

DI' SOLTANTO UNA PAROLA

CAMMINO DI AVVENTO 2012

INTRODUZIONE

Come infatti la pioggia e la neve scendono dal cielo
e non vi ritornano senza avere irrigato la terra,
senza averla fecondata e fatta germogliare,
perché dia il seme a chi semina
e il pane a chi mangia,
così sarà della mia parola uscita dalla mia bocca:
non ritornerà a me senza effetto,
senza aver operato ciò che desidero
e senza aver compiuto ciò per cui l'ho mandata.

Isaia 55,10-11

Stiamo per incontrare un “delizioso” mistero della nostra fede...

Un *mistero*, perché per noi cristiani parlare di Parola di Dio, di Verbo di Dio, di Vangelo significa parlare di Gesù stesso.

Eppure Gesù è anche molto altro! Egli parla a noi attraverso il Vangelo scritto, la Scrittura appunto, ma anche attraverso il Vangelo vissuto, la Tradizione della Chiesa.

Un mistero delizioso, perché scoprirai che è stato “inventato”, pensato e preparato apposta per te... Non per tutti ma per ciascuno!

Un mistero delizioso, perché il Vangelo è Gesù stesso che parla a ciascuno di noi in modo personale, intimo e puntuale, raggiungendo il punto esatto del cuore che proprio in quel momento ha bisogno di essere nutrito, scosso, spronato, consolato, guidato o guarito.

Questo cammino di Avvento è una semplice occasione per imparare a pregare con il Vangelo: un tempo di grazia per nutrire la nostra fede con un dono sempre vivo e sempre nuovo.

Buon cammino!

ISTRUZIONI PER IL CAMMINO

Leggi con attenzione queste istruzioni: sono indicazioni utili per vivere al meglio questo cammino di Avvento.

- il cammino richiede un tempo adeguato, costanza e volontà
- rispetta i tempi proposti: ti accorgerai di quanto è prezioso iniziare la giornata con la preghiera, e terminare il cammino del giorno la sera, prima di addormentarsi
- sii realista nel gestire il tuo tempo... se la sera fosse un tempo più “tranquillo”, allora anticipa la tappa del giorno dopo; al mattino non dovrai fare altro che riprendere “più velocemente” quanto fatto con più tranquillità la sera prima (questo vale per i giorni dal lunedì al venerdì)
- (per quelli che hanno ricevuto via email il libretto) stampa il libretto o almeno i fogli del giorno: il pc non è un buon “compagno di vita spirituale”
- il libretto stampato chiede di essere preso, sfogliato, sottolineato, usato per le tue riflessioni personali
- se preghi in casa puoi provare ad accendere una candela durante il momento di preghiera: oltre ad essere un segno serve a concentrarti meglio. Può aiutare anche predisporre, nel luogo in cui preghi, un crocifisso o un’immagine sacra a cui sei affezionato
- ✓ in fondo al libretto trovi uno **schema di verifica giornaliera del cammino**. È uno strumento semplice e utile perché ti permette di visualizzare la fedeltà agli impegni del cammino
- ✓ in fondo al libretto trovi uno **schema per aiutarti nella preghiera e nella meditazione del Vangelo**
- *leggi con attenzione le prossime pagine perché ti introducono nei diversi impegni che ogni giorno ti verranno chiesti*
- *finché non ti verrà automatico fai sempre riferimento allo “schema della settimana” che trovi nella pagina seguente, per non scordarti gli impegni quotidiani*

SCHEMA DELLA SETTIMANA

DA LUNEDÌ A VENERDÌ

- Leggi il libretto
- Meditazione del Vangelo del giorno
- Leggi 2/3 capitoli del libro della Bibbia che hai scelto
- I due impegni (spirituale e di carità) quotidiani
- Esame di coscienza serale

SABATO

- Leggi il libretto
- Riflessione sul tema della settimana
- I due impegni (spirituale e di carità) quotidiani

DOMENICA

- S. Messa
- Leggi il libretto
- (la prima settimana) Scegli il libro della Sacra Scrittura che leggerai
- (dalla seconda settimana) Tempo di “recupero” del cammino se sei rimasto indietro

LETTURA CONTINUA DI UN LIBRO DELLA BIBBIA

Degli impegni proposti nel cammino, questo è l’impegno più semplice, ma che spesso crea qualche dubbio o attacco di pigrizia: **la lettura di qualche capitolo al giorno della Bibbia**. Purtroppo *moltissimi cristiani non conoscono il libro in cui è scritto ciò in cui credono*. I cristiani che hanno letto tutta la Bibbia sono pochissimi, ma non sono molti neanche quelli che hanno voluto leggere almeno una volta il Nuovo Testamento o anche solo i quattro Vangeli.

Leggere la Parola, così, giusto per conoscerla, non è un obbligo, perché non è scritto da nessuna parte che dobbiamo farlo per forza, però, obiettivamente noi cristiani davanti a questa cosa siamo dei veri pigri, condannati per questo a rimanere ignoranti sui fondamenti della nostra stessa fede.

Può dirsi cristiano una persona che non legga mai il Vangelo? Sì, certo, la domanda non è per emettere giudizi frettolosi, però un cristiano deve amare la Parola, e la sola lettura

durante la Messa non è sufficiente per innamorarsi. Ecco il motivo, allora, della proposta di questo Cammino:

- *meditazione*, per imparare a pregare il Vangelo
- *lettura semplice*, continua, per conoscere la Bibbia.

Il Cammino dell'Avvento finirà col Natale, ma non escludere di continuare da solo, anche dopo, l'impegno della meditazione e della lettura continua.

