

Gv 3,31-36
Giovedì della Seconda Settimana di Pasqua
16 aprile 2026

In quel tempo, Gesù disse a Nicodemo:

«Colui che viene dall'alto è al di sopra di tutti; ma chi viene dalla terra, appartiene alla terra e parla della terra. Chi viene dal cielo è al di sopra di tutti.

Egli attesta ciò che ha visto e udito, eppure nessuno accetta la sua testimonianza; chi però ne accetta la testimonianza, certifica che Dio è veritiero.

Infatti colui che Dio ha mandato proferisce le parole di Dio e dà lo Spirito senza misura.

Il Padre ama il Figlio e gli ha dato in mano ogni cosa.

Chi crede nel Figlio ha la vita eterna; chi non obbedisce al Figlio non vedrà la vita, ma l'ira di Dio incombe su di lui».

Giovanni 3,31-36

Impariamo a vivere secondo una misura più alta

«Infatti colui che Dio ha mandato proferisce le parole di Dio e dà lo Spirito senza misura».

Può sembrare complesso questo passaggio del Vangelo di Giovanni, inserito nel dialogo con Nicodemo.

Eppure c'è un'espressione che merita di essere sottolineata oggi: **Gesù dà lo Spirito senza misura.**

Non in modo limitato, non con parsimonia, ma in abbondanza.

Questo significa che Dio non entra nella nostra vita con calcoli o riserve.

Dona il suo Spirito in pienezza.

È come dire che riversa in noi un amore sovrabbondante, capace di trasformare ciò che siamo e ciò che viviamo.

In fondo, che cos'è che muove davvero la vita, se non l'amore?

Ma quando la nostra vita è mossa dall'amore di Dio, allora cambia prospettiva.

Non restiamo più prigionieri di una visione ridotta, ma impariamo a guardare tutto da un'altezza diversa.

Quante volte, invece, i nostri pensieri, le nostre scelte, le nostre reazioni **restano "terra terra"**.

Ci muoviamo dentro logiche strette, ripetitive, segnate dalla paura o dal calcolo. Eppure l'incontro con Cristo apre uno spazio nuovo.

Chi accoglie il dono dello Spirito si accorge che le cose diventano più grandi, più profonde, più vere.

La vita spirituale, allora, è proprio questo passaggio: **smettere di vivere in modo ripiegato, chiuso, limitato, e imparare a vivere secondo una misura più alta.**

Non è evasione dalla realtà, ma il modo più vero di abitarla.

È lasciarsi portare dallo Spirito, che non toglie nulla alla nostra umanità, ma la dilata. Che non ci rende estranei alla vita, ma più capaci di viverla fino in fondo.

E forse è proprio questo il dono più grande: scoprire che siamo fatti per molto di più di quello che spesso ci accontentiamo di vivere nelle nostre giornate e nella mediocrità di certe esperienze.

La cosa che dovremmo detestare di più non sono le cadute.

Infatti queste a volte dipendono solo dalla nostra debolezza.

La cosa che dovremmo detestare di più è invece la mediocrità in cui certe volte è ridotta la nostra vita e la nostra vocazione.

Per parafrasare una felice espressione di un maestro spirituale del nostro tempo, dovremmo dire che siamo delle aquile che si ostinano a vivere come polli.

Il lavoro è materia di santità

“Da dove gli vengono questa sapienza e i prodigi? Non è costui il figlio del falegname?”.

Pensavano di offendere Gesù additandolo come il figlio del Falegname, ma in realtà hanno fatto a lui un grande complimento per almeno due motivi.

Il primo è che **il Falegname in questione è un uomo straordinario di nome Giuseppe** e in tutto il Vangelo si fa fatica a trovare un uomo più affidabile di lui, capace di custodire, proteggere, rendere possibile la vita di Gesù e di Maria in un mondo che evidentemente contro di loro.

Il secondo motivo sta proprio nella faccenda dell'essere Falegname, cioè di lavorare.

Il lavoro dà alle persone credibilità perché li rende capaci di contribuire con il loro possibile alla propria vita e alla vita degli altri.

