*Anche per chi partecipa alla messa, il foglietto è l'occasione per leggere e meditare le letture prima della celebrazione o per continuare la preghiera personale a casa dopo la messa, nel corso della settimana.*

# *Venite in disparte e riposatevi un po'*

*Preghiera a casa – XVI domenica del Tempo ordinario*

*Vi invitiamo a mettere nell'angolo della preghiera il vangelo e una candela accesa. Quando tutto è pronto, uno della famiglia inizia col segno della croce.*

**G.** Siamo riuniti nel nome del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo.
**Amen.**

**G.** Proprio nel cuore dell'estate, Gesù ci invita a fermarci e riposare: *Venite in disparte, voi soli, in un luogo deserto, e riposatevi un po'*. Gesù ci invita a una sosta, che non è una fuga dalle cose, non è un'evasione dai problemi, ma è riprendere contatto con la parte più profonda di noi stessi, per ascoltarci e per ascoltare la sua voce, la voce del vero pastore, che si prende cura di noi e che ci accompagna con forza e tenerezza. Chiediamo al Signore il dono del suo Spirito per fare silenzio e per ascoltare la sua Parola. È in questo luogo solitario che trova riposo il cuore e che recuperiamo uno sguardo profondo, capace di scoprire il senso autentico delle nostre scelte e del nostro vivere.

*Breve silenzio*

**G.** Preghiamo.
Padre buono, noi ti ringraziamo perché oggi, ancora una volta,
ci chiami in disparte ad ascoltare la tua Parola:
manda su di noi il tuo Spirito, perché troviamo riposo in te.
Benedetto nei secoli dei secoli.
**Amen.**

*Sono riportate tutte le letture della messa domenicale. Nel caso in cui siano presenti alla preghiera dei bambini, potete scegliere se leggerle tutte o solo quelle che ritenete più opportune.*

***Dal libro del profeta Geremìa*** *(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*
***Rendiamo grazie a Dio***

*Dal salmo 22*
**Rit:** ***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. ***Rit.***

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. ***Rit.***

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

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

***Dalla lettera di san Paolo apostolo agli Efesìni*** *(2,13-18)*
Fratelli, sorelle, 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*
***Rendiamo grazie a Dio***

***Alleluia, alleluia.***
Le mie pecore ascoltano la mia voce, dice il Signore, e io le conosco ed esse mi seguono. ***Alleluia.***

***Dal Vangelo secondo Marco*** *(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*
***Lode a te, o Cristo***

***Riflessione*** *(chi guida la preghiera può commentare il vangelo con sue parole oppure leggendo la riflessione che segue).*

Per ogni cosa c'è il suo tempo: c'è un tempo per lavorare e un tempo per riposare, un tempo per correre e un tempo per fermarsi. L'estate è un tempo un po' più vuoto da tanti impegni, un tempo che ci è dato per rallentare il nostro lavoro, riposare e per recuperare energie.
E oggi anche a noi Gesù ripete come ai discepoli: *venite in disparte e riposatevi un po'.* Oggi la Parola di Dio ci mette in guardia dal rischio dell'*attivismo* e dalla tirannia del non avere tempo. Lavorare e riposare, correre e fermarsi non sono due tempi che si oppongono, sono invece due tempi che si completano.
C'è un tempo per fare ed un tempo per riposare, un tempo per correre e un tempo per fermarsi. Oggi, il vangelo vuole aiutarci a riflettere sull'importanza del riposo, che per Gesù non è il non fare niente, dormendo dalla mattina alla sera: questo è l'ozio che porta alla pigrizia. Per Gesù il riposo è, invece, occasione per recuperare le energie in vista delle nostre responsabilità. Per questo motivo per Gesù il riposo ha un termine, Gesù, infatti, non dice "riposatevi sempre", ma: riposatevi *un po'*.
E nel vangelo Gesù ci offre alcune indicazioni per vivere il vero riposo.

