





**Comunità Scout di Soviore  
Parrocchie del Vicariato Medio-Alto Bisagno**



**Cammino di preghiera:  
il Rosario**  
QUARESIMA 2006



## Vicariato Medio – Alto Bisagno

### Cammino di preghiera per la Quaresima 2006

Carissimi, anche quest'anno vi offriamo un cammino di preghiera per arrivare a Pasqua nella migliore condizione possibile. Ci faremo accompagnare dalla Vergine Maria e precisamente dalla preghiera del Rosario: una preghiera che riassume in sé i principali misteri della vita di Cristo e quindi molto adatta a prepararsi a vivere con intensità il Sacro Triduo pasquale.

C'è una novità: la nostra comunità invisibile si allarga. Sia per il numero delle persone che fanno il cammino di preghiera, in aumento, sia per il fatto che si unisce a noi quest'anno anche la Comunità Scout di Soviore, che propone a scout da tutta Italia e di tutte le associazioni due *routes* di spiritualità all'anno, a Natale e a Pasqua, quest'ultima nel nostro vicariato, a Bargagli.

Novità nella novità: quest'anno il cammino di preghiera è stato preparato da un laico, Riki Gallese, della Comunità Scout di Soviore. È un segno dei tempi, una grazia di Dio, che vogliamo accogliere con riconoscenza. Riki è sposato, padre di quattro figli e capo gruppo del Levante I AGESCI. Se questo cammino di preghiera ci è utile, possiamo ricompensarlo con qualche Ave Maria per lui, la sua famiglia, il suo servizio.

Auguriamo a tutti di seguire con umiltà, amore e passione le orme della Vergine Maria attraverso la preghiera del Rosario, in questa Quaresima, per giungere ricolmi di grazia a festeggiare la Risurrezione di Gesù e portare a tutti coloro che incontriamo la gioia e l'annuncio che il Signore è risorto. Sì. È veramente risorto!

Buon cammino a tutti...

I vostri parroci

## COME SI RECITA IL ROSARIO

(in **grassetto** sono indicate le parti fisse, in *corsivo* quelle facoltative)

---

**Segno della croce:**

**Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo.**

**O Dio vieni a salvarmi.**

**Signore, vieni presto in mio aiuto.**

**Gloria al Padre e al Figlio e allo Spirito Santo.**

**Come era nel principio e ora e sempre,  
nei secoli dei secoli. Amen.**

*Vieni, Santo Spirito...* (v. pag. successive)

*Io credo...* (v. pag. successive)

**Enunciazione del Mistero**

*Ascolto della Parola di Dio* (v. "Il rosario meditato")

*Intenzione*

**Padre Nostro**

**10 Ave Maria**

**Gloria al Padre**

*Giaculatoria* (v. pag. successive)

**Salve Regina**

*Litanie lauretane*

*Preghiere secondo le intenzioni del Papa*

*Orazione conclusiva*

---

## DISTRIBUZIONE DEI MISTERI NELLA SETTIMANA

**Misteri della Gioia = Gaudiosi → LUNEDÌ e SABATO**

**Misteri del Dolore = Dolorosi → MARTEDÌ e VENERDÌ**

**Misteri della Gloria = Gloriosi → MERCOLEDÌ e DOMENICA**

**Misteri della Luce = Luminosi → GIOVEDÌ**

## Sequenza della Spirito Santo

Vieni, Santo Spirito,  
manda a noi dal cielo  
un raggio della tua luce.

Vieni padre dei poveri,  
vieni datore dei doni,  
vieni, luce dei cuori.

Consolatore perfetto,  
ospite dolce dell'anima,  
dolcissimo sollievo.

Nella fatica, riposo,  
nella calura, riparo,  
nel pianto conforto.

O luce beatissima,  
invadi nell'intimo  
il cuore dei tuoi fedeli.

Senza la tua forza,  
nulla è nell'uomo,  
nulla senza colpa.

Lava ciò che è sordido,  
bagna ciò che è arido,  
sana ciò che sanguina.

Piega ciò che è rigido,  
scalda ciò che è gelido,  
sana ciò ch'è sviato.