Il lavoro non è solo un modo per procacciarsi la sopravvivenza, ma anche per dichiarare amore verso qualcuno.

Infatti, molti sono disposti ad accettare di fare lavori faticosi **solo per amore di qualcuno**.

Penso a tanti padri, a tante madri, che fanno grandi sacrifici per i propri figli, o semplicemente per i loro congiunti.

I più fortunati sanno anche che lavorare significa esprimere se stessi, tirare fuori una parte creativa di noi, sperimentarsi attraverso cose nuove, sviluppare competenze che ci rendono più capaci.

Il lavoro è materia di santità, non una maledizione a cui il genere umano è sottoposto.

Ma non dobbiamo dimenticare che al lavoro sono legate anche delle sofferenze atroci, come ad esempio quelli che un lavoro non ce l'hanno e per questo soffrono e si sentono inutili, inermi, afflitti; oppure coloro che trovano la morte a causa del lavoro, trasformandolo in un'ingiustizia che si fa fatica a sopportare; o ancora il lavoro dei bambini, un delitto che grida vendetta davanti a Dio.

San Giuseppe possa intercedere per questo speciale ambito della nostra vita, **rendendolo una via al cielo** e preservandoci da tutto ciò che cielo non è.

La Parola di Dio dona una sovrabbondanza di Spirito

“Infatti colui che Dio ha mandato proferisce le parole di Dio e dà lo Spirito senza misura”.

Se credessimo davvero a queste parole del Vangelo di oggi non faremmo passare un solo giorno senza metterci in ascolto delle parole di Gesù.

Infatti chi frequenta la Parola di Dio ha come frutto l'essere riempito sovrabbondantemente di Spirito.

noi preferiamo rimanere colmi dei nostri ragionamenti, delle nostre ansie, delle nostre emozioni, delle nostre contraddizioni, dei nostri rancori, delle nostre convinzioni e proprio per questo avvertiamo un peso sulle nostre spalle che rallenta la vita e ne prosciuga la gioia.

Chi si lascia riempire dalla Parola di Dio si disintossica da tutto ciò che abita nel cuore e lo avvelena, da tutto ciò che abita la nostra mente e la devia, da tutto ciò che abita i nostri affetti e li perverte, da tutto ciò che abita le nostre convinzioni e ci rovinano.

In questo senso ogni vera conversione passa sempre attraverso la frequenza della parola di Dio.

Dice San Paolo che proprio dall'ascolto della Parola che viene il dono della fede.

E chi di noi può dire di avere abbastanza fede da attraversare il mare grande della vita?

Non abbiamo noi forse bisogno di vedere aumentata la nostra fede?

Riprendiamo con umile fedeltà la frequenza della Parola di Dio, e del Vangelo soprattutto.

“Vedremo così una sovrabbondanza di vita mai vista prima. Il Padre ama il Figlio e gli ha dato in mano ogni cosa. Chi crede nel Figlio ha la vita eterna”.

La vita spirituale è il frutto di un dono abbondante di Gesù in noi

C'è qualcosa di assolutamente incoraggiante della pagina del Vangelo di oggi. Gesù sta cercando di spiegare la differenza che Egli è venuto ad inaugurare con la Sua vita.

Il continuo ricorrere alla doppia immagine *“dalla terra e dall'alto”* sta a significare la radicale differenza di cui Lui è portatore.

Ma per entrare in questa *“differenza”* non c'è bisogno di un nostro sforzo, ma di un dono, è il dono dello Spirito.

Se dovessimo usare un'immagine per rendere l'idea dovremmo dire che ciò che opera lo Spirito è simile a ciò che fa un padre quando prende il proprio figlio o la propria figlia e la pone sulle proprie spalle.

Da quel momento in poi la visuale cambia e con essa la certezza di essere seduti su qualcuno di affidabile.

Il cambio di prospettiva e la certezza di essere sulle spalle di qualcuno che ci ama è propriamente il frutto dello Spirito.

