Itinerario di preghiera
per il triduo pasquale 2020

DIOCESI DI SENIGALLIA
Servizio di Pastorale Giovanile

Vicini a Te

Preghiera della sera 01

Preghiera di perdono 02

Riflessioni per il triduo pasquale 03

Schema per la preghiera 04

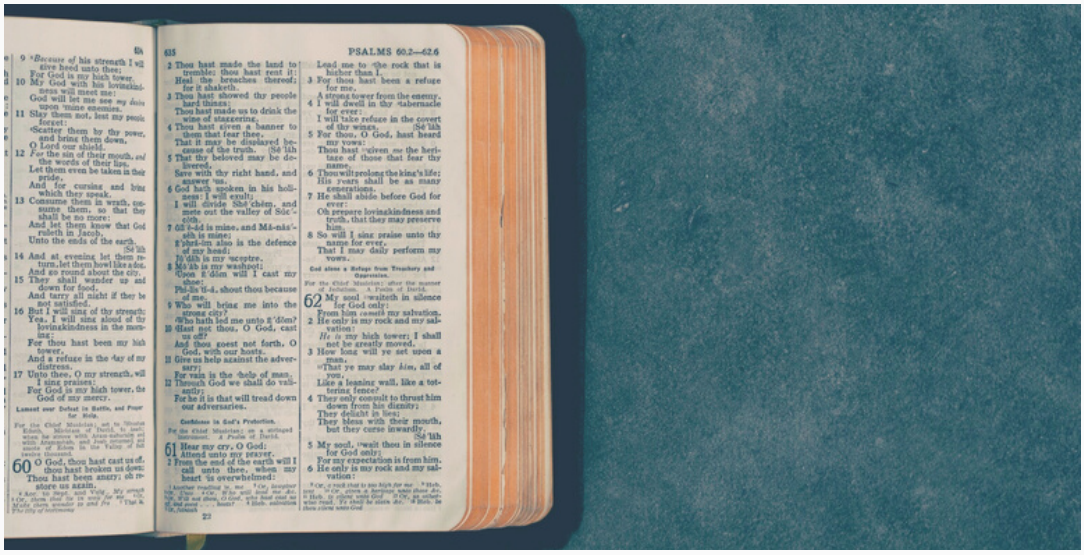
Pastorale Giovanile di Senigallia

È POSSIBILE ANDARE A DORMIRE COL CUORE LEGGERO DI QUESTI TEMPI?

Vi proponiamo un piccolo aiuto per finire la giornata in una pace più profonda, che non dipende da "se sto bene o male" ma viene da un Altro, viene dall'Alto.
La sera, il momento prima di addormentarsi, è un tempo preziosissimo che spesso sprechiamo con cose futili o che ci riempiono il cuore di grigio. Andare a dormire con un peso sullo stomaco da portare da soli, produrrà una notte grigia e un riposo poco efficace. Vi proponiamo una semplice preghiera, che può essere fatta in modi differenti e questi sono spunti utili per farsela propria.

1. Procurati il Salmo della compieta del giorno

Procurati il salmo della compieta del giorno (non ti chiedete che settimana è, perché la compieta ha solo una settimana), se hai il libricino di lodi e vespri è perfetto, altrimenti cerca su internet il salmo e poi lo trovi nella Bibbia (se non hai la Bibbia appena finita la quarantena vai a confessarti e chiedi perdono alla catechista della cresima che te l'ha regalata di sicuro).
Se proprio non hai niente, cerca la compieta del giorno al computer o sullo smartphone ma poi metti in modalità aereo.



01 preghiera della sera

2. Spegni lo smartphone

(il prolungamento della tua mano di questi giorni) lascialo in un'altra stanza e, a meno che tu non sia in fin di vita, non lo riaccendere (anche se ti viene in mente un messaggio importantissimo, lo mandi domani mattina. Avrai un sacco di buoni motivi per interrompere la preghiera, non ci cadere).

3. Siediti in poltrona o sul letto o su una sedia comoda

Procurati una matita, prendi in mano il breviario o la Bibbia o lo smartphone in modalità aereo col salmo della compieta.

4. Fai il segno della croce e mettiti in silenzio

Silenzia soprattutto i pensieri, quel vortice che nella tua vita non si ferma mai e che ti fa piombare spesso nel buio della paura, della rabbia...lasciali andare, silenziali, così che possano emergere solo i sentimenti, le emozioni, senza filtri e giudizi che di solito dai a quello che provi. Se fai spazio i sentimenti vengono a galla.

5. Stai in silenzio qualche minuto...quanto riesci

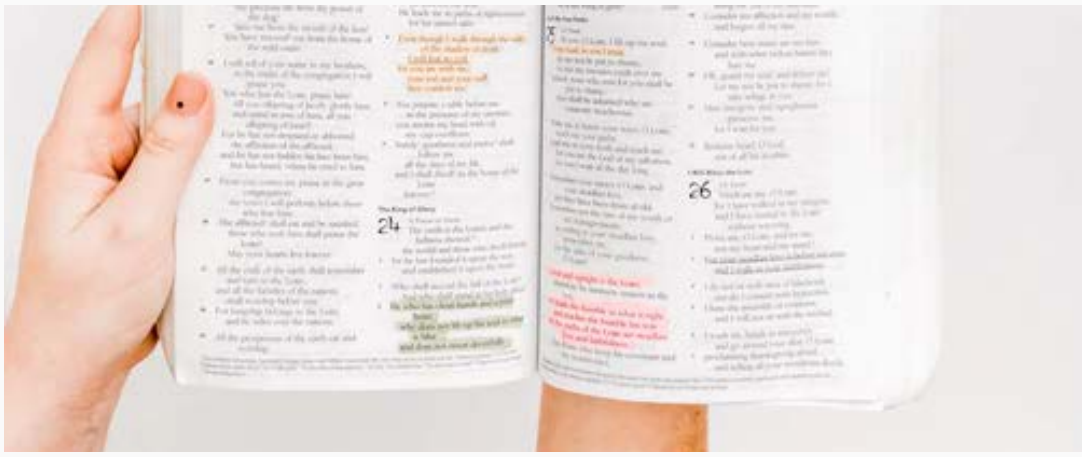
Lascia risuonare quello che c'è.
Prova a dare un nome a quanto sta risuonando: tristezza, ansia, paura, gioia, pace, amarezza...

6. Chiedi a Dio che possa dare una risposta...

...a quello che porti nel cuore, non una risposta risolutiva ma di presenza. Prendi il salmo e leggilo lentamente, se serve ti fermi e rileggi una riga. Leggi finché non s'illumina una parola, una frase, la sottolinei con la matita e chiudi tutto, la preghiera col salmo finisce qui.

7. Inizia a ripetere la parola sottolineata...

...sottovoce o nel cuore e spegni la luce. La ripeti nel cuore come fosse una buona caramella che stai gustando per non perdere neanche un grammo del sapore. Con questa parola, spegni la luce, vai a letto, ti addormenti ripetendo la parola...



P.S. SE LA PREGHIERA NON VA UN GRANCHÉ E LA TESTA TI VA QUA E LÀ, NON TI DISPERARE, RIPROVA.

Se invece non ci riesci proprio, lascia tutto e vai a dormire dicendo a Dio che non ci sei riuscito ma ci riproverai, dagli de tu.

Se la sera è storta e cadi nella tentazione di non iniziare per niente perché hai tanti buoni motivi per andare a letto subito, appena appoggiata la testa sul cuscino dì a Dio che non hai voglia di pregare ma che lo ringrazi perché sai che Lui ti vuole bene lo stesso e non se ne va...

Non c'è mai un fallimento nella vita interiore, anche il peggiore del peccato può diventare spirituale, serve solo non viverlo da solo
ma raccontarlo a Dio...

02. PREGHIERA DI PERDONO... IN QUARANTENA

Questa è una settimana Santa molto particolare visto che non riusciremo a fare niente di quello che normalmente un cristiano fa in questi giorni. Magari tu l'aspettavi con desiderio, come un tempo di grazia, oppure più come un' usanza o magari ogni anno sentivi la gioia della Pasqua, ma vivendo il triduo con un po' di pesantezza vista la mole di celebrazioni a cui "bisogna" partecipare. Non importa chi di questi tu sia, quest'anno siamo tutti livellati, nessuno si potrà dire più pronto alla Pasqua.

Nessuno ha ricevuto l'eucaristia nelle ultime settimane, nessuno si potrà confessare e arrivare a Pasqua "pronto" per fare la comunione; tra l'altro nessuno farà la comunione e nemmeno parteciperà alla messa.

Una volta tanto non possiamo vantare di fronte a Dio medaglie lustrate, nè una tessera punti piena di bollini. Siamo a zero e questo ci fa bene.

Per un anno puoi sperimentare finalmente che significa lasciarti amare per quello che sei, non perché ti meriti amore ma perché Dio ha deciso di amarti. E sai perché ha deciso di amarti? Perché amarti vale la pena a priori, perché la tua vita è bella, fuori da ogni tuo sguardo giudicante, Dio la ama perché vale la pena amarla. Siamo tutti sulla stessa barca direbbe Papa Francesco, cullati dalle onde dell'amore gratuito che quest'anno non possiamo guadagnare per fortuna...

02. PREGHIERA DI PERDONO... IN QUARANTENA

Ti proponiamo un momento di richiesta di perdono senza la confessione, per ora questo c'è. Se desideri, finita la quarantena, potrai ricevere ancora il perdono sacramentale, ma per ora il perdono di Dio è pieno così.
Togliti dalla testa di essere il centro di questa preghiera, così come per la confessione il centro è l'amore di Dio non tu. Anche di te si parlerà ma lo sguardo non sarà ricurvo su di te, sarà alto e sul volto di Dio Padre.
Per iniziare ad alzare lo sguardo da te a Lui, ringrazialo per un dono che senti fatto da Lui a te. Come? Ringraziare? Non devo dire dove ho sbagliato? Ringraziare perché non puoi chiedere perdono ad una persona senza prima sapere che questa persona ti vuole bene. Questo è il punto di partenza, la certezza che Lui ti ama e lo dimostra anche dove non sembra.

