

PARROCCHIA GESU' BAMBINO

Contemplando la Croce rinasce la speranza

Quinta settimana di Quaresima

Tracce per la preghiera quotidiana in famiglia
con le meditazioni di Papa Francesco



*A Pasqua, Gesù trasforma
il nostro peccato in perdono,
la nostra morte in risurrezione,
la nostra paura in fiducia.
Ecco perché sulla croce è nata
e rinasce sempre la nostra speranza*

LUNEDI'

Dal Vangelo secondo Giovanni

(Gv 8, 1-12)

In quel tempo, Gesù si avviò verso il monte degli Ulivi. Ma al mattino si recò di nuovo nel tempio e tutto il popolo andava da lui. Ed egli sedette e si mise a insegnare loro.

Allora gli scribi e i farisei gli condussero una donna sorpresa in adulterio, la posero in mezzo e gli dissero: «Maestro, questa donna è stata sorpresa in flagrante adulterio. Ora Mosè, nella Legge, ci ha comandato di lapidare donne come questa. Tu che ne dici?». Dicevano questo per metterlo alla prova e per avere motivo di accusarlo.

Ma Gesù si chinò e si mise a scrivere col dito per terra. Tuttavia, poiché insistevano nell'interrogarlo, si alzò e disse loro: «Chi di voi è senza peccato, getti per primo la pietra contro di lei». E, chinatosi di nuovo, scriveva per terra. Quelli, udito ciò, se ne andarono uno per uno, cominciando dai più anziani.

Lo lasciarono solo, e la donna era là in mezzo. Allora Gesù si alzò e le disse: «Donna, dove sono? Nessuno ti ha condannata?». Ed ella rispose: «Nessuno, Signore». E Gesù disse: «Neanch'io ti condanno; va' e d'ora in poi non peccare più».



MEDITIAMO

Mentre Gesù sta insegnando nel tempio, gli scribi e i farisei gli portano una donna sorpresa in adulterio e chiedono a Gesù se si deve lapidarla, così come prescrive la Legge di Mosè.

Gli interlocutori di Gesù sono chiusi nelle strettoie del legalismo e vogliono rinchiudere il Figlio di Dio nella loro prospettiva di giudizio e condanna. Ma Egli non è venuto nel mondo per giudicare e condannare, bensì per salvare e offrire alle persone una vita nuova. E come reagisce Gesù davanti a questa prova? Prima di tutto rimane per un po' in silenzio, e poi dice: «Chi di voi è senza peccato, getti per primo la pietra contro di lei». In questo modo Gesù li richiama alla consapevolezza della loro condizione di uomini peccatori, per la quale non possono arrogarsi il diritto di vita o di morte su un loro simile. A quel punto se

ne andarono tutti e rimasero solo Gesù e la donna, là in mezzo: «*la misera e la misericordia*», dice Sant'Agostino. Gesù è l'unico senza colpa, l'unico che potrebbe scagliare la pietra contro di lei, ma non lo fa, perché Dio «non vuole la morte del peccatore, ma che si converta e viva». E Gesù congeda la donna con queste parole stupende: «Va' e d'ora in poi non peccare più». E così Gesù apre davanti a lei una strada nuova, creata dalla misericordia, una strada che richiede il suo impegno di non peccare più. È un invito che vale per ognuno di noi: Gesù quando ci perdona ci apre sempre una strada nuova per andare avanti ci fa ricominciare una storia rinnovata.

Gesù non umilia, non condanna la donna adultera. No! Le dice solo 'Va', va' e d'ora in poi non peccare più!'

La misericordia di Dio è una grande luce di amore, di tenerezza. Dio ci perdona carezzando le nostre ferite di peccato perché lui è coinvolto nel perdono, è coinvolto nella nostra salvezza. E' grande la misericordia di Dio, è grande la misericordia di Gesù: perdonarci carezzandoci!

PREGHIAMO INSIEME con le parole di una monaca di clausura

La veste più bella
dei secoli
è il tuo ampio perdono.

Di ogni peccato
tu spogli la memoria;
rivesti il figlio
di splendido futuro.

Rispetta tutto l'essere
la veste di luce.

La vecchia casa
si apre
su cieli e terre nuove.



Padre nostro

MARTEDI' San Giuseppe

Dal Vangelo secondo Matteo

(Mt 1, 16.18-21.24)

Giacobbe generò Giuseppe, lo sposo di Maria, dalla quale è nato Gesù, chiamato Cristo.

