

È bello per noi stare qui



QUARESIMA 2014

Centro di spiritualità *l'Eremo*
22-23 marzo *Padri Barnabiti Eupilio (CO)*

CI PRESENTIAMO

Siamo un gruppo di Padri Barnabiti di diverse comunità che, con amici laici, hanno dato vita al Centro di Spiritualità “L’Eremo”. In questa esperienza desideriamo innanzitutto far confluire in una proposta di fede i nostri vissuti di sacerdoti e religiosi, di giovani coppie, di genitori ed educatori.

Per la fede del cristiano è centrale l’ascolto della Parola di Dio sia nelle celebrazioni comunitarie come nella preghiera personale. Per questo desideriamo che quanti decidono di fare un tratto di strada con noi si innamorino della Parola, incontrata in una sua lettura approfondita (scrutatio) e meditata (ruminatio).

Sperimentare che è possibile lasciar parlare la propria Bibbia, provare a comprenderla a partire da se stessa -ogni passo della Scrittura infatti trova nella Scrittura la sua chiave interpretativa- è quanto mai desiderabile. Da San Gerolamo poi, impariamo che “l’ignoranza delle Scritture è ignoranza di Cristo”. Questa centralità lasciata alla Parola di Dio, caratterizza ogni iniziativa vissuta qui all’Eremo.

Le “24 ore dello Spirito” che vivremo insieme, saranno ritmate dal succedersi dei momenti (gradini) di cui è composta Lectio Divina: lectio, meditatio, oratio, contemplatio, actio. Ci siamo presi la libertà di cambiare la successione di questi “millenari gradini della Lectio” collocandoli, nelle diverse ore del giorno e della notte in modo *disordinato* ma efficace.



sabato pomeriggio

ACCOGLIENZA DELLA PAROLA

Il singolo credente e la comunità cristiana invocano i doni dello Spirito Santo per poter leggere, meditare e pregare Dio che si rivela nella Sua Parola:

come lo Spirito Santo ispirò la composizione dei testi sacri, il sedimentarsi della Parola di Dio in un testo scritto,

così ora lo stesso Spirito ci guida nell’acostarci alla Parola scritta perché torni ad essere Spirito datore di Vita.

- Collochiamo il testo della Parola di Dio al centro della nostra attenzione
- Accendiamo il cero: la Parola è *Lampada ai nostri passi e luce al nostro cammino*
- Invochiamo lo Spirito Santo

INVOCAZIONE ALLO SPIRITO SANTO

1. Discendi, Santo Spirito,
le nostre menti illumina;
del ciel la grazia accordaci
tu, Creator degli uomini.
2. Chiamato sei Paraclito
e dono dell'Altissimo,
sorgente limpidissima,
d'amore fiamma vivida
3. I sette doni mandaci,
onnipotente spirito;
le nostre labbra trepide
in te sapienza attingano.
4. I nostri sensi illumina,
fervor nei cuori infondici;
rinvigorisci l'anima
nei nostri corpi deboli.
5. Dal male tu ci libera,
serena pace affrettaci;
con te vogliamo vincere
ogni mortal pericolo.
6. Il Padre tu rivelaci
e il Figlio, l'Unigenito;
per sempre tutti credano
in te, divino Spirito.
Amen.

LECTIO: A. La Parola di Dio viene proclamata

Matteo 17,1-9

Sei giorni dopo, Gesù prese con sé Pietro, Giacomo e Giovanni suo fratello e li condusse in disparte, su un alto monte. E fu trasfigurato davanti a loro: il suo volto brillò come il sole e le sue vesti divennero candide come la luce. Ed ecco apparvero loro Mosè ed Elia, che conversavano con lui.

Prendendo la parola, Pietro disse a Gesù: «Signore, è bello per noi essere qui! Se vuoi, farò qui tre capanne, una per te, una per Mosè e una per Elia». Egli stava ancora parlando, quando una nube luminosa li coprì con la sua ombra. Ed ecco una voce dalla nube che diceva: «Questi è il Figlio mio, l'amato: in lui ho posto il mio compiacimento. Ascoltatelo».

All'udire ciò, i discepoli caddero con la faccia a terra e furono presi da grande timore. Ma Gesù si avvicinò, li toccò e disse: «Alzatevi e non temete». Alzando gli occhi non videro nessuno, se non Gesù solo.

Mentre scendevano dal monte, Gesù ordinò loro: «Non parlate a nessuno di questa visione, prima che il Figlio dell'uomo non sia risorto dai morti».

B. Riceviamo un aiuto in vista della comprensione della Parola

Possiamo dividere l'episodio della Trasfigurazione in sei parti che compongono la struttura narrativa:

1. Le circostanze.

La circostanza di **tempo**: “*sei giorni dopo*”, richiama il contesto precedente il nostro brano; Cfr. Mt 16, 13-28 con la professione di fede di Pietro, il primo annuncio della passione e le condizioni per seguire Gesù.

Più rilevante è la circostanza di **luogo**: “*in disparte, su un alto monte*”. Per il lettore di Matteo e per chi è familiare alla Bibbia, l’alto monte richiama molti eventi della storia della salvezza: luogo della manifestazione del nome di Dio (Esodo 3), luogo del dono della Legge (Sinai), luogo della preghiera e del silenzio, luogo da cui Gesù invia in missione i propri discepoli...

Il monte della trasfigurazione sta tra questi momenti della manifestazione e rivelazione del volto di Dio Padre.

Infine la circostanza di **persone**: Pietro, Giacomo e Giovanni, nomi che richiamano immediatamente quelli del Getsemani, facendo di questa preghiera di Gesù sul monte un’anticipazione della preghiera nell’orto degli Ulivi. Come qui si contemplerà il volto luminoso del Figlio, là si contemplerà il volto di Gesù debole, spaventato, afflitto a morte.

2. La metamorfosi.

“*Fu trasfigurato davanti a loro*”. Due sono gli elementi della metamorfosi sottolineati dall’Evangelista: il volto e le vesti.

Il volto brilla come il sole e le vesti diventano candide come luce. L’allusione al sole e alla luce ricorda, per opposizione, l’oscurità e le tenebre della morte di Gesù.

Questa scena della Trasfigurazione ci è presentata quale preludio alla resurrezione e al superamento della morte di Cristo.

