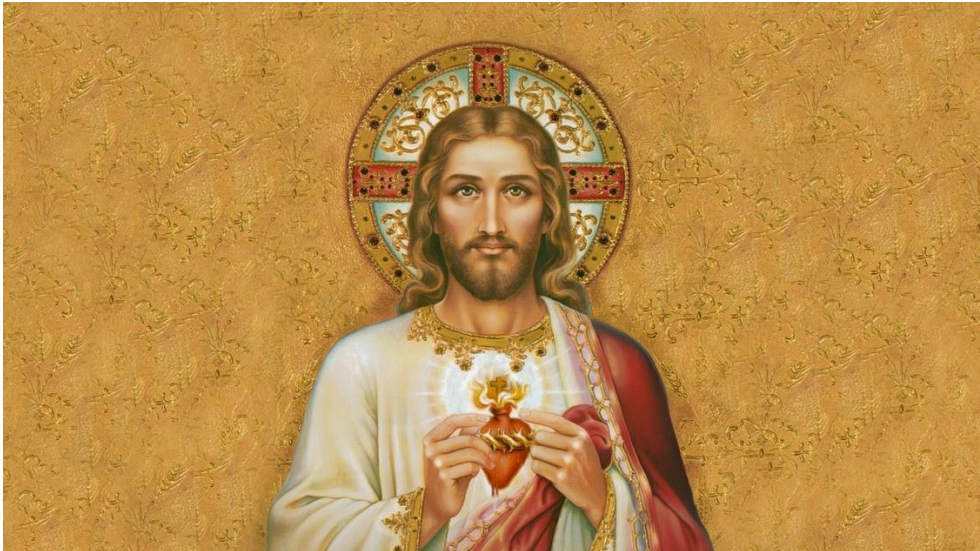


Custodia del Silenzio Ordinaria

XIV Domenica Tempo Ordinario - Anno A – 9 Luglio 2023



Grotta di san Girolamo - Parola di Dio



Lettura pregata

Salmo Responsoriale - Dal Sal 144 (145)

R. Benedirò il tuo nome per sempre, Signore.

O Dio, mio re, voglio esaltarti
e benedire il tuo nome in eterno e per sempre.
Ti voglio benedire ogni giorno,
lodare il tuo nome in eterno e per sempre. R.

Misericordioso e pietoso è il Signore,
lento all'ira e grande nell'amore.
Buono è il Signore verso tutti,
la sua tenerezza si espande su tutte le creature. R.

Ti lodino, Signore, tutte le tue opere
e ti benedicano i tuoi fedeli.
Dicano la gloria del tuo regno
e parlino della tua potenza. R.

Fedele è il Signore in tutte le sue parole
e buono in tutte le sue opere.
Il Signore sostiene quelli che vacillano
e rialza chiunque è caduto. R.

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

Lettura meditata

Dal libro del profeta Zaccaria

Così dice il Signore:

«Esulta grandemente, figlia di Sion,
giubila, figlia di Gerusalemme!

Ecco, a te viene il tuo re.

Egli è giusto e vittorioso,
umile, cavalca un asino,
un puledro figlio d'asina.

Farà sparire il carro da guerra da Efraim

e il cavallo da Gerusalemme,

l'arco di guerra sarà spezzato,
annuncerà la pace alle nazioni,

il suo dominio sarà da mare a mare

e dal Fiume fino ai confini della terra» (Zc 9,9-10).

Dalla lettera di san Paolo apostolo ai Romani

Fratelli, voi non siete sotto il dominio della carne, ma dello Spirito, dal momento che lo Spirito di Dio abita in voi. Se qualcuno non ha lo Spirito di Cristo, non gli appartiene.

E se lo Spirito di Dio, che ha risuscitato Gesù dai morti, abita in voi, colui che ha risuscitato Cristo dai morti darà la vita anche ai vostri corpi mortali per mezzo del suo Spirito che abita in voi.

Così dunque, fratelli, noi siamo debitori non verso la carne, per vivere secondo i desideri carnali, perché, se vivete secondo la carne, morirete. Se, invece, mediante lo Spirito fate morire le opere del corpo, vivrete (Rm 8,9.11-13).

