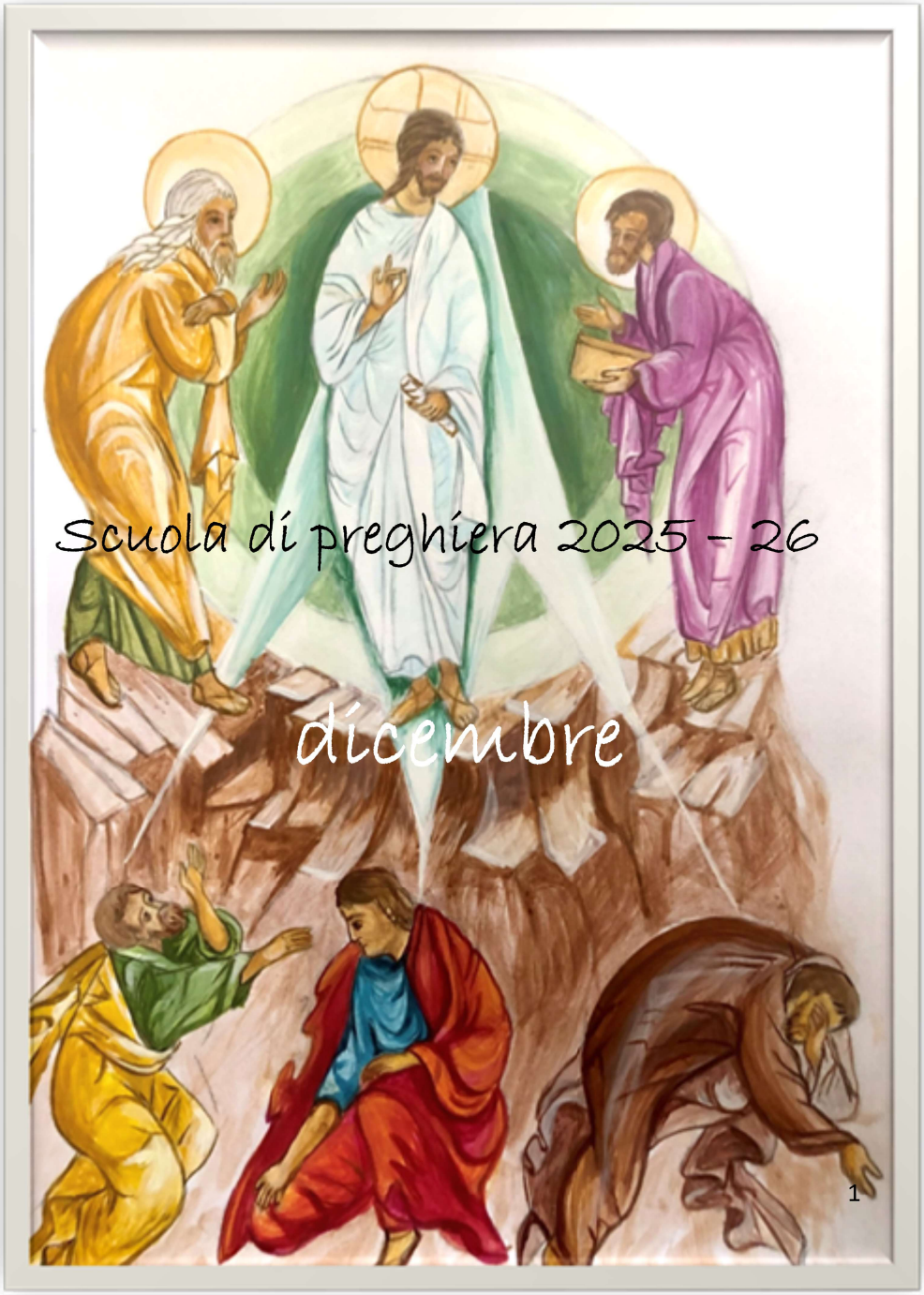

Scuola di preghiera 2025 - 26

dicembre

Vieni, Spirito santo

Spirito santo
che procedi dal Padre e dal Figlio,
tu sei in no1, parli in no1,
preghi in no1, operi in no1.
Ti preghiamo di fare spazio alle tue parole,
alla tua preghiera,
alla tua intelligenza in noi,
perché possiamo conoscere
il mistero della volontà di Dio
nella storia.

Non ti chiediamo
di avere accesso a questo mistero,
quasi per poterci vantare
di una nostra scienza
e intelligenza dei tempi,
ma unicamente per operare
in maniera degna del Signore,
per poterci dedicare più totalmente
al servizio del nome e della gloria
del nostro Signore Gesù Cristo.

