

22 Dicembre – Venerdì della terza settimana di Avvento

Lc 1,46-55

In quel tempo, Maria disse:

*«L'anima mia magnifica il Signore
e il mio spirito esulta in Dio, mio salvatore,
perché ha guardato l'umiltà della sua serva.*

D'ora in poi tutte le generazioni mi chiameranno beata.

*Grandi cose ha fatto per me l'Onnipotente e Santo è il suo nome;
di generazione in generazione la sua misericordia per quelli che lo temono.*

*Ha spiegato la potenza del suo braccio,
ha disperso i superbi nei pensieri del loro cuore;*

ha rovesciato i potenti dai troni,

ha innalzato gli umili;

ha ricolmato di beni gli affamati,

ha rimandato i ricchi a mani vuote.

Ha soccorso Israele, suo servo,

ricordandosi della sua misericordia,

come aveva detto ai nostri padri,

per Abramo e la sua discendenza, per sempre».

Quando Maria entra in casa della cugina, loda il Signore. Non parla della sua stanchezza per il viaggio, ma dal cuore le prorompe un cantico di giubilo. Perché chi ama Dio conosce la lode. E il Vangelo oggi ci mostra “una cascata di lode”: il bambino sussulta di gioia nel grembo di Elisabetta (cfr Lc 1,44), la quale pronuncia parole di benedizione e “la prima beatitudine”: «Beata colei che ha creduto» (Lc 1,45); e tutto culmina in Maria, che proclama il *Magnificat* (cfr Lc 1,46-55). La lode aumenta la gioia. La lode è come una scala: porta in alto i cuori. La lode eleva gli animi e vince la tentazione di abbattersi. Avete visto che la gente noiosa, quella che vive del chiacchiericcio, è incapace di lodare? Domandatevi: io sono capace di lodare? Quanto fa bene lodare ogni giorno Dio, e anche gli altri! Quanto fa bene vivere di gratitudine e di benedizione anziché di

rimpianti e lamentele, alzare lo sguardo verso l'alto invece che tenere il muso lungo! Le lamentele: c'è gente che si lamenta tutti i giorni. Ma guarda che Dio è vicino a te, guarda che ti ha creato, guarda le cose che ti ha dato. Loda, loda! E questo è salute spirituale.

(Papa Francesco - Angelus, 15 agosto 2023)