

Il rito ambrosiano, durante i venerdì di quaresima non celebra l'eucaristia e non si riceve la comunione se non in forma di viatico. Si è invitati a meditare con più intensità e affetto la passione e la morte di Gesù Cristo. Al mattino durante la recita delle lodi, quando ancora potevano partecipare i fedeli, avevo iniziato a proporre la meditazione della preghiera medioevale "Anima Christi". Avendole già preparate tutte, ve li offro come semplici e sintetici spunti per la vostra riflessione e preghiera.

1. ANIMA CHRISTI, SANTIFICA ME. Anima di Cristo, santificami.

Che cos'è l'anima? L'uomo creato di corpo e anima, fisico e spirito, carne e intelligenza, volontà e coscienza. L'anima è creata da Dio ed è immortale. L'immortalità dell'anima è diretta conseguenza della sua spiritualità. L'anima umana di Gesù cresceva nei limiti storici, legati al suo tempo e alle varie conoscenze. Il vangelo afferma che Gesù cresceva in età, sapienza e grazia, davanti a Dio e agli uomini. Nel momento del dolore Gesù afferma: "l'anima mia è triste fino alla morte" (Mt 26,38). Siamo chiamati alla santità. La santità è la vocazione di ogni battezzato. Cristo è divenuto per ciascuno di noi "santificazione" (1Cor 1,30). San Tommaso d'Aquino dice che la santità è una virtù che Gesù Cristo possiede in sommo grado. Tutte le volte che siamo uniti a Gesù per mezzo della fede Egli esercita la sua potenza santificatrice. Anima di Cristo santificami. Lo sarò di certo se seguo il cammino tracciato da Cristo, vivendo il vangelo della conversione, della vigilanza, della preghiera, dell'umiltà, del servizio, della croce, dell'essere come bambini per entrare nel regno dei cieli.

- Con San Giovanni Crisostomo, preghiamo: "Signore Gesù Cristo, che solo sei santo. Santifica la mia anima e il mio corpo, la mia mente e il mio cuore, gli affetti e i sentimenti: rinnovami completamente! Rendi indelebile in me la tua santità".

2. CORPUS CHRISTI, SALVA ME. Corpo di Cristo, salvami.

Cosa intendiamo per corpo? Un corpo umano? Gesù ha assunto pienamente e totalmente un corpo umano, non è un fantasma. Egli avvertiva i fremiti delle emozioni, i bisogni essenziali di ogni essere umano. Il corpo delimita la persona, manifesta i propri limiti. "Il Verbo si fece carne". Il prologo di San Giovanni fa comprendere la realtà fragile, debole, mortale dell'essere umano. Possiamo leggere i vangeli guardando alle situazioni vissute dal corpo di Gesù. Gesù ha dato il suo corpo per noi nell'ultima cena e sulla croce. Abbiamo necessità della salvezza? Da che cosa dobbiamo salvarci? La persona di Gesù

p. 2

rende visibile l'invisibile di Dio. Gesù ci ha salvati e redenti perché ci ha amati sino alla fine diventando l'agnello pasquale immolato, che ha tolto il peccato del mondo.

- Con Beda il Venerabile, preghiamo: "O Cristo, vieni, ti preghiamo, nei nostri cuori redenti, infondi un vivo pentimento... Per il segno della santa croce, per il tuo santissimo corpo, ti chiediamo: difendici tutti e sempre!".

3. SANGUIS CHRISTI, INEBRIA ME. Sangue di Cristo, inebriami.

Cosa significa il sangue nella Bibbia? Il sangue è vita. Il sangue versato da Gesù è santissimo e preziosissimo per la nostra vita, perché ci purifica dai nostri peccati. Siamo invitati a bere al calice del suo sangue con coscienza pura per non bere la nostra condanna. Il sangue è segno dell'Alleanza. Il sangue apporta i seguenti benefici ed effetti: è sangue propiziatorio, di liberazione e di riscatto, di purificazione, di giustificazione, di santificazione, sangue che dona la vera pace, che distrugge il vecchio lievito del peccato. Il sangue del vero Agnello immolato ci inebria. Il sangue di Cristo, dato da bere nell'ultima cena, è segno e anticipo del sangue versato sulla croce. Il sangue di Cristo ha veramente inebriato, estasiato tanti Santi. Santa Caterina da Siena chiamava Gesù: "Sposo di sangue!". Il legame di comunione con Gesù è far scorrere la stessa vita Sua in noi.

