

- 1) Invoca lo Spirito Santo perché possa aprire il tuo cuore alla comprensione della Parola.
- 2) Leggi attentamente il brano del Vangelo

**Dal Vangelo di Matteo: (Mt 5, 38-48):** *“In quel tempo, Gesù disse ai suoi discepoli: «Avete inteso che fu detto: “Occhio per occhio e dente per dente”. Ma io vi dico di non opporvi al malvagio; anzi, se uno ti dà uno schiaffo sulla guancia destra, tu porgigli anche l'altra, e a chi vuole portarti in tribunale e toglierti la tunica, tu lascia anche il mantello. E se uno ti costringerà ad accompagnarlo per un miglio, tu con lui fanne due. Da' a chi ti chiede, e a chi desidera da te un prestito non voltare le spalle. Avete inteso che fu detto: “Amerai il tuo prossimo e odierai il tuo nemico”. Ma io vi dico: amate i vostri nemici e pregate per quelli che vi perseguitano, affinché siate figli del Padre vostro che è nei cieli; egli fa sorgere il suo sole sui cattivi e sui buoni, e fa piovere sui giusti e sugli ingiusti. Infatti, se amate quelli che vi amano, quale ricompensa ne avete? Non fanno così anche i pubblicani? E se date il saluto soltanto ai vostri fratelli, che cosa fate di straordinario? Non fanno così anche i pagani? Voi, dunque, siate perfetti come è perfetto il Padre vostro celeste»”.*

- 3) Rileggilo più volte per interiorizzare ogni Parola
- 4) Adesso fai silenzio perché Gesù possa parlare al tuo cuore.

**5) Rifletti:** *«Avete inteso che fu detto: “Occhio per occhio...”. Ma io vi dico: se uno ti dà uno schiaffo sulla guancia destra, tu porgigli anche l'altra».* Porgi l'altra guancia: sii disarmato, non incutere paura, mostra che non hai nulla da difendere e l'altro capirà l'assurdo di esserti nemico. Gesù, però, non propone la passività morbosa di chi ha paura, ma una iniziativa decisa: tu riallaccia la relazione, fa' tu il primo passo, perdonando, ricominciando, cercando di rattoppare coraggiosamente. Il cristianesimo non è una religione di servi, che si umiliano, si mortificano, non reagiscono; non è la morale dei deboli, che nega la gioia di vivere. Ma è la religione dei re, cioè degli uomini totalmente liberi, capaci di disinnescare la spirale della vendetta, padroni delle proprie scelte anche davanti al male, capaci di inventare reazioni nuove attraverso la creatività dell'amore, che non ripaga con la stessa moneta, che cambia le regole del gioco, che fa saltare i piani, ma poi fa felici.

*“Avete inteso che fu detto: «Amerai il tuo prossimo e odierai il tuo nemico. Ma io vi dico: amate i vostri nemici».* Tutto il Vangelo è qui: amatevi, altrimenti vi distruggerete. Gesù vuole eliminare il concetto stesso di nemico. Violenza produce violenza come una catena infinita. Io scelgo di spezzarla, di non replicare su altri ciò che ho subito. Ed è così che mi libero. Dice il Vangelo: amate, pregate, porgete, benedite, prestate, fate, per primi, ad amici e nemici. Usa tutta una serie di imperativi che vanno capiti bene. Perché non si può amare per decreto, per imposizione. Devo sentire che amando realizzo me stesso, che dare agli altri non toglie a me, anzi mi trasforma sempre più a immagine di Dio e rende la mia vita bella, ricca, felice. Dare agli altri non è in contrasto con il mio desiderio di felicità. Amore del prossimo e amore di sé non stanno su due binari che non si incontrano mai, ma coincidono sulla via indicata da Gesù: il bene produce bene, che poi si irradia intorno e infine ritorna su chi l'ha prodotto. La fede cristiana inizia con la trasformazione interiore del cuore. Perché se in noi non è pace, non daremo pace, se in noi non è amore, non daremo amore. Ma chi ci cambia il cuore? Bisogna per prima cosa lavorare sull'interiorità o, meglio ancora, lasciarsi lavorare dalla mano del vasaio che ci trasforma, ci crea, ci modella. Cosa possono significare allora gli imperativi di Gesù: amate, pregate, porgete, prestate? Non sono ordini, ma porte spalancate verso la possibilità, sono l'offerta di un potere, la trasmissione di una forza divina che ci raggiunge.

**- Se vuoi veramente amare, devi imparare a perdonare. Chiediamo a Gesù la grazia di saper perdonare e la gioia di poter amare. Sono io nella mia famiglia, nella mia comunità, sul posto di lavoro, a scuola, un operatore di pace? Riesco ad amare e perdonare chi mi ha fatto del male? Ho sopportato il male perché situazioni di odio e di rancore avessero fine? Chiedo a Gesù, che mi aiuti a perdonare e a non odiare?**

**6) Prega:** Trasforma in propositi e in preghiera le riflessioni che lo Spirito ti ha suggerito. **Signore Gesù, a quelli che vogliono seguirti come discepoli indichi un percorso. Tu ci domandi di non rispondere al male con il male, alla violenza con la violenza, all'offesa con l'offesa. Tu ci inviti ad amare anche quelli che agiscono con parole e con opere contro di noi, quelli che ci procurano difficoltà e disagi, quelli che mettono alla prova la nostra pazienza. Aiutaci Signore, mettendoci a servizio dell'amore in ogni circostanza, ad essere figli autentici di un Padre pieno di bontà e di misericordia. Amen!**

**Impegno:** La Quaresima è per tutti noi occasione per prepararci al grande evento della Pasqua con uno sguardo attento alle sofferenze di tanti fratelli e sorelle nel mondo, come ci invita a fare papa Francesco: *“Abbandoniamo l'egoismo, lo sguardo fisso su noi stessi, e rivolgiamoci alla Pasqua di Gesù; facciamoci prossimi dei fratelli e delle sorelle in difficoltà, condividendo con loro i nostri beni spirituali e materiali”.*

**Buon cammino di Quaresima**