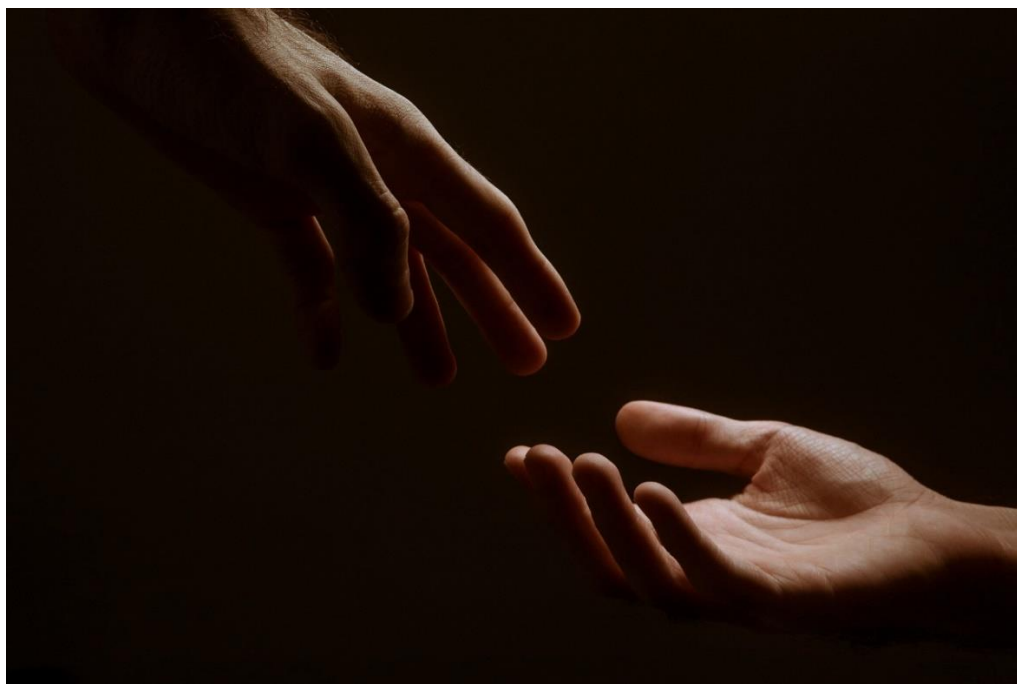


Custodia del Silenzio Ordinaria

VII Domenica Tempo Ordinario - Anno C - 20 Febbraio 2022



Grotta di san Girolamo - Parola di Dio



Lettura pregata

Salmo Responsoriale - Dal Sal 102 (103)

R. Il Signore è buono e grande nell'amore.

Benedici il Signore, anima mia,
quanto è in me benedica il suo santo nome.
Benedici il Signore, anima mia,
non dimenticare tutti i suoi benefici. R.

Egli perdona tutte le tue colpe,
guarisce tutte le tue infermità;
salva dalla fossa la tua vita,
ti circonda di bontà e misericordia. R.

Misericordioso e pietoso è il Signore,
lento all'ira e grande nell'amore.
Non ci tratta secondo i nostri peccati,
non ci ripaga secondo le nostre colpe. R.
Come dista l'oriente dall'occidente,
così egli allontana da noi le nostre colpe.

Come è tenero un padre verso i figli,
così il Signore è tenero
verso quelli che lo temono. R.

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

Lettura meditata

Dal primo libro di Samuele

In quei giorni, Saul si mosse e scese al deserto di Zif, conducendo con sé tremila uomini scelti di Israele, per ricercare Davide nel deserto di Zif.

Davide e Abisai scesero tra quella gente di notte ed ecco, Saul dormiva profondamente tra i carriaggi e la sua lancia era infissa a terra presso il suo capo, mentre Abner con la truppa dormiva all'intorno. Abisai disse a Davide: "Oggi Dio ti ha messo nelle mani il tuo nemico. Lascia dunque che io l'inchioidi a terra con la lancia in un sol colpo e non aggiungerò il secondo". Ma Davide disse ad Abisai: "Non ucciderlo! Chi mai ha messo la mano sul consacrato del Signore ed è rimasto impunito?"

Davide portò via la lancia e la brocca dell'acqua che era presso il capo di Saul e tutti e due se ne andarono; nessuno vide, nessuno se ne accorse, nessuno si svegliò: tutti dormivano, perché era venuto su di loro un torpore mandato dal Signore.

Davide passò dall'altro lato e si fermò lontano sulla cima del monte; vi era grande spazio tra di loro. Davide gridò: "Ecco la lancia del re, passi qui uno dei servitori e la prenda! Il Signore renderà a ciascuno secondo la sua giustizia e la sua fedeltà, dal momento che oggi il Signore ti aveva messo nelle mie mani e non ho voluto stendere la mano sul consacrato del Signore" (1Sam 26,2.7-9.12-13.22-23).

