

“perché abbiano in se stessi
la pienezza della mia gioia”

(Gv 17,13)

Cammino di Quaresima 2015

Le orecchie del mio cuore,
Signore, sono davanti a te.
Aprile e di' all'anima mia:
io sono la tua salvezza.

don Primo Mazzolari

Avvertenza ☺

Iniziamo questo Cammino di Quaresima con la coscienza che non sarà un cammino facile. Il motivo è che non ci sarà molto da leggere, però ci sarà molto da pregare.

Le istruzioni per la preghiera saranno molto scarse, per cui il grosso del lavoro spetterà a ciascuno e sarà personale.

In buona sostanza sarà un cammino che dovrai cucirti addosso e la cui utilità e riuscita dipenderà dalla tua generosità di tempo, di attenzione e di disponibilità nei confronti del buon Dio.

Oltre a questo libretto il cammino prevede la lettura del libro *“Siamo nati e non moriremo mai più”*: è la storia di Chiara, una ragazza entrata nella vita eterna un paio di anni fa, e i cui ultimi anni di vita sono stati segnati dalla gioia che proviene dalla Croce, solo ed esclusivamente nel momento in cui questa Croce viene accettata e abbracciata.

Non è un discorso semplice, anzi... però la storia di Chiara ci aiuterà a capire come la via del Calvario, che Gesù ha accolto dalle mani del Padre, può essere, anche oggi, fonte di profonda felicità e un dono per molti.

Introduzione al cammino

Iniziare un cammino di preghiera deve essere un esercizio graduale, senza strappi e senza pretendere da noi stessi sforzi spirituali al di sopra delle nostre forze. È per questo motivo che useremo i primi giorni della Quaresima per “scaldarci” e trovare un ritmo di preghiera più sostenuto del solito ma alla nostra portata.

Ricorda che probabilmente le richieste spirituali che normalmente fai a te stesso sono sottodimensionate rispetto alle tue potenzialità, ma che pensare di cambiare marcia passando dalla seconda alla quinta poggiando soltanto sul pio desiderio di riuscire a farlo, è pura fantasia.

Per riuscire a passare dal pregare poco al pregare di più, fino ad arrivare a pregare molto, ci vuole il giusto tempo e la giusta determinazione: tutte e due queste cose le devi trovare tu, perché nessun Cammino te le potrà regalare.

Per iniziare, da oggi aumenta un po' il tempo che abitualmente dedichi alla preghiera. Il Cammino ha bisogno di almeno un momento dedicato solo a quello: servirà per leggere, meditare, pregare, impostare la giornata.

Poi inserisci dei momenti di preghiera da fare durante il giorno, mentre sei impegnato a fare il tuo lavoro o altro. I tempi di attesa, di guida, di viaggio, di lavoro ripetitivo, possono in parte essere dedicati alla preghiera senza rubare spazio a doveri giustamente non rimandabili.

Ogni settimana aumenterai di un po', secondo le tue forze ma con generosità, il tempo dedicato alla preghiera. Il criterio secondo il quale scegliere tempi e impegni è che tu senta un po' di sforzo, un po' di sana fatica spirituale.

Non dimenticare che quando inizi un Cammino, a maggior ragione nei momenti forti dell'anno, lo Spirito Santo cammina al tuo fianco, ti sostiene, è dalla tua parte, desidera vederti correre. Chiedi a Lui, attaccati a Lui, brontola con Lui quando ti senti stanco, e non perdere mai il contatto con Lui che è presenza fondamentale per imparare a camminare nella vita spirituale.

Istruzioni per il cammino

OGNI SETTIMANA

- ✓ leggi un capitolo del libro “Siamo nati e non moriremo mai più”
- ✓ aumenta un po', rispetto alla settimana precedente, il tempo dedicato a Dio durante le giornate

OGNI DOMENICA

- ✓ partecipa alla Messa
- ✓ scegli gli impegni per la settimana seguente
- ✓ recupera eventuali giorni del Cammino rimasti indietro
- ✓ verifica il cammino fatto aiutandoti con lo schema che trovi alla fine del libretto

OGNI VENERDÌ

- ✓ digiuna ☺

Farei un digiuno qualitativo, non quantitativo. Non ti viene chiesto di non mangiare, ma di mangiare solo alcune cose, cioè pasta e/o riso in bianco, frutta, pane, latte, tè. Quanto vuoi e sino a saziarti, ma solo questi cibi. Sicuramente non morirai di fame, ma altrettanto sicuramente ti verrà voglia di mangiare altro oltre il cibo proposto. Il digiuno non è esercizio fine a se stesso, ma è vera preghiera. Insegna a sostenere uno sforzo, a controllare la volontà (quanto spesso vorresti pregare di più, ma la volontà non ti sostiene...?) e a educarla e dirigerla verso ciò che è più importante (“sei Tu Signore il vero cibo, sei Tu Signore ciò di cui ho bisogno...”).

Come il corpo ha bisogno del cibo, così l'anima ha bisogno di Dio, ma non sempre lo ricordiamo. Il digiuno serve a ricordare a noi stessi questa verità fondamentale.

- ✓ fai un esame di coscienza un po' più approfondito del solito

OGNI GIORNO

- ✓ leggi il Vangelo del giorno e il breve commento
- ✓ fa i gesti di preghiera e carità scelti la domenica precedente
- ✓ leggi qualche pagina del libro e ne tirerai fuori una frase, un pensiero, una preghiera, da “ruminare” durante la giornata

Due parole sul libro...

La storia di Chiara è particolarissima e gli eventi che si susseguono negli ultimi anni della sua vita lasciano veramente stupiti e, a tratti, increduli e senza parole. Impossibile non esserne colpiti. Eppure il libro non vuole parlare “solo” di Chiara ma, attraverso l’esperienza di questa giovanissima mamma e di suo marito Enrico, vuole parlare principalmente di Dio. Il libro non è per chiederci cosa avremmo fatto noi al posto di Chiara, che cosa avremmo provato, che fede avremmo avuto: questa storia è stata già vissuta e non è toccata a noi. Forse a qualcuno di noi è toccato, tocca o toccherà di vivere una, o un pezzetto, delle esperienze che Chiara ha vissuto, ma di sicuro non tutte. Eppure, anche in questo caso, il libro non è per imparare a “fare come Chiara”.

Nella prefazione Enrico scrive: *“Questo libro serve semplicemente per testimoniare, a chi vuole aprire il suo cuore, che Dio è buono e che si può morire felici”*.

Se ci pensiamo bene questa frase si adatta benissimo anche al Vangelo e in modo particolare alla Settimana Santa. Chiara ha vissuto la Croce in modo esemplare, perché attraverso di Essa si è sentita amata e ha imparato ad amare, quindi ha imparato a vivere. Il libro è per insegnarci, attraverso Chiara, cose su Dio, sulla Sua bontà e Sul suo modo di amarci che molti non sanno, ma che Chiara e suo marito hanno scoperto e testimoniato.

Chiedi a Chiara di accompagnarti in questo cammino e tu “in cambio” prega per lei, per suo marito Enrico e per il loro bimbo, Francesco.

Per oggi...

- ✓ leggi il Vangelo del giorno e il commento sul libretto e inizia a trovare un momento nella giornata da dedicare al Cammino e alla preghiera. È meglio un momento fisso perché se si crea come un’abitudine è più semplice ritrovare il tempo tutti i giorni, ed è meglio se è alla mattina prima di iniziare tutti gli altri impegni, però regolati a seconda del programma delle tue giornate
- ✓ partecipa alla Messa delle Ceneri
- ✓ tra oggi e domenica: sarebbe bene iniziare la Quaresima con la Confessione; non è un obbligo, ma il perdono di Dio spazza via, oltre al peccato, tante idee sbagliate su di Lui, su noi stessi e sulla possibilità di volerci reciprocamente bene e che via via ci rimangono come “appiccicate” addosso e che pesano inutilmente quando si fa un cammino spirituale

Vangelo del giorno: Mt 6,1-6.16-16

Un aiuto alla preghiera

Gesù parlando ai suoi amici dà per scontato che facciano l'elemosina, preghino e digiunino: "quando fai l'elemosina...", "quando pregate...", "quando digiunate...". Gesù non è né ingenuo né cieco: quando parla, non solo sa quel che dice, ma offre sempre le parole giuste per il cuore che sta ascoltando.

E come potrebbe essere il cuore a cui Gesù rivolge queste parole? Solo Lui lo conosce fin nel profondo, però possiamo sicuramente dire che è un cuore desideroso di mettersi in cammino, di mettersi in gioco nell'avventura dell'amicizia con Dio; forse disordinato, impulsivo e un po' pasticcione... però entusiasta e, speriamo, innamorato del Signore (un po' come quello di Pietro ☺ se hai fatto il cammino di Avvento sai sicuramente di cosa sto parlando).

Questo vangelo è il punto di partenza del cammino di Quaresima: prima di essere una catechesi sulle pratiche tradizionali di questo tempo, prima ancora di essere la via giusta da seguire perché il nostro cammino sia retto, è uno specchio da mettere davanti al nostro cuore, affinché ci mostri "da 1 a 10" quanto è il nostro desiderio di camminare dietro e incontro al Signore. E se ti vien difficile dare una valutazione di partenza, forse perché la confusione è la sensazione ricorrente quando pensi a te e alla tua fede... Gesù ti chiede di fidarti di Lui, di iniziare quest'avventura lieto, perché Lui sa esattamente chi sei e di cosa hai bisogno.

Giovedì 19

Iniziamo la lettura del libro...

Leggi la Presentazione e la Prefazione.

Due parole su come porteremo avanti questa lettura. A ogni settimana viene "assegnato" un capitolo e ogni giorno leggerai alcune pagine di quel capitolo. Da quelle pagine dovrà nascere *uno spunto di riflessione e di preghiera* che ti porterai dietro durante la giornata come preghiera o come intenzione. E questo sarà un lavoro che spetterà a te. *Da quelle pagine deve nascere un colloquio tra te e il Signore.* Che sia di richiesta (donami di amarti di più... aiutami nel mio cammino di fede...), di offerta (ti offro il lavoro di oggi...ti offro la preoccupazione di oggi...), di sorpresa (non sapevo questo di Te...), di verifica (aiutami a cambiare...), di qualsiasi cosa, deve nascere da te e dalla tua lettura, perché non ti verranno dati suggerimenti. *L'importante è che la lettura si trasformi in spunto di riflessione e che questo si trasformi a sua volta in preghiera.* Per questo motivo in realtà puoi leggere il libro quando vuoi e nei tempi che desideri, anche tutto "d'un

fiato", però ogni giorno torna sulle pagine assegnate e rileggile nel momento che hai scelto per fare il Cammino (sono 3-4 al giorno e si leggono velocissimamente), così ogni giornata avrà la sua preghiera.

Piano piano ci avvicineremo così alla Pasqua e attraverso Chiara avremo modo di meditare il mistero della Croce di Gesù. In questo lavoro lasciati guidare dallo Spirito Santo: perché sia presente mentre leggi e mentre preghi devi solamente chiamarlo.

Una preghiera molto classica recita così: "Vieni Santo Spirito, manda a noi dal cielo un raggio della tua luce", però se fai fatica ad usarla perché "non la senti tua", puoi anche pregare con parole spontanee ("Spirito Santo stai qui con me, illumina la mia mente, tocca il mio cuore..." o con parole simili).