Per il punto specifico delle cose da confessare, useremo un esempio preso in prestito dall'ambito delle costruzioni edilizie. Immagina che stai progettando di andare a vivere in una nuova casa: hai trovato il posto perfetto, stai costruendo la casa dei tuoi sogni. Prima di ultimare le rifiniture stai cercando l'arredamento, ma non ti soddisfa a pieno niente di quello visto.
Sì, ci sono tante cose interessanti ma niente è perfetto. Ti ricordi che in cantina nella tua vecchia casa hai l'arredamento di quando eri piccolino. Già solo vedere quei mobili accatastati e impolverati ti fa sentire a casa per i ricordi di famiglia e l'amore che trasuda. Sarebbe perfetto usare questo mobilio, va anche di moda il vintage ma è davvero troppo rovinato, usurato. Però, quasi per caso, trovi un restauratore che è unico nel suo campo, perché non solo restaura un mobile ma lo rende più bello che se fosse nuovo, lo trasforma e rende più luminoso, lo trasfigura. Così gli porti pian piano tutti i mobili e lui uno alla volta lo trasforma e rende più bello che nuovo e te lo porta direttamente nella casa in cui andrai ad abitare.
La casa inizia a riempirsi di vita e più passano i giorni e più non vedi l'ora di gustarti quel luogo pieno di cose belle che ti rimandano a relazioni presenti o passate, che ti riempiono la vita di bellezza.

02. PREGHIERA DI PERDONO... IN QUARANTENA

Ecco la confessione, tu hai una casa stupenda che ti attende in cielo ma spesso non sai come sarà e ti sembra di non volerla perché lascerai qui tutto quanto ami. Ma la richiesta di perdono, la confessione, è un mandare a restaurare ciò che della tua vita hai rovinato, non per cattiveria ma per paura. Il peccato non è cattiveria ma paura non ascoltata e nascosta. Il peccato è qualcosa che hai provato ad amare, ma per paura di perderla hai provato a possederla, a trattenerla. Ecco che il perdono di Dio diventa: dare nelle sue mani di restauratore ciò che per paura di perderle hai usato e posseduto e che ora Lui trasfigura e rende più belle che nuove. Tutte le relazioni, che trattenendole hai rovinato, messe nelle mani di Dio vanno a formare ciò che riempirà la tua casa per sempre. Le occasioni che hai perso per paura, messe nelle Sue mani, saranno ciò che ti farà compagnia per l'eternità perché ormai recuperate. Le persone amate e morte, passate nelle Sue mani, diventano presenza per l'eternità.
A noi la vita eterna interessa solo se ha a che fare con ciò che amiamo qui, ma che il più delle volte perdiamo perché vogliamo trattenere. La confessione è proprio questo, permettere a Dio di rendere eterno ciò che amiamo di più e poterle godere già ora e per sempre nella loro bellezza originaria.

Per aiutarti a capire cosa c'è da consegnare alle mani del Restauratore ti diamo alcuni spunti:

- Ci sono due parti in noi che convivono e combattono. Potremmo chiamarle individuo (nome) e persona (nome), aggiungi il tuo nome dopo individuo e persona. Sono due parti di te che vivono insieme, che lottano.

- L'individuo si sente da solo, cerca di risolvere i problemi da se, in fin dei conti ha imparato che non c'è nessuno che abbia a cuore la sua vita quindi ha imparato a salvarsi da solo. Sono tutti quei piccoli e grandi stratagemmi che hai imparato per salvarti, per controllare la realtà, le persone, la situazione, la paura della solitudine, l'ansia… Non ci sono azioni peccaminose ma il desiderio con lui le facciamo che le fanno peccato. Per assurdo io posso peccare anche pregando se lo faccio per farmi notare. Ragiono come un individuo che si deve salvare da solo mostrando agli altri che vale e che è degno di stima.

- La persona invece sa che non è sola mai, che la sua vita è nelle mani di Dio che l'ha già tratta in salvo. Non ha più la preoccupazione di salvarsi la faccia, la vita, i soldi perché se è in Cristo cosa può succedere di così brutto? Si sente parte di un corpo e quindi gli altri non sono nemici (piccoli o grandi) ma parte della sua stessa vita e in cammino insieme verso il bene. Non ha paura di perdere ciò che ha perché sa che niente è suo ma tutto lo ha ricevuto come dono e se serve tornerà ogni cosa che perde.

- È evidente che tutto quanto l'individuo compie è peccato e quanto la persona compie non lo è. Questo esame serve per acquistare lucidità e sottolineare ciò che vivi da individuo e consegnarlo nelle mani del Restauratore perché lo renda non ell'individuo (nome) ma della persona (nome).

- Un altro spunto utile potrebbe essere intuire dove inizia il peccato. Non c'è spazio sufficiente per spiegare tutto ma di fondo ogni volta che l'individuo che è in te accaparra per sé, è come se avesse creduto ad una menzogna interiore. Quale è la menzogna? La menzogna ha origine molto lontano, nella certezza che siccome neanche Dio sta dalla mia parte devo organizzarmi da solo. La menzogna è che staccandoti da Dio tu possa ricevere vita lo stesso e la vai cercando qua e là.

02. PREGHIERA DI PERDONO... IN QUARANTENA

Come chi ha comprato uno smartphone favoloso ma a casa non ha la corrente elettrica. Ogni persona che vedrà, ogni relazione che ha, lì userà per "scroccare" un po' di corrente elettrica e ricaricare. Ma non basta mai perché una carica dura un giorno se va bene e quindi il primo pensiero di ogni giorno è ricaricare. Guarderà gli altri come una possibile occasione per ricaricare. In fondo senza essere attaccato alla corrente elettrica a casa, la tua vita sarà un rincorsa costante, che non si esaurisce mai. Ecco la menzogna, ti illudi che staccandoti dal contatore, condizione di tutti dopo il peccato originale, potrai vivere lo stesso accaparrando energia dove riesci, elemosinando energia qua e là. Spesso fai così, ecco il peccato, ti illudi che potrai avere energia da una cosa, da una relazione, dal denaro, dallo sguardo dell'altro, dalla tua perfezione. Ti illudi che tutto questo ti dia vita, ma solo Dio ha la vita e te la può dare, il resto ti da una vita a tempo e hai sprecato energie, tempo, soldi per una vita che il non resta. Ecco il peccato, non tanto l'azione ma l'illusione di poter spegnere quel desiderio di vita con cose che la vita non l'hanno.
Siamo troppo abituati a pensare alla confessione cercando "cosa ho fatto" ma individuare la tua menzogna ti permette di andare più in profondità e cercare dove vieni ingannato. Si perché il peccato è questione di essere ingannato e quindi agire di conseguenza. Più che il "cosa ho fatto" serve capire il "perché" oppure il "cosa cercavo in profondità".

Dopo tutto questo, ora è il momento di una richiesta di perdono, va bene la preghiera che sai, va bene un salmo ***(salmo 6 oppure 32 o 38 o 51 o 102 o 130 o 143)***,va bene una preghiera spontanea di consapevolezza che hai bisogno della Sua vita. Vista l'occasione di quarantena può essere un dialogo che fai in libertà col Signore in cui gli racconti tutte le menzogne a cui credi, tutte le volte in cui dai cibo all'individuo invece che alla persona.

Concludi con un Padre nostro e se puoi uno di questi giorni fai tornare alla memoria del tuo cuore quello che hai provato in questa preghiera, la gratitudine per essere amato lo stesso, mastica questo cibo buono.

GIOVEDÌ SANTO

Spunti per la preghiera personale nel triduo

Siamo molto abituati a guardare alla Pasqua con la testa di Pietro, l'Apostolo che deve essere al top. Pensando al giovedì Santo ci viene da chiederci come possiamo noi servire visto che Gesù lava i piedi. Non accettiamo che sia Gesù a lavarci i piedi. Quant'è difficile lasciarsi amare senza esserselo guadagnati, Pietro ne fa esperienza e non vuole che Gesù gli lavi i piedi. Noi siamo così, di fronte a Dio che decide per la nostra salvezza, vogliamo rimboccarci le maniche e fare qualcosa. Cosa serve a Dio? Se ci pensi con lucidità capisci quanto è assurda questa cosa, Dio, l'Onnipotente, Colui che ha fatto cielo e terra, il Signore della storia, l'inizio e la fine dell'universo, avrebbe bisogno che tu faccia qualcosa...no. **Lui non ha bisogno di niente, se non che ti lasci amare, che lasci perdere il tuo orgoglio e ti lasci salvare così come sei**, fragile, insensato, pieno di buio, che non riesci a reggere lo sguardo di una persona perché ti senti sporco.
Cristo ti vuole amare così e viene al mondo per farlo, per poterti servire, per poter incrociare il tuo sguardo imbarazzato, per poterti amare anche se lo deludi.

