

TEMPO DELL'EPIFANIA

7 GENNAIO

Dal Vangelo di Matteo, (Mt. 4,12-17.23-35)

Avendo intanto saputo che Giovanni era stato arrestato, Gesù si ritirò nella Galilea e, lasciata Nazareth, venne ad abitare a Cafarnao, presso il mare, nel territorio di Zàbulon e di Nèftali, perché si adempisse ciò che era stato detto per mezzo del profeta Isaia: Il paese di Zàbulon e il paese di Nèftali, sulla via del mare, al di là del Giordano, Galilea delle genti; il popolo immerso nelle tenebre ha visto una grande luce; su quelli che dimoravano in terra e ombra di morte una luce si è levata. Da allora Gesù cominciò a predicare e a dire: "Convertitevi, perché il regno dei cieli è vicino". Gesù andava attorno per tutta la Galilea, insegnando nelle loro sinagoghe e predicando la buona novella del regno e curando ogni sorta di malattie e di infermità nel popolo. La sua fama si sparse per tutta la Siria e così condussero a lui tutti i malati, tormentati da varie malattie e dolori, indemoniati, epilettici e paralitici; ed egli li guariva. E grandi folle cominciarono a seguirlo dalla Galilea, dalla Decàpoli, da Gerusalemme, dalla Giudea e da oltre il Giordano.

"CONVERTITEVI, PERCHE' IL REGNO DEI CIELI E' VICINO". (Mt. 4,17)

Quando sentiamo parlare di conversione, spesso noi pensiamo ai grandi convertiti. Una bella conversione deve essere come quella di Paolo che da persecutore del cristianesimo diventa lui stesso missionario del Vangelo, oppure conversione è il battesimo di un musulmano, un ateo che conoscendo Gesù si mette a seguirlo. E' vero, ma alcune volte la conversione non è un fatto eclatante e neanche un atto di volontarismo. Mi è capitato tra mano un numero molto vecchio di Famiglia Cristiana, il numero 4 del 1993. Vi riporto una lettera che indica un cambiamento all'apparenza piccolo, ma importante potrebbe essere una conversione? "Avevo sessantotto anni, ero cardiopatica, vivevo di una modestissima pensione Mi venne un forte esaurimento nervoso: piangevo continuamente e mi disinteressavo a tutto quanto non era strettamente necessario per sopravvivere. Poi un giorno, certo

per opera di Spirito Santo, mi capitò tra le mani un arruffato gomitolino di lana avanzato da qualche precedente lavoro; svogliatamente lo dipanai, vi aggiunsi un altro po' di lana di diverso colore e riuscii a tirarne fuori un golfino. La donna che di tanto in tanto veniva a darmi una mano per i lavori più pesanti lo vide e mi chiese se poteva portarlo ad una sua vicina di casa, povera in canna e madre di cinque bambini. Ben volentieri glielo consegnai, e dopo qualche giorno la destinataria mi mandò a chiedere se potevo dargliene qualche altro. Racimolai tutta la lana che avevo in casa, ne chiesi ad altre signore del condominio, che mi regalarono pure qualche scampolo di stoffa e altro materiale per poter confezionare camiciole, vestine ed altri indumenti per bambini. La voce si sparse tra il vicinato e ciascuno mi fornì quel che poteva, anche comprando gomitolini di lana, spagnolette di filo, elastico, pizzi e merletti, in una vera e propria gara di generosità. Conclusione: nei primi due anni ho eseguito centocinquantratrè golfini di taglie diverse, e un numero imprecisato di corredi per neonati, calzoncini e vestine. Inoltre, da fonti diverse, mi sono arrivati e continuano ad arrivarci cappotti, vestiti e giacconi ormai troppo stretti per i donatori, oppure frutto di rinnovo di guardaroba, che io rimetto in sesto e regalo a chi ha bisogno. Ormai la mia casa è diventata un centro di raccolta e smistamento di indumenti per grandi e piccini che io neppure conosco, così come loro non sanno il mio nome. Per tutti sono solo la "signorina" e basta. Una signorina di oltre ottant'anni che, anziché annoiarsi e piangersi addosso, va a letto stanchissima e felice di essere utile a qualcuno. E' una grazia che mi ha fatto il buon Dio."

