



## 2<sup>a</sup> Domenica di Avvento

la guida di sr Anna Mátiková, biblista.

Continua il nostro percorso di Avvento "a tutto fitness" per arrivare "spiritualmente in forma" al S. Natale. Se la scorsa settimana abbiamo ridato vigore alle nostre gambe per prepararle a camminare incontro al Signore che viene, questa seconda settimana è dedicata alle nostre mani. Quali esercizi fare per riabitarle a gesti di accoglienza e tenerezza? Ci affidiamo alla parola di Dio sotto

## 2. Fitness... divino! Alleniamo le mani

### Lecture liturgiche

**Isaia 11,1-10; Salmo 71; Romani 15,4-9; Matteo 3,1-12**

La profezia di Isaia, nella **prima lettura**, dipinge nella nostra mente un'immagine del tempo messianico usando soprattutto metafore agricole e pastorali. L'immagine più esemplare dell'armonia e della pace del **regno messianico** è forse quella degli **animali che pascolano pacificamente** insieme ai loro feroci predatori. E in mezzo a loro il testo ci fa trovare un **bambino che mette la mano nel covo di un serpente**.

Proprio questa **manina del bimbo** diventa l'**esempio su cui modellare il nostro allenamento** in questa seconda settimana d'Avvento. Perché?

La mano di un bambino, generalmente, non è capace di fare molto. Non

riesce nemmeno a procurare le cose essenziali per vivere. Sa solo tendersi per

afferrare ciò che le viene donato oppure aggrapparsi alla mano sicura del genitore. Appunto. È

proprio così. La porta d'entrata del male nel mondo è stata aperta dalle mani dei progenitori che

hanno smesso di accogliere i doni dal Creatore, hanno rifiutato di stringere la sua mano paterna per

passare insieme a lui nel Giardino e si sono aggrappati a quello che non era per il loro bene. Da allora le

mani umane di tutte le generazioni saccheggiano il mondo e combattono, impugnando le armi, per imporre a

tutto il creato un "ordine" a loro misura.

Per questo il **salmista implora con insistenza la venuta del re di giustizia e di pace** che potrà finalmente liberare tutti i poveri, gli oppressi e i miseri.

Le nostre mani "adulte", affannate nell'acquistare sempre più beni e nello stringere spasmodicamente i beni già in nostro possesso, seminano solo violenza, ingiustizia e dolore. Hanno bisogno di mollare la presa, di liberarsi dalla paralisi convulsa del possesso e di **riabituarsi all'accoglienza e tenerezza propria alle mani dei bambini**.

Come si può fare? Il consiglio ci viene da **S. Paolo** che, nella seconda lettura, raccomanda ai cristiani di Roma di **accogliersi vicendevolmente gli uni gli altri** come Cristo, che è diventato servo di tutti.

L'allenamento per le nostre mani proposto per la seconda settimana di Avvento consiste in questo: rinunciare a ciò che vogliamo freneticamente procurarci per il nostro vantaggio, rinnovando la **fiducia nel Padre celeste che si prende cura di noi**, e fare delle nostre mani strumenti della sua accoglienza, provvidenza e tenerezza nella e per la vita degli altri.

Anche **Giovanni il Battista**, nel Vangelo, esorta insistentemente alla conversione. L'evangelista Matteo non ci descrive i gesti concreti con cui questa si debba manifestare nella vita di coloro che ascoltano il messaggio del Battista, parla solo di «**frutti degni di conversione**».





# Mani

# Fitness... DIVINO!



Che cosa può evocare l'immagine del frutto? Le mani dei progenitori si sono allungate avidamente per afferrare quello dei presunti privilegi divini. Il frutto degno della conversione, invece, è quello che si riceve con gratitudine dalla mano del Padre e che si regala, a nostra volta, con generosità, nelle mani tese del nostro fratello bisognoso.

## Allenamento quotidiano per la seconda settimana

- Comincia la giornata chiedendo al Signore la luce per vedere i doni che ti pone davanti e la grazia di riuscire a rinunciare a qualcosa per farne un dono.
- Cerca durante il giorno le occasioni in cui puoi offrire un aiuto concreto a chi ne ha bisogno oppure mostra **tenerezza e accoglienza** anche a chi non se l'aspetta.
- Concludi la giornata con una breve verifica ringraziando Signore per ciò che hai potuto donare e per tutto quello che hai ricevuto. Consegna alla sua misericordia i momenti in cui non sei riuscito ad aprire le mani per ricevere con gratitudine e dare con gratuità.
- Il giorno seguente ricomincia...

## Preghiera

Spirito d'amore,  
alleggerisci il mio cuore appesantito dall'avidità  
perché possa imparare l'arte del ricevere e del donare.  
Guarisci le mie mani dalla paralisi del possesso  
e aprile alla gratuità nel dare  
e alla tenerezza nel servire.  
Amen

»»» [Vai al percorso completo](#)

