



# NUTRIMENTO PER L'ANIMA

» Non di solo pane vivrà l'uomo, ma di ogni parola che esce dalla bocca di Dio (MT. 4, 4) «

5 giugno 2023 anno 14 / n° 33  
seria settimanale

Foglio di insegnamenti  
spirituali e catechetici  
della Diocesi Ortodossa  
Romana d'Italia

## Santissima Trinità

### APOSTOLO. I GIOVANNI 5, 3-13

Fratelli, in questo consiste l'amore di Dio, nell'osservare i suoi comandamenti; e i suoi comandamenti non sono gravosi. Chiunque è stato generato da Dio vince il mondo; e questa è la vittoria che ha vinto il mondo: la nostra fede. E chi è che vince il mondo se non chi crede che Gesù è il Figlio di Dio? Egli è colui che è venuto con acqua e sangue, Gesù Cristo; non con l'acqua soltanto, ma con l'acqua e con il sangue. Ed è lo Spirito che dà testimonianza, perché lo Spirito è la verità. Poiché tre sono quelli che danno testimonianza: lo Spirito, l'acqua e il sangue, e questi tre sono concordi. Se accettiamo la testimonianza degli uomini, la testimo-

nianza di Dio è superiore: e questa è la testimonianza di Dio, che egli ha dato riguardo al proprio Figlio. Chi crede nel Figlio di Dio, ha questa testimonianza in sé. Chi non crede a Dio, fa di lui un bugiardo, perché non crede alla testimonianza che Dio ha dato riguardo al proprio Figlio. E la testimonianza è questa: Dio ci ha donato la vita eterna e questa vita è nel suo Figlio. Chi ha il Figlio, ha la vita; chi non ha il Figlio di Dio, non ha la vita. Questo vi ho scritto perché sappiate che possedete la vita eterna, voi che credete nel nome del Figlio di Dio.

### VANGELO. GIOVANNI 14, 6-7, 11-21, 26

Disse il Signore: "Io sono la via, la verità e la vita. Nessuno viene al Padre se non per mezzo di me. Se avete conosciuto me, conoscerete anche il Padre mio: fin da ora lo conoscete e lo avete veduto". Credete a me: io sono nel Padre e il Padre è in me. Se non altro, credetelo per le opere stesse. In verità, in verità io vi dico: chi crede in me, anch'egli compirà le opere che io compio e ne compirà di più grandi di queste, perché io vado al Padre. E qualunque cosa chiederete nel mio nome, la farò, perché il Padre sia glorificato nel Figlio. Se mi chiederete qualche cosa nel mio nome, io la farò. Se mi amate, osserverete i miei comandamenti; e io pregherò il Padre ed egli vi darà un altro Paràclito

perché rimanga con voi per sempre, lo Spirito della verità, che il mondo non può ricevere perché non lo vede e non lo conosce. Voi lo conoscete perché egli rimane presso di voi e sarà in voi. Non vi lascerò orfani: verrò da voi. Ancora un poco e il mondo non mi vedrà più; voi invece mi vedrete, perché io vivo e voi vivrete. In quel giorno voi saprete che io sono nel Padre mio e voi in me e io in voi. Chi accoglie i miei comandamenti e li osserva, questi è colui che mi ama. Chi ama me sarà amato dal Padre mio e anch'io lo amerò e mi manifesterò a lui". Ma il Paràclito, lo Spirito Santo che il Padre manderà nel mio nome, lui vi insegnerà ogni cosa e vi ricorderà tutto ciò che io vi ho detto.

### PAROLA DEL GIORNO

#### Gli effetti e le prove dell'amore di Dio nei cuori

Mi è caro, fratelli diletteggianti, ripresentarvi in sintesi il contenuto della pagina evangelica, onde sia poi possibile far sosta nella contemplazione della grande solennità. Oggi infatti lo Spirito santo è sceso con tuono improvviso sui discepoli, ha infuso in menti anco-

ra legate alla terra il suo amore, e mentre apparvero all'esterno lingue di fuoco i cuori divennero ardenti, perché accogliendo Dio che si manifestava in quell'apparizione sentirono la forza e la soavità dell'amore. Lo stesso Spirito Santo, infatti, è amore. Perciò Giovanni dice: „Dio è amore“. Chi dunque desidera Dio con tutta

l'anima, in verità già possiede Colui che è oggetto del suo amore. Nessuno infatti potrebbe amare Dio senza possedere la divina realtà a cui è appunto rivolto il suo amore. Se però a qualcuno di voi fosse chiesto se ama Dio, con piena fiducia e sicurezza risponderebbe: lo amo. All'inizio della pagina evangelica avete però sentito ciò che dice la Verità: „Se uno mi ama, osserverà la mia parola”. La prova dell'amore è dunque il manifestarsi delle opere. Per questo, Giovanni ancora scrive nella sua lettera: „Chi dice: Io amo Dio, ma poi non ne osserva i precetti, è menzognero”. Amiamo davvero Dio se in ossequio ai suoi comandi reprimiamo la nostra voluttà. Chi infatti rincorre ancora i suoi illeciti desideri non ama Dio perché si oppone a Lui nell'intimo del cuore.