LA SCELTA DEI LIBRI

Per la scelta dei libri della Bibbia i **Vangeli hanno la precedenza**, ovviamente: quindi se non li hai mai letti prendi questo impegno per l'Avvento.

Per la lettura procedi secondo l'ordine suggerito dalla Bibbia: Matteo, Marco, Luca e Giovanni.

Chiaramente, leggendo 2/3 capitoli al giorno, dal lunedì al venerdì, per le 3 settimane di Avvento, non potrai finirli: devi necessariamente continuare anche dopo Natale.

Per la scelta di altri libri della Bibbia puoi procedere in due modi:

- **scegli un libro** che ti ha sempre incuriosito o che ti piacerebbe leggere **e suddividilo** in modo tale da leggerne ogni giorno 2 - 3 capitoli. Se fosse un libro così corto da non riempire tutto il tempo dell'Avvento scegline un altro; se invece fosse così lungo da rendere difficile la lettura solo durante il tempo di Avvento, prendi l'occasione di continuare la lettura anche dopo Natale 😊
- puoi scegliere i **libri suggeriti** qui sotto
- per i più "temerari": potresti prendere questa occasione e iniziare la lettura di **tutta la Bibbia**, che ti terrà occupato per parecchio tempo
- qualsiasi scelta farai, ricorda che è bene prima **leggere l'introduzione** che ogni Bibbia riporta all'inizio di ogni libro: questo ti aiuterà a contestualizzare il racconto e ad utilizzare la corretta chiave di lettura

LIBRI SUGGERITI

LIBRO DI RUT

È una storia esemplare, molto breve, che parla di vita quotidiana, di fede semplice, di generosità, solidarietà, fedeltà, Provvidenza, consolazione e speranza.

È un libro breve: ha solo 4 capitoli! Devi sicuramente sceglierne un altro.

LIBRO DI TOBIA

È un'altra storia esemplare che ricorda che Dio non si dimentica mai di coloro che gli sono fedeli. I principali temi del libro sono: la famiglia, la protezione di Dio, le opere buone come segno di fede autentica.

È un libro di 14 capitoli: sicuramente ne devi scegliere un altro.

ATTI DEGLI APOSTOLI

È il libro che ha come protagonista lo Spirito Santo: è quindi una scelta azzeccata per questo cammino di Avvento.

Gli Atti degli Apostoli sono la continuazione della storia raccontata da San Luca: per questo se scegli questo libro, dovrai partire con la lettura del Vangelo di Luca.

Vangelo di Luca e Atti degli Apostoli hanno in totale 52 capitoli: leggendone 2/3 al giorno arriverai preciso, preciso al Natale.

LETTERA DI SAN PAOLO AGLI EFESINI

È una lettera breve e intensa: il tema centrale è la Chiesa come Corpo di Cristo, che ha tre caratteristiche: è santa, è una, è cattolica (cioè universale).

Essendo una lettera breve dovrai scegliere un altro libro.

IMPEGNI QUOTIDIANI

I due impegni che ogni giorno sceglierai:

- non devono essere troppo lunghi o complicati o difficili
- devono essere un “extra” rispetto a ciò che normalmente fai: se ad esempio vai già a Messa tutti i giorni, quello non può essere scelto come impegno spirituale
- devono richiederti un minimo di sforzo: più sarai generoso, più questi gesti saranno fruttuosi

IMPEGNI SPIRITUALI

Puoi scegliere tra:

- Messa
- Confessione
- Preghiera del cuore (decidi tu la quantità)
- Rosario
- Liturgia delle Ore (lodi e vespri)
- ...

IMPEGNI DI CARITÀ

Puoi scegliere tra:

- Un favore a qualcuno
- Un gesto di elemosina
- La visita ad una persona
- ...

DOMENICA 2 DICEMBRE

LO SPIRITO SANTO

Il dono che lo Spirito fa all'uomo è la Carità.

“Intimo all'anima mia più di me stessa”, diceva Edith Stein del Santo Spirito, ed è proprio l'intima presenza di Dio nel cuore, a volte più profonda di quanto siamo consapevoli. Teologicamente viene definito Amore tra il Figlio ed il Padre e, come ogni relazione, è passaggio e movimento, vento flebile che trasporta doni preziosi, come ogni vero e reale rapporto umano. Analogamente all'affetto tra due persone, lo Spirito colma distanze, avvicina, permette di conoscere ciò che è bene, nel corso del tempo e della crescita.

Quanti spazi ha coperto lo Spirito - Amore: quell'angelo, latore di un mistero infinito che attese, rispettoso, per un attimo eterno, il Sì di una creatura umana per realizzare la volontà dell'Onnipotente; la faticosa strada da Nazareth a Betlemme, strada di migranti, di una famiglia che compie il suo cammino, ma non trova riparo, accoglienza da chi sta bene ed è al sicuro; il percorso di quella Stella, segno che lo Spirito agisce anche attraverso la natura. Ma anche la faticosa salita al Calvario, contro ogni ragionevolezza, Gesù sentiva che era il compimento del progetto di Dio. Dall'accettazione di Maria alla croce: lo Spirito Santo stava aspettando quel bambino, per sussurrargli tante volte, nel corso della sua esistenza quanto e come poteva amare. Quella presenza intima e intensa è efficace ad ogni passo del suo cammino: a dodici anni deve rimanere al tempio a parlare delle cose di suo padre, mentre Maria e Giuseppe preoccupati lo cercano, all'inizio della sua vita pubblica lo conduce da una città all'altra, da un uomo all'altro.

