

# “Abbate in voi gli stessi sentimenti che furono di Cristo Gesù”

(Fil 2,5)



**Canto d'esposizione:** Verbum Panis

1. Prima del tempo  
prima ancora che la terra cominciasse a vivere  
il Verbo era presso Dio. Venne nel mondo  
e per non abbandonarci  
in questo viaggio ci lasciò tutto se stesso come  
pane.  
*Verbum caro factum est Verbum panis factum est.*

**Qui spezzi ancora il pane in mezzo a noi  
e chiunque mangerà non avrà più fame.**

**Qui vive la tua chiesa intorno a te dove ognuno  
troverà la sua vera casa.**

*Verbum caro factum est...*

2. Prima del tempo  
quando l'universo fu creato dall'oscurità  
il Verbo era presso Dio.  
Venne nel mondo nella sua misericordia  
Dio ha mandato il Figlio suo,  
tutto se stesso come pane.

**L1: Donaci, Signore Gesù, di metterci davanti a te!**

*Donaci, almeno per questa volta, di non essere frettolosi,  
di non avere occhi superficiali o distratti.  
Se saremo capaci di sostare di fronte a te,  
noi potremo cogliere il fiume di tenerezza, di compassione e di amore  
che tu riversi sul mondo.*

**L2: Donaci di partecipare all'immenso tuo amore**

*che frantuma i nostri egoismi,  
le nostre chiusure, le nostre freddezze.  
Donaci di partecipare all'amore tuo  
che lenisce le nostre ansie e le nostre angosce,  
che trasforma le nostre paure in speranze, le nostre tenebre in luce.*

**T: Donaci di contemplare la tua presenza d'amore**

**che ci fa esclamare con le labbra, con il cuore e con la vita:  
Gesù, tu sei davvero il Figlio di Dio, sei davvero la rivelazione dell'amore!**

**Dalla lettera ai Filippesi (Fil 2,5-11)**

Abbate in voi gli stessi sentimenti che furono in Cristo Gesù:

il quale, pur essendo di natura divina,  
non considerò un tesoro geloso  
la sua uguaglianza con Dio;  
ma spogliò se stesso,  
assumendo la condizione di servo  
e divenendo simile agli uomini;  
apparso in forma umana,  
umiliò se stesso  
facendosi obbediente fino alla morte  
e alla morte di croce.  
Per questo Dio l'ha esaltato  
e gli ha dato il nome  
che è al di sopra di ogni altro nome;  
perché nel nome di Gesù  
ogni ginocchio si pieghi  
nei cieli, sulla terra e sotto terra;  
e ogni lingua proclami  
che Gesù Cristo è il Signore, a gloria di Dio Padre.



**L3:** Colui che si illude di possedere tutto, o di sapere tutto, non si mette in viaggio: è tanto pieno di se stesso che non ne sente l'esigenza e, se anche lo facesse, non ne riceverebbe niente, non godrebbe di questo cammino.

Parte invece chi è in ricerca, chi conosce anche il suo vuoto, la sua piccolezza. È questa coscienza del vuoto buono che accompagna il mio viaggio. Lo chiamo 'buono' perché mi permette di camminare, è, anzi, il segreto del cammino: in genere il vuoto noi lo percepiamo come qualcosa di negativo o di minaccioso; invece la coscienza del vuoto, che è poi la coscienza della propria fragilità e piccolezza, è una consapevolezza buona, che consente di proseguire il cammino e di andare avanti, di scoprire la bellezza e la bontà delle cose che scorgi per la via, di trovare compagni di viaggio. (Angelo Casati).

**L4:** "Il segno della Croce è in qualche modo la sintesi della nostra fede perché ci dice quanto Dio ci ha amati; ci dice che, nel mondo, c'è un amore più forte della morte. Il Figlio di Dio s'è reso vulnerabile, prendendo la condizione di servo, obbedendo fino alla morte e alla morte di croce. E' per la sua Croce che siamo salvati. La Chiesa ci invita a rendere grazie a Dio, perché da un albero che aveva portato la morte è scaturita nuovamente la vita. È su questo legno che Gesù ci rivela la sua sovrana maestà, ci rivela che Egli è esaltato nella gloria." (Benedetto XVI)

**T: Abita, Signore Gesù, la nostra casa e la nostra vita,  
dona valore alle nostre fatiche quotidiane  
ed apri il nostro lavoro al futuro.**

**Nello stare con te, perseverando in preghiera,  
fa' che possiamo comprendere la nostra vocazione.  
Nello stare con te, ascoltando la tua Parola,  
fa' che possiamo rinnovare la nostra fede. Amen.**



**L5:** Ciò che fonda una città e ciò che sostiene una famiglia è la trama dei legami; ma senza un disegno progettato la trama potrebbe perdersi nel caos. La nostra vita, senza relazioni, sarebbe destinata alla solitudine; ma le relazioni vissute per se stesse rischiano la sterilità. Marco Polo, ne *Le città invisibili* di Italo Calvino, racconta a Kublai Khan di Ersilia, città degli scambi che ha incontrato, o immaginato, in uno dei suoi viaggi.