### La grande dignità di avere Dio ospite dell'anima

„E il Padre mio lo amerà, verremo a lui e porremo presso di lui la dimora”. Mediate, fratelli carissimi, la grandezza di questa solennità in cui si celebra la venuta di Dio come ospite dell'anima. Certamente, se un amico ricco e assai potente entrasse nella vostra casa, questa verrebbe pulita con la massima sollecitudine per eliminare tutto ciò che potrebbe offendere la vista dell'amico che viene. Cancelli dunque ogni macchia di iniquità chi prepara a Dio una dimora nel proprio cuore. Meditate, anzi, ciò che la Verità dice: „Verremo a lui e porremo presso di lui la dimora”. In alcune creature, infatti, viene ma non vi pone dimora, perché esse attraverso la compunzione accolgono la presenza di Dio, ma nel tempo della tentazione si dimenticano di essersi pentite e tornano a macchiarsi di colpe come se mai le avessero detestate. Solo se uno ama davvero Dio, e ne osserva i precetti, Dio viene nel suo cuore e vi pone dimora, perché la carità verso Dio vive in lui con tanta forza da non essere mai respinta, nep-

pure quando sopraggiunge la tentazione. È dunque davvero in questa esperienza d'amore chi non viene sconfitto, nella mente, dal piacere malvagio dando ad esso il consenso, perché ci si separa dalla carità verso



Dio nella misura in cui si accettano i piaceri terreni. Per questo subito si aggiunge: „Chi non mi ama, non osserva la mia parola”. Rientrate perciò in voi stessi, fratelli carissimi, e chiedetevi se amate davvero Dio e non credete a ciò che l'animo suggerisce se non trovate corrispondenza nella testimonianza delle opere. Dobbiamo esaminare, intorno alla carità verso Dio, le parole, i pensieri e la vita. L'amore di Dio non è mai ozioso: opera grandi cose quando esiste, e se rifiuta di tradursi nelle opere non è veramente amore.

„E la parola che avete udito non è mia, ma del Padre, che mi ha mandato”. Sapete, fratelli carissimi, che la persona stessa che parla, il Figlio Unigenito, è il Verbo del Padre, e perciò le parole dette dal Figlio non sono sue ma del Padre, perché il Figlio è il Verbo del Padre. Vi ho detto queste cose stando ancora tra voi. Quando però non sarebbe più rimasto con loro, Egli che salendo al cielo fa questa promessa: „Ecco, io sono con voi tutti i giorni sino alla fine del mondo? In realtà, il Verbo incarnato rimane e si allontana, perché sparisce col corpo ma resta con la natura divina. Afferma perciò di essere rimasto presso di loro perché, sempre presente con invisibile potenza, si sottraeva però a una visione corporea.

### Il termine «paraclito» significa «avvocato» e «consolatore»

„Il Paraclito, lo Spirito Santo che il Padre manderà nel mio nome, vi insegnerà ogni cosa e vi richiamerà tutto ciò che vi avrò detto”. Siete in molti a sapere, fratelli miei, che il termine greco «paraclito» significa, in