Dona ai tuoi fedeli  
che solo in te confidano  
i tuoi santi doni.

Dona virtù e premio,  
dona morte santa,  
dona gioia eterna.

Amen.

## Simbolo apostolico

Io credo in Dio, Padre onnipotente,  
creatore del cielo e della terra;  
e in Gesù Cristo,  
Suo unico Figlio, nostro Signore,  
il quale fu concepito di Spirito Santo,  
nacque da Maria Vergine,  
patì sotto Ponzio Pilato,  
fu crocifisso, morì e fu sepolto;  
discese agli inferi;  
il terzo giorno risuscitò da morte;  
salì al cielo,  
siede alla destra di Dio Padre Onnipotente;  
dì là verrà a giudicare i vivi e i morti.

Credo nello Spirito Santo,  
la santa Chiesa cattolica,  
la comunione dei Santi,  
la remissione dei peccati,  
la risurrezione della carne,  
la vita eterna.  
AMEN.

**Giaculatoria** (*es.: Gesù mio, perdona le nostre colpe, preservaci dal fuoco dell'inferno, porta in cielo tutte le anime, specialmente le più bisognose della tua misericordia*)

### **Salve Regina**

Salve, o Regina, madre di misericordia, vita, dolcezza e speranza nostra, salve.

A te ricorriamo, esuli figli di Eva: a te sospiriamo, gementi e piangenti in questa valle di lacrime.

Orsù dunque, avvocata nostra, rivolgici a noi gli occhi tuoi misericordiosi. E mostraci, dopo questo esilio, Gesù, il frutto benedetto del tuo seno. O clemente, o pia, o dolce Vergine Maria.

### **Litanie lauretane**

Signore, pietà  
Cristo, pietà  
Signore, pietà.  
Cristo, ascoltaci.  
Cristo, esaudiscici.

Padre del cielo, che sei Dio,  
Abbi pietà di noi.

Figlio, Redentore del mondo, che  
sei Dio,  
Spirito Santo, che sei Dio,  
Santa Trinità, unico Dio,

Santa Maria,  
prega per noi.  
Santa Madre di Dio,  
Santa Vergine delle vergini,  
Madre di Cristo,  
Madre della Chiesa,  
Madre della divina grazia,  
Madre purissima,  
Madre castissima,  
Madre sempre vergine,  
Madre immacolata,  
Madre degna d'amore,  
Madre ammirabile,  
Madre del buon consiglio,  
Madre del Creatore,  
Madre del Salvatore,  
Madre di misericordia,

Vergine prudentissima,  
Vergine degna di onore,  
Vergine degna di lode,  
Vergine potente,  
Vergine clemente,  
Vergine fedele,  
Specchio della santità divina,  
Sede della Sapienza,  
Causa della nostra letizia,  
Tempio dello Spirito Santo,  
Tabernacolo dell'eterna gloria,  
Dimora tutta consacrata a Dio,  
Rosa mistica,  
Torre di Davide,  
Torre d'avorio,  
Casa d'oro,  
Arca dell'alleanza,  
Porta del cielo,  
Stella del mattino,  
Salute degli infermi,  
Rifugio dei peccatori,  
Consolatrice degli afflitti,  
Aiuto dei cristiani,  
Regina degli Angeli,  
Regina dei Patriarchi,  
Regina dei Profeti,  
Regina degli Apostoli,  
Regina dei Martiri,  
Regina dei veri cristiani,  
Regina delle Vergini,  
Regina di tutti i Santi,  
Regina concepita senza peccato  
originale,  
Regina assunta in cielo,  
Regina del santo Rosario,  
Regina della famiglia,  
Regina della pace.

Agnello di Dio che togli i peccati  
del mondo,  
perdonaci, o Signore.

Agnello di Dio che togli i peccati  
del mondo,  
ascoltaci, o Signore.

Agnello di Dio che togli i peccati  
del mondo,  
abbi pietà di noi.

Prega per noi, Santa Madre di  
Dio.  
E saremo degni delle promesse di  
Cristo.