Così fu generato Gesù Cristo: sua madre Maria, essendo promessa sposa di Giuseppe, prima che andassero a vivere insieme si trovò incinta per opera dello Spirito Santo. Giuseppe suo sposo, poiché era uomo giusto e non voleva accusarla pubblicamente, pensò di ripudiarla in segreto.

Mentre però stava considerando queste cose, ecco, gli apparve in sogno un angelo del Signore e gli disse: «Giuseppe, figlio di Davide, non temere di prendere con te Maria, tua sposa. Infatti il bambino che è generato in lei viene dallo Spirito Santo; ella darà alla luce un figlio e tu lo chiamerai Gesù: egli infatti salverà il suo popolo dai suoi peccati».

Quando si destò dal sonno, Giuseppe fece come gli aveva ordinato l'angelo del Signore.



MEDITIAMO

Giuseppe accoglie la promessa di Dio e la porta avanti in silenzio con forza, la porta avanti perché quello che Dio vuole sia compiuto.

Ecco quindi delineata la figura di Giuseppe: l'uomo nascosto, l'uomo del silenzio, l'uomo che fa da padre adottivo; l'uomo che ha la più grande autorità in quel momento senza farla vedere. Un uomo che potrebbe dirci tante cose, eppure non parla, che potrebbe comandare, giacché comanda sul Figlio di Dio, eppure obbedisce. A lui, al suo cuore, Dio confida cose deboli: infatti una promessa è debole, così come è debole un bambino, ma anche una ragazza

della quale lui ha avuto un sospetto. Tutte queste debolezze Giuseppe le prende in mano, le prende nel cuore e le porta avanti come si portano avanti le debolezze, con tenerezza, con tanta tenerezza, con la tenerezza con la quale si prende in braccio un bambino.

La liturgia, perciò, offre l'esempio dell'uomo che non parla ma obbedisce, l'uomo della tenerezza, l'uomo capace di portare avanti le promesse perché divengano salde, sicure; l'uomo che garantisce la stabilità del regno di Dio, la paternità di Dio, la nostra filiazione come figlio di Dio. Ecco perché Giuseppe mi piace pensarlo come il custode delle debolezze, anche delle nostre debolezze. Infatti egli è capace di far nascere tante cose belle dalle nostre debolezze, dai nostri peccati.

Egli è custode delle debolezze perché divengano salde nella fede.

San Giuseppe doni a tutti i cristiani la fedeltà che generalmente cresce in un atteggiamento giusto, cresce nel silenzio e cresce nella tenerezza che è capace di custodire le proprie debolezze e quelle degli altri.



PREGHIAMO INSIEME

San Giuseppe,
Dio ti ha scelto perché sapeva
con quanta tenerezza avresti amato Maria.
Tu hai rappresentato per Maria
tutto l'appoggio sul quale riposava la sua tenerezza
e Gesù si è formato in lei un po' anche a tua immagine.
Tu sei stato il padre di Gesù, tu l'hai iniziato alla vita.
Con lui, senza saperlo,
tu preparavi le pagine più belle del Vangelo.
San Giuseppe, insegnaci ad amare come te i nostri figli,
a dare loro, attraverso il nostro amore,
la fede, la speranza, la devozione,
il rispetto di tutto ciò che è bello;
una visione del mondo
che li impegni a seguire il Figlio tuo
nel cammino così importante della loro vita.

Padre nostro

MERCOLEDI'

Dal Vangelo secondo Giovanni

(Gv 8,31-42)

In quel tempo, Gesù disse a quei Giudei che gli avevano creduto: «Se rimanete nella mia parola, siete davvero miei discepoli; conoscerete la verità e la verità vi farà liberi». Gli risposero: «Noi siamo discendenti di Abramo e non siamo mai stati schiavi di nessuno. Come puoi dire: "Diventerete liberi"?».

Gesù rispose loro: «In verità, in verità io vi dico: chiunque commette il peccato è schiavo del peccato. Ora, lo schiavo non resta per sempre nella casa; il figlio vi resta per sempre. Se dunque il Figlio vi farà liberi, sarete liberi davvero. So che siete discendenti di Abramo. Ma intanto cercate di uccidermi perché la mia parola non trova accoglienza in voi. Io dico quello che ho visto presso il Padre; anche voi dunque fate quello che avete ascoltato dal padre vostro».

