

**DOMENICA 21 luglio 2024 XVI DOMENICA DEL T.O. ANNO B**

MA DOVE CORRI?

FERMATI E RIPOSATI!

«Aiutami a riscoprire  
il magico ristoro del riposo.

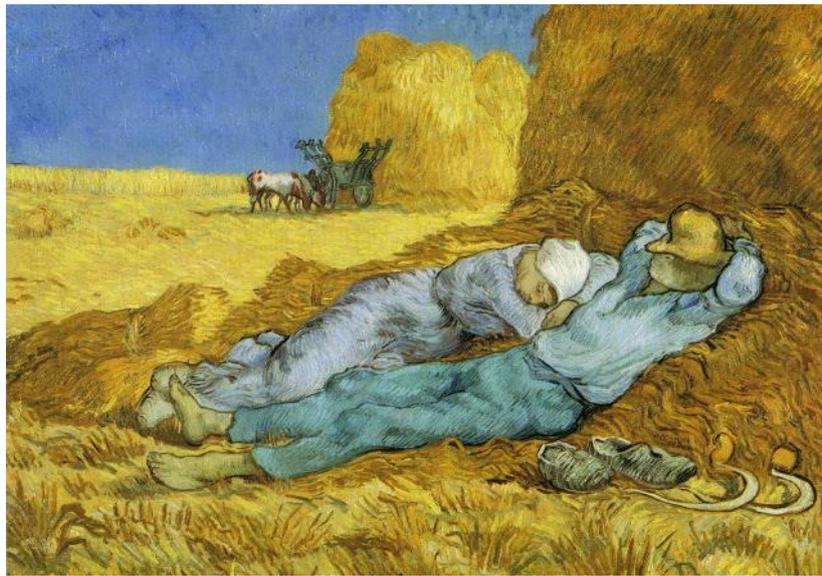
Insegnami l'arte di sostare un poco  
a guardare un fiore,

a chiacchierare con un amico,

ad accarezzare un cane,

a leggere poche righe da un buon libro».

William Edwin Sangster (Londra 1900 – 1960) , pastore metodista, scrittore.



**Colletta**

O Padre, che nella parola e nel pane di vita  
offri alla tua Chiesa la confortante presenza  
del Signore risorto, donaci di riconoscere in lui il vero re e pastore,  
che rivela agli uomini la tua compassione  
e reca il dono della riconciliazione e della pace.  
Egli è Dio, e vive e regna con te.

**Prima Lettura**

Dal libro del profeta Geremia Ger 23,1-6

Dice il Signore:

«Guai ai pastori che fanno perire e disperdono il gregge del mio pascolo. Oracolo del Signore. Perciò dice il Signore, Dio d'Israele, contro i pastori che devono pascere il mio popolo: Voi avete disperso le mie pecore, le avete scacciate e non ve ne siete preoccupati; ecco io vi punirò per la malvagità delle vostre opere. Oracolo del Signore. Radunerò io stesso il resto delle mie pecore da tutte le regioni dove le ho scacciate e le farò tornare ai loro pascoli; saranno feconde e si moltiplicheranno. Costituirò sopra di esse pastori che le faranno pascolare, così

che non dovranno più temere né sgomentarsi; non ne mancherà neppure una.  
Oracolo del Signore.

Ecco, verranno giorni - oracolo del Signore -  
nei quali susciterò a Davide un germoglio  
giusto,  
che regnerà da vero re e sarà saggio  
ed eserciterà il diritto e la giustizia sulla terra.  
Nei suoi giorni Giuda sarà salvato  
e Israele vivrà tranquillo,  
e lo chiameranno con questo nome:  
Signore-nostra-giustizia».  
Parola di Dio.

Salmo Responsoriale Dal Sal 22 (23)

**R. Il Signore è il mio pastore: non manco di nulla.**

Il Signore è il mio pastore: non manco di nulla.  
Su pascoli erbosi mi fa riposare, ad acque tranquille mi conduce.  
Rinfranca l'anima mia. R.

Mi guida per il giusto cammino a motivo del suo nome.  
Anche se vado per una valle oscura,  
non temo alcun male, perché tu sei con me.  
Il tuo bastone e il tuo vincastro mi danno sicurezza. R.

