

# Meditazioni: 4 gennaio

Riflessioni per meditare il 4 gennaio. Ecco i temi proposti:  
Siamo veramente figli di Dio;  
L'esperienza dell'incontro con Gesù; Preghiera di ringraziamento e di domanda.

Siamo veramente figli di Dio | L'esperienza dell'incontro con Gesù | Preghiera di ringraziamento e di domanda

---

Siamo veramente figli di Dio

Nella liturgia della parola, in questi primi giorni del nuovo anno, leggiamo la prima lettera dell'apostolo Giovanni, scritta a Efeso al ritorno dal suo esilio a Patmos. L'argomento centrale della lettera, sul quale san Giovanni ritorna ripetutamente, è la comunione del cristiano con Dio, che avviene attraverso la fede in Gesù Cristo e la carità fraterna.

«Dio è amore», dice varie volte l'apostolo nella lettera. Afferma anche che Dio è l'origine di tutto ciò che esiste e che il cristiano è costituito figlio di Dio per amore. Siamo davvero suoi figli e non in senso figurato o poetico (cfr. 1 Gv 3, 1). In base a tale filiazione possiamo essere chiamati propriamente *generati da Dio*. Così oggi leggiamo nella prima lettura: «Chiunque è stato generato da Dio non commette peccato, perché un germe divino rimane in lui, e non può peccare

perché è stato generato da Dio. In questo si distinguono i figli di Dio» (1 Gv 3, 9-10).

«Questa notte il Signore, attraverso sua Madre, ci manderà tante nuove grazie, per farci crescere nell'amore e nella filiazione divina [...]. Vedete, figli miei, vedete quanta gratitudine dobbiamo avere per questo nostro Fratello che ci ha resi figli del Padre. Avete presente i vostri fratellini, le creaturine, figlie dei vostri parenti, che hanno bisogno di tutto e di tutti? Lo stesso è per Gesù Bambino. Ci fa bene vederlo così, inerme. Pur essendo l'onnipotente, pur essendo Dio, si è fatto Bambino indifeso, privo di tutto, bisognoso del nostro amore. In quella fredda solitudine, con sua Madre e con san Giuseppe, ciò che Gesù desidera, ciò che lo riscalderà è il nostro cuore. Pertanto, strappa dal tuo cuore tutto ciò che è d'ostacolo! Tu e io, figlio mio, esamineremo tutto ciò che nel nostro

cuore disturba... Via! Ma per davvero. Lo ripete san Giovanni nel suo primo capitolo: *Quotquot autem receperunt eum dedit eis potestatem filios Dei fieri* (Gv 1, 12). Ci ha dato il potere di essere figli di Dio. Dio ha voluto che siamo suoi figli»[1].

---

## L'esperienza dell'incontro con Gesù

Due pescatori di Cafarnao, Giovanni e Andrea, seguivano Giovanni Battista, che consideravano un grande profeta. Un giorno Gesù passò accanto a loro e il Battista disse: «Ecco l'Agnello di Dio» (Gv 1, 36). I suoi discepoli, «sentendolo parlare così, seguirono Gesù» (Gv 1, 37). Dopo quell'incontro, nulla sarà più come prima. «Pieni di curiosità decisero di seguirlo a distanza, quasi timidi e impacciati, finché Lui stesso,

voltandosi, domandò: “Che cercate?”, suscitando quel dialogo che avrebbe dato inizio all’avventura»[2].

Giovanni e Andrea seguirono Gesù, gli fecero alcune domande, «videro dove Egli dimorava e quel giorno rimasero con Lui» (*Gv 1, 39*): quel giorno diventarono apostoli per sempre.

«È Gesù che prende l’iniziativa. Quando si ha a che fare con Lui, la domanda viene sempre capovolta: da interroganti si diventa interrogati, da “cercatori” si diventa “cercati”; è Lui, infatti, che da sempre ci ama per primo (cfr. *1 Gv 4, 10*). Questa è la fondamentale dimensione dell’incontro: non si ha a che fare con qualcosa, ma con Qualcuno, con “il Vivente”. I cristiani non sono i discepoli di un sistema filosofico: sono gli uomini e le donne che hanno fatto, nella fede, l’esperienza dell’incontro con Cristo (cfr. *1 Gv 1, 1-4*)»[3].

