

# **Meditazioni: 5<sup>a</sup> domenica di Quaresima (ciclo B)**

Riflessioni per meditare nella quinta domenica di Quaresima. I temi proposti sono: Scoprire l'identità di Gesù; La croce rende piena la nostra vita; Amore e sacrificio per gli altri.

- Scoprire l'identità di Gesù
- La croce rende piena la nostra vita
- Amore e sacrificio per gli altri

Mancano pochi giorni alla morte di Gesù in croce. La Chiesa ci propone di inoltrarci nell'ultima settimana di Quaresima condividendo i sentimenti del Signore. Così, quando alcuni greci chiedono: «Vogliamo vedere Gesù» (Gv 12, 21), dal cuore di Cristo scaturisce qualcosa che sembra riferirsi ad altro: la consapevolezza dell'avvicinarsi dell'ora della redenzione. «È venuta l'ora che il Figlio dell'uomo sia glorificato» (Gv 12, 23).

Gesù sa che il progetto d'amore di suo Padre – la salvezza degli uomini – si avvicina alla sua realizzazione. Sta per coronare la sua missione sul Calvario. È stato questo il suo principale desiderio, che adesso realizza con decisione: «Adesso l'anima mia è turbata; che cosa dirò? Padre, salvami da quest'ora? Ma proprio per questo sono giunto a quest'ora! Padre, glorifica il tuo nome» (Gv 12, 27-28). Conoscere

veramente Cristo significa scoprire che la sua identità è inseparabile dalla croce. Pensare il Signore senza la sua passione sarebbe falsare il suo vero messaggio.

Per questo, di fronte alla richiesta dei greci di vederlo, Cristo risponde parlando dell'ora della salvezza e utilizza l'immagine del chicco di grano. Sono due elementi che tratteggiano la sua vera immagine. Se vogliamo conoscere Gesù con piena fedeltà, non possiamo ridurlo semplicemente a un maestro o a un austero profeta, ma dobbiamo conoscerlo come Dio che, al momento giusto, è venuto a dare la sua vita per noi. «Se il chicco di grano, caduto in terra, non muore, rimane solo; se invece muore, produce molto frutto» (Gv 12, 24). «Gesù rivela che Lui, per ogni uomo che lo vuole cercare, è il seme nascosto pronto a morire per dare molto frutto. Come a dire: se volete

conoscermi, se volete capirmi, guardate il chicco di grano che muore nel terreno, cioè guardate la croce»<sup>[1]</sup>.

---

«Nella Passione, la Croce ha cessato di essere simbolo di castigo, per divenire segno di vittoria. La Croce è l'emblema del Redentore: *in quo est salus, vita et resurrectio nostra*: lì è la nostra salvezza, la nostra vita, la nostra risurrezione»<sup>[2]</sup>. Nella nostra vita la croce è talmente fondamentale che, come prima preghiera cristiana, sin da piccoli, ci è stato insegnato il segno della croce. E quanti crocifissi, appesi alle pareti delle nostre case o portati più discretamente in tasca, ci ricordano la vera identità di Gesù.

La croce, in definitiva, rende la nostra vita piena, dato che in essa il

male è stato vinto. Così come una croce è stata il culmine dell'opera d'amore di Cristo, allo stesso modo Dio vuole glorificare la nostra esistenza. Di fronte all'obbedienza di suo Figlio, il Padre non esita a rivelarsi: «Venne allora una voce dal cielo: "L'ho glorificato e lo glorificherò ancora!"» (Gv 12, 28). In quel «e ancora lo glorificherò» ci siamo noi tutti cristiani, altri Cristi, che troveremo il culmine della nostra vita superando, con una risposta d'amore, i momenti che potremmo chiamare di *passione*, dato che Gesù aggiunge: «Questa voce non è venuta per me, ma per voi».