Allo stesso modo lo Spirito Santo istruisce sull'amore anche noi, è maestro di carità, sussurra sempre all'orecchio e all'anima parole “emozionanti”, talvolta scomode. È significativo che proprio due dei simboli tradizionali del Natale richiamino la luce e l'annuncio: la dolce fiamma di una candela e il suono dei campanelli. È proprio così la presenza dello Spirito: si annuncia dolcemente, ma è capace di disperdere la tenebra più profonda. Se nella preghiera gli chiediamo di esserci, di farsi Luce e parola per noi, ciò avviene, anche in modi inaspettati. Ci dona e ci chiede molto, come a Gesù, ma ci permette di conoscere fino in fondo il valore di ciò che siamo e il senso della nostra vita. Concretamente: come rendere umano l'Amore di Dio attraverso la carità. Proprio per questo, prima di ogni preghiera a Dio, dovremmo rivolgerci allo Spirito per chiedere di comprendere e per chiedere di imparare ad amare, ad ascoltare quella voce sommessa che ci suggerisce come far nascere il Bambino Gesù nella nostra vita quotidiana.

RICORDA

- La Santa Messa
- Oggi devi scegliere quale libro/libri della Bibbia leggere per questo tempo di Avvento (vai a pag. 5 per la scelta)
- I due impegni quotidiani (vai a pag. 8)
- L'esame di coscienza

LUNEDÌ 3 DICEMBRE

La prima difficoltà quando ci si avvicina ad un testo del Vangelo, è di cercare di capire in che modo quel testo ha a che fare con la nostra vita. Iniziamo col dire che il Vangelo è importante perché ci parla di Gesù e non perché ci dice, quasi come un codice di comportamento, come dobbiamo vivere. Attraverso le parole e i gesti di Gesù però, capiamo quali sono gli atteggiamenti dell'uomo che aiutano a vivere la fede, cioè che ci avvicinano a Dio e agli altri. Per aiutarci in questo, leggendo il Vangelo, che sarà sempre quello del giorno, ci faremo guidare da due cose:

1. la domanda: "cosa prova Gesù in questo brano e cosa dice e perché?"
2. la nostra preghiera insistente: "guarisci la mia fede, falla crescere, rendila viva in me".

Mt 8,5-11

Entrato in Cafarnaù, gli venne incontro un centurione che lo scongiurava: "Signore, il mio servo giace in casa paralizzato e soffre terribilmente". Gesù gli rispose: "Io verrò e lo curerò". Ma il centurione riprese: "Signore, io non son degno che tu entri sotto il mio tetto, di soltanto una parola e il mio servo sarà guarito. Perché anch'io, che sono un subalterno, ho soldati sotto di me e dico a uno: Fa' questo, ed egli lo fa". All'udire ciò, Gesù ne fu ammirato e disse a quelli che lo seguivano: "In verità vi dico, presso nessuno in Israele ho trovato una fede così grande. Ora vi dico che molti verranno dall'oriente e dall'occidente e siederanno a mensa con Abramo, Isacco e Giacobbe nel regno dei cieli.

Questa del centurione che chiede aiuto a Gesù per il suo servo sarà l'immagine che ci guiderà per tutto l'Avvento.

La fede è qualcosa di molto semplice. Siamo noi quelli complicati, che diciamo che tutto ciò che non riusciamo a fare e a vivere è complicato. Ma la fede di per sé è qualcosa di

quasi banale. Avere fede è comprendere che Dio ci vuole bene. Vivere la fede è amare Dio e amare gli uomini, senza grossi sospiri, ma in modo concreto. Amare vuole dire rispettare, pensare a, compiere gesti di attenzione, impegnarsi.

La nostra fede è un po' come il servo ammalato del centurione: alzi la mano chi sente in perfetta forma spirituale. E davanti a questo disagio, ma anche a questo desiderio di credere di più, facilmente ci chiediamo: "C'è qualcosa che posso fare? A chi chiedere per vivere una spiritualità più profonda?". Semplicemente ci accorgiamo che non riusciamo ad amare il prossimo come vorremmo e potremmo, e altrettanto con Dio. In più, ciliegina sulla torta, magari sappiamo che Dio ci ama, ma non è che abbiamo capito più di tanto cosa questo voglia dire per la nostra vita.

Torniamo all'episodio di Cafarnao: il servo c'è, è ancora vivo. Ma è paralizzato. La nostra fede, se ci facciamo queste domande, è ancora viva. Magari però non ci è utile come potrebbe essere. Il servo, seppure paralizzato, è ancora una presenza importante in quella casa (è chiaro che il centurione che gli vuole bene e che lo vuole ancora accanto a sé, che ha bisogno di lui e che non vuole sostituirlo con qualcun altro), però non può aiutare. Gesù non risponde: "E' solo un servo, non mi scomodo". Vuole andare e guarirlo. Si stupisce, anzi, si meraviglia della fiducia del centurione. E' una bella sorpresa la richiesta che gli viene fatta e la fiducia che gli viene accordata.

Una fede paralizzata non ti aiuta a vivere meglio la tua giornata né la tua vocazione. E' un servo che non serve, cioè che non può rendersi utile. Il servo non si rialza in piedi con le sue sole forze, e nessuna cura "umana" è stata utile per la guarigione. Il centurione chiede a Gesù: non è un suo seguace, non è un ebreo. Probabilmente lo ha sentito predicare e fare miracoli e in nome di questo crede che possa fare qualcosa.

