

"Non di solo pane vivrà l'uomo, ma di ogni parola che esce dalla bocca di Dio" (Mt 4, 4)



# NUTRIMENTO PER L'ANIMA

SUPPLEMENTO

Appare con la benedizione di Sua Eccellenza Siluan,  
Vescovo della Diocesi Ortodossa Romena d'Italia

Santo Apostolo e Vangelo in italiano

## PAROLA DEL SIGNORE DOMENICA 26-A DOPO PENTECOSTE (LA PARABOLA DEL RICCO STOLTO)

### EFESINI 5, 8-19

Fratelli, camminate come figli della luce - il frutto della luce è ogni sorta di bontà giustizia e verità - provando cosa è gradito al Signore. Non abbiate comunione con le opere infruttuose della tenebra ma anzi condannatele, perché di quel che essi fanno in segreto è vergogno persino

parlare mentre tutte le cose condannate sono rese manifeste dalla luce: infatti tutto quel che si manifesta è luce. Perciò dice: Svègliati, tu che dormi, e risorgi dai morti e a te risplenderà Cristo. Guardate con attenzione come camminate, non come stolti ma come sapienti, comprando il

tempo: poiché i giorni sono malvagi. Non siate dissennati, ma comprendete qual è la volontà del Signore. Non ubriacatevi del vino in cui c'è dissolutezza, ma riempitevi di Spirito, parlando a voi stessi con salmi, inni e canti spirituali, cantando e inneggiando al Signore nel vostro cuore.

### FILEMONE 1, 1-25

Paolo, prigioniero di Gesù. Ho provato infatti molta gioia e consolazione per il tuo amore, poiché il cuore dei santi è stato ricreato per merito tuo, fratello. Così, pur avendo in Cristo piena libertà di ordinarti ciò che occorre, piuttosto ti supplico in nome dell'amore. Io, Paolo, vecchio e ora anche prigioniero di Cristo Gesù, ti supplico per mio figlio, che ho generato in catene, Onèsimo. Una volta ti fu inutile ma ora è molto utile a te e a me. L'ho rimandato, ora accoglilo: è il mio cuore! Volevo tenerlo con me perché, in vece tua, mi servisse

nelle catene del vangelo, ma non ho voluto fare niente senza il tuo consenso, affinché la tua opera buona non sia imposta ma spontanea. Forse ti è stato sottratto per un momento, affinché lo riabbia per sempre, non più come schiavo ma più che schiavo: come fratello carissimo, soprattutto a me, ma a maggior ragione a te, nella carne e nel Signore. Se dunque sei in comunione con me, accoglilo come me stesso! Se poi ti ha offeso o ti è debitore, mettilo sul mio conto. Io, Paolo, ti scrivo di mio pugno: pagherò io. Ma non ti

## PAROLA DEL SIGNORE

dico che mi sei debitore, persino di quanto chiedo. Preparami di te stesso. Sì, fratello! Che io possa servirmi di te nel Signore. Ricrea il mio cuore in Cristo. Ti scrivo perché ho fiducia nella tua obbedienza, sapendo che farai più di quanto chiedo. Preparami inoltre un alloggio, perché spero, grazie alle vostre preghiere, di esservi restituito. Ti salutano Epafra, mio compagno di prigionia in Cristo Gesù, Marco, Aristarco, Dimà, Luca, miei collaboratori. La grazia di Signore Gesù Cristo sia col vostro spirito. Amin.

### ISVCA 12, 16-21

Il Signore ha detto questa parabola: "Fu produttiva assai la campagna di un uomo ricco. Discorreva tra sé, dicendo: Non ho dove raccogliere i miei raccolti, come farò? E disse: Farò così: demolirò i miei magazzini e ne costruirò di più grandi, vi raccoglierò tutto il grano e i miei beni, e dirò all'anima mia: Anima, hai molti beni messi da parte per molti anni. Riposati, mangia, bevi e sta' allegra. Ma Dio gli disse: Stolto! questa stessa notte ti verrà richiesta l'anima, e a chi andranno le cose che hai preparato? Così accade a chi accumula tesori per sé stesso e non si arricchisce davanti a Dio".

