

“Lo riconobbero nello spezzare il pane”

Ritiro spirituale con gli adulti



Canto iniziale

Invocazione allo Spirito Santo

(a 2 cori)

Fuoco disceso a noi dall'alto,
Spirito Santo consolatore,
prendi dimora in mezzo a noi,
riempi d'amore i nostri cuori.

Siamo stranieri e pellegrini,
siamo viandanti senza una terra,
tu ci conduci alla gioia eterna,
con la Parola e con il Pane.

Risveglia la nostra tiepidezza
sveglia in noi il nostro sonno:
noi racconteremo i tuoi prodigi,
ogni tuo dono e il tuo amore.

Mostraci la gloria del Signore;
chi lo invoca trovi una risposta;
dona a noi che l'attendiamo
fede e salvezza fino al regno.

Padre e fonte di ogni gioia,
Figlio risorto sempre vivente,
soffio di vita creatore,
unico Dio, a te la gloria.

dalla liturgia di Bose

I MOMENTO

IN ASCOLTO DELLA PAROLA

Silenzio

Occorre innanzitutto dimenticare le preoccupazioni e i pensieri che ti possono distrarre. Cerca di stare in silenzio per qualche istante pronto a far entrare la Parola di Dio nel tuo cuore. Chiedi questo aiuto a Dio.

Proclamazione della Parola

Dal Vangelo secondo Luca (24,13-35)

¹³Ed ecco, in quello stesso giorno due di loro erano in cammino per un villaggio di nome Èmmaus, distante circa undici chilometri da Gerusalemme, ¹⁴e conversavano tra loro di tutto quello che era accaduto. ¹⁵Mentre conversavano e discutevano insieme, Gesù in persona si avvicinò e camminava con loro. ¹⁶Ma i loro occhi erano impediti a riconoscerlo. ¹⁷Ed egli disse loro: «Che cosa sono questi discorsi che state facendo tra voi lungo il cammino?». Si fermarono, col volto triste; ¹⁸uno di loro, di nome Clèopa, gli rispose: «Solo tu sei forestiero a Gerusalemme! Non sai ciò che vi è accaduto in questi giorni?». ¹⁹Domandò loro: «Che cosa?». Gli risposero: «Ciò che riguarda Gesù, il Nazareno, che fu profeta potente in opere e in parole, davanti a Dio e a tutto il popolo; ²⁰come i capi dei sacerdoti e le nostre autorità lo hanno consegnato per farlo condannare a morte e lo hanno crocifisso. ²¹Noi speravamo che egli fosse colui che avrebbe liberato Israele; con tutto ciò, sono passati tre giorni da quando queste cose sono accadute. ²²Ma alcune donne, delle nostre, ci hanno sconvolti; si sono recate al mattino alla tomba ²³e, non avendo trovato il suo corpo, sono venute a dirci di aver avuto anche una visione di angeli, i quali affermano che egli è vivo. ²⁴Alcuni dei nostri sono andati alla tomba e hanno trovato come avevano detto le donne, ma lui non l'hanno visto». ²⁵Disse loro: «Stolti e lenti di cuore a credere in tutto ciò che hanno detto i profeti! ²⁶Non bisognava che il Cristo patisse queste sofferenze per entrare nella sua gloria?». ²⁷E, cominciando da Mosè e da tutti i profeti, spiegò loro in tutte le Scritture ciò che si riferiva a lui. ²⁸Quando furono vicini al villaggio dove erano diretti, egli fece come se dovesse andare più lontano. ²⁹Ma essi insistettero: «Resta con noi, perché si fa sera e il giorno è ormai al tramonto». Egli entrò per rimanere con loro. ³⁰Quando fu a tavola con loro, prese il pane, recitò la benedizione, lo spezzò e lo diede loro. ³¹Allora si aprirono loro gli occhi e lo riconobbero. Ma egli sparì dalla loro vista. ³²Ed essi dissero l'un l'altro: «Non ardeva forse in noi il nostro cuore mentre egli conversava con noi lungo la via, quando ci spiegava le Scritture?». ³³Partirono senza indugio e fecero ritorno a Gerusalemme, dove trovarono riuniti gli Undici e gli altri che erano con loro, ³⁴i quali dicevano: «Davvero il Signore è risorto ed è apparso a Simone!». ³⁵Ed essi narravano ciò che era accaduto lungo la via e come l'avevano riconosciuto nello spezzare il pane.