Il centurione sei tu davanti a Gesù: "Guarisci la mia fede. Dì soltanto una parola e la mia fede guarirà". Non stare qui a chiederti se hai o no abbastanza fede per fare questa richiesta, per ora bypassa questo problema: Se senti di non avere la fede del centurione pazienza, ognuno ha i suoi tempi. Prenditi l'Avvento per chiedere a Gesù una fede guarita, viva, vivace, utile.

QUINDI

Se hai qualche cosa da sistemare dal punto di vista fede, Gesù ti fa sapere attraverso questo episodio, che Lui è ben contento di occuparsene.

Puoi chiedere: "Guarisci la mia fede, rendila viva, utile per me e per il prossimo" perché è una preghiera sentata e *bene accolta*. E' una preghiera vera.

Segui le "istruzioni", rispettando soprattutto le sequenza dei punti, pregando prima lo Spirito Santo, poi il Figlio, poi il Padre. Come per tutta questa settimana chiedi in modo particolare di imparare a pregare lo Spirito (non è facile perché lo conosciamo poco). Siccome non c'è sistema migliore per imparare a pregare che iniziare a farlo, inizia 😊. Non preoccuparti di dire le cose giuste, prega e stop.

Ricorda: chiedi allo Spirito di:

1. comprendere il Vangelo, cioè di conoscere meglio Gesù attraverso di esso (per oggi in particolare può essere un'idea chiedere anche di aiutarti a comprendere, non tanto come e quanto la tua fede è messa male, ma piuttosto che Gesù è realmente disposto a venire incontro al tuo desiderio di credere meglio e di più e che ha il potere, la forza e il desiderio di farlo),
2. di aiutarti nella preghiera,
3. di far nascere in te lo spirito di carità.

RICORDA

- I due impegni quotidiani (vai a pag. 8)
- La lettura continua del libro della Bibbia che hai scelto
- L'esame di coscienza

MARTEDÌ 4 DICEMBRE

Lc 10,21-24

In quello stesso istante Gesù esultò nello Spirito Santo e disse: "Io ti rendo lode, Padre, Signore del cielo e della terra, che hai nascosto queste cose ai dotti e ai sapienti e le hai rivelate ai piccoli. Sì, Padre, perché così a te è piaciuto. Ogni cosa mi è stata affidata dal Padre mio e nessuno sa chi è il Figlio se non il Padre, né chi è il Padre se non il Figlio e colui al quale il Figlio lo voglia rivelare". E volgendosi ai discepoli, in disparte, disse: "Beati gli occhi che vedono ciò che voi vedete. Vi dico che molti profeti e re hanno desiderato vedere ciò che voi vedete, ma non lo videro, e udire ciò che voi udite, ma non l'udirono".

Questa è la preghiera che Gesù rivolge al Padre quando i Settantadue tornano dalla missione che ha loro affidato, e tornano felicissimi ed entusiasti, sia per quello che hanno visto succedere alle persone che hanno ascoltato la loro predicazione, sia per il fatto che questa missione ha di fatto cambiato anche loro stessi e la loro fede.

Anche oggi, come nel brano di ieri, Gesù è felice per qualcosa e per qualcuno. Oggi però non è felice da solo: esulta nello Spirito Santo. Cerchiamo di capire meglio: è un po' come dire che Gesù ha visto compiersi qualcosa di importante nel cuore dei discepoli (poi vedremo cosa), è sicuro che questo cambiamento, del quale Lui è felicissimo, è opera del Padre ("Tu, Padre, rivelasti queste cose ai piccoli"), e al colmo della gioia "abbraccia" la persona a Lui più vicina, cioè lo Spirito Santo. Per noi è un po' difficile vedere lo Spirito come una persona, però dobbiamo anche comprendere che Gesù non ha questa difficoltà e che realmente e concretamente sente lo Spirito presente e vicino nella sua vita di tutti i giorni. E' un "compagno", un "fratello" di strada, di fatiche, di gioie, di preghiere. E' presenza fissa nelle sue giornate e, principalmente, nel suo cuore. *Aiuto concreto e vero, presenza reale* nel rapporto col Padre e nella missione tra gli uomini.

Cosa ha visto succedere Gesù per essere così felice? Ha visto tornare cambiati i suoi discepoli. Dio ha parlato ai loro cuori attraverso la loro esperienza in mezzo agli uomini. Gesù è un maestro e come tale è lì proprio per veder crescere e cambiare i suoi discepoli: come può non essere felice a vedere che quello per cui lavora si è realizzato?

QUINDI

Lo Spirito è presenza e aiuto nel cuore di Gesù. Può esserlo anche per te. Per aiutarti a pregare, a credere, a servire. Ti aiuta a comprendere come Dio è presente nella tua vita.

Come i discepoli, ascoltare la Parola di Gesù ti apre al servizio ai fratelli e alla preghiera e questo permette a Dio di arrivare al tuo cuore e di cambiarlo.

Cambiare il cuore può solo Dio, ma ascoltare Gesù, servire e pregare sono in mano alla tua libertà.

PER PREGARE

Segui sempre le istruzioni, soffermandoti in modo particolare sulla preghiera allo Spirito Santo: vivi questo momento con calma perché sia utile alla tua fede. Ricorda che lo Spirito è qui per aiutarti a comprendere l'importanza della preghiera e del servizio e per donarti la forza per metterli in pratica nelle tue giornate, perché una volta che arrivi alla comprensione della teoria, poi te la devi vedere con la voglia di metterla in pratica, cioè con la tua volontà. Chiedi con grande fiducia ("insegnami a pregare, insegnami a servire,

insegnami la fedeltà a questi impegni, cambia il mio cuore: insegnami la carità”), poi medita il Vangelo e prega secondo quello che nasce nel tuo cuore.