3. Gli accompagnatori.

“*Ed ecco, apparvero loro Mosè ed Elia*”.

Mosè ed Elia, la legge (Torah) e i profeti, tutta la tradizione del dono di Dio e dell’accompagnamento che Dio ha fatto al suo popolo.

La Legge e i profeti saranno evocati per ben due volte nel capitolo 24 di Luca: Gesù spiega ai due di Emmaus ciò che in tutte le Scritture si riferiva a lui, cominciando da Mosè e dai profeti; agli apostoli apre la mente all’intelligenza delle Scritture per comprendere le cose scritte su di lui nella legge di Mosè, nei profeti e nei Salmi. Nel nostro brano Gesù, quindi, è descritto come adempimento della Legge (Mosè) e dei profeti (Elia): legge e profeti portano alla centralità di Gesù, alla rivelazione del Figlio. Chi ha interiorizzato Mosè e i profeti, vede la luce del Figlio.

4. La reazione dei discepoli.

Due tipi di reazione: al v. 4 si tratta di una reazione estatica, “*Signore è bello per noi essere qui!*” al v. 6 di una reazione riverente e timorosa, “*i discepoli caddero a terra e furono presi da grande timore*”.

E’ bello vedere la gloria di Cristo a volto scoperto e sarà ancora più bello il momento in cui lo contempleremo per sempre. Questa bellezza è quella che ogni cristiano, ogni credente deve sentire nel cuore.

Oltre all’aspetto positivo il testo ne ha uno negativo, “farò qui tre tende”. E’ la pretesa di fermare il tempo, di rendere permanente il transitorio.

Al Tabor i discepoli si scontrano con la santità di Dio, toccano con mano la trascendenza e il mistero. La giusta reazione è il timore!

Le reazioni dei discepoli ci invitano a vivere il tempo quale manifestazione della Gloria di Dio.

5. La rivelazione della nube.

La nube è qualcosa che vela, che nasconde, che mette in stato di raccoglimento permettendoci di dimenticare tutto il resto, ma allo stesso tempo è luminosa.

Entrare nella nube è sinonimo non soltanto della preghiera, ma di quella preghiera che, attraverso l’aridità e la notte della fede, coglie lo splendore di Dio meglio che non un facile entusiasmo nella preghiera stessa.

La nube luminosa che “*li avvolse con la sua ombra*” accenna al mistero dello Spirito, dove si è abilitati ad ascoltare la voce. Questa nube luminosa è il grembo dove si ascolta la voce.

La voce è straordinaria: “*Questi è il Figlio mio prediletto nel quale mi sono compiaciuto, ascoltatelo!*”. E’ dunque una sintesi ricchissima di salmi, profeti, Legge, concentrata su questo che è “*il Figlio mio prediletto*”.

6. La conclusione.

“*Gesù si avvicinò e li toccò*”. I discepoli hanno bisogno di essere toccati come un paralitico smarrito, schiacciato dalla potenza della rivelazione divina, quasi tramortito.

“*Alzatevi e non temete*”. “*Sollevando gli occhi non videro più nessuno, se non Gesù solo*”. Gesù solo è il senso di tutto e Gesù solo dev’essere visto accompagnato dalla voce, avvolto dalla nube, coadiuvato da Mosè e da Elia. Quel Gesù solo ritorna ad apparire povero, affaticato, affamato, viandante e poi accusato, imprigionato, crocefisso. Quel Gesù solo di cui i tre discepoli hanno ormai contemplato il volto.

PREGHIERA DELLA SERA

INNO

1. Liberati dal giogo del male,
battezzati nell'acqua profonda,
noi giungiamo alla terra di prova,
dove i cuori saranno mondati.

2. Dal paese d'Egitto ci hai tratti,
e cammini con noi nel deserto,

Per condurci alla santa montagna,
sulla quale s'innalza la croce.

3. Tu sei l'acqua che sgorga dal sasso,
sei la manna che sazia la fame,
sei la nube che guida il cammino,
sei la legge che illumina i cuori.

**Ant: Fammi conoscere, Signore, le tue vie*
insegnami i tuoi sentieri.**

Salmo 25

A te, Signore, innalzo l'anima mia*
mio Dio, in te confido: che io non resti deluso!

Non trionfino su di me i miei nemici*

Chiunque in te spera non resti deluso; sia deluso chi tradisce senza motivo.

Fammi conoscere, Signore, le tue vie*
insegnami i tuoi sentieri.

Guidami nella tua fedeltà e istruiscimi*

perché sei tu il Dio della mia salvezza; io spero in te tutto il giorno.

Ricòrdati, Signore, della tua misericordia*
e del tuo amore, che è da sempre.

I peccati della mia giovinezza*

e le mie ribellioni, non li ricordare:

ricòrdati di me nella tua misericordia*
per la tua bontà, Signore.

Buono e retto è il Signore*

indica ai peccatori la via giusta;

guida i poveri secondo giustizia*

insegna ai poveri la sua via.

Tutti i sentieri del Signore sono amore e fedeltà*

per chi custodisce la sua alleanza e i suoi precetti.

Per il tuo nome, Signore*

perdona la mia colpa, anche se è grande.

C'è un uomo che teme il Signore?*

Gli indicherà la via da scegliere.

Egli riposerà nel benessere,*
la sua discendenza possederà la terra.

Il Signore si confida con chi lo teme:*
gli fa conoscere la sua alleanza.

I miei occhi sono sempre rivolti al Signore,*
è lui che fa uscire dalla rete il mio piede.

Volgiti a me e abbi pietà,*
perché sono povero e solo.

Allarga il mio cuore angosciato,*
liberami dagli affanni.

Vedi la mia povertà e la mia fatica*
e perdona tutti i miei peccati.

Guarda i miei nemici: sono molti,*
e mi detestano con odio violento.

Proteggimi, portami in salvo;*
che io non resti deluso, perché in te mi sono rifugiato.

Mi proteggano integrità e rettitudine,*
perché in te ho sperato.

O Dio, libera Israele*
da tutte le sue angosce.

Gloria al padre e al Figlio*
e allo Spirito santo

Come era nel principio ora e sempre*
nei secoli dei secoli. Amen

Ant: Fammi conoscere, Signore, le tue vie*
insegnami i tuoi sentieri.

