

Accorgersi, farsi prossimo, curare e farsi carico di chi soffre

«Davanti a chi soffre» – scrive don Tonino Bello – «l'atteggiamento più giusto sembrerebbe il silenzio. Però anche il silenzio può essere frainteso o come segno di imbarazzo, o come tentativo di rimozione del problema. E allora tanto vale parlarne». Parlarne non è comunque facile; la prima reazione è la fuga, il rifugio in frasi fatte o pacche sulla spalla. Eppure, occorre parlare della sofferenza e comunicare con chi la patisce: è questo un passo fondamentale nel percorso della cura che mira al sollievo dalla sofferenza, ossia l'allentamento della morsa della sofferenza e del dolore anche quando non è possibile guarire.

Ecco perché domenica prossima, come ogni ultima domenica di maggio, si celebrerà

la XXII Giornata del Sollievo che ha tra i suoi promotori la Fondazione Nazionale Gigi Ghirotti onlus. Il messaggio di questa Giornata è rompere il silenzio sul tabù del dolore, focalizzandosi sul sollievo in ogni sua dimensione: fisica, psichica, spirituale e sociale, e sulle terapie oggi esistenti. Il sollievo di chi soffre si fonda su quattro

azioni da parte di chi se ne prende cura: *fare attenzione*, ossia accorgersi empaticamente; *farsi prossimo*; *curare* le cause della sofferenza; *farsi carico*. Sono quattro azioni fondamentali del "buon Samaritano" (Luca 10,25-37), che incontrando per strada un uomo ferito dai briganti, lo «vide e ne ebbe compassione. Gli si fece vicino, gli fasciò le ferite, versandovi olio e vino; poi lo caricò sulla sua cavalcatura, lo portò in un albergo e si prese cura di lui».

Ciascuno di noi può contribuire al sollievo delle persone a noi prossime e la Giornata del sollievo è un'occasione per vincere il silenzio sul tabù del dolore, iniziando a chiedersi: Mi accorgo delle persone a me vicine che stanno soffrendo? In che modo posso far sentire loro la mia presenza empatica? Quale gesto concreto di cura posso donare a chi soffre? Per quello che posso, come farmi concretamente carico di una persona cara malata? Ciascuna risposta andrebbe poi tradotta in azioni concrete per accendere un sorriso di sollievo in chi soffre. ■



CALENDARIO

(22-28 maggio 2023)

VII sett. di Pasqua - III sett. del Salterio.

22 L Regni della terra, cantate a Dio. Gesù conosce la debolezza dei discepoli: li incoraggia perché non cedano alla disperazione di fronte al peccato. *S. Rita da Cascia (mf); S. Giulia; S. Umiltà (Rosanna)*. At 19,1-8; Sal 67; Gv 16,29-33.

23 M Regni della terra, cantate a Dio. Gloria in ebraico evoca il concetto di "peso": è il peso dell'amore di Dio, rivelatosi in pienezza a noi sulla croce. *S. Desiderio; S. Giovanni B. de Rossi; S. Onorato*. At 20,17-27; Sal 67; Gv 17,1-11a.

24 M Regni della terra, cantate a Dio. L'unione del Padre con il Figlio ci manifesta l'identità divina di Gesù Cristo. *B.V. Maria Ausiliatrice; S. Vincenzo di Lérins; S. Servulo*. At 20,28-38; Sal 67; Gv 17,11b-19. *Oggi ricorre la Giornata mondiale di preghiera per la Chiesa in Cina, indetta da Benedetto XVI nell'anno 2007.*

25 G Proteggimi, o Dio: in te mi rifugio. Il fine della nostra vita è vivere in unione con il Padre e il Figlio e lo Spirito Santo, per contemplare la gloria della Trinità. *S. Beda (mf); S. Gregorio VII (mf); S. Maria M. de' Pazzi (mf)*. At 22,30; 23,6-11; Sal 15; Gv 17,20-26.

26 V S. Filippo Neri (m, bianco). Il Signore ha posto il suo trono nei cieli. L'amore di Cristo riconferma il primato di Pietro nonostante il suo rinnegamento. *S. Lamberto di Vence; B. Andrea Franchi*. At 25,13-21; Sal 102; Gv 21,15-19.

27 S Gli uomini retti, Signore, contempleranno il tuo volto. Ogni cristiano, come Pietro, è chiamato ad essere un discepolo e un testimone di Cristo. *S. Agostino di Canterbury (mf); S. Restituto; S. Eutropio*. At 28,16-20.30-31; Sal 10; Gv 21,20-25.