RICORDA

- I due impegni quotidiani (vai a pag. 8)
- La lettura continua del libro della Bibbia che hai scelto
- L’esame di coscienza

MERCOLEDÌ 5 DICEMBRE

Oggi iniziamo facendo un test, uno di quelli classicissimi, che sicuramente hai già fatto diverse volte: devi scrivere di te stesso tre qualità e tre difetti.

- | | |
|----|----|
| 1. | A. |
| 2. | B. |
| 3. | C. |

Le qualità sono per ricordarti che non sei un ‘mostro’ di persona; sono i tuoi punti di forza: hai dei *talenti* e quindi anche delle *responsabilità*. I difetti sono per riportarti con i piedi per terra e ragionare sul fatto che *non sei perfetto*, neanche nella fede, cioè nel tuo rapporto con Dio e con gli altri. Non prendere il test sottogamba: lo devi fare bene. Se uno è cieco lo capisce subito che c’è qualcosa che non va, ma quando si parla di anima e di coscienza, può non essere così facile accettare e capire i propri limiti e le proprie responsabilità. L’esame di coscienza serale serve proprio a questo: a chiedersi come si è messo a frutto le proprie qualità e come si è cercato di migliorare (o di tenere sotto controllo) i difetti. Non ci vuole uno scienziato a capire che un lavoro così, anche se di pochi minuti, ma quotidiano, non può che fare bene. E dopo aver capito i propri limiti, difetti, peccati, che si deve fare? Si può *iniziare* a pregare e a seguire Gesù. Avere coscienza di te stesso, inclusi i limiti e i talenti, ti avvicina a Gesù e non può che rendere più vera e più convinta la tua preghiera e la tua vita di fede.

Questa premessa, ovviamente, ha a che fare col Vangelo di oggi.

Allontanatosi di là, Gesù giunse presso il mare di Galilea e, salito sul monte, si fermò là. Attorno a lui si radunò molta folla recando con sé zoppi, storpi, ciechi, sordi e molti altri malati; li deposero ai suoi piedi, ed egli li guarì. E la folla era piena di stupore nel vedere i muti che parlavano, gli storpi raddrizzati, gli zoppi che camminavano e i ciechi che vedevano. E glorificava il Dio di Israele. Allora Gesù chiamò a sé i discepoli e disse: "Sento compassione di questa folla: ormai da tre giorni mi vengono dietro e non hanno da mangiare. Non voglio rimandarli digiuni, perché non svengano lungo la strada". E i discepoli gli dissero: "Dove potremo noi trovare in un deserto tanti pani da sfamare una folla così grande?". Ma Gesù domandò: "Quanti pani avete?". Risposero: "Sette, e pochi pesciolini". Dopo aver ordinato alla folla di sedersi per terra, Gesù prese i sette pani e i pesci, rese grazie, li spezzò, li dava ai discepoli, e i discepoli li distribuivano alla folla. Tutti mangiarono e furono saziati. Dei pezzi avanzati portarono via sette sporte piene.

Una grande folla si è radunata intorno a Gesù e molti sono malati o hanno portato con sé dei malati. Siamo tornati al tema della malattia guarita dell'altro ieri. I Vangeli del periodo d'Avvento servono per introdurci all'accoglienza del Signore nel nostro cuore e nella nostra vita, e perché questo avvenga è importante che sia ben chiaro per ciascuno il collegamento malattia-rapporto con Gesù. Oggi nel Vangelo si parla di malattie che non portano alla morte, ma di deformazioni o handicap che rendono complicata l'esistenza, di grossi limiti decisamente evidenti. Queste persone si avvicinano a Gesù perché sono malate e desiderano stare meglio, per vivere una vita più piena e felice. E' la coscienza di stare male e il desiderio di guarire che li porta a Gesù.

Seconda osservazione: Gesù ha *compassione* di quella folla che lo segue per essere guarita e per ascoltarlo. Ha dei sentimenti veri nei loro confronti. Avere compassione vuole dire comprendere fatiche e dolori e sentire che questo non ti disturba, ma ti lega in qualche modo a chi ti sta davanti. Gesù guarisce e poi desidera dare forza per continuare il cammino. Allora si rivolge ai discepoli e dice: "Fai qualcosa tu, dai una mano!". E i discepoli rispondono qualcosa del tipo: "E io che ci posso fare?!". Che è una risposta molto comune davanti ai problemi altrui. "E io che ci posso fare". Se non provi compassione, non ci puoi fare niente di niente... Allenati alla compassione, falla diventare uno dei tuoi punti di forza, e Gesù ti dice che ti metterà in mano gli strumenti per fare qualcosa che sia utile. La chiave è la compassione.

Terza osservazione (è una cosa che sicuramente sai già): il pane è simbolo dell'Eucaristia con la quale Gesù ci nutre.

QUINDI

Prendere coscienza dei tuoi limiti serve per migliorarti, e questo vale per tutti, cristiani e non cristiani. Ma questa coscienza, messa ai piedi di Gesù, ti avvicina a Lui, perché ti regala umiltà nel tuo rapporto con Dio. La preghiera non è più: “Voglio questo; fai quello; dimmi cosa fare per Te e lo farò” ma, necessariamente: “Ho questi difetti (di cui magari mi vergogno anche), la mia fede traballa, ma desidero Te nella mia vita, per questo cambia il mio cuore”. Quando ti avvicini al buon Dio chiedendo umilmente di cambiare, pian piano l’anima viene guarita, perché veni raggiunto dalla compassione di Gesù.