Immaginiamo un dialogo tra Pietro e Gesù, in uno dei momenti più neri della vita di Pietro. Come sempre accade, ciò che nella nostra vita è scritto in nero, in Dio è già scritto in oro. Pietro ha appena assistito alla lavanda dei piedi, all'ultima cena, ha seguito Gesù nel Getsemani e non è riuscito a pregare con lui per il sonno. Ha visto Gesù arrestato e già schiaffeggiato, messo in catene come un delinquente. Pietro non può lasciare solo il suo Signore, gli ha promesso che darà la vita per lui se ci sarà bisogno. Gesù stesso lo ha eletto capo degli Apostoli anche se a dire il vero poco dopo lo ha pure chiamato col nome di Satana perché si è opposto all'annuncio della Passione. In questa occasione a Pietro gli ha bruciato tanto, forse la bruciatura più potente, si deve rifare, Gesù è stato arrestato, lui lo segue con lo sguardo fino al palazzo del sommo sacerdote e con qualche conoscenza riesce ad entrare e poterlo seguire nel processo sommario, almeno con gli occhi...

GIOVEDÌ SANTO

Vangelo di Luca 22, 54-62

54 Dopo averlo preso, lo condussero via e lo fecero entrare nella casa del sommo sacerdote. Pietro lo seguiva da lontano. 55 Siccome avevano acceso un fuoco in mezzo al cortile e si erano seduti attorno, anche Pietro si sedette in mezzo a loro. 56 Vedutolo seduto presso la fiamma, una serva fissandolo disse: «Anche questi era con lui». 57 Ma egli negò dicendo: «Donna, non lo conosco!». 58 Poco dopo un altro lo vide e disse: «Anche tu sei di loro!». Ma Pietro rispose: «No, non lo sono!». 59 Passata circa un'ora, un altro insisteva: «In verità, anche questo era con lui; è anche lui un Galileo». 60 Ma Pietro disse: «O uomo, non so quello che dici». E in quell'istante, mentre ancora parlava, un gallo cantò.
61 Allora il Signore, voltatosi, guardò Pietro, e Pietro si ricordò delle parole che il Signore gli aveva detto: «Prima che il gallo canti, oggi mi rinnegherai tre volte». 62 E, uscito, pianse amaramente..

È successo proprio quello che Gesù ha detto, altro che eroe, altro che dare la vita per Gesù, gli fa paura una serva lo impaurisce. Un uomo pronto a fare guerra e uccidere, si fa mettere in ginocchio da una serva, che contava meno di zero al tempo.

Non solo, succede una cosa strana nel testo che abbiamo letto: tre sono le persone che lo accusano di aver a che fare con Gesù e 3 accuse differenti gli vengono mosse. A tutte e tre le accuse Pietro risponde di no.

GIOVEDÌ SANTO

Proviamo a capire le tre accuse:

- *"Anche questi era con Lui" riguarda Gesù, lo accusa di essere stato un discepolo dell'arrestato. Pietro Risponde "donna non lo conosco", fa riferimento alla relazione con Gesù, dice di non conoscerlo e forse in fondo ha ragione, non ha ben capito chi fosse realmente, aveva colto qualche aspetto superficiale di Gesù.*

- *La seconda accusa invece riguarda il suo far parte degli Apostoli: "Anche tu sei di loro" e Pietro risponde "no non lo sono". Qui viene tirata in ballo la relazione con gli altri Apostoli che Pietro nega.*

- *La terza accusa riguarda la sua provenienza "anche lui è un Galileo". A Pietro gli viene detto, forse per il suo accento, di non essere di Gerusalemme ma della Galilea e lui rinnega anche questo: "O uomo non so quello che dici".*

Ecco la drammatica escalation della paura di Pietro, il rinnegare Gesù, lo porta inesorabilmente a rinnegare i suoi amici, ma non basta, il rinnegare Gesù e i suoi amici lo porta a rinnegare se stesso, la sua origine Galilea. È una escalation, **perdere la relazione con Gesù, gli fa perdere quella con gli altri e con se stesso.**

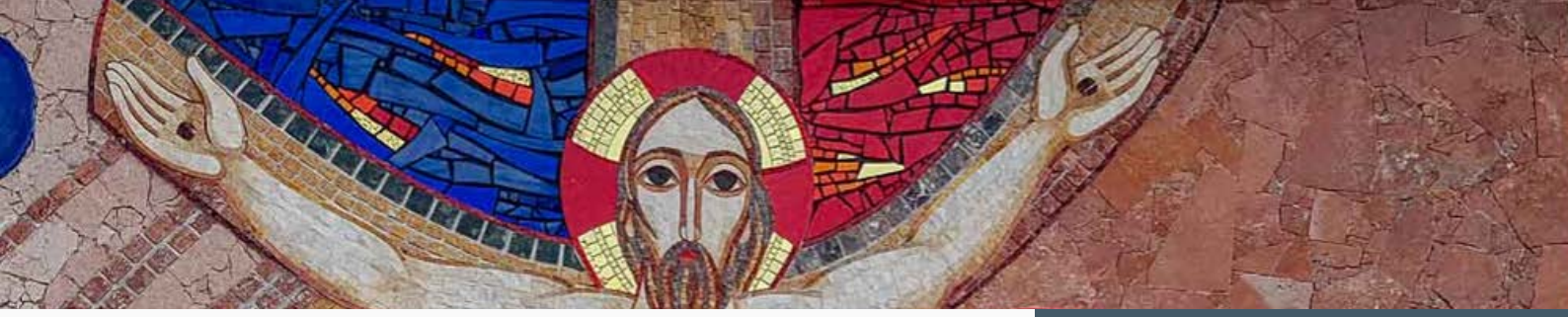
Ma possiamo adesso immaginare un dialogo con Gesù proprio in questo momento, un dialogo mai avvenuto con le parole ma con gli occhi si.

Il testo ce lo dice esplicitamente:
"Allora il Signore, voltatosi, guardò Pietro, e Pietro si ricordò delle parole che il Signore gli aveva detto: «Prima che il gallo canti, oggi mi rinnegherai tre volte». E, uscito, pianse amaramente."

GIOVEDÌ SANTO

Immaginiamo questo dialogo:
"E il Signore voltandosi guardò Pietro, guardò dentro Pietro. Questo Gesù, debole, umiliato, povero, si volta e guarda dietro. Pietro avrà pensato: com'è diverso questo sguardo, quanto è diverso da quello degli altri su di me e quant'è diverso dal mio sguardo su di me. Mi conosci da sempre, mi hai fatto come un prodigio, sento le tue parole "sei prezioso, degno di stima, ti amo". Questo sguardo non mi giudica, non mi condanna, mi perdona e mi accoglie senza limiti, con tenerezza, rispetto, proprio nel mio rifiutarlo mi riconosce, proprio nel mio misconoscerlo non mi rimprovera e non mi rinfaccia nulla. Me l'ho già detto qualche ora fa e quindi già lo sapeva, e nonostante questo mi ama così come sono!" È come se mi dicesse "guarda che non sei tu che devi dare la vita per me! Sono io che muoio per te! E sono contento di farlo, lascia che io muoia per te, lasciati amare. Mi sento di aver paura, ho in mano i cocci della mia presunzione, la presunzione di essere bravo che è stata demolita come un edificio che non serve più. Il mio riuscire è fallito, il mio successo frustrato, non so più come salvarmi da questa situazione. Ma le parole di Gesù non mi lasciano "Pietro lascia perdere i tuoi cocci, le macerie, l'unica cosa che conta è il mio amore per te, ti prego lasciati voler bene".
C'è un moto di orgoglio in me, come se volessi tenermi la mia amarezza, i miei cocci e le mie macerie, almeno sono mie soltanto, l'unica cosa che mi rimane. Chi sono veramente? Io che pensavo di poter salvare me e Gesù? E Lui chi è? Che mi guarda con tenerezza, senza rimprovero...dove fuggire lontano dal suo sguardo, tu sei con me, stai qui senza chiedere di cambiare ma amando e abitando le mie macerie. Chi sono veramente?
Io che pensavo di poter salvare me e Gesù? E Lui chi è? Che mi guarda con tenerezza, con dolcezza, senza rimprovero...dove fuggire lontano dal suo sguardo, tu sei con me, stai qui senza chiedere di cambiare ma amando e abitando le mie macerie.

Questo sguardo raggiungerà Pietro, **il pianto amaro ma insieme dolcissimo laverà via la paura di essere salvato.** Affogherà il faraone, l'orgoglio di potercela fare, la certezza di non dover chiedere, la paura di fidarsi, il terrore di non deludere... quanto c'è di tuo dentro Pietro, lasciati porta da lui tra le braccia di Cristo... **Pietro scopre la sua nuova identità in questo pianto** di contrizione e gratitudine. Lasciati stupire anche tu in questo viaggio alla scoperta di te e del vero volto di Dio...