Silenzio

Questo secondo momento di silenzio ti deve aiutare a far diventare tue le parole del Vangelo dell'incontro di Gesù risorto con i due discepoli di Emmaus.

Rileggi, con calma e pazienza, il testo: leggi e rileggi il brano più volte, deve diventare parte di te stesso, della tua memoria, deve essere una Parola conosciuta. Immedesimati nei personaggi e cerca di immaginare la scena, i dialoghi, i volti... Se ti è utile annota o sottolinea parole, frasi, espressioni significative.

Meditazione e riflessione

Non basta la semplice lettura, anche per più volte, di un testo biblico: nonostante ti abbia già detto molto.

La meditazione è un esercizio che richiede calma e buona volontà. Un lavoro anche faticoso, necessario.

Ecco l'obiettivo di questo momento: non leggere, ma scoprire il senso, cosa questo brano dice a me! E' il momento di passare dalla semplice lettura alla riflessione profonda in te.

Hai visto i personaggi, li hai scrutati, hai osservato movimenti, gesti, parole, sentimenti... Ora devi andare in profondità: essi devono farti interrogare sui tuoi sentimenti, le tue paure, i tuoi dubbi, le tue gioie. Cosa dice a te e di te questo brano? Fai emergere tutto ciò che la Parola fa nascere dal tuo cuore.

Se ti è utile annota le riflessioni personali.

Puoi riflettere anche attraverso il testo seguente o ascoltare un commento che ti propone il sacerdote o una guida, oppure utilizzare il commento all'icona biblica reperibile sul sito della Diocesi..

Commento al brano

¹³Ed ecco, in quello stesso giorno due di loro erano in cammino per un villaggio di nome Èmmaus, distante circa undici chilometri da Gerusalemme, ¹⁴e conversavano tra loro di tutto quello che era accaduto.

Un giorno per tanti normale, il primo della settimana, forse un po' triste per il fatto che è passata la Pasqua, è il giorno per tornare la lavoro.

Per alcuni ancora più triste perché hanno un compito davvero ingrato: seppellire il loro amico, il Maestro, colui che hanno riconosciuto come Messia, e con lui seppellire le loro speranze, riposte in quel ex falegname di Nazaret. Anche per i due di Emmaus è un giorno particolarmente triste: danno le spalle a Gerusalemme, e anche ai loro sogni; tornano indietro, e anche nella loro vita di fede è la resa, il ricredersi, il dover ammettere che non hanno capito le indicazioni di chi diceva loro di non rischiare con quel Galileo. È quasi l'addio alle loro speranze rispetto al Messia, la loro rinuncia nei confronti di Gesù.

Domande per la riflessione personale:

- Quali sono le tue paure nella vita? E nella fede?
- Quali le delusioni più grandi?

¹⁵Mentre conversavano e discutevano insieme, Gesù in persona si avvicinò e camminava con loro. ¹⁶Ma i loro occhi erano impediti a riconoscerlo. ¹⁷Ed egli disse loro: «Che cosa sono questi discorsi che state facendo tra voi lungo il cammino?». Si fermarono, col volto triste; ¹⁸uno di loro, di nome Clèopa, gli rispose: «Solo tu sei forestiero a Gerusalemme! Non sai ciò che vi è accaduto in questi giorni?». ¹⁹Domandò loro: «Che cosa?».

Un incontro per loro 'fortuito', ma da lui pensato, progettato, programmato e atteso: lo diventerà poi anche per loro, in seguito. Un Dio che continua a camminare sulle strade degli uomini anche se loro non lo riconoscono, per la loro incapacità, oltre che per la



'impossibilità' o improbabilità che avvenga tale incontro. Una domanda che li fa fermare e segnare il punto di arrivo del loro cammino di fede: cosa abbiamo capito di lui, in chi abbiamo creduto. È la sosta che costringe a fare il punto della situazione per prendere coscienza che non sono poi lontani dalla meta; solo che la 'nebbia' di quegli ultimi giorni ha nascosto il traguardo che prima sembrava così facile e interessante, per il quale avevano messo in gioco la loro vita. Il traguardo era la disponibilità verso Gesù (un profeta potente), disponibilità che si traduce in fede (il Risorto, il Signore).

