

**Domenica 7 aprile 2024**

2<sup>a</sup> di Pasqua, della Divina Misericordia – Anno B

Parola del giorno

Atti degli Apostoli 4,32-35; Salmo 117,2-4.16-18.22-24; Prima lettera di Giovanni 5,1-6;  
Vangelo di Giovanni 20,19-31

**Salmo 117,2-4.16-18.22-24**

*Rendete grazie al Signore perché è buono: il suo amore è per sempre.*

*Oppure: Alleluia, alleluia, alleluia.*

<sup>2</sup> Dica Israele:

«Il suo amore è per sempre».

<sup>3</sup> Dica la casa di Aronne:

«Il suo amore è per sempre».

<sup>4</sup> Dicano quelli che temono il Signore:

«Il suo amore è per sempre».

<sup>16</sup> La destra del Signore si è innalzata,  
la destra del Signore ha fatto prodezze.

<sup>17</sup> Non morirò, ma resterò in vita  
e annuncerò le opere del Signore.

<sup>18</sup> Il Signore mi ha castigato duramente,  
ma non mi ha consegnato alla morte.

<sup>22</sup> La pietra scartata dai costruttori  
è divenuta la pietra d'angolo.

<sup>23</sup> Questo è stato fatto dal Signore:  
una meraviglia ai nostri occhi.

<sup>24</sup> Questo è il giorno che ha fatto il Signore:  
rallegriamoci in esso ed esultiamo!

**Vangelo di Giovanni 20,19-31**

<sup>19</sup> La sera di quel giorno, il primo della settimana, mentre erano chiuse le porte del luogo dove si trovavano i discepoli per timore dei Giudei, venne Gesù, stette in mezzo e disse loro: «Pace a voi!» <sup>20</sup> Detto questo, mostrò loro le mani e il fianco. E i discepoli gioirono al vedere il Signore. <sup>21</sup> Gesù disse loro di nuovo: «Pace a voi! Come il Padre ha mandato me, anche io mando voi». <sup>22</sup> Detto questo, soffiò e disse loro: «Ricevete lo Spirito Santo. <sup>23</sup> A coloro a cui perdonerete i peccati, saranno perdonati; a coloro a cui non perdonerete, non saranno perdonati».

<sup>24</sup> Tommaso, uno dei Dodici, chiamato Didimo, non era con loro quando venne Gesù. <sup>25</sup> Gli dicevano gli altri discepoli: «Abbiamo visto il Signore!» Ma egli disse loro: «Se non vedo nelle sue mani il segno dei chiodi e non metto il mio dito nel segno dei chiodi e non metto la mia mano nel suo fianco, io non credo».

<sup>26</sup> Otto giorni dopo i discepoli erano di nuovo in casa e c'era con loro anche Tommaso. Venne Gesù, a porte chiuse, stette in mezzo e disse: «Pace a voi!» <sup>27</sup> Poi disse a Tommaso: «Metti qui il tuo dito e guarda le mie mani; tendi la tua mano e mettila nel mio fianco; e non essere incredulo, ma credente!» <sup>28</sup> Gli rispose Tommaso: «Mio Signore e mio Dio!» <sup>29</sup> Gesù gli disse: «Perché mi hai veduto, tu hai creduto; beati quelli che non hanno visto e hanno creduto!»

<sup>30</sup> Gesù, in presenza dei suoi discepoli, fece molti altri segni che non sono stati scritti in questo libro. <sup>31</sup> Ma questi sono stati scritti perché crediate che Gesù è il Cristo, il Figlio di Dio, e perché, credendo, abbiate la vita nel suo nome.

## Livelli dell'ego

Riempire la mente dei pensieri dell'ego, che ci siamo inventati e costruiti per sopravvivere nel sistema dell'addestramento di questo mondo, è l'attività più comune e quotidiana del nostro cervello e la fonte della nostra sofferenza. Riempire la mente dei pensieri dell'ego è in pratica il modo più efficace e certo per svuotare la propria persona e la propria vita dell'io spirituale, che Dio ci ha donato nel momento della creazione, di quell'io spirituale identificativo, unico, che è la nostra essenza, la nostra nobiltà, bellezza e regalità. Riempire la mente dei pensieri dell'ego e delle sue pretese piene di ambizione, possesso, attaccamento, giudizio e pregiudizio è svuotare lo spirito della possibilità di credere e amare. L'ego vive per riempirsi di sé e non compie mai nulla per donarsi. Questa sua frenetica e assidua attività di riempimento spegne un po' alla volta nell'uomo la possibilità di sentire e vedere con le facoltà percettive e spirituali. Quando l'ego ha preso il sopravvento nella persona, il segno inequivocabile di questa presa di possesso è che quella persona ritiene la dimensione spirituale e lo spirito come dei fantasmi, delle bugie, delle invenzioni infantili. Paradossalmente, invece, il segno del dominio dell'ego a livello collettivo è l'espandersi delle forme religiose e devozionali oltre che l'inarrestabile sottomissione dei popoli ai poteri forti del mondo.