Questo Spirito è donato da Gesù in maniera abbondante:

“Infatti colui che Dio ha mandato proferisce le parole di Dio e dà lo Spirito senza misura”.

Ecco perché oggi il Vangelo è particolarmente incoraggiante perché ci dice che la vita dello Spirito che noi chiamiamo *“vita spirituale”* non dipende dai nostri sforzi, ma da un dono abbondante di Gesù in noi.

Ma in che modo entriamo in gioco noi con la nostra libertà?

Se si è al buio e qualcuno ti dona una candela accesa tu hai il compito di proteggerla affinché essa non si spenga.

La nostra libertà decide o meno il destino di questa azione dello Spirito in noi. Paradossalmente possiamo sprecarla, spegnerla, nasconderla.

La condanna non è una punizione impartita da Dio, ma una conseguenza impartita dalle nostre stesse azioni.

Infatti se sei al buio e qualcuno ti dona una luce ma tu spegni quella luce, con chi potrai prendertela, con chi ti ha donato la luce o con te stesso?

Cristo dona lo Spirito senza misura, che è l'amore presente di Dio

Il nostro attaccamento a Cristo è una fiducia radicale nella sua opera instacabile a cambiare i nostri cuori, oltre le frustrazioni che sentiamo.

Infatti colui che Dio ha mandato proferisce le parole di Dio e dà lo Spirito senza misura.

Dovrebbe darci coraggio questa affermazione del Vangelo di oggi.

Gesù è colui che ci dà lo Spirito senza misura.

E lo Spirito è l'amore di Dio.

Senza amore la vita non ha nessun senso.

Cristo ci dona amore senza misura.

Il nostro attaccamento a Cristo è attaccamento all'amore.

Ma tutto questo non può rimanere una verità intellettuale ma deve poter diventare un'esperienza concreta.

Gesù ha il potere di trasformare in esperienza ciò che noi possiamo solo intuire con i nostri ragionamenti.

Troppe volte la nostra esperienza di fede si trasforma in frustrazione perché non riusciamo a passare dalla teoria ai fatti, ma solo Gesù ha il potere di farci passare dall'una all'altra cosa.

La nostra unica preoccupazione quindi deve essere quella di costruire e fortificare una relazione con Lui.

Sarà Egli stesso a operare in noi questo cambiamento.

In questo senso la nostra esperienza di vita spirituale non è fatta di eroismi ma di profonda fiducia in Colui che tutto può, anche più di quanto riusciamo ad immaginare.

Chi è inchiodato in Croce guarda la realtà come Dio la guarda dal cielo

*Si può essere crocifissi e disperati.
Gesù ci ha offerto una via nuova per attraversare il dolore:
la Croce era su un'altura, non in un fosso.*

Ciò che può sembrare complicato nel Vangelo di oggi in realtà non lo è, perché Gesù sta cercando di stabilire qual è il punto di vista privilegiato, superiore, rispetto agli altri. La superiorità di Gesù non è la superiorità degli uomini, è la superiorità di chi sta in alto appunto, di chi viene dal cielo e ha visto le cose per ciò che sono veramente. E fa impressione pensare che **Gesù dall'alto della Croce vede meglio** di quelli che stanno in basso.

Chi soffre capisce la vita in maniera più profonda.

Chi è inchiodato su una Croce guarda la realtà come Dio la guarda dal cielo, ma solo a patto che quella croce sia un'esperienza di santificazione e non di disperazione.

Si può essere crocifissi e stare sottoterra, e si può essere crocifissi e stare in alto.

Gesù ci ha donato una posizione nuova per le nostre croci.

Il calvario era un'altura, non una fossa.

So che è difficile da accettare, ma la superiorità di cui parla Gesù, la si ottiene non dominando ma caricandosi la propria Croce fin su i nostri personali Calvari.

Credere nel Figlio significa seguirlo fin là su.

In fin dei conti ce l'aveva detto: "chi mi ama mi segua".

In quel "seguire" si gioca tutto il nostro "credere".

Anzi si gioca tutto.

In questo senso allora la fede è un cambio di prospettiva, ma essa non viene dalle idee ma da ciò che ci accade.