Così dice il Signore:
"Osservate il diritto e praticate la giustizia,
perché la mia salvezza sta per venire,
la mia giustizia sta per rivelarsi".
Beato l'uomo che così agisce
e il figlio dell'uomo che a questo si attiene,
che osserva il sabato senza profanarlo,
che preserva la sua mano da ogni male.
Gli stranieri, che hanno aderito al Signore per servirlo
e per amare il nome del Signore,
e per essere suoi servi,
quanti si guardano dal profanare il sabato
e restano fermi nella mia alleanza,
li condurrò sul mio monte santo
e li colmerò di gioia nella mia casa di preghiera.
I loro olocausti e i loro sacrifici
saranno graditi sul mio altare,
perché la mia casa si chiamerà
casa di preghiera per tutti i popoli".
Oracolo del Signore Dio,
che raduna i dispersi d'Israele:
"Io ne radunerò ancora altri,
oltre quelli già radunati". (Is 56, 1- 2. 6 - 8)

«Ma è proprio vero che Dio abita con gli uomini sulla terra?». «Quale casa potrete costruirmi; dice il Signore, o quale sarà il luogo del mio riposo?».
Sì, è proprio vero che Dio vuole abitare con gli uomini sulla terra, ma solo lui può costruire la Casa nella quale vuole abitare con noi. La casa di Dio è la Chiesa del Dio vivente. E Dio stesso ha voluto che questa sua casa fosse una casa di preghiera. La preghiera, il dialogo tra Dio e l'uomo, l'unione tra Dio e l'uomo, è l'essenza stessa della Chiesa, fuori della quale non avrebbe motivo di esistere.
Parlare della preghiera della Chiesa è dunque affacciarsi sul suo stesso mistero, mistero "*nel quale confluiscono tutti i misteri*". La Chiesa è il luogo nel quale tutti i misteri si incontrano, dove si uniscono e si illuminano reciprocamente: il mistero della Trinità, dell'incarnazione, della redenzione, della grazia, delle realtà ultime.

Il Tempio cosmico

Questa casa Dio inizia a costruirla quando con un atto assolutamente libero della sua volontà ha voluto estendere e condividere con altri esseri il dialogo d'amore che si scambiano eternamente le Tre Persone divine nel «*silenzio dei secoli eterni*». Essendo creata a immagine del Figlio con un atto d'amore del Padre, ogni creatura riceve quindi, secondo la sua possibilità, il dono di lodare Dio e, per ciò stesso, il cosmo diventa un primo abbozzo della Chiesa.
Con la creazione del cosmo Dio ha dunque posto le fondamenta della Chiesa, della casa dove vivere la sua storia d'amore con noi.
La creazione naturale celebra già dal primo istante della sua esistenza una vera liturgia, già prega, perché il cosmo, creato a immagine del Figlio, riverbera nel suo linguaggio silenzioso l'inno di ringraziamento che il Figlio fa salire al Padre nello Spirito.
Con questa «*musica silenziosa*» la creazione canta «*senza linguaggio, senza parole*», una preghiera rivolta al Padre, che riconosce in questa lode silenziosa un'eco del silenzio con cui il Figlio accoglie la parola eterna che lo genera. Mentre le creature per il solo fatto di esistere, «con la loro *semplice esistenza, benedicono Dio e gli rendono gloria*» (C.C.C.2416), l'uomo, creato in modo speciale a immagine del Figlio, poteva e doveva cantare questo inno come atto d'amore, un atto di ringraziamento, di "*eucaristia*", decifrando in tutte le creature

l'immagine di Lui, di Cristo, che è la verità del creato. Sarà nella liturgia che la Creazione ritroverà il suo senso originario di essere "corpo" di Cristo. È nella liturgia che le creature materiali, pane, acqua, vino olio, luce, ricuperano la loro trasparenza originaria e diventano realmente "epifania" di Cristo.

La sua casa siamo noi (Eb 3,6)

Iniziata con la creazione, la costruzione di questa casa di preghiera raggiungerà la tappa finale quando il Padre, con l'incarnazione del Figlio, porrà «*in Sion una pietra scelta, angolare, preziosa, saldamente fondata*». La «*pietra d'angolo*» che unisce inseparabilmente le due pareti del tempio: Dio e l'uomo. E allora, come scrive san Pietro: «*Avvicinandovi a lui, pietra viva, rifiutata dagli uomini ma scelta e preziosa davanti a Dio, quali pietre vive siete costruiti anche voi come edificio spirituale, per un sacerdozio santo e per offrire sacrifici spirituali graditi a Dio, mediante Gesù Cristo*».

Sarà quindi con l'incarnazione del Figlio che, il canto che «*risuona eternamente nelle sedi celesti*» sarà finalmente cantato perfettamente anche nel nostro mondo. Allora sarà finalmente compiuto il desiderio di Dio di vivere con i figli degli uomini perché «*il Figlio di Dio, con la sua incarnazione, si è unito in un certo senso ad ogni uomo, senza eccezioni anche quando questi non ne è consapevole*». Ad ogni uomo, senza eccezione alcuna, al di là dei suoi "meriti" e della sua consapevolezza, il Padre ha fatto dono di unirsi a Cristo, pietra viva e così entrare nella costruzione del vero Tempio. In questo modo, con Cristo, per Cristo e in Cristo, ogni uomo potrà ora dirgli: «*Abbà! Padre!*» e così partecipare all'eterno «*canto di lode che risuona nelle sedi celesti*».

