

## Custodia del Silenzio Ordinaria

Il Domenica di Quaresima - Anno B 28 Febbraio 2021



### Grotta di san Girolamo - Parola di Dio



#### Lettura pregata

#### **Salmo Responsoriale**

#### **Dal Sal 115 (116)**

R. Camminerò alla presenza del Signore nella terra dei viventi.

Ho creduto anche quando dicevo:

«Sono troppo infelice».

Agli occhi del Signore è preziosa

la morte dei suoi fedeli. R.

Ti prego, Signore, perché sono tuo servo;

io sono tuo servo, figlio della tua schiava:

tu hai spezzato le mie catene.

A te offrirò un sacrificio di ringraziamento

e invocherò il nome del Signore. R.

Adempirò i miei voti al Signore  
davanti a tutto il suo popolo,  
negli atri della casa del Signore,  
in mezzo a te, Gerusalemme. R.

Rimani un po' in silenzio e fai spazio alla voce dello Spirito.

### **Lettura meditata**

#### **Dal libro della Genesi**

In quei giorni, Dio mise alla prova Abramo e gli disse: «Abramo!». Rispose: «Eccomi!». Riprese: «Prendi tuo figlio, il tuo unigenito che ami, Isacco, va' nel territorio di Mòria e offrilo in olocausto su di un monte che io ti indicherò».

Così arrivarono al luogo che Dio gli aveva indicato; qui Abramo costruì l'altare, collocò la legna. Poi Abramo stese la mano e prese il coltello per immolare suo figlio. Ma l'angelo del Signore lo chiamò dal cielo e gli disse: «Abramo, Abramo!». Rispose: «Eccomi!». L'angelo disse: «Non stendere la mano contro il ragazzo e non fargli niente! Ora so che tu temi Dio e non mi hai rifiutato tuo figlio, il tuo unigenito».

Allora Abramo alzò gli occhi e vide un ariete, impigliato con le corna in un cespuglio. Abramo andò a prendere l'ariete e lo offrì in olocausto invece del figlio.

L'angelo del Signore chiamò dal cielo Abramo per la seconda volta e disse: «Giuro per me stesso, oracolo del Signore: perché tu hai fatto questo e non hai risparmiato tuo figlio, il tuo unigenito, io ti colmerò di benedizioni e renderò molto numerosa la tua discendenza, come le stelle del cielo e come la sabbia che è sul lido del mare; la tua discendenza si impadronirà delle città dei nemici. Si diranno benedette nella tua discendenza tutte le nazioni della terra, perché tu hai obbedito alla mia voce» (Gen 22,1-2.9.10-13.15-18).

#### **Dalla lettera di san Paolo apostolo ai Romani**

Fratelli, se Dio è per noi, chi sarà contro di noi? Egli, che non ha risparmiato il proprio Figlio, ma lo ha consegnato per tutti noi, non ci donerà forse ogni cosa insieme a lui? Chi muoverà accuse contro coloro che Dio ha scelto? Dio è colui che giustifica! Chi condannerà? Cristo Gesù è morto, anzi è risorto, sta alla destra di Dio e intercede per noi! (Rm 8,31b-34).

#### **Dal Vangelo secondo Marco**

In quel tempo, Gesù prese con sé Pietro, Giacomo e Giovanni e li condusse su un alto monte, in disparte, loro soli. Fu trasfigurato davanti a loro e le sue vesti divennero splendide, bianchissime: nessun lavandaio sulla terra potrebbe renderle così bianche. E apparve loro Elia con Mosè e conversavano con Gesù. Prendendo la parola, Pietro disse a Gesù: «Rabbì, è bello per noi essere qui; facciamo tre capanne, una per te, una per Mosè e una per Elia». Non sapeva infatti che cosa dire, perché erano spaventati. Venne una nube che li coprì con la sua ombra e dalla nube uscì una voce: «Questi è il Figlio mio, l'amato: ascoltatelo!». E improvvisamente, guardandosi attorno, non videro più nessuno, se non Gesù solo, con loro. Mentre scendevano dal monte, ordinò loro di non raccontare ad alcuno ciò che avevano visto, se non dopo che il Figlio dell'uomo fosse risorto dai morti. Ed essi tennero fra loro la cosa, chiedendosi che cosa volesse dire risorgere dai morti (Mc 9,2-10).