### ISVCA 10, 1-15

In quel tempo il Signore designò altri settanta discepoli e li inviò a due a due davanti al suo volto, in ogni città e luogo in cui stava per venire. Diceva loro: "La messe è molta ma gli operai sono pochi. Pregate perciò il padrone della messe perché mandi operai nella sua messe. Andate! Ecco, io vi mando come agnelli in mezzo ai lupi. Non portate né borsa né bisaccia né sandali. Lungo il cammino non salutate nessuno. In qualsiasi casa entriate, dite per prima cosa: Pace a questa casa. Se vi è un figlio della pace, la vostra pace si poserà su di lui; se non c'è, tornerà su di voi. Restate in quella casa, mangiando e bevendo da loro, perché l'operaio è degno del suo salario. Non passate di casa in casa. In qualsiasi città entriate, se vi accolgono, mangiate quel che vi mettono davanti. In essa curate i malati e dite loro: E' vicino a voi il regno di Dio. In qualsiasi città entriate, se non accolgono, uscite sulle piazze e dite: Noi scuotiamo contro di voi anche la polvere della vostra città che si è attaccata ai nostri piedi, ma sappiate che il regno di Dio è vicino. Vi dico che in quel giorno a Sodoma sarà più tollerabile che in quella città. Guai a te, Chorazin! Guai a te, Vithsaidhà! Se i prodigi compiuti tra voi fossero stati fatti a Tiro e Sidone, già da tempo - seduti in sacco e cenere - si sarebbero convertiti. Nel giudizio, a Tiro e Sidone sarà più sopportabile che tra voi. E tu, Cafarnao, sarai forse innalzata fino al cielo? No, sino all'Ade sarai precipitata!"

## PAROLA DEL GIORNO

**Anche l'anima ha bisogno del suo pane: come cercarlo.**

1. Il Signore mi sollecita attraverso il passo del Vangelo [che è stato letto], a parlarvi del pane celeste che dobbiamo chiedere. E' vero che abbiamo necessità del nostro pane terreno perché apparteniamo alla terra con il nostro corpo, ma se il corpo deve ricevere il suo pane, anche l'anima non deve restare priva del pane suo proprio. Anche la nostra anima in questa vita si trova in stato di bisogno: ha necessità del pane che è suo alimento. Tutti hanno bisogno di pane. Dio solo, perché è lui il Pane, non ha bisogno di pane: è lui il Pane della nostra anima. Lui che non ha bisogno del pane altrui, ma basta a se stesso, nutre anche noi. E' dunque manifesto qual è il Pane celeste, nutrimento della nostra anima.

Seguiamo il consiglio

### PENSIERO DEL GIORNO

*„Alla ricchezza, anche se  
abbonda,  
non attaccate il cuore ”*

*(Ps. 62, 1 1)*

## PAROLA DEL GIORNO

**sull'elemosina e ci sarà aperto il cielo.**

2. Noi abbiamo bisogno di consiglio sul modo come giungere a pascerci di quel pane di cui ora raccogliamo poche briciole soltanto, per non perire di fame in questo deserto. Il Signore dice: Chi mangerà di questo pane non avrà più fame, e chi berrà la bevanda che io darò, non avrà sete in eterno (Gv 6, 52). Ci promette nutrimento abbondante e una sazietà che non dà nausea, ma sul modo come giungere a quella pienezza dalla condizione di fame in cui ci troviamo, abbiamo bisogno del consiglio. Vano sarebbe il nostro bussare per avere quel pane se non accogliessimo il