Vangelo del giorno: Lc 9,22-25

Un aiuto alla preghiera

Tutto tranne che semplice e "liscio" questo vangelo: stupisce sempre come Gesù non abbia paura di perdere qualcuno usando parole dure e chiare.

Come ieri, ricorda che Gesù guardando il tuo cuore, sa chi sei, anche meglio di te!, per cui la parola chiave è sempre: fidati di Lui!

Detto questo: "C'è vantaggio nel avere tutto il mondo perdendo se stessi?". Nella vecchia traduzione della Bibbia si diceva "perdere la propria anima", cioè ciò che siamo nel profondo, ciò che ci fa dire "io" e "tu", ciò che ci permette di gustare ogni istante della vita perché dentro ad un disegno e a un senso più grande di noi, ciò che ci rende capaci di dire "ti amo" e "mio Dio"...

Gesù parla chiaro sulla meta di questo cammino: guadagnare una vita nuova, o la vita vera... Ma è chiaro anche sulla strada: seguirlo, prendere (abbracciare) la propria croce ogni giorno, anche quando si ha la sensazione di perdere tutto, di perdere il controllo (che è un atteggiamento che spesso cerchiamo perché ci fa star tranquilli...), di prendere una strada troppo impervia (che sa di fregatura...).

Pensiamo mai che forse le sensazioni e i pensieri che sono nati in noi leggendo questo Vangelo e queste righe, solo le stesse che il Figlio ha provato quando Suo Padre gli ha chiesto di vivere l'avventura d'essere uomo? La missione non si presentava certo facile! Sicuramente affascinante e appassionante... ma per nulla facile! Potremmo quindi dire che, in questo Vangelo, Gesù non solo ci chiede di seguirlo ecc.. ecc.. ma anche si fargli compagnia in questa Sua missione, perché si sa... nessuno dovrebbe mai camminare solo lungo la via.

Un'amicizia profonda

Leggi l'introduzione del libro: "Un'amicizia profonda".

Inizia a fare il lavoro che dicevamo ieri: prendi un passaggio, un'idea che ti colpisce profondamente e trasformala in preghiera durante la giornata. Chiedi aiuto a Dio per comprendere ciò che non comprendi, per vivere un sentimento che fai fatica a vivere bene, per credere in un modo che ancora non sembra alla tua portata, ma che attraverso queste pagine del libro capisci che sono mete desiderabili e belle. Ricordarsi durante la giornata della preghiera del mattino è, per la vita spirituale, una cosa molto utile: approfitteremo di questa Quaresima per cercare di acquisirla come abitudine. Per aiutarci, visto che durante il giorno può essere difficile tornare spontaneamente alla preghiera, specie all'inizio, useremo un sistema brevettato: leggeremo l'intenzione di preghiera scelta a due gesti concreti. Sembra difficile ma non lo è. Ogni domenica sceglieremo un gesto di preghiera e uno di carità (per esempio dire Compieta e andare a trovare qualcuno che è solo) che faremo tutti i giorni della settimana; quando in giornata faremo quei due gesti, ricorderemo l'intenzione scelta al mattino. L'intenzione in realtà possiamo ricordarla quando e come vogliamo, però se siamo presi da mille cose che ci occupano la mente, almeno facendo quei due gesti potremo ricordala e pregarci un po' su.

Oggi è ancora presto per scegliere un impegno che duri tutta la settimana, lo faremo domenica, però è venerdì, giorno del digiuno, per cui prova a ricordarti dell'intenzione di preghiera quando ti metti a tavola o quando rinunci alla pausa caffè o ad un altro cibo. Se ne hai bisogno, rileggi le indicazioni di pagina 5.

Vangelo del giorno: Mt 9,14-15

Un aiuto alla preghiera

Potremmo benissimo usare le parole di Gesù e saltare il digiuno quaresimale perché in fondo... Gesù è sempre con noi ☺ e quindi dobbiamo sempre far festa ☺.

Con il volto sorridente proviamo a stare su questa parola di Gesù: "verranno giorni quando lo sposo sarà loro tolto, e allora digiuneranno".

Alcuni pensieri: Gesù non se ne va. Mai. Eppure sembra che qualcuno possa toglierlo dalla nostra vita.

Se Gesù venisse tolto dalla tua vita, la tua vita come sarebbe? Come ti sentiresti? Magari tu fai fatica a rispondere sinceramente, con il cuore, però tutti concordiamo che per un amico innamorato di Gesù, al quale viene tolto, la sua vita sarebbe un continuo digiuno, non perché rinuncia a qualcosa, ma perché gli è stato tolto tutto.

Il venerdì, che ricorda il giorno in cui il male mostra tutta la sua scelleratezza, strappando Dio dal cuore dell'uomo, può essere il giorno in cui prendiamo coscienza di quanto il Signore sia per noi importante, di quanto spesso ci manca, di quanto fa male quando lo sentiamo lontano o sordo, di quanto siamo stupidi quando viviamo giornate intere senza mai pensarlo o parlargli...

Forse, dopo tutto, il digiuno e la rinuncia, i classici dei venerdì di Quaresima, con fastidi e "dolori" annessi e connessi, sono un'occasione di grazia per il nostro cuore spesso ingolfato da tante cose.

Esame di coscienza

Siamo all'inizio del cammino di Quaresima e, per molti, potrebbe essere anche il principio di un nuovo inizio della vita di fede, per qualche tempo tenuta nel cassetto...

Quindi è necessario, con semplicità, raccontare al buon Dio com'è la tua fede, com'è il tuo rapporto con Lui: se c'è amicizia, se c'è affetto (o amore magari), se ti fidi, quali dubbi su di Lui si nascondono oppure sono ben visibili, se pensi di averlo trascurato, se sei sicuro di averlo trascurato, se ti senti trascurato da Lui, se lo senti vicino o lontano, se ci parli, se ti confidi, se lo pensi, se lo cerchi, se lo bestemmi...

Prendi il tempo che ti serve.

P.S. Se non riesci a concludere per il sonno o per il poco tempo, sfrutta tranquillamente la domenica ☺

Sabato 21

Oggi interrompiamo la lettura del libro sino a lunedì.

Faremo altre due cose (oltre a leggere il Vangelo):

- ✓ di Chiara Corbella ci sono diversi video su Youtube e in giro su internet. I video sono di testimonianze che lei e il marito hanno lasciato, in modo particolare sulle due prime gravidanze. Vale la pena che tu dedichi un po' di tempo alla ricerca in rete per conoscere Chiara di persona
- ✓ scegli liberamente un gesto di preghiera cui legare l'intenzione presa dalla lettura di ieri, o un'altra che ti è venuta in mente guardando il video.

Ricorda che tutti i gesti, le preghiere, le intenzioni hanno un senso se sono legati al cuore e nutrono l'anima quanto più, nel farli, mettiamo ciò che stiamo facendo tra le mani del buon Dio. Non è fare qualcosa per il Signore, ma è fare qualcosa che rafforzi il legame tra noi e Lui, perché ci permette di trascorrere del tempo insieme, noi e il buon Dio, e questa presenza, piano piano, trasforma il nostro cuore.

Vangelo del giorno: Lc 5,27-32

Un aiuto alla preghiera

Finalmente un vangelo rilassante ☺ con una storia a lieto fine ☺. Sì perché qui il protagonista indiscusso è la bellezza: quella di Gesù che conquista il cuore di un ladro e quella di un cuore innamorato di Gesù, pronto ad abbracciare una nuova vita.

Potrebbe essere che dopo i Vangeli tosti dei giorni scorsi, all'inizio di un cammino che sembra pesare perché lungo 40 giorni, il buon Dio ci mostri la bellezza di una vita nuova e che faccia nascere in noi un po' di sana invidia ☺, quella che viene quando vediamo un santo innamorato di Gesù e diciamo: "Anche io voglio essere così!", "Quella sì che è una vita piena, vera e appassionata!".

Quando si cammina, e il rischio di vedere solo la lunghezza e la fatica è dietro l'angolo, è sempre importante e necessario conservare e coltivare nel cuore il desiderio di bellezza che ci ha fatto muovere i primi passi, che ci attende al termine del cammino, che dà significato alla fatica e ai dubbi della strada, che spesso si mostra lungo la via per un po' di ristoro e di conforto.

E la bellezza che dobbiamo desiderare è questa vita nuova che il buon Dio vuole donarci chiedendo a Gesù di farsi nostro compagno di strada, nostro Maestro e Amico, nostro Signore e Salvatore.

Prima settimana di Quaresima

Domenica 22

- ✓ Partecipa alla Santa Messa
- ✓ Verifica il cammino fatto con lo schema presente al termine del libretto
- ✓ Scegli i gesti di preghiera e carità che porterai avanti per tutta la settimana

Gesti di preghiera

Si tratta solo di scegliere una preghiera. Dovrai farla tutti i giorni e, se per problemi di orario un giorno sarai impossibilitato, non demordere, ma semplicemente sostituiscila con un'altra che invece puoi fare. Esempio: decido di andare a Messa tutti i giorni, ma mercoledì so già che finirò tardi al lavoro; per quel giorno reciterò i Vespri o Compieta. Quello che diciamo a Dio con questi gesti è il nostro desiderio di Lui, del suo amore, di accoglierlo nella nostra vita, per questo non ha senso "saltare" pensando magari di recuperare "raddoppiando" il giorno dopo. Il desiderio è quotidiano, deve accompagnarci, per questo educiamo il cuore a pregare tutti i giorni. Se vedi che l'impegno preso non è alla tua portata, lo cambi e ne scegli uno più adatto, ma non mollare. La preghiera scelta, come spiegato ieri, sarà anche l'occasione di ricordare l'intenzione, la richiesta, la verifica, venuta fuori dalla lettura della mattina.

Scegli tra questi impegni:

- ✓ **Messa quotidiana:** è un bell'impegno, ma è la preghiera per eccellenza e fa veramente la differenza in un cammino spirituale. Se sai già di non poter prendere questo impegno tutti i giorni, mettilo dentro almeno una volta in settimana: non è obbligatorio, ma fa molto molto bene.
- ✓ **Adorazione e/o visita al Santissimo:** un quarto d'ora (in meno tempo non si riesce ad entrare in preghiera) da passare davanti a Gesù Eucaristia. Un quarto d'ora senza fare altro che guardare verso di Lui. Silenzio. Ascolto. E basta. Quel quarto d'ora, a maggior ragione se ripetuto per più giorni, è sufficiente al buon Dio per scardinare le resistenze del nostro cuore verso di Lui.
- ✓ **Rosario:** è meglio dire tutti e cinque i Misteri del giorno, ma se non te la senti puoi anche iniziare con una o due decine. Così come si possono riuscire a dire più rosari al giorno: regolati sul tuo passo, sempre però chiedendoti un po' di sforzo.
- ✓ **Angelus:** è la preghiera di metà giornata, quando suonano le campane di mezzogiorno. Dice al Signore il nostro grazie per la giornata che stiamo vivendo e il nostro

desiderio di ubbidirGli per tutto l'arco della giornata. È la preghiera che dice il nostro "Eccomi!" a Dio ma nella coscienza che siamo fragili e abbiamo bisogno di fare un piccolo passo alla volta, un giorno dopo l'altro.

- ✓ **Preghiera del cuore:** qualcuno la conosce già per averla imparata nei Cammini degli anni scorsi. In questo caso non servono presentazioni. Però, per chi non la conoscesse, è una preghiera legata alla tradizione della Chiesa orientale, e consiste nel pregare dicendo "Signore Gesù Cristo, Figlio di Dio, abbi pietà di me peccatore". Si ripete questa frase per 25 volte, poi ci si ferma e si dice una frase del Vangelo, di un Salmo o qualcosa d'altro (nel nostro caso va benissimo ricordare una parola del libro letto al mattino: la famosa riflessione che diventa preghiera).

