledire, questa volta qualcuno gli chiede un posto alla sua tavola.

Non aveva mai avuto una proposta del genere perché non contava amici, e poi stare alla sua tavola significava essere complice delle sue malefatte e ognuno se ne guardava bene.

Quanto gli costerà quella curiosità!

Tutti condannavano il Maestro che era a tavola con un peccatore, tutti lo accusavano dicendo che era uno di loro, tutti pensavano alla fine ignobile che faceva sedendo a quella tavola, nessuno invece pensava mai che Zaccheo potesse diventare migliore con il Maestro accanto. Impossibile! Convinti del detto "chi va con lo zoppo impara a zoppicare", non ci è mai sfiorata l'idea, però, che l'ortopedico finisse per zoppicare. Eppure ne frequenta di zoppi! E nel bel mezzo delle critiche più accese e infamanti, Zaccheo si alza da tavola, non per approfittare dell'occasione e ribadire, con uno sberleffo, la sua disonestà già nota, non per avallare e beatificare la sua scomoda posizione, non per trovare conforto da quella presenza che poteva essere per lui una garanzia, ma per riconoscere il suo essere zoppicante e il desiderio che qualcuno gli insegnasse a camminare diritto.

Zaccheo, povero nella sua ricchezza, diventa ricco nella restituzione e sbalordisce tutti con la sua dichiarazione: "restituisco quattro volte tanto!" Pazzo! Ti bastava l'onore che il Maestro ti ha dato entrando in casa tua, come a noi spesso basta l'onore per l'amicizia del Parroco, del Vescovo o addirittura del Cardinale.

La sua presenza e la benedizione della nostra mensa spesso viene intesa come benedizione del nostro comportamento. Ma a Zaccheo non basta perché ha capito che quello è solo uno spiraglio aperto perché la benedizione dalla

mensa si estendesse a tutta la casa e alle persone e diventasse salvezza.

Non ha barattato la salvezza con l'onore, né l'ha scambiata.

Difatti dopo che il ricco, svuotato, ha pronunciato quelle sofferte parole di ravvedimento, il Maestro dice "oggi la salvezza è entrata in questa casa!"

Può anche entrare Gesù o il Parroco o il Cardinale, ma la salvezza vi entra quando spalanchi il cuore e non solo la porta di casa o la bocca per ricevere l'Eucaristia.

La salvezza entra quando tu decidi di cambiare.

PER LA PREGHIERA (Martin Buber)

La grande colpa dell'uomo non sono i peccati che commette: la tentazione è potente e la forza dell'uomo è poca! La grande colpa dell'uomo è che in ogni momento potrebbe convertirsi e non lo fa.

Mercoledì 18 novembre

Vangelo secondo Luca Lc 19,11-28

In quel tempo, Gesù disse una parabola perché era vicino a Gerusalemme e i discepoli credevano che il regno di Dio dovesse manifestarsi da un momento all'altro. Disse dunque: "Un uomo di nobile stirpe partì per un paese lontano per ricevere un titolo regale e poi ritornare. Chiamati dieci servi, consegnò loro dieci mine, dicendo: Impiegatele fino al mio ritorno. Ma i suoi cittadini lo odiavano e gli mandarono dietro un'ambasceria a dire: Non vogliamo che costui venga a

regnare su di noi. Quando fu di ritorno, dopo aver ottenuto il titolo di re, fece chiamare i servi ai quali aveva consegnato il denaro, per vedere quanto ciascuno avesse guadagnato. Si presentò il primo e disse: Signore, la tua mina ha fruttato altre dieci mine. Gli disse: Bene, bravo servitore; poiché ti sei mostrato fedele nel poco, ricevi il potere sopra dieci città. Poi si presentò il secondo e disse: La tua mina, signore, ha fruttato altre cinque mine. A questo disse: Sarai tu pure a capo di cinque città. Venne poi anche l'altro e disse: Signore, ecco la tua mina, che ho tenuto riposta in un fazzoletto; avevo paura di te che sei un uomo severo e prendi quello che non hai messo in deposito, mieti quello che non hai seminato. Gli rispose: Dalle tue stesse parole ti giudico, servo malvagio! Sapevi che sono un uomo severo, che prendo quello che non ho messo in deposito e mieto quello che non ho seminato: perché allora non hai consegnato il mio denaro a una banca? Al mio ritorno l'avrei riscosso con gli interessi. Disse poi ai presenti: Toglietegli la mina e datela a colui che ne ha dieci. Gli risposero: Signore, ha già dieci mine! Vi dico: A chiunque ha sarà dato; ma a chi non ha sarà tolto anche quello che ha. E quei miei nemici che non volevano che diventassi loro re, conduceteli qui e uccideteli davanti a me". Dette queste cose, Gesù proseguì avanti agli altri salendo verso Gerusalemme.

