

XIX Domenica del Tempo Ordinario – Anno A

Colore liturgico: Verde

“Coraggio, sono io, non abbiate paura!”

Per ASCOLTARE
il VANGELO,
per poterlo
accogliere
e vivere,
è importante riuscire
a fare un po' di silenzio
e chiedere sempre aiuto
allo Spirito Santo:



O Spirito di Dio,
apri il mio cuore
all'ascolto della tua Parola.
Vinci ogni mia distrazione
e pigrizia
perché la tua Parola
possa entrare
nel terreno del mio cuore
e portare molto frutto.
Amen.

+ Dal Vangelo secondo Matteo (14,22-33)

[Dopo che la folla ebbe mangiato], subito Gesù costrinse i discepoli a salire sulla barca e a precederlo sull'altra riva, finché non avesse congedato la folla. Congedata la folla, salì sul monte, in disparte, a pregare. Venuta la sera, egli se ne stava lassù, da solo. La barca intanto distava già molte miglia da terra ed era agitata dalle onde: il vento infatti era contrario. Sul finire della notte egli andò verso di loro camminando sul mare. Vedendolo camminare sul mare, i discepoli furono sconvolti e dissero: «È un fantasma!» e gridarono dalla paura. Ma subito Gesù parlò loro dicendo: «Coraggio, sono io, non abbiate paura!».

Pietro allora gli rispose: «Signore, se sei tu, comandami di venire verso di te sulle acque». Ed egli disse: «Vieni!». Pietro scese dalla barca, si mise a camminare sulle acque e andò verso Gesù. Ma, vedendo che il vento era forte, s'impaurì e, cominciando ad affondare, gridò: «Signore, salvami!». E subito Gesù tese la mano, lo afferrò e gli disse: «Uomo di poca fede, perché hai dubitato?».

Appena saliti sulla barca, il vento cessò. Quelli che erano sulla barca si prostrarono davanti a lui, dicendo: «Davvero tu sei Figlio di Dio!».

1 Con il colore **nero** (il colore della scrittura) cerchia i **personaggi**, sottolinea i **luoghi**, fai una casella intorno alle indicazioni di **tempo**.

2 Con il colore **blu** (il colore del cielo) sottolinea nel Vangelo la parola o la frase che più ti ha colpito: è **la parola che il Signore suggerisce a te personalmente**. Fermati su quella parola e chiediti perché il Signore la suggerisce a te in questo momento della tua vita.

3 Con il colore **rosso** (il colore del cuore umano) rispondi alla Parola del Signore scrivendo una **preghiera**: una richiesta particolare al Signore, un ringraziamento o una preghiera per qualcuno che ha bisogno, per delle situazioni che conosci e che il Vangelo ti suggerisce con questo brano.

4 L'ascolto della Parola di Dio fa nascere in te il desiderio di conoscere meglio il Signore, di gustare di più la preghiera, di essere più generoso nelle buone azioni... di amare e di vivere di più nell'amore.

Con il colore **verde** (il colore della natura che germoglia, cresce e porta frutto) scrivi un **proposito** che nasce dall'ascolto del Vangelo, da vivere concretamente nella tua vita e che può aiutarti a crescere come persona e come cristiano.

Il proposito che scegli deve aiutarti a cambiare un po' in meglio la tua vita (poco alla volta, ma con costanza).

Così la Parola del Signore diventa davvero una luce che guida i tuoi passi

Ascolta, rifletti, prega e vivi: 1. Leggi e ascolta il Vangelo, lasciandoti aiutare dalla *traccia a 4 colori* - 2. Disegna delle onde del mare e il vento - 3. Su ogni onda e sul soffio del vento scrivi una tua paura, qualcosa che ti spaventa e preoccupa - 4. Offri a Gesù le tue paure e difficoltà e chiedigli di darti sempre il coraggio necessario per credere nella salvezza di Dio, che è la tua felicità.