
CUSTODIA DEL SILENZIO ORDINARIA

XIII DOMENICA T.O. - ANNO B – 30 GIUGNO 2024



GROTTA DI SAN GIROLAMO: PAROLA DI DIO



Lettura pregata

Salmo Responsoriale - Sal 29 (30)

R. Ti esalterò, Signore, perché mi hai risollevato.

Ti esalterò, Signore, perché mi hai risollevato,
non hai permesso ai miei nemici di gioire su di me.
Signore, hai fatto risalire la mia vita dagli inferi,
mi hai fatto rivivere perché non scendessi nella fossa. R.

Cantate inni al Signore, o suoi fedeli,
della sua santità celebrate il ricordo,
perché la sua collera dura un istante,
la sua bontà per tutta la vita.

Alla sera ospite è il pianto
e al mattino la gioia. R.

Ascolta, Signore, abbi pietà di me,
Signore, vieni in mio aiuto!
Hai mutato il mio lamento in danza,
Signore, mio Dio, ti renderò grazie per sempre. R.

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

Lettura meditata

Dal libro della Sapienza

Dio non ha creato la morte

e non gode per la rovina dei viventi.

Egli infatti ha creato tutte le cose perché esistano;

le creature del mondo sono portatrici di salvezza,

in esse non c'è veleno di morte,

né il regno dei morti è sulla terra.

La giustizia infatti è immortale.

Sì, Dio ha creato l'uomo per l'incorruttibilità,

lo ha fatto immagine della propria natura.

Ma per l'invidia del diavolo la morte è entrata nel mondo

e ne fanno esperienza coloro che le appartengono (Sap 1, 13-15; 2,23-24).

Dalla seconda lettera di san Paolo apostolo ai Corinzi

Fratelli, come siete ricchi in ogni cosa, nella fede, nella parola, nella conoscenza, in ogni zelo e nella carità che vi abbiamo insegnato, così siate larghi anche in quest'opera generosa. Conoscete infatti la grazia del Signore nostro Gesù Cristo: da ricco che era, si è fatto povero per voi, perché voi diventaste ricchi per mezzo della sua povertà. Non si tratta di mettere in difficoltà voi per sollevare gli altri, ma che vi sia uguaglianza. Per il momento la vostra abbondanza supplisca alla loro indigenza, perché anche la loro abbondanza supplisca alla vostra indigenza, e vi sia uguaglianza, come sta scritto: «Colui che raccolse molto non abbondò e colui che raccolse poco non ebbe di meno» (2Cor 8, 7.9.13-15).

Dal Vangelo secondo Marco

In quel tempo, essendo Gesù passato di nuovo in barca all'altra riva, gli si radunò attorno molta folla ed egli stava lungo il mare. E venne uno dei capi della sinagoga, di nome Giàiro, il quale, come lo vide, gli si gettò ai piedi e lo supplicò con insistenza: «La mia figlioletta sta morendo: vieni a imporle le mani, perché sia salvata e viva». Andò con lui. Molta folla lo seguiva e gli si stringeva intorno.

Ora una donna, che aveva perdite di sangue da dodici anni e aveva molto sofferto per opera di molti medici, spendendo tutti i suoi averi senza alcun vantaggio, anzi piuttosto peggiorando, udito parlare di Gesù, venne tra la folla e da dietro toccò il suo mantello. Diceva infatti: «Se riuscirò anche solo a toccare le sue vesti, sarò salvata». E subito le si fermò il flusso di sangue e sentì nel suo corpo che era guarita dal male.

E subito Gesù, essendosi reso conto della forza che era uscita da lui, si voltò alla folla dicendo: «Chi ha toccato le mie vesti?». I suoi discepoli gli dissero: «Tu vedi la folla che si stringe intorno a te e dici: "Chi mi ha toccato?"». Egli guardava attorno, per vedere colei che aveva fatto questo. E la donna, impaurita e tremante, sapendo ciò che le era accaduto, venne, gli si gettò davanti e gli disse tutta la verità. Ed egli le disse: «Figlia, la tua fede ti ha salvata. Va' in pace e sii guarita dal tuo male».