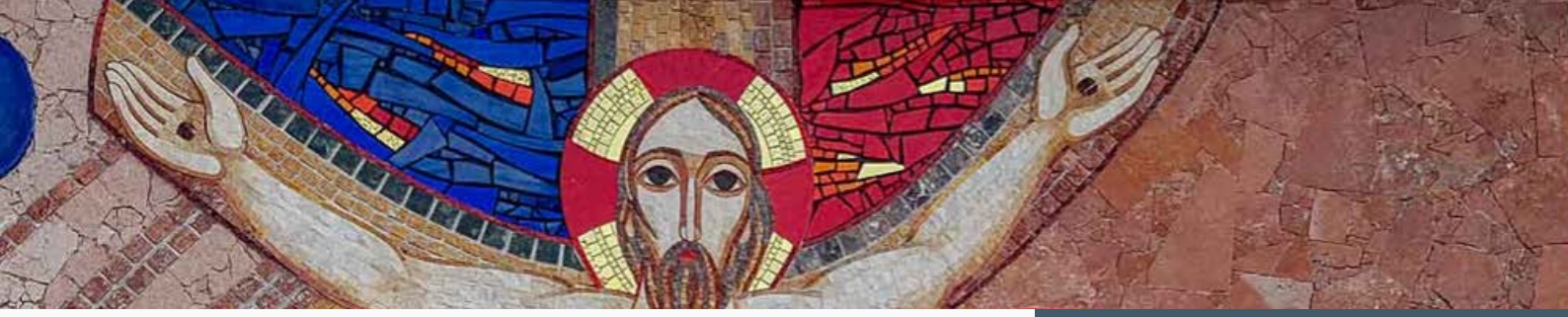
VENERDÌ SANTO

Spunti per la preghiera personale nel triduo

Il venerdì Santo è un giorno senza messa, c'è la celebrazione della Passione di Gesù, normalmente si fa la via Crucis che però non è il centro perché in teoria sarebbe facoltativa, centrale è la lettura della Passione secondo Giovanni (Gv 18,1 - 19,42) e il bacio della Croce. Questi due strumenti potete procurarveli se vi aiutano nella preghiera: la Bibbia e una croce bella che avete in casa, anche un'immagine su internet se volete.
Molto spesso per il venerdì Santo si fa riferimento al dolore di Gesù, ed è giusto, molte volte c'è più gente alla via crucis che alla Veglia Pasquale, forse perché il dolore di Gesù è come un luogo dove ci si riconosce tutti, credenti e non, come fosse un punto fermo della nostra vita al punto che ti va di celebrarlo insieme.
Oggi desideriamo porre l'accento del dolore di Gesù però sul suo atteggiamento in tutta la vicenda, cioè ponendo attenzione su come Gesù vive tutto questo, per capire quale sia l'orizzonte di tutta la vicenda.

Partiamo dal suo arresto, un momento strano, lui l'uomo più pacifico del mondo, braccato di notte con spade e bastoni. Ma in tutto questo la banda di soldati che va a catturarlo sembra essere in balia della sua Parola. È Gesù che guida l'arresto, si presenta come colui che cercano e pone le condizioni per il suo arresto. Non solo, presentandosi come il ricercato fa indietreggiare i soldati due volte, facendoli cadere a terra. Non ha armi, si consegna, è la sua libertà che fa paura.

Anche noi siamo in un tempo dove diciamo di essere liberi ***ma la vera libertà spaventa***, molto più facile vivere diventando schiavi di una falsa libertà.
Una vecchia canzone di Lorenzo Cherubini in arte Jovanotti dal nome "Occhio non vede cuore non duole" dice proprio così, che il nemico "spacciandosi per libertà ti legherà con le sue catene".
La libertà è tutt'altro che un bene presente oggi, la coscienza assopita ci fa sentire liberi ma le persone libere da sole smuovono l'aria e senza torcere un capello spostano persone armate.



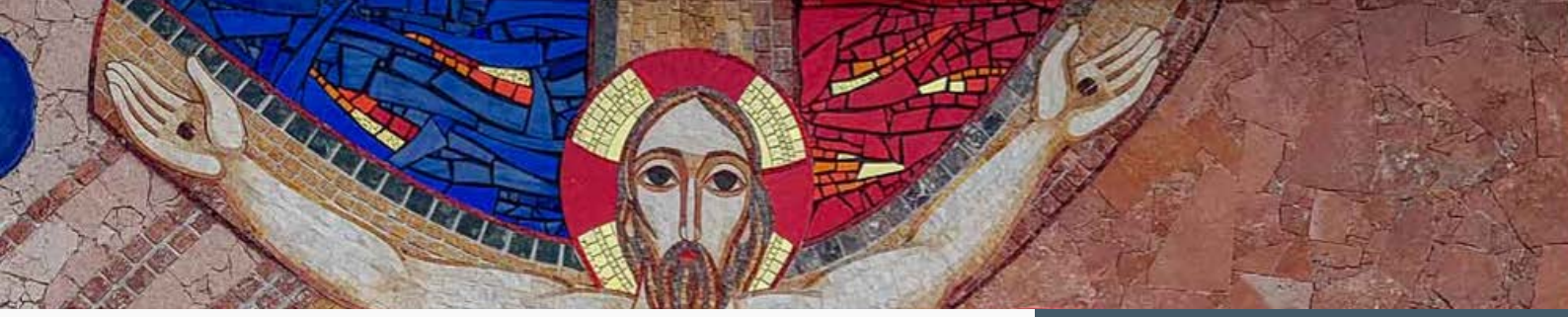
VENERDÌ SANTO

Eccolo Gesù, nelle poche parole che dice, afferma la Sua Identità di Dio, quel "sono io" che in ebraico è il nome innominabile di Dio, ***"io sono"*** è il nome con cui Dio si presenta a Mosè dal Rovereto ardente. Quelle parole di libertà fanno cadere a terra il drappello di soldati. Gesù che come abbiamo intuito, è il Signore anche del suo arresto. Saltiamo altre cose che accadono nell'arresto, come la difesa di Pietro con la spada e Gesù che lo ferma, non c'è tempo...

Anche di fronte al tribunale improvvisato dai Giudei per condannarlo di notte prima che arrivino testimoni dei suoi prodigi, Gesù è libero e tutto legato, non ha paura di rispondere, anzi li conduce dove vogliono. Non possiamo entrare in tutto quanto il Vangelo ci propone ma è Lui che dirige anche qui.

Arriviamo al processo per eccellenza, quello di Gesù di fronte a Pilato che era Governatore per Roma, cioè un magistrato specializzato nell'amministrazione di una terra.

Gli portano Gesù con un' accusa inesistente e siccome Pilato è esperto di diritto vuole respingere questo processo infondato. I Giudei però si appellano all'unica condanna che Roma può dare e che a loro non è permessa, la morte, e Pilato deve accettare. Nel parlare con Gesù Pilato si accorge che l'imputato, ipoteticamente un falegname del popolo, risponde come fosse un uomo libero. Non solo, ad un certo punto, Pilato capisce che si trova di fronte a una persona di uno spessore unico e lui che è romano e magistrato, sa cosa vuol dire incontrare persone degne di stare alla corte imperiale. Non ha di fronte a sé un semplice popolano che ha commesso un reato, tant'è che dopo un po' di dialogo, Pilato, rappresentante giuridico di Roma, chiede all'imputato quale sia la verità. L'impero Romano sta chiedendo a quest'uomo in catene cos'è la verità.

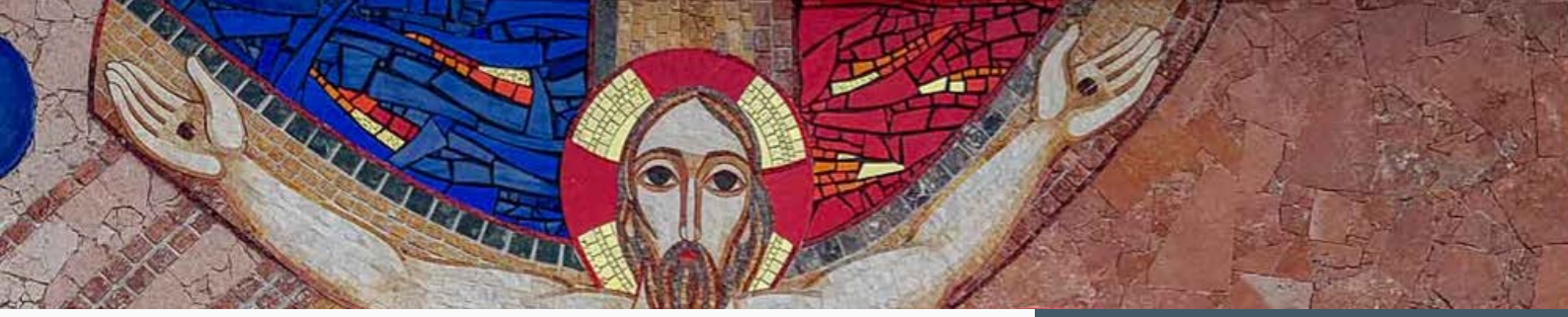


VENERDÌ SANTO

E lui risponde che la verità è la Sua Parola. Non sembra proprio un processo in cui la verità la dovrebbe stabilire il giudice, qui il giudice chiede quale sia la verità all'imputato.
Pilato è di sicuro di fronte ad un caso stranissimo e infatti desidera mettere in libertà Gesù perché non trova colpa in lui. Cerca di rilasciarlo ma il popolo sobillato dai capi sceglie Barabba.
Per non mollare, Pilato lo fa flagellare duramente così che lo vedano messo male e accettino la punizione al posto della morte. La tortura, fino a poco tempo fa, era usata come metro di misura per trovare l'innocenza. Se uno non confessava sotto tortura era dichiarato innocente, Pilato lo fa flagellare anche per questo, per poterlo dichiarare innocente, ma non ci riesce e deve accettare di condannarlo a morte, anche se per ben tre volte nel testo afferma la sua innocenza.

Prima di condannarlo però, gli fa le ultime domande per cercare un cavillo e qui il grande Governatore Pilato sembra un bambino impaurito, è Gesù il Giudice che ha in mano il processo. Il momento più emblematico è quando Gesù risponde ***"tu non avresti nessun potere su di me se non ti fosse stato dato dall'alto".*** Qui Pilato scopre che non ha potere si di lui e che non può farci niente, è in panico e cerca di trovare una soluzione ma è Gesù che conduce.

Lo portano sul Golgota, per strada compare **Simone di Cirene**, un personaggio secondario ma se nei Vangeli viene riportato un nome è perché nella prima comunità cristiana sarebbe poi diventato un personaggio importante. Abbiamo quindi questo Cireneo, apparentemente si trova lì per sbaglio e, ancora per sbaglio, incrocia il Suo sguardo e ne rimarrà folgorato. Non aveva nessuna intenzione di perdere tempo, di sporcarsi col sangue di un condannato, di passare da maledetto perché aiutante di un peccatore... eppure quel momento gli cambierà la vita, come se fosse un'occasione per lui, come se tutta la vicenda di Gesù avesse senso solo per aver dato la possibilità a Simone di Cirene di poter incrociare lo sguardo con Gesù.

