

Venerdì della Seconda Settimana di Pasqua (Anno C)**Lectio: Atti degli Apostoli 5, 34 - 42****Giovanni 6, 1 - 15****1) Preghiera**

O Dio, speranza e luce di chi ti cerca con cuore sincero, donaci di innalzare una preghiera a te gradita e di esaltarti sempre con il servizio della lode.

2) Lettura: Atti degli Apostoli 5, 34 - 42

In quei giorni, si alzò nel sinedrio un fariseo, di nome Gamalièle, dottore della Legge, stimato da tutto il popolo. Diede ordine di far uscire [gli apostoli] per un momento e disse: «Uomini di Israele, badate bene a ciò che state per fare a questi uomini. Tempo fa sorse Tèuda, infatti, che pretendeva di essere qualcuno, e a lui si aggregarono circa quattrocento uomini. Ma fu ucciso, e quelli che si erano lasciati persuadere da lui furono dissolti e finirono nel nulla. Dopo di lui sorse Giuda il Galileo, al tempo del censimento, e indusse gente a seguirlo, ma anche lui finì male, e quelli che si erano lasciati persuadere da lui si dispersero. Ora perciò io vi dico: non occupatevi di questi uomini e lasciateli andare. Se infatti questo piano o quest'opera fosse di origine umana, verrebbe distrutta; ma, se viene da Dio, non riuscirete a distruggerli. Non vi accada di trovarvi addirittura a combattere contro Dio!». Seguirono il suo parere e, richiamati gli apostoli, li fecero flagellare e ordinarono loro di non parlare nel nome di Gesù. Quindi li rimisero in libertà. Essi allora se ne andarono via dal sinedrio, lieti di essere stati giudicati degni di subire oltraggi per il nome di Gesù. E ogni giorno, nel tempio e nelle case, non cessavano di insegnare e di annunciare che Gesù è il Cristo.

3) Riflessione ¹¹ su Atti degli Apostoli 5, 34 - 42

● Essi allora se ne andarono via dal sinedrio, lieti di essere stati giudicati degni di subire oltraggi per il nome di Gesù. E ogni giorno, nel tempio e nelle case, non cessavano di insegnare e di annunciare che Gesù è il Cristo (At 5,41-42) - Come vivere questa Parola?

Gli apostoli hanno appena subito un processo, sono stati minacciati e flagellati, quindi, grazie all'intervento di Gamalièle sono stati rimessi in libertà, ma con l'esplicito ordine di non parlare più di Gesù.

Ci si attenderebbe un loro rientro all'insegna dello sconforto o, se si volesse cercare un motivo di cui rallegrarsi, lieti di essere sfuggiti a un'ulteriore detenzione e magari anche alla morte. E invece no!

Si allontanano lieti, ma per il fatto "di essere stati giudicati degni di subire oltraggi per il nome di Gesù". Non solo: incuranti di quanto loro ingiunto e delle possibili conseguenze del loro gesto, eccoli nuovamente e quotidianamente impegnati nell'annuncio aperto di Cristo.

La cosa, se presa seriamente, spiazza o almeno sconcerta, spinge a interrogare il testo e a interrogarsi.

Anche noi siamo credenti, eppure il constatare che a voler fare sul serio è solo una minoranza, che la mentalità corrente ha sapore paganeggiante, che, soprattutto in certi ambienti, è meglio mimetizzare la propria realtà cristiana, ci espone alla tentazione di rintanarci scoraggiati.

Non possiamo davvero nasconderci dietro la scusa che oggi i tempi sono difficili. Se i primi nostri fratelli avessero ragionato così, si sarebbe certamente evitata l'era dei martiri, ma noi avremmo avuto la gioia e la fortuna di conoscere Cristo?

Viviamo tempi forti, tempi che gridano l'esigenza di testimoni credibili. Non possiamo demandare ad altri questo compito: io, tu, ogni battezzato è per vocazione un testimone, uno che dovrebbe essere lieto se, a causa della sua testimonianza, viene a trovarsi in difficoltà. Anzi, dovremmo interrogarci sulla visibilità della nostra fede, se incontriamo solo plauso.