HANNO DETTO

Un cristiano non è che un pagano sulla via della conversione. (Jean Danielou)

L'anima che dal peccato passa alla via di perfezione, non pensi di farlo tutto d'un tratto. L'aurora sgombra le tenebre a poco a poco. (San Francesco di Sales)

A un corridore che corre nella direzione sbagliata non giova a nulla fare il massimo sforzo, fintanto che qualcuno lo induca a fare una conversione per andare nella direzione giusta. (E. Schweitzer)

LA CONVERSIONE DELLA CIVETTA

Una civetta incontrò una quaglia che le chiese: "Dove vai? Vedo che stai preparando armi e bagagli..." "Me ne vado in Oriente", rispose la civetta. "E perché mai?", chiese la quaglia "Non ti trovi bene qui?" "La gente del villaggio odia il mio stridulo verso. Per questo ho deciso di partire..." Allora la quaglia osservò: "Quel che dovresti fare è cambiare il tuo stridulo verso. Se non lo sai fare, sarai malvista ovunque".

8 GENNAIO

Dal vangelo secondo Marco. (Mc 6, 34-44)

In quel tempo, Gesù vide molta folla e si commosse per loro, perché erano come pecore senza pastore, e si mise a insegnare loro molte cose. Essendosi ormai fatto tardi, gli si avvicinarono i discepoli dicendo: "Questo luogo è solitario ed è ormai tardi; congedali perciò, in modo che, andando per le campagne e i villaggi vicini, possano comprarsi da mangiare". Ma egli rispose: "Voi stessi date loro da mangiare". Gli dissero: "Dobbiamo andar noi a comprare duecento denari di pane e dare loro da mangiare?". Ma egli replicò loro: "Quanti pani avete? Andate a vedere". E accertatisi, riferirono: "Cinque pani e due pesci". Allora ordinò loro di farli mettere tutti a sedere, a gruppi, sull'erba verde. E sedettero tutti a gruppi e gruppetti di cento e di cinquanta. Presi i cinque pani e i due pesci, levò gli occhi al cielo, pronunciò la benedizione, spezzò i pani e li dava ai discepoli perché li distribuissero; e divise i due pesci fra tutti. Tutti mangiarono e si sfamarono, e portarono via dodici ceste piene di pezzi di pane e anche dei pesci. Quelli che avevano mangiato i pani erano cinquemila uomini.

"GESÙ VIDE MOLTA FOLLA E SI COMMOSSE PER LORO, PERCHÉ ERANO COME PECORE SENZA PASTORE, E SI MISE A INSEGNARE LORO MOLTE COSE". (Mc. 6,34)

Gesù non scappa dalla gente, anzi si commuove davanti ad essa, e venuto per questa folla di uomini che sono pecore senza pastore. Mi ha sempre fatto impressione vedere le masse di operai che escono da una grande fabbrica, sentirmi mescolato in mezzo a un grande traffico. Mi chiedo se non siamo come quelle formiche che si agitano attorno al grande formicaio. Dove

andiamo? Quali saranno le preoccupazioni di ognuno? Ma a Gesù non basta sentirsi commosso, sentirsi parte. Non basta fare analisi sociologiche: sente che queste folle hanno bisogno di guida, di istruzione, di pane e dona se stesso proprio in queste cose. Lui, la luce del mondo, il buon Pastore offre se stesso per portarci a Dio. Si mette a fare il "catechista" perché sa che "di solo pane non vive l'uomo, ma di ogni parola che esce dalla bocca di Dio", sa che senza guardare in alto non cesseremo di essere formiche agitate, ci parla di Dio che vuol farci diventare suo popolo, ci racconta il suo Regno dove sono importanti i piccoli. E poi ci dà anche il Pane, il necessario per vivere con dignità, ci dà se stesso perché in stretta comunione con Lui possiamo diventare "suo popolo, gregge che Egli pasce".