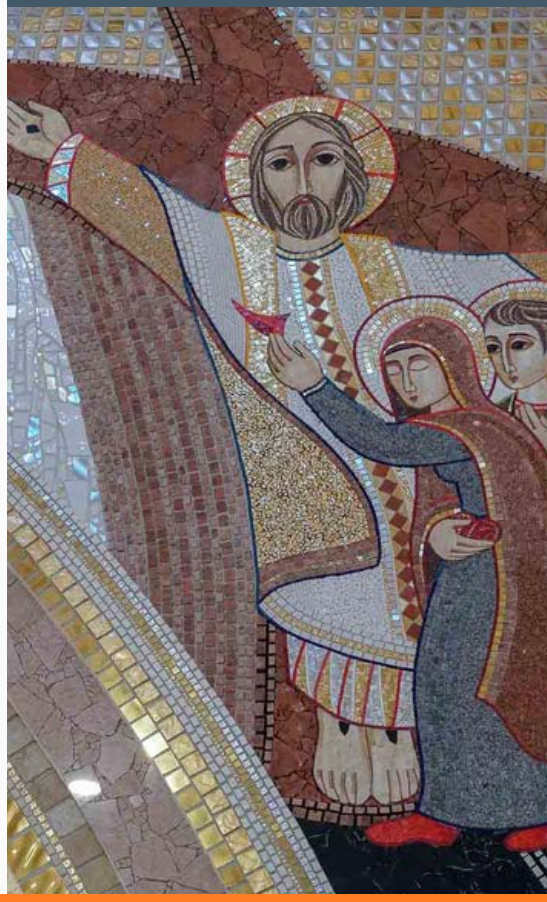


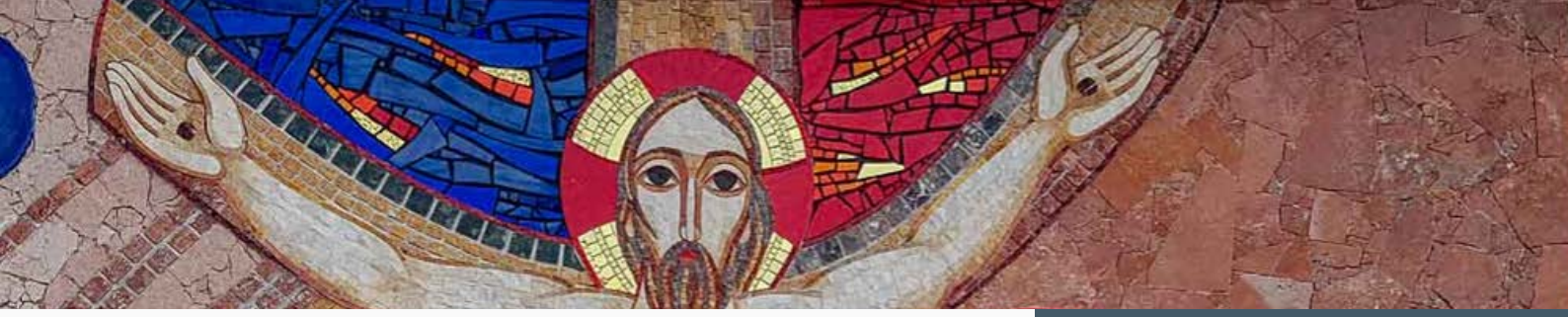
VENERDÌ SANTO

Molto spesso è così per te, sembra proprio che Gesù abbia fatto tutto questo per te, solo per incrociare il tuo sguardo. Arrivati sul Golgota, Gesù viene crocifisso e dalla croce compie due gesti, ci consegna gli uni agli altri nelle parole, a Maria e Giovanni, e dice di aver compiuto la sua vita, cioè "*è compiuto*".
Usa una parola che ha a che fare col bersaglio centrato, cioè sta dicendo che la sua vita ha colpito il centro del bersaglio. Per me, per te, c'è un bersaglio da colpire, si possono fare tante cose ma ***amare donandoti ti farà colpire il centro.***

Ricapitoliamo il nostro *viaggio*, siamo partiti con l'arresto di Gesù e poi abbiamo continuato con il suo processo. Tutto dice la sua innocenza ma perché c'era bisogno di questo viaggio? Perché ci serve capire che Dio è innocente?

Purtroppo noi siamo intimamente convinti che Dio sia colpevole, non tanto di un reato ma siamo convinti che Dio sia giudice che condanna. Questo è uno dei problemi più grossi della nostra fede: interiormente, senza saperlo bene, *abbiamo paura di Dio perché crediamo che in fondo voglia fregarci*. Se prendiamo come riferimento la menzogna del testo per la preghiera sul peccato e per ricevere il perdono, ci accorgiamo che il processo a Dio è iniziato molto tempo prima del Gesù storico. La conclusione dell'innocenza di Gesù è il termine di un viaggio lungo migliaia di anni e che ancora nel tuo cuore deve compiersi consapevolmente. L'accusatore del processo che si sta svolgendo nel tuo cuore è il serpente della Genesi che insinua la colpevolezza di Dio e l'ingiustizia per te. Lo fa tutti i giorni, con piccole e grandi accuse. Ti fa sentire in una lotta con Lui, sia che si parli di cose futili che di questioni vitali. Ricordati l'origine della menzogna vista nella richiesta di perdono, l'aver staccato la "corrente" dall'origine per poi cercarla qua e là.
Staccare è stata la conseguenza della paura di essere fregato da Dio e qui l'accusatore tutti giorni fa il suo lavoro nel tuo cuore, soprattutto nei pensieri e sentimenti che hai, questa è la sua aula di tribunale in cui accusa Dio.





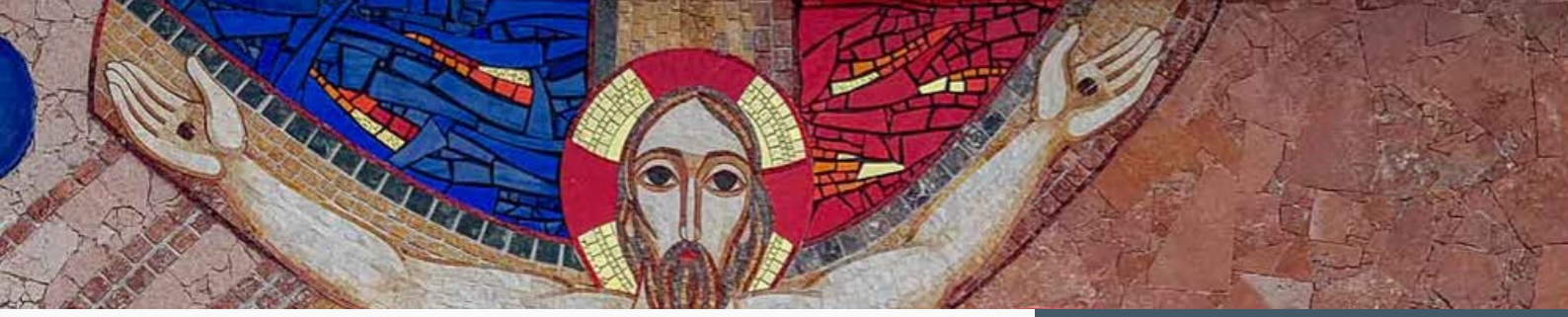
VENERDÌ SANTO

Il venerdì Santo è il ***giorno del giudizio***, ma non per come ce lo immaginiamo, in cui Dio si erge a giudice della storia, no, *il giudice sei tu*, e hai a disposizione tutta la storia della salvezza per decidere.

Si dice che tutta la Bibbia sia un costante tentativo di Dio per convincerti che è dalla tua parte, fino ad arrivare al culmine della sua innocenza, quando per convincerti, non ha altra carta da giocare che donare se stesso alla morte, per mostrarti che è lui quello che si fa condannare per non chiederlo a te.

Dio non ha più nulla da dire per ***mostrarti il suo amore***, la passione di Cristo è l'ultimo atto di un amore folle che serve per convincerti che sta dalla tua parte.
Tutto il processo di Gesù, il suo essere padrone dell'arresto, del procedimento giudiziario, sono segni di come tutto questo misterioso evento non sia vissuto da Lui come una sciagura, ma come l'unica strada per mostrarti che sta dalla tua parte e che nel tuo dolore Lui è lì a viverlo con te, anzi tu lo puoi vivere in Lui, non da solo.

Non serve fare qualcosa, solo contemplare così tanto amore, basta stendere un dito, ***Dio è tutto disteso dall'alto per tirarti su dal buio della tua vita***.
Non può allungarsi di più, manca solo il tuo si!



VENERDÌ SANTO

"Ti invitiamo ora ad ascoltare la canzone del rapper **Rancore** dal titolo **"Depressissimo"** e riflettere su questa strofa estrapolata dal brano. Sarà utile per la tua preghiera personale a fine fascicolo (pag.29), che non deve essere per forza facile e senza intoppi, può anche essere una lotta ma con Lui è preziosa anche così....