Dalla prima lettera di san Paolo apostolo ai Corinzi

Fratelli, il primo uomo, Adamo, divenne un essere vivente, ma l'ultimo Adamo divenne spirito datore di vita.

Non vi fu prima il corpo spirituale, ma quello animale, e poi lo spirituale.

Il primo uomo, tratto dalla terra, è fatto di terra; il secondo uomo viene dal cielo. Come è l'uomo terreno, così sono quelli di terra; e come è l'uomo celeste, così anche i celesti.

E come eravamo simili all'uomo terreno, così saremo simili all'uomo celeste (1Cor 15,45-49).

Dal Vangelo secondo Luca

In quel tempo, Gesù disse ai suoi discepoli: "A voi che ascoltate, io dico: amate i vostri nemici, fate del bene a quelli che vi odiano, benedite coloro che vi maledicono, pregate per coloro che vi trattano male. A chi ti percuote sulla guancia, offri anche l'altra; a chi ti strappa il mantello, non rifiutare neanche la tunica. Da' a chiunque ti chiede, e a chi prende le cose tue, non richiederle indietro.

E come volete gli uomini facciano a voi, così anche voi fate a loro.

Se amate quelli che vi amano, quale gratitudine vi è dovuta? Anche i peccatori amano quelli che li amano. E se fate del bene a coloro che fanno del bene a voi, quale gratitudine vi è dovuta? Anche i peccatori fanno lo stesso. E se prestate a coloro da cui sperate ricevere, quale gratitudine vi è dovuta? Anche i peccatori concedono prestiti ai peccatori per riceverne altrettanto. Amate invece i vostri nemici, fate del bene senza sperarne nulla, e la vostra ricompensa sarà grande e sarete figli dell'Altissimo, perché egli è benevolo verso gli ingrati e i malvagi.

Siate misericordiosi, come il Padre vostro è misericordioso.

Non giudicate e non sarete giudicati; non condannate e non sarete condannati; perdonate e sarete perdonati. Date e vi sarà dato: una misura buona, pigiata, colma e traboccante vi sarà versata nel grembo, perché con la misura con la quale misurate, sarà misurato a voi in cambio” (Lc 6,27-38).

Per meditare:

Quale misterioso disegno si nasconde nell'amore misericordioso? Che figura di *uomo celeste* può venire fuori da pensieri, gesti, azioni, compiuti in nome di questo amore che sovverte tutte le categorie umane? Gesù si rivolge con decisione *a voi che ascoltate, io dico*: solo coloro che imparano ad ascoltare attentamente il Signore possono entrare nella logica dell'amore misericordioso. Solo loro possono accogliere *nel grembo* del cuore la *misura buona, pigiata, colma e traboccante* di grazia, capace di far amare i nemici, di porgere l'altra guancia, di lasciarsi strappare mantello e tunica ... di farsi estremamente deboli per manifestare la vera forza dell'umiltà, questa grande potenza inattaccabile, che sconfigge ogni male. Niente può colpire un cuore umile: si riempie solo di Dio, si fida solo di Dio, si abbandona totalmente a Dio, facendo entrare in sé la sua Parola. E mettendola in pratica.

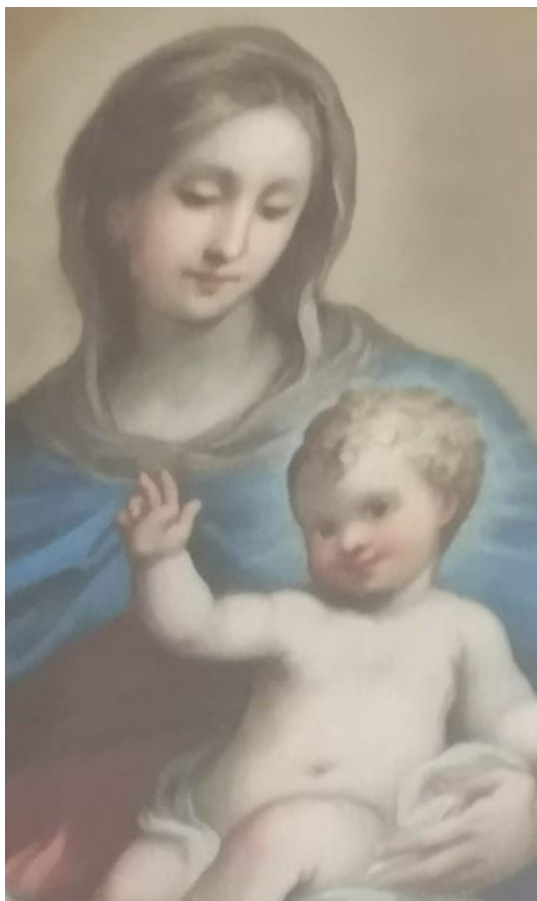
Abbandonare la vendetta significa lasciare al Signore della vita ogni giudizio e si rivela un gesto di suprema grandezza di fronte alle meschinità dell'offesa, dell'odio, della violenza. Chi usa violenza è estremamente debole dentro: ha bisogno di forza bruta per dimostrare di essere qualcuno, ma in realtà è vittima di se stesso, della sua incapacità di dominio sulla propria volontà, sulle proprie passioni. La sottomissione evangelica, invece, è una forza sottile, ma resistente come filo d'acciaio, che recide ogni moto d'orgoglio e ne fa vessillo di vittoria. Amare oltre ogni misura è la sfida che prima o poi incontreremo: ci toccherà da vicino, nelle corde più intime, capace di scardinare serrature e lucchetti che imprigionano la nostra libertà. Allora la figura di Cristo Crocifisso si staglierà davanti alle nostre debolezze col suo totale annientamento, indicandoci la Via sicura per imparare ad amare. Perché il suo Spirito ci conduce al di là *dell'uomo terreno*, ci trasferisce nella dimensione divina, dove tutto è possibile a chi ha il coraggio di credere.