HANNO DETTO

Oggi il settanta per cento dell'umanità muore ancora di fame... e il trenta per cento fa la dieta. (Luciano de Crescenzo)

L'uomo oggi ha fame nel Terzo Mondo, ma dappertutto ha fame d'amore e di significato. (Olivier Clement)

Colui che si accosta alla Comunione deve farlo come l'affamato che mangia, come l'assetato che beve, come chi non sopporta di dover aspettare e veder ritardare una grazia così grande. (Baldovino di Ford)

A PROPOSITO DI "DATE LORO DA MANGIARE"

Madre Teresa ha venduto la bianca "Lincoln" che i cattolici americani avevano offerto al Papa per i suoi spostamenti durante il suo soggiorno a Bombay, in occasione del Congresso Eucaristico, nel dicembre 1964, e che egli, prima di partire aveva regalato all'eroica fondatrice delle missionarie della carità. "Il regalo del Papa — aveva detto — era stato molto prezioso e mi aveva causato una grande emozione, ma ci siamo accorte che il suo mantenimento veniva a costare troppo. Un ricco indù mi ha offerto un prezzo di affezione con il quale abbiamo comprato un terreno sul quale sta sorgendo una città dei lebbrosi. Noi continueremo a girare con i nostri carretti per i bassifondi alla ricerca di moribondi, neonati, lebbrosi" Quando il Papa, prima di salire sull'aereo, faceva dono della sua auto alla Madre, questa si trovava accanto a un vecchio che moriva per denutrizione. Lo aveva raccolto il giorno prima, mentre si recava al grande "Ovale"

ove il Pontefice avrebbe concluso il Congresso. Il vecchio, ridotto a pelle ed ossa, con le gambe sottili come canne di bambù, non aveva potuto essere salvato: la fame lo aveva ridotto oltre quel punto dal quale nessun cibo e nessuna medicina poteva salvarlo. Spirò sereno tra le braccia della buona suora che pregava in ginocchio accanto a lui.

9 GENNAIO

Dal vangelo secondo Marco. (Mc 6, 45-52)

Dopo che furono saziati i cinquemila uomini, Gesù ordinò poi ai discepoli di salire sulla barca e precederlo sull'altra riva, verso Betsàida, mentre egli avrebbe licenziato la folla. Appena li ebbe congedati, salì sul monte a pregare. Venuta la sera, la barca era in mezzo al mare ed egli solo a terra. Vedendoli però tutti affaticati nel remare, poiché avevano il vento contrario, già verso l'ultima parte della notte andò verso di loro camminando sul mare, e voleva oltrepassarli. Essi, vedendolo camminare sul mare, pensarono: "E' un fantasma", e cominciarono a gridare, perché tutti lo avevano visto ed erano rimasti turbati. Ma egli subito rivolse loro la parola e disse: "Coraggio, sono io, non temete!". Quindi salì con loro sulla barca e il vento cessò. Ed erano enormemente stupiti in se stessi, perché non avevano capito il fatto dei pani, essendo il loro cuore indurito.

ESSI VEDENDOLO, PENSARONO: "E' UN FANTASMA". (Mc. 6,49)

Gli apostoli, di notte, impauriti sul mare in burrasca, stentano a riconoscere Gesù e la loro poca fede, le paure fanno sì che lo scambino per un fantasma. Purtroppo anche oggi Gesù è spesso scambiato per un fantasma: il fantasma di una religione che viene tirata fuori solo nei momenti di bisogno; un fantasma in quanto non conosciuto nella sua vera identità; un fantasma perché confuso in mezzo a paure o speranze che non lo hanno incontrato così come Egli è. Gesù non è un fantasma: è l'uomo vero, vissuto nella nostra storia, è il Figlio di Dio incarnato per amore; è il Risorto nelle cui piaghe puoi mettere il tuo dito; è Colui che cammina sulle acque del tuo mare in tempesta per venirti incontro, per tenderti la sua mano, per ricordarti l'amore del Padre. Non confonderlo con i fantasmi delle tue paure, con le fantasie di salvezze parziali, lascia che dica ancora con potenza al

tuo cuore le parole che lo identificano: "Sono io" e quelle che ti rassicurano: "Non temete".