Stava ancora parlando, quando dalla casa del capo della sinagoga vennero a dire: «Tua figlia è morta. Perché disturbi ancora il Maestro?». Ma Gesù, udito quanto dicevano, disse al capo della sinagoga: «Non temere, soltanto abbi fede!». E non permise a nessuno di seguirlo, fuorché a Pietro, Giacomo e Giovanni, fratello di Giacomo.

Giunsero alla casa del capo della sinagoga ed egli vide trambusto e gente che piangeva e urlava forte. Entrato, disse loro: «Perché vi agitate e piangete? La bambina non è morta, ma dorme». E lo deridevano. Ma egli, cacciati tutti fuori, prese con sé il padre e la madre della bambina e quelli che erano con lui ed entrò dove era la bambina. Prese la mano della bambina e le disse: «Talità kum», che significa: «Fanciulla, io ti dico: alzati!». E subito la fanciulla si alzò e camminava; aveva infatti dodici anni. Essi furono presi da grande stupore. E raccomandò loro con insistenza che nessuno venisse a saperlo e disse di darle da mangiare (Mc 5, 21-43).

Per meditare:

La pagina evangelica che la liturgia domenicale ci offre presenta un annuncio vitale, messo in evidenza dalla struttura letteraria del brano. L'incontro tra Gesù e la donna emorroissa è incastonato al centro della storia che lo conduce a riportare in vita la figlia di Giàiro. Ma come vedremo, la narrazione di Marco

segue un percorso ben preciso che ci invita ad una fede senza timore verso colui che si mostra Signore della vita. Dopo l'episodio dell'esorcismo che ha suscitato tanto timore nei Geraseni, da pregare Gesù di allontanarsi dal loro territorio (Mc 5,1-20), egli si ritrova in riva al mare, circondato da molta folla. Marco è molto attento a sottolineare questo particolare, spesso ricorrente nella sua storia, come se fosse un luogo particolarmente favorevole al Signore. Qui lo raggiunge Giairo. La preghiera fatta con insistenza mostra una fiducia nel potere di Gesù di concedere una pienezza di vita: «La mia figliuola sta morendo: vieni a imporle le mani, perché sia salvata e viva». Gesù non risponde a parole ma, semplicemente, si mette in cammino con lui. La narrazione sposta l'attenzione. Diventiamo spettatori non solo delle azioni, ma degli stessi pensieri dei protagonisti. Compare una donna, anonima. Colpita da perdite di sangue da dodici anni, si trova in uno stato di impurità che le impedirebbe persino di mescolarsi alla folla. Sfida ogni regola perché convinta che sarà salvata da un puro contatto fisico con il mantello di Gesù («il Signore salva»). E il prodigio accade. È interessante notare come lo sguardo di Gesù va alla ricerca di una donna, prima ancora che lei gli si manifesti: «egli guardava attorno a sé, per vedere colei che aveva fatto questo». Avrà riconosciuto il tocco di una donna? Oppure siamo resi spettatori consapevoli di un incontro che sta per raggiungere il suo culmine? Le parole di Gesù promettono un ristabilimento pieno, una vita ridonata a colei che gli si è rivolta con una grande libertà di fede. Questa donna è la prima di altre che si trovano nella narrazione di Marco: la sirfenicia (Mc 7), la vedova che offre il suo obolo (Mc 12), la donna di Betania che gli unge il corpo con il nardo (Mc 14); le donne che vanno al sepolcro il mattino di Pasqua (Mc 16). Donne anonime, spesso umiliate o emarginate, mostrano una fede così capace di rischiare che il Signore le riconosce come sue discepole. Questa fede senza timore è ciò che Gesù chiede a Giairo, quando viene loro annunciata la morte della fanciulla. La guarigione avviene nel nascondimento, alla presenza dei genitori e dei tre soliti discepoli. La fanciulla è riportata in vita, tanto da camminare e poter mangiare. Sappiamo adesso che aveva dodici anni. Per gli ebrei una ragazza diventa adulta al compimento di dodici anni e un giorno (tredici e un giorno per i ragazzi). A dodici anni questa fanciulla era morta, all'inizio della sua possibile vita. Dodici anni fa la donna era stata colpita dalle perdite di sangue che l'avevano fatta morire nella sua fecondità femminile. L'annotazione temporale lega ancor più strettamente le due narrazioni, ne mostra l'unico messaggio: l'invito ad assumere una fede senza timore, capace di mettersi in gioco completamente. La donna l'ha mostrata da sé stessa. A Giairo è quella che Gesù chiede. Il Vangelo di questa domenica ci invita ad una fede senza paure, abbandonati alla certezza che Gesù è il Signore della vita vera, quella che ci dona attraverso la sua Pasqua, nel desiderio di mangiarla con noi nella cena eucaristica.