Davanti a me tu prepari una mensa sotto gli occhi dei miei nemici.  
Ungi di olio il mio capo; il mio calice trabocca. R.

Sì, bontà e fedeltà mi saranno compagne tutti i giorni della mia vita,  
abiterò ancora nella casa del Signore per lunghi giorni. R.

### **Seconda Lettura**

Dalla lettera di san Paolo apostolo agli Efesini Ef 2,13-18  
Fratelli, ora, in Cristo Gesù, voi che un tempo eravate lontani, siete diventati  
vicini, grazie al sangue di Cristo.

Egli infatti è la nostra pace,  
colui che di due ha fatto una cosa sola,  
abbattendo il muro di separazione che li divideva,  
cioè l'inimicizia, per mezzo della sua carne.  
Così egli ha abolito la Legge, fatta di prescrizioni e di decreti,  
per creare in se stesso, dei due, un solo uomo nuovo,  
facendo la pace,  
e per riconciliare tutti e due con Dio in un solo corpo,  
per mezzo della croce,  
eliminando in se stesso l'inimicizia.

Egli è venuto ad annunciare pace a voi che eravate lontani,  
e pace a coloro che erano vicini.

Per mezzo di lui infatti possiamo presentarci, gli uni e gli altri,

al Padre in un solo Spirito.  
Parola di Dio.

### **Alleluia, alleluia.**

Le mie pecore ascoltano la mia voce, dice il Signore,  
e io le conosco ed esse mi seguono. (Gv 10,27)

### **Alleluia.**

### **Vangelo**

Dal Vangelo secondo Marco Mc 6,30-34

In quel tempo, gli apostoli si riunirono attorno a Gesù e gli riferirono tutto quello che avevano fatto e quello che avevano insegnato. Ed egli disse loro: «Venite in disparte, voi soli, in un luogo deserto, e riposatevi un po'». Erano infatti molti quelli che andavano e venivano e non avevano neanche il tempo di mangiare. Allora andarono con la barca verso un luogo deserto, in disparte. Molti però li videro partire e capirono, e da tutte le città accorsero là a piedi e li precedettero. Sceso dalla barca, egli vide una grande folla, ebbe compassione di loro, perché erano come pecore che non hanno pastore, e si mise a insegnare loro molte cose. Parola del Signore.

### **Sulle offerte**

O Dio, che nell'unico e perfetto sacrificio di Cristo  
hai dato compimento alla Legge antica,  
accogli e santifica questa nostra offerta  
come un giorno benedicasti i doni di Abele,  
perché ciò che ognuno di noi presenta in tuo onore  
giovi alla salvezza di tutti.  
Per Cristo nostro Signore.

### **Dopo la comunione**

Assisti con bontà il tuo popolo, o Signore,  
e poiché lo hai colmato della grazia di questi santi misteri,  
donagli di passare dall'antica condizione di peccato  
alla pienezza della vita nuova.  
Per Cristo nostro Signore.

### **Ermes Ronchi**

Da quel pellegrinaggio fatto a due a due, i dodici sono tornati.  
E il successo è evidente: così tanta gente che non avevano neppure il tempo di mangiare.  
E Gesù li vede stanchi. Annunciare stanca. Farlo con cuore e senza mezzi stanca anche di più. Abbiamo una malattia tutta cattolica che è quella di essere eroici, di non mostrare mai cedimenti, mai crepe, di essere sempre sul pezzo.  
Il vangelo di oggi dice altro: c'è tanto da fare in Israele, malati, lebbrosi, vedove, ciechi, eppure Gesù, invece di buttare i discepoli dentro il vortice del dolore cosa fa? Li porta via con sé, per insegnar loro qualcosa.  
Questo meraviglioso vangelo rivela la prima delle tre cose che Dio vuole per noi: lui vuole persone felici, non cerca eroi!

Andiamo a riposarci un po'. Non dice ai dodici: andiamo a pregare o a ripassare la lezione. No, andiamo in vacanza! Andiamo a fare semplicemente le creature, senza uno scopo, e la vita si prenderà cura di noi.