"

Io vado tutti i giorni in chiesa verso l'una e mezza
L'orario che ricorda quelle suore in quella mensa
In quelle ore è sempre vuota, io mi sento a casa mia
E Gesù Cristo è l'unico che mi fa compagnia
Mi guarda, mi dice che la cosa è un po' diversa
Il male si è vestito con due stracci di poesia
Si leva il chiodo da una mano e mi fa una carezza
Poi mi dà uno schiaffo all'improvviso che mi spazza via
Mi parla, mi dice "Questo mondo è in mano a un sadico
Che usando l'ironia ha conquistato il tuo linguaggio
Forse ha interpretato tutto in modo troppo pratico
Di farsi le domande vere non si ha mai il coraggio"
"Gesù lo so che sei un ribelle
Ma non sei come gli altri che vorrebbero che
resti in questa pelle"
Mi risponde "L'uomo non è pianta, né animale
Che può sbattersene il cazzo di stagioni e di stelle
Di simboli, di segni, di sette
Di chiese che disdegni"
Gesù mi suggerisce "Devi uccidere la serpe
Devi farlo in fretta e tutto quello che ti serve
Qualcosa resterà con te per sempre"
Ma quando dico che non voglio questo ruolo
Che mi dà uno schiaffo più forte del precedente
Ma poi mi prende al volo, mi dice che nel coro
Con me sarà presente lui personalmente
Perché
Noi siamo depressissimi
Depressissimissimi
[...]

(Rancore - Depressissimo)

Spunti per la preghiera personale nel triduo

SABATO SANTO

Siamo al Sabato Santo, il giorno così detto *aliturgico*, che significa senza celebrazioni. È vero, noi siamo abituati alla veglia Pasquale il sabato sera, ma in realtà quella sarebbe la celebrazione della notte del Sabato e quindi della domenica di Pasqua. Anticamente era un'unica celebrazione il sabato Santo, durante la notte, anzi sembra che per le prime comunità cristiane fosse l'unica celebrazione dell'anno.
Non c'è un vero e proprio Vangelo del sabato Santo, ci sarebbe quello della Veglia, ma sarebbe già della Pasqua. Oggi è prezioso ***rimanere sul silenzio*** di questo giorno, così useremo il capitolo precedente al Vangelo della notte di Pasqua, quest'anno l'Evangelista è Matteo.

Andiamo al capitolo 17 dal versetto 54 fino a fine capitolo, lo abbiamo letto già nella Passione della domenica delle palme. *(Matteo 17,54-66)*

Il centurione, e quelli che con lui facevano la guardia a Gesù, alla vista del terremoto e di quello che succedeva, furono presi da grande timore e dicevano: «Davvero costui era Figlio di Dio!».
Vi erano là anche molte donne, che osservavano da lontano; esse avevano seguito Gesù dalla Galilea per servirlo. Tra queste c'erano Maria di Màgdala, Maria madre di Giacomo e di Giuseppe, e la madre dei figli di Zebedeo.
Sepoltura di Gesù
Venuta la sera, giunse un uomo ricco, di Arimatea, chiamato Giuseppe; anche lui era diventato discepolo di Gesù. Questi si presentò a Pilato e chiese il corpo di Gesù. Pilato allora ordinò che gli fosse consegnato. Giuseppe prese il corpo, lo avvolse in un lenzuolo pulito e lo depose nel suo sepolcro nuovo, che si era fatto scavare nella roccia; rotolata poi una grande pietra all'entrata del sepolcro, se ne andò. Lì, sedute di fronte alla tomba, c'erano Maria di Màgdala e l'altra Maria.

SABATO SANTO

Il giorno seguente, quello dopo la Parasceve, si riunirono presso Pilato i capi dei sacerdoti e i farisei, dicendo: «Signore, ci siamo ricordati che quell'impostore, mentre era vivo, disse: «Dopo tre giorni risorgerò». Ordina dunque che la tomba venga vigilata fino al terzo giorno, perché non arrivino i suoi discepoli, lo rubino e poi dicano al popolo: «È risorto dai morti». Così quest'ultima impostura sarebbe peggiore della prima!».
Pilato disse loro: «Avete le guardie: andate e assicurate la sorveglianza come meglio credete». Essi andarono e, per rendere sicura la tomba, sigillarono la pietra e vi lasciarono le guardie.

È appena morto Gesù, chissà cosa avranno provato le persone lì intorno alla croce. Il dolore di una madre che vede morire il figlio è indicibile, ma oltre il dolore per la perdita di una persona cara, in più c'è la perdita di una speranza, la speranza per molti che avevano dedicato la loro vita a seguire quello "strano" maestro.
Proviamo ad immaginare la scena del Vangelo; di sicuro c'è un silenzio surreale sul Golgota, non parla nessuno. Solo qualche voce dei soldati romani che sono abituati a vedere dolore.
A dire il vero anche il capo dei soldati, il centurione, è rimasto turbato. Anzi, è il primo che fa un'affermazione di fede, non i saggi giudei conoscitori della scrittura, non i suoi discepoli che sono fuggiti, neanche Giovanni l'unico Apostolo sotto la croce. È pagano il primo che ha il coraggio di dire quel che ha visto. E cosa ha visto? Ha visto morire un uomo e questo gli è bastato. Credo che dentro questa scena sia nascosta una grande verità, che la nostra vita non si misuri dalla grandezza che produrremo ma da come moriremo. Cioè non che serva una morte straordinaria ma sarà centrale intuire col cuore che la vita è decidere per chi vuoi morire. Perché in fin dei conti da cosa misuri se un amico ti è davvero vicino o se è una persona opportunista? Lo misuri da come ti sta vicino nei momenti difficili. Cioè, detta romanticamente se è pronta a morire per te. Evidentemente non si tratta dell'eroe da film ma è un morire a se stesso pur di starti vicino.

SABATO SANTO

Una vita la misuriamo con la capacità di poter morire per l'altro, questa è una vita che riteniamo bella. In questi giorni si sprecano gli elogi per tutti coloro che stanno donando la vita per aiutare, curare, alleviare il dolore dalla Pandemia.
Nel nostro cuore è chiaro che per riconoscere una bella vita abbiamo bisogno di capire per chi una persona è pronta a morire, nel senso ampio del termine, se è disposta a sporcarsi le mani. Il centurione vede morire così Gesù e riconosce nella sua esistenza un germe di vita. Questa è una delle cose più importanti nella vita di un cristiano ma molto spesso ci limitiamo a definire un cristiano a seconda della sua perfezione e moralità. ***Profuma di cristiano chi senza troppe parole si dona***.
Noi oggi vogliamo contemplare la morte di Gesù e il silenzio che si crea. Insieme al centurione ci lasciamo interrogare dalla sua morte e di riflesso ci chiediamo per cosa vale la pena morire.
Non teniamo troppo l'attenzione su di noi, ma il pensiero ci sarà sicuramente andato. In questo silenzio del Golgota ci immergiamo tra la consapevolezza e la rassegnazione degli Apostoli, la sentiamo sulla pelle: sembrava tutto bello ed è svanito in qualche ora. Sembrava tutto possibile ed è stato cancellato in un attimo. È stupido sperare ancora? È illusorio? Alcuni discepoli se ne vanno, lì incontreremo la domenica sera di Pasqua, sulla strada verso Emmaus, scoraggiati e senza speranza. Alcuni discepoli si sono chiusi per paura di fare la stessa fine di Gesù. Altri forse erano tra la folla che ha gridato "Barabba", già disillusi prima del Golgota.

Oggi ci interessa porre l'attenzione su un altro personaggio apparentemente secondario, uno che compare una volta e per qualche versetto, ma come abbiamo detto per il Cireneo ieri, chi compare nel Vangelo non è per caso, soprattutto se citato col nome. Oggi incontriamo un certo **Giuseppe di Arimatea**, anche lui diventato discepolo marginale di Gesù ma forse uno dei pochi che abbia c capito come vivere il silenzio del Sabato Santo. Giuseppe, come ogni adulto che ha fatto i conti con la propria vita e con la morte degli altri, si era comprato un sepolcro.

SABATO SANTO

Anche oggi funziona così, arrivati ad una certa età, chi ne ha la possibilità, compra un loculo o una cappella al cimitero. Al tempo avere un sepolcro privato era segno di ricchezza, forse ci avrà speso una bella cifra, forse i risparmi di molti anni di lavoro, tutto per poter curare il luogo dove poi sarebbe finito alla sua morte. Guardando simbolicamente questo fatto di Giuseppe, l'immagine della *tomba* diventa profondissima, perché è come se Giuseppe abbia lavorato una vita per farsi la tomba, come se abbia vissuto per costruirsi la morte.

Non è in fondo quello che facciamo tutti? Forse in età più tenera non ci si pensa ma se ci fermiamo un attimo, non è vero che "sgambettiamo", facciamo sacrifici, studiamo, inventiamo un lavoro, ci affatichiamo per anni, consumiamo pazienza, tempo, relazioni, per preparare la morte? È drammatico ma molto realistico.

Questo uomo ha un'intuizione geniale che solo lo Spirito Santo può dare e di fronte a questo, con un briciolo di speranza, chiede il corpo di Gesù e lo mette nel suo sepolcro. Simbolicamente è come se intuisca che l'unico modo di ingannare la morte è far entrare Cristo morto dentro la sua morte, così che la sua morte avrà la pancia piena e non lo cercherà più.
Questo passaggio spirituale è possibile anche per noi oggi. *Il silenzio del sabato Santo ci permette di fare emergere le morti che sono presenti nella nostra esistenza e di chiedere a Cristo di entrare in esse ed abitarle.*
Saranno per sempre eliminate? No, ma ciò che era solo morte ora profuma di risurrezione. Ciò che faceva solo male ora è luogo della rivelazione di Cristo nella mia vita. Ciò che era ingombrante ora è occasione di consapevolezza profonda.