latino, «avvocato» o «consolatore». È definito avvocato perché interviene presso la giustizia del Padre per porre rimedio all'errore di chi cede al male. Di una sola sostanza col Padre e col Figlio, è descritto come Colui che prega per i peccatori, perché rende dediti alla preghiera quelli su cui si effonde in pienezza. Per questo Paolo dice: „Lo stesso Spirito, infatti, supplica per noi con gemiti inenarrabili”. Chi supplica è sempre inferiore a colui al quale egli si rivolge, e come dunque si dice che lo Spirito innalza la preghiera se non è nella condizione di inferiorità? Si deve allora dire che è lo Spirito che supplica perché rende ardenti nella preghiera coloro su cui è sceso in pienezza. Sempre lo Spirito è chiamato consolatore perché libera dal peso dell'angoscia il cuore di quanti gemono al ricordo dei peccati compiuti, infondendo anche in loro la speranza del perdono. Di Lui giustamente si formula questa promessa: „Egli vi insegnerà ogni cosa”, perché se lo Spirito non prende dimora nel cuore di chi ascolta è senza frutto il discorso di chi insegna. Nessuno dunque attribuisca ai meriti dell'uomo ciò che apprende dalla voce di chi insegna, perché, se non è nell'intimo Colui che istruisce, la lingua del maestro si affatica esteriormente e senza frutto. Ecco, tutti ascoltate insieme l'unica voce di chi parla ma non cogliete nello stesso modo il senso delle parole che sono state proferite. Se dunque la persona che insegna non cambia, perché nei vostri cuori non è concorde la comprensione di ciò che viene detto? È perché le parole vengono,

si, comunicate a tutti, ma c'è un Maestro che agisce nell'intimo e rende alcuni più pronti a comprendere ciò che è stato trasmesso. Di questa unzione dello Spirito, Giovanni dice ancora: „Come la sua unzione vi insegna ogni cosa”. Non si è dunque veramente istruiti dalla parola quando la mente non riceve l'unzione dello Spirito. Ma perché diciamo questo dell'insegnamento umano, dal momento che il Creatore stesso non istruisce gli uomini con la sua parola se ad essi l'insegnamento non giunge attraverso l'unzione dello Spirito? Caino in verità, prima di compiere il fratricidio si senti dire: „Hai peccato, fermati”. Dominato però ormai dalle proprie colpe, fu raggiunto da questa voce ma non dall'unzione dello Spirito: poté udire le parole di Dio ma si rifiutò di attuarle. Dobbiamo anche chiederci perché si dice dello stesso Spirito: „Vi richiamerà ogni cosa”, dal momento che questo compito è solitamente di prestigio inferiore? Siccome però il verbo usato in questa frase ha talora anche il significato di somministrare, si dice dell'invisibile Spirito che richiamerà ogni cosa perché infonderà una scienza che sgorga da una realtà non inferiore ma occulta. „Vi lascio la pace, vi do la mia pace; qui lascio, là dono: lascio a chi segue, dono a chi giunge.

San Gregorio Mango, Frammento dall' Omelia XXX,  
Omelie sul Vangeli, a cura di Giuseppe Cremascoli,  
Citta Nuova Editrice, Roma, 1994, p. 380- 385.

## PENSIERO DEL GIORNO

*„Un anziano diceva: I santi che possiedono Dio ricevono in retaggio, per la loro impassibilità, sia le cose di quaggiù che quelle future, poiché le une e le altre sono di Cristo, e quelli che possiedono il Cristo hanno anche i suoi beni. Colui che ha il mondo, cioè le passioni, anche se ha il mondo non ha niente, se non le passioni che lo dominano”.*

## DETTI DEI PADRI DEL DESERTO



## PREGHIERA ALLA SANTISSIMA TRINITÀ

*O Santissima Trinità, Consustanziale Maestà, fonte di ogni bene, che cosa potremmo offrirti per tutti i tuoi benefici che hai elargito a noi indegni peccatori, per tutto quello che ogni giorno dai a ognuno di noi e per quello che hai preparato per noi in futuro? Per tali benefici, per tali generosità, le parole non sarebbero sufficienti per ringraziarti: occorrono i fatti come l'osservazione e il compimento dei tuoi comandamenti; tuttavia, abbiamo seguito le nostre passioni e le nostre cattive abitudini, e dalla nostra gioventù siamo caduti in innumerevoli peccati e iniquità, pertanto è impossibile a degli indegni e impuri come siamo apparire senza vergogna davanti al tuo volto tre volte splendente, e anche pronunciare il tuo nome santissimo di cui con circospezione abbiamo parlato tra noi, ma tu nella tua benevolenza e per la nostra gioia hai annunciato la Buona Novella, tu che ami i puri e i giusti mostri misericordia verso i peccatori pentiti e li ricevi nella tenerezza del tuo cuore. Dall'alto della tua santa gloria, divina Trinità, guarda verso di noi peccatori, accetta le nostre espressioni di bontà in luogo delle buone azioni, e riversa su di noi lo spirito del vero pentimento, affinché, disprezzando ogni peccato, possiamo vivere in purezza e rettitudine fino alla fine dei nostri giorni, facendo la tua santa volontà e glorificando, con buone opere e pensieri puri, il tuo nome dolcissimo e magnifico. Amen*