Sbarcano e subito sono circondati da più gente di prima. Addio silenzio, finita la pace, tutti i programmi saltati.

Il progetto era sacrosanto. Andiamo a tirare il fiato, e Dio non glielo lascia fare. C'è di che innervosirsi.

Ed ecco che Gesù anziché dare la priorità al programma dà la priorità alle persone: sappi che tu vali più dei programmi, perfino di quelli di Dio.

Il motivo è detto in queste due parole: Gesù prova compassione.

Il termine indica un morso, un crampo, uno spasmo dentro, un male allo stomaco. La prima sua reazione è provare dolore per il dolore del mondo, e tutto quello che segue deriva da questo.

Gesù chiama i dodici e affida loro questo suo sentimento che dovranno preservare, custodire, salvare.

Devono imparare le viscere di Dio, ed è la seconda cosa che Lui vuole per noi. Se c'è, fra noi, gente che sa ancora provare compassione davanti al dolore dell'uomo e della donna, allora c'è ancora speranza per il mondo.

Terzo atto della sinfonia della vita. Gesù vede, prova compassione e parla: si mise a insegnare molte cose.

Forse abbiamo dimenticato che c'è una vita profonda in noi, e Gesù la raggiunge, e allora è come una manciata di luce gettata nel cuore di ciascuno, a illuminare la via. La risposta di Gesù alla folla dolente che lo assedia non sono miracoli o guarigioni, ma sono gli apostoli, inviati a prendersi cura; sono io, siamo noi, se abbiamo imparato il cuore di Dio.

Dio vide ciò che aveva fatto: bello! Lo amò, e poté riposarsi.

Amare riposa! Andiamo in vacanza con Dio! Proviamo a riposare con lui: una preghiera al mattino, un piccolo brano, un silenzio breve ma intensamente cercato. Cerchiamo un luogo in cui posare la testa sulla spalla di Dio.

È il grande insegnamento di quel giorno: impariamo uno sguardo che abbia commozione e tenerezza, e poi le parole di cura nasceranno.

### **Don Roberto**

Gesù è un maestro di vita che si preoccupa soprattutto di "formare" delle persone. Attraverso il suo esempio, insegna l'arte di vivere.

Dopo aver condiviso con i suoi discepoli e discepole la loro gioia per il successo della prima esperienza di annunciatori del Vangelo, non si mette a fare ulteriori programmi o progetti, ma li invita a riposarsi.

**«Venite in disparte, voi soli, in un luogo deserto, e riposatevi un po'».**

A lui non interessano i risultati. Bisogna uscire dalla logica della produzione e dallo stress di prestazione. Quello che conta è che la persona stia bene. Nessuno è chiamato ad essere un **super-eroe**. E nemmeno siamo chiamati a fare gli operai da catena di montaggio.

Siamo tutti fragili. Le nostre forze sono limitate.

Per questo bisogna trovare il coraggio di fermarsi, per dedicare un po' di **tempo a se stessi**, per riposarsi, per recuperare le forze, per star bene.

**Volersi bene non è egoismo.**

E' invece il punto di partenza per aprirsi veramente agli altri.

Siamo tutti continuamente assillati dal fare. **Fermarsi, riposarsi, non è perdere tempo.** Ti permette invece di crescere, di star meglio.

Il riposo non è *“il dolce far niente”*. È invece qualche cosa di **positivo**.

Il riposo per Dio è **una festa, il sabato**. Il libro della Genesi ci ricorda che *“il settimo giorno quando vide che tutto era bello e buono, Dio si riposò”*.

Il “sabato”, il riposo, non è l’interruzione del lavoro, ma il tempo prezioso in cui ritrovare e ripensare il senso della vita.

**Il riposare** ti regala il piacere di contemplare le bellezze della natura, i fiori, il mare, le montagne. Ti aiuta a vivere in modo più profondo le amicizie, a coltivare nuove relazioni.

Il dedicare un po’ di tempo per sé stessi, ti fa riscoprire quanto è importante il silenzio, il leggere, l’ascoltare musica.