¹¹ www.lachiesa.it - www.qumran2.net - Casa di Preghiera San Biagio - Papa Francesco, Meditazione mattutina nella cappella della *Domus Sanctae Marthae*, Il tempo messaggero di Dio, Venerdì, 17 aprile 2015

Mio Dio, quanto sono lontano dall'essere lieto di soffrire per te! Lo ammiro nei santi, ma lo considero riservato esclusivamente a qualche eroe della fede. A questo riguardo io mi scopro stranamente molto umile... Il fatto è che la mia fede è spesso più un fatto razionale che un rapporto autentico e profondo con te, perché quando ci si sa amati e si ama non si sta a calcolare. Insegnami la follia dell'amore!

Ecco la voce di una santa Madre Teresa di Calcutta: Il vero amore deve sempre fare male. Deve essere doloroso amare qualcuno, doloroso lasciare qualcuno.... Solo allora si ama sinceramente

- Ecco le parole di Papa Francesco.

Proprio «in questo momento» tanti cristiani «sono martirizzati per il nome di Gesù» e sopportano gli oltraggi con letizia, anche fino alla morte. E sempre «per amore di Gesù» ci sono persone «che subiscono umiliazioni ogni giorno», magari «per il bene della propria famiglia». È la strada giusta dell'«imitazione di Gesù» che fa vivere «la letizia che dà l'umiliazione», ha affermato Papa Francesco nella messa celebrata venerdì 17 aprile, nella cappella della Casa Santa Marta.

Con la lettura degli Atti degli apostoli (5, 34-42), proposta dalla liturgia del giorno, si conclude la «storia della persecuzione degli apostoli che predicavano in nome di Gesù», di cui Francesco aveva parlato anche giovedì 16. «Sono stati gettati in carcere, liberati dall'angelo» ha ricordato il Papa; «poi insegnavano nel portico di Salomone» ma «sono portati un'altra volta al sinedrio».

La questione, ha spiegato, è che «i dottori della legge non tolleravano di sentire l'annuncio, il kerigma, l'annuncio di Gesù Cristo». Il versetto 33, in particolare, «dice che i dottori della legge, ascoltandoli, si infuriarono e volevano metterli a morte». Erano così forti «l'odio, la furia che avevano, che volevano ucciderli». Ma «in quel momento, quando forse erano pronti a prenderli e a portarli fuori per fare la lapidazione, si alzò nel sinedrio un fariseo».

E un gesto «importante», ha fatto notare il Papa, perché «non tutti i farisei erano cattivi». Non bisogna infatti pensare a loro «come se fossero diavoli: no, c'erano i cattivi e c'erano tanti buoni». E il passo degli Atti degli apostoli racconta appunto di Gamaliele, «un uomo giusto: era nel sinedrio, dottore della legge, stimato da tutto il popolo, cioè aveva autorità». Dunque, è «un uomo di autorità morale che diede ordine di fare uscire gli apostoli facendo questa riflessione: «Abbiamo visto tanti rivoluzionari che dicevano di essere il messia e poi come sono finiti? Da soli. Lasciamoli. Se è cosa di uomini, cadrà da sola. Ma se è cosa di Dio, per favore, non vi accada di trovarvi a combattere addirittura contro Dio». E così gli altri seguirono il suo parere».

È «curioso», ha rimarcato Francesco, che quegli «uomini chiusi che erano sicuri della legge e che non volevano sentire nessuno che parlasse diversamente, che non sapevano cosa fosse il dialogo ma preferivano il monologo», abbiano alla fine «accettato questo consiglio» di prendere tempo. Proprio il tempo, infatti, «è una grande medicina, perché nel tempo c'è posto per la speranza». Tanto che «san Pietro Favre diceva che il tempo è il messaggero di Dio».

Il suggerimento di Gamaliele vale anche per i cristiani di oggi, ha precisato il Papa: «Quando noi abbiamo o pensiamo qualche cosa contro una persona, e non chiediamo consiglio, la tensione cresce, cresce, cresce e scoppia: scoppia nell'insulto, nella guerra, in tante brutte cose». Così «quando un sentimento è chiuso cresce, cresce male e si giustifica perché questi si giustificavano con la legge». Dunque «il rimedio, la medicina offerta da Gamaliele è: «Fermatevi, fermatevi!». Il suo consiglio è «dare tempo al tempo». Un avvertimento che «serve anche a noi quando abbiamo cattivi pensieri contro gli altri, cattivi sentimenti, quando abbiamo antipatia, odio: non lasciarli crescere, fermarsi, dare tempo al tempo».