## Spiegazione

### **Da un'omelia di p. Raniero Cantalamessa, ofmcapp:**

La liturgia della Parola ci ha messo davanti agli occhi due scene: quella di Abramo che sale sul monte del Signore per sacrificarvi il figlio Isacco e quella di Gesù che sale sulla montagna per essere trasfigurato. Apparentemente, di comune c'è solo lo scenario – il monte –, perché, per il resto, una è una scena di sacrificio, l'altra è una scena di glorificazione. Se però la liturgia ha riunito e messo a confronto queste due pagine della Bibbia, ci deve essere un motivo profondo che dobbiamo scoprire. In realtà, veniamo a scoprire che i motivi profondi sono due: uno cristologico e uno antropologico. La parola di Dio di questa Domenica si presta infatti a una duplice lettura: una che ci parla di Cristo e una che ci parla di tutti noi. Le due intimamente connesse. L'evangelista Marco dà dell'episodio della Trasfigurazione una versione quanto mai sobria e convincente. È impossibile sottrarsi all'impressione che dietro il racconto ci sia il ricordo di un'esperienza personale – quella dell'apostolo Pietro di cui Marco raccoglie la predicazione – tanto i contorni sono semplici e nitidi e lo stato d'animo di Pietro reso alla perfezione (“Non sapeva che cosa dire”). Gli studiosi discutono come spiegare la Trasfigurazione: se in chiave storica, se come narrazione simbolica, o se come esperienza interiore e visionaria. Ma forse sono discussioni superflue. Come se fosse possibile catalogare con le nostre categorie abituali (storia, simbolo, visione) un'esperienza chiaramente divina e soprannaturale e che ha una sua realtà infinitamente più profonda di quella che chiamiamo “storica”. La certezza che i testimoni vollero comunicare alla Chiesa è che quel giorno Gesù apparve loro in una luce nuova, nella quale capirono, per rivelazione del Padre, chi fosse Gesù. Fu come se la divinità nascosta del Verbo incarnato sfondasse le pareti della sua carne e brillasse in tutta la sua gloria. Dio fece risplendere quel giorno nel cuore dei discepoli la gloria divina che rifulge sul volto di Cristo (2Cor 4,6). Poco prima, alla domanda: Chi è Gesù? si era udita la risposta della gente che diceva: Un profeta! e quella di Pietro: Il Messia! (Mc 8,27 ss.); ora, si ascolta la risposta del Padre: “Questi è il Figlio mio prediletto!”. Eppure, si ha l'impressione che il senso della Trasfigurazione non sia esaurito qui, cioè nella manifestazione della gloria di Gesù. Quell'imperativo del Padre: “Ascoltatelo!”, rimanda a ciò che Gesù sta per dire; e quello che Gesù sta per dire è che il Messia “deve soffrire molto ed essere disprezzato” (Mc 9,12), che deve morire e poi risuscitare dai morti (Mt 17,12; Lc 9,31). Due cose dunque, nel racconto della Trasfigurazione, ci richiamano l'esperienza di Abramo della prima lettura: Gesù è il Figlio prediletto del Padre (come Isacco lo era di Abramo) e questo Figlio è destinato al sacrificio! Anzi, la realtà si spinge più in là della figura, perché Dio – a differenza di Abramo – non ha trattenuto la mano all'ultimo momento, “non ha risparmiato il proprio Figlio, ma lo ha dato per tutti noi”, dice san Paolo nella seconda lettura di oggi. La tradizione cristiana ha visto in Gesù la realizzazione perfetta del sacrificio di Isacco, perfetta anche nei dettagli: Isacco porta sulle spalle la legna per il suo olocausto, come Gesù il legno della sua Croce; Isacco fu legato, come Gesù durante la sua passione; il monte stesso di Dio in cui salì Abramo corrisponde, nella tradizione ebraica, al sito di Gerusalemme. Ecco dunque cosa rivela la lettura cristologica dell'odierna liturgia: che Cristo è giunto alla sua gloria (la Trasfigurazione anticipa la risurrezione) attraverso la sofferenza, inaugurando così egli stesso quella via stretta che conduce alla vita (Mt 7,14); dice anche che questo sacrificio del Figlio sancisce una nuova ed eterna alleanza tra Dio e gli uomini, come la disponibilità di Abramo a sacrificare il figlio aveva reso possibile la prima alleanza (Gn 22,16 ss.). La lettura “per noi” (o in chiave esistenziale) di tutta questa vicenda prende, all'inizio, la forma di una grande tentazione, di un “perché?” mai soddisfatto. Non conosce Dio altra strada che quella della sofferenza? Perché questo “ponte dei sospiri” tra noi e la gloria, tra noi e la felicità? Che amore fu quello di Abramo (e quello di Dio) se non seppe o non volle risparmiare il dolore del proprio figlio? Intorno a questa domanda ha preso piede la rivolta. Scrittori a noi vicini hanno espresso, nei loro scritti, l'ondata di ribellione che sorge nel cuore dell'uomo a causa del dolore e