HANNO DETTO

Spesso soffriamo più per i mali di cui abbiamo paura che per quelli che ci vengono realmente addosso. (Andrè De Tourville)

Chi è più sciocco: il bambino che ha paura del buio , o l'uomo che ha paura della luce? (M. Freehill)

Tutto appartiene a Dio. Nulla, assolutamente nulla in questo mondo è nostro. E allora perché aver paura? Di che aver paura? (Gandhi)

PREGHIERA

Gesù, tu non sei un fantasma! proprio per ricordarci il Dio vicino hai preso un corpo. Le tue promesse non sono il fiume di parole di politici, salottieri o preti mestieranti, sono parole di vita che si concretizzano per noi. Tu sei la luce, ma noi ci mettiamo gli occhiali scuri, le bende. Tu ci sei vicino ma noi preferiamo tenerti lontano perché qualche volta sei di impiccio ai nostri affari. Quando poi ti cerchiamo vorremmo trovarti "su misura" per le nostre richieste. Una volta hai detto: "Togliete il trave dai vostri occhi", Tu che figlio di un falegname te ne intendi di legno, pialle, seghe aiutaci a segar via le travi che ci imprigionano e Tu che hai aperto gli occhi al cieco nato prova ancora a fare il grosso miracolo di far sì che occhi e cuore nostro riescano a vedere non un fantasma, ma un Dio che ci viene incontro per aiutarci.

10 GENNAIO

Dal vangelo secondo Luca. (Lc 4, 14-22)

In quel tempo, Gesù ritornò in Galilea con la potenza dello Spirito Santo e la sua fama si diffuse in tutta la regione. Insegnava nelle loro sinagoghe e tutti ne facevano grandi lodi. Si recò a Nazareth, dove era stato allevato; ed entrò, secondo il suo solito, di sabato nella sinagoga e si alzò a leggere. Gli fu dato il rotolo del profeta Isaia; apertolo trovò il passo dove era scritto: "Lo Spirito del Signore è sopra di me; per questo mi ha consacrato con l'unzione, e mi ha mandato per annunziare ai poveri un lieto messaggio, per proclamare ai prigionieri la liberazione e ai ciechi la vista; per rimettere in libertà gli oppressi, e predicare un anno

di grazia del Signore". Poi arrotolò il volume, lo consegnò all'insergente e sedette. Gli occhi di tutti nella sinagoga stavano fissi sopra di lui. Allora cominciò a dire: "Oggi si è adempiuta questa Scrittura che voi avete udita con i vostri orecchi". Tutti gli rendevano testimonianza ed erano meravigliati delle parole di grazia che uscivano dalla sua bocca.

"TUTTI GLI RENDEVANO TESTIMONIANZA ED ERANO MERAVIGLIATI DELLE PAROLE DI GRAZIA CHE USCIVANO DALLA SUA BOCCA". (Lc. 4,22)

A prima vista può stupirci, la gente è meravigliata davanti a Gesù, ammirata per i suoi miracoli, stupita del suo potere. Dopo la moltiplicazione dei pani pensano addirittura di farlo re... Come mai, allora, Gesù finirà in croce, condannato dai religiosi, con il popolo che ne chiede la crocifissione? Dove è finita la schiera degli osannanti, dei miracolati, di coloro che dicevano ogni bene di Lui? Se ci pensiamo bene la storia di Gesù è la parafrasi di tante storie attuali. Personaggi famosi osannati un tempo (pensate a divi, cantanti, politici) nell'arco di poco tempo o sono andati in disgrazia, o sono stati completamente dimenticati, a parte magari essere ripescati per un giorno da parte di chi riesce anche a speculare sul passato. Anche in un certo tipo di chiesa succede così: Cardinali arrivati molto vicini a centri di potere curiale che, da un giorno all'altro, sono soppiantati da qualcun altro che ha usato gli stessi mezzi subdoli di loro, e finiscono dimenticati. E poi, se non ci pensano gli uomini a dimenticarti ci pensa la natura, magari con qualche acciaccio invalidante a toglierti di mezzo e se non puoi più fare quello che la gente vuole, cadi presto nel dimenticatoio assoluto. "Vanità delle vanità, tutto è vanità" diceva già Qoelet: se noi avessimo capito che il benvolere, gli applausi possono sì essere appaganti ma sono limitati, avremmo imparato a correre per qualcos'altro. Se sappiamo che le cose soddisfano, ma solo per un momento, non ne saremmo così attaccati. L'unico a cui attaccarci è Colui che, se lo accogliamo, può darci vera felicità del cuore ora e poi per sempre perché "Gesù è fedele sempre".