Il tempo infatti, ha spiegato il Papa, «mette le cose in armonia e ci fa vedere il giusto delle cose». Ma «se tu reagisci nel momento della furia, sicuro che sarai ingiusto». E essere «ingiusto farà male anche a te stesso». Per questo, ha ribadito il Pontefice, Gamaliele dà un ottimo suggerimento riguardo al «tempo nel momento della tentazione». È questo anche «il saggio consiglio di santa Teresa di Gesù Bambino: fuggire dalla tentazione, cioè dare tempo, mettere distanza, non lasciare

che cresca dentro e si giustifichi e cresca, cresca» fino a scoppiare «nell'odio, nelle inimicizie». E questo accade pure nelle famiglie, ha ricordato il Pontefice.

Nel sinedrio che giudica gli apostoli, dunque, «quest'odio è fermato da un saggio consiglio e ammonimento: "Non vi accada di trovarvi a combattere addirittura contro Dio"». Gamaliele ci fa capire che «quando stiamo con questi sentimenti cattivi contro gli altri lottiamo contro Dio, perché Dio ama gli altri, ama l'armonia, ama l'amore, ama il dialogo, ama camminare insieme». E questo è dunque «un bel consiglio».

«Io — ha confidato Francesco — vi dico francamente: a me succede quando una cosa non piace. Il primo sentimento non è di Dio, è cattivo, sempre. Io l'ho visto in me stesso. Fermatevi, fermiamoci!». Per dare così «spazio allo Spirito Santo, perché ci guarisca lentamente e ci faccia arrivare al giusto, alla pace, al giusto».

Ritornando di nuovo al passo degli Atti, il Papa ha fatto notare un altro fatto significativo. I membri del sinedrio, infatti, seguirono il parere di Gamaliele ma, «richiamati gli apostoli, li fecero flagellare» prima di dire qualsiasi cosa. Avevano così tanto odio che qualcosa, comunque, dovevano fare contro di loro. Poi ordinarono agli apostoli «di non parlare nel nome di Gesù». Dunque «si sono fermati ma fino a un certo punto: la malvagità di questa gente era grande». Perciò solo dopo la flagellazione e l'ordine di non parlare nel nome di Gesù «li rimisero in libertà». Ma «cosa hanno fatto gli apostoli? Li hanno sgridati? Hanno detto loro: voi siete cattivi, voi andrete all'inferno? No». Gli Atti, ha ricordato il Pontefice, ci dicono che gli apostoli «se ne andarono via dal sinedrio, lieti di essere stati giudicati degni di subire oltraggi per il nome di Gesù»: cioè «l'umiliazione».

E così «l'orgoglio dei primi porta a voler uccidere gli altri; l'umiltà, anche l'umiliazione, ti porta a somigliare a Gesù: e questa è una cosa che noi non pensiamo». Subito il pensiero del Papa è andato «a tanti nostri fratelli e sorelle martirizzati per il nome di Gesù», anche «in questo momento». E «loro sono in questo stato, hanno in questo momento la letizia di aver sofferto oltraggi, anche la morte, per il nome di Gesù».

Del resto, ha affermato Francesco, «per fuggire dall'orgoglio dei primi c'è soltanto la strada di aprire il cuore all'umiltà, e all'umiltà non si arriva mai senza l'umiliazione: questa è una cosa che non si capisce naturalmente». È piuttosto «una grazia che dobbiamo chiedere: Signore, che quando venga l'umiliazione io senta che sono dietro di te, sulla tua strada, che ti sei umiliato».

È la grazia dell'«imitazione di Gesù» che riguarda, ha aggiunto il Papa, «non solo quei martiri di cui ho parlato adesso, ma anche tanti uomini e donne che subiscono umiliazioni ogni giorno e per il bene della propria famiglia, il bene di altre cose, chiudono la bocca, non parlano, sopportano per amore di Gesù. E sono tanti». Questa «è la santità della Chiesa: questa letizia che dà l'umiliazione non perché l'umiliazione sia bella, no: quello sarebbe masochismo»; ma «perché con quell'umiliazione tu imiti Gesù».