(Per la pregare nella notte il salmo 25) Ogni versetto del Salmo 25 è scandito dalle lettere dell'alfabeto ebraico, nella lingua originale la prima parola del versetto inizia con la lettera indicata per questo questi tipi di Salmi si chiamano alfabetici.

Su tutta la composizione aleggia la serenità che scaturisce dal rapporto confidenziale con il Signore, che non dimentica mai il suo fedele.

Innalzo l'anima mia: con questo modo di dire, l'orante intende sottolineare che si rivolge a Dio con tutto se stesso, esprimendo piena fiducia in Lui (v. 2).

Questo primo moto interiore diviene poi cammino, strada:

Fammi conoscere, Signore, le tue vie, insegnami i tuoi sentieri (v.4).

Il salmo ha più riferimenti al movimento, al peregrinare del credente che viene accompagnato da Dio, sempre colto in movimento, mentre agisce in suo favore.

SALMO 8

*Se guardo il cielo, la luna e le stelle,
opere che Tu con le dita hai modellato,
che cosa è, perché te ne curi,
che cosa è, perché te ne ricordi,
l'uomo, l'uomo, l'uomo?*

Eppure l'hai fatto poco meno degli angeli,
di gloria e di onore lo hai coronato,
gli hai dato potere sulle opere delle tue mani,
su tutte le cose che Tu avevi creato:
gli uccelli del cielo, i pesci del mare,
le greggi e gli armenti, gli animali della campagna.

LETTURA BREVE 2 Cor 6, 1-4

Fratelli, vi esortiamo a non accogliere invano la grazia di Dio. Egli dice infatti: Al momento favorevole ti ho esaudito e nel giorno della salvezza ti ho soccorso. Ecco ora il momento favorevole, ecco ora il giorno della salvezza!
Da parte nostra non diamo motivo di scandalo a nessuno, perché non venga biasimato il nostro ministero; ma in ogni cosa ci presentiamo come ministri di Dio.

RESPONSORIO BREVE

Ora è il momento favorevole, * ora è il giorno della salvezza.

Ora è il momento favorevole, ora è il giorno della salvezza.

Non vi sia data invano la grazia del Signore:

ora è il giorno della salvezza.

Gloria al Padre e al Figlio e allo Spirito Santo.

Ora è il momento favorevole, ora è il giorno della salvezza.

Ant. al Magn. Resi giusti dalla fede, abbiamo pace con Dio
per mezzo del Cristo Signore.

L'anima mia magnifica il Signore *
e il mio spirito esulta in Dio, mio salvatore,
*perché ha guardato l'umiltà della sua serva. **
D'ora in poi tutte le generazioni
mi chiameranno beata.

Grandi cose ha fatto in me l'Onnipotente *
e Santo è il suo nome:

***di generazione in generazione la sua misericordia *
si stende su quelli che lo temono.***

Ha spiegato la potenza del suo braccio, *
ha disperso i superbi nei pensieri del loro cuore;
ha rovesciato i potenti dai troni, *

ha innalzato gli umili;

ha ricolmato di beni gli affamati, *
ha rimandato i ricchi a mani vuote.

***Ha soccorso Israele, suo servo, *
ricordandosi della sua misericordia,***
come aveva promesso ai nostri padri, *

ad Abramo e alla sua discendenza, per sempre.

***Gloria al padre e al Figlio*
e allo Spirito santo***

Come era nel principio ora e sempre*

Nei secoli dei secoli. Amen

**Ant. al Magn. Resi giusti dalla fede, abbiamo pace in Dio
per mezzo del Cristo Signore**

INTERCESSIONE

Gloria a Cristo, che si è fatto maestro, amico, modello dell'umanità. Pieni di fiducia
invochiamo il suo nome: ***Sii la vita del tuo popolo, Signore.***

La trasfigurazione di Gesù per gli uomini e le donne della terra,
- sia promessa e primizia della vita eterna

La chiesa santa, pellegrina verso il regno
- sappia comprendere e testimoniare l'unità di tutta la scrittura in Gesù Cristo.

La trasfigurazione sperimentata da Gesù nel cammino della Croce,
***- sia fonte di consolazione e di speranza per quanti soffrono nella mente e nel
corpo.***

L'ascolto quotidiano delle parole e della vita di Gesù
- trasfiguri le nostre povere vite in capolavori di Comunione

Padre Nostro

ORAZIONE

O Dio misericordioso, fonte di ogni bontà, tu ci hai proposto a rimedio del peccato il digiuno, la preghiera e le opere di carità fraterna: guarda benigno a noi che riconosciamo la nostra miseria e, poiché ci opprime il rimorso delle colpe, la tua misericordia ci sollevi. Per il nostro Signore.

CONTEMPLATIO anticipiamo questo momento collocandolo nella notte, prima perciò della MEDITATIO di domani

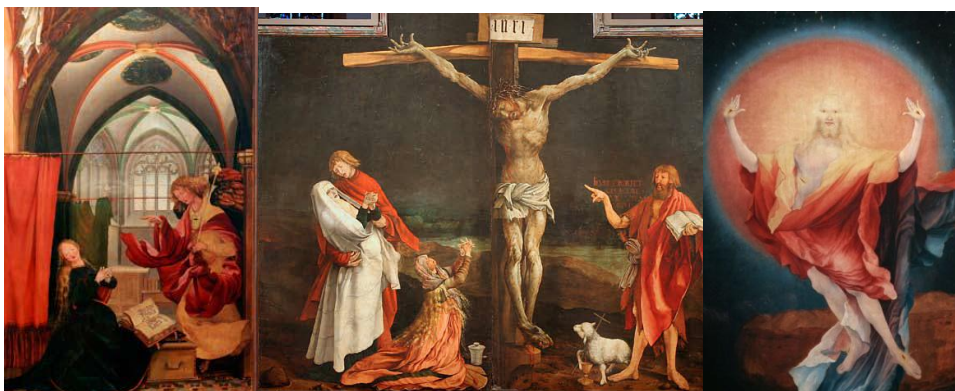
Accanto alla Parola (Mt 17, 1-9) che continueremo a portare con noi ci viene offerta una riflessione a partire da un'opera d'arte "Il polittico di Grunewald" (sec XVI). L'artista attraverso molteplici scene vuole parlare alla fede di coloro che avrebbero sostato in preghiera davanti alla sua opera, in questo caso gli ammalati del *mal des ardents*, o fuoco di Sant'Antonio, una malattia che corrisponde all'*herpes zoster*, ma anche all'ergotismo, morbo ben più grave che porta alla cancrena, qualcosa di simile alla lebbra. Il Crocifisso è rappresentato proprio come uno di questi malati.

