

**1L. “Venite voi tutti che siete affaticati e oppressi e io vi ristorerò.  
Venite in disparte, in un luogo solitario e riposatevi un poco”.**  
**PERCHE' CREDIATE CHE GESU' E' IL CRISTO,  
IL FIGLIO DI DIO**

**G.** Nonostante il fervore della Pasqua, abbiamo bisogno di essere nutriti con la Parola di Dio e con il suo Pane. Abbiamo bisogno di essere sostenuti da una comunità: i nostri fratelli ci circondano, ci incoraggiano reciprocamente. Abbiamo soprattutto bisogno dello Spirito di Dio. Forza e grazia, e Gesù ce lo dona. Egli alita su di noi come sui suoi discepoli e dice: “Pace a voi!”.

**Esposizione del Santissimo Sacramento**

**G. Nel nome del Padre... Canto**

**G.** Gli Apostoli incontrano il Risorto. Essi ora sanno guardare al di là dei segni della Passione e scoprirvi quel Gesù che aveva vissuto con loro, che era morto in croce ed era risuscitato. E sanno accogliere quello Spirito che il Signore, attraverso la sua morte, offre a tutti gli uomini.

**G. Otto giorni dopo venne Gesù**

**2L. Dal Vangelo secondo Giovanni 20,19-31**

La sera di quello stesso giorno, il primo dopo il sabato, mentre erano chiuse le porte dove si trovavano i Discepoli, per timore dei Giudei, venne Gesù, si fermò in mezzo a loro e disse: “Pace a voi!”. Detto questo mostrò loro le mani e il costato. I Discepoli gioirono a vedere il Signore. Gesù disse loro di nuovo: “Pace a voi! Come il Padre ha mandato me, anch'io mando voi”. Dopo aver detto questo, alitò su di loro e disse: “Ricevete lo Spirito Santo; a chi rimetterete i peccati saranno rimessi e a chi non li rimetterete resteranno non rimessi”. Tommaso, uno dei Dodici, chiamato Didimo, non era con loro quando venne Gesù. Gli dissero allora gli altri discepoli: “Abbiamo visto il

Signore!” Ma egli disse loro: “Se non vedo nelle sue mani i segni dei chiodi e non metto il dito nel posto dei chiodi e non metto la mia mano nel costato, non crederò”. Otto giorni dopo i Discepoli erano di nuovo in casa e c'era con loro anche Tommaso. Venne Gesù a porte chiuse, si fermò in mezzo a loro e disse: “Pace a voi!”. Poi disse a Tommaso: “Metti qua il tuo dito e guarda le mie mani; stendi la tua mano e mettila nel mio costato; e non essere più incredulo, ma credente!”. Rispose Tommaso: “Mio Signore e mio Dio!”. Gesù gli disse: “Perché mi hai veduto hai creduto: beati quelli che, pur non avendo visto crederanno!”.

Molti altri segni fece Gesù in presenza dei suoi Discepoli, ma non sono stati scritti in questo libro. Questi sono stati scritti perché crediate che Gesù è il Cristo, il Figlio di Dio e perché, credendo, abbiate la vita nel suo nome.

**Silenzio e riflessione adorante - Canto: Credo, credo Signore**

**G.** Durante la preghiera, davanti a Gesù Eucaristia, ci metteremo in ginocchio. Stare inginocchiati ci fa ricordare che siamo davanti al Signore e lo riconosciamo come l'Unico della nostra vita.

**1L.** Com'è naturale, Gesù, il gesto con cui ti presenti ai tuoi Apostoli. Tu mostri loro le mani e il costato quasi a voler confermare che sei veramente Tu, colui che hanno visto morire sulla croce. Mostri le tue mani, Gesù, perché quelle mani recano il segno di un Amore smisurato. Sono mani d'uomo che hanno lavorato, non mani d'intellettuale, ma mani di operaio, di artigiano, abituate alla fatica, indurite dal tempo. Sono mani di uomo che hanno toccato corpi martoriati, membra paralizzate, per guarire e donare vitalità. Sono mani di uomo che hanno rialzato, preso per mano, liberato dalla prigionia del peccato e della morte. Quelle mani sono state inchiodate al legno della croce, sono state straziate, hanno sanguinato. Mostri il tuo costato, Gesù, quel costato trafitto dalla lancia per accertarsi che eri veramente morto, quel costato da cui sono sgorgati sangue ed acqua, immagine viva della tua vita offerta per

bagnare dall'alto della croce la nostra umanità dolente e rigenerarla ad una speranza nuova.

