



**QUELLO CHE ASCOLTATE,
ANNUNCIATELO!**

CENACOLO GAM
XII DOMENICA DEL TEMPO ORDINARIO 21 GIUGNO 2026

A Gesù



per Maria

Ave, Mamma, piena di grazia,
Madre di Dio e della Chiesa

INVOCAZIONE ALLO SPIRITO SANTO

*Tutti quelli che sono guidati
dallo Spirito di Dio,
questi sono figli di Dio.
E voi non avete ricevuto uno spirito
da schiavi per ricadere nella paura,
ma avete ricevuto lo Spirito
che rende figli adottivi,
per mezzo del quale gridiamo:
«Abbà! Padre!» (Rm 8).*



Lo Spirito Santo è lo sguardo del Padre che vede nel segreto. - Servo di Dio don Carlo De Ambrogio -

Letture corali

- | | | | |
|---|--|---|---|
| 1 | Vieni, Santo Spirito,
manda a noi dal cielo
un raggio della tua luce.
Vieni, padre dei poveri,
vieni, datore dei doni,
vieni, luce dei cuori. | Senza la tua forza,
nulla è nell'uomo,
nulla senza colpa. | <i>Canto</i> |
| 2 | Consolatore perfetto
ospite dolce dell'anima,
dolcissimo sollievo.
Nella fatica, riposo,
nella calura, riparo,
nel pianto, conforto. | 4 | Lava ciò che è sordido,
bagna ciò che è arido,
sana ciò che sanguina.
Piega ciò che è rigido,
scalda ciò che è gelido,
drizza ciò ch'è sviato. |
| 3 | O luce beatissima,
invadi nell'intimo
il cuore dei tuoi fedeli. | 5 | Dona ai tuoi fedeli
che solo in te confidano
i tuoi santi doni.
Dona virtù e premio,
dona morte santa,
dona gioia eterna. Amen. |
- Canto*

ANCHE VOI DATE TESTIMONIANZA

Rosario e Parola di Dio dal Vangelo di san Matteo 10,26-33

Meditiamo il terzo mistero della luce: l'annuncio del Regno di Dio e l'invito alla conversione.

Padre nostro...

1ª AVE MARIA

«Non abbiate paura degli uomini, poiché nulla vi è di nascosto che non sarà svelato né di segreto che non sarà conosciuto.

Gesù aveva parlato del mistero del Regno di Dio, ma era ancora nascosto, perché era appena all'inizio, ma poi verrà reso manifesto, verrà messo in luce e splenderà in maniera abbagliante, con l'annuncio del Vangelo, perché la Parola di Dio ha una forza intrinseca di luce immensa.

Ave, o Maria...

Clicca sulle parole del canto per ascoltarlo

CANTO: Non temiamo se trema la terra.
Non temiamo se crollano i monti.
*Dio è per noi rifugio e forza;
è la nostra Roccia. Alleluja (Bis).*
Non temiamo se infuriano i venti.
Non temiamo se si abbatte la prova.
*Casa sulla Roccia è Maria;
è la nostra Mamma. Alleluja (Bis).*

2ª AVE MARIA

Quello che io vi dico nelle tenebre voi ditelo nella luce, e quello che ascoltate all'orecchio voi annunciatelo dalle terrazze.

Questa raccomandazione si addice perfettamente alla Chiesa dopo la Risurrezione. Gesù aveva chiaramente proclamato con le sue parole e con le sue opere la venuta del Regno, ma non aveva svelato il mistero della sua persona che in modo misterioso. Dopo che ebbe pronunciato "il discorso della croce" e che fu salito al Padre, gli Apostoli non dovevano più temere le persecuzioni sino al punto di tacere il suo nome regale e messianico. Dovevano invece rivelarlo alla piena luce del giorno. La raccomandazione di Gesù trova quindi la sua piena applicazione nella Chiesa della Pentecoste.



Ave, o Maria... - Canto

3ª AVE MARIA

Quello che io vi dico nelle tenebre voi ditelo nella luce.

Il Vangelo, ascoltato nel silenzio della preghiera o all'ombra delle chiese, non è una raccolta di definizioni: è *potenza di*

salvezza con molteplici risonanze nella vita personale e sociale. La parola di Gesù è esplosiva. Ma per proclamarla sui tetti e sulle terrazze, bisogna prima ascoltarla in se stessi. Come possiamo annunciare il Vangelo agli altri se prima non l'abbiamo accolto noi?

