MARATONA CARISMATICA · MARTEDÌ 20 OTTOBRE 2026

Lampade accese, muri abbattuti

Martedì della XXIX settimana del Tempo Ordinario — dalla distanza alla pace, dalla pace alla vigilanza

1ª LETTURA	SALMO	VANGELO
Ef 2,12-22	**Sal 84 (85)**	**Lc 12,35-38**
Egli è la nostra pace	*Il Signore annuncia la pace*	*Beati i servi svegli*

Il percorso di oggi: *1. Non sono più straniero → 2. Ascolto e accolgo la pace → 3. Resto sveglio, con la lampada accesa*

1 · APPARTENENZA

Prima lettura: «Egli è la nostra pace»

> *«Egli infatti è la nostra pace,*
> *colui che di due ha fatto una cosa sola,*
> *abbattendo il muro di separazione che li divideva.»*
>
> Ef 2,14

FERMATI Tre respiri lenti. Dico: «Signore, sono qui, vicino a Te».

ASCOLTA Paolo ricorda: eravamo «lontani», «stranieri». Ora siamo **concittadini e familiari di Dio**. La pace non è un'idea: è una Persona che abbatte i muri.

GUARDATI *Quali muri ho dentro o intorno a me (silenzi, rancori, chiusure)? Dove mi sento ancora "straniero" o "escluso"?*

PREGA

«Gesù, tu sei la mia pace. Abbatti i muri che io ho costruito e quelli che altri hanno alzato contro di me. Fammi sentire di casa.»

2 · PACE

Salmo 84 (85): «Egli annuncia la pace»

> *«Ascolterò che cosa dice Dio, il Signore:*
> *egli annuncia la pace.»*
>
> Sal 84 (85),9 · R. Il Signore annuncia la pace al suo popolo

FERMATI Mani aperte sulle ginocchia. Lascio uscire la fretta con il respiro.

ASCOLTA Il salmista non parla per primo: **ascolta**. La pace arriva quando smetto di difendermi e lascio parlare Dio.

GUARDATI *Che cosa mi toglie la pace oggi? Sto ascoltando Dio, o solo i miei pensieri che girano a vuoto?*

PREGA

Resto qualche istante in silenzio. Poi dico: «Parla, Signore, io ascolto. Donami la tua pace».

3 · VIGILANZA

Vangelo: «Siate pronti»

> *«Siate pronti, con le vesti strette ai fianchi e le lampade accese.»*
>
> Lc 12,35 · «Beati quei servi che il padrone al suo ritorno troverà ancora svegli» (Lc 12,37)

FERMATI Immagino una lampada accesa nella notte: una piccola luce, ma sufficiente per non inciampare.

ASCOLTA Il Signore non arriva per controllare ma per **servire**: si stringe le vesti, fa mettere a tavola e serve. Essere pronti è vivere **presenti**, non ansiosi.

GUARDATI *Dove vivo "addormentato" (abitudine, distrazione, rimandi)? Che cosa tiene accesa la mia lampada: preghiera, Parola, relazioni vere?*

PREGA

«Signore, tienimi sveglio e presente. Fa' che la mia lampada resti accesa e che io ti riconosca quando bussi alla porta della mia giornata.»

Il percorso in una riga

- **Ef 2:** Cristo abbatte i muri → cresce il senso di **appartenenza**.
- **Sal 84:** ascolto e accolgo → cresce la **pace** interiore.
- **Lc 12:** lampada accesa, cuore presente → cresce la **vigilanza** serena.

FEDE CONCRETA

Penso a una persona con cui c'è un "muro" (silenzio, freddezza): oggi faccio un piccolo gesto di pace, un saluto, un messaggio, una parola buona.