

Custodia del Silenzio Ordinaria

III Domenica Tempo Ordinario - Anno A – 22 Gennaio 2023



Grotta di san Girolamo - Parola di Dio



Lettura pregata

Salmo Responsoriale - Dal Sal 26 (27)

R. Il Signore è mia luce e mia salvezza.

Il Signore è mia luce e mia salvezza:

di chi avrò timore?

Il Signore è difesa della mia vita:

di chi avrò paura? R.

Una cosa ho chiesto al Signore,
questa sola io cerco:
abitare nella casa del Signore
tutti i giorni della mia vita,
per contemplare la bellezza del Signore
e ammirare il suo santuario. R.

Sono certo di contemplare la bontà del Signore
nella terra dei viventi.

Spera nel Signore, sii forte,
si rinsaldi il tuo cuore e spera nel Signore. R.

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

Lettura meditata

Dal libro del profeta Isaia

In passato il Signore umiliò la terra di Zàbulon
e la terra di Nèftali, ma in futuro renderà gloriosa
la via del mare, oltre il Giordano, Galilea delle genti.

Il popolo che camminava nelle tenebre
ha visto una grande luce;
su coloro che abitavano in terra tenebrosa
una luce rifulse.

Hai moltiplicato la gioia,
hai aumentato la letizia.

Gioiscono davanti a te
come si gioisce quando si miete
e come si esulta quando si divide la preda.
Perché tu hai spezzato il giogo che l'opprimeva,
la sbarra sulle sue spalle,
e il bastone del suo aguzzino,
come nel giorno di Mádian (Is 8,23b-9,3).

Dalla prima lettera di san Paolo apostolo ai Corinzi

Vi esorto, fratelli, per il nome del Signore nostro Gesù Cristo, a essere tutti unanimi nel parlare, perché non vi siano divisioni tra voi, ma siate in perfetta unione di pensiero e di sentire.

Infatti a vostro riguardo, fratelli, mi è stato segnalato dai familiari di Cloe che tra voi vi sono discordie. Mi riferisco al fatto che ciascuno di voi dice: «Io sono di Paolo», «Io invece sono di Apollo», «Io invece di Cefa», «E io di Cristo».

È forse diviso il Cristo? Paolo è stato forse crocifisso per voi? O siete stati battezzati nel nome di Paolo?

Cristo infatti non mi ha mandato a battezzare, ma ad annunciare il Vangelo, non con sapienza di parola, perché non venga resa vana la croce di Cristo (1Cor 1,10-13.17).

Dal Vangelo secondo Matteo

Quando Gesù seppe che Giovanni era stato arrestato, si ritirò nella Galilea, lasciò Nazareth e andò ad abitare a Cafarnao, sulla riva del mare, nel territorio di Zàbulon e di Nèftali, perché si compisse ciò che era stato detto per mezzo del profeta Isaia:

«Terra di Zàbulon e terra di Nèftali,
sulla via del mare, oltre il Giordano,
Galilea delle genti!

Il popolo che abitava nelle tenebre
vide una grande luce,
per quelli che abitavano in regione e ombra di morte
una luce è sorta».

Da allora Gesù cominciò a predicare e a dire: «Convertitevi, perché il regno dei cieli è vicino».

Mentre camminava lungo il mare di Galilea, vide due fratelli, Simone, chiamato Pietro, e Andrea suo fratello, che gettavano le reti in mare; erano infatti pescatori. E disse loro: «Venite dietro a me, vi farò pescatori di uomini». Ed essi subito lasciarono le reti e lo seguirono. Andando oltre, vide altri due fratelli, Giacomo, figlio di Zebedèo, e Giovanni suo fratello, che nella barca, insieme a Zebedeo loro padre, riparavano le loro reti, e li chiamò. Ed essi subito lasciarono la barca e il loro padre e lo seguirono.

Gesù percorreva tutta la Galilea, insegnando nelle loro sinagoghe, annunciando il vangelo del Regno e guarendo ogni sorta di malattie e di infermità nel popolo (Mt 4,12-23).

Per meditare:

Le letture di questa domenica ci mostrano Gesù come la vera Luce che viene a illuminare le tenebre del mondo e della nostra realtà più profonda. Così Egli entra nel nostro quotidiano e offre un senso di eternità alla nostra vita. Una prima luce che riceviamo è la stessa parola di Gesù, che il Vangelo di oggi ci riporta fin dal suo inizio: è l'esortazione alla conversione, a cambiare vita, a cercare il Regno di Dio. In questo contesto avviene l'incontro con due pescatori, Pietro e suo fratello Andrea, uomini semplici che stavano svolgendo il loro lavoro. Gesù li chiama proprio in quel momento e li invita a scoprire la loro nuova missione: «Venite dietro a me, vi farò pescatori di uomini». Parole talmente incisive che i due fratelli lo seguono subito, abbandonando le reti. Così pure fanno come loro i due figli di Zebedeo, Giacomo e Giovanni, che lasciano padre e barca, l'esistenza ordinaria che fino ad allora costituiva la trama della loro vita.