Gesù prova compassione ed è questa che gli permette di interessarsi a te e di fare cose buone per te. Se Gesù non provasse compassione, sbaglierebbe anche Lui nel suo rapporto con l’uomo. Ciò che Egli dona *guarisce l’anima*, rimette in piedi, perché ci si sente amati. Luogo principe in cui accogliere la sua compassione è l’Eucaristia. Sono millenni che l’umanità cerca il pane di Gesù, perché non è un simbolo, ma realmente, volta dopo volta, li ‘accumuliamo’ compassione.

Ricorda che hai delle qualità da usare. “E io che ci posso fare?!” non è una risposta ammissibile davanti ai bisogni altrui. Se non provi compassione e voglia di fare qualcosa davanti a qualcuno che ha bisogno di qualcosa, mettilo nella lista dei difetti. “Ho provato compassione?” e “mi sono messo a disposizione di Dio per capire cosa fare?”, deve entrare nel tuo esame di coscienza. La compassione è il motore della carità: chiedila insistentemente allo Spirito Santo. E accostati il più possibile all’Eucaristia.

PER PREGARE

Inizia sempre con calma, cercando di fare silenzio. Chiama lo Spirito Santo. Se riesci, anche se sono solo pochi giorni che è iniziato il cammino, prova a dirgli due parole spontaneamente. Se è troppo difficile non preoccuparti: l’Avvento è ancora lungo 😊. *Con fiducia* chiedigli di aiutarti nella preghiera: “Aiutami a pregare, fai luce nella mia anima

perché io conosca le mie qualità e i miei difetti, fai luce nella mia vita perché io veda ciò che posso fare, non sono umile donami di esserlo, che io provi compassione”.

RICORDA

- I due impegni quotidiani (vai a pag. 8)
- La lettura continua del libro della Bibbia che hai scelto
- L'esame di coscienza

GIOVEDÌ 6 DICEMBRE

Mt 7,21.24-27

Non chiunque mi dice: Signore, Signore, entrerà nel regno dei cieli, ma colui che fa la volontà del Padre mio che è nei cieli. Perciò chiunque ascolta queste mie parole e le mette in pratica, è simile a un uomo saggio che ha costruito la sua casa sulla roccia. Cadde la pioggia, strariparono i fiumi, soffiarono i venti e si abbattono su quella casa, ed essa non cadde, perché era fondata sopra la roccia. Chiunque ascolta queste mie parole e non le mette in pratica, è simile a un uomo stolto che ha costruito la sua casa sulla sabbia. Cadde la pioggia, strariparono i fiumi, soffiarono i venti e si abbattono su quella casa, ed essa cadde, e la sua rovina fu grande”.

Ascoltare e fare sono i due grandi verbi dell'amore e della fede. Gesù ci dice che una fede guarita, in forze, in poche parole sana, ascolta il Signore e mette in pratica quello che ha imparato.

In questo brano le avversità che si abbattono sulle due case sono identiche, perché la fede non è un amuleto per tenere lontani i guai. Però le due case, che sono la fede di due persone diverse, resistono ai guai in modo differente. Una fede costruita sull'ascolto della Parola e sul servizio del prossimo è salda, resiste a tutto, aiuta a superare le difficoltà della vita e *ci prepara alla vita eterna*. Per la seconda casa si parla sempre di fede, di una persona che ha lavorato tanto per costruirla, però si è un po' arrangiato a scegliere il posto meno faticoso per scavare. Gesù dice di non scegliere noi da soli il modo di crescere nella fede, ma di dare retta a Lui. E' l'invito a farsi guidare nella vita spirituale, imparando ad essergli ubbidienti.

Spesso la fede viene rappresentata come una piccola fiammella che è accesa nel nostro cuore. E' un'immagine carina e molto simbolica, però pensando a questa parabola Gesù ci descrive la fede in modo diverso. E' un tetto sotto cui *ripararsi*, un tetto che protegge. La fiammella è dentro di noi, la casa è intorno a noi, è più grande di noi.

Chiediti se sei un cristiano ubbidiente, che ascolta e fa sue le indicazioni che Gesù dà attraverso la Chiesa e il Vangelo, *fidandoti* che ubbidire, anche quando ti costa, fa bene alla tua anima e alla tua fede.

Ricorda: ascoltare-fare. Fatti due domande (è un altro piccolo test): cerca qualcosa nella tua vita in cui ascolti e non fai (una virtù che sei pigro nel mettere in pratica, un comandamento **del quale fingi di ignorare l'esistenza...**); cerca qualcosa, sempre nella tua vita attuale, che fai senza ascoltare (una scelta contraria al Vangelo, la superficialità in alcuni modi di fare...)

Tra una fiammella e una casa c'è una certa differenza: cerca di immaginarti la tua fede (quanto è "grande", quanto è solida, dove poggia, a cosa assomiglia...)

PER PREGARE

Invoca lo Spirito Santo. Prendi coraggio e fiducia sul fatto che è presente e ti ascolta e prova a dirgli qualcosa sullo stato d'animo con cui inizi questa preghiera (se sei dubbioso di che lo sei, se sei contento o emozionato diglielo, tutto con molta semplicità) . Rileggi i tre punti qui sopra e prova a rispondere chiedendo allo Spirito di aiutarti a capire il tuo cuore alla luce del brano di Vangelo.