Ave, o Maria... - Canto

4ª AVE MARIA

Quello che ascoltate all'orecchio voi annunciatelo dalle terrazze.

I discepoli di Gesù devono essere coraggiosi nel professare la loro fede. Bisogna predicare dai tetti ciò che abbiamo ascoltato. Non dev'esserci un sussurrare nell'oscurità, ma parlare di Dio francamente, nella piena e splendente luce. I discepoli devono annunciare il Vangelo con coraggio, senza paura, senza curarsi delle opposizioni degli altri.

Ave, o Maria... - Canto

5ª AVE MARIA

Non abbiate paura di quelli che uccidono il corpo ma non hanno potere di uccidere l'anima.

L'invito a non avere paura è rafforzato dall'affermazione che ciò che è autentico non può essere distrutto da nessuno: Dio infatti vigila sulla sua Parola per realizzarla e sulla sua creazione. Il «timore di Dio» è legato alla condizione di creatura dell'uomo: essendo figlio di Dio, l'uomo può attuare pienamente la propria vita solo nell'ascolto della Parola del Creatore. *Ave, o Maria... - Canto*

6ª AVE MARIA

Non abbiate paura di quelli che uccidono il corpo, ma non hanno potere di uccidere l'anima; abbiate paura piuttosto di colui che ha il potere di far perire nella Geènna e l'anima e il corpo.

Dio Padre protegge coloro che professano la fede in Cristo. I nemici possono uccidere il corpo, è vero, ma non hanno potere di uccidere l'anima. Al di là della morte l'uomo si presenterà al tribunale di Dio e sarà giudicato: se sarà trovato manchevole, alla morte del corpo seguirà la morte eterna. C'è da temere soltanto il giudizio di Dio.

Ave, o Maria... - Canto

7ª AVE MARIA

Due passeri non si vendono forse per un soldo? Eppure nemmeno uno di essi cadrà a terra senza il volere del Padre vostro. Perfino i capelli del vostro capo sono tutti contati.

Anche in questa vita, Dio protegge i suoi figli. Egli ha cura dei passerotti che non valgono nulla; conta perfino i



capelli della testa e quindi più che mai si prende cura dei suoi figli che valgono più dei passerì.

Ave, o Maria... - Canto

8ª AVE MARIA

Non abbiate timore.

La paura paralizza e porta al rinnegamento. Gesù libera dal timore i suoi seguaci perché siano perseveranti nella persecuzione. Le parole di incoraggiamento: *non temere*, in questo brano del Vangelo, ritornano tre volte. La verità che Gesù affida alla divulgazione dei suoi discepoli continua il suo cammino nonostante le persecuzioni. Nessuna paura, allora, perché gli avversari si battono per una causa persa.

Ave, o Maria... - Canto

9ª AVE MARIA

Chiunque mi riconoscerà davanti agli uomini, anch'io lo riconoscerò davanti al Padre mio che è nei cieli».

Questi versetti presentano Gesù non solo come giudice, ma anche come avvocato dell'umanità. Egli che si è fatto uomo, è totalmente unito agli uomini, ha accettato e assunto la loro condizione a tale punto che ormai li può rappresentare presso il Padre.



Ave, o Maria... - Canto

10ª AVE MARIA

Chi invece mi rinnegherà davanti agli uomini, anch'io lo rinnegherò davanti al Padre mio che è nei cieli.

I discepoli non devono avere paura: Gesù, il Figlio di Dio, è con loro. Il giudizio decisivo non è quello degli uomini in veste di giudici, ma quello pronunciato da Dio. Chi nella vita avrà testimoniato in favore del Figlio dell'uomo, il Figlio dell'uomo testimonierà in suo favore nel giorno del giudizio.

Ave, o Maria... - Canto - Gloria.

LA PAROLA DI DIO MI INTERROGA

- Confido nell'amore fedele e premuroso di Dio?
- Accolgo la Parola nel cuore con fede e amore?
- Testimonio con coraggio e coerenza la mia fede?
- Chiedo aiuto allo Spirito Santo per essere rafforzato nella fede?

CONSACRAZIONE ALLA MAMMA CELESTE

*Ave, Mamma, piena di grazia, Madre di Dio e della Chiesa,
noi ci consacriamo al tuo Cuore Immacolato e Addolorato.*

Tienici sempre amorosamente per mano.

SALMO 68

MI DIVORA LO ZELO PER LA TUA CASA

SPUNTO DI MEDITAZIONE

Gli diedero da bere vino mescolato con fiele (Matteo 27,34).