Gli risposero: «Il padre nostro è Abramo». Disse loro Gesù: «Se foste figli di Abramo, fareste le opere di Abramo. Ora invece voi cercate di uccidere me, un uomo che vi ha detto la verità udita da Dio. Questo, Abramo non l'ha fatto. Voi fate le opere del padre vostro».

Gli risposero allora: «Noi non siamo nati da prostituzione; abbiamo un solo padre: Dio!». Disse loro Gesù: «Se Dio fosse vostro padre, mi amereste, perché da Dio sono uscito e vengo; non sono venuto da me stesso, ma lui mi ha mandato».



MEDITIAMO

“Rimanete nella mia parola”, coloro che rimangono nella parola di Gesù hanno la propria identità cristiana. E qual è? “Siete davvero miei discepoli”. L'identità cristiana non è una carta che dice “io sono cristiano”, una carta d'identità: no. È il discepolato.

Il discepolo è un uomo libero perché rimane nel Signore. E “rimane nel Signore”, cosa significa? Lasciarsi guidare dallo Spirito Santo. Il discepolo che si lascia guidare dallo Spirito è un uomo libero, mai soggetto a ideologie, a false dottrine, rimane nel Signore. E' lo Spirito che ispira, se rimaniamo nel Signore.

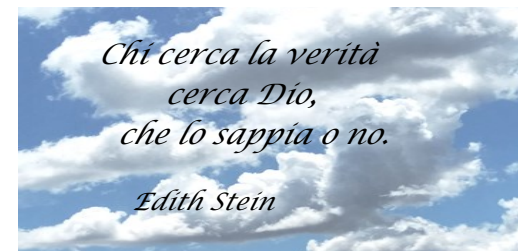
“..conoscerete la verità e la verità vi farà liberi”. Rimanere in Gesù, fonte della verità che ci fa liberi.

La libertà cristiana, quindi, si fonda sulla grazia del Signore Gesù e sulla verità che Cristo ci svela e che è Lui stesso.

La verità della fede, infatti, non è una teoria astratta, ma la realtà di Cristo vivo, che tocca direttamente il senso quotidiano e complessivo della vita personale. Per essere davvero liberi abbiamo bisogno non solo di conoscere noi stessi, a livello psicologico, ma soprattutto di “fare verità” in noi stessi, a un livello più profondo e lì, nel cuore, aprirci alla grazia di Cristo.

La verità ci deve “inquietare”. Parola tanto cristiana, l'inquietudine. Sappiamo che ci sono tanti cristiani che mai si inquietano, non c'è movimento nel loro cuore, manca l'inquietudine, che è segnale che lo Spirito Santo sta lavorando dentro di noi. La verità ci deve inquietare, ci deve porre continuamente delle domande, affinché possiamo andare sempre più al fondo di ciò che realmente siamo. Scopriamo in questo modo che quello della verità e della libertà è un cammino faticoso che dura tutta la vita. È faticoso rimanere liberi, è faticoso; ma non è impossibile.

Coraggio, andiamo avanti su questo, ci farà bene. Un cammino in cui ci guida e ci sostiene l'Amore che viene dalla Croce: l'Amore che ci rivela la verità e ci dona la libertà. E questo è il cammino della felicità. La libertà ci fa vivere, ci fa gioiosi, ci fa felici”.



PREGHIAMO INSIEME con le parole di Papa Francesco

Il Signore non cerca tanto degli abili commentatori delle Scritture, ma cuori docili che, accogliendo la sua Parola, si lasciano cambiare dentro.

Ecco perché è così importante familiarizzare con il Vangelo, averlo sempre a portata di mano, appassionarsene. Quando lo facciamo, Gesù, Parola del Padre, ci entra nel cuore, diventa intimo a noi e noi portiamo frutto in Lui. E così ognuno di noi può diventare una 'traduzione' vivente, diversa e originale, dell'unica Parola di amore che Dio ci dona.

Padre nostro

GIOVEDÌ

Dal Vangelo secondo Giovanni

(Gv 8, 51-59)

In quel tempo, Gesù disse ai Giudei: «In verità, in verità io vi dico: se uno osserva la mia parola, non vedrà la morte in eterno». Gli dissero allora i Giudei: «Ora sappiamo che sei indemoniato. Abramo è morto, come anche i profeti, e tu dici: "Se uno osserva la mia parola, non sperimenterà la morte in eterno". Sei tu più grande del nostro padre Abramo, che è morto? Anche i profeti sono morti. Chi credi di essere?».