Preghiamo.  
Concedi ai tuoi fedeli,  
Signore Dio nostro,  
di godere sempre la salute del  
corpo e dello spirito,  
per la gloriosa intercessione  
di Maria santissima, sempre  
vergine,  
salvaci dai mali che ora ci  
rattristano  
e guidaci alla gioia senza fine.  
Per Cristo nostro Signore.  
Amen.

**Preghiere secondo le intenzioni del Papa**  
(Padre nostro, Ave Maria, Gloria)

## **Orazione conclusiva**

- Prega per noi, santa Madre di Dio
- Perché siamo resi degni delle promesse di Cristo.

Preghiamo.

O Dio, il tuo Figlio ci ha procurato i beni della salvezza eterna con la sua vita, morte e risurrezione:

a noi che con il santissimo rosario della Beata Vergine Maria, abbiamo meditato questi misteri,

concedi di imitare ciò che essi contengono

e di raggiungere ciò che essi promettono.

Per Cristo nostro Signore.

- Amen.

Oppure:

Preghiamo

Concedi ai tuoi fedeli, o Signore,

di godere sempre la salute del corpo e dello spirito

e, per la gloriosa intercessione

della beata sempre vergine Maria,

salvacì dai mali presenti

e guidaci alla gioia senza fine.

Per Cristo nostro Signore.

- Amen.

# IL ROSARIO MEDITATO

## MISTERI GAUDIOSI

### 1° MISTERO GAUDIOSO

#### **L'annuncio dell'arcangelo Gabriele a Maria Vergine**

*Maria disse: «Eccomi, sono la serva del Signore, avvenga di me quello che hai detto». (Lc 1,38)*

O Maria, donaci la grazia di essere pronti ad accogliere la Parola del Signore nel nostro cuore con il tuo stesso amore, con la tua stessa fedeltà, con la tua stessa prontezza.

### 2° MISTERO GAUDIOSO

#### **Maria visita la sua cugina Elisabetta.**

*Maria disse: «L'anima mia magnifica il Signore e il mio spirito esulta in Dio, mio salvatore, perché ha guardato l'umiltà della sua serva». (Lc 1,46-47)*

O Vergine Maria, donaci la grazia di essere cristiani gioiosi, pronti ad esultare per la grandezza delle opere di Dio che si realizza nella nostra piccolezza.

### 3° MISTERO GAUDIOSO

#### **La nascita di Gesù a Betlemme**

*L'angelo disse loro: «Non temete, ecco vi annuncio una grande gioia, che sarà di tutto il popolo: oggi vi è nato nella città di Davide un salvatore, che è il Cristo Signore». (Lc 2,10-11)*

O Maria, donaci la grazia di far nascere Gesù nel nostro cuore, nella nostra vita, ogni giorno.

### 4° MISTERO GAUDIOSO

#### **La presentazione di Gesù al tempio e la purificazione di Maria.**

*Simeone disse: «Ora lascia, o Signore, che il tuo servo vada in pace secondo la tua parola; perché i miei occhi han visto la tua salvezza, preparata da te davanti a tutti i popoli». (Lc 2,29-31)*

O Vergine Maria, ti chiediamo di presentare anche noi, come Gesù, al cospetto del Padre, come dono a Dio gradito.

### 5° MISTERO GAUDIOSO

#### **Il ritrovamento di Gesù nel tempio.**

*Maria disse: «Tuo padre ed io, angosciati, ti cercavamo». Ed egli rispose: «Perché mi cercavate? Non sapevate che io devo occuparmi delle cose del Padre mio?». (Lc 3,48-49)*

Il Signore Gesù rimane nel tempio, luogo della presenza di Dio, ad insegnare, ad ammaestrare sulla Parola del Signore. O Vergine Maria, ti chiediamo di darci ardore e passione per nutrirci della Parola del Signore Gesù e per adorare la sua presenza viva nel Santissimo Sacramento.

## MISTERI DELLA LUCE

### 1° MISTERO DELLA LUCE

#### **Il battesimo di Gesù al Giordano.**

*Uscendo dall'acqua, vide aprirsi i cieli e lo Spirito Santo discendere su di lui come una colomba. E si udì una voce dal cielo: «Tu sei il Figlio mio prediletto, in te mi sono compiaciuto». (Mc 1,10-11)*

Per la prima volta nella storia, la Trinità si rivela agli uomini. O Vergine Maria, donaci la grazia di vivere in pienezza il mistero della Trinità dentro il nostro cuore, nella nostra vita.