Domande per la riflessione personale:

- Cosa ti impedisce di riconoscere il Signore?
- A che punto sei nel tuo cammino di fede?

Gli risposero: «Ciò che riguarda Gesù, il Nazareno, che fu profeta potente in opere e in parole, davanti a Dio e a tutto il popolo; ²⁰come i capi dei sacerdoti e le nostre autorità lo hanno consegnato per farlo condannare a morte e lo hanno crocifisso. ²¹Noi speravamo che egli fosse colui che avrebbe liberato Israele; con tutto ciò, sono passati tre giorni da quando queste cose sono accadute. ²²Ma alcune donne, delle nostre, ci hanno sconvolti; si sono recate al mattino alla tomba ²³e, non avendo trovato il suo corpo, sono venute a dirci di aver avuto anche una visione di angeli, i quali affermano che egli è vivo. ²⁴Alcuni dei nostri sono andati alla tomba e hanno trovato come avevano detto le donne, ma lui non l'hanno visto».

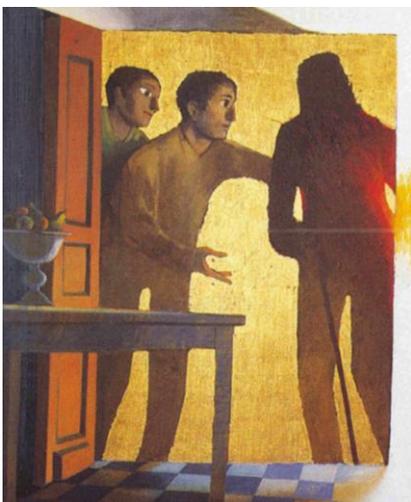
È insieme una professione di fede e un atto penitenziale: ciò che abbiamo chiaro, è dove ci siamo persi; l'ultimo punto riconoscibile sulla 'carta del sentiero' e quindi certo, e poi l'ammissione sconsolata e tragica del "...non sappiamo più dove siamo". Meglio ricredersi e rinunciare prima di perdersi del tutto, prima di andare verso l'ignoto. Almeno sappiamo bene Emmaus che è la nostra casa, la nostra certezza. È il punto di riferimento sicuro anche in questo caso. Le prime testimonianze risultano incredibili anche per loro – si tratta poi di donne, la cui testimonianza nel loro ambiente è scarsamente considerata – e poi parlare di risurrezione è del tutto improbabile, frutto di fantasia... ma niente altro.

Domande per la riflessione personale:

- Credi a chi ti testimonia il Signore?
- Credi nella resurrezione?

²⁵**Disse loro:** «Stolti e lenti di cuore a credere in tutto ciò che hanno detto i profeti! ²⁶Non bisognava che il Cristo patisse queste sofferenze per entrare nella sua gloria?». ²⁷E, cominciando da Mosè e da tutti i profeti, spiegò loro in tutte le Scritture ciò che si riferiva a lui.

Si manifesta la guida che li 'richiama' e li incoraggia, facendo loro rivedere il cammino percorso e quindi la verità delle loro scoperte, la bontà del loro impegno, e l'esigenza di continuare anche in mezzo alle nebbie che in quel momento sta avvolgendo il loro cuore, una 'nebbia' fredda al punto da gelarlo. Per fortuna le sue parole lo stanno riscaldando. Parole che fanno risuonare e danno vita ad altre, più antiche, che sono come pietre solide su cui costruire la nuova parte della casa, il fondamento che permette di 'innalzare' di un piano la fede: non più solo nel messia, ma anche e soprattutto nel Signore: Gesù è il Signore perché risorto. E il cuore si sta riscaldando...



che sono come pietre solide su cui costruire la nuova parte della casa, il fondamento che permette di 'innalzare' di un piano la fede: non più solo nel messia, ma anche e soprattutto nel Signore: Gesù è il Signore perché risorto. E il cuore si sta riscaldando...