Rispose Gesù: «Se io glorificassi me stesso, la mia gloria sarebbe nulla. Chi mi glorifica è il Padre mio, del quale voi dite: "È nostro Dio!", e non lo conoscete. Io invece lo conosco. Se dicessi che non lo conosco, sarei come voi: un mentitore. Ma io lo conosco e osservo la sua parola. Abramo, vostro padre, esultò nella speranza di vedere il mio giorno; lo vide e fu pieno di gioia».

Allora i Giudei gli dissero: «Non hai ancora cinquant'anni e hai visto Abramo?». Rispose loro Gesù: *«In verità, in verità io vi dico: prima che Abramo fosse, io Sono».*

Allora raccolsero delle pietre per gettarle contro di lui; ma Gesù si nascose e uscì dal tempio.

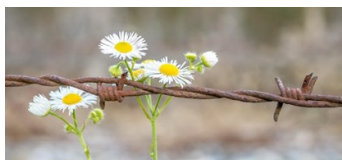
MEDITIAMO

“Abramo, vostro padre, esultò nella speranza di vedere il mio giorno; lo vide e fu pieno di gioia”.

Oggi la Chiesa ci parla della gioia della speranza. Quando non c'è speranza umana, c'è quella virtù che ti porta avanti, umile, semplice, spesso dimenticata, ma ti dà una gioia, a volte una grande gioia, a volte soltanto la pace. Però mai viene meno la sicurezza, perché quella Speranza non delude.

Ecco la ragione per la quale il popolo di Dio, persino nei momenti della schiavitù, nei momenti in cui era forestiero, in terra straniera, ha avuto sempre quel senso di sicurezza che i profeti facevano crescere: “Il Signore vi salverà”. È il Dio che ci accompagna, è anche il Dio che soffre, che soffre come il suo popolo ha sofferto, soffre nella croce, ma è fedele alla sua parola.

Oggi è un bel giorno per riflettere su questo: lo stesso Dio che ha chiamato Abramo e lo ha fatto uscire dalla sua terra senza sapere dove dovesse andare



è lo stesso Dio che va in croce per compiere la promessa che ha fatto.

Egli è lo stesso Dio che nella pienezza dei tempi fa che quella promessa divenga realtà per tutti noi. E ciò che unisce quel primo momento a quest'ultimo momento è il filo della speranza.

Quello che ci dà pace nei brutti momenti, nei momenti più bui della vita, è sempre la speranza.

La speranza è quella virtù umile, quella virtù che scorre sotto l'acqua della vita, ma che ci sostiene per non annegare nelle tante difficoltà, per non perdere quel desiderio di trovare Dio, di trovare quel volto meraviglioso che tutti vedremo un giorno. La speranza, infatti, non delude: è sempre lì, silenziosa, umile, ma forte.

Ripetiamo la preghiera di oggi, all'inizio della messa: “Signore, la nostra speranza è nelle tue mani; custodisci la nostra speranza”.



PREGHIAMO INSIEME

Signore, donami la speranza di cui ho bisogno,
fai ardere dentro il mio cuore, quotidianamente,
una fiaccola di luce che possa guidarmi,
anche quando le ombre sembrano aver preso il sopravvento.

Donami la speranza che nutre la mia mente,
che non mi fa temere,
che mi ricorda che tu sei sempre accanto a me.

Signore, sii tu la mia speranza,
regalandomi la tua presenza nel mio cuore,
la tua gioia nelle mie giornate,
il tuo amore nei miei sorrisi.

Che la tua speranza sia la bevanda
che disseta la mia bocca. Grazie.

Amen

Padre nostro

VENERDI'

Dal Vangelo secondo Giovanni

(Gv 10, 31-42)

In quel tempo, i Giudei raccolsero delle pietre per lapidare Gesù. In quel tempo, i Giudei raccolsero delle pietre per lapidare Gesù. Gesù disse loro: «Vi ho fatto vedere molte opere buone da parte del Padre: per quale di esse volete lapidarmi?». Gli risposero i Giudei: «Non ti lapidiamo per un'opera buona, ma per una bestemmia: perché tu, che sei uomo, ti fai Dio».