consiglio. Esporrò dunque questo consiglio, o meglio lo farò presente alla memoria mia e vostra, poiché l'abbiamo appreso insieme; ma se uno non lo segue dico che non solo bussa invano, ma addirittura non bussa, perché il bussare consiste proprio nel seguire questo consiglio applicandolo in pratica. Non vi dovete immaginare, o miei fratelli, che Dio abbia una vera e propria porta da chiudere duramente in faccia agli uomini, e che ci abbia detto di bussare perché dobbiamo battere alla porta finché a furia di battere ci facciamo udire dal padre di famiglia il quale dal fondo della sua dimora chieda chi mai bussì, chi rechi disturbo, e faccia aprire perché ci venga dato quello che chiediamo, e ce ne andiamo via. Non è così ma è

qualcosa di simile. Come bussando presso qualcuno usiamo le mani, così anche per bussare presso il Signore. Si devono usare le mani per bussare, altrimenti non solo si bussa invano, ma neppure si potrà ricevere. Voi volete sapere come bussare. Voi chiedete ogni giorno, e fate bene a farlo perché è stato detto: Chiedete e vi sarà dato,



cercate e troverete, bussate e vi sarà aperto (Mt 7, 7). E' stato precisato che cosa dobbiamo fare: Chiedi, cerca, bussa. Tu chiedi pregando, cerchi bussando, bussi dando l'elemosina. Non smettere di usare le mani.

**Diamo un pane che sfama per breve tempo; riceviamo un pane che elimina la fame.**

3. Quanto all'elemosina, l'Apostolo ha dato questi insegnamenti ai fedeli: A questo riguardo vi do un consiglio. E' una cosa vantaggiosa per voi, che già dall'anno scorso siete stati i primi a intraprenderla e anche a desiderarla (2 Cor 8, 10). E Daniele così disse al re Nabucodonosor: Accogli, o re, il mio consiglio e riscatta i tuoi peccati con l'elemosina (Dn 4,

24). Se accogliamo il consiglio da cui ci viene il comando, o l'ammonimento, di dare parte di quello che possediamo a chi ha bisogno, non andiamo superbi del nostro atto. Se è un consiglio quello che accogliamo, esso giova a noi più che ai poveri che aiutiamo. Chi è disposto ad accogliere il consiglio, intende trarne giovamento, e chi dà il consiglio intende essere di aiuto, e mentre viene in aiuto, giova a colui che riceve il consiglio. Ogni povero riceve l'elemosina in atteggiamento supplice e umile, e ringrazia - la superbia, se non si addice a chi dona, tanto meno si addice a chi riceve -; ma chi dona deve saper bene e

ricordare non solo che cosa dà, ma anche che cosa a sua volta riceve. Nel caso che il povero avvertisse della superbia in chi l'aiuta, se potesse prendersi la libertà di parlargli, gli domanderebbe per quali motivi si vantasi superbamente: non può vantarsi di quello che gli ha dato perché è solo pane, pane che egli avrebbe riposto in casa senza curarsene, lasciandolo ammuffire e poi imputridire, buttato nella terra: fatto di terra, esso torna alla terra. Quanto alle loro mani - quella del povero stesa a ricevere, l'altra protesa a dare -, il povero gli potrebbe far osservare che sono state fatte tutte e due allo stesso modo: terra la mano che dà, terra quella che riceve, così come è terra quello che viene donato. Il pane che riceve, egli lo