- Con Basilio di Cesarea, preghiamo: "Signore Gesù Cristo, so che indegnamente ricevo il tuo corpo purissimo e il tuo sangue prezioso: conosco le mie colpe e so che mangio e bevo la mia condanna non discernendo il corpo e il sangue tuo, Cristo e Dio mio. Ma, pieno di fiducia nella tua misericordia, mi accosto a te che hai detto: "Chi mangia la mia carne e beve il mio sangue rimane in me e io in lui". Abbi dunque pietà di me, o Signore, e, sebbene peccatore, non svergognarmi, ma agisci con me secondo la tua misericordia".

4. AQUA LATERIS CHRISTI, LAVA ME. Acqua del costato di Cristo, lavami.

L'acqua disseta, purifica, lava, dona la vita. Senza acqua tutto è deserto.

L'acqua è la Parola che disseta l'anima. L'acqua scaturita dalla roccia per dissetare il popolo eletto. Ricordiamo il discorso di Gesù alla samaritana al pozzo. L'acqua trasformata in vino alle nozze di Cana. L'acqua del Battesimo ci purifica dai nostri peccati e ci dona la grazia. Acqua che zampilla per la vita eterna è l'immagine dello Spirito Santo. Dal costato di Cristo, trafitto dalla lancia, uscì acqua e sangue. I Padri della Chiesa vedono in questa annotazione

p. 3

giovannea i Sacramenti del Battesimo e dell'Eucaristia. Gesù ci lava e ci purifica dai peccati e ci disseta. L'acqua che ci dona Cristo è per la vita eterna.

- Con Gregorio Nazianziano, preghiamo: "Mi sono ingannato, mio Cristo, nel confidare troppo in me. Mi sono inorgoglito e sono precipitato gravemente. Ma tu lavami e rialzami ancora: mi sono reso conto di ingannare me stesso".

5. PASSIO CHRISTI, CONFORTA ME. Passione di Cristo confortami.

La passione di Cristo è narrata dai vari evangelisti con accenti comuni e anche con aggiunte proprie e specifiche. La passione di Gesù ci descrive la sua sofferenza e il suo modo di agire. Sofferenza accettata e vissuta per amore nostro. Sofferenza vissuta da innocente. Oltraggiato, schernito, insultato, flagellato, incoronato di spine, ecc. La passione di Cristo è un richiamo per tutte le sofferenze umane. Il culmine di tutta la passione di Gesù è stata la sua crocifissione. Il conforto ci viene se guardiamo con fede e amore il Cristo in Croce, culmine della sua passione e meditiamo anche sui nostri patimenti. Pace e riconciliazione con Dio è il grande dono e conforto che ci procura continuamente il rivolgerci alla passione del Crocifisso. Contemplando la passione di Cristo possiamo trovare sollievo alle nostre sofferenze, tranquillità e non disperazione. Nelle nostre sofferenze, fisiche, morali e spirituali, pensando a quanto Gesù ha patito per noi, siamo più spronati ad accettare e compiere la volontà di Dio e a confidare nel Signore.

- Con Massimo il confessore, preghiamo: "Cristo crocifisso, mio salvatore... dammi la tua mano. Sii tu il mio aiuto. Porta a compimento ogni cosa, affinché io ti lodi come largitore dei beni più veri e come realizzazione delle realtà che salvano gli uomini!".