Disse loro Gesù: «Non è forse scritto nella vostra Legge: "Io ho detto: voi siete dèi"? Ora, se essa ha chiamato dèi coloro ai quali fu rivolta la parola di Dio - e la Scrittura non può essere annullata -, a colui che il Padre ha consacrato e mandato nel mondo voi dite: "Tu bestemmi", perché ho detto: "Sono Figlio di Dio"? Se non compio le opere del Padre mio, non credetemi; ma se le compio, anche se non credete a me, credete alle opere, perché sappiate e conosciate che il Padre è in me, e io nel Padre». Allora cercarono nuovamente di catturarlo, ma egli sfuggì dalle loro mani.

Ritornò quindi nuovamente al di là del Giordano, nel luogo dove prima Giovanni battezzava, e qui rimase. Molti andarono da lui e dicevano: «Giovanni non ha compiuto nessun segno, ma tutto quello che Giovanni ha detto di costui era vero». E in quel luogo molti credettero in lui.

MEDITIAMO

I dottori che volevano lapidare Gesù compiono lo sbaglio di staccare i comandamenti dalla promessa, dall'alleanza fatta da Dio con il suo popolo, cioè staccare i comandamenti dal cuore di Dio: i comandamenti non sono una legge fredda, sono nati dal rapporto d'amore, dall'alleanza di Dio con il suo popolo. Questa gente credeva che con i comandamenti tutto era pieno, tutto era compiuto. Ma i comandamenti nati dall'amore e dalla fedeltà di Dio sono regole per andare avanti, indicazioni per non sbagliare: ci aiutano a camminare e a finire nell'incontro con Gesù. Questa gente non sa collegare il compimento dei comandamenti con l'alleanza di Dio con il loro padre Adamo. E ripetono di continuo «ci sono leggi che dobbiamo osservare!».

Lo fanno perché hanno chiuso il cuore, la loro mente è chiusa a ogni novità e anche a quello che avevano promesso i profeti. Per loro vale solo il discorso «dobbiamo fare così e così si deve andare avanti!».

Ecco il dramma del cuore chiuso, il dramma della mente chiusa. E quando il cuore è chiuso, questo cuore chiude la mente. E quando cuore e mente sono chiusi non c'è posto per Dio.

Di fronte alla mente chiusa, per Gesù non è possibile convincere, non è possibile dare un messaggio di novità. Che poi non è nuovo, ma è

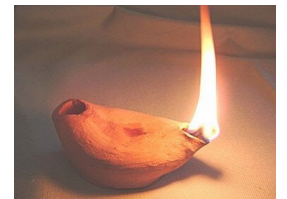
quello che era stato promesso dalla fedeltà di Dio e dai profeti.

Gli interlocutori di Gesù non capiscono: hanno la mente chiusa, perché nel loro egoismo, nei loro peccati, hanno chiuso il proprio cuore. Il loro, dunque, è un pensiero chiuso che non è aperto alla possibilità che ci sia un'altra cosa, alla possibilità che Dio ci parli e ci dica com'è il suo cammino, come ha fatto con i profeti.

La loro, però, è qualcosa di più che una semplice testardaggine. No, è di più! È l'idolatria del proprio pensiero: "io la penso così, questo deve essere così e niente di più!". In questo modo hanno una teologia che diviene schiava di questo schema del pensiero unico.

Anche oggi c'è l'idolatria del pensiero unico. Oggi si deve pensare così e se tu non pensi così non sei moderno, non sei aperto. Anche oggi c'è gente che prende le pietre per lapidare la libertà dei popoli, la libertà della gente, la libertà delle coscienze, il rapporto della gente con Dio. E oggi Gesù è crocifisso un'altra volta.

Questa non è una storia di quel tempo, di questa gente chiusa. È una storia anche di oggi. E il consiglio del Signore di fronte a questa dittatura è lo stesso sempre: vigilare e pregare. Pregare perché il Signore ci dia sempre la libertà del cuore aperto per ricevere la sua parola che è promessa e gioia! È alleanza! E con questa alleanza andare avanti.



PREGHIAMO INSIEME con le parole di don Tonino Bello

Eccoci, Signore, davanti a te, col fiato grosso, dopo aver tanto camminato. Ma se ci sentiamo sfiniti, non è perché abbiamo percorso un lungo tragitto, o abbiamo coperto chi sa quali interminabili rettilinei.

È perché, purtroppo, molti passi,

li abbiamo consumati sulle viottole nostre, e non sulle tue: seguendo i tracciati involuti della nostra caparbieta faccendiera, e non le indicazioni della tua Parola; confidando sulla riuscita delle nostre estenuanti manovre, e non sui moduli semplici dell'abbandono fiducioso in te.