"Di soltanto una parola". Prega per la tua fede: "Donami una fede che resista alle fatiche della vita, che sia utile a superare i guai, che sia costruita sull' ascolto e il darsi da fare per il bene altrui". Questa parabola ti porta nel cuore della carità e ti regala anche un criterio molto semplice di verifica personale: 1) rapporto con la Parola e il silenzio, 2) entusiasmo e fedeltà nella vocazione e nel servizio.

RICORDA

- I due impegni quotidiani (vai a pag. 8)
- La lettura continua del libro della Bibbia che hai scelto
- L'esame di coscienza

VENERDÌ 7 DICEMBRE

Mt 9,27-31

Mentre Gesù si allontanava di là, due ciechi lo seguivano urlando: "Figlio di Davide, abbi pietà di noi". Entrato in casa, i ciechi gli si accostarono, e Gesù disse loro: "Credete voi che io possa fare questo?". Gli risposero: "Sì, o Signore!". Allora toccò loro gli occhi e disse: "Sia fatto a voi secondo la vostra fede". E si aprirono loro gli occhi. Quindi Gesù li ammonì dicendo: "Badate che nessuno lo sappia!". Ma essi, appena usciti, ne sparsero la fama in tutta quella regione.

Quando si parla di 'migliorare' la fede, capita spesso che venga anche in mente di *fare* qualcosa, per esempio prendere un impegno come andare a Messa in settimana, meditare il Vangelo, prendere l'abitudine di confessarsi più spesso e cose così. Tutto questo è giusto, perché siamo persone e il fare veicola i contenuti e segnala, a Dio e a noi stessi, che le nostre buone intenzioni sono sincere. Però la fede non è un 'fare'. E' l'eterno dilemma: chi va tutti i giorni in chiesa, dice il rosario, recita le preghiere la sera, è cristiano? Sì, però sappiamo tutti che non basta per dire che facendo così si ha una fede profonda, nel senso che le buone abitudini aiutano (e molto) in un percorso a fare passi avanti, ma solo se si ha coscienza del percorso da fare e non ci si limita all'acquisizione delle abitudini. Insomma la fede non è la tessera punti dei supermercati.

In questo Vangelo Gesù lega la fede all' acquisizione della vista. La maggior parte di noi ci vede benissimo, ma Gesù non fa le cose a caso: questo miracolo è per tutti, anche per quelli che apparentemente non sono ciechi. Se ci pensiamo bene le cose che non vediamo sono quelle di cui non ci *accorgiamo*, o della cui importanza non ci rendiamo conto. Gesù vede le cose in modo diverso da noi e vede cose diverse. Si accorge veramente delle persone perché le guarda con criteri che sono diversi da quelli degli uomini di allora, ma anche di oggi. Se il criterio con cui affrontiamo le situazioni e decidiamo è slegato dalla fede, ma segue solo l'emotività o il modo di ragionare comune, è come essere ciechi (attenzione bene: non è che Dio si arrabbia davanti alla nostra cecità, ha compassione, e desidera che guariamo). Gesù vede le cose in modo diverso ed è

QUINDI

Essere cristiano non è fare-fare-fare, tutto in modo perfetto. E' chiedere di guardare gli altri come Gesù guarda noi e loro, è chiedere di giudicare le cose secondo il criterio di Dio, allenando la mente a scegliere secondo Dio e la volontà a tenere duro sulle cose giuste.

venuto per proporci di accogliere il suo modo di vedere le cose. Vuole regalarcelo. Ci dice che quel modo è come passare dal buio alla luce. E' come *scoprire* un mondo.

PER PREGARE

Affronta questo momento di meditazione con calma. Se ancora non hai memorizzato le 'istruzioni' vai a rileggerle. Invoca lo Spirito Santo secondo quanto hai fatto e imparato in questa settimana e secondo il modo che più ti ha aiutato ad entrare in preghiera. Entrare in preghiera vuole dire sentire che riesci a fare silenzio in te e a metterti con sincerità davanti al Signore, col desiderio vivo di incontrarlo. Prega con queste parole o secondo quello che lo Spirito stesso ti suggerisce: "Spirito Santo fai luce in me perché io possa vedere me, gli altri, Dio, con occhi nuovi". Prosegui nella meditazione.

RICORDA

- I due impegni quotidiani (vai a pag. 8)
- La lettura continua del libro della Bibbia che hai scelto
- L'esame di coscienza

SABATO 8 DICEMBRE

Il sabato è un altro giorno particolare del cammino (insieme alla domenica). Non c'è la meditazione sul Vangelo del giorno ma un approfondimento (catechesi) sul tema della settimana che è stato introdotto la domenica: **lo Spirito Santo**.

DAL CATECHISMO **YOUCAT** (Catechismo della Chiesa Cattolica per i giovani)

N. 113 Cosa significa: credo nello Spirito Santo?

Prima della propria morte Gesù aveva promesso ai discepoli che avrebbe mandato loro un "altro paraclito" (Gv 14,16) nel momento in cui non sarebbe più stato presso di loro. Quando lo Spirito Santo venne riversato sui discepoli della Chiesa primitiva, essi sperimentarono quello che Gesù aveva promesso: provarono una profonda sicurezza e gioia nella fede e ricevettero determinati *carismi*, ovvero il dono della profezia, delle guarigioni e dei miracoli. Ancora oggi nella Chiesa ci sono persone dotate di questi doni e che fanno queste esperienze.