28 D Domenica di Pentecoste / A (s, rosso). Liturgia propria. Termina il tempo di Pasqua. *S. Germano*. At 2,1-11; Sal 103; 1Cor 12,3b-7.12-13; Gv 20,19-23. **Elide Siviero**

scintille

Di regola un ottimista è un tizio che non è sufficientemente informato.

– John Boynton Priestley

«Parlare col cuore: Veritatem facientes in caritate (Ef 4,15)»

è il titolo del Messaggio di papa Francesco per la 57ª Giornata Mondiale delle Comunicazioni Sociali. «Parlare col cuore» significa «rendere ragione della speranza che è in noi» (cf. 1Pt 3,14-17). In un tempo segnato da contrapposizioni quasi inconciliabili, anche nella vita ecclesiale, non vanno alimentati i contrasti, ma neppure va mortificata l'affermazione della verità. E dovere del cristiano, in modo particolare degli operatori della comunicazione, dire senza timore la verità, a volte scomoda, che trova il suo fondamento nel Vangelo. Lo stile dev'essere quello di sincera partecipazione alle gioie e alle sofferenze dell'uomo del nostro tempo, segnato da conflitti e ostilità. E ciò che insegna l'episodio evangelico di Emmaus in cui il misterioso Viandante dialogando con i discepoli li porta a leggere nella sua vera luce l'apparente sconfitta del Venerdì Santo.

LA DOMENICA. Periodico religioso n. 2/2023 - Anno 101 - Dir. responsabile: Pietro Roberto Minali - Reg. Tribunale di Alba n. 412 del 28/12/1983. Piazza S. Paolo 14, 12051 Alba CN. Tel. 800 509645 - E-mail: clienti.ladomenica@stpauls.it - CCP 107.201.26 - Editore Periodici San Paolo S.r.l. - Dir. editoriale Gruppo San Paolo: Carlo Cibien - © Periodici San Paolo S.r.l. - Abbonamento annuo € 14 (minimo 5 copie). Stampa ELCOGRAF s.p.a. - Per i testi liturgici: 2020 Fond. di Religione Ss. Francesco d'Assisi e Caterina da Siena; per i testi biblici: © 2007 Fond. di Religione Ss. Francesco d'Assisi e Caterina da Siena. Nulla osta per i testi biblici e liturgici. ■ Marco Brunetti, Vescovo, Alba CN. R. D. C. Recalcati.

33



A. BRASOLI

MISSIONARI DEL "DIO CON NOI"

Il racconto dell'ascensione di Gesù, che fa da apertura al libro degli Atti degli Apostoli, segna al tempo stesso l'inizio della vita e della missione della Chiesa, affidata agli apostoli. Sono essi che ora devono continuare la missione di Gesù («Andate e fate discepoli tutti i popoli»). Per questo Cristo li forma «durante quaranta giorni», un numero simbolico che nella Bibbia indica un periodo di preparazione per una particolare missione (*I Lettura*). L'ascensione al cielo ci fa contemplare il mistero di gloria che Dio ha rivelato in Cristo «quando lo ha risuscitato dai morti e lo ha fatto sedere alla sua destra nei cieli» (*II Lettura*). A questo mistero alludono le parole di Gesù: «A me è stato dato ogni potere in cielo e sulla terra».

L'evangelista Matteo che ha sempre presentato il Signore Gesù come l'Emmanuele ("il Dio con noi"), ci rassicura che, pur asceso al cielo, egli continua a rimanere nella sua comunità, che è la Chiesa: «Io sono con voi tutti i giorni, fino alla fine del mondo» (*Vangelo*). È presente anche nella tua vita se i tuoi occhi, che lo fissano nel cielo (come gli "uomini di Galilea"), lo sanno vedere anche dove tu vivi, lavori, ami, soffri e preghi.

don Primo Gironi, ssp, biblista

■ Con la sua ascesa al cielo il Risorto termina le sue apparizioni ai discepoli, dei quali ha rafforzato la fede e indicato la missione. Il Signore promette d'inviare il suo Spirito, per mezzo del quale rimarrà con la sua Chiesa, per fare dei credenti suoi testimoni, da Gerusalemme fino ai confini della terra. Oggi ricorre la 57ª Giornata per le comunicazioni sociali.