L'invito di Gesù manifesta l'esigenza profonda che ha Dio nei confronti dell'uomo. Manifestano il rapporto che Dio vuole instaurare con ciascuno di noi, un legame di collaborazione e di amicizia. Gesù chiama i primi discepoli e li illumina della sua Luce. Li chiama dalla vita ordinaria per dare un significato nuovo alla loro esistenza. Cosa significa, infatti, essere "pescatori di uomini"? Il senso vero di queste parole sarà rivelato soltanto dopo l'evento della sua passione, morte e resurrezione, dopo la sua Pasqua, quando Pietro dirà con una certa rassegnazione: «Vado a pescare» e gli altri risponderanno: «Veniamo anche noi con te» (Gv 21,3). In quel momento di sbandamento e incertezza, non sanno più cosa voglia dire essere pescatori di uomini. Il Maestro non è più presente con loro, tornano alla vita di prima. Eppure, proprio in quella esperienza di fallimento di una sequela, che sembra ormai vana, nonostante i primi accenni di una novità inaudita, ritorna a stagliarsi la vera Luce: Gesù appare sulla riva del mare di Galilea e offre loro una pesca miracolosa. Poi il mandato: «Simone di Giovanni, mi ami tu più di costoro? ... Pasci le mie pecore» (v. Gv 21,15-17). Gesù indica a Pietro e agli altri apostoli la loro vera identità, la loro vera missione: da pescatori diventeranno pastori, le reti sono piene perché la salvezza si è ormai realizzata, fin da quel momento in cui è stato detto dalla croce «Tutto è compiuto» (Gv 19,30). Non resta che prendersi cura dell'umanità ormai redenta, raccolta nella rete dell'amore misericordioso di Dio, che non uccide i pesci ma li salva dal mare del male e del peccato.

Iniziamo a leggere la nostra vita alla luce di queste parole, scoprendo in ogni nostra vocazione la vera chiamata, quella più profonda, che passa anche attraverso momenti di grande tenebra, di fallimenti, di sofferenza in cui solo la croce di Gesù dà un senso a ciò che viviamo. Quando siamo chiamati a contemplare la croce non all'esterno ma dentro noi stessi. È solo lì che vediamo la trasfigurazione della nostra esistenza, perché il mistero di Cristo non cambia cancellando, ma sublima trasformando ciò che siamo. Ci rende capaci di essere collaboratori di Dio attraverso un sì che si perfeziona nella grazia giorno per giorno e si riempie della luce dell'Eternità: «Voi siete la luce del mondo» (Mt 5,14).

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 | <p>OGGI HO COMPRESO CHE...</p> <p>PROVO QUESTO SENTIMENTO:</p> |
| 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:

Santa Maria, Vergine della notte,
noi t'imploriamo di starci vicino
quando incombe il dolore, irrompe la prova,
sibila il vento della disperazione,
o il freddo delle delusioni o l'ala severa della morte.
Liberaci dai brividi delle tenebre.
Nell'ora del nostro calvario,
Tu, che hai sperimentato l'eclissi del sole,
stendi il tuo manto su di noi,
sicché, fasciati dal tuo respiro,
ci sia più sopportabile la lunga attesa della libertà.
Alleggerisci con carezze di Madre la sofferenza dei malati.
Riempi di presenze amiche e discrete
il tempo amaro di chi è solo.
Preserva da ogni male i nostri cari
che faticano in terre lontane e conforta,
col baleno struggente degli occhi,
chi ha perso la fiducia nella vita.
Ripeti ancora oggi la canzone del Magnificat,
e annuncia straripamenti di giustizia
a tutti gli oppressi della terra.
Se nei momenti dell'oscurità ti metterai vicino a noi
le sorgenti del pianto si dissecceranno sul nostro volto.
E sveglieremo insieme l'aurora. Così sia.
(Don Tonino Bello)

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:

Abbiate in voi gli stessi sentimenti di Cristo Gesù: egli, pur essendo nella condizione di Dio, non ritenne un privilegio l'essere come Dio, ma svuotò se stesso assumendo una condizione di servo, diventando simile agli uomini. Dall'aspetto riconosciuto come uomo, umiliò se stesso facendosi obbediente fino alla morte e a una morte di croce (Fil 2,5-8).

“Il progresso nella preghiera determina il progresso nell'obbedienza. E la pienezza dell'obbedienza è in se stessa la pienezza dell'amore. Quando il cuore diventa sensibile all'amore di Cristo, quando ne è toccato e vi risponde con docilità, diventa degno di essere iniziato al suo mistero. Il sacrificio è il mistero dell'amore di Cristo.

In altre parole, quando ami la preghiera e trovi in essa il tuo equilibrio spirituale, entri in comunione spirituale con Cristo: cominci a compatire con lui la miseria dei peccatori, degli oppressi e dei poveri; il tuo cuore diviene simile a quello di Cristo. La preghiera perseverante e fedele comporta quindi una comunione reale alla vita di Cristo e una partecipazione alla sua missione essenziale. Se sei assiduo alla preghiera non tarderai a ricevere nel tuo cuore il fuoco di Cristo e la sua missione propria, cioè il desiderio ardente della salvezza degli uomini, l'amore per i peccatori, il dono di sé per sollevare gli altri, l'impoverimento volontario per arricchire i fratelli e la scelta generosa della croce come segno di amore autentico.

Nella preghiera, dunque, cominci con l'incontrare Cristo, poi lo ami ed entri in comunione con lui, infine partecipi realmente alla sua vita e alla sua croce.

Se desideri far tua la missione di Cristo, annunciare le sue sofferenze e la sua croce, devi quindi cominciare con il dedicarti alla preghiera con tutto il cuore, allo scopo di impregnarti della volontà di Cristo, prima di abbracciare la missione”.

((Matta El Meskin, Consigli per la preghiera, Ed. Qiqajon Comunità di Bose, p. 57-58)

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.