



L'ALBUM SEGRETO DELLE RELAZIONI FERITE

→ TRACCIA DI PREGHIERA ←

VII DOMENICA DEL TEMPO ORDINARIO

Dal Vangelo secondo Luca (6,27-38)

In quel tempo, Gesù disse ai suoi discepoli:

«A voi che ascoltate, io dico: amate i vostri nemici, fate del bene a quelli che vi odiano, benedite coloro che vi maledicono, pregate per coloro che vi trattano male. A chi ti percuote sulla guancia, offri anche l'altra; a chi ti strappa il mantello, non rifiutare neanche la tunica. Da' a chiunque ti chiede, e a chi prende le cose tue, non chiederle indietro.

E come volete che gli uomini facciano a voi, così anche voi fate a loro.

Se amate quelli che vi amano, quale gratitudine vi è dovuta? Anche i peccatori amano quelli che li amano. E se fate del bene a coloro che fanno del bene a voi, quale gratitudine vi è dovuta? Anche i peccatori fanno lo stesso. E se prestate a coloro da cui sperate ricevere, quale gratitudine vi è dovuta? Anche i peccatori concedono prestiti ai peccatori per riceverne altrettanto. Amate invece i vostri nemici, fate del bene e prestate senza sperarne nulla, e la vostra ricompensa sarà grande e sarete figli dell'Altissimo, perché egli è benevolo verso gli ingrati e i malvagi.

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: una misura buona, pigiata, colma e traboccante vi sarà versata nel grembo, perché con la misura con la quale misurate, sarà misurato a voi in cambio».

Preghiera preliminare

Chiedere a Dio nostro Signore la grazia che per la durata della preghiera tutte le mie intenzioni, il mio agire e la mia dimensione interiore siano dedicate solo all'incontro con Lui.

Primo passaggio introduttivo

Consiste nel comporre il tema della preghiera. Qui sarà **un album segreto**.

Secondo passaggio introduttivo

Consiste nel domandare al Signore quello che voglio e desidero. Qui, in particolare gli chiedo di aiutarmi ad **aprire l'album segreto delle relazioni ferite** della mia vita.

Primo punto

Gesù sta parlando ai suoi discepoli, a chi ha scelto di **seguirlo in una relazione profonda**. Se mi sento parte di questa relazione, posso accogliere le sue parole come rivolte anche a me.

Così, anche a me, Gesù **chiede di amare i nemici**, di fare del bene a chi non mi vuole bene, di benedire chi mi maledice, di pregare per chi mi odia, di fare il primo passo senza aspettare nulla in cambio e di perdonare il male ricevuto.

Questo insegnamento va contro **il mio istinto naturale di difendermi** o cercare vendetta. Non si tratta soltanto di sopportare chi mi ferisce, ma di amarlo in modo attivo e concreto.

Mentre ascolto le sue parole, riaffiora dentro di me l'album segreto delle relazioni ferite: situazioni, accuse, cattiverie, offese e torti subiti. **Tante esperienze ancora dolorose**, che sembrano rendere impossibile ciò che Gesù mi sta chiedendo.

Chi sono le persone che faccio più fatica ad amare? **Cosa mi impedisce di perdonare** o di fare del bene a chi mi ha ferito? Ci sono situazioni in cui ho provato ad "amare" qualcuno che mi ha fatto del male? Com'è stata questa esperienza?

Secondo punto

Gesù continua il suo discorso. Sono colpito dal suo stile: non trasmette un giudizio severo e definitivo, ma accoglienza. Capisco che **conosce la mia fatica** e la mia fragilità. Mi parla di un'esperienza che Lui per primo, nella pienezza della sua umanità, ha vissuto: **un'esperienza faticosa di servizio e di libertà**.

Alla luce della sua Parola, mi accorgo che anch'io, in molte occasioni, mi comporto come quei peccatori di cui sta parlando: amo soltanto chi mi ama, faccio del bene solo a chi mi fa del bene e dono soltanto se so di ottenere qualcosa in cambio.

La relazione con il Signore mi permette di fare verità dentro di me e di riconoscere il mio peccato. Proprio quando riconosco la mia fragilità e cedo al suo **sguardo pieno di misericordia**, mi rendo conto che non sono io a dover *'conquistare'* l'amore di Dio: Lui mi ama per primo, in modo gratuito e incondizionato e mi offre il suo perdono.

Mi fermo in silenzio a considerare **come l'amore di Dio si è manifestato nella mia vita**, specialmente dove mi sentivo più indegno o fragile. Riconosco che questo amore mi precede e mi sostiene, anche adesso.

Come **l'amore e il perdono di Dio** hanno trasformato la mia vita? In che modo li ho sperimentati, soprattutto nei momenti di fragilità? Che immagine di Dio emerge quando penso al suo perdono? Come ha cambiato il mio modo di amare?

Terzo punto

Alla luce dell'amore e del perdono sperimentati in Gesù, le sue parole non sono più un programma irrealizzabile, ma un vero **cammino di liberazione**. Quanto più questa esperienza è profonda, tanto più posso compiere il passo nuovo che Gesù mi chiede: **amare in modo radicale e gratuito**. Si tratta di rendere vivo, nelle relazioni di ogni giorno, il perdono che ho ricevuto.

Ogni passo che compio, verso il perdono e l'amore gratuito, non nasce dalla mia bravura, ma dall'esperienza **di scoprimi e sentirmi amato e perdonato per primo**. La grazia di Dio che opera in me, questa presenza piena di vita, mi dona **la forza folle di amare anche i nemici**, rendendo praticabile ciò che mi sembrava impossibile.