MESSA VESPERTINA NELLA VIGILIA

Tutto come nella Messa del giorno, comprese le Letture, eccetto quanto segue:

ANTIFONA D'INGRESSO (Cf. Sal 67/68,33.35) in piedi **Regni della terra, cantate a Dio, cantate inni al Signore, che ascende nei cieli eterni. Sopra le nubi splende la sua bellezza e la sua potenza. Alleluia.**

ORAZIONE COLLETTA

C - O Padre, il tuo Figlio oggi è asceso alla tua destra sotto gli occhi degli apostoli: donaci, secondo la sua promessa, di godere sempre della sua presenza accanto a noi sulla terra e di vivere con lui in cielo. Egli è Dio, e vive e regna con te... **A - Amen.**

ORAZIONE SULLE OFFERTE

C - O Padre, il tuo Figlio unigenito, nostro Sommo Sacerdote, sempre vivo, siede alla tua destra per

intercedere a nostro favore: concedi a noi di accostarci con piena fiducia al trono della grazia per ricevere la tua misericordia. Per Cristo nostro Signore. **A - Amen.**

ANTIFONA ALLA COMUNIONE

(Cf. Eb 10,12) **Cristo, avendo offerto un solo sacrificio per i peccati, siede per sempre alla destra di Dio. Alleluia.**

ORAZIONE DOPO LA COMUNIONE

in piedi C - I doni che abbiamo ricevuto dal tuo altare, o Padre, accendano nei nostri cuori il desiderio della patria del cielo e ci conducano, seguendo le sue orme, là dove ci ha preceduto il nostro Salvatore. Egli vive e regna nei secoli dei secoli. **A - Amen.**

MESSA DEL GIORNO

ANTIFONA D'INGRESSO

(Cf. At 1,11) in piedi **Uomini di Galilea, perché state a guardare il cielo? Come l'avete visto salire al cielo, così il Signore verrà. Alleluia.**

Celebrante - Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo. **Assemblea - Amen.**

C - La grazia e la pace di Dio nostro Padre e del Signore nostro Gesù Cristo siano con tutti voi.

A - E con il tuo spirito. 13

ATTO PENITENZIALE

si può cambiare

C - Gesù Cristo, il giusto, avendo offerto il suo sacrificio per i peccati, si è assiso alla destra del Padre e intercede a nostro favore. A lui chiediamo perdono delle nostre colpe. *Breve pausa di silenzio.*

– Signore, che sei asceso al Cielo, **Kýrie, eléison.**

– Cristo, che ci sostieni con la tua parola, **Christe, eléison.**

– Signore, che ci fai dono del tuo Spirito, **Kýrie, eléison.**

C - Dio onnipotente abbia misericordia di noi, perdoni i nostri peccati e ci conduca alla vita eterna. **A - Amen.**

INNO DI LODE

Gloria a Dio nell'alto dei cieli e pace in terra agli uomini, amati dal Signore. Noi ti lodiamo, ti benediciamo, ti adoriamo, ti glorifichiamo, ti rendiamo grazie per la tua gloria immensa, **Signore Dio, Re del cielo, Dio Padre onnipotente.** Signore, Figlio unigenito, Gesù Cristo, **Signore Dio, Agnello di Dio, Figlio del Padre,** tu che togli i peccati del mondo, abbi pietà di noi; **tu che togli i peccati del mondo, accogli la nostra supplica;** tu che siedi alla destra del Padre, abbi pietà di noi. **Perché tu solo il Santo,** tu solo il Signore, **tu solo l'Altissimo, Gesù Cristo, con lo Spirito Santo:** nella gloria di Dio Padre. **Amen.**

ORAZIONE COLLETTA

C - Esulti di santa gioia la tua Chiesa, o Padre, per il mistero che celebra in questa liturgia di lode, poiché nel tuo Figlio asceso al cielo la nostra umanità è innalzata accanto a te, e noi, membra del suo corpo, viviamo nella speranza di raggiungere Cristo, nostro capo, nella gloria. Egli è Dio, e vive e regna con te... **A - Amen.**

Oppure:

C - Dio onnipotente, concedi che i nostri cuori dimorino nei cieli, dove noi crediamo che oggi è asceso il tuo Unigenito, nostro redentore. Egli è Dio, e vive e regna con te... **A - Amen.**

LITURGIA DELLA PAROLA

PRIMA LETTURA

At 1,1-11

seduti

Fu elevato in alto sotto i loro occhi.