Forse mai, come in questo crepuscolo dell'anno, sentiamo nostre le parole di Pietro:

"Abbiamo faticato tutta la notte, e non abbiamo preso nulla".

Ad ogni modo, vogliamo ringraziarti ugualmente.

Perché, facendoci contemplare la povertà del raccolto, ci aiuti a capire che senza di te, non possiamo far nulla.

Ci agitiemo soltanto.

Padre nostro

SABATO

Dal Vangelo secondo Giovanni (Gv 11, 45-56)

In quel tempo, molti dei Giudei che erano venuti da Maria, alla vista di ciò che Gesù aveva compiuto, [ossia la risurrezione di Lazzaro,] crederono in lui. Ma alcuni di loro andarono dai farisei e riferirono loro quello che Gesù aveva fatto.

Allora i capi dei sacerdoti e i farisei riunirono il sinèdrio e dissero: «Che cosa facciamo? Quest'uomo compie molti segni. Se lo lasciamo continuare così, tutti crederanno in lui, verranno i Romani e distruggeranno il nostro tempio e la nostra nazione».

Ma uno di loro, Caifa, che era sommo sacerdote quell'anno, disse loro: «Voi non capite nulla! Non vi rendete conto che è conveniente per voi che un solo uomo muoia per il popolo, e non vada in rovina la nazione intera!». Questo però non lo disse da se stesso, ma, essendo sommo sacerdote quell'anno, profetizzò che Gesù doveva morire per la nazione; e non soltanto per la nazione, ma anche per riunire insieme i figli di Dio che erano dispersi. Da quel giorno dunque decisero di ucciderlo.

Gesù dunque non andava più in pubblico tra i Giudei, ma da lì si ritirò nella regione vicina al deserto, in una città chiamata Èfraim, dove rimase con i discepoli.

Era vicina la Pasqua dei Giudei e molti dalla regione salirono a Gerusalemme prima della Pasqua per purificarsi. Essi cercavano Gesù e, stando nel tempio, dicevano tra loro: «Che ve ne pare? Non verrà alla festa?».



MEDITIAMO

Il Sinedrio condanna a morte Gesù. È stato un processo, un processo che incominciò con piccole inquietudini al tempo di Giovanni Battista e poi finì in questa seduta dei dottori della legge e dei sacerdoti.

Questo modo di procedere dei dottori della legge è proprio una figura di come agisce la tentazione anche in noi, perché dietro di questa evidentemente era il diavolo che voleva distruggere Gesù e la tentazione anche in noi generalmente agisce così: incomincia con poca cosa, con un desiderio, un'idea, cresce, contagia altri e alla fine si giustifica.

La tentazione nei dottori della legge cominciò con poca cosa, è cresciuta, si è fatta corpo e alla fine si giustifica: "È necessario che muoia uno per il popolo", la giustificazione totale. E tutti sono andati a casa tranquilli. Avevano detto: "Questa è la decisione che dovevamo prendere". E tutti noi, quando siamo vinti dalla tentazione, finiamo tranquilli, perché abbiamo trovato una giustificazione per questo peccato, per questa vita non secondo la legge di Dio.

La tentazione cresce lentamente, contagia gli altri e si giustifica, cambiando il cuore. Dovremmo avere l'abitudine di vedere questo processo della tentazione in noi. Quel processo che ci fa cambiare il cuore da bene in male, che ci porta sulla strada in discesa. Una cosa che cresce, cresce, cresce lentamente, poi contagia altri e alla fine si autogiustifica.

Quando noi ci troviamo in un peccato, in una caduta dobbiamo dire: "Come sono venuto a cadere lì? Come è iniziato questo processo nella mia anima? Com'è cresciuto? Chi ho contagiato? E come alla fine mi sono giustificato per cadere?".

Lo Spirito Santo ci illumini in questa conoscenza interiore.

PREGHIAMO INSIEME

Signore, tu lo sai,
la tentazione
è un momento della vita,
un momento oscuro e difficile.

Nella tentazione, o Signore,
tu sei in crisi nella mia mente
incapace di capirti,
sei in crisi nel mio cuore
incapace di amarti,
sei in crisi nella mia volontà
incapace di volerti.

Signore,
tu conosci quello che sono
e sai quello che faccio,
voglio il bene e faccio il male:
non mettermi alla prova
perché sono debole,
non abbandonarmi
perché da solo non ce la faccio.



Padre nostro