**Tutti: Mostri le mani e il costato, Gesù, perché tutti si lascino raggiungere dal tuo amore. Donami, Signore Gesù, la pace di chi non si rassegna alle ingiustizie e al male che offendono la dignità umana. Donami di volare in alto verso valori universali, lasciandomi guidare dal tuo Amore. Perdona, Signore, le mie reticenze, perdona la mia voglia di capire, di spiegarmi tutto per filo e per segno, perdona il mio bisogno di toccare, di mettere il dito. E' la strada che devo fare proprio come Tommaso per arrivare alla fede. E' una strada tortuosa, Signore, ma porta anch'essa a riconoscere il "mio Signore e mio Dio", proprio come ha fatto Tommaso a cui mi sento vicino anche nello slancio e nell'entusiasmo della fede. Signore, aumenta la mia fede!**

#### Adorazione silenziosa - Canto di un canone

2L. Scopo del Vangelo è portare a riconoscere il Figlio di Dio, perché credendo in Lui diventiamo partecipi della sua stessa vita divina. Il Vangelo si conclude dichiarando esplicitamente a che cosa mira:

1L. ***"Perché crediate che Gesù è il Cristo, il Figlio di Dio, e perché, credendo, abbiate la vita nel suo nome"***.

2L. La fede è questione di vita, capace di vincere tutto, persino la morte, come appunto è già avvenuto di Cristo Risorto:

1L. ***"Questa è la vittoria che ha sconfitto il mondo: la nostra fede. E chi è che vince il mondo se non chi crede che Gesù è il Figlio di Dio?"***. (I Gv. 5, 4-6)

2L. Oggi il Vangelo mette a fuoco il tema della fede nella divinità di Gesù, passando anche attraverso i dubbi tanto umani di Tommaso.

1L. ***"Perché mi hai veduto, hai creduto"***

2L. C'è da precisare subito il contenuto di questa fede, che è qualcosa di assolutamente nuovo. Ci sono milioni di uomini che credono in Dio, ma solo i cristiani aggiungono a questa fede qualcosa che sia i Giudei che i Mussulmani rifiutano con forza: che cioè Dio è Padre, Figlio e Spirito; e che il Figlio si è incarnato in Gesù di Nazaret. Cioè, in sostanza che Dio in persona si è reso visibile e comunicabile in un uomo ben preciso, e con quanto Lui ha detto e fatto. Questa verità sorprendente non è stata inventata da noi, né poteva essere immaginata, ma s'è imposta per un dato storico, per un fatto che ha aperto gli occhi a chi gli ha vissuto vicino: è la risurrezione dai morti, segno vistoso della divinità di questo Gesù. Tommaso percepisce l'assoluta novità e vuole essere sicuro di persona:

1L. ***"Se non vedo... se non metto il dito... non crederò!"***.

2L. Non è mai capitato che uno messo al cimitero sia poi venuto in carne ed ossa dall'aldilà! Ma Gesù appare e gli dice:

1L. ***"Metti qua il dito e guarda le mie mani; stendi la tua mano e mettila nel mio costato; e non essere più incredulo, ma credente!"***.

2L. Gli altri discepoli l'avevano già visto, ne erano rimasti sorpresi, quasi fossero davanti ad un fantasma; ma Gesù aveva detto:

1L. ***"Guardate le mie mani e i miei piedi: sono proprio io! Toccatemi e guardate; un fantasma non ha carne e ossa come vedete che ho io!"***. (Lc. 24,39-40)

2L. Tommaso allora esce in quella professione alta di fede:

1L. ***"Mio Signore e mio Dio"***

2L. Aveva constatato che era proprio quel medesimo Gesù di prima, anzi, quel Gesù messo in croce con ancora visibili le cicatrici delle sue ferite, e subito gli si sono aperti gli occhi ed ha capito tutti i segni e le prove di divinità che Gesù aveva dato di sé in precedenza. Anche di Giovanni, giunto al sepolcro e trovato vuoto, con le bende piegate si dice:

1L. ***"Vide e credette"***. (Gv. 20,8)

**Canto del canone : Credo, credo Signore... (Più volte)**

2L. Gli Apostoli hanno toccato con mano che quel Gesù era Dio e ne sono rimasti così convinti da spendere tutta la vita, fino al martirio, per testimoniare questa verità sorprendente.