Ecco allora i «due atteggiamenti» a confronto. Da una parte «quello della chiusura che ti porta all'odio, all'ira, a voler uccidere gli altri». Dall'altra parte «quello dell'apertura a Dio sulla strada di Gesù, che ti fa prendere le umiliazioni, anche quelle forti, con questa letizia interiore, perché sei sicuro di essere sulla strada di Gesù».

Prima di proseguire la messa, «celebrazione del mistero di Gesù, questo mistero della morte, dell'umiliazione e della gloria di Gesù», il Papa ha invitato a pregare proprio per chiedere «la grazia della pazienza: quella pazienza che ha avuto Gesù per ascoltare tutti» e per «essere aperto a tutti, e anche subire le umiliazioni per amore di tutti».

In quel tempo, Gesù passò all'altra riva del mare di Galilea, cioè di Tiberiade, e lo seguiva una grande folla, perché vedeva i segni che compiva sugli infermi. Gesù salì sul monte e là si pose a sedere con i suoi discepoli. Era vicina la Pasqua, la festa dei Giudei.

Allora Gesù, alzati gli occhi, vide che una grande folla veniva da lui e disse a Filippo: «Dove potremo comprare il pane perché costoro abbiano da mangiare?». Diceva così per metterlo alla prova; egli infatti sapeva quello che stava per compiere. Gli rispose Filippo: «Duecento denari di pane non sono sufficienti neppure perché ognuno possa riceverne un pezzo».

Gli disse allora uno dei suoi discepoli, Andrea, fratello di Simon Pietro: «C'è qui un ragazzo che ha cinque pani d'orzo e due pesci; ma che cos'è questo per tanta gente?». Rispose Gesù: «Fateli sedere». C'era molta erba in quel luogo. Si misero dunque a sedere ed erano circa cinquemila uomini. Allora Gesù prese i pani e, dopo aver reso grazie, li diede a quelli che erano seduti, e lo stesso fece dei pesci, quanto ne volevano. E quando furono saziati, disse ai suoi discepoli: «Raccogliete i pezzi avanzati, perché nulla vada perduto». Li raccolsero e riempirono dodici canestri con i pezzi dei cinque pani d'orzo, avanzati a coloro che avevano mangiato.

Allora la gente, visto il segno che egli aveva compiuto, diceva: «Questi è davvero il profeta, colui che viene nel mondo!». Ma Gesù, sapendo che venivano a prenderlo per farlo re, si ritirò di nuovo sul monte, lui da solo.

5) Riflessione ¹² sul Vangelo secondo Giovanni 6, 1 - 15

● Non possiamo ascoltare il Vangelo che racconta il miracolo della moltiplicazione dei pani, e non possiamo riunirci per spezzare il pane, se ci dimentichiamo della fame che opprime molte persone della terra. Avere fame è una sorta di impotenza; essere saziato, una sorta di potenza. È la fame che distingue coloro che non hanno niente da coloro che posseggono. Questa disuguaglianza è ingiusta. Né i poveri, né i ricchi che fanno parte della Chiesa devono tollerare questa ingiustizia. Non esiste una risposta materiale alla fame, perché si tratta di un problema umano più generale. La povertà e l'oppressione colpiscono coloro che hanno fame nella loro dignità umana. Non si può quindi rimediare a questa mancanza con dei doni che l'addolciscono. Gesù rifiuta la fame: quella dell'alienazione fisica, politica, quella della perdita della dignità umana. Ed è per questo che egli non rimanda gli uomini nel loro mondo di miseria, ma invita i discepoli a mettere a loro disposizione i propri viveri. È l'obbedienza dei discepoli che apre la via all'azione di Dio. Gesù non vuole agire senza i Dodici. Ma, per finire, è Gesù stesso che effettua la condivisione. Solo lui può distribuire i suoi doni.

● «Dove potremo comprare il pane perché costoro abbiano da mangiare?». Diceva così per metterlo alla prova; egli infatti sapeva quello che stava per compiere. Gli rispose Filippo: «Duecento denari di pane non sono sufficienti neppure perché ognuno possa riceverne un pezzo». Gli disse allora uno dei suoi discepoli, Andrea, fratello di Simon Pietro: «C'è qui un ragazzo che ha cinque pani d'orzo e due pesci; ma che cos'è questo per tanta gente?». (Gv. 6, 5-7) - Come vivere questa Parola?

Ancora nella gioia della Pasqua, Gesù ci dona la gioia del pane consegnato alle moltitudini.