### 2° MISTERO DELLA LUCE

#### **Gesù alle nozze di Cana.**

*La Madre dice ai servi: «Fate quello che vi dirà». (Gv 2,5)*

Il Signore Gesù trasforma l'acqua della purificazione dell'antica alleanza nel vino nuovo della nuova alleanza, nel sangue di Gesù. O Vergine Maria, facci la grazia di essere uomini nuovi, di non vivere secondo i precetti ma secondo la grazia, la luce, l'amore di Cristo.

### 3° MISTERO DELLA LUCE

#### **Gesù annuncia il Regno dei cieli e invita alla conversione.**

*Gesù si recò nella Galilea predicando il vangelo di Dio e diceva: «Il tempo è compiuto e il regno di Dio è vicino; convertitevi e credete al vangelo». (Mc 1,14-15)*

O Vergine Maria, donaci la grazia di accogliere nel profondo del nostro cuore la parola di Gesù, la chiamata di Gesù; donaci la grazia della conversione del cuore.

### 4° MISTERO DELLA LUCE

#### **La trasfigurazione di Gesù sul monte Tabor.**

*Mentre Gesù pregava il suo volto cambiò d'aspetto e la sua veste divenne candida e sfolgorante. (Lc 9,29)*

Il Signore Gesù si trasfigura davanti a Pietro, Giacomo e Giovanni per infondere loro coraggio nell'affrontare lo scandalo della croce. O Vergine Maria, donaci momenti di autentica contemplazione del volto del Signore, per saper affrontare con generosità e amore le croci della nostra giornata.

### 5° MISTERO DELLA LUCE

#### **Gesù istituisce l'Eucaristia nel cenacolo.**

*Gesù prese il pane e, pronunciata la benedizione, lo spezzò e lo diede loro, dicendo: «Prendete, questo è il mio corpo». Poi prese il calice e rese grazie, lo diede loro e disse: «Questo è il mio sangue, il sangue dell'alleanza versato per molti». (Mc 14,22,24)*

O Maria, ottienici la grazia di capire sempre più profondamente la grandezza del sacramento dell'Eucaristia, donaci di sperimentare nella nostra vita la potenza rinnovatrice di questo sacramento.

# MISTERI DOLOROSI

## 1° MISTERO DOLOROSO

### L'agonia di Gesù nell'orto degli Olivi.

*Gesù, inginocchiatosi, pregava: «Padre, se vuoi, allontana da me questo calice! Tuttavia non sia fatta la mia, ma la tua volontà». In preda all'angoscia, pregava più intensamente; e il suo sudore diventò come gocce di sangue che cadevano a terra. (Lc 22,41-42.44)*

O Vergine Maria, il tuo Figlio Gesù ha potuto sperimentare tutta la nostra fatica, la nostra sofferenza umana di fronte alle scelte, alle scelte gravi. Ti chiediamo la grazia di intercedere per noi presso il tuo Figlio perché, quando siamo nella fatica di queste scelte, sentiamo vicina la sua presenza confortante.

## 2° MISTERO DOLOROSO

### La flagellazione di Gesù.

*Pilato fece prendere Gesù e lo fece flagellare. (Gv 19,1)*

O Vergine Maria, ti preghiamo per tutte le persone che sono flagellate nel corpo e nello spirito dalla malattia, dalla persecuzione, dai problemi familiari. Ti affidiamo tutte le persone che hanno chiesto le nostre preghiere.

## 3° MISTERO DOLOROSO

### Gesù incoronato di spine.

*I soldati, intrecciata una corona di spine, gliela posero sul capo e gli misero addosso un mantello di porpora. (Gv 19,2)*

O Vergine Maria, il tuo Figlio Gesù accetta le insegne regali per la prima volta nella sua vita. Quanto faticiamo a capire la regalità nell'amore di Cristo! Ci fermiamo sempre a questa apparenza di tortura e non ci lasciamo investire da questa luce fortissima dell'amore di Gesù, che in quel momento è veramente re, che ama i nemici e prega per i suoi persecutori.

