

Elemosina, Preghiera e Digiuno: percorsi di libertà per una sequela autentica

Mt 6,1–6.16–18 (escluso il “padre nostro”: 6,7–15)

ESORTAZIONE GENERALE	State attenti a non praticare la vostra giustizia davanti agli uomini per essere ammirati da loro, altrimenti non c'è ricompensa per voi presso il Padre vostro che è nei cieli.			
DIVIETO DELLA PRATICA SBAGLIATA	Dunque, quando fai l'elemosina,	E quando pregate,	E quando digiunate,	ARGOMENTO
	non suonare la tromba davanti a te, come fanno gli ipocriti nelle sinagoghe e nelle strade,	non siate simili agli ipocriti che, nelle sinagoghe e negli angoli delle piazze, amano pregare stando ritti,	non diventate malinconici come gli ipocriti, che assumono un'aria disfatta	IMPERATIVO: DESCRIZIONE DELLA PRATICA SBAGLIATA
	per essere lodati dalla gente.	per essere visti dalla gente.	per far vedere agli altri che digiunano.	SCOPO ERRONEO
	In verità io vi dico: hanno già ricevuto la loro ricompensa.	In verità io vi dico: hanno già ricevuto la loro ricompensa.	In verità io vi dico: hanno già ricevuto la loro ricompensa.	CONSEGUENZA
ISTRUZIONE SULLA PRATICA CORRETTA	Invece, mentre tu fai l'elemosina,	Invece, quando tu preghi,	Invece, quando tu digiuni,	ARGOMENTO
	non sappia la tua sinistra ciò che fa la tua destra,	entra nella tua camera, chiudi la porta e prega il Padre tuo, che è nel segreto;	profumati la testa e lavati il volto,	IMPERATIVO: DESCRIZIONE DELLA PRATICA CORRETTA
	perché la tua elemosina resti nel segreto;	[implicito]	perché la gente non veda che tu digiuni, ma solo il Padre tuo, che è nel segreto;	SCOPO CORRETTO
	e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà.	e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà.	e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà.	MOTIVAZIONE E PROMESSA FUTURA

Contro la tentazione dell'apparire:

- 1Sam 16,7 “l'uomo vede l'apparenza, il Signore vede il cuore”.
- Lc 18,9-14: il fariseo e il pubblicano.

Rifiuto dell'ipocrisia: Mt 23,3-28

La **libertà "da"** (i condizionamenti) deve essere a servizio di una **libertà "per"** (seguire Gesù, stare con lui, conoscerlo, amarlo, imitarlo, corrispondere al suo amore...e amare i fratelli).

«L'uomo crede di volere la libertà. In realtà ne ha una grande paura. Perché la libertà lo obbliga a prendere delle decisioni, e le decisioni comportano rischi» (Erich Fromm, *Il coraggio di essere*).

Elemosina (o misericordia): avere pietà, compassione del prossimo, essere sensibili, solidali
Per uscire da sé verso gli altri ed essere **liberati "da"** egoismo, avarizia, brama di possesso.

- Lc 10,25-37: il buon Samaritano
- Lc 12,33-34: dove è il tuo tesoro, là sarà anche il tuo cuore
- Mt 25,31-46: ogni volta che avete fatto questo a uno di questi miei fratelli, l'avete fatto a me.

SPUNTI PER LA MEDITAZIONE. Ricordo le opere di misericordia corporali e spirituali? [*Dar da mangiare agli affamati. Dar da bere agli assetati. Vestire gli ignudi. Alloggiare i pellegrini. Visitare gli infermi. Visitare i carcerati. Seppellire i morti. Consigliare i dubbiosi. Insegnare agli ignoranti. Ammonire i peccatori. Consolare gli afflitti. Perdonare le offese. Sopportare pazientemente le persone moleste. Pregare Dio per i vivi e per i morti*] Ce n'è qualcuna che potrei fare? Sono capace di ascoltare? Dedico un po' del mio tempo a chi ha bisogno? So rinunciare ai miei programmi o almeno modificarli se qualcuno ha bisogno di me? Come guardo (giudico) gli altri? Devo forse cambiare il mio sguardo (avere quello del buon Samaritano o quello di Dio Padre)? Potrei fare qualche offerta o, a esempio, un'adozione a distanza (presso enti sicuri e affidabili)? Come utilizzo il denaro?

Preghiera (orazione): relazione con qualcuno e grido che invoca una pienezza

Per uscire da sé verso Dio ed essere **liberati "da"** l'autosufficienza e da una vita totalmente appiattita sulle realtà terrestri

È un incontro, un'attenzione amorosa a Dio. È disponibilità e accoglienza di una presenza. È ascolto:

- 1Sam 15,22: obbedire è meglio del sacrificio
- Nehemia 1,1-11: preghiera di confessione dei peccati
- Sal 30,1-6: preghiera di lode e ringraziamento
- 1Sam 1,9-18: la preghiera di supplica di Anna, sterile, per avere un figlio [che sarà il profeta Samuele]

SPUNTI PER LA MEDITAZIONE. Quanto tempo dedico alla settimana alla preghiera? E al giorno? E alla preghiera con la Sacra Scrittura? Prego sempre e solo per chiedere? Parlo con Gesù con semplicità, "come a un amico"? Offro le mie azioni al Signore e verifico, la sera, com'è andata la giornata con l'esame di coscienza? Ho paura del silenzio? Da quanto tempo non mi prendo un po' di tempo, di silenzio, per riflettere sulla mia vita alla luce del Vangelo?

Digiuno: rinuncia volontaria a qualcosa di buono, un NO per dire dei SI

Per uscire da sé verso la creazione ed essere **liberati "da"** la schiavitù delle cose, il perfezionismo, il materialismo

È un NO per dire SI: al dominio di sé; alla propria fragilità creaturale; ai valori morali e spirituali; a Dio; alla solidarietà e alla condivisione

- Dt 8,3: "Non di solo pane vive l'uomo, ma di ciò che esce dalla bocca di Dio"
- Lc 16,16: "Non potete servire Dio e Mammona (il denaro)"
- "Nessuno è libero se non è padrone di se stesso" (Epitteto).

Attenzione al digiuno che può diventare autocompiacimento ("come sono bravo/a"!). Vero digiuno è quello che mi aiuta ad astenermi dal peccato e mi apre alla solidarietà con i fratelli.

SPUNTI PER LA MEDITAZIONE. Qual è stata (e quando) l'ultima mia rinuncia volontaria a qualcosa di buono per una buona causa? Posso, in questo periodo, rinunciare a qualcosa (cibo, TV, sigarette, comodità, spettacoli, sonno, alcool, soldi, mezzi di comunicazione, social network, ecc.), meglio se a vantaggio di qualcun altro? Sono attento/a ad evitare lo spreco? Do molta (troppa) attenzione alla cura del mio corpo, al mio abbigliamento, al mio benessere?