

---

# CUSTODIA DEL SILENZIO ORDINARIA

## V DOMENICA DI QUARESIMA - ANNO B – 17 MARZO 2024

---



### GROTTA DI SAN GIROLAMO: PAROLA DI DIO

---



#### **Lettura pregata**

**Salmo Responsoriale - Sal 50 (51) - R. Crea in me, o Dio, un cuore puro.**

Pietà di me, o Dio, nel tuo amore;  
nella tua grande misericordia cancella la mia iniquità.  
Lavami tutto dalla mia colpa,  
dal mio peccato rendimi puro. R.

Crea in me, o Dio, un cuore puro,  
rinnova in me uno spirito saldo.  
Non scacciarmi dalla tua presenza  
e non privarmi del tuo santo spirito. R.

Rendimi la gioia della tua salvezza,  
sostienimi con uno spirito generoso.  
Insegnerò ai ribelli le tue vie  
e i peccatori a te ritorneranno. R.

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

## **Lettura meditata**

### **Dal libro del profeta Geremia**

Ecco, verranno giorni - oracolo del Signore - nei quali con la casa d'Israele e con la casa di Giuda concluderò un'alleanza nuova. Non sarà come l'alleanza che ho concluso con i loro padri, quando li presi per mano per farli uscire dalla terra d'Egitto, alleanza che essi hanno infranto, benché io fossi loro Signore. Oracolo del Signore. Questa sarà l'alleanza che concluderò con la casa d'Israele dopo quei giorni - oracolo del Signore - : porrò la mia legge dentro di loro, la scriverò sul loro cuore. Allora io sarò il loro Dio ed essi saranno il mio popolo. Non dovranno più istruirsi l'un l'altro, dicendo: «Conoscete il Signore», perché tutti mi conosceranno, dal più piccolo al più grande - oracolo del Signore -, poiché io perdonerò la loro iniquità e non ricorderò più il loro peccato (Ger 31,31-34).

### **Dalla lettera agli Ebrei**

Cristo, nei giorni della sua vita terrena, offrì preghiere e suppliche, con forti grida e lacrime, a Dio che poteva salvarlo da morte e, per il suo pieno abbandono a lui, venne esaudito. Pur essendo Figlio, imparò l'obbedienza da ciò che patì e, reso perfetto, divenne causa di salvezza eterna per tutti coloro che gli obbediscono (Eb 5,7-9).

### **Dal Vangelo secondo Giovanni**

In quel tempo, tra quelli che erano saliti per il culto durante la festa c'erano anche alcuni Greci. Questi si avvicinarono a Filippo, che era di Betsaida di Galilea, e gli domandarono: «Signore, vogliamo vedere Gesù». Filippo andò a dirlo ad Andrea, e poi Andrea e Filippo andarono a dirlo a Gesù. Gesù rispose loro: «È venuta l'ora che il Figlio dell'uomo sia glorificato. In verità, in verità io vi dico: se il chicco di grano, caduto in terra, non muore, rimane solo; se invece muore, produce molto frutto. Chi ama la propria vita, la perde e chi odia la propria vita in questo mondo, la conserverà per la vita eterna. Se uno mi vuole servire, mi segua, e dove sono io, là sarà anche il mio servitore. Se uno serve me, il Padre lo onorerà. Adesso l'anima mia è turbata; che cosa dirò? Padre, salvami da quest'ora? Ma proprio per questo sono giunto a quest'ora! Padre, glorifica il tuo nome». Venne allora una voce dal cielo: «L'ho glorificato e lo glorificherò ancora!». La folla, che era presente e aveva udito, diceva che era stato un tuono. Altri dicevano: «Un angelo gli ha parlato». Disse Gesù: «Questa voce non è venuta per me, ma per voi. Ora è il giudizio di questo mondo; ora il principe di questo mondo sarà gettato fuori. E io, quando sarò innalzato da terra, attirerò tutti a me». Diceva questo per indicare di quale morte doveva morire (Gv 12,20-33).

## **Per meditare**

Il Vangelo di oggi (cfr Gv 12,20-33) racconta un episodio avvenuto negli ultimi giorni della vita di Gesù. La scena si svolge a Gerusalemme, dove Egli si trova per la festa della Pasqua ebraica. Per questa celebrazione rituale sono arrivati anche alcuni greci; si tratta di uomini animati da sentimenti religiosi, attirati dalla fede del popolo ebraico e che, avendo sentito parlare di questo grande profeta, si avvicinano a Filippo, uno dei dodici apostoli, e gli dicono: «Vogliamo vedere Gesù» (v. 21). Giovanni pone in risalto questa frase, centrata sul verbo vedere, che nel vocabolario dell'evangelista significa andare oltre le apparenze per cogliere il mistero di una persona. Il verbo che utilizza Giovanni, "vedere", è arrivare fino al cuore, arrivare con la vista, con la comprensione fino all'intimo della persona, dentro la persona.