1L. *“Noi non possiamo tacere quello che abbiamo visto e ascoltato”*

**(At. 4,20)**

2L. Hanno creduto perché hanno veduto! E tutto questo per nostra sicurezza

1L. *Dio misericordioso ha incaricato la sua Chiesa di amministrare la sua vittoria, perché possa arrivare nel cuore di ogni uomo, e ciascuno si apra al canto dell'alleluia pasquale. Notiamo bene: il Risorto è il Crocifisso, ha le sue ferite; nessuno può saltare la Croce, nessuno può arrivare alla vittoria senza ferite; Gesù non ci promette questo. Cosa dobbiamo fare, allora, fratelli e sorelle? Mettere tutte le nostre sofferenze nelle piaghe gloriose. Il Signore ha voluto soffrire per darci la possibilità di unire il nostro dolore al suo. Unita con la sua, la nostra croce diventa divina, si illumina della luce pasquale, si riempie di speranza. Nelle piaghe gloriose di Cristo deponiamo dunque le nostre piaghe perché diventino redenzione e vita. Il sepolcro di Cristo è vuoto per sempre; “Anche i sepolcri dei nostri morti, e i nostri stessi sepolcri, rimarranno vuoti un giorno” (Romero. Alleluia, Cristo è risorto: “Celebrate il Signore perché è buono, eterna è la sua misericordia”.*

**Silenzio adorante - Canto di un canone**

**Tutti:**

**Celebrate il Signore perché è buono:  
perché eterna è la sua misericordia.**

**Dica Israele che il Signore è buono;  
eterna è la sua misericordia.**

**Lo dica la casa di Aronne: eterna è la sua misericordia.**

**Lo dica chi teme Dio: eterna è la sua misericordia.**

**La destra del Signore si è alzata,  
la destra del Signore ha fatto meraviglie.**

**Non morirò, resterò in vita e annunzierò le opere del Signore.**

**Il Signore mi ha provato duramente,  
ma non mi ha consegnato alla morte.**

**La pietra scartata dai costruttori, è divenuta testata d'angolo;  
ecco l'opera del Signore: una meraviglia ai nostri occhi.**

**Questo è il giorno fatto dal Signore:  
ralleghiamoci ed esultiamo in esso. (Sl.117)**

**Interiorizzazione del Salmo - Chi vuole può ripeterne una strofa**

2L. Fortunati noi che oggi, pur senza vedere e toccare, possiamo credere con sicurezza, perché qualcuno prima di noi ha constatato e toccato.

1L. *“Beati quelli che pur non avendo visto crederanno”*

2L. La nostra è anzitutto una fede apostolica, fondata sulla testimonianza concreta di testimoni prescelti.

1L. *“Dio Lo ha risuscitato il terzo giorno e volle che apparisse, non a tutto il popolo, ma a testimoni prescelti da Dio, a noi, che abbiamo mangiato e bevuto con Lui dopo la sua risurrezione dai morti, e ci ha ordinato di annunziare al popolo e di attestare che Egli è il giudice dei vivi e dei morti costituito da Dio”. (At. 10,40-42)*

2L. Così è nata la Chiesa:

1L. *“Con gran forza gli Apostoli rendevano testimonianza del Signore Gesù e tutti godevano di grande stima”. (At. 4,33)*

2L. Gente seria e stimata era quella, anche perché capace di tradurre la novità di fede in novità di vita fraterna:

1L. *“La moltitudine di coloro che erano venuti alla fede avevano un cuor solo e un'anima sola” (At. 4,32)*

2L. E' ancora nella Comunità cristiana che noi oggi riceviamo la fede. Gesù ha proprio voluto così:

1L. *“Come il Padre ha mandato me, anch’io mando voi”.*

2L. La Chiesa è il prolungamento nel tempo, dell’incarnazione di Cristo, per continuare a dare, come ha fatto Lui, la vita divina degli uomini:

1L. *“Ricevete lo Spirito Santo; a chi rimetterete i peccati saranno rimessi...!”*

2L. Assieme alla testimonianza della Resurrezione, riceviamo il dono dello Spirito, attraverso i Sacramenti che Gesù ha voluto. Dice San Giovanni:

1L. *“Questi è Colui che è venuto con acqua e sangue, Gesù Cristo; non con acqua soltanto, ma con acqua e con il sangue”. (I Gv. 5,6)*

2L. Il suo Battesimo e la sua Croce oggi raggiungono noi col nostro Battesimo e l’Eucaristia celebrati nella Chiesa. Quella beatitudine allora è proprio per noi, chiamati a credere entro la Chiesa, madre resa feconda dal dono dello Spirito che le è stato dato.