N. 114 Qual è il ruolo dello Spirito Santo nella vita di Gesù?

Fu lo Spirito Santo che chiamò alla vita Gesù nel grembo della vergine Maria (Mt 1,18), che lo confermò come figlio diletto (Lc 4,16-19), che lo guidò (Mc 1,12) e che dimorò in Lui fino alla fine (Gv 19,30). Sulla croce Gesù rese lo Spirito e dopo la risurrezione donò lo Spirito Santo ai propri discepoli (Gv 20,20); così lo Spirito Santo passò alla sua Chiesa: “Come il Padre ha mandato me, così anch’io mando voi” (Gv 20,21).

N. 120 Cosa opera lo Spirito Santo nella mia vita?

Il “silenzioso ospite della nostra anima” – questo è il nome con cui Agostino chiama lo Spirito Santo.

Chi vuole sentirlo deve stare in silenzio. Spesso quest’ospite parla molto sommessa-mente in noi e con noi, ad esempio nel silenzio della nostra coscienza oppure tramite altri impulsi interni o esterni.

Essere “tempio dello Spirito Santo” significa essere presenti con corpo e anima per quest’ospite, per il Dio in noi. Il nostro corpo è quindi in un certo qual modo la dimora di Dio. Quanto più noi ci apriamo interiormente allo Spirito Santo, tanto più egli diviene il maestro della nostra vita, e tanto più, anche oggi, egli ci dona i suoi carismi per l’edificazione della Chiesa. A questo modo crescono in noi i frutti dello Spirito.

N. 311 Quali sono i frutti dello Spirito Santo?

I frutti dello Spirito Santo sono “amore, gioia, pace, pazienza, longanimità, bontà, benevolenza, mitezza, fedeltà, modestia, continenza, castità” (Gal 5,22-23).

Dai frutti dello Spirito il mondo può riconoscere cosa avviene in un uomo nel momento in cui si lascia accogliere, guidare e plasmare da Dio.

N. 290 In che modo Dio ci aiuta a diventare uomini liberi?

Cristo vuole che siamo “liberati per la libertà” (Gal 5,1) e che siamo capaci di amore fra-terno. Per questo Egli ci invia lo Spirito Santo, che ci rende liberi e indipendenti dai po-teri del mondo e che ci dona la forza per una vita di amore e di responsabilità.

Lo Spirito Santo ci dona un cuore pieno di amore nei confronti di Dio e degli uomini; lo percepiamo come la forza che ci guida alla libertà interiore, che ci apre all’amore e, giorno dopo giorno, fa di noi strumenti sempre migliori per il bene e per l’amore.

LO SPIRITO SANTO CI VIENE DONATO

per riconoscere e amare

per comprendere chi è davvero Gesù

per rendere il nostro cuore docile all'azione di Dio

per essere in noi il maestro che ci insegna a diventare santi

per saper pregare

per vivere la carità verso il prossimo

per essere testimoni del Suo amore e cambiare il volto della terra

RICORDA

- I due impegni quotidiani (vai a pag. 8)

SCHEMA SETTIMANALE DI VERIFICA DEL CAMMINO

| | Lettura del libretto | Pregheiera con il Vangelo | Impegno spirituale | Impegno di carità | Lettura della Bibbia | Messa della domenica | Esame di coscienza |
|-------------|----------------------|---------------------------|--------------------|-------------------|----------------------|----------------------|--------------------|
| Domenica 2 | | X | X | X | X | | X |
| Lunedì 3 | | | | | | X | |
| Martedì 4 | | | | | | X | |
| Mercoledì 5 | | | | | | X | |
| Giovedì 6 | | | | | | X | |
| Venerdì 7 | | | | | | X | |
| Sabato 8 | | X | | | X | X | X |

PER PREGARE

Questo è un piccolo percorso che ti viene suggerito per pregare con il Vangelo

INTRO

Dividi la preghiera in 5 momenti: per iniziare, ognuno può durare 3-5 minuti.

UNO

Mettiti in silenzio e leggi il libretto.

Ricorda che il silenzio va fatto *intorno a te* (cerca un posto tranquillo, senza distrazioni) e *dentro di te* (è il silenzio più difficile, perché pensieri, distrazioni e stanchezza si fanno sentire facilmente... non ti abbattere ☺).

DUE

Invoca lo Spirito Santo chiedendo di aiutarti in questo momento di preghiera, di farti comprendere quanto leggi nel Vangelo e di far nascere in te lo spirito di carità.

TRE

Dedicata la tua attenzione (mente e cuore) al brano di Vangelo e in particolare chiediti cosa Gesù stia provando, quali possano essere i suoi pensieri, il vero senso di ciò che sta dicendo e chi sta guardando e amando.

Prova, con l'aiuto delle spiegazioni, a fare qualche paragone con la tua vita.

QUATTRO

Immagina di metterti davanti al buon Dio e fai silenzio: per il fatto che lo desideri e lo chiedi TU SEI DAVANTI A DIO, anche se non te ne rendi conto!

Anche se questo silenzio può farti "soffrire" rispettalò e attendi con pazienza.

Da' al buon Dio il tempo e la possibilità di parlarti: non sarà un boato, né un discorso lungo, ma più probabilmente una sensazione, un'idea (buona) che arriva, un peccato che affiora e chiede di essere perdonato.

CINQUE

Prega liberamente. Confida al buon Dio ciò che ti sta a cuore.

Prepara gli incontri e le attività della giornata affinché siano vissuti nello spirito del Vangelo. Chiedi di poter vivere ciò che hai letto nel Vangelo.

Ringrazia.

Scegli i due impegni della giornata.