**L6:** «A Ersilia, per stabilire i rapporti che reggono la vita della città, gli abitanti tendono dei fili tra gli spigoli delle case, bianchi o neri o grigi o bianco e neri a seconda se segnano relazioni di parentela, scambio, autorità, rappresentanza. Quando i fili sono tanti che non ci si può più passare in mezzo, gli abitanti vanno via: le case vengono smontate; restano solo i fili e i sostegni dei fili. Dalla costa d'un monte, accampati con le masserizie, i profughi di Ersilia guardano l'intrico di fili tesi e pali che s'innalza nella pianura. È quello ancora la città di Ersilia, e loro sono niente. Riedificano Ersilia altrove. Tessonono con i fili una figura simile che vorrebbero più complicata e insieme più regolare dell'altra. Poi l'abbandonano e trasportano ancora più lontano sé e le case. Così viaggiando nel territorio di Ersilia incontri le rovine delle città abbandonate, senza le mura che non durano, senza le ossa dei morti che il vento fa rotolare: ragnatele di rapporti intricati che cercano una forma».

**G:** Paolo questa sera ci invita ad avere in noi gli stessi sentimenti di Cristo. E' una richiesta difficile che forse ci fa sorridere, ci trova impreparati, ci spaventa. Il cantico dei Filippesi ci presenta un movimento di Dio verso il basso, mistero che abbiamo contemplato nel Natale e successivamente ci porta nuovamente ad alzare lo sguardo sulla croce. La croce. In questo primo momento di silenzio adorante proviamo a contemplare il braccio orizzontale della croce, ovvero tutte le relazioni che viviamo: lavoro, volontariato, sport, amicizia, famiglia. Chiediamoci quali sentimenti prevalgono e li scriviamo sui post-it che abbiamo ricevuto.

**SILENZIO**

**Canto:** Re di gloria

1. Ho incontrato te, Gesù,  
e ogni cosa in me è cambiata,  
tutta la mia vita ora ti appartiene  
tutto il mio passato io lo affido a te,  
Gesù, Re di gloria, mio Signor.  
Tutto in te riposa,  
la mia mente, il mio cuore,  
trovo pace in te Signor tu mi dai la gioia.  
Voglio stare insieme a te, non lasciarti mai,  
Gesù, Re di gloria, mio Signor.

**Dal tuo amore chi mi separerà,  
sulla croce hai dato la vita per me.  
Una corona di gloria mi darai  
quando un giorno ti vedrò.**

2. Tutto in te riposa,  
la mia mente, il mio cuore,  
trovo pace in te, Signor, tu mi dai la gioia vera.  
Voglio stare insieme a te, non lasciarti mai  
Gesù, Re di gloria, mio Signor.

**G:** Abbiamo iniziato l'anno con la lettura del libro dei Numeri che narrava la benedizione di Mosè e che si concludeva con l'esortazione di Dio "porrete il mio nome sui figli di Israele e io li benedirò". Anche Gesù, otto giorni dopo la nascita, viene circumciso e, ci racconta Luca: "gli fu messo nome Gesù". Nel nome Gesù abbiamo la sintesi del sogno di Dio, Gesù significa "Dio salva": è il desiderio che viene dall'alto e che spogliò se stesso per attuarlo. Il sogno di Gesù era legato al suo nome, la lettera ai Filippesi ci dice che Gesù è il nome al di sopra di ogni altro nome. Forse il senso del nostro pregare, venire a Messa, adorare sta proprio in questo specchiarci nel suo nome. Chiediamolo con il salmo 138 pregato alternando le voci femminili a quelle maschili.

Signore, tu mi scruti e mi conosci, tu sai quando seggo e quando mi alzo.  
Penetri da lontano i miei pensieri, mi scruti quando cammino e quando riposo.

*Ti sono note tutte le mie vie; la mia parola non è ancora sulla lingua e tu,  
Signore, già la conosci tutta.*

Alle spalle e di fronte mi circondi e poni su di me la tua mano.  
Stupenda per me la tua saggezza, troppo alta, e io non la comprendo.

*Dove andare lontano dal tuo spirito, dove fuggire dalla tua presenza?  
Se salgo in cielo, là tu sei, se scendo negli inferi, eccoti.*

Se prendo le ali dell'aurora per abitare all'estremità del mare,  
anche là mi guida la tua mano e mi afferra la tua destra.

*Se dico: «Almeno l'oscurità mi copra e intorno a me sia la notte»;  
nemmeno le tenebre per te sono oscure, e la notte è chiara come il giorno;  
per te le tenebre sono come luce.*

Sei tu che hai creato le mie viscere e mi hai tessuto nel seno di mia madre.  
Ti lodo, perché mi hai fatto come un prodigio;  
sono stupende le tue opere, tu mi conosci fino in fondo.

