

Prima lettura | **dalla prima lettera di Giovanni** 1 Gv 4, 11-18

Carissimi, se Dio ci ha amati così, anche noi dobbiamo amarci gli uni gli altri. Nessuno mai ha visto Dio; se ci amiamo gli uni gli altri, Dio rimane in noi e l'amore di lui è perfetto in noi.

In questo si conosce che noi rimaniamo in lui ed egli in noi: egli ci ha donato il suo Spirito. E noi stessi abbiamo veduto e attestiamo che il Padre ha mandato il suo Figlio come salvatore del mondo. Chiunque confessa che Gesù è il Figlio di Dio, Dio rimane in lui ed egli in Dio. E noi abbiamo conosciuto e creduto l'amore che Dio ha in noi. Dio è amore; chi rimane nell'amore rimane in Dio e Dio rimane in lui.

In questo l'amore ha raggiunto tra noi la sua perfezione: che abbiamo fiducia nel giorno del giudizio, perché come è lui, così siamo anche noi, in questo mondo. Nell'amore non c'è timore, al contrario l'amore perfetto scaccia il timore, perché il timore suppone un castigo e chi teme non è perfetto nell'amore.



Salmo 71: *Ti adoreranno, Signore, tutti i popoli della terra. (Rit.)*

O Dio, affida al re il tuo diritto,/ al figlio di re la tua giustizia;/ egli giudichi il tuo popolo secondo giustizia/ e i tuoi poveri secondo il diritto. Rit.

I re di Tarsis e delle isole portino tributi,/ i re di Saba e di Seba offrano doni./ Tutti i re si prostrino a lui,/ lo servano tutte le genti. Rit.

Perché egli libererà il misero che invoca/ e il povero che non trova aiuto./ Abbia pietà del debole e del misero/ e salvi la vita dei miseri. Rit.

Alleluia, Alleluia. *Gloria a te, o Cristo, annunciato fra le genti, gloria a te, o Cristo, creduto nel mondo. Alleluia.*

✠ Dal Vangelo secondo Marco | Mc 6, 45-52

[Dopo che i cinquemila uomini furono saziati], Gesù subito costrinse i suoi discepoli a salire sulla barca e a precederlo sull'altra riva, a Betsàida, finché non avesse



congedato la folla. Quando li ebbe congedati, andò sul monte a pregare. Venuta la sera, la barca era in mezzo al mare ed egli, da solo, a terra. Vedendoli però affaticati nel remare, perché avevano il vento contrario, sul finire della notte egli andò verso di loro camminando sul mare, e voleva oltrepassarli.

Essi, vedendolo camminare sul mare, pensarono: «È un fantasma!», e si misero a gridare, perché tutti lo avevano visto e ne erano rimasti sconvolti. Ma egli subito parlò loro e disse: «Coraggio, sono io, non abbiate paura!». E salì sulla barca con loro e il vento cessò.

E dentro di sé erano fortemente meravigliati, perché non avevano compreso il fatto dei pani: il loro cuore era indurito.



LA NOTA BIBLICA

Coraggio, sono io, non abbiate paura: la paura può essere sia espressione del sano timore di Dio (Sal 114, 7), sia esperienza di soffocamento nell'esistenza (Is 57, 11). Ad essa si contrappone il coraggio che Gesù ci dona per vincere le nostre paure e aver fede: spesso, infatti, andare verso Gesù significa scendere da una barca sommersa dalle onde in piena notte, guardare a lui e raggiungerlo, camminando sulle acque. (G.G.)