Innanzitutto, riposare significa andare *in disparte.* Andare in disparte per prendere le distanze da quello che si vive, per ricordarci che noi siamo molto di più di quello che facciamo. Andare in disparte per *rientrare in noi stessi e recuperare il centro delle nostre scelte.* Spesso pensiamo che riposare significhi evadere dalla realtà. Il riposo rischia così di essere una fuga da noi stessi, un modo per non pensare ai nostri problemi. I problemi, però, non si risolvono non pensandoci, i problemi non si risolvono nemmeno lasciando passare del tempo; anzi, spesso, lasciando passare il tempo, i problemi si complicano.
Il vero riposo per Gesù, non è evasione dalla realtà, ma è invece la capacità di rientrare in se stessi, di guardarsi dentro, di dare il nome alle cose e di rimettere ordine dentro di noi, per vivere e non per lasciarsi vivere. Questa è anche una dimensione essenziale della preghiera cristiana: uno stare davanti al Signore, per rileggere la nostra vita alla luce della sua Parola.

Inoltre, riposare è *vivere relazioni in cui ci si può raccontare ed in cui si viene ascoltati*. Abbiamo ascoltato che i discepoli raccontano tutto a Gesù: per il vangelo non si riposa non facendo nulla, ma si riposa nella relazione

con gli altri. Per Gesù il riposo è stare con i suoi amici, offrendo loro uno spazio di incontro profondo. Abbiamo bisogno di relazioni schiette e sincere, in cui raccontarci e consegnarci. Non si può vivere solo lavorando e facendo delle cose; abbiamo bisogno di raccontare ciò che facciamo, di confrontarci e di condividere i nostri vissuti, per recuperare uno sguardo più profondo sulla realtà.

Infine, riposare significa *ritirarsi per recuperare il senso di ciò che si fa.* In Evangelii Gaudium (82) papa Francesco scrive: "Il problema non sempre è l'eccesso di attività, ma soprattutto sono le attività vissute male, senza le motivazioni adeguate, senza una spiritualità che permei l'azione e la renda desiderabile". Lavorare stanca. Quando però le cose che facciamo sono sensate, quando le si fa anche insieme ad altri, il lavoro diviene "rigenerante". Se ci pensiamo bene è più stancante fare le cose perchè si deve e perchè si è sempre fatto così, piuttosto che fare le cose perchè se ne è colto il senso e perchè dietro ci sta un progetto ben preciso.

La Parola di Dio oggi ci invita al vero riposo, senza però fare del riposo un idolo. Mi colpisce molto vedere come Gesù sia capace anche di interrompere il suo riposo per prendersi cura di chi ha bisogno. Per Gesù il riposo può e deve essere interrotto per amore degli altri. Come scrive sempre papa Francesco in EG (81): "Purtroppo molti uomini oggi cercano di fuggire da qualsiasi impegno che possa togliere loro il tempo libero. Oggi, per esempio, è diventato molto difficile trovare uomini che perseverino nel loro servizio in parrocchia o nel volontariato per diversi anni. Questo si deve frequentemente al fatto che le persone sentono il bisogno imperioso di preservare i loro spazi di autonomia. Per tutto ciò mi permetto di insistere: non lasciamoci rubare la gioia di donarci agli altri". La profezia di Geremia condanna i cattivi pastori che pensano solo a se stessi e non si preoccupano delle persone loro affidate. Se ci pensiamo bene, tutti noi siamo pastori, tutti noi esercitiamo delle responsabilità e siamo chiamati a prenderci cura del bene delle persone a noi affidate. Siamo pastori noi preti, ma sono pastori anche i membri del consiglio pastorale e del consiglio affari economici, sono pastori coloro che hanno responsabilità al lavoro e in politica, sono pastori coloro che hanno responsabilità educative, sono pastori anche i genitori e gli amici, chiamati ad esercitare una responsabilità e una vigilanza reciproca.

Chiediamo al Signore la sapienza di saper miscelare lavoro e riposo, per evitare le derive della pigrizia e dell'attivismo ansioso, per riscoprire la gioia e il senso profondo del nostro vivere. Preghiamo per tutti noi, perché sappiamo essere comunità che sa vivere il vero riposo della preghiera e delle relazioni autentiche per essere capaci come Gesù di "insegnare", cioè di essere gli uni per gli altri segno del vangelo con la nostra vita.

*Silenzio*

***Preghiera***

**G.**: Alle preghiere rispondiamo: **Venga il tuo regno, Signore!**

Per la chiesa e per tutti i battezzati: sappiano vivere la domenica e l'estate come tempo di riposo e di fraternità, assidui nell'ascolto della Parola e nel rendimento di grazie a Dio per tutti i suoi doni, preghiamo.