6. O BONE JESU, EXAUDI ME. O buon Gesù, esaudiscimi (Ascoltami, Signore Gesù).

Gesù è invocato con l'aggettivo qualificativo "buono". Gesù manifesta la somma bontà di Dio. Bontà e mansuetudine sono unite in Gesù. Dobbiamo imparare da lui, noi che siamo cattivi. Nel nome di Gesù, che significa: "Dio salva", è racchiuso tutto il suo programma di vita. Nella passione Gesù manifesta la sua bontà e mitezza. Chiediamo di essere ascoltati ed esauditi da Gesù. Affinché ciò accada occorrono tre condizioni: 1. La viva fede in Gesù Cristo vero Dio e vero uomo. 2. Il non venir meno nella costante preghiera rivolta al Signore. 3. Il comprendere che se non veniamo esauditi nelle nostre

p. 4

richieste è per un maggior bene spirituale. Dobbiamo chiedere i doni spirituali più che quelli materiali.

- Con Giovanni Damasceno, preghiamo: “Signore Gesù Cristo, che solo hai il potere di rimettere i peccati agli uomini, che sei così buono amico degli uomini, perdonami tutti i peccati... e rendimi degno, senza che meriti condanna, di partecipare ai tuoi divini, gloriosi, purissimi e vivificanti Misteri... poiché tu sei il Dio di bontà, di misericordia e di amore per gli uomini, noi ti rendiamo gloria insieme al Padre e allo Spirito Santo, ora e sempre, per i secoli dei secoli Amen”.

7. INTRA TUA VULNERA, ABSCONDE ME. Nelle tue piaghe, nascondimi (Nascondimi dentro le tue piaghe).

Il desiderio di essere nascosto nelle piaghe del Cristo è profondamente mistico, ed indica intimità e comunione. È un’immagine che manifesta il desiderio di abbandonare i dettami del mondo per appartenere unicamente a Cristo. Le piaghe del Crocifisso, con le quali siamo stati redenti, non scompaiono del Cristo Risorto e glorioso. Gesù apparendo ai suoi, come a Tommaso, si mostra con le piaghe provocate dai chiodi e della lancia. Le piaghe del Signore sono illuminanti per la nostra fede in lui. Nello “Stabat Mater”, così invociamo: “Santa Madre, fai questo: che siano impresse nel mio cuore le piaghe del Crocifisso”.

- Con Basilio di Cesarea, preghiamo: “Ti prego dunque, Gesù Cristo, Dio buono, amico degli uomini, custodiscimi sotto la tua protezione e all’ombra delle tue piaghe: concedimi di ricevere degnamente i tuoi santi Misteri con purità di coscienza”.

8. NON PERMITTAS ME SEPARARI DA TE. Non permettere che io mi separi da Te. Separarsi da Cristo significa non essere salvati, perché ci si separa dalla sorgente della vita e della grazia. Ci separiamo mancando di fede e facendo il male. È il peccato che rompe la comunione vitale con il Signore e l’impenitenza finale. Tutti i peccati saranno perdonati tranne la bestemmia contro lo Spirito Santo. L’invocazione è una richiesta d’aiuto al Signore per non cedere alla tentazione di vivere senza di lui.

- Con Giovanni Damasceno, preghiamo: “Mi trovo già alle porte del tuo tempio e già non mi separo dai pensieri che mi separano da te. Ma tu. O Cristo, che hai giustificato il pubblicano, hai avuto pietà della cananea e hai aperto le porte del paradiso al ladrone, dischiudi anche a me le viscere del

p. 5

tuo amore misericordioso e, nell'istante in cui mi accosto a te e ti tocco, accogliami come accogliesti la meretrice e l'emorroissa e non separarmi da te!".

9. AB OSTE MALIGNO, DEFENDE ME. Dal nemico maligno, difendimi (Difendimi dalle insidie del male).

Il nemico dell'uomo è il diavolo. Lo possiamo chiamare con diversi nomi, ma tutti ci ricordano che il maligno vuole allontanarci da Dio. Con lui non si dialoga. Il demonio deve essere scacciato e neutralizzato. invocando il santo nome di Gesù. Tutti possono cedere alle lusinghe di satana, anche gli apostoli. Gesù ha vinto le tentazioni nel deserto. Con l'avvento del regno di Dio si ritira il regno del male. Quali sono le armi di difesa che vincono il principe di questo mondo? Sono: l'invocazione del nome di Gesù; la preghiera; le virtù teologali; le opere di misericordia... La vita terrena è una dura lotta contro il male e il peccato, che termina con la morte. Solo in Cristo noi siamo i vittoriosi contro il maligno. Gesù, nel deserto ha vinto le tentazioni del demonio.