Prenderemo in considerazione solo tre delle molte immagini: L'Annunciazione dell'Angelo a Maria; La Crocefissione; La Risurrezione.

Ti vogliamo invitare a stare poi nella notte, davanti all'eucaristia, sacramento della Presenza (Dio-con-noi), sintesi di Incarnazione -Vita, Morte e Risurrezione di Cristo, per percepire tutto il dinamismo di questo sacramento.

Questa notte sarà un po' come "lo stare" dei 3 apostoli davanti a Gesù Trasfigurato; "lo stare soli con il Solo" che ci accompagna dentro il mistero della sua vita, dentro la nostra vita: morti e risurrezioni comprese.

Dentro il dinamismo di un Amore che si dona per noi.



Restate qui e vegliate con me / vegliate e pregate / vegliate e pregate

*Dopo l'inno che preghiamo a cori alterni uomini/donne, ci congediamo in silenzio.
Iniziano i turni di preghiera nella notte*

Ti adoro devotamente, o Dio nascosto,
che sotto queste specie in verità ti celi:
il mio cuore tutto a te si sottomette,
perché contemplandoti tutto viene meno.
La vista, il tatto, il gusto più non servono,
ma credo fermamente a ciò che ho udito:
Credo a tutto ciò che disse il Figlio di Dio,
e niente è più vero di questa parola.

***Sulla croce era nascosta la sola divinità,
ma qui anche l'umanità si vela;
tuttavia credendole e affermandole entrambe,
chiedo ciò che chiese il buon ladrone pentito.***

Non vedo, come Tommaso, le tue piaghe;
eppure ti riconosco come mio Dio:
fa che io creda sempre più in te, che in te spero,
che sempre più ti ami.

***O sacro ricordo della morte del Signore,
pane vivo che dai la vita all'uomo,
fa che la mia mente di te viva e sempre gusti la tua soavità.***

O pio pellicano, Gesù Signore,
me immondo monda con il tuo sangue,
di cui una stilla sola può salvare dai suoi delitti il mondo intero.

***O Gesù che contemplo qui velato fa che avvenga,
ti prego, ciò che bramo:
che ti contempi un giorno faccia a faccia
e nella visione della tua gloria sia beato. Amen!*** (S. Tommaso D'Aquino)

La preghiera che si prolunga durante le ore notturne è "la lampada accesa", segno luminoso della compagnia di Dio, della sua presenza accanto ad ogni uomo. Il nostro è uno dei tanti "fuochi" della preghiera incessante della Chiesa: viviamolo in comunione con le comunità di monaci e di monache che anche nella notte vegliano per tenere accesa la luce dello Spirito nel Tempio di Dio che il "Mondo" visitato e redento da Dio per mezzo di Suo Figlio Gesù.

TESTI PER L'ADORAZIONE PERSONALE

* Signore, sono venuto qui nel cuore della notte, ad incontrarmi con te, a pregarti, a interrogarti. La strada mi ha portato fino a te.

Tu, invisibile, mi hai accompagnato nella fatica di questa avventura; ho riconosciuto il vento leggero della tua presenza nell'amicizia dei miei compagni di strada, nelle meraviglie della natura, nelle scoperte della condivisione, nella quiete della sera.

* Mi hai condotto su questo colle fuori città dove altri pellegrini con me sono venuti per sostare un poco con Te, per riprendere poi nuovamente il cammino rinfrancati dall'Incontro con Te. Sono venuto qui nella notte per chiederti dove porta la mia strada, per sapere da te cosa devo lasciare e cosa devo portarmi in questo viaggio che presto riprenderò. Rinato in te a vita nuova, possa camminare nella forza che ricevo ora da Te, da questo stesso Pane di Vita che domani accoglierò come cibo, pane dei poveri, pane dei pellegrini. Amen

PREGA CON IL SALMO 139 (138)

Signore, tu mi scruti e mi conosci,
tu conosci quando mi siedo e quando mi alzo,
intendi da lontano i miei pensieri,
*osservi il mio cammino e il mio riposo,
ti sono note tutte le mie vie.*

La mia parola non è ancora sulla lingua
ed ecco, Signore, già la conosci tutta.
*Alle spalle e di fronte mi circondi
e poni su di me la tua mano.*

Meravigliosa per me la tua conoscenza,
troppo alta, per me inaccessibile.
Dove andare lontano dal tuo spirito?
Dove fuggire dalla tua presenza?
Se salgo in cielo, là tu sei;
se scendo negli inferi, eccoti.
Se prendo le ali dell'aurora
per abitare all'estremità del mare,
anche là mi guida la tua mano
e mi afferra la tua destra.
Se dico: "Almeno le tenebre mi avvolgono
e la luce intorno a me sia notte",
nemmeno le tenebre per te sono tenebre
e la notte è luminosa come il giorno;
per te le tenebre sono come luce.
Sei tu che hai formato i miei reni
e mi hai tessuto nel grembo di mia madre.
Io ti rendo grazie:
hai fatto di me una meraviglia stupenda;
meravigliose sono le tue opere,
le riconosce pienamente l'anima mia.
Non ti erano nascoste le mie ossa
quando venivo formato nel segreto,
ricamato nelle profondità della terra.
Ancora informi mi hanno visto i tuoi occhi;
erano tutti scritti nel tuo libro i giorni che furono fissati
quando ancora non ne esisteva uno.
Quanto profondi per me i tuoi pensieri,
quanto grande il loro numero, o Dio!
Se volessi contarli, sono più della sabbia.
Mi risveglio e sono ancora con te.
Se tu, Dio, uccidessi i malvagi!
Allontanatevi da me, uomini sanguinari!
Essi parlano contro di te con inganno,
contro di te si alzano invano.
Quanto odio, Signore, quelli che ti odiano!
Quanto detesto quelli che si oppongono a te!
Li odio con odio implacabile,
li considero miei nemici.