## 4° MISTERO DOLOROSO

### La salita di Gesù al Calvario carico della croce.

*Presero Gesù ed egli, portando la croce, si avviò verso il luogo del Cranio, detto in ebraico Golgota. (Gv 19,17)*

O Vergine Maria, il tuo Figlio Gesù ci ha detto: "Chi vuol venire dietro di me rinneghi se stesso, prenda la sua croce ogni giorno e mi segua. Chi non prende la sua croce e non viene dietro a me non è degno di me". Donaci, o Maria, la fedeltà al Signore Gesù nell'amare non solo nella gioia, ma anche nella difficoltà.

## 5° MISTERO DOLOROSO

### La morte di Gesù in croce.

*Gesù disse alla Madre: «Donna, ecco il tuo figlio!». Poi disse al discepolo: «Ecco la tua madre!». E, chinato il capo, consegnò lo spirito. (Gv 19,26-27.30)*

Signore Gesù, noi abbiamo paura della croce, noi abbiamo paura della morte, noi abbiamo paura della sofferenza. Donaci la grazia di far tesoro del dono che ci hai fatto, la Vergine Maria, e fa' che, guardando i suoi occhi, ci curiamo soltanto di amare oggi, di amare come Tu hai amato.

## MISTERI GLORIOSI

### 1° MISTERO GLORIOSO

#### **La risurrezione di Gesù**

*Il primo giorno dopo il sabato, mentre erano chiuse le porte del luogo dove si trovavano i discepoli per timore dei Giudei, venne Gesù, si fermò in mezzo a loro e disse: «Pace a voi!». Detto questo, mostrò loro le mani e il costato. E i discepoli gioirono al vedere il Signore. (Gv 20,19-20)*

O Vergine Maria, donaci una fede forte nella risurrezione del Signore; fa' che viviamo con la consapevolezza che Egli è presente, è vivo tra noi, ci segue sempre, ci accompagna.

### 2° MISTERO GLORIOSO

#### **L'ascensione di Gesù.**

*Alzate le mani, Gesù li benedisse. Mentre li benediceva, si staccò da loro e fu portato verso il cielo. (Lc 24,50-51)*

O Maria, il Signore Gesù ascende al cielo per intercedere per noi presso il Padre e ci assicura: “Ecco, io sono con voi tutti i giorni fino alla fine del mondo”. O Maria, fa' che sentiamo questa presenza di Gesù accanto a noi ogni giorno della nostra vita, in ogni circostanza.

### 3° MISTERO GLORIOSO

#### **La discesa dello Spirito Santo su Maria e gli Apostoli riuniti nel Cenacolo in preghiera.**

*Venne all'improvviso dal cielo un rombo, come di vento che si abbatte gagliardo, e riempi tutta la casa dove si trovavano. Apparvero loro lingue come di fuoco che si dividevano e si posarono su ciascuno di loro. (At 2,2-3)*

O Vergine Maria, fa' che siamo ripieni dello Spirito Santo, dello Spirito del tuo Figlio e lo accogliamo nella nostra vita e lo preghiamo nel profondo del nostro cuore.

### 4° MISTERO GLORIOSO

#### **L'assunzione di Maria al cielo in anima e corpo.**

*Nel cielo apparve poi un segno grandioso: una donna vestita di sole, con la luna sotto i suoi piedi e sul suo capo una corona di dodici stelle. (Ap 12,1)*

O Vergine Maria, hai tanto desiderato il cielo da essere assunta in cielo. Poni nel nostro cuore un desiderio grande del cielo. Fa' che regoliamo la nostra vita non secondo le cose visibili, che sono di un momento, ma secondo quelle invisibili, che sono eterne.

### 5° MISTERO GLORIOSO

#### **L'incoronazione di Maria Vergine Regina e la gloria degli angeli e dei santi in Paradiso.**

*Tutte le creature del cielo e della terra, sotto la terra e nel mare e tutte le cose ivi contenute, udii che dicevano: «A Colui che siede sul trono e all'Agnello lode, onore, gloria e potenza, nei secoli dei secoli». E i quattro esseri viventi dicevano: «Amen». (Ap 5,13)*

O Maria, donaci di giungere alla gioia eterna del Paradiso, donaci di essere tutti insieme a festeggiare, a gioire, a lodare il Signore per l'eternità. Amen.