Dal Vangelo secondo Matteo

In quel tempo Gesù disse:

«Ti rendo lode, Padre, Signore del cielo e della terra, perché hai nascosto queste cose ai sapienti e ai dotti e le hai rivelate ai piccoli. Sì, o Padre, perché così hai deciso nella tua benevolenza. Tutto è stato dato a me dal Padre mio; nessuno conosce il Figlio se non il Padre, e nessuno conosce il Padre se non il Figlio e colui al quale il Figlio vorrà rivelarlo.

Venite a me, voi tutti che siete stanchi e oppressi, e io vi darò ristoro. Prendete il mio giogo sopra di voi e imparate da me, che sono mite e umile di cuore, e troverete ristoro per la vostra vita. Il mio giogo infatti è dolce e il mio peso leggero» (Mt 11,25-30).

Per meditare:

“Il suo desiderio è, lo so bene, che io compia accanto a lei una missione molto dolce e facile; questa missione non potrò assolverla dall'alto dei cieli? Come disse Gesù un giorno a san Pietro, così lei ha detto a sua figlia: «*Pasci i miei agnelli*», e io mi sono meravigliata, ho detto a lei: «sono troppo piccola» ... l'ho supplicata di far pascolare lei stessa i suoi agnellini e di custodirmi, di farmi pascolare per grazia con essi. E lei, Madre amata, rispondendo *un poco* al mio giusto desiderio, ha custodito gli agnellini con le pecore, ma comandandomi di farli pascolare *all'ombra*, di indicar loro le erbe migliori e più fortificanti, di mostrar loro chiaramente i fiori brillanti che non debbono mai toccare se non per schiacciarli sotto i loro passi. Lei non ha temuto, cara Madre, che io facessi smarrire i suoi agnelli; la mia inesperienza, la mia giovinezza non l'hanno affatto spaventata, forse lei si è ricordata che spesso al Signore piace concedere la saggezza ai piccoli, e che un giorno, pieno di gioia, egli ha benedetto suo Padre perché ha nascosto i propri segreti ai prudenti e li ha rivelati ai *più piccoli*. Madre mia, lei lo sa, sono ben rare le anime che non misurino la potenza divina secondo i loro corti pensieri; si ammette che dappertutto sulla terra esistano eccezioni, soltanto Iddio non ha il diritto di farne! Da lungo tempo, lo so bene, questo modo di commisurare l'esperienza agli anni viene praticato fra gli uomini, perché nella sua adolescenza il santo re David cantava al Signore: «Sono *giovane* e disprezzato». Nello stesso salmo 118 tuttavia non esita a dire: «Sono diventato più prudente dei vegliardi: perché ho cercato la vostra

volontà... La vostra parola è la lampada che rischiara i miei passi... Sono pronto a compiere i vostri ordini e non sono turbato da *nulla*».

Madre cara, lei non ha esitato a dirmi un giorno che il Signore illuminava l'anima mia, che egli mi dava anche l'esperienza degli anni. O Madre! sono troppo piccola per avere della vanità ora, sono troppo piccola anche per avere belle frasi e farle credere che ho molta umiltà; preferisco convenire semplicemente che l'Onnipotente ha fatto grandi cose nell'anima di colei che è figlia della sua divina Madre, e la più grande è di averle mostrato la sua piccolezza, la sua impotenza. Madre cara, lei lo sa bene, il Signore si è degnato far passare l'anima mia per varie prove; ho sofferto molto da quando sono sulla terra, ma, se nella mia infanzia ho sofferto con tristezza, ora non soffro più così, bensì nella gioia e nella pace, e sono veramente felice di soffrire. Bisogna che lei conosca tutti i segreti dell'anima mia per non sorridere leggendo queste righe, perché, se si giudica dalle apparenze, può esserci un'anima meno provata della mia? Oh se la prova che io soffro da un anno apparisse agli sguardi, che stupore! Madre amata, lei la conosce questa prova, tuttavia ne parlerò ancora perché la considero una grande grazia che ho ricevuta sotto il suo priorato benedetto (...).