Per tutti coloro che esercitano responsabilità nella chiesa, in politica e in famiglia: il Signore ci doni il coraggio di cercare, sull'esempio di Gesù buon pastore, il bene di ogni persona, preghiamo.

Per chi non può riposare perché sfruttato e sottopagato nel suo lavoro: il Signore ispiri in tutti il desiderio di costruire giorno dopo giorno percorsi di legalità e di giustizia sociale, preghiamo.

Per l'umanità che affronta un'emergenza ambientale che sta mettendo a rischio la sua stessa sopravvivenza, ci ricordiamo in particolare delle vittime e dei dispersi a causa delle alluvioni nel nord-Europa: ciascuno si senta responsabile della custodia e della cura del creato, preghiamo.

*Preghiere spontanee*

***Momento celebrativo***

*Gesù nel vangelo ci invita a riposare e a prenderci cura degli altri. Nel silenzio pensiamo ad una persona che sta vivendo un momento difficile e alla quale vogliamo farci vicini.*
*Ci scambiamo un abbraccio di pace per esprimere il nostro desiderio di prenderci cura gli uni degli altri e per ricordarci che è possibile trovare il vero riposo nelle nostre relazioni.*

***Padre nostro***

*L'articolo della Settimana*

# *Il pianto commosso dei campioni e le lacrime di chi abbiamo accanto*

*di Elsa Fornero in "La Stampa" del 13 luglio 2021*

Quante lacrime domenica sera a Wembley (e anche a Wimbledon)! Lacrime di gioia della Nazionale italiana, magari "non eccezionale" (come ho sentito spesso affermare) ma solidissima, combattiva fino alla fine, mai rassegnata, magistralmente guidata da un allenatore come Mancini, prototipo quasi britannico dell'italiano che si impegna. E non parla a vanvera. Semplicemente, agisce e solo quando tutto è finito e il risultato è raggiunto e il miracolo è stato fatto tira fuori le emozioni e il fazzoletto. Lacrime nell'abbraccio dello stesso Mancini con Vialli che forse ai miracoli crede ma sa bene come senza grinta difficilmente avvengono.

E ancora, le lacrime stizzite dei perdenti. Quelle trattenute di Kane, secondo l'insegnamento che si impartisce (o si impartiva?) ai bambini in Inghilterra "di non piangere mai", di "tenersi tutto dentro", e quelle a singhiozzo di Saka, nato a Londra ma di origine nigeriana, che forse non le ha lesinate in altri momenti della sua vita. Lacrime che non abbiamo visto, come quelle – magari arrabbiate - dei tifosi inglesi che hanno oltraggiato la bandiera italiana, e la stessa bravura della loro squadra e che sicuramente avremmo visto con simpatia, memori della vecchia Inghilterra dotata di un po' più di fair play.

E sempre a Londra, sempre domenica, poche ore prima sul campo verde smunto di Wimbledon abbiamo intravvisto le lacrime, molto dignitosamente trattenute, di Berrettini, gocce di delusione ma forse anche di liberazione, sicuramente di speranza, dopo una grande prova di carattere e di bravura. E non abbiamo visto neppure quelle che forse avremmo voluto vedere sul volto immobile, quasi scolpito nella pietra, del "re del tennis", il grandissimo Djokovic!

Le lacrime di domenica ci hanno toccato, ci hanno smosso a tal punto da far piangere anche molti di noi!

"Le lacrime vengono dal cuore e non dal cervello" scrisse secoli fa Leonardo da Vinci, al quale di certo il cervello non mancava. Un aforisma che ci riporta alle emozioni profonde dalle quali le lacrime scaturiscono, parte integrante della nostra vita, e che la morale borghese ha spesso considerato segno di debolezza, suggerendo che erano "cose di donne" e intimando all'"uomo forte" di "non piagnucolare".