SPUNTI DI RIFLESSIONE

(don Paolo Curtaz)

Non valgo a niente. Me lo sento dire molte volte, da troppe persone. E' un paradosso, ma in eguale misura, nella mia vita di prete, trovo gente che si esalta e si nasconde dietro un'apparenza pesante e sciocca e altrettante persone che si macerano amplificando a dismisura la propria fragilità. Bene amici, dire: non valgo niente, non è umiltà, ma depressione. Il padrone di oggi contesta duramente questo atteggiamento vittimista che produce, come unico risultato, l'incapacità permanente. Ognuno ha dei talenti, ognuno ha dei doni, a ciascuno di scoprire quali sono e di metterli a servizio del Signore: smettiamola di pensare che la nostra vita è inutile e che siamo una specie di sbaglio dell'umanità. Certo, forse il dono che possiedo non è evidente o clamoroso, ma c'è, garantito. Forse ho il dono dell'ascolto degli altri, o della pazienza, o di potare le rose. Credete forse che queste cose valgano meno di un premio Nobel? Animo, allora, Dio ci ha donato dei doni da mettere a servizio della comunità, non lasciamo perdere ciò che siamo nel profondo!

PER LA PREGHIERA

(Proverbio cinese)

Quando incontri un uomo troppo stanco per offrirti il suo sorriso, lascialgli il tuo. Nessuno ha tanto bisogno di un sorriso quanto colui che non lo sa più donare.

Giovedì

19 novembre

Vangelo secondo Luca Lc 19,41-44

In quel tempo, Gesù, quando fu vicino a Gerusalemme, alla vista della città pianse su di essa, dicendo: “Se avessi compreso anche tu, in questo giorno, la via della pace. Ma ormai è stata nascosta ai tuoi occhi.

Giorni verranno per te in cui i tuoi nemici ti cingeranno di trincee, ti circonderanno e ti stringeranno da ogni parte; abatteranno te e i tuoi figli dentro di te e non lasceranno in te pietra su pietra, perché non hai riconosciuto il tempo in cui sei stata visitata”.

SPUNTI DI RIFLESSIONE

(mons. Vincenzo Paglia)

Gesù, al vedere Gerusalemme, scoppio a piangere. Era la città santa, mèta desiderata da ogni israelita, simbolo dell'unità del popolo, molto di più della semplice capitale di uno Stato.

Gerusalemme, tuttavia, stava tradendo la sua vocazione di città della pace; l'ingiustizia e la violenza percorrevano le sue strade, i poveri erano dimenticati e i deboli oppressi, e soprattutto stava per respingere il principe della pace che veniva a visitarla. Non lo voleva neppure morto dentro le sue mura: "Venne tra la sua gente, ma i suoi non lo accolsero". Alla vista della città Gesù pianse. Non piangeva su di sé, come in genere facciamo noi; egli piangeva sulla sua città e sulle tante città che ancora oggi rifiutano la pace e la giustizia. Gesù piange perché, se non

si accoglie il Vangelo dell'amore, non rimarrà pietra su pietra delle città degli uomini. Per questo, nonostante il rifiuto, Gesù entra dentro la città, quasi a forzarne le mura. Egli sa - e la resurrezione ne è testimonianza - che l'amore è più forte di ogni violenza, anche dell'ultima violenza, che è la morte.

PER LA PREGHIERA

(papa Giovanni XXIII)

Il perdono sia sulle labbra e nel cuore di tutti sempre! Allora, senza alcun dubbio, la fiaccola luminosa della pace proseguirà il suo cammino, accendendo la gioia e versando la luce e la grazia nel cuore degli uomini su tutta la faccia della terra, facendo loro scoprire al di là di ogni frontiera, volti di fratelli e di amici.

Venerdì 20 novembre

Vangelo secondo Luca Lc 19,45-48

In quel tempo, Gesù entrato nel tempio, cominciò a scacciare i venditori, dicendo: “Sta scritto: “La mia casa sarà casa di preghiera. Ma voi ne avete fatto una spelonca di ladri!””.

Ogni giorno insegnava nel tempio. I sommi sacerdoti e gli scribi cercavano di farlo perire e così anche i notabili del popolo; ma non sapevano come fare, perché tutto il popolo pendeva dalle sue parole.

