

# Commento al Vangelo: Il riposo che nasce dall'amore

Vangelo e commento della 16<sup>a</sup> domenica del tempo ordinario. Gesù si riposa commuovendosi interiormente, nel vedere con gioia quegli uomini e quelle donne. Anche noi potremmo riposarci quando sapremo ritrovare in Cristo il significato del nostro lavoro e dei nostri impegni, quando ci commuoveremo interiormente di fronte agli altri e li guarderemo con gioia.

**Vangelo (Mc 6, 30-34)**

Gli apostoli si riunirono attorno a Gesù e gli riferirono tutto quello che avevano fatto e quello che avevano insegnato. Ed egli disse loro: «Venite in disparte, voi soli, in un luogo deserto, e riposatevi un po'». Erano infatti molti quelli che andavano e venivano e non avevano neanche il tempo di mangiare. Allora andarono con la barca verso un luogo deserto, in disparte. Molti però li videro partire e capirono, e da tutte le città accorsero là a piedi e li precedettero. Sceso dalla barca, egli vide una grande folla, ebbe compassione di loro, perché erano *come pecore che non hanno pastore*, e si mise a insegnare loro molte cose.

---

## Commento

Gesù cerca un luogo solitario per poter riposare. Quelli che lo

cercavano per vederlo erano così tanti che non trovavano il tempo di mangiare. In barca vanno verso un luogo solitario, ma quando arrivano, trovano ad aspettarli una moltitudine. Gesù, guardandoli con compassione, dimentica il riposo e si ferma per insegnare loro molte cose.

Tutta la vita di Gesù è fatta d'amore. Lavora per amore e riposa per amore. Gesù riposa guardando la folla, guardandola con amore, commovendosi interiormente per tutti e per ciascuno di essi.

E così ci insegna che il vero riposo nasce dall'amore. Un riposo che rigenera, che fa guardare agli altri e gioire con loro.

Al contrario, quando guardiamo solo a noi stessi, quando cerchiamo il riposo pensando solo a noi stessi, allora nessun riposo è rigeneratore, nessun riposo è sufficiente. A volte pensiamo di aver bisogno di qualche

distrazione perché siamo stanchi del nostro lavoro e vogliamo fuggirlo e, cerchiamo occupazioni che ci fanno evadere dalla realtà, dalla vita, dagli altri. E infine questo tipo di riposo ci lascia interiormente insoddisfatti.

Gesù cerca il riposo, non per dimenticare quella moltitudine, ma per potersi dare ad essa. Per questo, appena li vede si mette al loro servizio, perché sa che l'unico modo di riposare è mettersi a loro disposizione.

La stessa cosa succede anche a noi. Quante volte ci è successo, arrivando a casa dopo una giornata stancante, di dimenticare tutta la stanchezza perché c'era da fare qualcos'altro che ci interessava e ci siamo subito impegnati senza pensare ad altro.

Quello che ci dà riposo non è non fare niente, ma scoprire l'amore che c'è nella nostra vita, scoprire l'Amore-Dio che è nelle nostre

giornate, scoprire i nostri amori. Ciò di cui abbiamo bisogno per riposare è fermarci per poterci commuovere e guardare gli altri con gioia.

Per questo Dio ci regala la domenica per riposare. Dio ci dice: «Fermati, fermati un poco; convinciti di quello che sei; non andare così in fretta nella vita; se vai in fretta smarrisci l'orizzonte».

Abbiamo bisogno di fermarci per contemplare questo mondo e gioirne, per pensare alla vita con vera gratitudine, per guardare la nostra famiglia, gli amici, il lavoro e poter dire: “Che bella la vita!”; per vedere cosa abbiamo nel cuore, se abbiamo riempito la settimana di cenere al posto di fuoco innamorato.

In definitiva, per scoprire che siamo figli di Dio. Come ci consigliava san Josemaría: «Riposa nella filiazione divina. Dio è un Padre — tuo Padre!

- pieno di tenerezza, di infinito amore.
- Chiamalo Padre molte volte, e digli — a tu per tu — che gli vuoi bene, che gli vuoi bene moltissimo!: che senti l'orgoglio e la forza di essere figlio suo» (*Forgia*, 331).

Gesù si riposa commuovendosi nell'intimo, guardando con gioia quegli uomini e quelle donne. Anche noi riposeremo quando sapremo ritrovare con Cristo il senso del nostro lavoro e dei nostri impegni, quando ci commuoveremo nell'intimo per nostro marito, moglie, figli, fratelli, amici e li guarderemo con gioia.

*Luis Cruz*

[opusdei.org/it-ch/gospel/commento-al-vangelo-il-riposo-che-nasce-dalla-morte/](https://opusdei.org/it-ch/gospel/commento-al-vangelo-il-riposo-che-nasce-dalla-morte/)  
(17/01/2026)