Quando l'ego è dominante, la dimensione spirituale è inascoltata nel conscio e nell'inconscio e l'ego può dire forte e con forza: io non credo perché non c'è nulla da credere, io non amo perché non c'è nulla da amare, ci sono solo vuoti di immagine, di potere, di successo, di possesso, che devo, con ogni mezzo, al più presto riempire. Quando l'ego è forte ma non completamente dominante, la dimensione spirituale è inascoltata nel conscio ma si fa sentire nell'inconscio e l'ego può dire forte e con forza: io non credo, se non vedo, io non amo fino a che non mi amano, ci sono solo vuoti di immagine, di potere, di successo, di possesso che devo riempire con ogni mezzo, cercando di evitare, se possibile, la violenza, la distruzione degli altri. Quando l'ego incomincia a indebolirsi, la dimensione spirituale si rinforza e riesce a farsi ascoltare nell'inconscio, affiorando anche nel conscio, cresce la consapevolezza e la nostalgia di ciò che è vero e la voce dello spirito si fa sentire così: io credo anche se non vedo, io amo anche se non sono amato, i vuoti di immagine, di potere, di successo, di possesso, che pensavo al più presto di dover riempire con ogni mezzo, sono finti, sono un inganno, non esistono e posso iniziare a vivere senza rincorrere l'ambizione, posso iniziare a condividere con amore. Quando l'ego incomincia a creparsi e a dissolversi – anche se su questa terra non sparirà mai completamente – la dimensione spirituale canta nell'inconscio e nel conscio, la consapevolezza e la sapienza crescono e la voce dello



spirito si fa sentire così: io credo veramente proprio perché non vedo, io amo di più proprio nel momento in cui non sono amato e proprio perché non sono amato, non ci sono vuoti di immagine, di potere, di successo, di possesso da riempire ma solo amore da sprigionare. Quando lo spirito parla forte nell'uomo nella sua pacatezza e dolcezza, l'uomo vede, vede che vuote sono le pance di milioni di fratelli, e di pane e benessere vanno riempite, che vuote di giustizia sono le scelte e le azioni in milioni di situazioni, e che di giustizia e condivisione vanno riempite. Vede che vuote sono le persone della conoscenza di Gesù e delle procedure del vangelo, vuote di fede e sapienza, vuote di salute e metodi gratuiti, efficaci, liberanti per guarire, vuote di armonia e pace, e sente irrefrenabile il desiderio che tutto questo vuoto vada riempito. Ecco perché Gesù manda i suoi, manda noi. Non a riempire i vuoti del nostro ego ma a riempire i vuoti dell'umanità, perché questo libererà ciascuno dalla disastrosa necessità di passare inutilmente tutta la vita a riempire un ego che non c'è, e a denigrare, umiliare, zittire uno spirito divino che c'è, e che è ciascuno di noi.

La riflessione "Livelli dell'ego" è tratta dal libro "Innamorati dell'amore" di Paolo Spoladore, Ed. Usiogope, Venezia, 2013. Tutti i diritti sono riservati. Questo file pdf e i contenuti dello stesso possono essere riprodotti alle seguenti condizioni: 1) il testo e il file devono rimanere nel loro formato originale; 2) è vietata ogni manipolazione, estrazione parziale, modifica del contesto, degli scopi, della forma e del contenuto del file; 3) l'estrazione deve essere destinata esclusivamente all'uso privato e personale; 4) è severamente vietato qualsiasi utilizzo o attività, in ogni forma, sia diretta sia indiretta, per scopi e impieghi di lucro e fini commerciali, o in violazione dei diritti di utilizzazione economica (art. 12-19 l.d.a. n. 633 del 1941), dei diritti morali (art. 20-24 l.d.a n. 633 del 1941) e dei c.d. diritti connessi (art. 72-101 l.d.a. n. 633 del 1941); 5) in ogni caso, devono essere sempre citati l'autore, il titolo e l'edizione del libro da cui sono tratti.