## ISTRUZIONI PER LA “SCALATA”

Un cammino di preghiera è come una ascensione in montagna.

Il più è partire. Poi, certo, occorre determinazione nel proseguire, ma la cordata fatta insieme ad altri aiuta molto. Se esprimiamo le nostre difficoltà, le condividiamo con altri, esse cambiano aspetto, si rimpiccioliscono. Anche il solo pensiero che non siamo i soli a tentare questa ascensione già ci rincuora. Certo, durante l'ascesi (ops, volevo dire la salita!) c'è fatica, la roccia davanti agli occhi, dura come il nostro cuore e, sotto, lo strapiombo che pare risucchiarci giù, verso il piattume dell'ordinario quotidiano, verso una pianura senza apparenti difficoltà, così allettante...

E invece bisogna guardare in alto, cercare ogni giorno un nuovo appiglio su cui fare presa per tirarsi su. Bisogna avere fede. Ma ci sono tante guide che hanno fatto la stessa via di roccia e che ci garantiscono che da lassù, in vetta, le cose cambiano e ne vale davvero la pena!

Per spiegare la difficoltà dell'uomo moderno a rapportarsi con Dio e ad impostare la vita su di Lui, don Giussani ricorre ad un'immagine: «Per attaccare una ripida parete rocciosa, anni fa occorreva impiegare molte energie e molto tempo in una marcia di avvicinamento, oggi invece esistono i mezzi per portarsi in poco tempo sotto la roccia che si deve affrontare. Ecco: per ciò che riguarda la facilità a discernere l'elemento religioso in connessione con tutta la vita, [gli uomini del medioevo] erano simili agli alpinisti moderni che si portano a ridosso della parete con la funivia, e noi siamo invece come gli scalatori di cento anni fa che dovevano affrontare la lunga marcia di avvicinamento. Allora le parole derivanti dall'esperienza cristiana potevano essere affrontate con le forze fresche, oggi la parete di queste parole ci vede già stanchi prima di iniziare la scalata».<sup>1</sup>

Questo per dire che talvolta ci troviamo spossati appena dopo avere intrapreso la scalata. Ma non dobbiamo disperare! Bisogna

---

<sup>1</sup> Don Luigi Giussani, *Perché la Chiesa*, Rizzoli.

avere fede, chiedere aiuto al Signore e metterci la nostra tenacia e resistenza.

Affidiamoci alla Madonna per avviarci lungo questo percorso di avvicinamento a Dio chiedendole, come dice una canzone tanto cara agli Scouts, di concederci “un forte cuore”,<sup>2</sup> che sappia superare con generosità gli ostacoli lungo il cammino.

E ora in marcia! Mentre ci avviciniamo alla parete rocciosa, approfittiamo per spiegare un po' l'*attrezzatura* da utilizzare per la nostra scalata.

---

<sup>2</sup> “Madonna degli Scouts, ascolta t’invochiam, concedi un forte cuore a noi che ora partiam”(Alla Signora della strada, da *Canti di Mezzanotte* – Milano 1958).

### ***Consigli agli scalatori...***

Innanzitutto cominciamo col prendere confidenza con il Rosario, un po' come gli alpinisti quando tirano fuori la loro attrezzatura e magari srotolano le loro corde per poi riavvolgerle con cura. Questi gesti non sono certo l'arrampicata vera e propria, ma semplici preliminari che aiuteranno durante la scalata. Così adesso cominceremo di giorno in giorno a recitare il Rosario, nella consapevolezza che forse potrà sembrare un esercizio un po' vuoto e fine a se stesso, ma che ci consentirà di prendere con esso quella confidenza che ci sarà utile in seguito.

Una è la vetta, ma due sono le vie che proponiamo per l'ascensione. Gli alpinisti usano dare nomi fantasiosi alle diverse vie che portano in vetta. La prima via la chiameremo "La prediletta" (scoprite voi perché!), la seconda via, più impegnativa, la chiameremo "Corona fumante".