Clicca sulle parole del canto per ascoltarlo

CANTO Io vengo meno e l'insulto ha spezzato il mio cuore;
consolatori ho cercato ma non ho trovato.
Mi hanno dato solo aceto per la sete;
lo zelo per la tua Casa mi divora.
Presso la Croce, il suo Agnello, Maria offrì;
come al Tempio, quando bimbo, al Padre lo donò:
e dalla Croce con amore Gesù Cristo
sua Mamma ci donò per Madre della Chiesa.

TESTO DEL SALMO

Per te io sopporto l'insulto
e la vergogna mi copre la faccia;
sono diventato un estraneo ai miei fratelli,
uno straniero per i figli di mia madre.
Perché mi divora lo zelo per la tua casa,
gli insulti di chi ti insulta ricadono su di me. *(Canto) - selà -*
Ma io rivolgo a te la mia preghiera,
Signore, nel tempo della benevolenza.
O Dio, nella tua grande bontà, rispondimi,
nella fedeltà della tua salvezza.
Rispondimi, Signore, perché buono è il tuo amore;
volgiti a me nella tua grande tenerezza. *(Canto) - selà -*
Vedano i poveri e si rallegriano;
voi che cercate Dio, fatevi coraggio,
perché il Signore ascolta i miseri
non disprezza i suoi che sono prigionieri.
A lui cantino lode i cieli e la terra,
i mari e quanto brulica in essi. *(Canto) - selà -*

DOSSOLOGIA

Gloria al Padre e al Figlio e allo Spirito Santo...

LETTURA CON ISRAELE

* Il salmo 68 è un salmo di supplica in tre parti: 1° *il salmista grida la sua angoscia*: un'orribile sofferenza; si sente asfissiato da un'alta marea di fanghiglia; urla; la sua gola è in fiamme; sofferenza ingiusta; lo maltrattano per la sua religiosità; il paganesimo dilagante rischia di sommergerlo; sofferenza per

la causa di Dio *mi divora lo zelo per la tua casa, ricadono su di me gli oltraggi di chi ti insulta, o Signore; per te io sopporto l'insulto...*; nemici numerosi accerchiano il salmista.

- * 2° Il salmista si rivolge a Dio e lo prega; implora la propria liberazione e la salvezza; chiede l'applicazione della legge del taglione. Sono imprecazioni terribili contro le forze infernali e demoniache e il salmista domanda a Dio di farli sparire - la «*tavola*» o «*mensa*» di cui fa parola è quella dei banchetti sacri idolatrici -; spariscono i nemici di Dio; sia sconfitto Satana.
- * 3° Il salmo 68 termina con un grazie e una lode finale: liberato dai nemici e «*dalle acque profonde*» il salmista «*loderà Dio con il canto; gli umili hanno visto e sono in festa; vita e gioia per chi cerca Dio; il Signore ascolta gli umili, i poveri*».
- * Nel suo senso letterale, il salmo 68 esprime la supplica straziante di un peccatore minacciato di morte imminente a causa di una malattia congiunta a una persecuzione. La finale del salmo 68 ha un carattere proprio: la sofferenza personale si tramuta in un inno di ringraziamento che vuole contagiare tutto il popolo dei poveri. (Canto)

LETTURA CON GESÙ

- * Otto citazioni del Nuovo Testamento si riferiscono esplicitamente o implicitamente a questo salmo 68 e ne mettono in risalto la luce messianica.
- * Gesù cita esplicitamente questo salmo 68 quando, alla vigilia della sua Passione, dice parlando dei suoi nemici: «Essi odiano me e il Padre mio, perché si compia la Parola scritta nella loro Legge: “Mi hanno odiato senza motivo”» (Giovanni 15,24-25).
- * Quando Gesù cacciò i mercanti e i profanatori dal Tempio, «una parola della Scrittura venne in mente ai suoi discepoli: “Lo zelo per la tua Casa mi divorerà”» (Giovanni 2,17).
- * Nella lettera ai Romani (15,3), san Paolo dice: «Il Cristo non ha cercato ciò che gli piaceva, ma, come è scritto: “*L'insulto di chi ti insulta è ricaduto su di me*”».
- * Nel Getsemani «Gesù tornò dai suoi discepoli e li trovò addormentati. Disse a Pietro: “Così non avete potuto vegliare un'ora sola con me?”». Questo frammento (Matteo 26,40) riecheggia il salmo 68: «*Ho cercato consolatori e non ne ho trovati*».