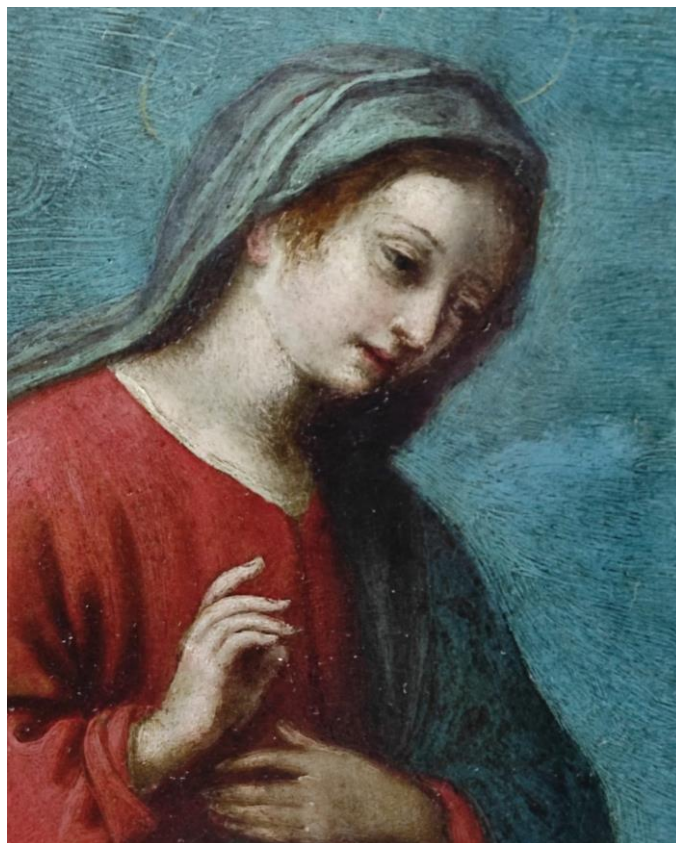
specialmente del dolore degli innocenti. “La domanda: Perché soffro? – è stato scritto – è la roccia dell’ateismo”. “Non è che non accetti Dio, dice un personaggio di Dostoevskij (non Dostoevskij stesso!), ma rispettosamente gli restituisco il mio biglietto” (I fratelli Karamazov); cioè: rifiuto di vivere nel suo mondo. Il che è peggio che negare semplicemente Dio; è rivolta. Io credo che sia ora di guardare un po’ più da vicino in questa obiezione del dolore, per vedere da dove viene veramente. C’è una sofferenza inspiegabile nel mondo – chi lo può negare?; ma non è sorprendente che essa non porti quasi mai lontano da Dio chi la soffre realmente, ma soltanto chi del dolore discute a tavolino, cioè filosofi e romanzieri? Il dolore vissuto che portò l’innocente Anna Frank a scoprire Dio e ad amarlo in modo commovente (vedi il suo Diario), nella mente dei suoi commentatori – gente che scriveva dopo la guerra, nel caldo delle case ricostruite –, si è tramutato in “insormontabile prova” contro Dio. Il dolore degli innocenti (a partire da quello del giusto Abele) non ha una spiegazione razionale, è vero, e quando crediamo di averla finalmente trovata, essa crolla presto all’apparire di fatto della prova. Ma se il dolore non ha una spiegazione, ha però una garanzia: Gesù Cristo! Non siamo più nella stessa situazione di Giobbe. Il dolore ha un senso e questo senso non può essere semplicemente il castigo per il peccato, perché lui, il Figlio prediletto del Padre, l’uomo senza peccato, l’ha assaporato fino in fondo. C’è, perciò, almeno uno che ha il diritto di perdonare, un giorno, tutto e tutti (compreso chi ha fatto soffrire un innocente) e di riconciliarci con l’universo di Dio; “È su lui che sta fondato l’edificio e sarà a lui che salirà l’inno: ‘Giusto sei tu, Signore, da quando si sono svelate le tue vie’” (Dostoevskij). Ha fatto bene la liturgia a farci ascoltare, nella seconda lettura, la parola di Paolo: “Dio non ha risparmiato il proprio Figlio, ma lo ha dato per tutti noi”, perché la chiave è proprio qui. In un certo senso, possiamo dire che Dio ha sofferto la stessa angoscia di Abramo e ha condiviso perciò la sorte che ha permesso per le sue creature. Il Dio di Gesù non è un dio “impassibile”! Cosa fare allora di fronte al dolore nostro e altrui? Il Salmo responsoriale ci ha fatto ascoltare questa stupenda confessione di un uomo come noi: “Ho creduto anche quando dicevo: Sono troppo infelice”. Credere anche nel dolore. È la più bella prova di fiducia che si possa dare a Dio. Di Abramo si legge che “credette, sperando, contro ogni speranza” e che questo gli “fu accreditato come giustizia” (Rm 4,18.22). Anche a noi – concludiamo con l’Apostolo – sarà accreditato come giustizia se crediamo in colui che ha risuscitato dai morti Gesù (Rm 4,24) e in colui che un giorno lo trasfigurò sul Tabor. Se crediamo, cioè, che Dio è abbastanza buono e potente per riscattare ogni dolore, ogni lacrima e far giungere anche noi – come vi giunse Gesù – attraverso la momentanea e leggera tribolazione a una quantità smisurata ed eterna di gloria (2Cor 4,17).  
(*La Parola di Cristo*, Commenti alle letture delle Domeniche e delle Feste, Ed. San Paolo).