Poi si continua allo stesso modo il più possibile: 25 preghiere del cuore poi la frase scelta. Può essere un'idea darsi un "traguardo", per esempio 200 preghiere del cuore recitate nella giornata, oppure di più. Questo modo di pregare è molto ricco e molto fecondo e ha il vantaggio di poter essere fatto nel silenzio del cuore in qualsiasi momento della giornata. Se si prende l'abitudine diventa una compagna di strada quasi indispensabile: riempie i silenzi, mantiene il pensiero su cose buone, è "naturale" perché prende il ritmo del respiro, lavora nell'anima e la trasforma.

- ✓ **Lodi, Vespri, Compieta:** tutti o uno solo di questi. È la preghiera della Chiesa, quando la recitiamo è come se ci mettessimo a cantare in un coro. È la preghiera per non sentirsi soli ma appartenenti a qualcosa di più grande di noi e legati a molti fratelli.
- ✓ **Lettura per intero di uno o più Libri della Bibbia:** nella settimana leggerai il Libro per intero, suddiviso nelle varie giornate. Uno potrebbe essere il Libro di Isaia, oppure i Libri Sapienziali (cioè Giobbe, Proverbi, Qoelet, Siracide, Sapienza). Per un cristiano è importante prendere confidenza con le Scritture, a cominciare dalla pura e semplice lettura.

Gesti di carità

Devi scegliere un gesto di carità da compiere quotidianamente. Questo per ricordarti che la fede è una realtà tra Dio e te, ma che va vissuta giorno dopo giorno qui in terra, tra i tuoi fratelli. I primi a godere del frutto della tua fede devono essere i tuoi fratelli, il tuo prossimo.

Ogni settimana ti verrà suggerito un "tipo" diverso di carità e dovrai scegliere tu quale gesto concreto fare.

Questa settimana prega **per un tuo nemico**, per qualcuno che ti sta sulle scatole, a cui senti di non volere bene perché ti ha fatto un torto, perché a sua volta non ti vuole bene, perché parla male di te, o cose simili. Non c'è stata confusione, è proprio un impegno di carità. Noi non ce lo ricordiamo, però la preghiera è la prima forma di carità. Carità è

porgere al prossimo l'amore di Dio e la preghiera per qualcuno è esattamente questo. Se poi pregando ci viene in mente un gesto di riconciliazione da fare, una parola riparatoria da dire, beh, dobbiamo fare anche questo.

Lunedì 23

Inizia oggi a leggere il primo capitolo: "Forse non ho capito niente". Nel mio libro sono 11 pagine, per cui fanno circa due pagine da leggere al giorno. Ci sono più edizioni, per cui ognuno si regoli secondo il proprio libro.

Il libro non è solo per conoscere la storia di una ragazza e di una famiglia straordinarie. Come abbiamo già detto questa lettura ha senso se in essa cerchiamo tracce di Dio, che in queste pagine sono abbondantissime. Attraverso Chiara è il Signore che possiamo scoprire e che possiamo imparare ad amare di più.

Vangelo del giorno: Mt 25,31-46

Un aiuto alla preghiera

Questo vangelo nella Bibbia è intitolato: "il giudizio finale". Giudicare è dire la verità profonda di ciò che si osserva, superando pregiudizi e tentazioni.

Qual è lo sguardo che il buon Dio ha su di noi? Qual è il Suo giudizio su di noi?

Partiamo col dire che essere creati a Sua immagine ha i suoi vantaggi ☺ perché ci permette di gustare la bellezza e la soddisfazione di quando ci sentiamo utili agli altri, di quando li aiutiamo nelle difficoltà, di quando un nostro piccolo gesto è capace di generare gioia e gratitudine... E ognuno di noi è amico, amato, amante (che è il participio presente di amare ☺: colui che ama) per cui sperimentiamo "in briciola" la gioia stessa che abita il cuore del buon Dio che ci ama.

Il Signore ci crede capaci di vero amore, perché ci ha creati capaci di vero amore, e perché lavora ogni giorno nel nostro cuore perché sia sempre più simile al Suo. Questo è il Suo giudizio su di noi. Infatti non importa quante volte abbiamo peccato, quante volte siamo caduti, quante volte abbiamo cambiato strada allontanandoci da Lui, quante volte abbiamo vissuto "come se Lui non ci fosse"... il buon Dio vede il piccolo gesto d'amore sincero fatto all'amico, allo sconosciuto, al bisognoso e solo in base a quello giudica e dice: "Vieni con me, figlio mio benedetto".

Fissiamo nella mente e nel cuore quelle immagini e quelle parole del Vangelo, perché accompagnino ogni istante della nostra vita, contenti che il buon Dio ci ha resi capaci di gioire per il Suo amore che invade il nostro cuore e per l'amore che muove i nostri piccoli gesti.

Vangelo del giorno: Mt 6,7-15

Un aiuto alla preghiera

Questo vangelo, che nella Bibbia è intitolato: “La vera preghiera”, richiede di essere ascoltato e meditato con calma (come tutto il Vangelo del resto ☺). Ci limitiamo a offrire uno spunto per la riflessione e la preghiera.

Restiamo sulle parole di Gesù che precedono il Padre nostro, perché non dicono solo cosa non è preghiera ma, prendendo come riferimento il modo sbagliato di pregare dei pagani, dicono cosa serve per pregare bene: essere certi che il buon Dio ci ascolta e ci conosce meglio di noi stessi.

Questa verità (che Dio ci ama, ci ascolta, ci conosce) più che essere scontata è spesso dimenticata nella preghiera; infatti quando preghiamo sicuramente ci siamo noi e i nostri bisogni al centro, e il buon Dio, quando c'è, è solo il destinatario delle nostre richieste.

Forse questa è una visione drastica e pessimista della nostra preghiera: però se fosse effettivamente così non possiamo certo parlare di dialogo tra pari, tra amici né tantomeno tra un uomo e Dio, piuttosto tra cliente e negoziante...

Ora, quando preghi non preoccuparti di come o di cosa dire: per prima cosa ricorda a te stesso, alla tua mente e al tuo cuore, che il buon Dio è lì, con te, desideroso di un dialogo sincero, aperto, profondo, pronto ad ascoltarti fino a tarda notte, finché non ti addormenti per la stanchezza della giornata, perché Lui ti ama.

E non preoccuparti e non affannarti se “non ti risponde”, dubitando quindi che ti abbia ascoltato: sarà affar suo trovare il modo per farsi sentire, soprattutto se dall'altra parte (cioè la tua ☺) c'è un cuore un po' chiuso, o pretenzioso o in attesa della risposta che vorrebbe.

Gesù ti chiede di fidarti, ancora una volta, che il buon Dio è in ascolto del tuo cuore anche quando non vuoi farglielo sentire, che ti conosce nel profondo anche quando pensi che solo tu sai chi sei davvero, che ti ama anche quando concentri le tue energie sulle mille cose da fare e non hai tempo per Lui.

Quando questo è chiaro, allora tutto è preghiera, tutto è dialogo tra te (il tuo cuore, la tua anima, la tua mente, la tua vita) e il buon Dio.

Vangelo del giorno: *Lc 11,29-32*

Un aiuto alla preghiera

Facciamo un breve riassunto dei passi che il Signore ci ha fatto fare (o avrebbe voluto farci fare ☺) attraverso i vangeli di questi giorni:

1. Fidati di Lui, perché sa di cosa hai bisogno e prova a metterti in gioco con tutto te stesso in questo cammino
2. In ballo c'è una vita nuova, la vita vera: il diavolo farà di tutto per farti cambiare idea, persino farti credere che se segui il buon Dio perdi tutto
3. Il vero digiuno, che Gesù non vorrebbe mai per noi, è vivere senza di Lui
4. Chi resta con Gesù invece ha una vita piena, invidiabile e nulla diventa impossibile
5. In questo cammino partiamo con un netto vantaggio: abbiamo un cuore simile a quello di Dio, capace di amore sincero, gratuito e disinteressato e il buon Dio "fa il tifo per noi"
6. Durante il cammino molti sono i bisogni e mai nessuno deve restare solo: cammina con fiducia e abbandono, perché il Signore è in continuo ascolto e sa di cosa hai bisogno. Tu non devi fare altro che parlare con Lui con il cuore libero, aperto e sincero.

Eccoci ora al Vangelo di oggi. Ho voluto farti ripercorrere velocemente i passi già fatti per farti evitare di cadere nella trappola in cui è caduta la folla: ha visto i gesti di Gesù, ha ascoltato le Sue parole, ha sentito dire anche da altri tutto quello che ha fatto... eppure cerca ancora un segno, qualcosa cioè che tolga loro la fatica di doversi fidare di Lui. Invece niente: non verrà dato nessun segno, nessuna scorciatoia, perché il buon Dio ha fatto il massimo per poterci donare una vita nuova: ci ha donato Suo Figlio Gesù, che rimane sempre con noi.

Attento a non cadere nell'errore di vivere la fede come un ostacolo, pensando che sarebbe più semplice amare il buon Dio con fatti evidenti, con miracoli grandiosi (con preghiere esaudite... ops!). Stai certo che il buon Dio ci dona ciò di cui abbiamo bisogno per iniziare a credere e poi ci offre la Sua compagnia e la Sua Grazia per sostenere e alimentare la nostra poca e debole fede ☺.

Non chiedere altri segni, chiedigli di aumentare la tua fede, se amarlo è ciò che desideri davvero.

Vangelo del giorno: Mt 7,7-12

Un aiuto alla preghiera

Sfogliamo la nostra conoscenza in materia biblica...

Alcune note che aiutano a capire meglio il testo:

1. Nel Vangelo di Luca questo testo è messo subito dopo il Padre Nostro, perché Gesù vuole mostrare cosa significa parlare con Dio fidandoci di chi ascolta (cioè di Dio)
2. Il verbo “chiedere” fa riferimento a quando si chiede per avere qualcosa
3. Il verbo “cercare” fa riferimento a quando si chiede per sapere, per capire qualcosa
4. Il verbo “bussare” è legato (oltre che alla porta) anche al cuore, al suo battito
5. Il termine “chiunque” dice esattamente ciò che capiamo: tutti, ciascuno, nessuno escluso. Dio è così con tutti, anche con te
6. La piccola parabola del padre che dà al figlio pane e pesce (cioè vita) e non pietra e serpe (cioè morte) fa riferimento al Padre nostro, che dona a noi tutto ciò che è buono. Nella versione di Luca il Padre non dà “cose buone” ma “lo Spirito Santo”.

Queste semplici note sono preziose sempre per educare la nostra preghiera, il nostro dialogo e rapporto con il buon Dio: sono parole e parabole che sapranno nutrire la nostra poca fiducia, il nostro faticoso abbandono nelle braccia amorevoli del Padre.

Venerdì 27

Ricordati di vivere il digiuno. Se non ricordi ritorna a pag. 5.

Vangelo del giorno: Mt 5,20-26

Un aiuto alla preghiera

Bellissimo vangelo, perché mette a tacere tutti i benpensanti che credono che Gesù sia un buon uomo, un profeta o un super eroe venuto per darci le regole giuste per una vita buona e per un mondo migliore...