Domande per la riflessione personale:

- Leggi la Parola di Dio?
- La sua Parola ti scalda il cuore?

²⁸**Quando furono vicini al villaggio dove erano diretti, egli fece come se dovesse andare più lontano. ²⁹Ma essi insistettero:** «Resta con noi, perché si fa sera e il giorno è ormai al tramonto». Egli entrò per rimanere con loro. ³⁰**Quando fu a tavola con loro, prese il pane, recitò**

la benedizione, lo spezzò e lo diede loro. ³¹Allora si aprirono loro gli occhi e lo riconobbero.

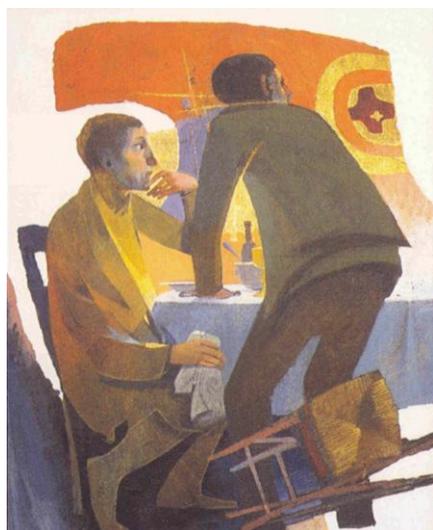
Lo riscaldano al punto tale che nasce in loro la richiesta di continuare, di non fermarsi, di voler vedere come va a finire questa storia che li vede protagonisti e non solo spettatori. Lo sconosciuto diventa così 'amico' da essere ospite desiderato, perché riconosciuto come depositario di un segreto che interessa e può essere la chiave di volta della loro ricerca.

Un gesto di cortesia – l'ospitalità – che mette in movimento la parte conclusiva della loro ricerca: ma a questo punto fa tutto lui. È lui, lo sconosciuto divenuto amico e riconosciuto come esperto – prima era 'forestiero in Gerusalemme' –, a gestire ora il tutto. Attraverso un gesto normale, come lo spezzare il pane e recitare la preghiera di benedizione all'inizio della cena. Un gesto che però apre loro gli occhi e permette di riconoscere il loro amico e scoprire il Signore.



Domande per la riflessione personale:

- Desideri che il Signore rimanga nella tua vita?
- Come vivi l'Eucarestia?



Ma egli sparì dalla loro vista. ³²Ed essi dissero l'un l'altro: «Non ardeva forse in noi il nostro cuore mentre egli conversava con noi lungo la via, quando ci spiegava le Scritture?». ³³Partirono senza indugio e fecero ritorno a Gerusalemme...

Passando così da tristi e delusi, a decisi; dal bisogno di ritornare nei posti conosciuti per 'ritrovarsi', e superare la delusione patita con la morte di Gesù, dalla dichiarata necessità di fermarsi quando è buio, all'esigenza che nasce dal cuore, riscaldato dalle parole del Maestro, ora lo possono dire, di tornare di corsa a Gerusalemme che diventa vero centro della fede, a condividere la loro scoperta. Non una delusione – comprensibile per la sua sparizione – quanto invece una forza, un entusiasmo nuovo. E soprattutto la profonda convinzione di essere vicini alla meta, di essere arrivati alla grande scoperta che cambia la vita, la loro e quella di tanti altri dopo di loro.

Domanda per la riflessione personale:

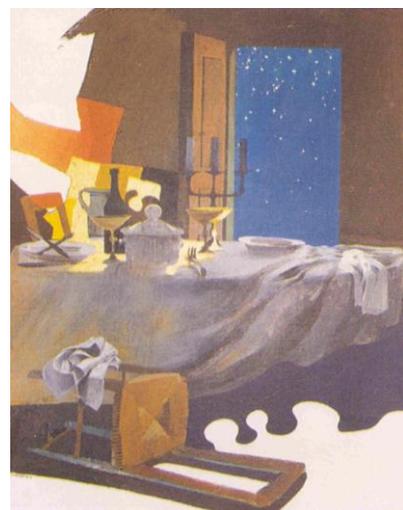
- In quali aspetti della tua vita hai bisogno di un entusiasmo nuovo che viene dalla fede?

