L'ORA DI ADORAZIONE

di **Silvia Paradiso**

Per una cultura della nonviolenza

Canto d'inizio: Cristo nostra pace (M. Frisina)
Cristo nostra pace, guida nel cammino,
Tu conduci il mondo alla vera libertà,
nulla temeremo se Tu sarai con noi.

Cristo nostra pace, dono di salvezza,
riconciliazione, strumento di unità,
con il tuo perdono
vivremo sempre in te.

Cristo Salvatore, nostro Redentore,
la tua dimora hai posto in mezzo a noi,
Tu Pastore e guida sei dell'umanità.

G: Vogliamo pregare insieme, secondo l'intenzione di papa Francesco, "per una maggiore diffusione di una cultura della nonviolenza, che passa per un sempre minore ricorso alle armi, sia da parte degli Stati che dei cittadini".

Dal Vangelo di Matteo (5,38-48)

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.

G: Meditiamo e "ruminiamo" dinanzi al Signore la sua Parola di pace e nonviolenza, chiedendo a Lui di formare in noi un cuore non violento e pensieri di pace. Cantiamo insieme: *Dona la pace Signore a chi confida in Te. Dona, dona la pace, Signore, dona la pace* (Taizè)

Dice il Signore: Praticate il diritto e la giustizia, liberate l'oppresso dalle mani dell'oppressore, non fate violenza e non opprimete il forestiero, l'orfano e la vedova, e non spargete sangue innocente in questo luogo (*Ger* 22,3).

In noi sarà infuso uno Spirito dall'alto. Allora il deserto diventerà un giardino ... e la giustizia regnerà nel giardino...e frutto della giustizia sarà la pace (*Is* 32,15-17).

Non rendete a nessuno male per male. Cercate di compiere il bene davanti a tutti gli uomini. Se possibile, per quanto dipende da voi, vivete in pace con tutti. Non fatevi giustizia da voi stessi, carissimi, ma lasciate fare all'ira divina. Sta scritto infatti: *Spetta a me fare giustizia,* io *darò a ciascuno il suo*, dice il Signore (*Rm* 12,17-19).

Non lasciarti vincere dal male, ma vinci il male con il bene (*Rm* 12,21).

Egli infatti è la nostra pace, colui che ha fatto dei due un popolo solo, abbattendo il muro di separazione che era frammezzo, cioè l'inimicizia, annullando, per mezzo della sua carne, la legge fatta di prescrizioni e di decreti, per creare in se stesso, dei due, un solo uomo nuovo, facendo la pace, per riconciliare tutti e due con Dio in un solo corpo, per mezzo della croce, distruggendo in se stesso l'inimicizia (*Ef* 2,14.16).

G: Riflettiamo su come percorrere concretamente i sentieri della nonviolenza:

Dal *Messaggio del Santo Padre Francesco* per la Giornata Mondiale della Pace (2017)

Anche Gesù visse in tempi di violenza. Egli insegnò che il vero campo di

battaglia, in cui si affrontano la violenza e la pace, è il cuore umano: «Dal di dentro infatti, cioè dal cuore degli uomini, escono le intenzioni cattive» (*Mc* 7,21). Ma il messaggio di Cristo, di fronte a questa realtà, offre la risposta radicalmente positiva: Egli predicò instancabilmente l'amore incondizionato di Dio che accoglie e perdona e insegnò ai suoi discepoli ad amare i nemici (cfr *Mt* 5,44) e a porgere l'altra guancia (cfr *Mt* 5,39). Quando impedì a coloro che accusavano l'adultera di lapidarla (cfr *Gv* 8,1-11) e quando, la notte prima di morire, disse a Pietro di rimettere la spada nel fodero (cfr *Mt* 26,52), Gesù tracciò la via della nonviolenza, che ha percorso fino alla fine, fino alla croce, mediante la quale ha realizzato la pace e distrutto l'inimicizia (cfr *Ef* 2,14-16).