- * L'evangelista san Matteo dice (27,48): «Subito qualcuno corse a prendere una spugna, la inzuppò di aceto e gliela diede da bere»; e il salmo dice: «*Quando avevo sete, mi diedero aceto da bere*».

(Canto)

LETTURA GAM, OGGI

- * Giovane, il grande grido di lamento che sale da questo salmo 68 è di una attualità bruciante: «*Salvami, o Dio; affondo nel fango; sono caduto in acque profonde e l'onda mi travolge. Sono sfinito dal gridare; i miei occhi si consumano...*». È la preghiera dei malati, degli sventurati. Fa' l'esperienza, o giovane, di pregare questo salmo 68 mettendolo sulla bocca di qualche «grande malato».
- * Ecco, per esempio, l'ultimo scritto di un malato di cancro, che assomiglia molto al salmo 68: «So che devo morire. Che l'operazione non servirà a nulla, solo a prolungare un'agonia sempre più opaca. Sto scivolando giù per un immenso imbuto; le pareti mi sfuggono; le mie unghie non fanno più presa. Vorrei pregare, ma non ci riesco. Sono imbottito di iniezioni, gonfio di ipodermoclisi. È come se mi trovassi in un mare assolutamente piatto, di acciaio, senza orizzonte, col sole sul capo che mi martella le tempie. Eppure, anche se con un gran freddo nel cuore, io credo. Credo che la mia morte è cosa buona. Credo che questo muro altissimo, che ormai mi separa dagli altri, da tutti gli altri, anche da mia moglie e dai miei figli, ha un suo significato; non so bene quale, ma «sento» che ce l'ha. Tutto nella vita ha significato. Fra breve sarò travolto. Mi resta adesso la possibilità di un gesto di amore, di un «sì» a Dio che sin d'ora voglio completo, cosciente, lucido. In questa cosa orrenda che è la morte c'è un senso. Lo sento. Anche se il mio cuore non vibra più di emozione, terrorizzato com'è, asciutto com'è, voglio ringraziarti, Signore, anche per la morte. Prendimi tra le tue mani, come e quando tu vorrai. Io credo che quanto più fallita è stata la mia esistenza, tanto più ampia sarà la tua misericordia. Tu sei la misericordia, o Signore. Non mi abbandonare, te ne prego. Ho tanta, tanta paura».

(Canto)

LA PAGINA DEI BUCANEVE

IL VANGELO

PER I RAGAZZI



NON ABBIATE PAURA!

• Mt 10, 26-33 •

In quel tempo, Gesù disse ai suoi apostoli:



Gosa mi insegna il Vangelo

- ⇒ Gesù questa domenica invita i suoi discepoli, e quindi anche noi, ad **EVANGELIZZARE**: a portare a tutti il suo messaggio!
- ⇒ Gesù ci parla innanzitutto dell'**AMORE E DELLA CURA** che **DIO** ha verso di noi. Per Dio noi **SIAMO PREZIOSISSIMI**, valiamo tanto!
- ⇒ Se rimaniamo uniti a Lui, **NON DOBBIAMO AVERE PAURA** perché Dio ci protegge e custodisce. In tutta la Bibbia torna sempre la frase "**NON TEMERE!**" Se siamo con Dio, nulla può farci male.
- ⇒ Il nostro **VALORE** non dipende dagli uomini per questo non dobbiamo dare importanza a **CIÒ CHE GLI ALTRI PENSANO DI NOI** ma, piuttosto, preoccuparci di **FARE LA VOLONTÀ DI DIO**.



LO SAPEVI CHE?

La **GEÈNNA** era una discarica di Gerusalemme dalla quale uscivano fumo e cattivo odore e nel Vangelo rappresenta l'**INFERNO**. Gesù ci mette in guardia: è del diavolo che dobbiamo avere paura perché lui fa morire sia il corpo che l'anima, cioè ci fa soffrire in questa vita e ci condanna all'inferno.

il mio **PROPOSITO**

Affiderò a Gesù tutte le mie paure e preoccupazioni perché so che lui mi proteggerà.