...dove trovarono riuniti gli Undici e gli altri che erano con loro, ³⁴i quali dicevano: «Davvero il Signore è risorto ed è apparso a Simone!». ³⁵Ed essi narravano ciò che era accaduto lungo la via e come l'avevano riconosciuto nello spezzare il pane.

E tornano a condividere questa scoperta con quanti sanno già quello che è capitato poco fuori della città santa: la tomba vuota, ma non perché il corpo di Gesù è stato nascosto. Davvero il Signore è risorto, si ripetono gli uni gli altri, quasi come un ritornello di una nuova canzone. È la conclusione di un giorno che diventerà da allora 'giorno del Signore', dies Domini, dono di grazia da celebrare nei segni.

Domanda per la riflessione personale:

- Come vivi la domenica?



Momento di condivisione: chi desidera condivide ad alta voce la sua riflessione sul brano.

II MOMENTO

DAVANTI ALL'EUCARESTIA

Canto di esposizione

Preghiera

(a due cori)

Come il pane condiviso nel deserto della nostra fame,
tu ci doni, Gesù, la vita in abbondanza.
E quando entrati in casa con te, dopo il cammino,
tu spezzi il pane, noi siamo pieni di gioia
come fosse il primo giorno della vita.

Come il pane condiviso
la sera del giovedì santo,
tu ci doni, Gesù, per la nostra liberazione.
Ed è il tuo corpo spezzato,
affidato alle nostre mani
che ci fa diventare figli della nuova alleanza.

Come il pane condiviso
quando le tenebre appesantiscono il cuore
tu raggiungi i tuoi discepoli nella loro sfiducia.
E quando ormai la notte è scesa,
essi corrono sulla strada, con gli occhi illuminati,
messaggeri di speranza.

Come un pane condiviso, tu ci inviti a vivere,
percorrendo i sentieri del mondo.
In te, la nostra vita donata diventa cibo
per nutrire ogni fame
che divora i nostri fratelli.

Pregando personalmente in silenzio davanti all'Eucarestia (15')

Sei davanti all'Eucarestia: sei come il figlio con il Padre buono. Quante cose da dirgli!

Ora prega personalmente: partendo da ciò che il Vangelo ti ha suggerito trasforma in preghiera quello che hai pensato e quello che hai riflettuto.

Cerca di chiedere, ringraziare, desiderare. Non perdere il clima di silenzio, non permettere alla fatica della preghiera di impedirti 'l'incontro con Dio'. Alla fine il tuo cuore avrà pregato e sarà ricco di gioia.

Stai in silenzio in questi minuti.

Poi adora con questo testo:

Dai pensieri di Papa Benedetto XVI

La località di Emmaus non è stata identificata con certezza. Vi sono diverse ipotesi, e questo non è privo di una sua suggestione, perché ci lascia pensare che Emmaus rappresenti in realtà ogni luogo: la strada che vi conduce è il cammino di ogni cristiano, anzi, di ogni uomo. Sulle nostre strade Gesù risorto si fa compagno di viaggio, per riaccendere nei nostri cuori il calore della fede e della speranza e spezzare il pane della vita eterna. Nel colloquio dei discepoli con l'ignoto viandante colpisce l'espressione che l'evangelista Luca pone sulle labbra di uno di loro: "Noi speravamo...". Questo verbo al passato dice tutto: Abbiamo creduto, abbiamo seguito, abbiamo sperato, ma ormai tutto è finito. Anche Gesù di Nazaret, che si era dimostrato profeta potente in opere e in parole, ha fallito, e noi siamo rimasti delusi.