Niente regole per una vita buona: o permettiamo a Gesù, alla nostra amicizia con Lui, al Suo amore per noi, di influenzare e cambiare tutta la nostra vita, oppure non se ne fa niente, Gesù non fa per noi, rivolgiamoci pure a qualcun altro.

Certo, perché solo una cosa potente come l'amore per Dio e di Dio è capace di trasformare la vita rendendola una nuova vita, altro che regole da seguire e sforzi da compiere e mete da raggiungere!

C'è molto di più qui: è come se Dio ci elencasse una serie di cose da fare invece che invitarci a vivere una bellissima avventura con Lui! Personalmente preferisco la seconda, anche se non nego che la tentazione della prima (cioè: timbra il cartellino e sei a posto; spunta una voce dell'elenco e vai alla successiva) sia a volte insistente.

Esame di coscienza

Prendendo spunto dal vangelo e dalla riflessione di questa giornata prova a elencare quali "pezzi" o "parti" o "momenti" della tua vita si lasciano influenzare (e cambiare magari) da Gesù e quali invece sono blindatissimi, solo roba tua, vietato l'ingresso a chiunque tranne che a te.

Non per cadere subito nel giudizio o nell'autocommiserazione, della serie: guarda che schifo che sono, che arrogante e presuntuoso... ecc... ecc...

Ma perché questo elenco lo stai raccontando al buon Dio (ricorda sempre che l'esame di coscienza è una bellissima preghiera, è un momento di grande confidenza e intimità con Dio) e mano a mano gli parli di questi tuoi "pezzi" di vita blindata, tu stai già girando la chiave per aprirne la porta ☺

Sabato 28

Vangelo del giorno: Mt 5,43-48

Un aiuto alla preghiera

Alzi la mano chi desidera un cuore bello e affascinante come quello di Gesù! Così potente da far tacere il furbo, da far cambiare il cuore del più crudele, da spiazzare tutti e da far innamorare molti.

(P.S. Spero che tu l'abbai alzata ☺). Se è così, benvenuto in famiglia ☺.

Subito però metterai le mani avanti dicendo: sì bello, ma che fatica! Gesù chiede l'impossibile! Amare i nemici??? Siate perfetti come è perfetto il Padre vostro celeste??? Ricordi esattamente una settimana fa cosa hai letto? La bella storia di Levi-Matteo conquistato da Gesù e di come sia importante e necessario coltivare nel cuore il desiderio di bellezza per poter camminare bene?

Ecco, il vangelo di oggi è prima di tutto questo. Questo... e forse un passo in più.

Se sabato scorso la bellezza da desiderare era una vita nuova, che Gesù dona a quel ladro impenitente di Matteo, ora diventa una vita nuova che sia immagine dell'amore splendido e perfetto del buon Dio.

Come sabato scorso... spero che anche oggi sia nata in te una sana invidia per Gesù e per il Santi Suoi e tuoi amici, che sono immagine dell'amore splendido e perfetto del buon Dio 😊

Seconda settimana di Quaresima

Domenica 1 marzo

- ✓ Partecipa alla Santa Messa
- ✓ Verifica il cammino fatto con lo schema presente al termine del libretto
- ✓ Se sei rimasto indietro nel cammino, sfrutta questa giornata per riprenderlo e mettersi al passo
- ✓ Scegli un impegno di preghiera secondo lo schema di domenica scorsa.
È meglio cambiare o tenere sempre lo stesso impegno? Questa è una buona domanda. Ci sono vantaggi in tutte e due le scelte.
Cambiare ci fa sperimentare più tipi di preghiera e possiamo scoprire modi di pregare che non conosceamo ma che scopriamo essere congeniali a noi o al tipo di giornate che viviamo.
Allo stesso modo, se ci accorgiamo che un tipo di preghiera è particolarmente adatto a noi, è un peccato interrompere quella preghiera e può essere meglio non abbandonarla e fare in modo che diventi per noi un'abitudine quotidiana anche dopo il Cammino. La scelta sta solamente a te e a ciò che senti ti faccia meglio.
- ✓ Impegno di carità: dovrai fare quotidianamente un gesto di carità **verso qualcuno che non avrà mai modo di ricambiarti**. Un estraneo per esempio. O una persona che non ha di che ricambiare. Oppure semplicemente perché compii il tuo gesto nel segreto, con l'unico intento di vedere quella determinata persona un po' sollevata. Può sembrare banale ma non lo è: il nostro cuore è spesso involontariamente legato al desiderio di essere ricambiati del bene che compiamo. Se faccio una cortesia mi aspetto che venga ritornata, così un saluto, una gentilezza. In realtà la carità quando è vera è gratuita e non si aspetta niente in cambio, perché è imitazione e espressione dell'amore di Dio che è, appunto, gratuito.

Lunedì 2

Questa settimana leggeremo il secondo capitolo: "Vivere e lasciarsi amare".

Il Cammino procede, assieme ai suoi gesti e alla lettura del libro. Se lo stiamo facendo bene, inizierà a "far muovere" qualcosa. Può essere una cosa bella lasciare traccia di ciò che accade in te scrivendo su un quaderno spirituale. Quando si fa un Cammino è anche utile trovarsi o scriversi con altre persone che fanno lo stesso Cammino: il confronto

fraterno aiuta a essere costanti nell'impegno e ad avere sani momenti di verifica personale. Ma questi sono solo suggerimenti, non impegni da aggiungere.

Vangelo del giorno: *Lc 6,36-38*

Un aiuto alla preghiera

Anche se cambiamo evangelista, è come se il vangelo di sabato continuasse oggi: parla della perfezione del Padre celeste e di come anche noi, amici di Gesù, siamo invitati ad essere immagine, riflesso di quella bellezza e perfezione.

Però oggi cambiamo punto di vista: guardiamo questo vangelo concentrandoci sul fatto che parla prima di tutto del buon Dio. Perché per domandargli di essere perfetti come Lui bisogna pur provare a conoscerlo! ☺

Il primo aggettivo di Dio è ovviamente la chiave di lettura: "misericordioso".

Il buon Dio è misericordioso: guarda con amore, perdona l'imperdonabile, resta accanto al bisognoso, protegge il debole, pazienta come nessun altro sa fare... tutto questo (e anche di più) perché ci ama profondamente, infinitamente, e ci conosce nell'intimo.

E desidera vederci crescere, come ogni bravo papà ☺. Ecco perché ci incoraggia, fa richieste e promette doni immensi: perché possiamo diventare simili a Suo Figlio Gesù.

Ci chiede di non metterci su un piedistallo a misurare e giudicare il prossimo, ma di restargli accanto... e magari in ginocchio per amarlo e servirlo meglio; ci chiede di non condannare nessuno ma di avere sempre speranza, anche se il nostro sguardo non arriva tanto lontano; ci chiede di non aver paura di sprecare energie, tempo, fatica, speranza, amore per il prossimo, perché Lui non permetterà che nulla vada perduto, nemmeno un bicchier d'acqua dato per amore.

Martedì 3

Vangelo del giorno: *Mt 23,1-12*

Un aiuto alla preghiera

Anche in questo vangelo Gesù stana i furbi, perché non permette a nessuno di nascondendosi dietro al fatto che chi ci dovrebbe insegnare e guidare fa peggio di tutti e che quindi non si può pretendere nulla da noi...

Se è vero che condanna l'atteggiamento di chi ha ricevuto il compito di insegnare e guidare, dice a tutti che nessuno di noi è maestro, nessuno è padre, nessuno è guida: tutti dobbiamo sempre far riferimento al buon Dio che è Padre, al Figlio Gesù che è Guida e Maestro insieme allo Spirito Santo.

E se noi siamo fratelli, proviamo a mettere in conto di voler bene agli altri come fratelli, di essere dei buoni compagni di strada, di poter essere noi di buon esempio per gli altri, cercando di vivere come figli amati dal buon Dio che è Padre, e di essere discepoli sinceramente appassionati (anche se un po' sgangherati) del Suo Figlio Gesù e dello Spirito Santo.

Mercoledì 4

Vangelo del giorno: Mt 20,17-28

Un aiuto alla preghiera

Mi ha sempre colpito l'inizio di questo vangelo:

- il gesto di Gesù che si confida con i dodici, chiamandoli in disparte, e rivelando a loro le Sue paure;
- la stupidità dei dodici che sono presi dalle loro piccolezze.

Restiamo sulla prima. Ritengo che la confidenza di Gesù, il desiderio di entrare in intimità con i dodici, mostrando il Suo cuore a degli amici sia di un fascino strepitoso. E ritengo che sia la chiave che il buon Dio usa per aprire, forse spalancare, il cuore degli uomini per farli innamorare di Lui.

Con quanti amici noi viviamo tale confidenza? Con pochi, scelti, preziosi più dell'oro, fidati. E così dev'essere.

Ora pensa a questo fatto: Gesù desidera vivere questa confidenza con te.

È lui che ti cerca, ti vuol prendere in disparte, per raccontarti cos'ha nel cuore, cosa prova per te... e a te non chiede nulla! Non è come quei rompiscatole che pretendono di sapere le cose più vicine al tuo cuore e domandano fino all'imbarazzo.

Lui ti cerca perché Lui lo desidera, perché Lui ne ha bisogno!

Incredibile! Da restarci di sasso! E meraviglioso.

E chissà cosa capita quando dall'altra parte (la nostra 😊) il Signore trova un cuore altrettanto desideroso di intimità (cosa che sicuramente è accaduta con l'apostolo Giovanni)!

P.S. Spero che anche qui sia nato in te un desiderio profondo di scoprire la bellezza dell'intimità con Gesù 😊

Vangelo del giorno: *Lc 16,19-31*

Un aiuto alla preghiera

Un solo pensiero per sottolineare che nemmeno il buon Abramo si sarebbe aspettato da Dio una cosa simile: far vivere a Suo Figlio l'esperienza della morte e della risurrezione.

Dopotutto aveva già scelto e mandato molti profeti, aveva stabilito un'alleanza stupenda, si stava già prendendo cura degli uomini: tutto l'Antico Testamento è la testimonianza appunto di questo amore paziente e infinito di Dio per l'uomo.

E come dare torto ad Abramo: Dio ha fatto di tutto per questi figli, cosa pretendono ancora?

Ma si sa, il cuore dell'uomo è difficile da accontentare, anche quello più semplice e buono... Perché? Perché Dio l'ha creato simile al Suo e solo Dio può riempirlo.

Solo Gesù è capace di conquistare il cuore dell'uomo, di donargli la gioia vera, di trasformarlo nel cuore stesso di Dio.

Tutto questo per dire che forse è giunto il momento di ringraziare con semplicità e tanto ardore il buon Dio per averti donato Suo Figlio Gesù come Amico, Maestro, Guida, Signore, Salvatore... scegli tu quello che più corrisponde al tuo cuore in questo momento del tuo cammino.

Ringraziare Dio è importante: è un gesto di ascesi (di perfezione del cuore e dell'anima) perché è il modo più semplice per incontrare il Suo dito ☺, la Sua presenza operosa nella tua vita.

Venerdì 6

Ricordati di vivere il digiuno. Se non ricordi come e perché ritorna a pag. 5.

Vangelo del giorno: *Mt 21,33-43.45-46*

Un aiuto alla preghiera

Riprendiamo da quello che ci siamo detti ieri, di come il buon Dio operi costantemente, senza sosta e con grande speranza dentro la nostra vita, e di come – per questo motivo – sia importante ringraziarlo.