La reazione di Gesù è sorprendente. Egli non risponde con un "sì" o con un "no", ma dice: «È venuta l'ora che il Figlio dell'uomo sia glorificato» (v. 23). Queste parole, che sembrano a prima vista ignorare la domanda di quei greci, in realtà danno la vera risposta, perché chi vuole conoscere Gesù deve guardare dentro alla croce, dove si rivela la sua gloria. Guardare dentro alla croce. Il Vangelo di oggi ci invita a volgere il nostro sguardo al crocifisso, che non è un oggetto ornamentale o un accessorio di abbigliamento – a volte abusato! – ma è un segno religioso da contemplare e comprendere. Nell'immagine di Gesù crocifisso si svela il mistero della morte del Figlio come supremo atto di amore, fonte di vita e di salvezza per l'umanità di tutti i tempi. Nelle sue piaghe siamo stati guariti.

Posso pensare: «Come guardo io il crocifisso? Come un'opera d'arte, per vedere se è bello o non bello? O guardo dentro, entro nelle piaghe di Gesù fino al suo cuore? Guardo il mistero del Dio annientato fino alla morte, come uno schiavo, come un criminale?». Non dimenticatevi di questo: guardare il crocifisso, ma guardarlo dentro. C'è questa bella devozione di pregare un Padre Nostro per ognuna delle cinque piaghe:

quando preghiamo quel Padre Nostro, cerchiamo di entrare attraverso le piaghe di Gesù dentro, dentro, proprio al suo cuore. E lì impareremo la grande saggezza del mistero di Cristo, la grande saggezza della croce.

E per spiegare il significato della sua morte e risurrezione, Gesù si serve di un'immagine e dice: «Se il chicco di grano, caduto in terra, non muore, rimane solo; se invece muore, produce molto frutto» (v. 24). Vuole far capire che la sua vicenda estrema – cioè la croce, morte e risurrezione – è un atto di fecondità – le sue piaghe ci hanno guariti – una fecondità che darà frutto per molti. Così paragona sé stesso al chicco di grano che marcendo nella terra genera nuova vita. Con l'Incarnazione Gesù è venuto sulla terra; ma questo non basta: Egli deve anche morire, per riscattare gli uomini dalla schiavitù del peccato e donare loro una nuova vita riconciliata nell'amore. Ho detto “per riscattare gli uomini”: ma, per riscattare me, te, tutti noi, ognuno di noi, Lui ha pagato quel prezzo. Questo è il mistero di Cristo. Va' verso le sue piaghe, entra, contempla; vedi Gesù, ma da dentro.

E questo dinamismo del chicco di grano, compiutosi in Gesù, deve realizzarsi anche in noi suoi discepoli: siamo chiamati a fare nostra questa legge pasquale del perdere la vita per riceverla nuova ed eterna. E che cosa significa perdere la vita? Cioè, che cosa significa essere il chicco di grano? Significa pensare di meno a sé stessi, agli interessi personali, e saper “vedere” e andare incontro ai bisogni del nostro prossimo, specialmente degli ultimi. Compiere con gioia opere di carità verso quanti soffrono nel corpo e nello spirito è il modo più autentico di vivere il Vangelo, è il fondamento necessario perché le nostre comunità crescano nella fraternità e nell'accoglienza reciproca. Voglio vedere Gesù, ma vederlo da dentro. Entra nelle sue piaghe e contempla quell'amore del suo cuore per te, per te, per te, per me, per tutti.

La Vergine Maria, che ha tenuto sempre lo sguardo del cuore fisso al suo Figlio, dalla mangiatoia di Betlemme fino alla croce sul Calvario, ci aiuti a incontrarlo e conoscerlo così come Lui vuole, perché possiamo vivere illuminati da Lui, e portare nel mondo frutti di giustizia e di pace (Papa Francesco, *Angelus del 18 Marzo 2018* – Fonte: [https://www.vatican.va/content/francesco/it/angelus/2018/documents/papa-francesco\\_angelus\\_20180318.html](https://www.vatican.va/content/francesco/it/angelus/2018/documents/papa-francesco_angelus_20180318.html)).