Questo dramma dei discepoli di Emmaus appare come uno specchio della situazione di molti cristiani del nostro tempo. Sembra che la speranza della fede sia fallita. La stessa fede entra in crisi a causa di esperienze negative che ci fanno sentire abbandonati dal Signore. Ma questa strada per Emmaus, sulla quale camminiamo, può divenire via di una purificazione e maturazione del nostro credere in Dio. Anche oggi possiamo entrare in colloquio con Gesù ascoltando la sua Parola. Anche oggi, Egli spezza il pane per noi e dà Se stesso come il nostro Pane. E così l'incontro con Cristo Risorto, che è possibile anche oggi, ci dona una fede più profonda e autentica, temprata, per così dire, attraverso il fuoco dell'evento pasquale; una fede robusta perché si nutre non di idee umane, ma della Parola di Dio e della sua presenza reale nell'Eucaristia.

Preghiera

Solista: Nell'Eucaristia, tu, nostro Signore e nostro Dio, sei con noi, sempre.

Tutti: **Sei con noi nella sera della delusione e della fatica, del dubbio, della paura e dell'infedeltà.**

Solista: Nel silenzio di ogni chiesa, o Pane santo, tu ci attendi, pronto all'ascolto,

Tutti: **serbi per noi una Parola, quella di cui abbiamo assoluto bisogno, e consolazione, sicurezza e pace.**

Solista: Il tuo amore, o Signore, ci attragga, ci trasformi, ci inondi del tuo Spirito,

Tutti: **ci doni di amare ogni uomo e donna con amore gratuito e operoso, secondo la tua misura.**

Solista: Sia il tuo Spirito, donato dall'Eucaristia, ad accendere nel cuore di ciascuno il fuoco della missione:

Tutti: **per essere nella storia testimoni umili e forti, gioiosi e credibili dell'amore del Padre.**

Solista: L'Eucaristia che adoriamo,

Tutti: **apra il nostro sguardo sulle povertà e i bisogni di ogni persona sola e ammalata, vittima dell'egoismo, minacciata nella speranza, derubata della verità.**

Solista: Fa', o Signore, che partecipando all'Eucaristia e lasciandoci plasmare da essa,

Tutti: **impariamo a farci promotori di comunione, di solidarietà e di pace,**

Solista: e ad essere, nella preghiera e nelle opere, testimoni dell'amore di Dio

Tutti: **unica speranza del mondo e gioia piena di ogni cuore.**

Adorazione silenziosa (10')

Sei al cuore della preghiera. Ora è il momento di contemplare l'Eucarestia, il più grande gesto di carità di Dio verso di noi. Non è il momento per leggere, scrivere, o riempire di parole, ma di 'stare' davanti e con il Signore.

Mettiti in ginocchio.

Al termine dell'adorazione silenziosa

Preghiere spontanee: ognuno può dire ad alta voce una breve preghiera.

Tra un'invocazione e l'altra si canta:

Rit.: **Oh oh oh, adoramus Te Domine**

Oh oh oh, adoramus Te Domine

(Oh Signore, ti adoriamo)

Padre nostro

Canto finale di reposizione

Gesù, noi ti abbiamo riconosciuto come Signore,
ma questo riconoscimento non è per noi
solo da gustare o da tenere come un segreto.
Ciò che abbiamo visto e sentito non è solo per noi:
è per tutti quelli che sono pronti a riceverlo.
Dopo essere stati con te, davanti a te,
tu ci chiedi di lasciare la tavola
e di andare dai nostri amici, per scoprire
insieme a loro che tu sei veramente vivo
e che ci chiami tutti insieme a diventare
un popolo nuovo, il popolo della risurrezione.
Tu ci liberi dal nostro paralizzante senso di perdita,
ci dai la forza di uscire nel mondo
e di portare la buona notizia a tutti.
Rendi eucaristica la nostra vita:
essa non sarà spettacolare, ma nascosta
come lievito e come granello di senape;
essa rivelerà con gesti semplici
che la vita è più forte della morte
e l'amore è più forte della paura.

***Le immagini si trovano nella Chiesa della Risurrezione
presso la Comunità Nazareth a Torre de' Roveri, Bergamo.***

Per approfondire: E. Brozzoni, "...e lo riconobbero" – Prima comunione con i pellegrini di Emmaus, ed. Gruppo Aeper