
CUSTODIA DEL SILENZIO ORDINARIA

III DOMENICA T.O. ANNO B - 21 GENNAIO 2024



GROTTA DI SAN GIROLAMO: PAROLA DI DIO



Lettura pregata

Salmo Responsoriale - Sal 24 (25) - R. Fammi conoscere, Signore, le tue vie.

Fammi conoscere, Signore, le tue vie,
insegnami i tuoi sentieri.
Guidami nella tua fedeltà e istruiscimi,
perché sei tu il Dio della mia salvezza. R.

Ricordati, Signore, della tua misericordia
e del tuo amore, che è da sempre.
Ricordati di me nella tua misericordia,
per la tua bontà, Signore. R.

Buono e retto è il Signore,
indica ai peccatori la via giusta;

guida i poveri secondo giustizia,
insegna ai poveri la sua via. R.

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

Lettura meditata

Dal libro del profeta Giona

In quel tempo, fu rivolta a Giona la parola del Signore: «Alzati, va' a Ninive, la grande città, e annuncia loro quanto ti dico». Giona si alzò e andò a Ninive secondo la parola del Signore.

Ninive era una città molto grande, larga tre giornate di cammino. Giona cominciò a percorrere la città per un giorno di cammino e predicava: «Ancora quaranta giorni e Ninive sarà distrutta».

I cittadini di Ninive credettero a Dio e bandirono un digiuno, vestirono il sacco, grandi e piccoli. Giunta la notizia fino al re di Ninive, egli si alzò dal trono, si tolse il manto, si coprì di sacco e si mise a sedere sulla cenere.

Per ordine del re e dei suoi grandi fu poi proclamato a Ninive questo decreto: «Uomini e animali, armenti e greggi non gustino nulla, non pascolino, non bevano acqua. Uomini e animali si coprano di sacco e Dio sia invocato con tutte le forze; ognuno si converta dalla sua condotta malvagia e dalla violenza che è nelle sue mani. Chi sa che Dio non cambi, si ravveda, deponga il suo ardente sdegno e noi non abbiamo a perire!».

Dio vide le loro opere, che cioè si erano convertiti dalla loro condotta malvagia, e Dio si ravvide riguardo al male che aveva minacciato di fare loro e non lo fece (Gio 3,1-10).

Dalla prima lettera di san Paolo apostolo ai Corinzi

Questo vi dico, fratelli: il tempo si è fatto breve; d'ora innanzi, quelli che hanno moglie, vivano come se non l'avessero; quelli che piangono, come se non piangessero; quelli che gioiscono, come se non gioissero; quelli che comprano, come se non possedessero; quelli che usano i beni del mondo, come se non li usassero pienamente: passa infatti la figura di questo mondo! (1Cor 7,29-31).

Dal Vangelo secondo Marco

Dopo che Giovanni fu arrestato, Gesù andò nella Galilea, proclamando il vangelo di Dio, e diceva: «Il tempo è compiuto e il regno di Dio è vicino; convertitevi e credete nel Vangelo».

Passando lungo il mare di Galilea, vide Simone e Andrea, fratello di Simone, mentre gettavano le reti in mare; erano infatti pescatori. Gesù disse loro: «Venite dietro a me, vi farò diventare pescatori di uomini». E subito lasciarono le reti e lo seguirono.

Andando un poco oltre, vide Giacomo, figlio di Zebedeo, e Giovanni suo fratello, mentre anch'essi nella barca riparavano le reti. E subito li chiamò. Ed essi lasciarono il loro padre Zebedeo nella barca con i garzoni e andarono dietro a lui (Mc 1,14-20).

Per meditare:

Il brano evangelico di questa domenica (cfr Mc 1,14-20) ci mostra, per così dire, il "passaggio del testimone" da Giovanni Battista a Gesù. Giovanni è stato il suo precursore, gli ha preparato il terreno e gli ha preparato la strada: ora Gesù può iniziare la sua missione e annunciare la salvezza ormai presente; era Lui la salvezza. La sua predicazione è sintetizzata in queste parole: «Il tempo è compiuto e il regno di Dio è vicino; convertitevi e credete nel Vangelo» (v. 15). Semplicemente. Gesù non usava mezze parole. È un messaggio che ci invita a riflettere su due temi essenziali: il tempo e la conversione.