Fermati su queste letture e dopo aver sottolineato le **parole di fuoco** (che scaldano il tuo cuore), scrivi il concetto di Dio e ascolta cosa il Signore ti dice attraverso di esse. Passa dalle parole che rivolgi a Dio alle parole che Dio rivolge a te.

<b>BUSSOLA</b>	<b>Data</b>
PAROLE DI FUOCO	
CONCETTO DI DIO	
PAROLE DI VITA	
SINTESI -SENTIMENTI	
GRAZIA	
FRUTTO	



## Grotta del Latte – Maria



**Stai davanti all'icona di Maria:** 5 minuti per trovare silenzio interiore

**Descrivi i sentimenti che noti in Maria:**

**Adesso stai davanti all'icona e «prendi il latte»**

**Leggi lentamente questa preghiera:**

Maria Vergine, Madre della nostra fede,  
aiutaci a vedere il mondo con gli occhi trasfigurati dall'Amore,  
a sostenere le prove della vita con la grazia della Luce divina.  
Tu, che vegli nelle nostre notti di angoscia,  
donaci la perseveranza di rimanere nell'umiltà del quotidiano  
con la gioia profonda dell'incontro sul Tabor.

Prega adesso il santo **Rosario** interiorizzato.



## Grotta degli Innocenti – Croce

### A) Contemplazione del dolore di Cristo

#### **Stai in silenzio davanti alla Croce di Gesù:**

Puoi farti guidare dalla seguente lettura o da qualsiasi altra meditazione sulla Passione di Nostro Signore Gesù Cristo, come ad esempio una via Crucis o altro ...

#### **Lettura proposta:**

#### **Dal Vangelo secondo Marco**

Giunsero intanto a un podere chiamato Getsemani, ed egli disse ai suoi discepoli: «Sedetevi qui, mentre io prego». Prese con sé Pietro, Giacomo e Giovanni e cominciò a sentire paura e angoscia. Disse loro: «*La mia anima è triste* fino alla morte. Restate qui e vegliate» (Mc 14, 32-34).

#### **La Passione interiore di Bruno Maggioni:**

Dopo aver consumato la cena pasquale, Gesù e i discepoli si recano in un podere (*chorion* indica un terreno coltivato), di nome Getzemani (in ebraico *gat shemanim*, cioè torchio degli oli).

«Sedetevi qui finché io prego» (14,32b): non è la prima volta nel vangelo di Marco che Gesù si allontana dai discepoli per pregare in solitudine (1,33; 6,46). La novità è che qui, dopo essersi separato, egli chiede ripetutamente la loro compagnia. Ed è anche la prima volta che la sua preghiera solitaria viene formulata in parole.

«Prende con sé Pietro, Giacomo e Giovanni» (14,33a): Marco ha già notato questo comportamento in altre tre occasioni (5,37; 9,2; 13,3). È una sorta di sigla letteraria che serve all'evangelista per introdurre importanti scene di rivelazione: la manifestazione della potenza di Gesù che risuscita una bambina morta (5,37), l'anticipazione della gloria della resurrezione (9,2), la grande profezia sulla caduta di Gerusalemme e sul ritorno del Figlio dell'uomo (13,3). Con la scena della trasfigurazione (9,2-8) il nostro episodio ha in comune tre elementi: la scelta dei tre discepoli prediletti, Pietro come portavoce e rappresentante del gruppo, l'osservazione «non sapevano che cosa rispondergli». Ma ci sono due grandi differenze: alla trasfigurazione Gesù si mostra glorioso e divino, qui profondamente umano.