SABATO SANTO

Questo è un tema delicato e molto spesso occasione di equivoci. Le mie morti, le mie ferite, cosa ci faccio? Il Signore me le toglierà? Mi faccio del male e faccio del male agli altri, perché Dio non mi sana queste ferite?
Avere uno sguardo Pasquale su di me significa leggere con uno sguardo più profondo tutto, anche ciò che non vorrei avere. La famosa frase citata mille volte, che le nostre ferite diventano feritoie di salvezza, è proprio espressa con questa consapevolezza, che cioè il Signore non solo le userà, ma quella ferita, quella morte, è l'unico varco che ha trovato per entrare nella nostra vita. Tutto il resto era ben sigillato e protetto, l'unica crepa era proprio quella cosa che non voglio e che però lascia uno spiraglio perché Lui possa entrare ed abitare, ingannando la mia morte. Così ogni volta che avrò a che fare con quella ferita, non penserò a come sono idiota o incompreso o vittima (tentazione del nemico) ma farò memoria di come il Signore mi ha salvato e poco importa se non sono perfetto, dal momento che rimango aggrappato a lui tutto il resto conta davvero poco.

Ci piace concludere lasciando un testo da leggere, è un antichissimo scritto di un monaco siriaco, Efrem il Siro, che nel IV secolo d.C. compone poesie di vario tipo.

Decide di descrivere anche il giorno del sabato Santo, da dentro però, da dentro la terra, mentre tutto è silenzio.
Si immagina, secondo la tradizione cristiana orientale, che Gesù, nel giorno del silenzio, sia entrato agli inferi per poter liberare Adamo ed Eva, e da loro in poi tutti i defunti. L'inferno lo chiama come la tradizione ebraica lo definiva cioè *Sheol* e, nel suo immaginarsi la scena, descrive la superbia con cui la morte provoca Gesù e si prende gioco di lui, mostrando come nei millenni dell'umanità, nessuno gli sia mai sfuggito.
Così pian piano si accorgerà che di fronte non ha un morto qualsiasi, ma Dio stesso sceso per liberare.

BUONA LETTURA!

Morte: "Se tu sei Dio,
mostra il tuo potere,
e se sei un uomo prova la nostra forza!"
Ora, se è Adamo che tu cerchi, puoi andartene: è imprigionato qui per i suoi debiti;
non c'è cherubino o serafino che sia capace di ottenere la sua liberazione:
non ci sono mortali tra di loro che possano offrirsi in cambio.
Chi può aprire la bocca dello Sheol, tuffarsi dentro e prenderselo di là,
dato che lo Sheol lo ha inghiottito e lo tiene stretto per sempre?

Ero io che ho vinto tutti i saggi;
li ho ammucchiati negli angoli dello Sheol.
Vieni ed entra, figlio di Giuseppe, e guarda questi orrori:
le membra dei giganti, il cadavere enorme di Sansone,
lo scheletro del crudele Golia; c'è anche Og, il figlio dei giganti,
che fece un letto di ferro dove giaceva:
io l'ho buttato giù di lì e l'ho gettato a terra,
ho abbattuto questo cedro alla porta dello Sheol.

Da sola ho vinto molti, e ora l'Unigenito cerca di vincermi!
Ho portato via profeti, sacerdoti ed eroi,
ho vinto i re con le loro schiere, i giusti con le loro buone azioni - fiumi pieni di cadaveri - io butto nello Sheol, che resta assetato per quanti io ve ne getti!
Per quanto un uomo ne sia vicino o lontano, l'esito finale lo conduce alla porta dello Sheol.
Ho respinto l'argento quando si trattava dei ricchi
e i loro regali non sono riusciti a corrompermi;
proprietari di schiavi non mi hanno mai convinto a prendere uno schiavo al posto del suo padrone, o un povero al posto di un ricco, o un vecchio per un bambino.
Ciascuno mi può chiamare "colei che ha in odio le suppliche",
ma io semplicemente eseguo ciò che mi si ordina.

Chi è questo? Il figlio di chi?
E di che famiglia è quest'uomo che mi ha vinto?
Il libro con le genealogie è qui con me, ho iniziato e mi sono presa il disturbo di leggere tutti i nomi, a partire da Adamo, e nessuno dei morti mi scappa; tribù dopo tribù sono tutti scritti sulle mie membra.
E' per te, Gesù, che ho intrapreso questo conto,
proprio per mostrarti che nessuno scappa alle mie mani.
Figlio di Maria, il mio potere su tutte le cose è sovrano.
Come può la tua croce vincermi, se era attraverso il legno che io all'inizio ho vinto?
Mi piacerebbe dire molto di più - non mi mancherebbero le parole! - ma non c'è bisogno di parole, perché le azioni gridano; io non prometto, come te,
cose nascoste ai semplici, dicendo che ci sarà una resurrezione;
quando, domando, quando? Se tu sei così forte,
allora dai subito pegno così che si possa credere
alla tua promessa lontana.

La Morte aveva finito il suo beffardo discorso e la voce di nostro Signore risuonò fragorosamente nello Sheol, aprendo ogni tomba una per una.
Terribili spasimi afferrarono la Morte nello Sheol; dove la luce non era mai stata, raggi brillarono dagli angeli che erano entrati per far uscire i morti a incontrare il Morto che ha dato vita a tutto. I morti andarono avanti e la vergogna coprì i vivi che avevano sperato di aver vinto Colui che dà la vita a tutto.
Disse la morte: "La morte di Gesù è un tormento per me, vorrei averlo lasciato vivo: sarebbe meglio per me che la sua morte.
Qui c'è un morto la cui morte trovo detestabile; alla morte di ogni altro io gioisco, ma la sua morte mi tormenta, e aspetto che torni alla vita: durante la sua vita egli ha fatto rivivere e portato di nuovo in vita tre morti.
Ora attraverso la sua morte i morti che sono venuti di nuovo alla vita mi calpestano alle porte dello Sheol quando vado per trattenerli. Correrò e chiuderò le porte dello Sheol davanti a questo Morto la cui morte mi ha rapinato. Chi sentirà ciò si meraviglierà della mia umiliazione, perché sono stata sconfitta da un Morto venuto da fuori: tutti i morti vogliono andare fuori, e lui insiste per entrare. Un farmaco di vita è entrato nello Sheol e ha riportato i suoi morti indietro alla vita.

Pregare la Parola

UNO SCHEMA
PER AIUTARE
LA TUA PREGHIERA
PERSONALE

Pregare è un incontro

PREGARE NON È
UN MECCANISMO DA RIPETERE

Quando incontri qualcuno cosa succede?
Ti dai un appuntamento.
L'inizio di ogni preghiera ha questo passaggio
fondamentale che quasi sempre si salta.
La prima fase però chiede di sapere stare
in contatto con me e poi entrare in contatto con Dio.

Primo step: capire chi sono

STO IN SILENZIO, ASCOLTO IL BATTITO DEL MIO CUORE, ENTRO IN CONTATTO CON ME.

Provo a chiedermi che cosa c'è tra me e Dio.
Perché dovremmo incontrarci?
Signore, cosa c'è tra me e te?
Desidero sentirti vicino, anche se
non mi fido molto di te.

Secondo step: scelgo luogo e tempo

SCEGLI UN LUOGO CHE RIMANGA QUELLO FINO ALLA FINE DELLA PREGHIERA, SCEGLI QUANTO TEMPO VORRAI PREGARE E SE SARAI SEDUTO, IN PIEDI...

Questa è una regola fondamentale della preghiera.
Nel momento in cui, per qualche oscuro motivo,
entri in preghiera e il cuore si scalda, lì soffierà anche
il nemico per farti scaldare ancora
e così avere in mano i tuoi sentimenti.

Terzo step: il perchè

SE INCONTRO UNA PERSONA CI SARÀ UN PERCHÉ.
A COSA SERVE IL NOSTRO VEDERCI?
A CHIARIRE, CONDIVIDERE, PASSARE TEMPO
INSIEME, ECC.. CON DIO È LO STESSO.

Non chiedere grazie risolutive
ma contemplative.
Ti servono occhi nuovi
non una nuova vita.

Quarto step: preghiera di libertà

L'AMORE NON ESISTE SE NON NELLA LIBERTÀ.
QUANDO SI CHIEDE UNA RELAZIONE PROFONDA
A DIO NON SI PUÒ COSTRINGERLO
A FARE CIÒ CHE VOGLIAMO

Signore, io ti chiedo... ma se vuoi darmi altro fa
pure, anche fosse il contrario di quanto ti ho chiesto.
Fa paura pregare così, glielo puoi dire a Dio...

Quinto step: la Parola

INVOCA LO SPIRITO SANTO E PREGA SUL TESTO
LEGGILO, RILEGGILO, GUSTATI LA PAROLA. È UNA
PERSONA A TE INTIMA CHE TI STA PARLANDO,
ASPETTA CHE L'ALTRO POSSA RIVELARSI.

Dialoga con Lui, ripeti una frase
che ti ha colpito.
Non sei tu che ti fermi sula parola ma la
parola che ti ferma, che ti sceglie, che ti prende
per un braccio e ti si fa accanto.

Quinto step: la Parola

RIPETI QUELLA PAROLA, QUELLA FRASE,
SOTTOVOCE, CON GLI OCCHI CHIUSI,
RIPETILA DI CONTINUO E ASCOLTA COSA
HA DA DIRTI, RESISTI, LOTTA, NON DISPERARE.

Questa fatica che fai
è tutta esperienza di Dio, è allenamento
alla Sua presenza.

Sesto step: ringrazia Dio

AFFIDA IL TUO CAMMINO AD UN SANTO CHE SENTI AMICO, CERCANE UNO TRA QUELLI CHE CONOSCI, SE NON NE CONOSCI CHIEDI VICINANZA AD UN TUO CARO DEFUNTO.

Dopo la preghiera se vuoi, puoi annotarti ciò che è emerso, i pensieri che hai avuto, i sentimenti che hai provato, le tentazioni, pensieri che non c'entravano nulla o erano contrari alla preghiera. Tutto annota o sottolinea nel tuo quaderno.