Forse la pandemia ci aiuterà a riconsiderare anche il ruolo delle lacrime, a riscoprire le emozioni e a diventare più umani, magari anche in politica dopo un periodo di machismo esibito, con poco cuore ma anche poco cervello. E perché non anche in economia? Domenica sera l'Italia ha urlato la sua voglia di stare insieme, al di là delle distanze geografiche e di tifo: alzi la mano chi l'altra sera si domandava in quale squadra giocasse Chiesa, e Berardi, e Jorginho, e Verratti. La maglia, domenica – ma è stato così per un mese – era la stessa per tutti. L'esito l'abbiamo visto sul campo, una formazione che sembrava una comitiva di scalatori in cordata, e se qualcuno scivola c'è subito un altro pronto a tirarlo su. Se sapremo fare gioco di squadra anche in politica ed economia, i risultati del paese nel suo insieme potrebbero migliorare come sono migliorati quelli del calcio e del tennis.

E in quest'oceano di lacrime, vere o finte, dignitose o disoneste, ci smuoveremmo anche di fronte ad altre lacrime: quelle degli 800 milioni di persone che nel mondo vivono in condizione di denutrizione, quelle dei migranti che si mescolano all'acqua del Mediterraneo rendendola più salata, quelle di chi è sfruttato nel suo lavoro, quelle di milioni di uomini, donne e bambini che non hanno accesso alle cure sanitarie, quelle di chi abbiamo accanto e che non vediamo a causa della troppa fretta o delle troppe cose da fare. Sono lacrime di terribile dolore che non possiamo ignorare.

Passate le emozioni, pure importanti, del calcio e del tennis, di queste lacrime dovremo occuparci, il che farebbe dell'Europa delle coppe un continente migliore e dell'Italia un campione a tutto tondo.

***Martedì 20 luglio***
Messa ore 19:00 in chiesa

***Mercoledì 21 luglio***
Preghiera sulle letture
della domenica, ore 19 in chiesa

***Giovedì 22 luglio***
- Messa, ore 19:00 in chiesa
- Tombola, oratorio ore 21:00

*I lunedì e i mercoledì di luglio*
*dalle 17:00 alle 19:00*
*sarà presente in oratorio*
*un educatore che organizzerà*
*tornei e giochi sportivi:*
*sono invitati in modo particolare*
*i ragazzi delle medie.*

## *Davanti ad un'opera d'arte …*

Per ogni cosa c'è il suo tempo: c'è un tempo per lavorare e un tempo per riposare, un tempo per correre e un tempo per fermarsi. L'estate è un tempo un po' più vuoto da tanti impegni, un tempo che ci è dato per riposare e per recuperare energie.
Proprio il quadro intitolato "Mezzogiorno – Riposo dal lavoro" e realizzato nel 1890 da Vincent Van Gogh, ci aiuta a recuperare il valore del riposo, riportando alla nostra mente le parole che Gesù rivolge ai suoi discepoli nel vangelo: *Venite in disparte, voi soli, in un luogo deserto, e riposatevi un po'.*
Van Gogh dipinge due contadini, stremati dal duro lavoro, mentre riposano su dei covoni di grano, in una giornata calda e "bruciata" dal sole. La donna riposa appoggiando la testa sulle proprie braccia, l'uomo è sdraiato e ha il volto coperto da un cappello di paglia. Accanto all'uomo si possono notare le sue scarpe ed anche i due falcetti utilizzati per lavorare. Si respira tranquillità e pace nell'opera. Si tratta di una pace e di un riposo che non sono evasione dalla fatica del lavoro. Il riposo di cui ci parla il vangelo, infatti, non è fuga, è invece un tempo in cui recuperare le energie per poi tornare alla propria vita e alla propria realtà "rigenerati", pronti a portare avanti i propri impegni e le proprie responsabilità con uno spirito nuovo. Il quadro di van Gogh ci ricorda che per ogni cosa c'è il suo tempo: c'è un tempo per lavorare e un tempo per riposare, un tempo per correre e un tempo per fermarsi.
Colpisce un particolare del quadro: l'uomo e la donna riposano in disparte. Riposare significa andare *in disparte*, cioè prendere le distanze da quello che si vive, per riscoprire e ricordarci che noi siamo molto di più di quello che facciamo. Riposare significa andare in disparte per rientrare in noi stessi e per recuperare il senso profondo delle nostre scelte. Questa è anche una dimensione essenziale della preghiera cristiana: abbandonare i propri impegni quotidiani per ritirarsi, per stare davanti al Signore, per rileggere la nostra vita alla luce della sua Parola e per ritornare rigenerati alla nostra quotidianità.