Di fronte alla fame di tanti Gesù confronta ai suoi discepoli. Cosa possiamo fare? Ci sono tante difficoltà per saziare la moltitudine. Filippo e Andrea hanno diversi modi di reagire.

Filippo invece di vedere con gli occhi della fede, guarda con gli occhi del sistema, fa l'analisi, si lamenta ma non sa offrire nessuna alternativa di soluzione.

Andrea, da parte sua, trova un ragazzo che offre cinque pani e due pesci. Tutti e due pensano: ma cosa è questo per tanta gente, ma o per fede o per pazzia lo consegnano a Gesù.

Il grande miracolo della moltiplicazione dei pani celebra la vita donata di Gesù, la generosità del ragazzo, la pazzia di Andrea, insieme a Gesù, loro si fanno Eucaristia e con Lui si offrono per i fratelli.

Gesù, insegnami a fidarmi di te, Tu conosci quel che sono e quel che tengo, prendi tra le tue mani il dono della mia vita e fammi pane per gli altri.

Ecco la voce Papa Francesco (4 agosto 2004): «Gesù ragiona secondo la logica di Dio, che è quella della condivisione. Quante volte noi ci voltiamo da un'altra parte pur di non vedere i fratelli bisognosi! E questo guardare da un'altra parte è un modo educato per dire, in guanti bianchi,

¹² www.lachiesa.it - www.qumran2.net - Casa di Preghiera San Biagio – Carmelitani

"arrangiatevi da soli". E questo non è di Gesù: questo è egoismo. Se avesse congedato le folle, tante persone sarebbero rimaste senza mangiare. Invece quei pochi pani e pesci, condivisi e benedetti da Dio, bastarono per tutti. E attenzione! Non è una magia, è un "segno": un segno che invita ad avere fede in Dio, Padre provvidente, il quale non ci fa mancare il "nostro pane quotidiano", se noi sappiamo dividerlo come fratelli».

- Oggi inizia la lettura del VI Capitolo di Giovanni che mette dinanzi a noi due segni o miracoli: la moltiplicazione dei pani (Gv 6,1-15) ed il camminare sulle acque (Gv 6,16-21). Poi viene menzionato il lungo dialogo sul Pane di Vita (Gv 6,22-71). Giovanni mette il fatto vicino alla festa di Pasqua (Gv 6,4). L'approccio centrale è il confronto tra l'antica Pasqua dell'Esodo e la nuova Pasqua che avviene in Gesù. Il dialogo sul pane di vita chiarirà la nuova pasqua che avviene in Gesù.

- Giovanni 6,1-4: La situazione. Nell'antica pasqua, la moltitudine attraversa il Mar Rosso. Nella nuova pasqua, Gesù attraversa il Mare di Galilea. Una grande moltitudine seguì Mosè. Una grande moltitudine segue Gesù in questo nuovo esodo. Nel primo esodo, Mosè sale sulla Montagna. Gesù, il nuovo Mosè, sale anche lui sulla montagna. La moltitudine seguiva Mosè che realizza grandi segnali. La moltitudine segue Gesù perché aveva visto i segnali che realizzava per i malati.

- Giovanni 6,5-7: Gesù e Filippo. Vedendo la moltitudine, Gesù confronta i discepoli con la fame della gente e chiede a Filippo: "Dove possiamo comprare pane perché costoro abbiano da mangiare?" Nel primo esodo, Mosè aveva ottenuto cibo per la gente affamata. Gesù, il nuovo Mosè, farà la stessa cosa. Però Filippo, invece di guardare la situazione alla luce della Scrittura, guardava con gli occhi del sistema e rispose: "Non bastano duecento denari!" Un denaro era il salario minimo di un giorno. Filippo constata il problema e riconosce la sua totale incapacità per risolverlo. Si lamenta, però non presenta nessuna soluzione.

- Giovanni 6,8-9: Andrea ed il ragazzo. Andrea, invece di lamentarsi, cerca una soluzione. Trova un ragazzo con cinque pani e due pesci: Cinque pani d'orzo e due pesci erano la razione giornaliera di un povero. Il ragazzo consegna la sua razione giornaliera! Lui avrebbe potuto dire: "Cinque pani e due pesci, ma cos'è questo per tutta questa gente? Non servirà a nulla! Dividiamo tutto questo fra di noi, tra due o tre persone!" ma invece, ha il coraggio di dare i cinque pani ed i due pesci per alimentare 5000 persone (Gv 6,10)! Chi fa così, o è pazzo o ha molta fede, credendo che per amore di Gesù, tutti si dispongono a dividere il loro cibo come fece il ragazzo!