I due amici, Giovanni e Andrea, non sapevano con chiarezza chi fosse realmente Gesù. Avranno bisogno di tempo – anni di convivenza e di ascolto – per comprendere il mistero del Figlio di Dio. Senza alcun timore, anche noi oltrepassiamo la soglia della sua casa per parlare con il Maestro faccia a faccia, per ascoltare e meditare la sua Parola, per aprire il nostro cuore come si fa con un amico. Nel silenzio dell'orazione impariamo a conoscere il Signore. La stessa domanda dei discepoli, insistente e audace, «Maestro, dove abiti?», sorge anche nella nostra anima. «Sappiate riascoltare, nel silenzio della preghiera, la risposta di Gesù: “Venite e vedrete”»[4].

---

## **Preghiera di ringraziamento e di domanda**

«Facciamo, allora, un'orazione filiale, un'orazione continua. *"Oro coram te, hodie, nocte et die"* (Ne 1, 6); prego davanti a te di notte e di giorno. Non mi avete forse sentito dire tante volte che siamo contemplativi, notte e giorno, persino quando dormiamo, che il sonno fa parte dell'orazione? Lo ha detto il Signore: *"Oportet semper orare, et non deficere"* (Lc 18, 1). Dobbiamo pregare sempre, sempre. Dobbiamo sentire il bisogno di rivolgerci a Dio, dopo ogni vittoria e dopo ogni sconfitta nella vita interiore. Specialmente in quest'ultimo caso, torniamo a dire con umiltà al Signore: malgrado tutto, sono tuo figlio! Facciamo la parte del figlio prodigo. Come dice altrove la scrittura: pregare sempre, non con lunghe orazioni vocali (cfr. Mt 6, 7), ma con l'orazione mentale, senza rumore di parole, senza segni esterni. E dove pregare? *"In angulis platearum..."* (Mt 6, 5). Quando percorriamo le strade e le piazze,

dobbiamo fare un'orazione continua»[5].

Quel giorno san Josemaría suggeriva di ringraziare molto per il Natale e invitava coloro che lo ascoltavano a sognare nell'orazione, a pensare in grande, a chiedere che in tante anime si faccia la volontà di Dio. «E come pregheremo? Pregheremo con la preghiera di ringraziamento.

Ringraziamo Dio Padre, ringraziamo Gesù, che si è fatto bambino per i nostri peccati; che si è dato per intero, soffrendo a Betlemme e soffrendo sulla croce con le braccia aperte, spalancate, nel gesto dell'Eterno Sacerdote [...]. E poi la preghiera di domanda. Che cosa dobbiamo chiedere? Che cosa chiede un bambino a suo padre? Papà..., la luna! Cose assurde. “Chiedete e vi sarà dato, [...] bussate e vi sarà aperto” (*Mt 7, 7*). C'è qualcosa che non possiamo chiedere a Dio? Ai nostri genitori abbiamo chiesto tutto.

Chiedete la luna e ve la darà; chiedetegli senza timore tutto ciò che volete. Ve lo darà sempre, in un modo o nell'altro. Chiedete con fiducia»<sup>[6]</sup>.

Nella casa in cui abita Gesù troviamo anche la dolce presenza di Maria. A lei chiediamo di insegnarci a vivere come figli *generati da Dio* e ad andare incontro a Gesù per abitare nella sua casa.

---

[1] San Josemaría, *In dialogo con il Signore*, meditazione “Pregare ininterrottamente”, 1b-2a-2b, pp. 243-244.

[2] San Giovanni Paolo II, *Messaggio* per la XII Giornata Mondiale della Gioventù (Parigi 1997), 15-VIII-1996.

[3] *Ibid.*

[4] Ibid.

[5] San Josemaría, *In dialogo con il Signore*, meditazione “Pegare ininterrottamente”, 2c-2d, p. 245.

[6] *Ibid.*, 3b-3c, p. 246.

---

pdf | documento generato  
automaticamente da [https://  
opusdei.org/it/meditation/  
meditazioni-4-gennaio/](https://opusdei.org/it/meditation/meditazioni-4-gennaio/) (19/02/2026)