Per questa unione strettissima che Cristo stabilisce con ogni uomo, ogni uomo, ognuno di noi, adesso è destinato non solo ad essere un "***uomo di preghiera***", ma a "***diventare preghiera***", come si disse di san Francesco che «*non era tanto un uomo che prega, quanto piuttosto egli stesso tutto trasformato in preghiera vivente*». Siamo destinati a condividere pienamente il mistero stesso del Figlio che, nella sua stessa persona, è preghiera, è lode della gloria del Padre: «*In lui siamo stati fatti anche eredi predestinati (...) a essere lode della sua gloria*. Essere «*lode*

della gloria del Padre» è il destino ultimo e unico di ogni cristiano e della Chiesa intera.

Adamo dove sei? (Gen 3,9)

Il Padre sempre sta vegliando per costruire la sua casa. Anche quando noi non lo conosciamo non pensiamo a lui, non per questo egli tralascia di operare sempre per «*levigare, con colpi di scalpello le pietre, adattate al proprio luogo da attenta esperta mano; e che rimarranno sempre collocate dentro il sacro tempio*» (Liturgia). In ogni vicenda della nostra vita egli è presente per fare di noi le pietre vive per il suo vero tempio: il corpo di Cristo (Gv 2,21). Attraverso i piccoli e grandi avvenimenti di cui è intessuta la nostra giornata e tutta la nostra vita, egli sta facendo di noi le membra del corpo di Cristo, sta generando il Figlio nel mondo.

Ma, purtroppo, come sappiamo, fin troppo spesso resistiamo a questa incessante e silenziosa opera di Dio. Come scoprire nella nostra vita quotidiana, così spesso opaca, questa incessante azione di Dio che vuole farci dono della preghiera, vuole trasformarci in pietre vive della sua casa di preghiera? Dio cerca personalmente ognuno di noi: «*Dove sei?*» perché «*chiamando Adamo è te che Dio chiama*» (S. Ambrogio). Ma la nostra risposta è troppo spesso la stessa di Adamo: «*Ho udito la tua voce nel giardino: ho avuto paura, perché sono nudo, e mi sono nascosto*».

Eppure, Dio non si rassegna a perdere l'amore dell'uomo. Lo cerca continuamente. Come il pastore cerca, per burroni e dirupi, la pecora che si è sviata, così Dio: «*Inseguì l'uomo che era fuggito da lui, e fuggito lontano. E dopo averlo inseguito, lo raggiunse e lo prese con sé. E lo fece mosso solo dalla sua bontà, dalla sua carità e dalla preoccupazione che ha di noi*» (S. Giovanni Crisostomo).

Ma la nostra paura del mistero troppo spesso ci paralizza e ci rende riluttanti davanti all'invito di Dio: «*Tu vorresti condurmi più in là, ogni volta più in là, sempre più nel centro, fino alle frontiere del tuo incognito regno. Lo capisco e sarebbe anche bello. Tu sei paziente, tu mi aspetti ai bivi solitari per insegnarmi la strada, tu sei veramente discreto, tu fai perfino mostra di fuggirmi, e non osi neppure rivelare il tuo volto. Sarebbe bello, lo so, lo vorrei proprio. Ma la mia anima è deprecabilmente timida, invano la redarguisco, le sue ali tremano, appena la si conduce verso la soglia delle*

grandi avventure. Però tu, Dio della giustizia e allo stesso tempo fonte della misericordia, insegui quelli che fuggono da te, incalzandoli da vicino con molti modi, fino a quando non si arrendono a te» (sant'Agostino).
Per questo, la sintesi di tutto il cammino spirituale di ogni uomo, il cuore del cammino di ogni preghiera, è il lasciarsi raggiungere da colui che ci cerca, di lasciarsi toccare dalla mano del Padre che plasma in noi il suo unico Figlio. Ma, per la nostra insensibilità spirituale, è spesso difficile lasciarsi sorprendere da questo Dio che ci cerca incessantemente e si avvicina a noi in modo inaspettato e sorprendente. Il nostro Dio è il «*Dio in agguato*» che ci attende dove meno ce lo aspettiamo. Così fu per Matteo, chiamato mentre stava al banco delle imposte, esercitando una professione infamante. O come fu per Paolo, abbagliato dal Risorto sulla via di Damasco, mentre stava andando a perseguitare la Chiesa. *L'unico modo per scoprire questa azione trasformante del Padre che continuamente ci cerca è nutrire il nostro desiderio di lui*. Spesso Gesù piange su di noi, come pianse su Gerusalemme: «*Se avessi compreso anche tu quello che porta alla pace!*». «*Non ho trovato nessuno che avesse sete... perciò sono ciechi e non vedono*» ... se non avremo sete di Dio, non potremo vederlo né scoprire il Dono che vuole offrirci. Avere sete di Dio, aver sete di incontrarlo. Solo questo desiderio ardente di Lui, della Sua vicinanza, desiderio che dobbiamo chiedere come poveri mendicanti al Suo Spirito, solo questo può aprirci gli occhi, può purificare il nostro sguardo e così permetterci di vederlo, di "*avvicinarci a Lui*" nell'unico luogo dove possiamo incontrarlo: nella Sua casa di preghiera, nel mistero del Suo corpo, nella Sua Chiesa. È nel Cantico, in questo cercarsi, nascondersi e trovarsi dello sposo e della sposa, che troviamo descritto tutto l'itinerario della preghiera della Chiesa. La preghiera è il "luogo" dove lo sposo e la sposa si uniscono, dove i due sono "*una sola cosa*". La preghiera è la «cella del vino» dove lo sposo introduce la sposa per darsi a lei, dove la Chiesa può dire con piena verità: «*Io sono del mio amato e il mio amato è mio*». Solo con un grande pudore spirituale possiamo contemplare e tentare di parlare di ciò che avviene nel segreto della intimità degli sposi.