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.

BUSSOLA	Data
PAROLE DI FUOCO	PAROLE SOTTOLINEATE...
CONCETTO DI DIO	TU SEI...
PAROLE DI VITA	FIGLIO MIO/FIGLIA MIA...
SINTESI -SENTIMENTI	OGGI HO COMPRESO CHE... PROVO QUESTO SENTIMENTO:
GRAZIA	ALLA LUCE DELLA PAROLA MEDITATA, SIGNORE, TI CHIEDO...
FRUTTO	FRUTTO CHE RACCOLGO E PROPOSITO SEMPLICE E ATTUABILE CHE FORMULO PER ESSERE PIU' UNITO AL SIGNORE...



Grotta del Latte – Maria



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

Descrivi i sentimenti che noti in Lei:

Lasciati nutrire dalle sue virtù e leggi lentamente questa preghiera:

Madre di Dio e Vergine, in te
la maledizione del mondo è tolta,
l'afflizione è cessata,
poiché, piena di grazia,
hai fatto sorgere la gioia pasquale sui fedeli,
dando Cristo in benedizione
a tutte le parti della terra.

(Preghiere bizantine alla Madre di Dio, Morcelliana, Roma, 1980)

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 Matteo

«E mentre i capi dei sacerdoti e gli anziani lo accusavano, non rispose nulla. Allora Pilato gli disse: "Non senti quante testimonianze portano contro di te?". Ma non gli rispose neanche una parola, tanto che il governatore rimase assai stupito» (Mt 27,12-14).

“Abba Poimen disse: “Qualunque pena ti raggiunga, la vittoria è tacere”. Nella nostra vita spirituale il silenzio è necessario anche per sostenere il male che ci viene dagli altri e male da noi stesso procurato; il peccato nostro e degli altri. Il silenzio, cioè, aiuta a portare la sofferenza che il peccato procura; è lo spazio più idoneo in cui riporre e curare le ferite della vita comune, il male che ci viene dalla vita con gli altri. Spesso i conflitti più accesi nascono, infatti, solo da quella nostra superficialità che non sa porre alcuna distanza di silenzio tra male subito e reazione a quel male. Quante volte i conflitti sono solo effetto di immediatezza di reazione? Se avessimo il tempo e il coraggio, prima di reagire, di rimediare nel silenzio e nel cuore, ponendoci davanti a Dio, ciò che ci contrappone agli altri, allora forse ci accorgeremmo che tutto si semplifica, fino a perdere di spessore. Nel silenzio, infatti, è possibile porsi la domanda fondamentale: cosa sta a cuore all’altro (che mi appare come un nemico)? E anche cosa sta a cuore a me, cosa vado cercando? Domande che potrebbero far vedere i conflitti sotto un’altra luce. In questo l’esempio di Gesù ci è di particolare aiuto. Davanti alle offese ricevute, Gesù tace: durante la passione in particolare, egli tace davanti agli avversari, davanti ai sacerdoti, davanti a Pilato e ai soldati che lo insultano. Il silenzio è stato anche per Gesù la risposta al male, forse non l’unica ma certo la più praticata. Ci sono dei momenti in cui non si possono opporre parole, ma solo un silenzio carico di attesa. Attesa che l’altro possa capire, o che noi possiamo capire più in profondità le ragioni dell’altro: è il silenzio di Gesù davanti a coloro che gli portano un’adultera perché lui la giudichi (cf. Gv 8,1-11).

C’è un silenzio necessario alla nostra e altrui sofferenza, al nostro e altrui peccato. Il silenzio è il luogo in cui possiamo portare, senza esserne schiacciati, le nostre ferite, in attesa che un giorno siano guarite dall’autore della vita. Giovanni il Solitario parla di un “silenzio interiore” capace di custodire anche la sofferenza”.

(Fonte: Sabino Chialà, *Silenzi*, Ed. Sympathetika Qiqajon, pag. 57-59)

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.