- Giovanni 6,10-11: La moltiplicazione. Gesù chiede alla gente di sedersi per terra. Poi moltiplica il cibo, la razione del povero. Dice il testo: "Allora Gesù prese i pani e, dopo aver reso grazie, li distribuì a quelli che si erano seduti, e lo stesso fece dei pesci, finché ne vollero". Con questa frase, scritta nell'anno 100 dopo Cristo, Giovanni evoca il gesto dell'Ultima Cena (1Cor 11,23-24). L'Eucaristia, quando è celebrata come si deve, porterà le persone a condividere come spinse il ragazzo a dare tutta la sua razione per essere condivisa.

- Giovanni 6,12-13: Gli avanzi di dodici canestri. Il numero dodici evoca la totalità della gente con le sue dodici tribù. Giovanni non informa se avanzarono anche pesci. A lui interessa evocare il pane come simbolo dell'Eucaristia. Il vangelo di Giovanni non ha la descrizione della Cena Eucaristica, però descrive la moltiplicazione dei pani, simbolo di ciò che deve avvenire nelle comunità mediante la celebrazione della Cena Eucaristica. Se tra i popoli cristiani ci fosse una vera e propria condivisione, ci sarebbe cibo abbondante ed avanzerebbero dodici canestri per molta altra gente!

- Giovanni 6,14-15: Vogliono farlo re. La gente interpreta il gesto di Gesù dicendo: "Questi è davvero il profeta che deve venire nel mondo!" L'intuizione della gente è giusta. Gesù di fatto è il nuovo Mosè, il Messia, colui che la gente stava aspettando (Dt 18,15-19). Ma questa intuizione era stata deviata dall'ideologia dell'epoca che voleva un grande re che fosse forte e dominatore. Per questo, vedendo il segno, la gente proclama Gesù Messia e chiede di farlo re! Gesù nel percepire

ciò che poteva avvenire, si ritira da solo sulla montagna. Non accetta questo modo di essere messia ed aspetta il momento opportuno per aiutare la gente a fare un passo.

6) Per un confronto personale

- Per i ministri della Chiesa, perché siano fedeli dispensatori degli alimenti divini ai credenti nel banchetto eucaristico. Preghiamo?
- Per i popoli afflitti dalla fame e dalla sete, perché siano aiutati dal progresso e dalla solidarietà a risolvere i loro gravi problemi di sussistenza. Preghiamo?
- Per tutti coloro che ricevono per la prima volta il cibo eucaristico, perché camminino con la forza di questo pane verso la vita eterna. Preghiamo?
- Per noi qui presenti, perché sappiamo rinnovare lo spirito e lo stile delle nostre celebrazioni eucaristiche, per farne un alimento più fecondo di vita spirituale e di carità fraterna. Preghiamo?
- Per i morenti, perché abbiano la grazia di ricevere l'eucaristia come viatico nel loro passaggio da questa vita al Padre. Preghiamo?
- Per i ministri straordinari dell'eucaristia. Preghiamo?
- Per i chierichetti. Preghiamo?
- Davanti al problema della fame nel mondo, tu agisci come Filippo, come Andrea o come il ragazzo?
- La gente voleva un messia che fosse re forte e potente. Oggi, molti vanno dietro a leaders populistici. Cosa ci dice il vangelo di oggi su questo?

7) Preghiera finale: Salmo 26

Una cosa ho chiesto al Signore: abitare nella sua casa.

*Il Signore è mia luce e mia salvezza:
di chi avrò timore?*

*Il Signore è difesa della mia vita:
di chi avrò paura?*

*Una cosa ho chiesto al Signore,
questa sola io cerco:
abitare nella casa del Signore
tutti i giorni della mia vita,
per contemplare la bellezza del Signore
e ammirare il suo santuario.*

*Sono certo di contemplare la bontà del Signore
nella terra dei viventi.
Spera nel Signore, sii forte,
si rinsaldi il tuo cuore e spera nel Signore.*