Ildegarda: sciamana

Nata nel 1908, decima figlia del nobile Hildebert di bermschein e di sua moglie Mechtilde, Ildegarda di Bingen studiò e prese i voti nel monastero benedettino di Disibodenberg. Poi, nel 1136, ne divenne badessa. Personalità brillante ed eclettica, a volte anche in disaccordo con la Chiesa cattolica ufficiale, portò avanti con coraggio e successo le sue idee, in un'epoca in cui l'universo femminile si trovava al gradino più basso della scala sociale. Ebbe una vita molto attiva, alterando la scrittura di libri su svariati argomenti- la cui ispirazione attribuiva alle sue visioni profetiche- e la composizione di canti ai viaggi di predicazione e alla fondazione di nuovi monasteri.
Morì nel 1179 nel monastero di Rupertsperg e fu subito venerata come santa.
Tra tutte le possibili caratterizzazioni di questa donna, forse la più adeguata nell'esprimere la complessa ricchezza della sua personalità sarebbe proprio: sciamanna.
Ildegarda si occupa di tante cose, ma sempre a partire da un atteggiamento profetico-sciamanico, cercando di cogliere la profondità e l'essenza delle cose, e il nesso che unisce i vari elementi della natura tra di loro e in relazione agli uomini.
«O fuoco dello Spirito Paraclito,
vita della vita di ogni creatura,
tu sei santo, tu che vivifichi le forme;

tu sei santo,
tu che copri di balsamo
le piaghe che si infettano;
tu sei santo, tu che curi le ferite imputridite;
soffio di santità, fuoco di carità,
dolce profumo nei cuori e rugiada nelle anime,
odorante di virtù.
O purissima fonte in cui si vedono
riuniti gli stranieri e cercati i dispersi.
O armatura dell'esistenza,
speranza di unione fra tutti gli uomini,
asilo di bellezza, salva gli esseri!
Proteggi coloro che il nemico ha imprigionato
e libera quelli che sono incatenati,
quelli che la potenza divina vuol salvare.
Via di certezza, che passa in ogni luogo,
sulle cime, le pianure e gli abissi,
per chiamare e riunire tutti gli esseri!
Grazie a te corrono le nubi
e l'aria muove e le pietre si coprono d'umidità;
per te le acque divengono ruscelli
e la terra segreta rinverdisce in erba.
Sei tu che guidi sempre coloro che conoscono
e sono colmi di gioia ispirando in loro la tua saggezza.
Gloria a te, dunque:
a te che fai rifiorire e rendi la vita felice;
a te che porti speranza, onore e forza; a te che porti luce.
La preghiera può guidarci nei misteri della vita se ci lasciamo abbandonare alla meraviglia,

innanzitutto, col timore di chi contempla e non vuole appropriarsi di ciò che ha davanti gli occhi.

IO CREDO

Bruno Forte (1949-)

Per sua stessa ammissione, il tentativo del teologo e vescovo italiano è raccontare in modo personale la fede, accolta alla scuola della parola di rivelazione ascoltata nella comunione vivente della tradizione della fede ecclesiale. Con evidenti influenze scritturistiche e rispettando la forma ternaria del simbolo tradizionale, ne riprende I contenuti nella cifra dell'amore trinitario.

Credo in te, Padre, Dio di Gesù Cristo,
Dio dei nostri Padri e nostro Dio:
tu, che tanto hai amato il mondo
da non risparmiare il tuo Figlio Unigenito
e da consegnarlo per i peccatori, sei il Dio, che è Amore.
Tu sei il Principio senza principio dell'Amore,
tu che ami nella pura gratuità, per la gioia di amare.
Tu sei l'Amore che eternamente inizia,
la sorgente eterna da cui scaturisce ogni dono perfetto.
Tu ci hai fatti per te,
imprimendo in noi la nostalgia del tuo Amore,
e contagiandoci la tua carità
per dare pace al nostro cuore inquieto.
Credo in te, Signore Gesù Cristo, Figlio eternamente amato,
mandato nel mondo per riconciliare i peccatori col Padre.
Tu sei la pura accoglienza dell'Amore,
tu che ami nella gratitudine infinita,
e ci insegni che anche il ricevere è divino,
e il lasciarsi amare non meno divino che l'amare.
Tu sei la Parola eterna uscita dal Silenzio
Nel dialogo senza fine dell'Amore,