Godevo allora di una fede tanto viva, tanto chiara che il pensiero del Cielo formava tutta la mia felicità, non potevo credere che vi fossero degli empi i quali non avessero la fede. Credevo che parlassero contro il loro stesso pensiero negando l'esistenza del Cielo, del bel Cielo ove Dio stesso vorrebbe essere la loro ricompensa eterna. Nei giorni tanto gioiosi della Pasqua, Gesù mi ha fatto sentire che esistono davvero anime senza fede, le quali per l'abuso delle grazie hanno perduto questo tesoro immenso, sorgente delle sole gioie pure e vere. Ha permesso che l'anima mia fosse invasa dalle tenebre più fitte, e che il pensiero del Cielo, dolcissimo per me, non fosse più se non lotta e tormento... Questa prova non doveva durare per qualche giorno, non per qualche settimana: terminerà soltanto all'ora segnata da Dio misericordioso, e... quest'ora non è ancora venuta. Vorrei esprimere ciò che penso, ma, ahimé, credo che sia impossibile. Bisogna aver viaggiato sotto questo tunnel cupo per capirne l'oscurità".

(Santa Teresa di Gesù Bambino, *Gli scritti: Scritto autobiografico C, Apertura d'animo con la nuova Priora* n. 273-274-276, Ed. OCD Roma, V edizione, Postulazione Generale di Carmelitani Scalzi, 1995)

Fermati su queste letture e dopo aver sottolineato le **parole di fuoco** (che scaldano il tuo cuore), scrivi il concetto di Dio e ascolta cosa il Signore ti dice attraverso di esse. Passa dalle parole che rivolgi a Dio alle parole che Dio rivolge a te.

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



Grotta del Latte – Maria

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

Descrivi i sentimenti che noti in Lei:

Lasciati nutrire dalle sue virtù e leggi lentamente questa preghiera:

O Maria, Madre della grazia e dell'amore, rivolgiamo a te la nostra preghiera, implorando il dono prezioso della piccolezza. Maria, tu che hai vissuto ogni giorno con semplicità e fiducia, aiutaci a riconoscere che la grandezza non risiede nell'apparire, ma nell'essere veri testimoni dell'amore divino. Insegnaci a non cercare la grandezza del mondo, ma ad essere piccoli agli occhi di Dio, perché è nella piccolezza che Egli può operare meraviglie. O Maria, Madre dell'umiltà e della piccolezza, intercedi per noi presso tuo Figlio, affinché possiamo imparare a vivere con cuori umili e docili, pronti ad accogliere la sua volontà in ogni momento. Amen.



Prega adesso il santo **Rosario** interiorizzato



Grotta degli Innocenti – Croce

A) Contemplazione del dolore di Cristo

Stai in silenzio davanti alla Croce di Gesù:

Puoi farti guidare dalla seguente lettura o da qualsiasi altra meditazione sulla Passione di Nostro Signore Gesù Cristo, come ad esempio una via Crucis o altro ...

Lettura proposta:

Prendete il mio giogo sopra di voi e imparate da me, che sono mite e umile di cuore, e troverete ristoro per la vostra vita (Mt 11,29).

“Imitiamo il Signore che dal cielo discese fino all'estrema umiliazione e per contro fu innalzato dall'umiliazione fino all'altezza che gli era dovuta. Noi vediamo che tutte le opere del Signore ci educano all'umiltà. Ancora bambino, fu adagiato non su una culla, ma in una mangiatoia; quindi nella casa di un falegname e di una povera madre, sottoposto a lei e al suo sposo, imparò e ascoltò cose di cui non aveva alcun bisogno, interrogando tuttavia e mostrando nell'interrogare una meravigliosa sapienza.

Si sottomise poi a Giovanni, ricevendo, lui, il Signore, il battesimo da un servo. A nessuno dei suoi avversari si oppose e contro nessuno impiegò quell'indicibile potenza di cui era dotato, ma cedette a tutti, quasi fossero più forti di lui.