- Con Macario l'Egiziano, preghiamo: "Liberami, o Cristo, dal maligno e rendimi degno di aprire, senza timore di condanna, la mia bocca indegna a celebrare il tuo Nome tutto santo... Tu che solo sei buono e misericordioso, vieni in mio aiuto e salvami... ti prego, benevolmente, o Signore Gesù Cristo, amico degli uomini, non detestarmi, servo inutile e peccatore che io sono...".

10. IN ORA MORTIS MEAE, VOCA ME. Nell'ora della mia morte, chiamami (Chiamami nell'ora della mia morte).

Quanto pensiamo alla nostra morte? La morte deve essere vista e letta nella sua drammaticità. La morte è stata causata dal peccato. Con la morte tutto finisce? Noi non esistiamo più? Tutto è ridotto in polvere? Ricordiamo i novissimi: morte, giudizio, inferno e paradiso. La morte è un passaggio obbligato e necessario per la vita eterna e beata. La morte dobbiamo saperla leggere come una "vocazione", una chiamata da parte del Signore. Quale sarà la nostra risposta? Come ci stiamo preparando alla morte? Come ci stiamo preparando all'incontro con Gesù Cristo Re, Signore, Sposo? Alla fine della nostra vita saremo giudicati sull'amore. La carità è la chiave d'accesso per la comunione con Dio.

- Con Romano il Melode, preghiamo: “Salvami, Signore Gesù Cristo, Figlio di Dio; tu che sei il solo che non conosce fine... mentre i giorni dell’uomo p. 6 sono come i fiori del campo: come erba egli fiorirà al mattino e alla sera cadrà, si indurirà e seccherà... Quando la mia anima si separerà da me, senza che ci sia chi potrà salvarmi, strappami tu, o Salvatore Gesù, dalla minaccia del fuoco, dichiarandomi salvo...”.

11. ET IUBE ME VENIRE AD TE. E comandami di venire da Te (Comanda che io venga a te).

12. UT COM SANCTIS TUIS LAUDEM TE. Affinché Ti lodi con i tuoi Santi (per lodarti con i tuoi santi).

13. IN SAECULA SAECULORUM. AMEN! Nei secoli dei secoli. Amen!

Chiediamo al Signore che ci accolga tra le sue braccia e nella sua casa. Le parole del vangelo risuonano in noi: “Venite benedetti dal Padre mio... Accogliamo l’invito-comando di Gesù a far parte dei beati del paradiso. Siamo invitati a lodare con le schiere celesti e i santi Dio. La beatitudine è il fine ultimo dell’uomo e la realizzazione delle sue più profonde aspirazioni. Le porte del paradiso ci sono state spalancate per merito della passione, morte e risurrezione di Gesù (cfr. buon ladrone e la discesa agli inferi). La vita beata sarà una vita nell’Amore trinitario, una visione della e nella Gloria. Noi crediamo nella “comunione dei Santi”. Meditiamo i testi del vangelo che ci svelano la realtà felice del Regno dei Cieli.

- Con Clemente di Alessandria, preghiamo: “Re dei santi, Verbo invincibile dell’altissimo Padre, Signore di sapienza, sostegno nella fatica, gaudio eterno, Gesù salvatore del genere umano, pastore... ala che eleva al cielo il gregge completamente santo... fa’ che possiamo con semplicità di cuore farti corteggio in eterno”.

“Ti adoriamo, o Cristo, e ti benediciamo, perché con la tua santa Croce hai redento il mondo”.

“O Cristo, tu regnerai! O croce tu ci salverai!”.

“Mistero della fede. Tu ci hai redenti con la tua croce e la tua risurrezione: salvaci o salvatore del mondo”.