Dagli Atti degli Apostoli

¹Nel primo racconto, o Teòfilo, ho trattato di tutto quello che Gesù fece e insegnò dagli inizi ²fino al giorno in cui fu assunto in cielo, dopo aver dato disposizioni agli apostoli che si era scelti per mezzo dello Spirito Santo.

³Egli si mostrò a essi vivo, dopo la sua passione, con molte prove, durante quaranta giorni, apparendo loro e parlando delle cose riguardanti il regno di Dio. ⁴Mentre si trovava a tavola con

essi, ordinò loro di non allontanarsi da Gerusalemme, ma di attendere l'adempimento della promessa del Padre, «quella – disse – che voi avete udito da me: ⁵Giovanni battezzò con acqua, voi invece, tra non molti giorni, sarete battezzati in Spirito Santo».

⁶Quelli dunque che erano con lui gli domandarono: «Signore, è questo il tempo nel quale ricostituirai il regno per Israele?». ⁷Ma egli rispose: «Non spetta a voi conoscere tempi o momenti che il Padre ha riservato al suo potere, ⁸ma riceverete la forza dallo Spirito Santo che scenderà su di voi, e di me sarete testimoni a Gerusalemme, in tutta la Giudea e la Samaria e fino ai confini della terra».

⁹Detto questo, mentre lo guardavano, fu elevato in alto e una nube lo sottrasse ai loro occhi. ¹⁰Essi stavano fissando il cielo mentre egli se ne andava, quand'ecco due uomini in bianche vesti si presentarono a loro e dissero: ¹¹«Uomini di Galilea, perché state a guardare il cielo? Questo Gesù, che di mezzo a voi è stato assunto in cielo, verrà allo stesso modo in cui l'avete visto andare in cielo».

Parola di Dio. **A - Rendiamo grazie a Dio.**

SALMO RESPONSORIALE

Dal Salmo 46/47

Ascende il Signore tra canti di gioia.



oppure: **Alleluia, alleluia, alleluia.**

Popoli tutti, battete le mani! / Acclamare Dio con grida di gioia, / perché terribile è il Signore, l'Altissimo, / grande re su tutta la terra. **R**

Ascende Dio tra le acclamazioni, / il Signore al suono di tromba. / Cantate inni a Dio, cantate inni, / cantate inni al nostro re, cantate inni. **R**

Perché Dio è re di tutta la terra, / cantate inni con arte. / Dio regna sulle genti, / Dio siede sul suo trono santo. **R**

SECONDA LETTURA

Ef 1,17-23

Lo fece sedere alla sua destra nei cieli.

Dalla lettera di san Paolo apostolo agli Efesini

Fratelli, ¹⁷il Dio del Signore nostro Gesù Cristo, il Padre della gloria, vi dia uno spirito di sapienza e di rivelazione per una profonda conoscenza di lui; ¹⁸illumini gli occhi del vostro cuore per farvi comprendere a quale speranza vi ha chiamati, quale tesoro di gloria racchiude la sua eredità fra i santi ¹⁹e qual è la straordinaria grandezza della sua potenza verso di noi, che

crediamo, secondo l'efficacia della sua forza e del suo vigore.

²⁰Egli la manifestò in Cristo, quando lo risuscitò dai morti e lo fece sedere alla sua destra nei cieli, al di sopra di ogni Principato e Potenza, ²¹al di sopra di ogni Forza e Dominazione e di ogni nome che viene nominato non solo nel tempo presente ma anche in quello futuro.

²²Tutto infatti egli ha messo sotto i suoi piedi e lo ha dato alla Chiesa come capo su tutte le cose: ²³essa è il corpo di lui, la pienezza di colui che è il perfetto compimento di tutte le cose.

Parola di Dio. **A - Rendiamo grazie a Dio.**

CANTO AL VANGELO (Mt 28,19a.20b) in piedi

Alleluia, alleluia. Andate e fate discepoli tutti i popoli, dice il Signore. Ecco, io sono con voi tutti i giorni, fino alla fine del mondo. **Alleluia.**

VANGELO

Mt 28,16-20

A me è stato dato ogni potere in cielo e sulla terra.



Dal Vangelo secondo Matteo

A - Gloria a te, o Signore.

In quel tempo, ¹⁶gli undici discepoli andarono in Galilea, sul monte che Gesù aveva loro indicato.