Continuando la lettura troverai il testo completo dello schema per la preghiera appena visto.

Buona lettura!

PREGARE LA PAROLA

Pregare non è un meccanismo da ripetere ma è un incontro. Anche se siamo nell'epoca del "fai ciò che vuoi e va bene" in realtà nessuno di noi, se desidera incontrare una persona, fa scelte a caso, soprattutto se ci tiene a quella persona.
In un certo senso le relazioni sono rituali. Proviamo a capire.

Quando incontri qualcuno cosa succede? Ti dai un appuntamento. Si, è vero, ma prima di decidere di vedere una persona, in cuor tuo sai che tra voi due c'è qualcosa.
Non ti capiterà mai di chiedere ad uno che conosci poco una serata insieme, perché sarai imbarazzato. Certo tutto cambia se hai interesse a conoscerla. Ma in ogni caso c'è un interesse di fondo, il desiderio che le vostre vite si intreccino, che ci sia qualcosa tra voi. L'inizio di ogni preghiera ha questo passaggio fondamentale che quasi sempre si salta. La prima fase però chiede di sapere stare in contatto con me e poi entrare in contatto con Dio. Devo sapere cosa desidera il cuore e comprende (col cuore) cosa c'è tra me e Dio.
Provo a dire parole simili: ***Signore, sono qui, non conosco Te ma ad essere sincero non conosco neanche me. Vorrei ascoltare il mio cuore e in silenzio sentire anche il tuo cuore battere.***

PREGARE LA PAROLA

1. *Primo step per la preghiera è capire chi sono. Sto in silenzio, ascolto il battito del mio cuore. C'è troppo rumore intorno? Già...ci sono troppe distrazioni? Già...ci provo, entro in contatto con me...i Padri della Chiesa e i Santi antichi non facevano iniziare una preghiera senza ascoltare il proprio battito.*

Se riesco anche solo a ad intuire il mio battito, provo a chiedermi che cosa c'è tra me e Dio. Perché dovremmo incontrarci? **Signore, cosa c'è tra me e te? Desidero sentirti vicino, anche se non mi fido molto di te. Ho paura che vorrai togliermi la felicità. Non so bene perché incontrarti, ma stasera desidero provare a pregare.**

2. Quando so che voglio vedere una persona e mi decido a contattarla, prima cosa scelgo un luogo, l'orario e cosa faremo mentre ci vedremo. Quindi per pregare serve scegliere un luogo che rimanga quello fino alla fine della preghiera, quanto tempo voglio pregare e se sarò seduto, in piedi...

meglio scegliere una posizione che mi permetta di arrivare a fine preghiera senza che mi debbano venire a "strecciare"... anche il tempo è importante che sia definito e tale rimanga, ne meno, ne più. Questa è una regola fondamentale della preghiera. Nel momento in cui, per qualche oscuro motivo, entri in preghiera e il cuore si scalda, lì soffierà anche il nemico per farti scaldare ancora e così avere in mano i tuoi sentimenti. Se la preghiera sta andando benissimo e decidi che vuoi prolungare, interrompi quando arriva il tempo stabilito.

PREGARE LA PAROLA

3. Se incontro una persona ci sarà un perché, cioè a cosa serve il nostro vederci: chiarire, condividere, passare tempo insieme, ecc.. con Dio è lo stesso. **Per questa preghiera Signore ti chiedo…** non è così strano non sapere cosa chiedere perché siamo talmente abituati ad avere tutto che non sappiamo chiedere tanto e profondamente.

Non chiedere grazie risolutive ma contemplative. Ti servono occhi nuovi non una nuova vita. Ti serve un modo per stare nella realtà non un modo per cambiarla o fare finte che ci sia altro. Chiedi le cose più alte, gli sguardi più profondi su te, sugli altri, sul mondo.

4. Se ti incontri con qualcuno, se ami qualcuno, anche se ti fa paura ammetterlo, però non vorresti mai che una persona ti amasse perché non si sente libera di lasciarti. **L'amore non esiste se non nella libertà.**
Quando si chiede una relazione profonda a Dio non si può costringerlo a fare ciò che vogliamo, questa sarebbe la magia o una mascherata religiosità pagana.

Ecco che qui serve un passaggio fondamentale, **la preghiera di libertà**, che vi permette di lasciare libero Dio di fare ciò che ha deciso. **Signore, io ti chiedo… ma se vuoi darmi altro fa pure, anche fosse il contrario di quanto ti ho chiesto.**

Fa paura pregare così, glielo puoi dire a Dio…

PREGARE LA PAROLA

5. Invoca lo Spirito Santo e prega sul testo. Qui avrai alcuni aiuti per stare di fronte alla Parola. Gli aiuti saranno specifici per il giorno in cui ti trovi. Dopo tutto questo, inizio finalmente a prendere la Sua **PAROLA** in mano, bacio la Bibbia, ci appoggio la fronte, è il volto di Cristo quella Parola.

Leggo il testo, lo rileggo, lo rileggo ancora, mi ci soffermo, riprendo gli appunti della spiegazione del testo. Cosa succede? Chi c'è nel brano? Cosa suscita in me la lettura?

Gustala, è una persona a te intima che ti sta parlando, non aggredire la Parola mettendogli addosso le tue idee, aspetta che l'Altro possa rivelarsi. Puoi anche interrompere la lettura mettendo nelle mani di Dio alcune preoccupazioni, fatiche, gioie, tentazioni, pensieri che non c'entrano niente ma che ti vengono mentre leggi, ma tutto sempre in una relazione con un Tu, chiamandolo per nome.

Dialoga con Lui, **ripeti una frase che ti ha colpito**. Non scegliere una frase che pensi abbia un senso da poter razionalmente dire a qualcuno; spesso si accende una parola o una frase che non capisci bene, ma si illumina. Non sei tu che ti fermi sula parola ma la parola che ti ferma, che ti sceglie, che ti prende per un braccio e si fa accanto.

Allora ripeti quella parola, quella frase, sottovoce, con gli occhi chiusi, ripetila di continuo e ascolta cosa ha da dirti, resisti, lotta, non disperare. Questa fatica che fai, è tutta esperienza di Dio, è allenamento alla Sua presenza. Se vuoi riuscire in uno sport, serve che ti alleni e che fatichi. Fare le ripetute in pista d'atletica non è bello nè piacevole, ma lo fai perché sai che quel fiato ti servirà più avanti. Fai così anche nella fatica di questo pomeriggio, quel fiato spirituale ti servirà più avanti. Il tuo cuore è fatto per incontrare questa Parola e la Sua Parola è fatta per incontrare il tuo cuore, aiuta a far avvenire queste nozze. Ricorda la canzone di Rancore, la lotta con Gesù, la preghiera a volte è una lotta, la vita è una lotta col male...

PREGARE LA PAROLA

6. Finito il punto precedente, che è il più lungo, **ringrazia Dio**, con la preghiera del Padre Nostro, gioisci qualsiasi sia l'esito della preghiera, perché anche se tu hai faticato, se non hai sentito nulla, il Signore ti ha visitato.

Affida il tuo cammino ad un **Santo** che senti amico, particolarmente vicino, cercane uno tra quelli che conosci, se non ne conosci chiedi vicinanza ad un tuo caro defunto. Viviamo in un mondo razionalista e dimentichiamo o riteniamo di poca ragionevolezza sentirsi vicini tutti i Santi, anche tutti i defunti che abbiamo conosciuto, parenti, amici, tutti partecipano con noi a questa preghiera, siamo un corpo unico e Chiediamo aiuto a chi ce l'ha fatta.

Dopo la preghiera se vuoi puoi annotarti ciò che è emerso, i pensieri che hai avuto, i sentimenti che hai provato, le tentazioni, di smettere, pensare ad altro, pensieri che non c'entravano nulla o erano contrari alla preghiera. Tutto annota o sottolinea nel tuo quaderno.

Termina la preghiera con una o due idee chiare che ti sembra ti abbia detto il Signore. Annotale per non dimenticarle.

PREGARE LA PAROLA

RACCOMANDAZIONI:

- Non spaventarti se non avviene niente di speciale, se non sentite niente.
- Se altre volte hai sentito il cuore caldo e ora non riesci più non pensare che non stai pregando, perché il fine della preghiera non è sentire il cuore caldo, ma relazionarsi e aprire il cuore a Dio, vivere in Lui.
- Se succede poco o peggio ancora è il deserto assoluto ed è difficile stare nella preghiera, va molto bene, lì si prega sul serio e la siccità è l'unico motivo per cui prolungare la preghiera. Così Dio ci abitua pian piano a non attaccarci alle sensazioni della preghiera ma a Lui.
- Se e'è un'emozione specifica della preghiera non è certo l'entusiasmo ma la contrizione del cuore, cioè un cuore consapevole del bisogno che ha di Dio e che senza di Lui si sono fatti solo casini. Per cui se Dio vi dona un cuore caldo in preghiera non pensate che sempre sarà così.
- Se siete in crisi, nel deserto, se volete scappare, è lì il momento propizio della preghiera, è la pazienza cristiana, non come un sottomesso ma come un'attesa di qualcuno che sta arrivando e l'aspettavate con ansia, state lì e aspettate anche se ritarda, perché di certo arriverà.
- Altro rischio sono tutti quei pensieri che non c'entrano o sono contrari alla preghiera, non dategli troppa importanza, ridite, ripetete tutto al Signore nella preghiera.

DIOCESI DI SENIGALLIA
Servizio di Pastorale Giovanile

Vicini a Te

Buona Pasqua a voi
e alle vostre famiglie
dalla Pastorale Giovanile
di Senigallia