l'Amato che tutto riceve e tutto dona.
I giorni della tua carne, vissuti in obbedienza al Padre,
il silenzio di Nazaret, la primavera di Galilea,
il viaggio a Gerusalemme, la storia della passione,
la vita nuova della Pasqua di Risurrezione,
ci contagiamo il grazie dell'amore,
e fanno di noi, nella sequela di te, chi ha creduto all'Amore,
e vivono nell'attesa della tua venuta.
Credo in te, Spirito Santo, Signore e datore di vita,
che ti libravi sulle acque della prima creazione,
e scendesti sulla Vergine accogliente
e sulle acque della nuova creazione.
Tu sei il vincolo della carità eterna, l'unità e la pace
dell'Amato e dell'Amante, nel dialogo eterno dell'Amore.
Tu sei l'estasi e il dono di Dio, colui in cui l'amore infinito
si apre nella libertà per suscitare e contagiare amore.
La tua presenza ci fa Chiesa, popolo della carità,
unità che è segno e profezia per l'unità del mondo.
Tu ci fai Chiesa della libertà, aperti al nuovo
e attenti alla meravigliosa varietà da te suscitata nell'amore.
Tu sei in noi ardente speranza. Tu unisci il tempo speranza.
Tu che unisci il tempo e l'eterno,
la Chiesa pellegrina e la Chiesa celeste,
tu che apri il cuore di Dio all'accoglienza dei senza Dio,
e il cuore di noi, poveri e peccatori,
al dono dell'Amore, che non conosce tramonto.
In te ci è data l'acqua della vita, in te il pane del cielo,
in te il perdono dei peccati, in te è anticipata e promessa
la gioia del secolo a venire.
Credo in te, unico Dio d'Amore, eterno Amante, eterno
Amato, eterna unità e libertà dell'Amore. In te vivo e
riposo, donandoti il mio cuore, e chiedendoti di
nascondermi in te e di abitare in me. Amen!

La preghiera di Maria - Luoghi geografici e spirituali (1)

A Betlemme in Giudea

Per comprendere i diversi significati dei toponimi biblici, dobbiamo metterli in relazione con altre storie della Scrittura. Il racconto della natività di Gesù si svolge in un luogo ricco di storia: *Betlemme* per gli evangelisti Matteo e Luca. Maria e Giuseppe vivevano a Nazareth, nel nord, ma Gesù nasce a Betlemme, nel sud. Perché passare dal nord al sud quando Maria è incinta? Gesù è nato a Betlemme perché è lì che erano registrati i suoi genitori. «*Tutti andavano a farsi censire, ciascuno nella propria città*». Questo breve versetto indica che Giuseppe si considera un betlemita, indipendentemente dal luogo in cui vive. Il brano evangelico sottolinea esplicitamente il legame tra Giuseppe e Betlemme: «*Anche Giuseppe, dalla Galilea, dalla città di Nazareth, salì in Giudea alla città di Davide chiamata Betlemme: egli apparteneva infatti alla casa e alla famiglia di Davide. Doveva farsi censire insieme a Maria, sua sposa, che era incinta*».

Betlemme è molto importante nella geografia biblica; la città è spesso citata nell'Antico Testamento. È il luogo in cui è sepolta Rachele, che diede alla luce Beniamino, il figlio della destra, o prediletto. È il luogo da cui proviene Boaz, il marito di Ruth che generò Obed, che generò Iesse, padre di Davide. È quindi il luogo da cui proveniva Davide, il pastore il cui nome significa "amato". È anche il luogo in cui sarebbe nato il successore del re Davide, il Messia, come annuncia il profeta Michea: «*E tu, Betlemme di Èfrata, così piccola per essere fra i villaggi di Giuda, da te uscirà per me colui che deve essere il dominatore in Israele*». Questa piccola città, chiamata anche Èfrata, che significa "*feconda*", è il luogo in cui Maria ha dato alla luce Gesù. A Betlemme nascono dei figli: ***Beniamino***, il figlio prediletto, poi Davide, l'amato. Betlemme è un luogo di nascita, di filiazione e di discendenza. Il nome ebraico *Betlemme* è evocativo. *Beth* in ebraico significa, tra l'altro, "la casa". È anche la prima lettera con cui inizia l'Antico Testa-