È la vita stessa che molto spesso ci chiama a conversione, cioè ci chiama a capovolgere le nostre visuali.

Ma in questi capovolgimenti delle volte impariamo a leggere anche una bellezza nascosta che per molto tempo era rimasta nascosta alla nostra vista, e che in un capitombolo che ci è accaduto, d'un tratto ci è apparsa così evidente, così chiara, così struggente.

Negli occhi di chi soffre a volte c'è così tanta bellezza, o tanta disperazione.

Da quegli occhi si capisce in che posto è stata piantata la loro croce.

Un cristiano sa bene che più sale e più deve scendere nella realtà alla maniera di Cristo che "si è fatto obbediente fino alla morte e alla morte di croce" (Fil 2,8).

L'ira di Dio non è la “sfiga” umana: ma allora cos'è?

*L'ira di Dio non consiste in una serie di sfortunati eventi,
ma nel vedere che i nostri ragionamenti girano a vuoto,
che le nostre scelte non portano frutto,
e che la nostra vita non approda mai a nulla di significativo.*

“Infatti colui che Dio ha mandato proferisce le parole di Dio e dà lo Spirito senza misura”.

Gesù non è colui che ci spiega le cose, ma è colui che **ci introduce dentro le cose stesse.**

È la grande differenza che c'è tra la teoria e l'esperienza.

La fede cristiana non riguarda le teorie.

Quando il cristianesimo si limita ad essere solo teologia o dottrina, tradisce la sua vocazione primaria.

Infatti **il ruolo preminente della fede è entrare in un'esperienza** qualitativamente diversa di vita.

In questo senso **le parole di Gesù sono parole che donano lo Spirito.**

Una madre che ascolta le parole di Cristo entra in una qualità di maternità completamente diversa.

Allo stesso modo un malato, o un innamorato, un prete o una consacrata, un medico o un povero.

È il dono che Gesù ci fa dello Spirito attraverso la sua parola che cambia completamente la qualità della nostra esperienza.

E importa poco se non troviamo tutte le parole necessarie per saperlo spiegare.

Ciò che conta è poterlo vivere.

Avevano ragione i grandi santi quando dicevano: “cosa ce ne facciamo di una persona che sa spiegare la preghiera ma non prega? Non è forse l'esperienza superiore a ogni spiegazione?”.

Ecco perché **la teologia che più accettiamo è quella della vita dei santi.**

Nel vedere la loro esperienza capiamo di più il grande mistero di Dio e la bellezza del Vangelo.

“Il Padre ama il Figlio e gli ha dato in mano ogni cosa. Chi crede nel Figlio ha la vita eterna; chi non obbedisce al Figlio non vedrà la vita, ma l'ira di Dio incombe su di lui”.

E l'ira non consiste in una serie di sfortunati eventi, ma nel vedere che i nostri ragionamenti girano a vuoto, che le nostre scelte non portano frutto, e che **la nostra vita non approda mai a nulla** di significativo.

L'ira di Dio non è la sfiga umana.

L'ira di Dio consiste nella stessa esperienza che faccio io quando mi ostino a voler arrivare da qualche parte senza domandare indicazioni a nessuno: **in pratica mi perdo sempre.**

Guarda la tua vita dalla prospettiva di Gesù: dall'alto e nel profondo

*Nell'ascolto della sua parola si misura il nostro amore a Dio.
E nell'abbondanza senza misura del dono dello Spirito,
la cifra del suo amore per noi.*

Il ragionamento che Gesù fa nella pagina del vangelo di oggi è di una chiarezza estrema:

“Chi viene dall'alto è al di sopra di tutti; ma chi viene dalla terra, appartiene alla terra e parla della terra”.

Se vieni dalla terra **la tua visione non è dall'alto, ma dal basso**; se vieni dal cielo la tua visione è dall'alto e non dal basso.

Vedere le cose da queste due prospettive fa la differenza nella vita di una persona.

Noi siamo abituati a vedere la nostra vita dal basso, senza coglierne fino in fondo il significato profondo.