*Non ti erano nascoste le mie ossa quando venivo formato nel segreto,  
intessuto nelle profondità della terra.*

Ancora informe mi hanno visto i tuoi occhi e tutto era scritto nel tuo libro;  
i miei giorni erano fissati, quando ancora non ne esisteva uno.

*Quanto profondi per me i tuoi pensieri, quanto grande il loro numero, o Dio;  
se li conto sono più della sabbia, se li credo finiti, con te sono ancora.*

Scrutami, Dio, e conosci il mio cuore, provami e conosci i miei pensieri:  
vedi se percorro una via di menzogna e guidami sulla via della vita.



**L7:** La fede in Gesù, presenza di Dio nel tempo del mondo e nella quotidianità dell'esistenza di ognuno, non è scontata. Il proposito di legami sinceri, secondo il vangelo, non è facile: in noi si insinuano il tarlo del dubbio, l'inquietudine dell'intelligenza e la fragilità del tradimento.

**T: Fino a quando nell'anima mia addenserò pensieri, tristezza nel mio cuore tutto il giorno?  
Guarda, rispondimi, Signore, mio Dio, conserva la luce ai miei occhi,  
perché non mi sorprenda il sonno della morte.**

**Io nella tua fedeltà ho confidato; esulterà il mio cuore nella tua salvezza,  
canterò al Signore, che mi ha beneficato. (Dal Sal 13)**

**L8:** Ci fa bene ricordare come finisce la Bibbia nel libro dell'Apocalisse: "Chi ha orecchi, ascolti ciò che lo Spirito dice alle Chiese: al vincitore darò la manna nascosta e una pietra bianca sulla quale sta scritto un nome nuovo, che nessuno conosce all'infuori di chi lo riceve". (Ap 2,17).

**L9:** C'è un nome nuovo che Dio consegna ogni qual volta decidiamo di rispondere alla sua Parola. Dio lo consegna a ciascuno come l'aurea pepita che abbiamo cercato lungo i giorni della nostra esistenza, il nome segreto a noi stessi, che i nostri travagli hanno cercato di esprimere. La svolta del nostro cammino: il Signore della Vita che ci viene incontro e ci dona ciò che mai abbiamo saputo compiutamente dire: le sillabe nel nostro nome nascosto.

"Il mio nome è al termine del mio viaggio", dice Agilulfo nel *Cavaliere inesistente*, è il nome che ci è stato impresso con il battesimo, con cui ci chiama Dio.

**G:** In questo secondo momento di silenzio proviamo a ripetere il nostro nome fatto di incontri ed esperienze davanti a Gesù, il "nome al di sopra di ogni altro nome", chiediamogli di darci i suoi stessi sentimenti, di assomigliare sempre di più a lui. Scriviamo poi il nostro nome sul foglietto.

## SILENZIO

**G:** Concludiamo con le parole di don Orione:

**Fiat!** È una piccola parola, dolce ricovero innalzato dal buon Dio in mezzo a questo deserto arido e difficile da attraversare, che si chiama vita.

**Fiat!** Esprime l'atto del fanciullo che si getta con amore sul seno del padre finché passa l'uragano: l'atto del povero abbandonato che, dopo lunghi anni di vita triste e solitaria, ritrova la sua madre; l'atto dell'esiliato che, ricondotto sotto il tetto della sua infanzia, e rivedendo commosso tutto ciò che egli ha amato, non sa altro ripetere che: lo qui voglio morire!

**Fiat!** Pronunciatela questa parola, cuori spezzati dalla sofferenza e dalla lotta, o straziati dalla sofferenza dei vostri più cari, e sarà per voi un balsamo che vi guarirà.

**Fiat!** Pronunciate questa parola, cuori rattristati dalla solitudine, scoraggiati per l'abbandono, e sarà per voi l'amico che consola, l'appoggio che sostiene!

**Fiat!** Nelle tue mani dunque, nelle tue mani, o mio Dio!

**Fiat! Fiat!** Sofferente, innalzato, abbassato, utile a qualche cosa od inutile a tutti, io ti adorerò sempre e sarò sempre tuo, o mio Dio! Nessuno mi staccherà da Te!



**Canto finale:** Resta accanto a me

**Ora vado sulla mia strada,  
con l'amore tuo che mi guida  
o Signore ovunque io vada,  
resta accanto a me.  
Io ti prego stammi vicino,  
ogni passo del mio cammino  
ogni notte ogni mattino, resta accanto a me.**

1. Il tuo sguardo puro sia luce per me  
e la tua parola sia voce per me.  
Che io trovi il senso del mio andare so lo in te. Nel  
tuo fedele amare il mio perché. **Rit.**