La prima è consigliata a chi si avvicina per la prima volta alla preghiera del Rosario, per "Escursionisti" che vogliono diventare alpinisti. La seconda è per chi ha già fatto un po' di pratica e prega già saltuariamente o con costanza col Rosario, per "Alpinisti" che vogliono migliorarsi.

### ***Il manuale della guida alpina...***

**dalla "Rosarium Virginis Mariae", lettera apostolica di Giovanni Paolo II**

**INTRODUZIONE** - 1. Il Rosario della Vergine Maria, sviluppatosi gradualmente nel secondo Millennio al soffio dello Spirito di Dio, è preghiera amata da numerosi Santi e incoraggiata dal Magistero. Nella sua semplicità e profondità, rimane, anche in questo terzo Millennio appena iniziato, una preghiera di grande significato, destinata a portare frutti di santità. Essa ben s'inquadra nel cammino spirituale di un cristianesimo che, dopo duemila anni, non ha perso nulla della freschezza delle origini, e si sente spinto dallo Spirito di Dio a «prendere il largo» («*duc in altum!*») per ridire, anzi 'gridare' Cristo al mondo come Signore e Salvatore, come «la via, la verità e la vita» (Gv 14, 6), come «traguardo della storia umana, il fulcro nel quale convergono gli ideali della storia e della civiltà».<sup>(1)</sup>

Il Rosario, infatti, pur caratterizzato dalla sua fisionomia mariana, è preghiera dal cuore cristologico. Nella sobrietà dei suoi elementi, concentra in sé la profondità dell'intero messaggio evangelico, di cui è quasi un compendio.<sup>(2)</sup> In esso riecheggia la preghiera di Maria, il suo perenne

Magnificat per l'opera dell'Incarnazione redentrice iniziata nel suo grembo verginale. Con esso il popolo cristiano si mette alla scuola di Maria, per lasciarsi introdurre alla contemplazione della bellezza del volto di Cristo e all'esperienza della profondità del suo amore. Mediante il Rosario il credente attinge abbondanza di grazia, quasi ricevendola dalle mani stesse della Madre del Redentore.

### ***Indicazioni pratiche***

È meglio, se riuscite, collocare il cammino al mattino piuttosto che alla sera, in modo che la preghiera illumini e ispiri tutta la giornata.

Oggi è domenica: la Messa festiva sia per noi come il momento di raccoglimento e preghiera di chi parte per un'ascensione in montagna e affida al Signore la riuscita della propria impresa. Solo dopo si avverte davvero di essere partiti e ci si rende conto di non essere più soli a compiere il cammino.

***Escursionisti:*** Provate a recitare una decina del Rosario (vedi sopra: “Il rosario meditato”).

***Alpinisti:*** Recitate il Rosario del giorno, cinque misteri (vedi sopra: “Il rosario meditato”).

### ***Consigli agli scalatori...***

Quando si parte dal campo base per avvicinarsi alla parete rocciosa da scalare occorre lasciare tutto ciò che non è necessario e che durante la scalata ci appesantirebbe inutilmente. Proviamo a pensare a che cosa nella nostra vita ci zavorra inutilmente e non ci rende liberi di andare verso l'alto. Non è detto che siano cose cattive in sé, ma probabilmente costituiscono dei legami che ci tengono ancorati a terra. Magari ci occupano tempo prezioso, oppure ci distraggono, oppure dirottano i nostri affetti. Può essere la televisione, oppure il lavoro affrontato in maniera troppo compulsiva, il cibo, la musica, le letture, la PlayStation, gli sms o altro. La rinuncia a qualcosa può essere il classico fioretto della quaresima, ma fatelo con questo spirito: l'alpinista non lascia una penna al campo base per portarsi dietro un'incudine! Si abbandonano dapprima le cose più pesanti e poi quelle più leggere.