¹⁷Quando lo videro, si prostrarono. Essi però dubitarono. ¹⁸Gesù si avvicinò e disse loro: «A me è stato dato ogni potere in cielo e sulla terra.

¹⁹Andate dunque e fate discepoli tutti i popoli, battezzandoli nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo, ²⁰insegnando loro a osservare tutto ciò che vi ho comandato. Ed ecco, io sono con voi tutti i giorni, fino alla fine del mondo».

Parola del Signore. **A - Lode a te, o Cristo.**

PROFESSIONE DI FEDE

in piedi

Io credo in Dio, Padre onnipotente, creatore del cielo e della terra; **e in Gesù Cristo, suo unico Figlio, nostro Signore,** (a queste parole tutti si inchinano) **il quale fu concepito di Spirito Santo, nacque da Maria Vergine,** patì sotto Ponzio Pilato, **fu crocifisso, morì e fu sepolto;** discese agli inferi; **il terzo giorno risuscitò da morte;** salì al cielo, **siede alla destra di Dio Padre onnipotente;** di là verrà a giudicare i vivi e i morti. **Credo nello Spirito Santo,** la santa Chiesa cattolica, **la comunione dei santi,** la remissione dei peccati, **la risurrezione della carne,** la vita eterna. **Amen.**

PREGHIERA DEI FEDELI

si può adattare

C - Fratelli e sorelle, il Signore Gesù asceso al cielo siede alla destra del Padre e intercede per noi. Con fiducia eleviamo a lui la nostra preghiera.

Letture - Preghiamo insieme e diciamo:

R - Ascoltaci, o Signore.

1. Per la Chiesa, fondata da Cristo Gesù per continuare nel mondo la sua missione: sappia

offrire a tutti la novità e la ricchezza del Vangelo. Preghiamo:

2. Per le autorità dello Stato: promuovano il progresso e la concordia nel rispetto della libertà, della giustizia e della dignità di ogni persona. Preghiamo:

3. Per quanti operano nell'ambito della comunicazione sociale: con responsabilità e sensibilità umana e cristiana servano sempre la verità e la libertà. Preghiamo:

4. Per la nostra comunità: questa festa dell'Ascensione del Signore risvegli in ciascuno di noi il desiderio del cielo e ravvivi la nostra fraternità. Preghiamo:

Intenzioni della comunità locale.

C - O Padre, che hai risuscitato il tuo figlio Gesù e lo hai innalzato alla tua destra, donaci di conformarci a lui per giungere a contemplarlo nella gloria del cielo. Egli vive e regna nei secoli dei secoli. **A - Amen.**

LITURGIA EUCARISTICA

ORAZIONE SULLE OFFERTE

in piedi

C - Accogli, o Padre, il sacrificio che ti offriamo nella mirabile ascensione del tuo Figlio, e per questo santo scambio di doni fa' che il nostro spirito si innalzi alla gioia del cielo. Per Cristo nostro Signore. **A - Amen.**

Si suggerisce il Prefazio dell'Ascensione del Signore II: Il mistero dell'Ascensione, Messale 3a ed., pag. 356.

ANTIFONA ALLA COMUNIONE

(Mt 28,20)

Ecco, io sono con voi tutti i giorni, sino alla fine del mondo. Alleluia.

ORAZIONE DOPO LA COMUNIONE

in piedi

C - Dio onnipotente ed eterno, che alla tua Chiesa pellegrina sulla terra fai gustare i divini misteri, suscita in noi il desiderio del cielo, dove hai innalzato l'uomo accanto a te nella gloria. Per Cristo nostro Signore. **A - Amen.**

PROPOSTE PER I CANTI: da *Nella casa del Padre*, ElleDiCi, 5a ed. - *Inizio:* Cristo è risorto, alleluia! (541); *Nei cieli un grido risuonò* (555). *Salmo responsoriale:* M° S. Militello; *oppure:* Popoli tutti, lodate il Signore (127). *Processione offertoriale:* Cristo, splendore del Padre (634). *Comunione:* Le tue mani (553); *La Pasqua del Signore* (552). *Congedo:* Vergine del silenzio (595).

PER ME VIVERE È CRISTO

Signore Gesù... possa io per mezzo del mio annientamento diventare lo sgabello del vostro trono eucaristico. La santa Eucaristia è Gesù passato, presente e futuro.

– San Pier Giuliano Eymard