Quando siamo stressati tutto diventa più difficile. Se invece siamo rilassati le cose si fanno meglio e anche le relazioni sono più vere e più profonde.

E’ quello che succede a Gesù:

**“...Vide una grande folla, ebbe compassione di loro...”**.

Dopo che si è riposato, non solo **vede**, ma anche si **commuove**. Entra in **empatia** con l’altro. Rivela le sue viscere materne, il suo sguardo pieno di tenerezza.

Gesù ci insegna che per vivere profondamente la propria “umanità” bisogna imparare a saper sempre coniugare il cielo con la terra,

il **pensare a sé**, senza mai dimenticare l’altro che ti sta accanto;

**essere aperti al mistero, al divino**, senza mai dimenticare **la vita**, la storia.

Un cristianesimo che si interessa soltanto del **“sociale”**, rischia di confondersi con la **politica e le ideologie**.

Una fede troppo **“intimistica”**, rischia di ridursi a riti e formule lontane dalla vita.

In sintesi possiamo dire con **San Paolo**: *“cerchiamo sempre le cose di lassù”*, ma come ci suggeriva il filosofo **Nietzsche**: *“rimanendo sempre fedeli alla terra”*.

### **Padre Franco Mosconi**

Poi Gesù, nel Vangelo, ci invita in disparte per riflettere e riposare un poco.

Chi lavora ha bisogno di riprendersi un momento di riposo, e l’attività apostolica, come afferma Paolo che per lunghi anni l’ha svolta, è un duro lavoro. Ecco la ragione per cui, al ritorno dalla loro missione, gli apostoli sono invitati da Gesù a riposare un po’. L’episodio in sé potrebbe apparire piuttosto banale, **ma**

**l’evangelista lo riporta perché contiene messaggi importanti per i discepoli di Cristo**.

Nella prima parte vengono introdotti gli apostoli che ritornano soddisfatti dalla loro missione; si riuniscono attorno al Maestro e gli riferiscono quanto hanno fatto e insegnato. Dopo averli ascoltati, egli li invita a ritirarsi con lui, in disparte, in un luogo solitario, lontano dalla folla. La scena di Gesù che si apparta con i discepoli, si ripete spesso nel Vangelo di Marco e prepara sempre una rivelazione importante. Nel nostro brano l’espressione in disparte è ripetuta due volte ed è accentuata dal fatto che Gesù e i dodici si trovano soli su una

barca che, nel silenzio, lentamente si allontana sul lago. **L’espressione in**

**disparte dà il tono a tutto il brano**. Il servizio alla comunità richiede molto

impegno e grande generosità, ma bisogna fare attenzione perché, facilmente può trasformarsi in **attività frenetica, valutata secondo i criteri della produttività**

**aziendale;** allora incombe anche sui ministri più generosi, il pericolo di perdere il contatto con il datore di lavoro, **con Cristo e la sua Parola.**

E' vero che tutta la vita dovrebbe essere preghiera, tuttavia se non si ritagliano spazi e momenti di silenzio in cui si rimane soli con il Signore; se non ci si stacca dalle attività che assorbono tutto il tempo e tutte le energie si finisce per atrofizzarsi. Anche durante la realizzazione dei programmi apostolici, non può mai mancare il riferimento alla sua Parola e, a opera conclusa, è sempre necessario ritirarsi in disparte, per valutare con Lui, Gesù, come hanno fatto i dodici, ciò che è stato realizzato. Il riposo di Gesù e degli apostoli dura poco purtroppo; solo il tempo della traversata del lago. Nella seconda parte del brano, eccoli infatti di nuovo in mezzo alla gente che, accorsa da ogni parte, li aspetta sulla riva. **Il suo appartarsi non è stata una fuga, ma una ricarica spirituale nell'incontro con il Padre.**