SPUNTI DI RIFLESSIONE

(Monaci Benedettini Silvestrini)

Nell'area sacra del tempio di Gerusalemme era invalso l'uso di un

vergognoso commercio. Si facevano compere e vendite circa la materia delle offerte e dei sacrifici. E' da supporre che si verificassero scandalosi abusi. Gesù entra in Gerusalemme, sale al tempio e "comincia a scacciare i venditori, dicendo: sta scritto: la mia casa sarà casa di preghiera. Ma voi ne avete fatto una spelonca di ladri!" E' bene che non ci facciamo illusione: il tempio deve essere conservato puro. La vicenda di Dio nel mondo rimane santa; e poiché il tempio non è soltanto il tempio di pietre – noi stessi siamo il tempio di Dio – il gesto di Gesù ci riguarda personalmente circa la santità con cui dobbiamo circondarlo e custodirlo. Pur non togliendo nulla a quanto Gesù ha compiuto, è doveroso fare un'altra considerazione. Il gesto di scacciare i venditori dal tempio non è giustificato da nessuna disposizione della legge che sarebbe stata violata, essendo pienamente legittime le attività commerciali e finanziarie che si svolgevano nel cortile esterno. Per questo diventa un segno profetico che annuncia la fine del luogo prestigioso dell'antica alleanza. Il velo del tempio si squarcerà da cima a fondo nel momento in cui Gesù muore sul Golgota. Gesù stesso sarà il tempio della nuova alleanza, consacrata nel suo sangue. La casa di Dio può e deve avere un'altra destinazione. E' ciò che il Maestro comincia a fare: "Ogni giorno insegnava nel tempio". Vi troviamo in ciò un richiamo di una antecedente profezia: "Ecco, io manderò un mio messaggero a preparare la via davanti a me e subito entrerà nel suo tempio il

Signore, che voi cercate". Il brano evangelico si chiude con questa annotazione: "I sommi sacerdoti cercavano di ucciderlo. Tutto il popolo pendeva dalle sue labbra nell'ascoltarlo". L'inimicizia che sta suscitando, costruirà il tempio, dove il Padre ci attende. Sono le meraviglie del Signore, che cambia in bene il male che l'uomo si procura con le sue stesse mani.

PER LA PREGHIERA (Antonio il Grande)

Chiedete con cuore sincero lo Spirito Santo fuoco di Dio, e vi sarà donato. Continuate a pregare con tutto il cuore e lo Spirito vi sarà donato perché Egli ama abitare in chi è retto nel cuore.

Sabato

21 novembre

Vangelo secondo Luca Lc 20,27-40

In quel tempo, si avvicinarono a Gesù alcuni sadducei, i quali negano che vi sia la risurrezione, e gli posero questa domanda: "Maestro, Mosè ci ha prescritto: Se a qualcuno muore un fratello che ha moglie, ma senza figli, suo fratello si prenda la vedova e dia una discendenza al proprio fratello. C'erano dunque sette fratelli: il primo, dopo aver preso moglie, morì senza figli. Allora la prese il secondo e poi il terzo e così tutti e sette; e morirono tutti senza lasciare figli. Da ultimo anche la donna morì. Questa donna dunque, nella risurrezione, di chi sarà moglie? Poiché tutti e sette l'hanno avuta in moglie".

Gesù rispose: "I figli di questo mondo prendono moglie e prendono marito; ma quelli che sono giudicati degni dell'altro mondo e della risurrezione dai morti, non prendono moglie né marito; e nemmeno possono più morire, perché sono uguali agli angeli e, essendo figli della risurrezione, sono figli di Dio.

Che poi i morti risorgono, lo ha indicato anche Mosè a proposito del roveto, quando chiama il Signore: Dio di Abramo, Dio di Isacco e Dio di Giacobbe. Dio non è Dio dei morti, ma dei vivi; perché tutti vivono per lui". Dissero allora alcuni scribi: "Maestro, hai parlato bene". E non osavano più fargli alcuna domanda.

SPUNTI DI RIFLESSIONE (Eremo San Biagio)

Anche l'unione della donna e dell'uomo è qualcosa che passa. Nell'altro mondo, quelli che sono dei conrisorti con Cristo, si aprono a una novità di vita che non è paragonabile a quella, piena di limiti, vissuta sulla terra. Il limite che più spaventa l'uomo è il limite dei suoi giorni, che vanno veloci verso la morte. Ma quel che Gesù annuncia è come l'improvviso comparire del sole a vincere la notte. "Non possono più morire". La libertà di una vita dove il corpo è del tutto trasfigurato e reso conforme a quello di Gesù Risorto è dunque la nostra meta. Una meta a cui giungeremo dentro la maturazione della nostra fede nutrita dalla fiducia in Gesù e nella sua Parola. Questo significa quella bellissima espressione "figli della risurrezione" che dice l'identità profonda del nostro essere

figli di un Dio che, per natura, non ha nulla a che spartire con la morte.

