MARATONA CARISMATICA · GIOVEDÌ 22 OTTOBRE 2026

Radicati nell'amore, accesi dal fuoco

Giovedì della XXIX settimana del Tempo Ordinario — dalla forza interiore alla fiducia, dalla fiducia al coraggio

1ª LETTURA	SALMO	VANGELO
Ef 3,14-21	**Sal 32 (33)**	**Lc 12,49-53**
Radicati e fondati nella carità	*L'occhio del Signore su di noi*	*Il fuoco di Cristo*

Il percorso di oggi: *1. Mi lascio rafforzare dentro → 2. Mi fido del suo sguardo → 3. Scelgo con coraggio da che parte stare*

1 · RADICI

Prima lettura: «Radicati e fondati nella carità»

> *«Che il Cristo abiti per mezzo della fede nei vostri cuori,*
> *e così, radicati e fondati nella carità…»*
>
> Ef 3,17

FERMATI Tre respiri lenti. Immagino un albero con le radici profonde nella terra.

ASCOLTA Paolo prega perché siamo «rafforzati nell'**uomo interiore**»: la forza non viene da fuori ma da Cristo che **abita** nel cuore. Solo così si può capire l'amore che «supera ogni conoscenza».

GUARDATI *Su che cosa poggio le mie radici (successo, approvazione, sicurezza, paura)? Dove mi sento instabile o prosciugato?*

PREGA

«Padre, rafforzami nel profondo con il tuo Spirito. Cristo, abita il mio cuore: voglio mettere radici nel tuo amore.»

2 · FIDUCIA

Salmo 32 (33): «L'occhio del Signore è su chi spera»

> *«Ecco, l'occhio del Signore è su chi lo teme,*
> *su chi spera nel suo amore,*
> *per liberarlo dalla morte*
> *e nutrirlo in tempo di fame.»*
>
> Sal 32 (33) · R. Dell'amore del Signore è piena la terra

FERMATI Mano sul cuore. Mi lascio guardare da Dio, senza fare niente.

ASCOLTA Lo sguardo di Dio non giudica: **custodisce e nutre**. Anche nei tempi di «fame» (vuoto, fatica, attesa) c'è uno sguardo che non si stacca da me.

GUARDATI *Qual è la mia "fame" oggi (affetto, senso, forza, pace)? Mi sento visto da Dio, o solo giudicato?*

PREGA

Nomino a Dio la mia fame e ripeto: «Dell'amore del Signore è piena la terra». Gli chiedo di nutrirmi.

3 · CORAGGIO

Vangelo: «Sono venuto a gettare fuoco»

> *«Sono venuto a gettare fuoco sulla terra,*
> *e quanto vorrei che fosse già acceso!»*
>
> Lc 12,49

FERMATI Immagino una fiamma accesa davanti a Gesù. Resto un momento in silenzio, vicino a quella luce.

ASCOLTA Gesù non cerca un quieto vivere: porta un **fuoco**, un amore che scalda e brucia ciò che è falso. Seguirlo può portare anche **divisione**, perché la verità chiede scelte.

GUARDATI *Dove sono "tiepido" per evitare conflitti? Quale verità o scelta sto rimandando per quieto vivere, anche nelle relazioni più vicine?*

PREGA

«Gesù, accendi in me il tuo fuoco. Dammi il coraggio di scegliere te anche quando costa, senza perdere la mitezza e l'amore.»

Il percorso in una riga

- **Ef 3:** radicati nella carità → cresce la **forza interiore**.
- **Sal 32:** sono guardato e nutrito → cresce la **fiducia**.
- **Lc 12:** il fuoco di Cristo → cresce il **coraggio** di scegliere.

FEDE CONCRETA

Oggi dico una verità, o faccio una scelta che ho rimandato per quieto vivere, con rispetto, chiarezza e amore.