1L. *Infatti “è lo Spirito che rende testimonianza, perché lo Spirito è verità”. (I Gv 5,6)*

2L. E’ al momento della convocazione domenicale che si può incontrare Gesù risorto e vivo, cioè alla Messa, allo *“Spezzare del Pane”*, come dicono i due discepoli di Emmaus. Certamente solo chi va a Messa la domenica può maturare la fede giusta in quel Gesù

Figlio di Dio, *“credendo al Quale, abbiamo la vita in Lui”*. Dice ancora San Giovanni:

1L. *“Chi crede che Gesù è il Cristo, è nato da Dio”. (I Gv 5,1)*

2L. Che una fede, presa sul serio, oltre che darci la vita eterna, cambi anche, già da oggi, la vita, che è segnata dall’esempio della Chiesa primitiva,

1L. *“Nessuno diceva sua proprietà quello che gli apparteneva, ma ogni cosa era fra loro comune”. (At. 4,32)*

2L. E’ un ideale di vita a cui ci si è sempre ispirati nel corso dei secoli, ma che solo alcuni ordini religiosi in parte sono riusciti ad imitare. Noi cristiani del

terzo millennio non dobbiamo scoraggiarci, ma dobbiamo tendere a questo ideale. Se avremo in noi stessi la capacità di vivere con la fede i doni pasquali della pace e della misericordia, allora possiamo ben sperare di raggiungere l’unione completa degli spiriti e dei cuori, che arriverà fino a mettere in comune i nostri beni; non necessariamente quelli materiali, bensì quei carismi impiegati per la costruzione dell’edificio spirituale che è il corpo visibile di Cristo, cioè la Chiesa.

1L. *Risuoni quindi, nel nostro cuore il canto di gioia della sequenza pasquale ed urliamo a noi stessi e al mondo intero: “ Sì, ne siamo certi, Cristo è davvero risorto”. Questa certezza per noi scaturisce dalla fede che ci invita a credere senza vedere ed entrare così nella beatitudine pasquale dei “beati coloro che pur non avendo visto crederanno”. Anche se la natura umana ci inclina all’incredulità, l’anima segnata dalla grazia sacramentale è certa della resurrezione del Signore. Nei momenti di debolezza sentiamo il Signore che ci invita a “Toccare” il corpo, ma non come contatto materiale, bensì come cibo e bevanda di Vita: Vita nuova, vita nel Risorto, vita che è misericordia, amore, giustizia, pace. Vieni, resta con noi Signore.*

### **Pausa di silenzio ed interiorizzazione - Canto di un canone**

**Tutti: Vieni, resta con noi, Signore; e anche quando trovi chiusa la porta del nostro cuore per timore o per viltà, entra ugualmente. Il tuo saluto di pace è balsamo che scioglie le nostre paure; è dono che apre il nostro cammino a nuovi orizzonti. Dilata gli angusti spazi del nostro cuore. Rinsalda la nostra fragile speranza e donaci occhi penetranti per scorgere, nelle tue ferite d’amore, i segni della tua gloriosa risurrezione. Spesso anche noi siamo increduli, bisognosi di toccare e di vedere per poter credere e saperci affidare. Fa’ che, illuminati dal tuo Spirito, possiamo essere annoverati tra i beati che, pur non avendo visto, hanno creduto.**

**G.** Anche noi, senza aver visto Cristo risorto direttamente con questi nostri occhi terreni o averlo toccato con queste mani, vengono offerte tante prove

concrete riguardo alla vittoria di Cristo e alla sua presenza viva e operante nella sua Chiesa e in ogni suo membro.

**2L.** Concretamente a ciascuno di noi il Signore dice: “Pace a voi”; ci perdona, ci lava con l’acqua della misericordia divina. Aggiunge poi: “Ricevete lo Spirito Santo” e ce lo dona nel suo Corpo e Sangue affinché, rinati dall’acqua e corroborati dal sangue possiamo seguire il suo invito: “Come il Padre ha mandato me, anch’io mando voi”.

**Tutti: Ti ringrazio Gesù, mio Signore e mio Dio, che mi hai amato e chiamato, reso degno di essere tuo discepolo, che mi hai dato lo Spirito, il mandato di annunciare e testimoniare la tua risurrezione, la misericordia del Padre, la salvezza e il perdono per tutti gli uomini e tutte le donne del mondo.**

**Tu veramente sei la via, la verità e la vita, aurora senza tramonto, sole di giustizia e di pace. Fammi rimanere nel tuo amore, legato come tralcio alla vite; dammi la tua pace, così che possa superare le mie debolezze, affondare i miei dubbi, rispondere alla tua chiamata e vivere pienamente alla missione che mi hai affidato, lodandoti in eterno. Amen**

**Pregiere spontanee - Padre nostro**

**Reposizione del Santissimo Sacramento - canto finale**