Il vangelo di oggi tra le tante cose dice questo: descrive con particolari la cura che il padrone ha della sua vigna, e se pensiamo che il padrone è il buon Dio e noi siamo la Sua vigna, quei particolari da minuziosi diventano commoventi.

Perché per quella vigna, per noi, per te, il buon Dio ha fatto veramente di tutto: circondata con una siepe per difenderla, messo un torchio perché porti frutto, costruito una torre perché sa che i frutti saranno abbondanti per tutti. Consegnata nelle mani esperte del vignaiolo, il Signore Gesù, perché continui Lui a prendersene cura, a difenderla e a farla fruttare.

Forse è il caso che ringrazi ancora il buon Dio, padrone della vigna, e Gesù, il vignaiolo, perché non saprai mai quante cose hanno fatto, fanno e faranno per prendersi cura di te! ☺

P.S. Però puoi provarci, a scoprirne almeno alcune, di cose che il buon Dio e Suo Figlio Gesù fanno per te! Serve perché sapere (sentire) di essere amato, di essere importante e prezioso, di essere unico agli occhi di Dio è una delle esperienze più grandi, più confortanti e gioiose che potrai mai fare.

Esame di coscienza

Giusto ieri hai letto di come il ringraziamento sia un momento di ascesi, cioè di perfezionamento della vita di fede, perché affini lo sguardo per poter intravedere il “dito” di Dio all’opera nella tua vita.

Questo sarà l’ordine del giorno del tuo esame di coscienza: armati di santa pazienza, richiama in te tutta la fiducia in Dio che hai e buttati alla ricerca di queste opere buone che il Signore ha fatto ieri (nel tuo passato) e oggi (proprio questa giornata!).

Sabato 7

Vangelo del giorno: *Lc 15,1-3.11-32*

Un aiuto alla preghiera

Continuano i racconti che ci parlano del buon Dio, stavolta attraverso la parabola più famosa di tutte: quella del Padre misericordioso.

Ci viene proposto nella versione completa, quella che include sia le vicende del figlio minore sia quelle del figlio maggiore.

Una sola sottolineatura, che va in continuità con questi giorni in cui sei stato invitato ad accorgerti dell’opera generosa di Dio nella tua vita e a ringraziarlo.

Né il figlio più piccolo né quello più grande si accorgono della straordinaria qualità del cuore del loro padre: la misericordia. O magari sanno che il loro padre è buono, però nessuno dei due riesce a vivere un rapporto sereno con lui. Sembra impossibile! Eppure è così...

La misericordia del padre ha certamente guidato tutta la sua vita, ha ispirato le sue azioni, le sue parole, i suoi sguardi... ma nella quotidianità è facile che tutto sfugga, passando inosservato oppure dato per scontato. E su questo punto anche tu devi provare a fare i conti: nelle cose normali di tutti i giorni il buon Dio è all'opera come nelle grandi occasioni!

Possiamo solo immaginare e intuire la bellezza di poter avere uno sguardo abbastanza "in sintonia" con Dio da poterci accorgere ogni giorno delle grandi cose che Lui fa per noi per poterne gioire!

È decisamente da domandare questo sguardo di sintonia con Dio; sarà più facile per Lui potertelo donare se in questi giorni hai provato ad entrare in confidenza e intimità con Gesù, come ti avevo suggerito giorni fa ☺.

PS. Una nota utile su questo vangelo proprio per vivere questa confidenza con il buon Dio. I due figli non vivono una confidenza con il loro padre: nessuno dei due è capace di un dialogo sincero con lui. Il figlio minore cova disagi a tal punto da doversene andare di casa, pretendendo dal padre la sua parte di eredità; il figlio maggiore ha sempre "servito" il padre (e amato?) e non riesce più nemmeno a entrare in casa quando sente che si fa festa per il fratello. E quando il padre lo raggiunge fuori questo figlio lo insulta e lo accusa. E qui la chicca: la prima parola che il padre rivolge al figlio maggiore è "figlio". Ma non inteso così, abbastanza asettico; il termine greco usato è la parola tenera che un padre rivolge al figlio quando sono in confidenza intimità: "figlio mio", "piccolo mio", "bambino mio".

Tieni sempre a mente questo: anche quando sei nel peccato, quando offendi Dio, Lui ti parla e ti dice: "piccolo mio, non temere, io ti voglio bene".

Terza settimana di Quaresima

Domenica 8

- ✓ Partecipa alla Santa Messa
- ✓ Verifica il cammino fatto con lo schema presente al termine del libretto
- ✓ Se sei rimasto indietro nel cammino, sfrutta questa giornata per riprenderlo e mettersi al passo
- ✓ Scegli un impegno di preghiera come domenica scorsa
- ✓ Scegli l'impegno di carità per la settimana: ogni giorno dovrai fare un gesto di carità **verso una persona amica**. Non c'è bisogno che sia tutti i giorni la stessa persona, puoi anche pensare a più persone. Ricorda di "legare" il gesto che compirai all'intenzione presa dal libro al mattino, cioè di pregare anche solo per un istante e di rivolgere il pensiero a Dio mentre lo compi: come abbiamo già detto questo "esercizio" è per abituarti a pensare a Dio durante il giorno e per imparare a tenere in contatto mani e cuore e a farli camminare nella fede di pari passo. Quando questo non succede si corre il rischio di vivere una fede tutta impegni e servizio, ma molto "personale", che si interroga poco sul Vangelo, piuttosto al contrario di vivere una fede tutta "celebrale", in cui ci si sente molto bravi, ma che poi è poco vissuta nel concreto. La vita spirituale è una continua ricerca di equilibrio tra questi due aspetti.

Lunedì 9

Capitolo della settimana, il terzo: "Niente di imperfetto".

Leggi sempre il libro quando vuoi e alla velocità che vuoi, ma non dimenticare di tornare sulle pagine "giuste" giorno per giorno.

A questo punto del Cammino e della Quaresima di solito succedono due cose: o si comincia ad andare come treni prendendo gusto alla preghiera, o si inizia a sentire che perdiamo il passo e iniziamo a lasciare indietro qualche pezzo, giustificandoci dicendo che l'impegno richiesto è troppo. L'invito è di non "mollare" e di essere generosi nel rinnovare l'impegno all'inizio di questa settimana, aumentando e non diminuendo, per quanto possiamo, il tempo della preghiera. Per aumentare questo tempo regoliamoci secondo le nostre esigenze spirituali, ma anche di vita quotidiana: non è la stessa cosa uscire di casa al mattino alle 6.00 o stare a casa, essere al lavoro o studiare. Il Cammino può darti alcune indicazioni per aiutarti, ma non può sostituirsi a te nel costruire il tuo

percorso. Come abbiamo detto nell'introduzione, la difficoltà di questo Cammino è che lascia molto liberi davanti al modo di portarlo avanti, però ci dà anche modo di "sperimentarci" un po' da soli, cosa che fa molto bene per imparare a camminare con le proprie gambe.

Vangelo del giorno: *Lc 4,24-30*

Un aiuto alla preghiera

Questo vangelo è l'inizio della predicazione di Gesù, che ovviamente parte dal suo paese, Nazaret. E inizia con un enorme fallimento: non solo la gente non apprezza il suo insegnamento, ma addirittura cerca di ucciderlo, perché infastidita da Lui.

L'ultimo versetto descrive un'immagine dura: Gesù che passa in mezzo alla gente, che sembra nemmeno notarlo, e si mette in cammino. Si allontana da loro. È vero, tornerà per un altro tentativo, che fallirà miseramente e che turberà non poco il cuore di Gesù. Questo vangelo invita a non dar nulla per scontato: certo, noi non abbiamo il problema di avere legami di parentela con Gesù, però pensare di "vivere di rendita" con una fede superficiale, ripetendo gesti e riti, senza domandarsi dove sia il nostro cuore, senza sfruttare occasioni preziose per capire, per amare, per dialogare di più o meglio con Gesù... questi sì che sono rischi che ci toccano da vicino.

Probabilmente trascurare la fede non ti porterà a nutrire sentimenti omicidi nei confronti di Gesù, ma pensi che questo sia il solo modo di turbare e ferire il Suo cuore? Mmh...

È iniziata la terza settimana della Quaresima: hai ascoltato molta parola di Dio, hai certamente pregato diverse volte, hai letto pagine di intensa testimonianza di Chiara Corbella Petrillo... il buon Dio ti è stato accanto e ha lavorato incessantemente in te...

Di cosa ringrazi e di cosa chiedi perdono? In cosa temi di aver ferito il cuore di Dio e di cosa sei certo che Lui gioisca?

Martedì 10

Vangelo del giorno: *Mt 18,21-35*

Un aiuto alla preghiera

La parabola del vangelo di oggi è la spiegazione della risposta di Gesù a Pietro. La risposta è chiara eppure Gesù si premura di raccontare una storia per spiegarne il senso.

Pietro infatti sembra essere preoccupato della quantità di volte in cui deve perdonare, dando per scontato che il perdono sia una cosa semplice e che sia faticoso solamente perdonare spesso o sempre...

Gesù invece, che conosce bene il nostro cuore, sa benissimo che perdonare è sempre faticoso, la prima come la seconda o la settantavoltesettesima volta 😊.

Infatti la fine della parabola dice come dev'essere il perdono: "di cuore". Dev'essere cioè un atto d'amore, che ha due qualità: gratuito e sovrabbondante, esattamente come la compassione del padrone nei confronti del servo.

Da questo breve pensiero intuimo subito una cosa: che l'amore non è mai uno sforzo, è come uno slancio del cuore. Perdonare quindi non può che essere frutto di un cuore davvero buono e compassionevole come quello del buon Dio. Meglio inserire anche questo dono tra quelli da chiedere al Signore nella preghiera 😊

Mercoledì 11

Vangelo del giorno: *Mt 5,17-19*

Un aiuto alla preghiera

Questo vangelo ricorda ciò che a volte possiamo dimenticare, perché giustamente concentrati nel cercare intimità con il Signore, o dediti ad una preghiera insistente e continua 😊: il valore e il compito dei comandamenti di Dio per la nostra fede.

Certo, perché Gesù non abolisce nulla di ciò che Dio a suo tempo ha donato all'umanità, anzi!

Gesù ci mostra esattamente com'è la vita di un uomo che prende sul serio il suo rapporto d'amore con il buon Dio, camminando con costanza e fedeltà dentro la via tracciata dai comandamenti del Padre: una vita piena, intensa e lieta.

Sarà meglio riprenderli in mano questi benedetti comandamenti di Dio di catechistica memoria 😊... Riprenderli in mano e con coraggio e umiltà cercare un confronto.

Giovedì 12

Vangelo del giorno: *Lc 11,14-23*

Un aiuto alla preghiera

Bellissimo il finale del vangelo di oggi, che è una mini parabola sull'importanza di difendere la propria vita dagli attacchi del diavolo scegliendo le armi giuste.

La parabola suggerisce che ci sono le armi giuste e quelle sulle quali confidiamo ma che in realtà non reggono l'impatto con il potere del male.

Non so quanto tu sia ben allenato su questi pensieri e se è tua preoccupazione costante vigilare sulla tua anima con le armi giuste contro gli attacchi del diavolo... Comunque

sia, è bene farlo! Soprattutto in un tempo come la Quaresima, perché se in te è più forte il desiderio di stare con il Signore, allora non mancheranno nemmeno gli attacchi del diavolo per tenerti lontano da Lui.

