
CUSTODIA DEL SILENZIO ORDINARIA

I DOMENICA DI AVVENTO – ANNO A - 30 NOVEMBRE 2025



*Immaginare di poter vedere il Volto di Dio,
nella semplicità di un giorno qualunque:
di essere presi o lasciati.
Immaginare di camminare con Lui,
nascosto nell'umiltà dei gesti,
Presenza che sfugge,
afferrabile solo dalla mano della fede.
Ci sarà un'ora in cui arriverà di nuovo il Figlio dell'Uomo,
lo vedremo,
e ritroveremo in Lui la nostra identità.
Avvento...
tempo per immaginare
la nostra vera immagine.*



GROTTA DI SAN GIROLAMO: PAROLA DI DIO

Lettura pregata

Salmo Responsoriale - Sal 121 (122)

R. Andiamo con gioia incontro al Signore.

Quale gioia, quando mi dissero:
«Andremo alla casa del Signore!».
Già sono fermi i nostri piedi
alle tue porte, Gerusalemme! R.

È là che salgono le tribù,
le tribù del Signore,
secondo la legge d'Israele,
per lodare il nome del Signore.
Là sono posti i troni del giudizio,
i troni della casa di Davide. R.

Chiedete pace per Gerusalemme:
vivano sicuri quelli che ti amano;
sia pace nelle tue mura,
sicurezza nei tuoi palazzi. R.

Per i miei fratelli e i miei amici
io dirò: «Su di te sia pace!».
Per la casa del Signore nostro Dio,
chiederò per te il bene. R.

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

Lettura meditata

Dal libro del profeta Isaia

Messaggio che Isaia, figlio di Amoz, ricevette
in visione su Giuda e su Gerusalemme.

Alla fine dei giorni,
il monte del tempio del Signore
sarà saldo sulla cima dei monti
e s'innalzerà sopra i colli,
e ad esso affluiranno tutte le genti.
Verranno molti popoli e diranno:
«Venite, saliamo sul monte del Signore,
al tempio del Dio di Giacobbe,
perché ci insegni le sue vie
e possiamo camminare per i suoi sentieri».
Poiché da Sion uscirà la legge
e da Gerusalemme la parola del Signore.
Egli sarà giudice fra le genti
e arbitro fra molti popoli.
Spezzeranno le loro spade e ne faranno aratri,

delle loro lance faranno falci;
una nazione non alzerà più la spada
contro un'altra nazione,
non impareranno più l'arte della guerra.
Casa di Giacobbe, venite,
camminiamo nella luce del Signore (Is 2,1-5).

Dalla lettera di san Paolo apostolo ai Romani

Fratelli, questo voi farete, consapevoli del momento: è ormai tempo di svegliarvi dal sonno, perché adesso la nostra salvezza è più vicina di quando diventammo credenti.

La notte è avanzata, il giorno è vicino. Perciò gettiamo via le opere delle tenebre e indossiamo le armi della luce.

Comportiamoci onestamente, come in pieno giorno: non in mezzo a orge e ubriachezze, non fra lussurie e impurità, non in litigi e gelosie. Rivestitevi invece del Signore Gesù Cristo (Rm 13,11-14a).

Dal Vangelo secondo Matteo

In quel tempo, Gesù disse ai suoi discepoli:

«Come furono i giorni di Noè, così sarà la venuta del Figlio dell'uomo. Infatti, come nei giorni che precedettero il diluvio mangiavano e bevevano, prendevano moglie e prendevano marito, fino al giorno in cui Noè entrò nell'arca, e non si accorsero di nulla finché venne il diluvio e travolse tutti: così sarà anche la venuta del Figlio dell'uomo. Allora due uomini saranno nel campo: uno verrà portato via e l'altro lasciato. Due donne macineranno alla mola: una verrà portata via e l'altra lasciata.

Vegliate dunque, perché non sapete in quale giorno il Signore vostro verrà. Cercate di capire questo: se il padrone di casa sapesse a quale ora della notte viene il ladro, veglierebbe e non si lascerebbe scassinare la casa. Perciò anche voi tenetevi pronti perché, nell'ora che non immaginate, viene il Figlio dell'uomo» (Mt 24,37-44).

