122. … Il santo è capace di vivere con gioia e senso dell'umorismo. Senza perdere il realismo, illumina gli altri con uno spirito positivo e ricco di speranza. Essere cristiani è «gioia nello Spirito Santo» (*Rm* 14,17), perché «all'amore di carità segue necessariamente la gioia. Poiché chi ama gode sempre dell'unione con l'amato […] Per cui alla carità segue la gioia». Abbiamo ricevuto la bellezza della sua Parola e la accogliamo «in mezzo a grandi prove, con la gioia dello Spirito Santo» (*1 Ts* 1,6). Se lasciamo che il Signore ci faccia uscire dal nostro guscio e ci cambi la vita, allora potremo realizzare ciò che chiedeva san Paolo: *«Siate sempre lieti nel Signore, ve lo ripeto: siate lieti»*
(
Fil
4,4).

125. Ci sono momenti duri, tempi di croce, ma niente può distruggere la gioia soprannaturale, che «si adatta e si trasforma, e sempre rimane almeno come uno spiraglio di luce che nasce dalla certezza personale di essere infinitamente amato, al di là di tutto». E' una sicurezza interiore, una serenità piena di speranza che offre una soddisfazione spirituale incomprensibile secondo i criteri mondani.

127. Il suo amore paterno ci invita: «Figlio, […] trattati bene […]. Non privarti di un giorno felice» (*Sir* 14). Ci vuole positivi, grati e non troppo complicati: «Nel giorno lieto sta' allegro […]. Dio ha creato gli esseri umani retti, ma essi vanno in cerca di infinite complicazioni» (*Qo* 7). In ogni situazione, occorre mantenere uno spirito flessibile, e fare come san Paolo: «Ho imparato a bastare a me stesso in ogni occasione» (
Fil
4,11). E' quello che viveva san Francesco d'Assisi, capace di commuoversi di gratitudine davanti a un pezzo di pane duro, o di lodare felice Dio solo per la brezza che accarezzava il suo volto.

128. Non sto parlando della gioia consumista e individualista così presente in alcune esperienze culturali di oggi. Il consumismo infatti non fa che appesantire il cuore; può offrire

piaceri occasionali e passeggeri, ma non gioia. Mi riferisco piuttosto a quella gioia che si vive in comunione, che si condivide e si partecipa, perché «si è più beati nel dare che nel ricevere» (*At* 20,35) e «Dio ama chi dona con gioia» (
2 Cor
9,7). L'amore fraterno moltiplica la nostra capacità di gioia, poiché ci rende capaci di gioire del bene degli altri: «Rallegratevi con quelli che sono nella gioia» (
Rm
12,15). «Ci rallegriamo quando noi siamo deboli e voi siete forti» (
2Cor
13,9). Invece, se «ci concentriamo soprattutto sulle nostre necessità, ci condanniamo a vivere con poca gioia».

papa Francesco, "Gaudete et exsultate"