*Scrutami, o Dio, e conosci il mio cuore,
provami e conosci i miei pensieri;
vedi se percorro una via di dolore
e guidami per una via di eternità.*

Per la riflessione

La prima parte di questo inno (vv. 1-18) è una lode alla onnipotenza di Dio, alla sua presenza nel mondo, alla sua provvidenza verso il creato e al suo agire per la vita dell'uomo. La seconda parte (vv. 19-24) contiene una supplica ardente contro i malvagi. Nell'insieme dell'inno, che esalta e canta l'armonia della creazione e dell'agire di Dio, tale supplica ha lo scopo di tener lontano ciò che potrebbe infrangere questa armonia e questa bellezza, cioè il peccato, favorito dall'agire dei malvagi.

vv.2-3 *quando mi siedo e quando mi alzo*: alzarsi-sedersi, cammino-riposo sono espressioni che intendono indicare tutto l'agire dell'uomo.

vv. 8-9 Le tre immagini (*cielo, inferi, mare*) esprimono la totalità del creato.

vv. 13-16 Viene descritto l'intervento creativo di Dio nella formazione dell'uomo. I *reni* erano considerati la parte più segreta dell'uomo. Il *segreto* e le *profondità della terra* designano il grembo materno. Il *libro* su cui Dio scrive indica qui la piena conoscenza che egli possiede dell'agire e del vivere dell'uomo, del suo destino e della sua fine (vedi Sal 56,9; 69,29). L'autore del salmo, di fronte a quest'opera meravigliosa di Dio, rimane profondamente stupito e confessa implicitamente la propria lode (*le riconosce pienamente l'anima mia*).

vv. 21-22 Queste espressioni molto forti evidenziano la piena adesione a Dio e la totale avversione al male.

Per pregare il Salmo 25 vai alle pagine 8 e 9

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....



Domenica mattina

PREGHIERA DEL MATTINO

1. Aprimi gli occhi o Dio:
che io veda la tua bellezza.
Sono come cieco, privo di luce
sànamì, voglio vederti.

2. Apri il mio cuore o Dio:
son triste, chiuso in me stesso;
c'è chi ha fame e bussa alla porta:
dimmi cos'è saper dare.

3. Fa' che cammini, o Dio,
senza sosta, verso la vita;
voglio seguirti fino alla croce:
guidami con la tua mano

4. Dammi fede o Dio,
quando il mondo ti dice morto.
Quando la sera scenderà improvvisa,
resta con me, mio Signore. Amen

Antifona: Lode a te Signore e gloria nei secoli

Lodate il Signore dai cieli*

lodatelo nell'alto dei cieli.

Lodatelo, voi tutti, suoi angeli*

lodatelo, voi tutte, sue schiere.

Lodatelo, sole e luna*

lodatelo, voi tutte, fulgide stelle.

Lodatelo, cieli dei cieli*

voi, acque al di sopra dei cieli.

Lodino il nome del Signore*

perché al suo comando sono stati creati.

Li ha resi stabili nei secoli per sempre*

ha fissato un decreto che non passerà.

Lodate il Signore dalla terra*

mostri marini e voi tutti, abissi,

fuoco e grandine, neve e nebbia*

vento di bufera che esegue la sua parola,

monti e voi tutte, colline*

alberi da frutto e voi tutti, cedri,

voi, bestie e animali domestici*

rettili e uccelli alati.

I re della terra e i popoli tutti*

i governanti e i giudici della terra,

i giovani e le ragazze

i vecchi insieme ai bambini*

lodino il nome del Signore,

perché solo il suo nome è sublime

la sua maestà sovrasta la terra e i cieli*

Ha accresciuto la potenza del suo popolo.

Egli è la lode per tutti i suoi fedeli*

per i figli d'Israele, popolo a lui vicino.

Antifona: Lode a te Signore e gloria nei secoli

Per la riflessione personale

Inno che si esprime in un crescendo di lode alla grandezza di Dio, creatore e Signore dell'universo.

v. 4 **cieli dei cieli**: la parte più elevata del cielo, dove si pensava fosse la dimora di Dio. Le *acque al di sopra dei cieli* sono quelle al di sopra del firmamento, dagli antichi ritenute il deposito delle piogge.

SALMO 8

*Se guardo il cielo, la luna e le stelle,
opere che Tu con le dita hai modellato,
che cosa è, perché te ne curi,
che cosa è, perché te ne ricordi,
l'uomo, l'uomo, l'uomo?*

Eppure l'hai fatto poco meno degli angeli,
di gloria e di onore lo hai coronato,
gli hai dato potere sulle opere delle tue mani,
su tutte le cose che Tu avevi creato:
gli uccelli del cielo, i pesci del mare,
le greggi e gli armenti, gli animali della campagna.

LETTURA BREVE Cfr Ne 8, 9.10

Questo giorno è consacrato al Signore nostro Dio; non fate lutto e non piangete!
Perché questo giorno è consacrato al Signore nostro; non vi rattristate, perché la gioia del Signore è la vostra forza.

RESPONSORIO BREVE

Il Signore veglia * sul cammino dei giusti.

Il Signore veglia sul cammino dei giusti.

Fa splendere la sua misericordia e la sua pace,
sul cammino dei giusti.

Gloria al Padre e al Figlio e allo Spirito Santo.

Il Signore veglia sul cammino dei giusti.

Ant. al cantico: Dio è spirito: adoratelo in spirito e verità.

CANTICO DI ZACCARIA

Benedetto il Signore Dio d'Israele, *

perché ha visitato e redento il suo popolo,
*e ha suscitato per noi una salvezza potente **
nella casa di Davide, suo servo,

come aveva promesso *

per bocca dei suoi santi profeti d'un tempo:

*salvezza dai nostri nemici, **

e dalle mani di quanti ci odiano.

Così egli ha concesso misericordia ai nostri padri *

e si è ricordato della sua santa alleanza,

*del giuramento fatto ad Abramo, nostro padre, **

di concederci, liberati dalle mani dei nemici,

di servirlo senza timore, in santità e giustizia *

al suo cospetto, per tutti i nostri giorni.