In questo testo dell'evangelista Marco, il tempo va inteso come la durata della storia della salvezza operata da Dio; quindi, il tempo "compiuto" è quello in cui questa azione salvifica arriva al suo culmine, alla piena attuazione: è il momento storico in cui Dio ha mandato il Figlio nel mondo e il suo Regno si è fatto più che mai "vicino". È compiuto il tempo della salvezza perché Gesù è arrivato. Tuttavia, la salvezza non è automatica; la salvezza è un dono d'amore e come tale offerto alla libertà umana. Sempre, quando si parla di amore, si parla di libertà: un amore senza libertà non è amore; può essere interesse, può essere paura, tante cose, ma l'amore sempre è libero, ed essendo libero e richiede una risposta libera: richiede la nostra conversione. Si tratta cioè di cambiare

mentalità – questa è la conversione, cambiare mentalità – e di cambiare vita: non seguire più i modelli del mondo, ma quello di Dio, che è Gesù, seguire Gesù, come aveva fatto Gesù e come ci ha insegnato Gesù. È un cambiamento decisivo di visione e di atteggiamento. Infatti, il peccato, soprattutto il peccato della mondanità che è come l'aria, pervade tutto, ha portato una mentalità che tende all'affermazione di sé stessi contro gli altri e anche contro Dio. Questo è curioso... Qual è la tua identità? E tante volte sentiamo che si esprime la propria identità in termini di "contro". È difficile esprimere la propria identità nello spirito del mondo in termini positivi e di salvezza: è contro sé stessi, contro gli altri e contro Dio. E per questo scopo non esita – la mentalità del peccato, la mentalità del mondo – a usare l'inganno e la violenza. L'inganno e la violenza. Vediamo cosa succede con l'inganno e la violenza: cupidigia, voglia di potere e non di servizio, guerre, sfruttamento della gente... Questa è la mentalità dell'inganno che certamente ha la sua origine nel padre dell'inganno, il grande bugiardo, il diavolo. Lui è il padre della menzogna, così lo definisce Gesù.

A tutto ciò si oppone il messaggio di Gesù, che invita a riconoscersi bisognosi di Dio e della sua grazia; ad avere un atteggiamento equilibrato nei confronti dei beni terreni; a essere accoglienti e umili verso tutti; a conoscere e realizzare sé stessi nell'incontro e nel servizio agli altri. Per ciascuno di noi il tempo in cui poter accogliere la redenzione è breve: è la durata della nostra vita in questo mondo. È breve. Forse sembra lunga... Io ricordo che sono andato a dare i Sacramenti, l'Unzione degli ammalati a un anziano molto buono, molto buono e lui in quel momento, prima di ricevere l'Eucaristia e l'Unzione degli ammalati, mi ha detto questa frase: "Mi è volata la vita", come per dire: io credevo che fosse eterna, ma... "mi è volata la vita". Così sentiamo noi, gli anziani, che la vita se ne è andata. Se ne va. E la vita è un dono dell'infinito amore di Dio, ma è anche tempo di verifica del nostro amore verso di Lui. Perciò ogni momento, ogni istante della nostra esistenza è un tempo prezioso per amare Dio e per amare il prossimo, e così entrare nella vita eterna.

La storia della nostra vita ha due ritmi: uno, misurabile, fatto di ore, di giorni, di anni; l'altro, composto dalle stagioni del nostro sviluppo: nascita, infanzia, adolescenza, maturità, vecchiaia, morte. Ogni tempo, ogni fase ha un valore proprio, e può essere momento privilegiato di incontro con il Signore. La fede ci aiuta a scoprire il significato spirituale di questi tempi: ognuno di essi contiene una particolare chiamata del Signore, alla quale possiamo dare una risposta positiva o negativa. Nel Vangelo vediamo come hanno risposto Simone, Andrea, Giacomo e Giovanni: erano uomini maturi, avevano il loro lavoro di pescatori, avevano la vita in famiglia... Eppure, quando Gesù passò e li chiamò, «subito lasciarono le reti e lo seguirono» (Mc 1,18).

Cari fratelli e sorelle, stiamo attenti e non lasciamo passare Gesù senza riceverlo. Sant'Agostino diceva: "Ho paura di Dio quando passa". Paura di che? Di non riconoscerlo, di non vederlo, di non accoglierlo.

La Vergine Maria ci aiuti a vivere ogni giorno, ogni momento come tempo di salvezza, in cui il Signore passa e ci chiama a seguirlo, ognuno secondo la propria vita. E ci aiuti a convertirci dalla mentalità del mondo, quella delle fantasie del mondo che sono fuochi d'artificio, a quella dell'amore e del servizio (Papa Francesco, *Angelus* del 24 gennaio 2021)

FERMATI SU QUESTE LETTURE E DOPO AVER SOTTOLINEATO LE PAROLE DI FUOCO (CHE SCALDANO IL TUO CUORE), SCRIVI IL CONCETTO DI DIO E ASCOLTA COSA IL SIGNORE TI DICE ATTRAVERSO DI ESSE. PASSA DALLE PAROLE CHE RIVOLGI A DIO ALLE PAROLE CHE DIO RIVOLGE A TE.

