

## Omelia della Messa di domenica 26 maggio

*Vi lascio la pace, vi dò la mia pace. Non come la dà il mondo io la dò a voi.* Sono parole di Gesù appena sentite nel Vangelo. Che pace è questa di cui parla Gesù? Una cosa è certa: non è semplicemente il contrario della guerra e nemmeno solo la tregua che intercorre tra 2 guerre. Pace è la pace interiore, la pace del cuore, la pace con se stessi e dentro se stessi. E ciò lo si capisce dal fatto che Gesù contrappone alla pace il turbamento del cuore. Dice infatti: *Non sia turbato il vostro cuore.* Gesù cioè non ci vuole turbati ma in pace, non ci vuole ansiosi o scossi, ma distesi e pacificati. Ho detto l'altro giorno a qualcuno: *“fino a quando non farai pace con chi sei, non sarai contento.”* Che è come dire: *“fino a che non sarai in pace con te stesso, sarai in guerra con il mondo intero.”* Sei anni fa Papa Francesco fu eletto Papa. Sentite come in alcune interviste descrisse quel momento: *“Appena avvertii che stavo per essere eletto Papa, una grande pace scese dentro di me e da allora non s'è ne è più andata.”*

➤ A questo punto sorge la domanda: quali sono i modi con cui anche noi come il Papa arriviamo a essere pervasi/invasi da una grande pace interiore? Rispondo immaginandomi queste parole da parte di Gesù: *“Quando lasciai la mia casa di Nazareth per dedicarmi a tempo pieno all'annuncio del Vangelo, trascorsi 40 giorni in riflessione e preghiera. Voi non immaginate quanta pace in quei 40 gg. mi entrò in cuore. Ecco allora il mio suggerimento: abituatevi alla meditazione! L'abitudine alla meditazione personale favorisce, e molto, il sorgere di una pace grande dentro di sé.”*

E cos'è la meditazione? E' la lettura calma, saporosa e frequente di un testo spirituale e magari questo testo fosse il Vangelo del giorno. L'abitudine a meditare ha la forza di scalzare ansie e preoccupazioni procurandoci una pace grande. La lettura calma di un testo si trasforma in calma che si deposita in noi. Ero ancora adolescente quando il mio parroco amava ripetere a me e ai miei amici: *Anche solo 10 minuti al giorno di meditazione personale possono esservi di grande aiuto.*

➤ Quando studiavo per diventare prete - ero in Seminario - ci veniva detto: *Ragazzi, per compiere bene il volo della vita, occorrono due ali: l'amore che è l'arte di stare con gli altri e la meditazione che è l'arte di stare con se stessi. Vivere è volare con queste due ali.* Ho sempre trovato molto belle queste parole. L'uomo infatti vive a 2 livelli, uno è la sua superficie, l'altro è la sua profondità. Bene, l'abitudine a meditare *fa essere sempre meno superficiali e sempre più profondi.* Ritagliarsi spazi per meditare non è né una perdita di tempo né un fuggire dai propri impegni, al contrario procura sempre più e sempre meglio uno sguardo saggio su cose e persone. Personalmente, io vivo la meditazione come un mettere a riposo la mia anima. Cos'è la nostra Cappella dell'adorazione se non un'iniziativa che va in questa direzione!? Meditare - e la cosa prima che a voi la dico a me - è fermarsi e chi non sa fermarsi non sa vivere. C'è un vivere positivo che consiste nell'azione e c'è un vivere positivo che proviene dalla sosta riflessiva. La vita non può essere soltanto un fare, un correre, un catturare, un consumare e un divorare. Un escursionista, quando prepara il suo percorso, prevede non solo l'attività ma anche i tempi e i luoghi di pausa che gli consentono di ristorarsi per poter riprendere il cammino. Visto che siamo nel mese della Madonna, non dimentichiamo che

Maria è un modello di silenzio e meditazione. Dice il Vangelo: *“Maria, da parte sua, serbava tutte queste cose meditandole nel suo cuore.”* (Lc. 2, 18)

*Gesù, abbiamo un bisogno enorme di quella pace di cui ci hai parlato nel Vangelo: siamo qui a Messa per invocarla e attenderla.*