*E tu, bambino, sarai chiamato profeta dell'Altissimo **

perché andrai innanzi al Signore a preparargli le strade,

per dare al suo popolo la conoscenza della salvezza *

nella remissione dei suoi peccati,

*grazie alla bontà misericordiosa del nostro Dio, **

per cui verrà a visitarci dall'alto un sole che sorge

per rischiarare quelli che stanno nelle tenebre *

e nell'ombra della morte

*e dirigere i nostri passi **

sulla via della pace.

Gloria al padre, al Figlio*

e allo Spirito Santo

*Come era nel principio e ora e sempre**

Nei secoli dei secoli. Amen

Ant. al cantico: Dio è spirito: adoratelo in spirito e verità.

INVOCAZIONE

Benediciamo il nostro Redentore che ci ha meritato questo tempo di salvezza e

preghiamo perché ci conceda il dono della conversione:

Crea in noi, Signore, uno spirito nuovo.

Cristo, vita nostra, che mediante il battesimo ci hai sepolti con te nella morte, per renderci partecipi della tua risurrezione,

- donaci di abbandonare le nostre paralisi per camminare con te nella vita nuova.

Signore, che sei passato fra la gente, sanando e beneficiando tutti,

- concedi anche a noi di essere sempre pronti al servizio dei fratelli.

Fa' che ci impegniamo a costruire insieme un mondo più umano e più giusto,

- nella costante ricerca del tuo regno.

Gesù, acqua viva per la nostra sete, riversa il Tuo Santo Spirito nelle profonde ferite della nostra umanità,

- perché possiamo godere pienamente dei doni della tua redenzione.

Padre Nostro

ORAZIONE

O Dio sorgente della vita, tu offri all'umanità riarsa dalla sete l'acqua viva della grazia che scaturisce dalla roccia, Cristo salvatore; concedi al tuo popolo il dono dello Spirito, perché sappia professare con forza la sua fede, e annunci con gioia le meraviglie del tuo amore. Per il nostro Signore.

**MEDITATIO: Riprendiamo la rilessione sul testo della trasfigurazione.
Cosa dice alla mia vita?**

SULLA TUA PAROLA

Signore ho pescato tutto il giorno
le reti son rimaste sempre vuote,
s'è fatto tardi, a casa ora ritorno:
Signore, son deluso e me ne vado.
La vita con me è sempre stata dura
e niente mai mi da soddisfazione;
la strada in cui mi guidi è insicura,
son stanco ed ora non aspetto più.

*“Pietro vai, fidati di Me, getta ancora in acqua le tue reti.
Prendi ancora il largo, sulla mia parola,
con la mia potenza Io ti farò pescatore di uomini”.*

Maestro dimmi: cosa devo fare,
insegnami Signore dove andare;
Gesù dammi la forza di partire
la forza di lasciare le mie cose.
Questa famiglia che mi son creato,
le barche che a fatica ho conquistato,
la casa, la mia terra, la mia gente,
Signore, dammi Tu una fede forte.

*“Pietro vai, fidati di Me, la mia Chiesa su di te io fonderò.
Manderò lo Spirito, ti darà coraggio,
donerà la forza dell'amore per il Regno di Dio”.*

1. **La montagna: il silenzio.** La trasfigurazione avviene in un ambiente di lontananza dalla vita ordinaria. Il testo parla di Gesù che conduce i tre in disparte e su un alto monte. È un momento di astrazione dalla vita quotidiana per far tacere le voci rumorose dell'affannoso vivere e calarsi nel silenzio che favorisce l'incontro con Dio. Già il profeta Osea suggeriva questo fruttuoso ritiro. In generale il monte è il luogo abituale dell'incontro con Dio.

Anche Mosè era salito sul monte per ascoltare la volontà divina. Nell'impossibilità di esprimere a parole il fascio eterogeneo di emozioni, sensazioni, l'evangelista si rifugia nelle immagini. Il volto di Gesù diventa splendente come il sole, e le sue vesti candide come la luce. Ai tre discepoli è concesso di assistere a una manifestazione divina che anticipa sul monte la bellezza dell'eternità e dello stare con Dio.

Pietro, Giacomo e Giovanni salgono al Tabor con Gesù portando con sé le domande sempre più gravi che emergono dal loro cuore. Il coraggio di avere nel cuore le domande vere della vita, caratterizza la faticosa salita al monte: Che senso ha la storia? In che modo Dio si rivela in questa storia? Perché il Padre della misericordia sembra tacere davanti alla sofferenza dell'uomo? Come può la "mite bellezza di un Dio crocefisso portare la salvezza, dare valore alla vita e a una storia che sembra procedere lontana e indifferente agli appelli di Dio?

2. **Pietro: l'umanità.** A questo punto sembra che sia solo Pietro a verbalizzare i suoi sentimenti ed esce con l'espressione della costruzione delle tre tende.

Le sue parole portano il marchio della spontaneità, ma anche quello dell'istintività e dell'irriflessione.

È una reazione inconsulta, tipica dell'uomo ma che in realtà pensa solo a sé, al gruppetto. Pensa esclusivamente all'ora presente che vuole trattenere in forma stabile ed esclusiva. Le sue sono le parole dell'uomo che vorrebbe eternare quell'attimo per goderlo per sempre. Pietro esprime un sentimento umanamente condivisibile. Tutti vorrebbero un passato gravato di difficoltà e ignorare un futuro carico d'incognite per assaporare unicamente un presente gratificante. La sua rimane una risposta impropria perché non ha ancora ascoltato, volendo rispondere prime di capire il senso profondo dell'avvenimento. La trasfigurazione è un fatto divino e si comprende solo se Dio ne offre la chiave.

3. **La nuvola: Il mistero.** La scena raggiunge il suo apice con la presenza e la parola di Dio. La nuvola luminosa è la forma sensibile con la quale Dio si rivela. Opaca e risplendente allo stesso tempo essa manifesta Dio presente senza rivelarne il mistero. La nuvola coinvolge i tre discepoli nel mistero di Dio e grazie a questo coinvolgimento sono in grado di ascoltare la voce che viene a proclamare per la seconda volta la figliolanza divina di Gesù e l'importanza nell'ascoltare la sua voce.