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



GROTTA DEL LATTE: MARIA

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

Descrivi i sentimenti che noti in Lei:

Lasciati nutrire dalle sue virtù e leggi lentamente questa preghiera:

O Maria,
ti prego, prendimi per mano
e aiutami a stare insieme a te,
alla tua scuola, sulle orme di Gesù.
Aiutami a far crescere dentro di me la dolcezza,
la mitezza, la capacità di stare con amore
di fronte a coloro che, con violenza,
trafiggono il cuore dell'altro.
Guidami ad imparare il tuo silenzio,
la tua umiltà, il tuo pregare nel nascondimento,
la tua fiducia completa in Dio;
fa' che io possa sempre sentire nel cuore la tua voce che dice:
"Coraggio, non sei solo,
io sono accanto
a te ad ogni passo". Amen

Prega adesso il s. Rosario interiorizzato.



GROTTA DEGLI INNOCENTI – CROCE

A) Contemplazione del dolore di Cristo

Lettura proposta

Uno dei malfattori appesi alla croce lo insultava: "Non sei tu il Cristo? Salva te stesso e noi!". L'altro invece lo rimproverava dicendo: "Non hai alcun timore di Dio, tu che sei condannato alla stessa pena? Noi, giustamente, perché riceviamo quello che abbiamo meritato per le nostre azioni; egli invece non ha fatto nulla di male". E disse: "Gesù, ricordati di me quando entrerai nel tuo regno". Gli rispose: "In verità io ti dico: oggi con me sarai nel paradiso (Lc 23,39-43).

«Ricordati di me», è una preghiera che, nella tradizione religiosa biblica e giudaica, i moribondi e gli uomini braccati dalla sventura rivolgono a Dio. Ma la novità sta nel riconoscimento e nella proclamazione di Gesù messia in quelle condizioni infamanti. Infatti nell'attesa giudaica il messia doveva apparire alla fine nella piena dignità regale per instaurare il regno escatologico di Dio. La risposta di Gesù, introdotta con la formula delle sentenze più importanti, è un'assicurazione solenne della salvezza. Una salvezza già per l'oggi e non per il futuro escatologico. O meglio il futuro escatologico della salvezza piena è già qui. Allora il peccatore pentito può ascoltare la «buona notizia», l'evangelo della salvezza che consiste nella comunione con Gesù nel regno dei giusti (cfr. 22,28-30). [...]

Gesù è venuto a cercare ciò che era perduto, a chiamare i peccatori a conversione (5,32); ha condiviso la mensa dei clandestini e i malfamati, ha accolto la peccatrice anonima; è entrato nella casa di un ladro pubblico, Zaccheo. Ora muore tra due criminali e ne condivide il destino di esclusione e di infamia. È con questo ultimo gesto di solidarietà che dà la salvezza a chi crede e si converte. In altri termini non c'è situazione umana di miseria e di peccato che escluda dalla salvezza: anche per il criminale che muore a causa dei suoi delitti c'è speranza di un futuro.

Il quadro finale della morte di Gesù riproduce ancora la tonalità di Luca. I segni che precedono la morte di Gesù, l'oscuramento del sole e la rottura del velo del tempio, indicano che ora il vecchio mondo sta per passare, la vecchia istituzione religiosa, rappresentata dal tempio, è finita. Gesù muore con un grido che, nella variante di Luca, diventa una preghiera di massima fiducia nel Padre. Egli conclude la sua vita terrena con le parole del salmo 31,6 che si recitava alla fine della giornata.

La morte di Gesù segna l'inizio del cambiamento o conversione degli uomini che prelude alla comunità futura.

(I Vangeli traduzione e commento a cura di Giuseppe Barbaglio, Rinaldo Fabris, Bruno Maggioni, Cittadella Editrice – Assisi, pp. 1281-1822)

B) Offerta del proprio dolore

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

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

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

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

C) Amore al dolore altrui

Adesso volgi uno sguardo di misericordia verso coloro che ti sono vicini.



GROTTA DELLA NATIVITÀ: CONTEMPLAZIONE

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

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

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

Conclusione

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

Rinnovo delle promesse Battesimali nelle mani di Maria

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

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