Quando sono portatori di una Parola divina che infonde speranza e comunica salvezza, i discepoli sono sempre attesi con impazienza e accolti con gioia. L'incontro con la folla suscita in Gesù una reazione emotiva così forte che, per descriverla l'evangelista ricorre al verbo greco che esprime un sentimento di compassione così profondo e così intenso da poter essere provato solo da Dio. Nella Bibbia indica il gesto tenero ed affettuoso del Signore che si china sull'uomo per fasciarne le ferite. Marco ha già rilevato in Gesù questo sentimento quando un lebbroso in ginocchio l'ha supplicato, e di nuovo li rileverà nell'incontro con le folle affamate:” **Ho compassione di questa gente,** poiché da tre giorni sta con me e non ha da mangiare. (Mc 8,2). **La reazione di Gesù rivela la tenerezza di Dio di fronte al dolore dell'uomo.**

L'evangelista completa la scena con una immagine d'una bellezza e di una dolcezza incomparabili:” Si commosse per loro, perché erano come pecore senza pastore” (34).

In questa pagina di oggi non c'è traccia di miracoli ma c'è una parola che vale più di un miracolo: **Gesù si commosse. Scusate se mi soffermo più volte su questo aspetto di Gesù.** C'è qualcosa di materno in queste parole, come un intenerimento di fronte alla stanchezza forse neppure confessata, ma da Gesù prontamente intuita e condivisa. Come se volesse dire:” **Il fare è importante, ma altrettanto importante è riposare”.**

Non solo. Non bisogna mai sentirsi indispensabili quasi che tutto dipenda da noi e niente sia lasciato all'azione provvidente del Padre. “Venite in disparte”. Per essere disponibili nei confronti degli altri bisogna prima in qualche modo appartarsi. Per poter dare è necessario prima ricevere quella ricchezza che è dispensata dal silenzio e dalla preghiera. **Se ci separa dal mondo esterno, è per rientrarvi con una generosità maggiore.** Che cosa infatti potremmo comunicare, se prima non c'è stato il momento del silenzio, dell'ascolto, dello stupore, della contemplazione delle cose di Dio?

La pietà, che finora abbiamo vista riservata ai discepoli, subito dopo, nello svolgersi del racconto, viene allargata alla folla: **“Erano pecore senza pastore”.** Bisogna osservare a questo proposito che la folla non mancava di pastori...molti di questi pastori, invece di consolare e di incoraggiare, non facevano altro che opprimere con norme insostenibili e con sensi di colpa angosciosi. Non doveva essere compito del pastore quello **di fare vivere** comunicando fiducia e sicurezza?

“Guai a quei pastori che fanno perire e disperdono il gregge del mio pascolo” aveva gridato Dio attraverso la voce di Geremia. Torniamo a ripetere che “Gesù si commosse”. Sarà **Lui il pastore che si farà agnello per restituire al popolo smarrito fiducia e speranza**. Il bisogno che noi sentiamo è quello di recuperare uno sguardo, uno sguardo diverso sulla realtà, uno sguardo più profondo, **lo sguardo di Gesù**, lo sguardo che prova compassione. Commozione: mosso è il cuore, non solo la testa.

**Come è importante allora la sosta nel luogo solitario. Per trovare uno sguardo, lo sguardo di Gesù che si commuove.**

Per chiudere, il vero pastore è colui che come Gesù sente di dover offrire tenerezza, comprensione, solidarietà, amore senza calcolo e senza prudenze umane. **Se ancora c'è qualcuno che si commuove per gli altri, allora questa nostra società di pecore senza pastore può ancora sperare**: vuol dire che si rivela qualcosa di quella pietà di Dio che un giorno lontano ha suggerito al salmista quelle stupende parole che abbiamo ripetuto nel salmo responsoriale:” Il Signore è il mio pastore non manco di nulla”.

Il brano di oggi si conclude osservando che Gesù “si mise a insegnare loro molte cose” (34). Non si è abbattuto contro i responsabili della condizione penosa in cui il popolo era ridotto, **si è messo ad insegnare**, perché anzitutto questo è il pane di cui l'uomo ha bisogno. Infine, il bisogno che noi sentiamo è quello di recuperare uno sguardo, uno sguardo diverso sulla realtà, uno sguardo più profondo, **lo sguardo di Gesù**, lo sguardo che provoca compassione. Commozione: mosso è il cuore, non solo la testa, non solo le mani.

**Come è importante allora la sosta nel luogo solitario. Per ritrovare uno sguardo, lo sguardo di Gesù che si commuove.**