Perciò, chi accoglie la Buona Notizia di Gesù sa riconoscere la violenza che porta in sé e si lascia guarire dalla misericordia di Dio, diventando così a sua volta strumento di riconciliazione, secondo l'esortazione di san Francesco d'Assisi: «La pace che annunziate con la bocca, abbiatela ancor più copiosa nei vostri cuori».

Essere veri discepoli di Gesù oggi significa aderire anche alla sua proposta di nonviolenza.

Se l'origine da cui scaturisce la violenza è il cuore degli uomini, allora è fondamentale percorrere il sentiero della nonviolenza in primo luogo all'interno della famiglia.

"Il fine e le conseguenze della violenza sono l'astio. Il fine e le conseguenze della nonviolenza sono la riconciliazione e la costruzione di una comunità unita nell'amore. La resistenza nonviolenta è anche una questione interna personale. Non solo rifugge dalla violenza fisica esteriore, ma anche dalla violenza interna dello spirito" (King M.L., *Discorso tenuto all'Università di Berkeley, il 4 giugno 1957*).

"I pozzi della pace sono le stimmate del Risorto" (T. Bello).

"Il grande esodo che oggi le nostre comunità cristiane sono chiamate a compiere è questo: abbandonare i recinti di sicurezza garantiti dalla forza per abbandonarsi, sulla parola del Signore, alla *apparente inaffidabilità della nonviolenza attiva*" (T. Bello).

"...ma io voglio amare tutti, voglio accettare tutti, voglio perdonare quelli che mi feriscono e mi perseguitano, quelli che mi feriscono senza saperlo e quelli che mi fanno male volendo farmi male, perché Lui non volgeva lontano il Suo volto dagli insulti, dal dileggio, dagli scherni, dagli sputi... Ma com'è duro! Come bisogna cominciare ogni giorno" (A. Tonelli).

G: Ci rivolgiamo unanimi al Principe della pace perché esaudisca le nostre preghiere:

Exaudi nos, exaudi nos!(Taizè)

– Perché nessuno abusi della religione usandola per giustificare atti di violenza e di odio
– Perché sia viva nell'umanità la volontà di rinunciare alla violenza e di costruire una cultura di pace

– Perché possiamo sempre rifiutare la violenza in ogni sua forma, compresa la violenza contro l'ambiente
– Perché finalmente impariamo a rinunciare all'industria delle armi che sono solo inutili strumenti di distruzione e di morte
– Perché impariamo che la violenza genera sempre altra violenza e sappiamo rispondervi con gesti di pace
– Perché ci convinciamo che qualsiasi forma di violenza è una profanazione del Tuo Nome e del Tuo amore
– Perché sappiamo costruire strutture giuridiche ed economiche che stabiliscono e mantengono rapporti di giustizia, senza la quale la non violenza rimane impossibile

Canto finale: T'adoriam Ostia divina

T'adoriam Ostia divina, t'adoriam Ostia d'amor.

Tu degli Angeli il sospiro,
Tu dell'uomo sei l'onor.
Tu dei forti la dolcezza,
Tu dei deboli il vigor
Tu salute dei viventi,
Tu speranza di chi muor.

LUIGI OROPALLO

IL CORAGGIO DI GRIDARE

Adorazione eucaristica con il profeta Abacuc

Adorare è trascendere il bene e il male che ci circondano, rimanendo alla presenza di Dio. A Lui ci affidiamo.

pagg. 88 - € **5,00**

EUGENIO COSTA

LA PREGHIERA

respiro della vita

Questo libro è dedicato a coloro che si sentono attratti dalla preghiera, o perché non hanno mai pregato veramente e desiderano iniziare.

pagg. 168 - € **10,00**

Richiedere a: Edizioni AdP
via degli Astalli n. 16 – 00186 Roma
Tel. 06.692 000 41 – e-mail: ordini@adp.it –
Acquistabili online sul nostro sito www.adp.it