HANNO DETTO

Il successo è un compagno troppo distratto e incostante per seguirti a lungo. (Williams, Tennessee)

Per avere successo bisogna aggiungere acqua al proprio vino, finché non c'è più vino. (Jules Renard)

In cima ad ogni vetta si è sull'orlo dell'abisso. (S. J. Lec)

A PROPOSITO DI SUCCESSO E DI POTERE

Si racconta che in una delle corti più fastose del medioevo, un buffone di corte, entrato nella sala delle udienze solenni, si mise a sedere sul trono per un buon quarto d'ora. Il maggiordomo di palazzo, trovatolo in quel posto, punì l'audacia del buffone facendolo percuotere con una dozzina di frustate. Alle grida disperate del buffone accorre prontamente anche il principe, il quale gli chiede la ragione di tali strilli. "O signore!" — rispose il buffone— "Io non piango per me, ma per voi". "Ma perché?" — chiese incuriosito il principe. "Ah, se mi sono toccate tante busse per essere stato seduto un quarto d'ora sul trono, quante busse toccheranno a voi lassù, quando sapranno che ci siete restato seduto tutta la vita!...".

11 GENNAIO

Dal vangelo secondo Luca. (Lc 5, 12-16)

Un giorno Gesù si trovava in una città e un uomo coperto di lebbra lo vide e gli si gettò ai piedi pregandolo: "Signore, se vuoi, puoi sanarmi". Gesù stese la mano e lo toccò dicendo: "Lo voglio, sii risanato!". E subito la lebbra scomparve da lui. Gli ingiunse di non dirlo a nessuno: "Va', mostrati al sacerdote e fa' l'offerta per la tua purificazione, come ha ordinato Mosè, perché serva di testimonianza per essi". La sua fama si diffondeva ancor più; folle numerose venivano per ascoltarlo e farsi guarire dalle loro infermità. Ma Gesù si ritirava in luoghi solitari a pregare.

UN UOMO, COPERTO DI LEBBRA, VIDE GESÙ, GLI SI GETTÒ AI PIEDI PREGANDOLO: "SIGNORE, SE VUOI, PUOI SANARMI" GESÙ LO TOCCÒ DICENDO: "LO VOGLIO, SII SANATO!". (Lc. 5,12—13)

La lebbra veniva considerata dall'Antico Testamento come il castigo divino per eccellenza che escludeva dalla vita della comunità. Al lebbroso era impedito ogni contatto sociale, doveva

evitare le città, non poteva partecipare alla preghiera. Questa malattia, oggi facilmente curabile, faceva paura e il lebbroso era considerato un morto vivente. A quest'uomo resta però la speranza in Gesù e in questa fede ottiene la guarigione. Oggi nel nostro mondo ci sono ancora molti mali incurabili umanamente, mali fisici ma anche molti altri mali: egoismi, orgogli, invidie, violenze, avarizia, passioni smodate..., con tutto il loro strascico di conseguenze negative. Perché non andare da Gesù? Perché indurirci nel pensare che non c'è soluzione o cercare questa solo nelle nostre povere e limitate forze umane? Gesù è venuto sulla terra per "toccarci", per liberarci, per guarirci. Qualche volta mi chiedo se è Dio che non fa più miracoli o se siamo noi che gli impediamo di farli.

HANNO DETTO

Dio, che è il massimo Bene, non lascerebbe il male introdursi nelle sue opere se non fosse abbastanza potente e abbastanza buono da ricavare un bene da questo male. (Agostino).

Il male peggiore non è la sofferenza ma l'insensibilità. (Gustave Thibon).

Se Gesù, quando era nel mondo guariva gli infermi col semplice tocco delle sue vesti, come dubitare che, stando in noi personalmente (nell'Eucarestia), non abbia a far miracoli, se abbiamo fede? (Santa Teresa d'Avila)

PREGHIERA DELL'AMMALATO

O Gesù che hai detto: "Venite a me voi tutti che siete afflitti e affaticati e io vi darò sollievo", mi rivolgo a te nella mia sofferenza perché sento il bisogno del tuo conforto. Siimi sempre vicino, o Signore, e quando la disperazione minaccia d'impadronirsi di me, non abbandonarmi, ma soccorrimi con la tua grazia! Tu che hai sofferto, sì da essere chiamato "l'uomo del dolore", fa' che io accetti il mio sacrificio dalla tua mano misericordiosa e Io offra in unione alla tua immolazione, che continuamente rinnovi sugli altari. Benedici quelli che mi assistono nella malattia, infondi rassegnazione e coraggio a tutti i sofferenti. O Vergine addolorata, che partecipasti con eroica fermezza alla passione del Salvatore tuo figlio, rimani maternamente vicina a me. Dammi il coraggio di accettare il dolore e, nell'ora della prova, rafforza in me la Fede, la Speranza e l'Amore. Amen.