mento: «*In principio*». La prima sillaba di questa parola, "be", significa "principio", "casa", "seme", "grano" o "figlio". Se facciamo il collegamento tra *bereshit* e *Betlemme* possiamo intuire che il luogo della nascita di Gesù è il luogo dell'inizio di un'origine, di una filiazione e di una discendenza. In questa casa "Beth" viene accolto il Figlio, e se il Figlio viene accolto significa che c'è un Padre. Gesù è allo stesso tempo il Figlio del Padre, il Verbo e il Pane di vita. Betlemme è la "casa del pane" in senso letterale. A Betlemme, cosa ci insegna Maria? Che per tutti noi Betlemme è il luogo della nostra nascita, delle nostre origini e dei nostri inizi. Lì dà alla luce il Figlio del Padre, colei che è fin dall'inizio nel soffio del Padre. È la casa del Figlio perché lo porta in grembo. E, in questo senso, anche noi diventiamo la casa di Dio. Lei ci insegna a essere una dimora e un ricettacolo per partorire a nostra volta il Verbo. Come lei (uomini e donne) portiamo il bambino Gesù nel nostro grembo. Siamo portati da lei nel suo grembo. È lei che ci genera alla vita di Dio, come ha fatto con Gesù. Vivere a Betlemme con Maria significa vivere nella conoscenza e nella fiducia del Padre, nel suo riconoscimento pieno e totale, e non nel riconoscimento di quegli uomini che la inseguiranno e la cacceranno da Betlemme. Maria ha vissuto tutta la sua vita davanti a uomini che, per la maggior parte, non l'hanno vista, ascoltata o riconosciuta. Nessuno di noi può e vuole vivere senza il riconoscimento dei propri cari, senza incoraggiamento e sostegno. Imparare questa realtà da Maria è un cammino molto lungo.

«Rallegrati guarigione del mio corpo.
Rallegrati salvezza della mia anima».

Galilea: "crocevia di nazioni"

... In una città della Galilea... Viaggiare nei Vangeli significa camminare in Galilea. Questa regione è di fatto citata più di cinquanta volte, mentre la Giudea solo una trentina. Situata nel nord di Israele, montuosa e verdeggiante, è bagnata dal Giordano e delimitata dal lago di Tiberiade. All'epoca di Maria, qui vivevano pescatori, pastori, viticoltori e altri coltivatori di olive, frutta e ce-

reali. Era una regione più tranquilla di Gerusalemme che, come la Giudea e la Samaria, era soggetta alla dominazione di Roma. Per il popolo eletto, orgoglioso di vivere in Giudea, la Galilea è solo ai margini della terra promessa, nel nord, in questa provincia che il profeta Isaia descrive come un crocevia di nazioni. A questa terra è stato dato anche il nome di «*Galilea delle genti*» per il suo legame con la diaspora. La Galilea è spesso disprezzata dagli abitanti di Gerusalemme. Vivere in Galilea significa vivere in un luogo di passaggio, di mescolanza e di diversità. È un luogo dove la *differenza* è vissuta semplicemente nell'accettazione e nell'accoglienza. È la regione degli inizi, delle partenze, dove tutto va accolto e costruito, lontano dall'opinione dei potenti di Gerusalemme. Qual'è questa "Galilea" esistenziale a cui siamo invitati a tornare? Un luogo dove la diversità e l'incontro sono essenziali? Un luogo interiore lontano da pressioni "mondane" o superficiali? Non è forse anche lo spazio degli inizi e dei richiami interiori, quando ci mettiamo in cammino? Qual è la nostra "Galilea del cuore", dove Maria ci attende? Nella regione della Galilea, tre piccole città ricorrono nei racconti evangelici: ***Cafarnao***, ***Cana*** e ***Nazareth***. Ci occuperemo delle ultime due, iniziando da Nazareth: questa città disprezzata e sconosciuta di cui parla abbondantemente tutta la tradizione spirituale, compresa quella cistercense, o di quelle guide spirituali che consigliano di "vivere a Nazareth". Di che cosa parlano? Che rapporto ha questa "Nazareth" con noi? E soprattutto, perché dovremmo stabilirci lì? Qual è il significato di questo consiglio?

«Rallegrati; Tu che prepari la speranza del popolo in cammino.
Rallegrati; Tu nella quale tutto l'universo è riconciliato».

A Nazareth in Galilea

Nazareth è il luogo in cui Gesù è cresciuto con Maria e Giuseppe. Al momento dell'annunciazione, Maria e Giuseppe vivevano a Nazareth, ma non si sa se fossero originari di lì. Al loro ritorno, dopo la fuga in Egitto, Giuseppe vi ritornò con la sua fami-

