

*Chi rimane in me ed io in lui,  
porta molto frutto*

**Meditazione  
sul Vangelo del giorno**  
A cura dell'Ufficio liturgico bolognese

## Mercoledì XI settimana

Dal vangelo secondo Matteo (Mt 6,1-6.16-18)

In quel tempo Gesù disse ai suoi discepoli:

**«Quando digiunate, non diventate malinconici come gli ipocriti, che assumono un'aria disfatta per far vedere agli altri che digiunano. In verità io vi dico: hanno già ricevuto la loro ricompensa. Invece, quando tu digiuni, profumati la testa e lavati il volto, perché la gente non veda che tu digiuni, ma solo il Padre tuo, che è nel segreto; e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà».**

**COMMENTO** *La nostra società è ormai pressoché incapace di rinunce, disprezzando il digiuno a meno che non sia per motivi di salute o estetici. Ma l'insegnamento di Gesù ci riconsegna lo strumento della rinuncia come espressione di amore, come possibilità di annunciare il proprio desiderio non con facili parole ma con la partecipazione di tutto il corpo. Il digiuno è la proclamazione del nostro desiderio di Dio, un desiderio che facciamo esprimere a tutto l'organismo, traducendo la richiesta che è propria di ogni parte del corpo, materiale e spirituale, nel grido a Dio, perché ci sazi. Ecco perché è qualcosa che non deve strappare il plauso della gente, ma deve essere apprezzato solo da Dio.*

### **PREGHIERA** **Sal 17(18)**

Ti amo, Signore,  
mia forza,  
Signore, mia roccia,

mia fortezza, mio liberatore,  
mio Dio, mia rupe, in cui mi rifugio;  
mio scudo, mia potente salvezza  
e mio baluardo.

Invoco il Signore, degno di lode,  
e sarò salvato dai miei nemici.

La via di Dio è perfetta,  
la parola del Signore è purificata nel fuoco;  
egli è scudo per chi in lui si rifugia.  
Infatti, chi è Dio, se non il Signore?  
O chi è roccia, se non il nostro Dio?

Viva il Signore e benedetta la mia roccia,  
sia esaltato il Dio della mia salvezza.

Preghiamo.

O Dio, che hai rivelato la pienezza della legge  
nel comandamento dell'amore,  
dona al tuo popolo di conoscere le profondità  
della sapienza e della giustizia,  
per entrare nel tuo regno  
di riconciliazione e di pace.  
Per Cristo nostro Signore. Amen.