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:

Ave, nobile, gloriosa e intatta fanciulla,
tu pupilla della castità,
tu materia della santità che piacque a Dio.
In te infatti avvenne quella celeste infusione,
per cui il Verbo divino si rivestì in te di carne.
Tu candido giglio, cui Dio volse lo sguardo prima d'ogni altra creatura.
O bellissima e dolcissima;
quanto grandemente Dio in te si è compiaciuto!
Nel calore del suo abbraccio ha fatto germogliare in te suo Figlio,
così che potesse ricevere da te il latte.
Così il tuo grembo esultò di gioia,
quando tutta la sinfonia celeste da te sgorgò,
perché tu, o Vergine, portasti il Figlio di Dio,
per cui la tua castità rifulse in Dio.
La tua carne provò gioia,
come l'erba su cui ricade la rugiada infondendovi freschezza;
così è accaduto anche in te, o Madre di tutte le gioie.
Ora tutta la Chiesa risplenda di gioia e risuoni nell'armonia
per la dolcissima Vergine Maria, degna di lode, Madre di Dio.
Amen (Sant'Ildegarda di Bingen).

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:

Disse Gesù: «Venite a me, voi tutti che siete affaticati e oppressi, e io vi ristorerò» (Mt 11,28).

«E come continua oggi a cadere?».

“Più l’esistenza di Gesù avanza verso la sua conclusione, più va rivelandosi l’inquietante debolezza di Dio. Gesù cade. È giunto al limite delle sue forze. Non è infrequente l’esperienza di non poter fare un passo in più: nessuna luce che permetta di procedere; nessun orizzonte immediato che ponga in tensione le ultime fibre dei muscoli esauriti.

Fino ad ora egli aveva privilegiato i reietti dalla società; a volte li aveva restituiti alla loro dignità umana. Ora è lui che paradossalmente soffre le conseguenze di questa sfida alla società. Avvilito, si identifica in modo nuovo con tutti coloro che sono senza orizzonti, senza speranze, sommersi nell’impotenza, vivendo senza poter lottare per il futuro...; o con quelli che neppure hanno la possibilità di vedere che sono avviliti. [...]

Se lo avessimo veramente davanti agli occhi, dovremmo incominciare anche a vedere i derelitti che ci circondano oggi, dovremmo modificare la nostra visione, i nostri giudizi sugli uomini, le nostre valutazioni. [...] Dovremmo assumere la grandezza di Dio che si rivela nel volto sfinito del suo Figlio caduto a terra” (Fonte: David M. Turoldo, “Via Crucis, Cammino verso la Vita”. Da una Chiesa “esperta nel patire”, Ed. San Paolo, pag. 16-17)

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. Cerca di notare il loro dolore, di accoglierlo e di comprenderlo, come Gesù ha fatto con te. Può aiutarti questo semplice esercizio: guardare il Crocifisso mettendo il volto delle persone con le quali condividi la tua quotidianità. Prega il Signore di riuscire ad amarle e a portare a tutti la sua tenerezza. Ogni momento di preghiera deve renderci migliori, colmi di misericordia.



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.