PER LA PREGHIERA (Sant'Agostino)

In un corpo bello, nell'oro, nell'argento e in ogni altra cosa simile c'è un'attrattiva. La stessa vita che viviamo quaggiù ha un suo fascino, dovuto ad una certa bellezza sua propria nonché ai legami con tutte le piccole cose belle. Pure l'amicizia fra gli uomini è cosa dolce, con quel suo piacevole vincolo che lega molti animi facendone un essere solo. Si commette peccato quando, anelando smoderatamente a queste cose o ad altre simili che sono beni di un valore minimo, si trascurano quelli di valore maggiore, anzi massimo: Te, Signore nostro Dio, la Tua Verità e la Tua Legge.

Anche quei poveri beni danno soddisfazioni, ma non quanto il mio Dio che li ha creati tutti: in Lui trova soddisfazione il giusto; Egli è la gioia dei retti di cuore.

**- MAMMA CHE SIGNIFICA
'AVERE TORTO'?**

**- CHE NE SO IO,
CHIEDI A TUO PADRE,
LO SA DI SICURO**



Siamo ritornati a una situazione di “cattività”, cioè di prigionia, costretti a ciò dal rinnovato diffondersi vertiginoso della pandemia.

Dobbiamo restare in casa, limitare le uscite a quelle strettamente urgenti e necessarie e vivere in modo diverso da quello che era fino a qualche giorno fa il nostro ritmo quotidiano. Avevamo sperimentato questa condizione in primavera. Ora ci sembra di dover reinventare tutto, in particolare di dover mutare il nostro rapporto con il tempo e lo spazio.

Ecco dunque manifestarsi, quasi spontaneamente, la ribellione: una litigiosità tra le istituzioni politiche, una non accettazione dei limiti imposti e il bisogno di trovare soggetti ai quali imputare la colpa. Non vogliamo ancora accettare che questa pandemia non è colpa di nessuno, né di Dio né di qualche volontà umana, ma è semplicemente uno dei segni della nostra fragilità e mortalità.

Non siamo immortali né onnipotenti ma siamo viventi che nascono, crescono, declinano e conoscono la morte, come le foglie che in questi giorni muoiono e cadono per raggiungere la terra. Soprattutto nel nostro occidente abbiamo occultato la morte, l'abbiamo rimossa dal nostro orizzonte come oscena, eppure essa in ogni caso ci attende al culmine della nostra vecchiaia o malattia ed è un esito da cui nessun essere umano è esente. Tutti conosciamo le inadempienze, i ritardi e gli errori che

sono stati commessi dai governanti, dagli scienziati e dagli altri soggetti ai quali competeva la vigilanza, a beneficio dell'intera collettività. Ma da parte di molti si è manifestata e si manifesta tuttora, contro ogni evidenza, una mancanza di responsabilità verso la salute propria e altrui.

Viviamo così una sofferenza a volte disperante, in situazioni molto diverse: essa riguarda gli anziani e quanti vivono da soli, che nelle nostre grandi città sono ormai in numero uguale a quello di quanti sono in nuclei di convivenza; riguarda i malati ai quali non si possono prestare cure negli ospedali, che non hanno possibilità di accoglierli; riguarda quanti non hanno una casa e non riescono più a trovare cibo per sopravvivere. Vi sono poi tutti quelli che vivono nella paura, per i quali la notte è popolata da orrendi incubi e fantasmi. Si ripete spesso che siamo tutti sulla stessa barca. Questo però in realtà non è del tutto vero; lo sarebbe se ci fosse attenzione e cura verso gli altri, se si praticasse la solidarietà nei confronti dei più fragili. Ognuno di noi in questa cattività si ponga dunque una domanda: “Come posso essere vicino a chi ha più bisogno di me di non sentirsi solo e dimenticato?”. E chi ha la grazia di convivere e di non essere solo, eserciti la mitezza, la pazienza e l'ascolto, perché quando si è costretti a vivere accanto, a stretto contatto, spesso ciò è difficile e faticoso. Sì, la cattività è una mala condizione, ma spetta a noi umanizzarla!

Enzo Bianchi