glia. Gesù vi crebbe e vi trascorse gran parte della sua vita. Eppure, la città è menzionata solo nove volte in tutta la Bibbia. Una borgata di cui non si parla in tutto l'Antico Testamento. Non si parla di Nazareth nelle profezie, né nei libri storici o nei salmi. (Nazareth è un villaggio sconosciuto, nascosto, persino insignificante. Inoltre, ha una reputazione negativa: è l'evangelista Giovanni a raccontare il disprezzo della gente del tempo per questo villaggio. Quando Filippo gli dice che Gesù è il Messia e che viene da Nazareth, Natanaele esprime il suo disprezzo: ‹‹*Da Nazareth può venire qualcosa di buono*?››. Nazareth segna la vita nascosta di Maria con Giuseppe e Gesù. È in questo luogo che Maria ascolta le parole dell'angelo Gabriele e che noi ascoltiamo per la prima volta la sua voce e le sue parole. Per noi, vivere a Nazareth può significare accedere a uno spazio dove finalmente possiamo lasciarci raggiungere, interrogare e interpellare dalla voce di Maria: un luogo di pace. Nazareth è dunque un luogo dove gli sguardi degli uomini non contano e dove la Parola può fluire liberamente ed essere ascoltata. Ogni parola richiede vitalmente un sottofondo di silenzio. Per ascoltare questa chiamata, dobbiamo essere ritirati e nascosti, giacché a volte anche noi siamo soggetti a persecuzione o disprezzo. È un luogo di libertà e di liberazione dal formalismo e dalle costrizioni sociali, religiose o di altro tipo. Vivere a Nazareth è vivere nascosti agli occhi degli uomini e alle loro illusioni, è vivere nella realtà di una vita quotidiana immersa nella presenza di una Madre che ci fa crescere e crescere nella vita spirituale. Nazareth è il luogo della ritrovata intimità con Gesù, con il Padre suo e nostro, nel Soffio-Spirito. Vivere a Nazareth è senza dubbio vivere felici perché liberi dalla paura dello sguardo degli altri e dei loro giudizi. Nazareth: luogo di intimità e di fiducia, luogo di rispetto e di convivialità fraterna, luogo di semplicità e di umiltà. Maria ci aspetta lì per la nostra crescita e fecondità in Dio. Lì vuole generarci e farci rinascere. «*Rallegrati; Tu davanti alla quale le menti pene-*

tranti diventano esitanti. Rallegrati; Tu davanti alla quale i ragionamenti più stringenti si disfano».

GOCCE DI PREGHIERA SULLA BOCCA DEI SANTI

Lo scopo della preghiera forse non consiste tanto nell'ottenere ciò che domandiamo quanto nel diventare altri. Sarebbe perfino il caso di dire che domandare qualcosa a Dio ci trasforma a poco a poco in persone capaci di fare a meno, talvolta, di ciò che domandiamo.
O Dio-Beatitudine, autore della felicità di tutto ciò che è felice; Dio, che nessuno perde se non è ingannato, che nessuno cerca senza un appello iniziale, che nessuno trova se prima non si è purificato; Dio, il cui abbandono equivale alla morte, la cui ricerca all'amore, la cui visione all'intero possesso; Dio, per mezzo del quale trionfiamo sul nemico, a te rivolgo la mia preghiera!
O Dio, cui dobbiamo riconoscere il merito di non perire completamente; Dio, che ci ammonisci a vegliare; Dio, grazie al quale le piccole cose non ci diminuiscono affatto; Dio, grazie al quale ciò che c'è di meglio in noi non è assoggettato a ciò che c'è di peggiore; Dio, grazie al quale la morte "*è assorbita nella sua vittoria*"; Dio, che ci rivolgi verso di te; Dio, che ci spogli di ciò che non è per rivestirci di ciò che è; Dio, che ci rendi degni di essere esauditi; Dio, che ci dai forza; Dio, che ci introduci in ogni verità; Dio, che ci riveli tutto ciò che è bene; Dio, che ci richiami sul buon sentiero; Dio, che ci conduci fin sulla porta; Dio, che fai in modo che essa si apra a coloro che bussano; Dio, che ci fai il pane di vita; Dio, grazie al quale noi siamo assetati di quell'acqua che, una volta gustata, dissetata per sempre; Dio, che ci purifichi e ci prepari alle divine ricompense – o mio Dio, siimi propizio! (*Sant'Agostino*).

« Egli si rimette a noi. Egli si fa povero affinché noi possiamo fargli la carità; Egli ci tende la mano come un mendicante affinché nel giorno radioso del giudizio, quando apparirà nella sua gloria, possa farci sentire queste dolci parole: «*Venite, benedetti dal Padre mio, perché ebbi fame e m'avete dato da mangiare; ebbi sete e m'avete dato da bere; non sapevo dove alloggiare e mia avete soccorso*». È Gesù stesso che ha pronunciato queste parole, è Lui che vuole il nostro amore, che va mendicandolo…(*Santa Teresa di Gesù Bambino*).

Preghiamo con S. Antonio da Padova

Ti supplichiamo, Gesù benedetto,
di chiamarci nella tua Chiesa
nel timore e nel tuo amore;
dal luogo di questo pellegrinaggio portaci a te.
Posati sulle nostre anime, nostro re,
perché, come i piccoli
che su questa terra hai preferito,
possiamo giungere all'eterna beatitudine
della santa Gerusalemme
per lodarti, benedirti, glorificarti.
Con il tuo aiuto,
tu che sei degno di gloria e di onore
nei secoli eterni. Amen.

Signore Gesù Cristo,
infondi in noi la tua grazia
con cui chiedere e da cui ricevere
la pienezza della vera vita.
Prega per noi il Padre,
perché ci doni una retta fede
per meritare di giungere
al luogo della vita eterna.
Con il tuo aiuto,
tu che si principio e fine,
degno di lode, ammirabile e ineffabile
per i secoli eterni. Amen.