«E incominciò a provare paura e smarrimento» (14,33b): per descrivere l'angoscia di Gesù, Marco utilizza due verbi, che uniti denotano l'emozione più intensa possibile: *ekthambeísthai* e *ademoneín*. Il primo ha come significato base lo sbalordimento, che rende attoniti, impietriti e sconcertati, come quando qualcosa di terribile accade di colpo davanti agli occhi. [...] Il secondo verbo usato da Marco (*ademoneín*) – che probabilmente in origine significava separato dal popolo e dalla comunità e, quindi isolato e straniero – denota uno stato di grande ansietà, di irrequietezza e di angoscia. [...]

«Rimanete qui e vegliate» (14,34b): in questo invito alla vigilanza alcuni esegeti scorgono un riferimento a Esodo 12,42, dove la pasqua (e qui siamo appunto, immediatamente dopo la cena pasquale) è detta «notte di veglia per il Signore». Ciò che qui più impressiona, però, è il silenzio dei discepoli. Gesù svela loro il suo stato d'animo ed essi non dicono nulla. Non una parola, non una reazione. La solitudine di Gesù è totale.

(Dal libro *I racconti evangelici della Passione*, Bruno Maggioni Cittadella editrice pag. 20-22).

## **B) Offerta del proprio dolore**

Dopo aver contemplato i dolori di Gesù, compi il percorso interiore per vedere in lui il tuo dolore, per portarlo in superficie e per offrirlo al Padre nello Spirito Santo.

**In-fero:** entra attraverso le piaghe di Gesù nella profondità di te stesso. Puoi entrarci rispondendo alla semplice domanda che il Signore ti pone: «figlio mio, come stai?». Rispondi con estrema verità e lasciati condurre al centro del tuo cuore. Per Cristo.

**Sub-fero:** il tuo dolore interiore ora è davanti a te, ne sei cosciente e decidi di portarlo con Gesù e per amore di Gesù. Il Signore si siede vicino a te, ti ascolta, ti comprende, ti accoglie. Con Cristo.

**Ob-fero:** offri il tuo dolore e la tua intera vita in unione all'offerta di Cristo attraverso il tuo sacerdozio battesimale. In Cristo.

## **C) Amore al dolore altrui**

Adesso volgi uno sguardo di misericordia verso coloro che ti sono vicini.





## Grotta della Natività – Contemplazione

Dopo aver trovato un posto tranquillo e una posizione comoda chiudi gli occhi e rilassa il corpo e la mente. Inizia a respirare lentamente e a percepire il battito del tuo cuore. Allontana ogni pensiero e ogni preoccupazione, ora hai un appuntamento importante col tuo Signore: pensa solo a Lui perché ti sta aspettando con grande gioia.

Entra pian piano in te stesso e comincia a guardare dentro di te con molta serenità, senza farti domande. Rilassati completamente.

Inizia la preghiera con estrema libertà o nelle forme suggerite nel sito alla voce **Sussidi** della Grotta della Natività.

### Conclusione

Maria è la Custode del Silenzio, anche del nostro silenzio. Affidiamo a lei ogni grazia che Dio ci ha concesso in questa settimana, affinché possiamo imitarla nel meditare e custodire nel segreto del cuore la Parola di vita che abbiamo ricevuto.

### Rinnovo delle promesse Battesimali nelle mani di Maria

Consapevole della mia  
vocazione cristiana,  
io rinnovo oggi  
nelle tue mani, o Maria,  
gli impegni del mio Battesimo.  
Rinuncio a satana, alle sue seduzioni,  
alle sue opere e  
mi consacro a Gesù Cristo  
per portare con Lui la mia croce  
nella fedeltà di ogni giorno  
alla volontà del Padre.

Alla presenza di tutta la Chiesa  
ti riconosco per mia Madre e Sovrana.  
A te offro e consacro  
la mia persona,  
la mia vita e  
il valore delle mie buone opere passate,  
presenti e future.  
Disponi di me e  
di quanto mi appartiene  
alla maggior gloria di Dio  
nel tempo e nell'eternità. Amen.