**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.**

<b>BUSSOLA</b>	<b>Data</b>
<b>PAROLE DI FUOCO</b>	PAROLE SOTTOLINEATE...
<b>CONCETTO DI DIO</b>	TU SEI...
<b>PAROLE DI VITA</b>	FIGLIO MIO/FIGLIA MIA...
<b>SINTESI - SENTIMENTI</b>	OGGI HO COMPRESO CHE...  PROVO QUESTO SENTIMENTO:
<b>GRAZIA</b>	ALLA LUCE DELLA PAROLA MEDITATA, SIGNORE, TI CHIEDO...
<b>FRUTTO</b>	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:**

Madre, insegnaci a rimanere sotto la croce,  
accanto a chi soffre,  
a regalare sguardi di speranza,  
sguardi carichi di amore e di comprensione,  
che aiutino a pacificare i cuori feriti e sanguinanti.  
Insegnaci ad essere Chiesa,  
a sentirci a casa quando facciamo sul nostro corpo  
quel segno di croce che ti ha resa nostra Madre,  
consegnata, come tuo Figlio,  
nelle nostre povere mani...

Prega adesso il santo **Rosario** interiorizzato.



## GROTTA DEGLI INNOCENTI – CROCE

---

**A) Contemplazione del dolore di Cristo attraverso l'esperienza di Maria. In questo periodo quaresimale è proposta la *Via Matris* che raccoglie i sette dolori di Maria; pertanto, le immagini della Grotta del Latte fanno riferimento ai misteri da meditare anche in questa Grotta degli Innocenti.**

**Nella via della Madre di Dio troviamo la strada per incontrare Cristo. Contempliamo e viviamo il dolore e la speranza della Madre. La fede della Vergine illumini la nostra vita; la sua materna protezione accompagni il nostro cammino, incontro al Signore della gloria.**

### **QUINTA STAZIONE - Maria Santissima è presente alla crocifissione e alla morte del Figlio**

Ti lodiamo e ti benediciamo, Signore. Perché all'opera della salvezza hai associato la Vergine Madre.

#### **Dal Vangelo secondo Giovanni (19,25-30)**

*Stavano presso la croce di Gesù sua madre, la sorella di sua madre, Maria madre di Cleopa e Maria di Magdala. Gesù allora, vedendo la madre e accanto a lei il discepolo che egli amava, disse alla madre: "Donna, ecco tuo figlio!". Poi disse al discepolo: "Ecco tua madre!". E da quell'ora il discepolo l'accolse con sé.*

*Dopo questo, Gesù, sapendo che ormai tutto era compiuto, affinché si compisse la Scrittura, disse: "Ho sete". Vi era lì un vaso pieno di aceto; posero perciò una spugna, imbevuta di aceto, in cima a una canna e gliela accostarono alla bocca. Dopo aver preso l'aceto, Gesù disse: "È compiuto!". E, chinato il capo, consegnò lo spirito.*

#### **Meditazione:**

Sul Calvario s'era fatto il silenzio quasi assoluto. Ai piedi della Croce c'era anche la Madre. Eccola. In piedi. È l'amore solo che la sorregge. Ogni conforto è assolutamente inutile. È sola nel suo inenarrabile dolore. Eccola: è immobile: vera statua del dolore scolpita dalla mano di Dio. Ora Maria vive per Gesù e in Gesù. Nessuna creatura s'è mai avvicinata al divino come Lei, nessuna sa soffrire divinamente come Lei. Dolore sconcertante, più che umano, che passa tutte le misure. I suoi occhi ardenti contemplan la tremenda visione. Vede tutto. Vuol vedere tutto. Ne ha diritto: è Sua Madre. È suo. Lo riconosce bene. Ne hanno fatto scempio, ma lo riconosce. Quale madre non riconoscerebbe il proprio figlio anche quando fosse sformato dalle percosse o sfigurato da un colpo inaspettato delle forze cieche? È suo e Le appartiene. Gli è sempre stata vicina nei tempi della sua fanciullezza e della sua adolescenza, come negli anni della virilità finché ha potuto... È un miracolo se non cade a terra. Ma il miracolo più grande è quello del suo amore che La sostiene, che La tiene lì in piedi finché Lui non sarà morto. Finché Lui vive, Lei non potrà morire! Sì, Signore, voglio restare qui accanto a Te e alla Madre Tua. Questo grande dolore che Vi unisce sul Calvario è il mio dolore perché è tutto per me. Per me, gran Dio! (S. Josemaria Escrivà de Balaguer).

#### **Preghiamo:**

O Dio, sapienza e pietà infinita, che tanto ami gli uomini da volerli compartecipi con Cristo del suo eterno disegno di salvezza: fa' che riviviamo con Maria la forza vitale della fede, che ci ha fatti tuoi figli nel battesimo, e con lei attendiamo l'alba della risurrezione.

Per Cristo nostro Signore. Amen.



## 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.