Preghiamo con S. Alfonso Maria de Liguori

O Dio d'amore e degno di infinito amore, che altro potevi inventare per farti amare da noi? Non ti è bastato farti uomo e condividere le nostre miserie; non ti è bastato versare per noi il tuo sangue tra tanti tormenti; non ti è bastato morire, consumato dai dolori, sopra un tronco destinato ai colpevoli più infami… Ti sei fatto nostro cibo per unirti a ciascuno di noi. Ti ripeto: potevi inventarti altro per farti amare? Infelici noi, se in questa vita non ti amiamo. Ce ne pentiremo per tutta l'eternità!
Gesù mio, io non voglio vivere senza amarti e amarti assai. Quanto mi dispiace di averti offeso! Me ne pento e vorrei morire di dolore.
Io ti amo sopra ogni cosa, più di me stesso; a te consacro ogni mio affetto. Tu che mi dai questo desiderio, dammi anche la forza di realizzarlo. Gesù mio, io non voglio da te altro che a te solo mi stringo. Tu solo mi basti.
O Madre di Dio, Maria, prega Gesù per me e fammi santo. Ai tanti miracoli da te operati, aggiungine un altro: trasformami da peccatore in santo. Amen.

Esame di coscienza

Primo Comandamento: Non avrai altro Dio all'infuori di me. Credo in Dio Padre, nel Figlio e nello Spirito Santo? - Ho messo Dio al primo posto tra i valori della mia vita? Come va la mia vita di preghiera? Prego almeno mattina e sera? Qual è il mio rispetto per la Chiesa?
Secondo Comandamento: Non nominare il nome di Dio invano. Ho bestemmiato? - Ho fatto voti o promesse a Dio e non li ho mantenuti? Ho giurato il falso? Ho fatto affermazioni false su Dio?
Terzo Comandamento: Ricordati di santificare le feste. Ho tralasciato la Santa Messa nella domenica o nelle altre feste di precetto? - Ho ostacolato altri (coniuge, figli, amici, colleghi) a partecipare alla Messa? - Alla Messa ho indugiato nella distrazione, ho chiacchierato, ho disturbato gli altri? Mi sono liberato dalla fatica del lavoro festivo?
Quarto Comandamento: Onora il padre e la madre. Ho amato, rispettato, ubbidito, aiutato i miei genitori secondo le mie possibilità? - Da genitore, mi impegno per una vera educazione dei figli, dando un esempio di una vera vita cristiana? Da coniuge, ho rispettato mia moglie/mio marito, anche e soprattutto davanti ai figli?
Quinto Comandamento: Non uccidere. Ho volontariamente fatto qualcosa che abbia recato danno alla vita fisica, morale o spirituale del prossimo? - Ho commesso o consigliato l'aborto? - Rispetto la vita con la moderazione nel cibo, nell'alcol, nel fumo? Sono prudente nel guidare? - Covo rancori?
Sesto Comandamento: Non commettere atti impuri. Mi sono abbandonato alla lussuria,? - Mi sono soffermato volontariamente in pensieri e desideri poco puliti? - Ho commesso adulterio?
Settimo Comandamento: Non rubare. Ho sottratto oggetti o denaro di altri o della comunità? Ho riparato o restituito, se ero in grado di farlo? - Sono onesto nella professione, nel commercio, con i miei clienti?
Ottavo Comandamento: Non dire falsa testimonianza. Sono stato bugiardo, sleale, ingannevole? Ho calunniato o parlato male degli altri?
Nono Comandamento: Non desiderare la donna/l'uomo d'altri. Ho custodito il pudore? Ho guardato altre persone con concupiscenza?
Decimo Comandamento: Non desiderare la roba d'altri. Sono invidioso dei beni altrui? Mi lamento di ciò che ho?

A Cristo

O Cristo, tu che hai sempre avuto pietà
dei gravi travagli degli uomini,
tu che risplendi della gloria del Padre
e della tua unica gloria,
poiché veneriamo un Dio unico che ha nome duplice
e tuttavia non è un'unica persona,
essendo tu, o Cristo, Dio nato dal Padre
insegnaci, o nostro re, con quale esercito la mente
possa, scacciare le colpe dal profondo petto,
armandosi tutte le volte che allo scatenarsi dei sensi
nasce nel nostro interno la rivolta,
e lo scontro dei peccati spossa l'anima.
Insegnaci quale presidio allora
possa opporsi a difesa della libertà
con più efficace forza o quale schieramento,
quando le furie si mescolano nel nostro cuore.
Né tu, o buon condottiero,
hai esposto i cristiani
alla devastazione dei vizi
lasciandoli poveri di grandi virtù e privi di forze.
Tu mandi a combattere nel nostro corpo assediato
schiere salvatrici,
tu armi il nostro intelletto di qualità eccellenti
con le quali esso sia capace
di opporsi agli inganni del cuore,
di combattere per te e vincere per te.