La trasfigurazione è la risposta di Gesù alle nostre domande. In realtà sul monte Gesù non ci parla, si trasfigura! Si manifesta nella sua vera identità, ci dice chi è! E' l'amore crocefisso e risorto, rivelazione del cuore divino che ama. Una manifestazione di Gesù che, appare ai discepoli non solo vera e buona, ma anche bella: è il fascino della Verità e del Bene, è la bellezza di Dio che dà il significato alle cose e alla vita, che risponde alle domande inquietanti che portiamo nel cuore. Solo l'incontro con il Cristo trasfigurato è capace di cambiare la vita e di dare senso pieno all'esistenza.

4. *Ascoltare e seguire Gesù.* Questo ascoltare e seguire deve portare i discepoli dove Gesù va, senza tentennamenti e senza resistenze. Dopo l'ascolto dovrebbe venire la risposta. Non si tratta di una risposta verbale, bensì di una risposta esistenziale smettendo di voler modificare il programma messianico, impedendo a Gesù la sofferenza, e riprendere il cammino anche se duro.

RIFLETTI

Davanti agli alti e bassi che così spesso si alternano e che ti spaccano, Gesù ti indica il cammino. Il calvario dell'angoscia verso cui si dirige, è preparato dal Tabor della gioia e della consolazione. Perché alla luce si arriva solo affrontando le tenebre! E dopo l'emozione dell'incontro con lui, Gesù ci rimanda sulla strada, ad affrontare con passione le battaglie di ogni giorno.

Il tempo della Quaresima ci prepara a gustare il dono della Pasqua e, come i magi, tracciamo la nostra strada guardando la stella. La luce del tuo volto trasfigurato, o Signore, ci illumini anche quando la strada si fa dura!

1. Ci fidiamo davvero fino in fondo di Dio? Ascoltiamo tutto quello che ci dice di fare o cerchiamo delle alternative? Siamo davvero in grado di ascoltare Gesù per compiere la volontà di Dio? Riesco a salire sul monte per fare spazio a lui?
2. Mi lascio prendere da Cristo per salire sul monte e toccare con mano la resurrezione alla vita nuova per poi annunciarla al prossimo? So stare in "silenzio" e cioè meditare e maturare la mia fede per poi essergli testimone? Riesco a trasmettere la gioia di essere servo per amore e dell'Amore?
3. Mi lascio Trasfigurare con Cristo? Abbiamo davvero sperimentato l'amore di Dio per noi per poi viverlo in pieno? Sono convinto che la radice del disegno di Dio sia la croce e il frutto è quello della vita?



SANTA MESSA

Rit. Vi darò un cuore nuovo, metterò dentro di voi uno Spirito nuovo.

Vi prenderò dalle genti, vi radunerò da ogni terra, e vi condurrò sul vostro suolo.

Vi aspergerò con acqua pura, e Io vi purificherò, e voi sarete purificati.

Io vi libererò da tutti i vostri peccati, da tutti i vostri idoli.

Porrò il mio Spirito dentro di voi, voi sarete il mio popolo e Io sarò il vostro Dio.

Dal libro dell'Esodo (17, 3-7)

In quei giorni, il popolo soffriva la sete per mancanza di acqua; il popolo mormorò contro Mosè e disse: «Perché ci hai fatto salire dall'Egitto per far morire di sete noi, i nostri figli e il nostro bestiame?».

Allora Mosè gridò al Signore, dicendo: «Che cosa farò io per questo popolo? Ancora un poco e mi lapideranno!».

Il Signore disse a Mosè: «Passa davanti al popolo e prendi con te alcuni anziani d'Israele.

Prendi in mano il bastone con cui hai percosso il Nilo, e va'! Ecco, io starò davanti a te là sulla roccia, sull'Oreb; tu batterai sulla roccia: ne uscirà acqua e il popolo berrà».

Mosè fece così, sotto gli occhi degli anziani d'Israele. E chiamò quel luogo Massa e Meriba, a causa della protesta degli Israeliti e perché misero alla prova il Signore, dicendo: «Il Signore è in mezzo a noi sì o no?».

Parola di Dio

Ripetiamo: Ascoltate oggi la voce del Signore: non indurite il vostro cuore.

Venite, cantiamo al Signore,
acclamiamo la roccia della nostra salvezza.

Accostiamoci a lui per rendergli grazie,
a lui acclamiamo con canti di gioia.

Entrate: prostrati, adoriamo,
in ginocchio davanti al Signore che ci ha fatti.

È lui il nostro Dio
e noi il popolo del suo pascolo,
il gregge che egli conduce.

Se ascoltaste oggi la sua voce!
«Non indurite il cuore come a Merìba,
come nel giorno di Massa nel deserto,
dove mi tentarono i vostri padri:
mi misero alla prova
pur avendo visto le mie opere».

Dalla lettera di san Paolo apostolo ai Romani (5,1-2.5-8)

Fratelli, giustificati per fede, noi siamo in pace con Dio per mezzo del Signore nostro Gesù Cristo. Per mezzo di lui abbiamo anche, mediante la fede, l'accesso a questa grazia nella quale ci troviamo e ci vantiamo, saldi nella speranza della gloria di Dio.

La speranza poi non delude, perché l'amore di Dio è stato riversato nei nostri cuori per mezzo dello Spirito Santo che ci è stato dato.

Infatti, quando eravamo ancora deboli, nel tempo stabilito Cristo morì per gli empi. Ora, a stento qualcuno è disposto a morire per un giusto; forse qualcuno oserebbe morire per una persona buona. Ma Dio dimostra il suo amore verso di noi nel fatto che, mentre eravamo ancora peccatori, Cristo è morto per noi.

Parola di Dio

CANTO AL VANGELO (Gv 4,42.15)

Lode a te, o Cristo, re di eterna gloria!

Signore, tu sei veramente il salvatore del mondo;
dammi dell'acqua viva, perché io non abbia più sete.

Lode a te, o Cristo, re di eterna gloria!

+ Dal Vangelo secondo Giovanni

In quel tempo, Gesù giunse a una città della Samaria chiamata Sicar, vicina al terreno che Giacobbe aveva dato a Giuseppe suo figlio: qui c'era un pozzo di Giacobbe. Gesù dunque, affaticato per il viaggio, sedeva presso il pozzo. Era circa mezzogiorno. Giunge una donna samaritana ad attingere acqua. Le dice Gesù: «Dammi da bere». I suoi discepoli erano andati in città a fare provvista di cibi. Allora la donna samaritana gli dice: «Come mai tu, che sei giudeo, chiedi da bere a me, che sono una donna samaritana?». I Giudei infatti non hanno rapporti con i Samaritani.