Tuttavia, abbracciare la croce di Cristo non consiste in un mero accumulo di sofferenze, nel proporsi sacrifici che ci danno la soggettiva impressione di meritare con le nostre azioni gloria o ricompensa. Gesù parla di perdere la vita, ma lo fa in chiave di servizio discreto. «E che

cosa significa *perdere la vita*? Cioè, che cosa significa essere il chicco di grano? Significa pensare di meno a sé stessi, agli interessi personali, e saper “vedere” e andare incontro ai bisogni del nostro prossimo, specialmente degli ultimi. Compiere con gioia opere di carità verso quanti soffrono nel corpo e nello spirito è il modo più autentico di vivere il Vangelo, è il fondamento necessario perché le nostre comunità crescano nella fraternità e nell’accoglienza reciproca»<sup>[3]</sup>.

---

La vita quotidiana così, per volontà di Dio che ci vuole felici, significa accompagnare Cristo sulla terra nel suo cammino che passa dal Calvario e si dirige verso la Risurrezione. Anche se Gesù, in alcuni momenti, può chiederci un sacrificio importante, generalmente ci chiama

a scoprire la croce «d'ogni giorno, quella nascosta, senza splendore e senza consolazione...»<sup>[4]</sup>. Possiamo realizzare il trionfo di Cristo vivendo piccole mortificazioni che vede solo Lui, ma che, come la sua passione, hanno origine nell'amore per gli altri. In un punto di *Cammino*, san Josemaría propone alcune semplici mortificazioni che possono essere di aiuto nella cura delle nostre relazioni, imitando lo stile di vita del Signore: «Quella parola ben trovata, la battuta che non uscì dalla tua bocca; il sorriso amabile per colui che ti annoia; quel silenzio davanti a un'accusa ingiusta; la benevola conversazione con i seccatori e gli importuni; quel non dare importanza, quotidianamente, ai mille particolari fastidiosi e impertinenti delle persone che vivono con te... Tutto questo, con perseveranza, è davvero solida mortificazione interiore»<sup>[5]</sup>.

La nostra vita è un tempo di incontro. Per questo è logico che molti dei sacrifici della nostra vita quotidiana siano diretti a rendere più gradevole la vita delle persone che ci stanno intorno. Come ricorda il prelado dell'Opus Dei: «È importante crescere in affabilità, gioia, pazienza, ottimismo, delicatezza e in tutte le virtù che rendono amabile la convivenza, perché così le persone possano sentirsi ben accolte ed essere felici [...]. Viceversa, certe maniere di esprimersi possono turbare o rendere difficile la creazione di un ambiente di amicizia. Per esempio, essere troppo categorico nell'esprimere la propria opinione, dare l'impressione che le proprie soluzioni siano quelle definitive o non interessarsi attivamente di ciò che dicono gli altri, sono modi di agire che favoriscono la chiusura in se stessi»<sup>[6]</sup>. Alla fin fine, l'amore e la croce sono due realtà



inseparabilmente unite. La Vergine Maria, «Maestra del sacrificio nascosto e silenzioso»<sup>[7]</sup>, ci aiuterà ad amare i nostri fratelli come ha fatto suo Figlio: dando la vita per tutti gli uomini.

---

[1] Francesco, *Angelus*, 21 marzo 2021.

[2] San Josemaría, *Via Crucis*, II stazione, n. 5.

[3] Francesco, *Angelus*, 18 marzo 2018.

[4] San Josemaría, *Cammino*, n. 178.

[5] San Josemaría, *Cammino*, n. 173.

[6] Mons. Fernando Ocáriz, *Lettera pastorale*, 1 novembre 2019, n. 9.

[7] San Josemaría, *Cammino*, n. 509.

.....

pdf | documento generato  
automaticamente da [https://  
opusdei.org/it/meditation/meditazioni-  
domenica-della-5a-settimana-di-  
quaresima-ciclo-b/](https://opusdei.org/it/meditation/meditazioni-domenica-della-5a-settimana-di-quaresima-ciclo-b/) (06/02/2026)