Vedere le cose **dalla prospettiva di Gesù** significa vederle dall'alto e avere così l'opportunità di coglierne un senso più profondo, una sorta di visione d'insieme.

La nostra conversione dovrebbe consistere innanzitutto nel **cambiare la prospettiva**.

È la grande **decisione** di cominciare a guardare la nostra vita non dal basso dei nostri ragionamenti e delle nostre constatazioni ma dall'alto della visione di Cristo che ne sa cogliere sempre un **significato più totale, più complessivo**.

“Infatti colui che Dio ha mandato proferisce le parole di Dio e dà lo Spirito senza misura”.

Mi piace pensare a questa modalità infinita che Gesù ha di donare lo Spirito.

Non c'è misura in chi ascolta le parole di Colui che Dio ha mandato.

Ecco perché **nell'ascolto** si gioca molto della nostra fede.

Il nostro rapporto con l'ascolto è ciò che cambia completamente la nostra vita.

Dovremmo quasi dire che il primo verbo dell'amore è l'ascolto.

Chi ama ascolta.

Nessuno di noi può davvero dire di amare Dio se non lo ascolta.

L'amore è un sentimento che va sottoposto a verifica.

E la verifica dell'amore è la capacità di mettersi davvero in ascolto di chi si ama.

Senza questo ascolto il rapporto non esiste.

“Chi crede nel Figlio ha la vita eterna; chi non obbedisce al Figlio non vedrà la vita, ma l'ira di Dio incombe su di lui”.

Non è l'ira degli déi pagani, ma è l'ira dell'amore, quella che non è fatta di violenza ma di sofferenza perché è sempre insopportabile vedere chi si ama infelice.

Seguirlo in alto, portando la Croce

*Essere inchiodati a una prova
può essere occasione di guardare la realtà come Dio la vede dal cielo*

«Chi viene dall'alto è al di sopra di tutti. (...) Chi viene dal cielo è al di sopra di tutti». Basta farsi una passeggiata in montagna per capire ciò che Gesù vuol dire. Più sali, più ti arrampichi, più il panorama è mozzafiato, grande, maestoso, complessivo.

Dall'alto le cose si vedono nella loro interezza, dal basso invece le si vedono solo nella misura del nostro sguardo.

La superiorità di Gesù non è la superiorità degli uomini, è la superiorità di chi sta in alto appunto, di chi viene dal cielo e ha visto le cose per ciò che sono veramente.

E fa impressione pensare che **Gesù dall'alto della croce vede meglio di quelli che stanno in basso**.

Chi soffre capisce la vita in maniera più profonda.

Chi è inchiodato su una croce guarda la realtà come Dio la guarda dal cielo, ma solo a patto che quella croce sia un'esperienza di santificazione e non di disperazione.

Si può essere crocifissi e stare sottoterra, e si può essere crocifissi e stare in alto.

Gesù ci ha donato una posizione nuova per le nostre croci.

Il calvario era un'altura, non una fossa.

So che è difficile da accettare, ma la superiorità di cui parla Gesù, la si ottiene non dominando ma caricandosi la propria croce fin su i nostri personali Calvari.

Credere nel Figlio significa seguirlo fin la su.

In fin dei conti ce l'aveva detto: "chi mi ama mi segua".

In quel "seguire" si gioca tutto il nostro "credere".

Anzi si gioca tutto.

In questo senso allora la fede è un cambio di prospettiva, ma essa non viene dalle idee ma da ciò che ci accade.

È la vita stessa che molto spesso ci chiama a conversione, cioè ci chiama a capovolgere le nostre visuali.

Ma in questi capovolgimenti delle volte **impariamo a leggere anche una bellezza nascosta** che per molto tempo era rimasta nascosta alla nostra vista, e che in un capitombolo che ci è accaduto, d'un tratto ci è apparsa così evidente, così chiara, così struggente.

Negli occhi di chi soffre a volte c'è così tanta bellezza, o tanta disperazione.

Da quegli occhi si capisce in che posto è stata piantata la loro croce.