Per meditare:

Dove saremo portati su questa terra, non sappiamo e nemmeno dobbiamo chiedercelo anzitempo. Sappiamo soltanto che per coloro che amano il Signore tutte le cose volgono al bene. E inoltre sappiamo che le vie del Signore vanno di là da questa terra. O meraviglioso scambio! Il Creatore della stirpe umana, assumendo un corpo di carne, concede a noi la divinità. Il Salvatore è venuto su questa terra per compiere appunto questa meravigliosa opera. Dio divenne un figlio dell'uomo, affinché gli uomini potessero divenire figli di Dio. Uno di noi aveva rotto il legame della figliolanza di Dio; uno di noi doveva riannodarlo e pagare il prezzo dell'espiazione – ma nessuno che fosse della vecchia razza malata e ostile. Bisognava innestare un ramo nuovo, sano e nobile. Il Salvatore divenne uno di noi, di più anzi, perché così divenne uno con noi. E la meraviglia dell'umanità è che noi siamo tutti uno. Se così non fosse, ci troveremmo a essere individui separati a sé stanti, liberi e indipendenti uno accanto all'altro, e allora la caduta di uno non avrebbe portato alla caduta di tutti. Allora il prezzo dell'espiazione sarebbe potuto venir pagato per noi ed esserci aggiudicato, ma la sua giustizia non si sarebbe estesa ai peccatori, e nessuna giustificazione sarebbe stata possibile. Egli venne invece per essere con noi un corpo misterioso: lui il nostro capo, noi le sue membra. Mettiamo le nostre mani nelle mani del Bambino divino, pronunciamo il nostro «Sì», in risposta al suo «Seguimi», e allora saremo cosa sua e la sua vita divina potrà traboccare liberamente in noi.
(Stein, Edith. *Il Mistero del Natale* (Italian Edition) (pp.19-20). EDB - Edizioni Dehoniane Bologna. Edizione del Kindle).

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:

Parlaci, Madre,
accompagnaci nei giardini della semplicità,
nei solchi dell'obbedienza,
nel vento della compassione.
Non lasciare che il nostro cuore
si indurisca come pietra,
continua a vegliare sulle nostre mense,
spoglie e precarie,
non ti stancare di tenerci stretti,
di sorreggere le nostre fatiche,
di sostenere la nostra fede con il tuo sorriso.
Guardaci, Madre,
abbiamo bisogno della purezza dei tuoi occhi
per imparare a camminare nell'umiltà
e nella gioia di servire,
per scoprire angoli di cielo nelle tenebre di questo mondo.
Grazie, Madre,
di tutto ciò che hai operato nella nostra vita,
intercedi ancora per noi davanti al Figlio,
tu che sei stata capace di rimanere in piedi
davanti ad ogni prova.
Ci affidiamo a te.
Completamente.
Amen.

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:

Uscì e andò, come al solito, al monte degli Ulivi; anche i discepoli lo seguirono. Giunto sul luogo, disse loro: "Pregate, per non entrare in tentazione". Poi si allontanò da loro circa un tiro di sasso, cadde in ginocchio e pregava dicendo: "Padre, se vuoi, allontana da me questo calice! Tuttavia non sia fatta la mia, ma la tua volontà". Gli apparve allora un angelo dal cielo per confortarlo (Lc 22,39-43).

Nella notte del Getsemani anch'egli fu sfiorato dalla tentazione di un Dio che può fare a meno del corpo della fede; ma se avesse ceduto, avrebbe cancellato per sempre l'immagine del Dio che aveva cercato di piantare nel cuore del suo popolo. Se avesse ceduto alla tentazione di un Dio che può essere senza l'ospitalità della donazione, senza il «limitare» del corpo, senza il libero riconoscimento dell'umano, avrebbe compiuto un vero e proprio suicidio teologico, avrebbe ucciso (lui sì, definitivamente e senza ritorno) il Dio per il quale era vissuto e ormai ineluttabilmente, sarebbe morto. Il calice non è passato, e l'orizzonte paterno di Dio è stato salvato dalla fede di Gesù. Se noi possiamo godere di questa luce, è perché Gesù lo ha tenuto ben fermo anche quando l'immagine affettuosa e calorosa dell'Abbà è scomparsa completamente dalla sua esperienza; perché ha creduto in essa anche quando non l'ha più sentita – nell'abbandono assoluto della croce. Ma così, ci ricorda a perpetua memoria la parola pagana del centurione, muore solo il Figlio di Dio: per fede in un'assenza assoluta trattenuta «qui», per sempre, dalla tenacia e fiducia incrollabile della parola. Quello che si vede alla fine, è che la parola ha vissuto esattamente della stessa ragione che la diede, un giorno, alla luce: nuda fede. Il lasciarsi fare fiduciale «secondo la tua parola» (Lc 1,38), con cui Maria dà ospitalità al passaggio del corpo di Dio, impregna il corpo della parola che spende ogni suo gesto, ogni sua affermazione, per mostrare l'affidabilità di cui è degno il nome di Dio.

(Marcello Neri, *La Dimora Ospitale*, Riflessione teologica sull'incarnazione, Ed. EDB, p. 41-42)

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, figlia mia, 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.