## PAROLA DEL GIORNO

mangia per calmare il tormento della fame, e si dice grato del beneficio ricevuto. Ma vuole invitare il ricco superbo a considerare l'insegnamento dato dallo stesso Signore Salvatore nostro: Quello che entra in bocca va a finire allo stomaco e quindi va a finire in una fogna (Mt 15, 17). E anche l'apostolo Paolo dice: Il cibo è fatto per lo stomaco e lo stomaco per il cibo, ma Dio distruggerà l'uno e l'altro (1 Cor 6, 13). Il pane dunque, come ho detto, è terra che dalla terra va alla terra per sostenere e man mano ricostruire quella terra che è il nostro corpo. Chi dà considera quello che dà, non quello che a sua volta riceverà, ma il povero dovrebbe richiamarlo a considerare che proprio ricevendo il suo aiuto, egli fa a lui un dono più grande della sua elemosina. Se infatti non ci fosse uno che riceve, egli non potrebbe, con un po' di terra data in elemosina, acquistarsi il cielo. E' quindi bene per noi aprire al povero che bussa e fargli dare il pane per placare la sua fame, lenirgliene il tormento. Come oseremmo non prestare ascolto a chi chiede? Potremmo farlo se a nostra volta non dovessimo chiedere rivolgendoci a Colui che ha creato sia noi che il povero. Ora diamo quello che poi chiederemo; esaudendo ora la richiesta del povero, ci prepariamo a essere esauditi a nostra volta. Dobbiamo quindi ringraziare il Signore che ci permette di acquistare una cosa tanto preziosa a così basso prezzo: diamo il pane che si consuma nel tempo e riceviamo quello che dura in eterno, diamo quello che altrimenti dovremmo presto buttar via e riceviamo quello che godremo eternamente, diamo quello che sfama gli uomini e otteniamo di diventare compagni degli angeli; diamo quello che permette all'uomo di non patire per un po' la fame che riprenderà a tormentarlo, e riceviamo quello che ci permette di non patire più fame o sete. Chi si rende conto di quello che riceve in confronto di quello che dà, non esiterà a dare. Il povero, che ci ha condotto a fare tutta questa riflessione, potrebbe infine chiederci se crediamo subisca maggiore danno colui a cui venga rifiutato il pane terreno o colui che, rifiutando, si troverà impedito a giungere a Colui che ha fatto il cielo e la terra. La conclusione è che, accogliendo il consiglio che ci viene dato, noi agiamo nel nostro interesse; propriamente non possiamo neppure dire di dare aiuto al povero perché l'aiuto lo diamo a noi stessi piuttosto che all'altro. **(Sant'Agostino, Discorso 389)**

## PAROLA FILOSOFICA

Quando ti proponi di fare qualche cosa e vedi che il tuo pensiero è turbato, e se, dopo aver invocato Dio, rimani turbato, fosse pure da una minima perplessità, sappi che la azione che vuoi intraprendere, viene dal demonio perciò non iniziarla.

Ma se uno resiste al turbamento (se ha in sè un pensiero che oppone resistenza a tale turbamento) allora egli può anche non considerare, l'azione proposta, come dannosa, ma può accingersi ad esaminare per vedere se è nociva o no; e se è cattiva può abbandonarla, ma se è buona, la compia disperdendo ciò che lo turba.

(Ad un ammalato,

obbligato a nutrirsi in modo non consono ai regolamenti). Se uno si nutre, non per suo piacere, ma a causa della sua malattia, Dio non lo condanna. Il nutrimento ci viene proibito per tutelarci dalla sazietà e dagli stimoli del corpo. L'infermità impedisce la loro attività, poichè dove è infermità, ivi è pure invocazione a Dio.

Quando desideri fare elemosina, e il pensiero ti mette il dubbio se non sia meglio il non farla, esamina il tuo pensiero e se ti accorgi che il dubbio nasce dall'avarizia, dà un po' di più di quanto avevi intenzione di dare.

Io ricevo ingiustizia da parte di un tale: che debbo fare? Fagli del bene.

E' giusto l'impegno di

compiere bene un lavoro? Ad esempio, costruire una casa, o far qualcos'altro? Osserva se la cosa che fai è ordinata e bella e non disdicevole, se è fatta per il bene di ciò a cui serve, senza morboso attaccamento. Poichè il Signore gioisce di ogni perfetta abilità. Ma se noti in te una sorta di morboso attaccamento a qualcosa, ricorda il fine per il quale devi compiere ciò, e che tutto è soggetto a deperimento e corruzione, e così troverai pace. Poichè non una sola cosa rimane costantemente nello stesso stato, ma tutto è sottoposto a mutare ed a corrompersi.

**(S. Barsanufio e Giovanni, monaci reclusi)**