12 GENNAIO

Dal vangelo secondo Giovanni. (Gv 3, 22-30)

In quel tempo, Gesù andò con i suoi discepoli nella regione della Giudea; e là si trattenne con loro, e battezzava. Anche Giovanni battezzava a Ennòn, vicino a Salìm, perché c'era là molta acqua; e la gente andava a farsi battezzare. Giovanni, infatti, non era stato ancora imprigionato. Nacque allora una discussione tra i discepoli di Giovanni e un Giudeo riguardo la purificazione. Andarono perciò da Giovanni e gli dissero: "Rabbì, colui che era con te dall'altra parte del Giordano, e al quale hai reso testimonianza, ecco sta battezzando e tutti accorrono a lui". Giovanni rispose: "Nessuno può prendersi qualcosa se non gli è stato dato dal cielo. Voi stessi mi siete testimoni che ho detto: Non sono io il Cristo, ma io sono stato mandato innanzi a lui. Chi possiede la sposa è lo sposo; ma l'amico dello sposo, che è presente e l'ascolta, esulta di gioia alla voce dello sposo. Ora questa mia gioia è compiuta. Egli deve crescere e io invece diminuire".

"DICEVA GIOVANNI: EGLI DEVE CRESCERE E IO INVECE DIMINUIRE. (Gv. 3,30)

Giovanni il Battista possiede la vera umiltà, quella che afferma solo la verità. E' consapevole del suo ruolo di battistrada del Messia e per essere fedele sarà disposto a dare la vita, ma non si lascia tentare dall'orgoglio di farsi più grande di ciò che è. "Bisogna che io diminuisca affinché Lui cresca ."Non son degno di sciogliere il legaccio del suo sandalo. Quanta differenza dall'atteggiamento saccente di certi cristiani che si sentono in prima persona salvatori del mondo: "Se non ci fossi io in quella parrocchia, tutto andrebbe a catafascio". "Il nostro gruppo è l'unico dove si prega veramente". Ricordo un vecchio prete che davanti alle mie intemperanze ed esagerazioni giovanili nella pastorale parrocchiale, tra il faceto e il serio mi diceva: "Guarda che il mondo l'ha già salvato Gesù Cristo!". E' importante ritrovare il nostro e il Suo ruolo. Siamo importanti: Gesù ci chiede di essere suoi collaboratori nel Regno, ma chi salva è Lui; siamo annunciatori ma non di noi stessi, di Lui; dobbiamo imitare in tutto il Cristo, ma l'originale è Lui.

HANNO DETTO

Vi è un solo modo per abbassare l'orgoglio: elevarsi più in alto di lui. (Bernanos)

L'umiltà non significa pensare di valere meno degli altri, né di avere poca stima di se stessi. Significa piuttosto totale libertà dal pensare a se stessi. (William Temple)

Se il mondo vorrà avere ancora uomini liberi, uomini giusti che sentono la fraternità, bisognerà che mai dimentichino la strada del presepio. (Primo Mazzolari)

GRANDE UMILTA'

Il giorno stesso della sua Incoronazione, nel novembre 1958, Giovanni XXIII, ricevendo i pellegrini della sua Bergamo, ricordò questo delicato episodio della sua vita. "Quando avevo sette anni, mio padre, dal paese di Sotto il Monte, mi volle portare ad un paese vicino, dove si celebrava la festa degli uomini d'Azione Cattolica. Per strada mi stancai... E mio padre mi mise sulle sue spalle. Giunti alla festa, essendo piccolo e la folla grande, non riuscivo a vedere un bel niente della sfilata. Che feci? Tirai il papà per la giacca... E mio padre mi mise nuovamente sulle sue spalle. Ero veramente felice: dall'alto potevo vedere tutto! Sono passati settant'anni — concludeva il Papa Buono,— e quel gesto di mio padre me lo ricordo ancora. Anzi, per me è diventato un simbolo meraviglioso. Faccio ancora così, quando sono stanco e ci vedo poco: mi faccio portare dal Padre Celeste!