Comparve come reo davanti ai capi dei sacerdoti; fu condotto davanti al governatore e si sottopose al giudizio, e benché potesse confutare i suoi calunniatori, tollerò in silenzio le loro calunnie. Coperto di sputi da servi e da vilissimi schiavi, fu consegnato alla morte, e proprio a quella che dal giudizio degli uomini era ritenuta la più infamante.

Dalla nascita alla morte egli passò per tutte le afflizioni degli uomini, e dopo aver sofferto ogni umiliazione, mostrò la sua gloria e chiamò ad essa coloro che erano stati suoi compagni nell'ignominia e nel disonore.

E i primi a goderne furono i beati discepoli, che poveri e nudi andarono in giro per il mondo, non facendosi forti con la saggezza del parlare, né con la moltitudine dei seguaci, ma soli, errando solitari, percorrendo la terra e il mare, flagellati, lapidati, perseguitati e infine messi a morte.

Questi sono gli antichi e divini insegnamenti che ci sono stati tramandati dai padri! Imitiamoli, perché grazie all'umiltà risplenda a noi la gloria senza fine, che è il più grande e autentico dono di Cristo”.

(Basilio di Cesarea, *Omelia sull'umiltà 6*, in: André Louf, *L'umiltà*, Ed. Sympathetika, Qiqajon 2011, p. 70-71).

B) Offerta del proprio dolore

Dopo aver contemplato i dolori di Gesù, compi il percorso interiore per vedere in lui il tuo dolore, per portarlo in superficie e per offrirlo al Padre nello Spirito Santo.

In-fero: entra attraverso le piaghe di Gesù nella profondità di te stesso. Puoi entrarci rispondendo alla semplice domanda che il Signore ti pone: «figlio mio, come stai?». Rispondi con estrema verità e lasciati condurre al centro del tuo cuore. Per Cristo.

Sub-fero: il tuo dolore interiore ora è davanti a te, ne sei cosciente e decidi di portarlo con Gesù e per amore di Gesù. Il Signore si siede vicino a te, ti ascolta, ti comprende, ti accoglie. Con Cristo.

Ob-fero: offri il tuo dolore e la tua intera vita in unione all'offerta di Cristo attraverso il tuo sacerdozio battesimale. In Cristo.

C) Amore al dolore altrui: Adesso volgi uno sguardo di misericordia verso coloro che ti sono vicini.



Grotta della Natività – Contemplazione

Dopo aver trovato un posto tranquillo e una posizione comoda chiudi gli occhi e rilassa il corpo e la mente. Inizia a respirare lentamente e a percepire il battito del tuo cuore. Allontana ogni pensiero e ogni preoccupazione, ora hai un appuntamento importante col tuo Signore: pensa solo a Lui perché ti sta aspettando con grande gioia.

Entra pian piano in te stesso e comincia a guardare dentro di te con molta serenità, senza farti domande. Rilassati completamente.

Inizia la preghiera con estrema libertà o nelle forme suggerite nel sito alla voce **Sussidi** della Grotta della Natività.

Conclusione

Maria è la Custode del Silenzio, anche del nostro silenzio. Affidiamo a lei ogni grazia che Dio ci ha concesso in questa settimana, affinché possiamo imitarla nel meditare e custodire nel segreto del cuore la Parola di vita che abbiamo ricevuto.

Rinnovo delle promesse Battesimali nelle mani di Maria

Consapevole della mia
vocazione cristiana,
io rinnovo oggi
nelle tue mani, o Maria,
gli impegni del mio Battesimo.
Rinuncio a satana, alle sue seduzioni,
alle sue opere e
mi consacro a Gesù Cristo
per portare con Lui la mia croce
nella fedeltà di ogni giorno
alla volontà del Padre.

Alla presenza di tutta la Chiesa
ti riconosco per mia Madre e Sovrana.
A te offro e consacro
la mia persona,
la mia vita e
il valore delle mie buone opere passate,
presenti e future.
Disponi di me e
di quanto mi appartiene
alla maggior gloria di Dio
nel tempo e nell'eternità. Amen.