La domanda è subito fatta: quali sono le armi giuste in cui confidare? Ci hanno sempre insegnato che è bene confidare solo in Dio per cui le armi saranno da chiedere a Lui...

Te ne suggerisco alcune:

- la preghiera personale e comunitaria
- l'invocazione dello Spirito Santo
- la Messa
- le opere di carità
- la confessione

Come vedi nulla di nuovo nella teoria, ma forse qualcosa di nuovo nella pratica c'è... ☺

Venerdì 13

Ricordati di vivere il digiuno. Se non ricordi come e perché ritorna a pag. 5.

Vangelo del giorno: *Mc 12,28b-34*

Un aiuto alla preghiera

Due pensieri su questo splendido brano.

Il primo è l'inizio della risposta di Gesù alla domanda dello scriba: "Ascolta, Israele!".

Prima ancora di indicare il primo comandamento e il secondo, Gesù ricorda a tutti come inizia il racconto nella Bibbia dei famosi "dieci comandamenti", perché in quell'invito o comando di Dio sta tutto: ascolta!

Che è l'equivalente di "obbedisci" ☺, cioè un ascolto che si trasforma in gesti concreti, in vita nuova.

Sai "vero" che bisogna obbedire al Signore? ☺

Secondo pensiero. Sono bellissime le parole che Gesù rivolge allo scriba, dopo aver risposto alla risposta di Gesù (scusa il gioco di parole): "Non sei lontano dal regno di Dio". Stando sulle parole dette dallo scriba a Gesù, mi ha colpito non tanto cosa dice – perché in fondo ripete e conferma la risposta di Gesù – ma come le dice: sembra che stia parlando il suo cuore, e non semplicemente la sua intelligenza di bravo studioso della Bibbia.

Ecco perché Gesù è contento delle parole dello scriba, perché sta provando ad amare e vivere la parola di Dio spesso ascoltata e studiata.

Riassumendo: amare la parola che Dio ci offre per poterla ascoltare, cioè vivere. E questo accade solo a chi è innamorato di Dio 😊

Esame di coscienza

Il vangelo di oggi casca giusto a pennello anche come spunto per l'esame di coscienza. Ti soffermerai solo sui due comandamenti più importanti che offre Gesù come sintesi di tutta la Legge e dei Profeti: l'amore per Dio con tutto noi stessi e l'amore per il prossimo. Soffermati con calma su questi due punti, soprattutto valutando con attenzione quel "con tutto noi stessi"; cerca di capire se, quando preghi il Signore, tutto partecipa a quel dialogo: mente, cuore, energie, attenzione, ascolto, desideri, pensieri, ecc. Cerca poi di valutare con attenzione i gesti di carità che in questi giorni hai compiuto: sia quelli scelti sia quelli occasionali. Li giudichi gesti liberi, di affetto sincero, di vera compassione... oppure cosa...

Sabato 14

Vangelo del giorno: *Lc 18,9-14*

Un aiuto alla preghiera

Questa parabola viene in aiuto a quanto letto (e pregato spero!) ieri. Tra te e il buon Dio ci devi mettere cuore e non solo testa.

Perché potrebbe persino accadere che la testa vada "in palla" e che cominci ad auto-convincerti di essere a posto, di avere un buon passo nella tua vita di fede, di sapere quando chiedere a Dio e quando invece te la puoi cavare benissimo da solo perché il buon Dio non lo disturbi mica per le banalità!

Il pubblicano della parabola spiazzato tutti: per quanto sulle sue spalle (e sul suo cuore) pesino peccati e umiliazione e giudizio dei benpensanti, lui al tempio ci va, vuole incontrare Dio, perché ne ha bisogno (non nel senso che ne ha bisogno in quel momento, ma nel senso che non può farne a meno come uomo).

Questo è il gesto semplice e grande di un vero innamorato del Signore.

P.S. Ti è piaciuta la chicca del "avere bisogno di Dio"? 😊 Non sbagli quando preghi perché ne hai bisogno... sbagli quando vivi pensando di non avere bisogno di Dio 😊

Quarta settimana di Quaresima

Domenica 15

- ✓ Partecipa alla Santa Messa
- ✓ Verifica il cammino fatto con lo schema presente al termine del libretto
- ✓ Se sei rimasto indietro nel cammino, sfrutta questa giornata per riprenderlo e metterti al passo
- ✓ Prima di impostare la settimana, verifica bene come è andata la settimana scorsa e chiama con insistenza, decisione e fede vicino a te lo Spirito Santo, perché non c'è consigliere migliore quando si tratta di prendere impegni spirituali
- ✓ Scegli l'impegno di preghiera
- ✓ Questa settimana l'impegno di carità dovrai svolgerlo **in famiglia**. Ogni giorno dovrai compiere un gesto buono (e possibilmente nel segreto) nei confronti di un membro della tua famiglia. Meglio se vivete insieme, ma se abiti da solo regolati di conseguenza. La carità in famiglia è spesso la più dimenticata, perché a casa siamo come siamo, ci rilassiamo, e ci aspettiamo comprensione da chi ci vive accanto. Non c'è niente di sbagliato in tutto questo, però non possiamo dimenticare che la carità cristiana, cioè la bontà gratuita, uno sguardo buono di gentilezza, è un dovere e non un di più nei confronti di chi vive con noi. Quando abbassiamo la guardia su questo aspetto, rischia di affiorare il piccolo despota che è in noi, l'aspetto egoista del nostro cuore, la pigrizia che fuori controlliamo, e di vedere la casa come il luogo in cui ci sfoghiamo e pretendiamo solo di essere lasciati in pace. Esercitare la carità in famiglia è un ottimo rimedio per tirare fuori il meglio che ci portiamo dentro e di rendere più buoni i rapporti in casa. In più, al contrario dei gesti che compiamo fuori che possono essere occasionali, quello che facciamo a casa è per forza quotidiano: meno eclatante ma più efficace nel "limare" il carattere in senso buono. Questo impegno è per non dimenticare che il nostro Vangelo passa da casa.

Lunedì 16

Inizia a leggere il quarto Capitolo: "Francesco e il drago".

Non sono pagine semplici. Mettitele a frutto rinnovando il tuo impegno di preghiera e i tuoi sì quotidiani, grandi o piccoli, a Dio. Durante questa settimana prega e ringrazia per la tua famiglia. Prega per la famiglia di Chiara. Prega per una famiglia che conosci e che sta vivendo un momento di fatica e di difficoltà.

Vangelo del giorno: *Gv 4,43-54*

Un aiuto alla preghiera

È la prima volta, in questo cammino di Quaresima, che incontriamo il vangelo di Giovanni e devo dire che l'impatto è notevole! Quel funzionario del re ha fede incrollabile! Alcune note.

Prima. Gesù rivolge al funzionario una parola che suona come un giudizio prima ancora che lui gli apra il suo cuore e racconti di suo figlio malato... Ma come? Quel padre sbaglia a fare qualsiasi cosa per suo figlio? Persino ad andare da quel Gesù di cui tutti parlano? Seconda. Il funzionario chiede al Signore di andare da suo figlio che è malato: probabilmente si attendeva qualche gesto concreto come l'imposizione delle mani, o una preghiera, o prendere per mano il bimbo sdraiato a letto e farlo alzare...

Terza. Gesù non ci va. Non compie nessun gesto, nemmeno una preghiera. Dice a quel padre: "Va', tuo figlio vive". Gesù non viene incontro al gesto disperato e coraggioso di quel padre che è pronto a tutto pur di salvare suo figlio. Gesù gli chiede un passo ulteriore: credere alla Sua parola senza vedere nessun segno.

E tu che ti lamenti se Gesù non esaudisce le tue richieste esattamente nel modo in cui glielo chiedi o te le aspetti! ☺

Mi pare di aver già sentito da qualche parte che quando preghi per qualcuno, prima di tutto quella preghiera deve servire a cambiare te...

Martedì 17

Vangelo del giorno: *Gv 5,1-16*

Un aiuto alla preghiera

"Non peccare più, perché non ti accada qualcosa di peggio".

Nota: per i giudei era normale pensare che la malattia fosse legata ad un peccato commesso, e che fosse quindi una conseguenza o punizione. E Gesù sempre cerca di scardinare e correggere questa sbagliata mentalità di un Dio che punisce per un peccato commesso.

Queste parole di Gesù quindi non vanno nella direzione della mentalità comune.

La domanda è: cosa c'è di peggio di una malattia che ti inchioda per trentotto anni (e la gente non viveva mica fino a novanta anni come oggi), che è motivo di giudizio e condanna degli altri, per cui nessuno ti poteva nemmeno sfiorare perché eri un peccatore e quindi anche il semplice contatto rendeva impuri? Cosa c'è di peggio di una condanna alla sofferenza, all'emarginazione e alla solitudine?

Come puoi capire, anche oggi il vangelo – che è ancora di Giovanni ☺ – non è certo dolce e confortante come lo è altre volte!

Anche qui, come ieri, il Signore è esigente, chiede un bel passo in avanti. Ritorna una domanda e un'immagine usate all'inizio di questo cammino, quando parlavamo del digiuno.

Una vita senza Dio è una vita senza senso, peggiore di qualunque altra. L'abitudine al peccato, dalla quale Gesù invita l'uomo guarito a tenere le distanze, pian piano crea un vuoto tale tra noi e Dio che diventa un'impresa durissima provare a colmarlo (probabilmente dura anche per Dio stesso)!

Giovanni di questo è convinto: lui, l'amato del Signore, quello che ha sicuramente vissuto un'intimità profonda con Lui, l'amico che ha vissuto più a lungo di tutti gli apostoli e che ha avuto in dono lo Spirito Santo per scrivere un Vangelo incredibilmente profondo e unico.

Ecco che ritorna pure l'importanza che ha vigilare sulla nostra vita, con le armi giuste, per difenderci dal diavolo e per restare uniti al Signore Gesù.

Mercoledì 18

Vangelo del giorno: *Gv 5,17-30*

Un aiuto alla preghiera

Per la prima volta in questo cammino, il vangelo ci suggerisce di “allungare” lo sguardo nel futuro, perché il Signore Gesù ci chiama ad un destino grande e bellissimo: la vita oltre la morte, quella eterna e felice con Dio. E lo fa offrendo in dono SUBITO a coloro che credono in Lui questo destino: “chi ascolta la mia parola e crede a colui che mi ha mandato ha la vita eterna... è passato dalla morte alla vita”.

Per questo i cristiani delle origini tra loro si chiamano “santi”, perché in possesso di questa vita nuova che hanno saputo accogliere con la fede e che li accompagnerà attraverso il passaggio della morte, verso la pienezza della gioia di Dio.

P.S. Da' un'occhiata al titolo del libro di Chiara Corbella Petrillo... noti qualche somiglianza con questa riflessione? ☺

Vedi? Pian piano ti accorgerai di come ogni esperienza di fede buona, che parta da te, che ti sia proposta da questo libretto o da un amico, che sia la testimonianza di una santa... tutto si trova legato da un filo invisibile ma reale, che è la volontà di Dio, la sua opera feconda nella tua vita, che ti fa incontrare ciò di cui hai bisogno perché la tua vita sia nuova e piena.

Non temere mai: il buon Dio guida la tua vita, con delicatezza e nel nascondimento. Come ci racconta Gesù nella parabola del granello di senape e del lievito: Dio opera con delicatezza e nel nascondimento ☺

Giovedì 19

Vangelo del giorno: *Mt 1,16.18-21.24a*

Un aiuto alla preghiera

Un giorno di pausa: oggi è la festa di San Giuseppe, sposo di Maria e padre adottivo di Gesù.