Gesù le risponde: «Se tu conoscessi il dono di Dio e chi è colui che ti dice: "Dammi da bere!", tu avresti chiesto a lui ed egli ti avrebbe dato acqua viva». Gli dice la donna: «Signore, non hai un secchio e il pozzo è profondo; da dove prendi dunque quest'acqua viva? Sei tu forse più grande del nostro padre Giacobbe, che ci diede il pozzo e ne bevve lui con i suoi figli e il suo bestiame?».

Gesù le risponde: «Chiunque beve di quest'acqua avrà di nuovo sete; ma chi berrà dell'acqua che io gli darò, non avrà più sete in eterno.

Anzi, l'acqua che io gli darò diventerà in lui una sorgente d'acqua che zampilla per la vita eterna».

«Signore – gli dice la donna –, dammi quest’acqua, perché io non abbia più sete e non continui a venire qui ad attingere acqua». Le dice: «Va’ a chiamare tuo marito e ritorna qui». Gli risponde la donna: «Io non ho marito». Le dice Gesù: «Hai detto bene: “Io non ho marito”. Infatti hai avuto cinque mariti e quello che hai ora non è tuo marito; in questo hai detto il vero».

Gli replica la donna: «Signore, vedo che tu sei un profeta! I nostri padri hanno adorato su questo monte; voi invece dite che è a Gerusalemme il luogo in cui bisogna adorare». Gesù le dice: «Credimi, donna, viene l’ora in cui né su questo monte né a Gerusalemme adorerete il Padre. Voi adorarete ciò che non conoscete, noi adoriamo ciò che conosciamo, perché la salvezza viene dai Giudei. Ma viene l’ora – ed è questa – in cui i veri adoratori adoreranno il Padre in spirito e verità: così infatti il Padre vuole che siano quelli che lo adorano. Dio è spirito, e quelli che lo adorano devono adorare in spirito e verità». Gli rispose la donna: «So che deve venire il Messia, chiamato Cristo: quando egli verrà, ci annuncerà ogni cosa». Le dice Gesù: «Sono io, che parlo con te».

In quel momento giunsero i suoi discepoli e si meravigliavano che parlasse con una donna. Nessuno tuttavia disse: «Che cosa cerchi?», o: «Di che cosa parli con lei?». La donna intanto lasciò la sua anfora, andò in città e disse alla gente: «Venite a vedere un uomo che mi ha detto tutto quello che ho fatto. Che sia lui il Cristo?». Uscirono dalla città e andavano da lui. Intanto i discepoli lo pregavano: «Rabbì, mangia». Ma egli rispose loro: «Io ho da mangiare un cibo che voi non conoscete». E i discepoli si domandavano l’un l’altro: «Qualcuno gli ha forse portato da mangiare?». Gesù disse loro: «Il mio cibo è fare la volontà di colui che mi ha mandato e compiere la sua opera. Voi non dite forse: ancora quattro mesi e poi viene la mietitura? Ecco, io vi dico: alzate i vostri occhi e guardate i campi che già biondeggiano per la mietitura. Chi miete riceve il salario e raccoglie frutto per la vita eterna, perché chi semina gioisca insieme a chi miete. In questo infatti si dimostra vero il proverbio: uno semina e l’altro miete. Io vi ho mandati a mietere ciò per cui non avete faticato; altri hanno faticato e voi siete subentrati nella loro fatica».

Molti Samaritani di quella città credettero in lui per la parola della donna, che testimoniava: «Mi ha detto tutto quello che ho fatto». E quando i Samaritani giunsero da lui, lo pregavano di rimanere da loro ed egli rimase là due giorni. Molti di più credettero per la sua parola e alla donna dicevano: «Non è più per i tuoi discorsi che noi crediamo, ma perché noi stessi abbiamo udito e sappiamo che questi è veramente il salvatore del mondo».

Parola del Signore.

Canto di Offertorio COME LA PIOGGIA E LA NEVE

Come la pioggia e la neve scendono giù dal cielo
e non vi ritornano senza irrigare e far germogliare la terra,
così ogni mia parola non ritornerà a me senza operare quanto desidero,
senza aver compiuto ciò per cui l'avevo mandata.

Ogni mia parola, ogni mia parola.

Canto alla Comunione TU SEI LA MIA VITA

1. **Tu sei la mia vita, altro io non ho.** Tu sei la mia strada, la mia verità.
Nella tua parola io camminerò, finché avrò respiro, fino a quando Tu vorrai.
Non avrò paura sai, se Tu sei con me: io ti prego resta con me.
2. **Credo in Te Signore nato da Maria;** Figlio eterno e santo, uomo come noi.
Morto per amore, vivo in mezzo a noi: una cosa sola con il Padre e con i tuoi.
Fino a quando, io lo so, Tu ritornerai per aprirci il regno di Dio.
3. **Tu sei la mia forza, altro io non ho.** Tu sei la mia pace, la mia libertà.
Niente nella vita ci separerà: so che la tua mano forte non mi lascerà.
So che da ogni male Tu mi libererai, e nel tuo perdono vivrò.
4. **Padre della vita, noi crediamo in Te.** Figlio salvatore, noi speriamo in Te.
Spirito d'amore, vieni in mezzo a noi: Tu da mille strade ci raduni in unità.
E per mille strade poi, dove Tu vorrai, noi saremo il seme di Dio.

Canto di congedo QUALE GIOIA (Salmo 122)

Rit: *Quale gioia mi dissero andremo alla casa del Signore,
ora i piedi o Gerusalemme si fermano davanti a te.*

Ora Gerusalemme è ricostruita come città salda, forte e unita.

Là sono posti i seggi della sua giustizia, i seggi della casa di Davide.

Domandate pace per Gerusalemme, sia pace a chi ti ama, pace alle tue mura.

Su di te sia pace, chiederò il tuo bene, per la casa di Dio chiederò la gioia



Testi a cura dell'Equipe dell' *Eremo*