FATTO NON ANCORA



TU SEI PIETRO E SU QUESTA PIETRA EDIFICHERÒ LA MIA CHIESA

La parola di Papa Leone XIV

DALL'OMELIA DELLA SANTA MESSA NEL SANTUARIO DI POMPEI

Generazioni di credenti sono state plasmate e custodite dalla preghiera del Rosario, semplice e popolare, e al tempo stesso capace di altezze mistiche e scrigno della più essenziale teologia cristiana. Cosa c'è infatti di più essenziale dei misteri di Cristo, del suo santo Nome, pronunciato con la tenerezza della Vergine Maria? È in questo Nome, e



in nessun altro, che noi possiamo essere salvati (cfr At 4,12). Ripetendolo in ogni Ave Maria, facciamo in qualche modo l'esperienza della casa di Nazaret, quasi riascoltando la voce di Maria e di Giuseppe nei lunghi anni in cui Gesù visse con loro. Facciamo anche l'esperienza del Cenacolo, dove gli Apostoli con Maria attesero l'effusione dello Spirito Santo.

Come non pensare che, in quel tempo tra l'Ascensione e la Pentecoste, Maria e gli Apostoli facessero a gara nel ricordare i diversi momenti della vita di Gesù? Non doveva sfuggirne nessun dettaglio! Tutto era da ricordare, assimilare, imitare. Nasce così il cammino contemplativo della Chiesa, di cui, a somiglianza dell'Anno liturgico, il Rosario offre la sintesi nella meditazione quotidiana dei santi Misteri.

Se il Rosario è “pregato” e, oserei dire, “celebrato” in questo modo, esso è anche, per naturale conseguenza, sorgente di carità. Carità verso Dio, carità verso il prossimo: due facce della stessa medaglia, come ci ricordava la seconda Lettura, tratta dalla prima Lettera di San Giovanni, concludendo con l'esortazione: «*Non amiamo a parole né con la lingua, ma con i fatti e nella verità*» (1Gv 3,18).

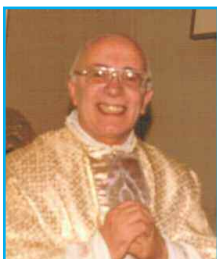
Il Rosario spinge lo sguardo verso i bisogni del mondo, come la Lettera apostolica *Rosarium Virginis Mariae* sottolineava, proponendo in particolare due intenzioni che rimangono di pressante attualità: la famiglia, che risente dell'indebolimento del legame coniugale, e la pace, messa a repentaglio dalle tensioni internazionali e da un'economia che preferisce il commercio delle armi al rispetto della vita umana.

IL SERVO DI DIO DON CARLO DE AMBROGIO

UNA LAMPADA CHE ARDE E CHE SPLENDE

ALLE PRESE CON LA FORNAIA

In una delle prime missioni in Ciociaria, passando di casa in casa per annunciare il Vangelo e consacrare le famiglie al Cuore Immacolato di Maria, i giovani s'imbattono in una signora che cominciò a inveire e a imprecare. Era stata provata da una disgrazia e non voleva assolutamente ascoltare e tanto meno pregare.



I giovani, cacciati in malo modo, uscirono senza reagire, ricordandosi delle parole di Gesù commentate da don Carlo: «...*Amate i vostri nemici e pregate per i vostri persecutori...*» (Mt 5,44). Non era una vera e propria persecuzione, ma era sempre una porta che si chiudeva in faccia. E pregarono per lei.

Uno di essi, G., appese di nascosto una coroncina del Rosario al muretto. Proseguirono fino a sera percorrendo strade e viottoli del paese per raggiungere ogni famiglia. Era quasi buio e, presi dal loro lavoro missionario, avevano dimenticato di acquistare qualcosa per la cena. Ormai i negozi erano chiusi. Una signora indicò loro la casa della fornaia: forse aveva ancora qualche pagnotta. Vi si recarono tutti insieme e quale non fu la loro sorpresa nel constatare che era la stessa signora che al mattino li aveva cacciati. Ma adesso era cambiata: li accolse in lacrime chiedendo perdono ed era così pentita che voleva chiedere perdono anche pubblicamente in chiesa al Cenacolo. Li fece entrare e li colmò di doni: pane, companatico e pizza...

Così ancora una volta i giovani toccarono con mano la verità di quelle parole: «*Cercate prima di tutto il Regno di Dio e la sua giustizia e tutto il resto vi sarà dato in sovrappiù*» (Mt 6,33).

«*I giovani hanno bisogno di vivere in un clima di gioia e di entusiasmo* - diceva don Carlo -. *E dove i ragazzi attizzano il loro entusiasmo? Alla vita divina della Grazia. Un giovane che non viva in Grazia di Dio è triste e scontento. "Chi vive nell'entusiasmo, vive nell'aurora dell'eternità"*». Era questo il segreto per ottenere tutto dai giovani. «*La Mamma se li pulisce (nella Confessione) - commentava - e poi li lancia*».