Un pensiero di conferma di quanto detto ieri circa l'opera di Dio in questo strano mondo e soprattutto nella tua vita. Come vedi nelle indicazioni del vangelo di oggi, la liturgia ci fa saltare il versetto 17 che invece è quello che ti offro in queste righe, quindi te lo riporto di seguito.

“In tal modo, tutte le generazioni da Abramo a Davide sono quattordici, da Davide fino alla deportazione in Babilonia quattordici, dalla deportazione in Babilonia a Cristo quattordici”.

Questa osservazione e precisazione dell'evangelista Matteo è strana. Lasciando perdere se il quattordici abbia chissà quale significato nascosto, il pensiero semplice che trattiamo per noi è: tutto sta dentro un disegno più grande, un disegno che sta nel cuore di Dio e che pian piano viene realizzato nella vita delle persone che lo incontrano e che cercano (con fatica) di amarlo. Se date un'occhiata ai versetti che precedono il vangelo di oggi incontrerete tantissimi nomi, molti dei quali sconosciuti... ma tutti sono volti, sono storie, sono cuori, sono uomini e donne segnati dal peccato, dal desiderio di bene, da una fede faticosa o esemplare. Ognuno di loro è dentro ad un disegno di bene che Dio ogni giorno cerca di realizzare.

E tu sei qui. Anche tu, in questo elenco di uomini e donne, senza la preoccupazione di essere perfetto, ma animato e confortato dalla certezza di essere costantemente amato e salvato dal buon Dio ☺

Ricordati di vivere il digiuno. Se non ricordi ritorna a pag. 5.

Vangelo del giorno: *Gv 7,1-2.10.25-30*

Un aiuto alla preghiera

Dopo la breve ma provvidenziale coccola di ieri ☺ eccoci rituffati in pieno nel cuore del nostro cammino che, come ogni cammino che si rispetti, è composto di passi da fare! ☺ Oggi Gesù dà un altro scossone a tutti quelli che credono di conoscerLo perché sanno giusto due cose di Lui... Della serie: dopo anni di catechismo, dopo aver timbrato le tappe fondamentali della fede, dopo numerose Messe e prediche e preghiere e... posso dire di conoscere Gesù!

Ma Lui fa un paragone al quale nessuno può reggere: “Io conosco il Padre perché vengo da lui ed egli mi ha mandato”.

Come dire: voi pensate di conoscermi? Solo il Padre mi conosce perché Io e Lui siamo una cosa sola, ci unisce un legame doppio fatto di amore, fedeltà, ascolto, obbedienza, intimità... ecc... ecc...

Ora, prova a rispondere: conosci Gesù? Chi è Gesù per te? Cosa ti lega a Lui e cosa lega Lui a te? Prendi spunto da queste domande e dal vangelo di oggi come traccia per il tuo **esame di coscienza**.

Sabato 21

Vangelo del giorno: *Gv 7,40-53*

Un aiuto alla preghiera

Di tutto sto trambusto di persone e voci e discorsi e posizioni e giudizi su Gesù, chi emerge davvero sono le guardie, gli ultimi tra i personaggi di questo vangelo, che vanno da Gesù con un ordine preciso, arrestarlo, e che tornano indietro, sicuramente coraggiosi, da quei balordi dei loro capi senza inventare scuse per risultare innocenti, ma dicendo la verità: voi non valete nulla, mentre quell'uomo che voi odiate è un mito! ☺ Dobbiamo quindi rubare il segreto delle guardie, che le ha rese testimoni della bellezza e della grandezza di Gesù. È davvero misterioso il fatto che chiunque possa essere conquistato dal Signore, persino quelli che passano inosservati o che sono giudicati i più lontani da Dio.

Se il buon Dio parte dall'ultimo per conquistare il suo cuore, sta pur certo che arriverà anche da te, che non sarai in pole position, ma di certo non sei poi così male ☺

Quinta settimana di Quaresima

Domenica 22

- ✓ Partecipa alla Santa Messa
- ✓ Verifica il cammino fatto con lo schema presente al termine del libretto
- ✓ Se sei rimasto indietro nel cammino, sfrutta questa giornata per riprenderlo e mettersi al passo
- ✓ Scegli un nuovo impegno di preghiera o rinnova l'impegno delle settimane scorse, sempre facendo riferimento allo schema a inizio Cammino. Aumenta il tempo della preghiera: siamo vicini alla Pasqua
- ✓ Scegli l'impegno di carità: **dedicati agli amici**. Scegli un amico al giorno e prega per loro, per la loro fede, per le loro difficoltà, ringrazia per la vostra amicizia. Inventati favori, tempo da trascorrere insieme, visite e telefonate se hai perso il contatto da qualche tempo. Se preferisci puoi anche dedicarti completamente a un solo amico che sai avere bisogno della tua amicizia in questo momento in particolare. Prega per dimenticare vecchi torti e incomprensioni che ti hanno fatto allontanare da amicizie importanti e ricuci gli strappi.

Lunedì 23

Siamo al quinto Capitolo: "21 settembre".

Il Cammino si fa sempre più impegnativo: è il cammino della Pasqua, l'avvicinarsi della via del Calvario. Nei Vangeli di questa settimana Gesù inizia a svelarsi, Egli è il Figlio mandato dal Padre che inizia a parlare di cosa lo aspetta. L'attenzione nei suoi confronti si fa sempre più accesa e in molti proprio non capiscono e diventano ostili. Nella nostra fede la via del Calvario è forse la parte più difficile da accettare. La Resurrezione è più semplice, ma il Calvario e la sofferenza ci lasciano interdetti. Non sentiamoci strani: ci vuole un bel cammino prima di poter far pace con la sofferenza propria e altrui ed è difficile sentirsi arrivati davanti a un traguardo così. Siamo tutti veramente ancora per strada, anche un po' affannati. Facciamoci aiutare dalle pagine del libro per scoprire cosa vuole dire accogliere Dio in qualsiasi situazione di vita. Accogliere Dio anche nel dolore. Preghiamo il più possibile, senza cercare a tutti i costi di capire e di comprendere, perché probabilmente faremmo solo un buco nell'acqua. Preghiamo per riuscire ad amare, accogliere, accettare, ringraziare Dio, sempre.

Vangelo del giorno: *Gv 8,1-11*

Un aiuto alla preghiera

Ci avviciniamo alla Settimana Santa. Giovanni ci regala un vangelo bellissimo per tanti motivi.

Gesù è sempre dalla nostra parte; qualsiasi sia la nostra condizione, in qualunque stato si trovi il nostro cuore, il Signore è sempre dalla nostra parte, pronto a difenderci dai pericoli, a sostenerci nella prova, a confortarci nel fallimento o nella vergogna, a rialzarci e a rimetterci in cammino nella giusta direzione.

Sì è vero che ammonisce la donna e la esorta a non peccare più, però nessuno di noi perderebbe se scommettesse su quale sarà lo sguardo del Signore la prossima volta che quella donna cadrà... ☺

Non perderti d'animo quindi e metti in conto di poter incontrare nei prossimi giorni questo sguardo misericordioso del Signore, pronto a tutto pur di riaverti con Lui, caso mai ti fossi allontanato.

Martedì 24

Vangelo del giorno: *Gv 8,21-30*

Un aiuto alla preghiera

Gesù racconta ai suoi amici la desolazione e il pericolo che lo attendono nei prossimi giorni. E sottolinea il fatto che nessun uomo potrà mai affrontare ciò che Lui è chiamato a vivere, perché chiunque morirebbe.

Solo il cuore di Dio può reggere l'impatto contro la violenza del male che tra poco si scatenerà su di Lui. Un cuore forte e invincibile perché follemente innamorato.

Gesù invita a guardare a quando sarà crocifisso: lì potremo vedere la potenza del cuore di Dio.

Ti chiederei molto se ti invitassi a guardare un po' più spesso il Crocifisso? A guardarlo con gli occhi e con il cuore ovviamente. Gesù dice che lì tutti vedranno, tutti capiranno, tutti potranno essere salvati; tutti, anche quelli più duri.

Mercoledì 25

Vangelo del giorno: *Lc 1,26-38*

Un aiuto alla preghiera

Altra pausa, come la scorsa settimana con la festa di San Giuseppe.

E anche oggi un'altra coccola, perché Dio solo sa quanto ne abbiamo bisogno nel nostro cammino!

Nel misterioso disegno della volontà di Dio, nel quale ognuno di noi trova il suo giusto posto, la sua vita vera e piena, Egli ha voluto per tutti una preziosa e dolcissima compagna: Maria, Madre di Dio e nostra.

Perché il buon Dio conosce i suoi figli, e sa che, quando va bene, un figlio si mette in testa di farcela da solo ritenendo intelligente scomodare Dio solo nel bisogno... figuriamoci come se la cavano tutti gli altri!

Ecco che ha deciso che nessuno rimanesse mai da solo e ha scelto una presenza speciale: più di un amico, che comunque non manca. Ci ha posto accanto uno sguardo e un cuore di mamma.

Perché anche Lui sa benissimo – e da quando si è fatto uomo l'ha anche sperimentato sulla sua pelle – che la mamma è una preziosa compagna di vita, perché solo un cuore di madre può sostenere e abbracciare un figlio con le sue fatiche, le sue lune, le sue lacrime, i suoi scivoloni, le sue cadute di stile, come anche le gioie, i progetti, i sogni, i desideri, le confidenze...

L'invito che ti avevo fatto a suo tempo di cercare intimità e confidenza con Gesù è ora decisamente e assolutamente esteso anche alla Madonna, tua Mamma speciale del cielo.

Giovedì 26

Vangelo del giorno: *Gv 8,51-59*

Un aiuto alla preghiera

Anche oggi Gesù ritorna sul tema del conoscere Dio; o meglio, più che “sul tema” sulla necessità, la bellezza, l'importanza di conoscere Dio.

Anche oggi Gesù incontra persone molto sicure della propria fede, che con facilità parlano di “nostro Dio”, di “nostro padre Abramo” non mentre raccontano la bellezza di sentirsi figli e fratelli ma mettendosi su un piedistallo giudicando Gesù che, secondo loro, è un uomo posseduto dal demonio.

La loro cecità e durezza di cuore li porta persino a bestemmiare e a ferire il cuore stesso di Dio.

Probabilmente non rischi di vestire una tunica, di salire sul pulpito e di vantarti della tua fede vedendo peccatori e indemoniati a destra e a manca, però è tuo dovere, se desideri davvero amare il buon Dio, investire di più nel tuo rapporto con Lui. Se non l'hai ancora fatto, prendi sul serio questa amicizia con Lui, sentilo caro, tuo, prezioso, questo amico.

Ricordati di vivere il digiuno. Se non ricordi ritorna a pag. 5.

Vangelo del giorno: Gv 10,31-42

Un aiuto alla preghiera

Il vangelo mette in conto il fallimento di Dio davanti alla chiusura del cuore dell'uomo. Ma Gesù non si dà per vinto. Torna nel luogo dove Giovanni ha predicato, cioè dove erano riunite le persone che si sono lasciate interrogare, consigliare da Giovanni Battista. E lì attende.

Il titolo scelto dalla Bibbia per questo vangelo è "sbagliato": Gesù si ritira.

No. Mai. Gesù continua a bussare alla porta del nostro cuore. Ci volesse una vita intera. Piuttosto ritarda la Sua venuta pur di dare tempo a chi deve ancora capire. E questo è di grande conforto.

Gesù è in attesa paziente di trovare un piccolo spiraglio nel cuore, per poter fare breccia e conquistarlo.

E lo spiraglio può assumere forme diverse: un dubbio di fede che ti risveglia dall'abitudine, un incontro speciale che ti colpisce e fa nascere la ormai famosa "sana invidia", un'intuizione del cuore – chiaro dono diretto di Dio... e chissà quanti altri.

Confida sempre che Gesù è lì, accanto a te, con una pazienza infinita e con una speranza e una fiducia da smuovere le montagne. E che da te non si allontanerà. Mai.

Esame di coscienza

La traccia che ti suggerisco è questa: prova a immaginare il Signore Gesù che ti resta accanto e che bussa alla porta del tuo cuore; che osserva ogni tuo movimento e ascolta ogni tuo pensiero alla ricerca di uno spiraglio per "farsi notare", per suggerirti un pensiero, per offrirti un dono, per farti provare una sensazione o un'emozione...

So che può essere difficile ma prova a riguardare un po' questi giorni di cammino, soprattutto quando ti sei seduto per leggere questo libretto, quando hai pregato, quando hai compiuto il gesto di carità che hai scelto, quando sei stato in chiesa o quando hai partecipato alla Messa.

Prova a cercare qualche segno, anche piccolo, che il Signore ti può aver lasciato per richiamare la tua attenzione; prova a ricordare se hai avuto qualche pensiero che è arrivato di colpo, come se arrivasse da fuori di te, come un'intuizione; se hai sentito qualcosa muoversi dentro di te.

Ringrazia il buon Dio se riesci a trovare qualche traccia della Sua presenza accanto a te; chiedigli con insistenza di aprirti occhi, mente e cuore; chiedigli perdono se capisci che c'è qualche peccato in te che ti rende sordo e cieco.

Forse i primi tentativi falliranno, a meno che sia successo qualcosa di straordinario che ti è rimasto fisso nel cuore. Non mollare, sii tenace, ritenta più volte questa ricerca che sa di "ascolto dei movimenti dell'anima", e vedrai che questo esercizio sarà utile a te e al buon Dio per potervi avvicinare di più.

Sabato 28

Vangelo del giorno: *Gv 11,45-56*

Un aiuto alla preghiera

È il vangelo che apre alla Settimana Santa, l'ultima settimana di vita terrena di Gesù.

Ma poniamo attenzione sul perché Gesù deve morire: perché tutti i figli di Dio vivano insieme e nessuno sia più disperso.

Primo pensiero: restiamo tutti figli di Dio. Dico "restiamo" per sottolineare il fatto che nemmeno uccidendo Suo Figlio noi perdiamo questo Suo sguardo d'amore. Sembra scandaloso persino scriverlo.

Secondo: hai mai pensato di essere tu il figlio "disperso"? O com'è ovvio lo pensi di qualcun altro, magari bello cattivo, prendendo a caso un nome dal libro di storia o dal giornale?

Disperso significa perduto, confuso, disordinato, disorientato, separato dagli altri, incapace di trovare la via giusta... Probabilmente lo siamo un po' tutti, almeno a volte 😊.

Gesù è venuto e rimane con noi perché nessuno mai si senta perso, confuso, solo, disorientato: Egli prende ciascuno per mano e ci riporta tra i Suoi amici, la Sua famiglia, perché anche noi possiamo vivere una vita piena e felice.

Settimana Santa

Domenica 29

- ✓ Partecipa alla Santa Messa
- ✓ Verifica il cammino fatto con lo schema presente al termine del libretto
- ✓ Se sei rimasto indietro nel cammino, sfrutta questa giornata per riprenderlo e mettersi al passo
- ✓ Scegli un impegno di preghiera che meglio ti possa accompagnare in questi giorni santi. Sii generoso nel dedicare tempo al Signore perché questi sono i giorni più grandi dell'anno, giorni che nascondono – ma che possono anche svelare – il Mistero meraviglioso dell'amore di Dio per l'uomo, per te
Per vivere ancora più profondamente il Triduo Santo è bene che ti accosti al Sacramento della Confessione
- ✓ Ultimo impegno di carità: compi gesti di carità **all'interno della tua comunità**, che sia la parrocchia, il Gruppo, l'Associazione, oppure il tuo paese, la tua scuola, il gruppo sul posto di lavoro. Prendi la comunità di cui fai parte e lì servi tutti i giorni di questa settimana, senza dimenticare di pregare per essa
- ✓ Al termine delle feste di Pasqua, puoi continuare il tuo cammino di fede portando avanti alcuni gesti proposti in Quaresima: scegli con attenzione, magari aiutato dal tuo padre spirituale...

Puoi continuare con la lettura del Vangelo del giorno; puoi riprendere quel gesto di carità che ti ha messo alla prova o che magari hai saltato per fatica o pigrizia; riprendi anche una delle forme di preghiera (o che hai già vissuto, oppure una di quelle che hai scartato) perché il tuo cuore continui a vivere quella speciale sintonia con il buon Dio necessaria affinché Lui possa fare in te grandi cose.

Buon cammino.

Lunedì 30

Leggi il Capitolo 6: "La grazia di vivere la grazia". Buon Cammino.

Vangelo del giorno: Gv 12,1-11

Un aiuto alla preghiera

Vorrei suggerirti uno sguardo inusuale su questo brano di vangelo.

È Luca a raccontare la prima volta che Gesù entra in casa di Marta, Maria e Lazzaro (che poi diventano suoi grandi amici). E racconta questo incontro subito dopo l'insegnamento di Gesù su chi sia il prossimo, con la parabola del buon Samaritano, che si conclude con l'invito di Gesù a farsi prossimo, ad avere compassione. Dopo l'insegnamento Gesù va a Betania ed entra in casa dei tre fratelli. E si prende cura di loro. Diventa loro amico. Gesù vive sempre ciò che insegna.

Loro hanno ricevuto un dono grandissimo: l'amicizia di Gesù. Qualcosa che li ha resi speciali, che li ha fatti sentire speciali. E Gesù, inizia la Settimana Santa facendo visita a questi suoi amici speciali.

E si lascia coccolare 😊.

Dicevo, è un modo inusuale di leggere questo brano, ma Gesù – come noi – ha bisogno del calore di una casa, dello sguardo di un amico, delle cure premurose di un'amica... soprattutto per il peso che si sta accumulando sul Suo cuore.

Non mi aspetto che tu viva un'esperienza mistica (sarebbe grandioso ovviamente 😊) fatta di lacrime di compassione per Gesù, di tristezza profonda o chissà cos'altro.

Però... perché no? Gesù bussa alla porta del tuo cuore anche per questo: per trovare casa, per trovare riparo, conforto, amicizia, ascolto... In questo non è diverso dal tuo migliore amico. Amare significa anche sentire il bisogno dell'altro: se Gesù è campione nell'amore è campione anche nel sentire questo nostro bisogno d'essere amati.

Cerca di ricordare questo sentimento del Signore, mentre ti prepari a vivere i giorni santi della Pasqua.

Martedì 31

Vangelo del giorno: *Gv 13,21-33.36-38*

Un aiuto alla preghiera

Il clima si fa sempre più pesante: l'ora delle tenebre si avvicina. Anche qui però vorrei sottolineare un piccolo lume di speranza, un piccolo gesto di tenerezza che in fondo fa dire: ne è valsa la pena.

Quando Gesù confida ai discepoli il Suo turbamento per il tradimento di un amico, Giovanni si avvicina a Gesù e cerca un contatto fisico: si china sul Suo petto, come mosso dal desiderio di ascoltare il Suo cuore, di voler comprendere il Suo dolore e di volerne condividere il peso.

Di questo è capace il cuore dell'uomo quando vive la confidenza con il buon Dio!

Gesù è certo che anche il tuo cuore sia capace di così tanto amore! E continua a restarti accanto perché lo sia sempre di più, giorno dopo giorno, passo dopo passo.

Vangelo del giorno: Mt 26,14-25

Un aiuto alla preghiera

Stesso episodio di ieri, ma con una sfumatura diversa. Qui, prima dell'ultima cena, Matteo non fa mistero su chi sia il traditore, svelando anche il prezzo del tradimento. E poi la strana domanda di Giuda a Gesù: "Rabbì sono forse io?".

Giuda è davvero un figlio di Dio disperso, non perché ha tradito Gesù ma perché sembra davvero smarrito e confuso: ha perso il suo cuore, ha perso la strada, ha smarrito i tre anni di vita condivisi con Lui, ha smarrito la vita vera...

E, sempre l'evangelista Matteo, poco più avanti, durante l'arresto di Gesù, sottolinea quella parola che – ne sono certo – fa tremare il cuore di Giuda (e non solo il suo grazie a Dio): "amico".

Gesù ha offerto la Sua vita per amore di quell'uomo e, attraverso di lui, per amore di ognuno di noi, a volte smarriti e inconsapevoli, altre volte colpevoli.

Ti auguro che
quella parola di Gesù – "amico" – rivolta a Giuda
ti sia compagna ogni giorno;
che possa risuonare
dolce nel momento del conforto
e graffiante nel momento dello smarrimento.

Buona Pasqua

Schema di verifica del cammino

Mercoledì 18

- ☐ Vangelo e riflessione
- ☐ Messa delle ceneri
- ☐ Confessione

Giovedì 19

- ☐ Vangelo e riflessione
- ☐ Lettura della presentazione e della prefazione del libro

Venerdì 20

- ☐ Vangelo e riflessione
- ☐ Digiuno
- ☐ Lettura dell'introduzione del libro
- ☐ Esame di coscienza

Sabato 21

- ☐ Vangelo e riflessione
- ☐ Video di Chiara su Youtube

Prima settimana di Quaresima

- ☐ Messa domenicale
- Pregghiera quotidiana ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐
- Gesto di carità ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐
- Vangelo e riflessione ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐
- ☐ Lettura del libro
- ☐ Esame di coscienza del venerdì
- ☐ Digiuno del venerdì

Seconda settimana di Quaresima

- ☐ Messa domenicale
- Pregghiera quotidiana ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐
- Gesto di carità ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐
- Vangelo e riflessione ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐
- ☐ Lettura del libro
- ☐ Esame di coscienza del venerdì
- ☐ Digiuno del venerdì

Terza settimana di Quaresima

- ☐ Messa domenicale
- Preghiera quotidiana ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐
- Gesto di carità ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐
- Vangelo e riflessione ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐
- ☐ Lettura del libro
- ☐ Esame di coscienza del venerdì
- ☐ Digiuno del venerdì

Quarta settimana di Quaresima

- ☐ Messa domenicale
- Preghiera quotidiana ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐
- Gesto di carità ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐
- Vangelo e riflessione ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐
- ☐ Lettura del libro
- ☐ Esame di coscienza del venerdì
- ☐ Digiuno del venerdì

Quinta settimana di Quaresima

- ☐ Messa domenicale
- Preghiera quotidiana ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐
- Gesto di carità ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐
- Vangelo e riflessione ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐
- ☐ Lettura del libro
- ☐ Esame di coscienza del venerdì
- ☐ Digiuno del venerdì

Settimana Santa

- Vangelo e riflessione ☐ ☐ ☐
- ☐ Messa del Giovedì Santo
- ☐ Liturgia del Venerdì Santo
- ☐ Veglia pasquale
- ☐ Messa della Domenica di Pasqua