### ***Il manuale della guida alpina...***

dalla "*Rosarium Virginis Mariae*"

***I Romani Pontefici e il Rosario*** - 2. A questa preghiera hanno attribuito grande importanza tanti miei Predecessori. Particolari benemerenzze ebbe, al riguardo, Leone XIII che il 1° settembre 1883 promulgava l'Enciclica *Supremi apostolatus officio*,<sup>(3)</sup> alto pronunciamento col quale inaugurava numerosi altri interventi su questa preghiera indicandola come efficace strumento spirituale di fronte ai mali della società. Tra i Papi più recenti che, in epoca conciliare, si sono distinti nella promozione del Rosario desidero ricordare il Beato Giovanni XXIII<sup>(4)</sup> e soprattutto Paolo VI, che nell'Esortazione apostolica *Marialis cultus* sottolineò, in armonia con l'ispirazione del Concilio Ecumenico Vaticano II, il carattere evangelico del Rosario ed il suo orientamento cristologico.

Io stesso, poi, non ho tralasciato occasione per esortare alla frequente recita del Rosario. Fin dai miei anni giovanili questa preghiera ha avuto un posto importante nella mia vita spirituale. Me lo ha ricordato con forza il mio recente viaggio in Polonia, e soprattutto la visita al Santuario di Kalwaria. Il Rosario mi ha accompagnato nei momenti della gioia e in quelli della prova. Ad esso ho consegnato tante preoccupazioni, in esso ho trovato sempre conforto. Ventiquattro anni fa, il 29 ottobre 1978, ad appena due settimane dall'elezione alla Sede di Pietro, quasi aprendo il mio animo così mi esprimevo: «Il Rosario è la mia preghiera prediletta. Preghiera meravigliosa! Meravigliosa nella sua semplicità e nella sua profondità. [...] Si può dire che

il Rosario è, in un certo modo, un commento-preghiera dell'ultimo capitolo della Costituzione *Lumen gentium* del Vaticano II, capitolo che tratta della mirabile presenza della Madre di Dio nel mistero di Cristo e della Chiesa. Difatti, sullo sfondo delle parole *Ave Maria* passano davanti agli occhi dell'anima i principali episodi della vita di Gesù Cristo. Essi si compongono nell'insieme dei misteri gaudiosi, dolorosi e gloriosi, e ci mettono in comunione viva con Gesù attraverso – potremmo dire – il Cuore della sua Madre. Nello stesso tempo il nostro cuore può racchiudere in queste decine del Rosario tutti i fatti che compongono la vita dell'individuo, della famiglia, della nazione, della Chiesa e dell'umanità. Vicende personali e vicende del prossimo e, in modo particolare, di coloro che ci sono più vicini, che ci stanno più a cuore. Così la semplice preghiera del Rosario batte il ritmo della vita umana».<sup>(5)</sup>

Con queste parole, miei cari fratelli e sorelle, immettevo nel ritmo quotidiano del Rosario *il mio primo anno di Pontificato*. Oggi, *all'inizio del venticinquesimo anno di servizio come Successore di Pietro*, desidero fare altrettanto. Quante grazie ho ricevuto in questi anni dalla Vergine Santa attraverso il Rosario: *Magnificat anima mea Dominum!* Desidero elevare il mio grazie al Signore con le parole della sua Madre Santissima, sotto la cui protezione ho posto il mio ministero petrino: *Totus tuus!*

### ***Indicazioni pratiche***

Nei brani che leggete di giorno in giorno, sottolineate a penna qualche concetto che vi colpisce maggiormente: tornerete più tardi a riprenderlo. Per esempio, i passi che trovate sopra già sottolineati, ci indicano in maniera esemplare come il Rosario può entrare concretamente nella trama della nostra vita.

***Escursionisti:*** Continuate con una decina del Rosario.

***Alpinisti:*** Tutto un Rosario: cinque misteri.

### ***Consigli agli scalatori...***

Per poter affrontare la scalata, occorre avere la mente sgombra e lasciare a casa affanni, preoccupazioni e inquietudini. Se siamo turbati e distratti da altre cose, non riusciremo a concentrarci sulla scalata.

Per voltare pagina occorre una buona confessione, nella quale affrontare tutti gli ambiti della nostra vita e ricondurli alla pace, alla serenità, al Signore.

Cerchiamo di trovare l'occasione per confessarci entro domenica...

È bello constatare che il brano di oggi parla proprio della nostra scalata (*"le nostre comunità cristiane diventino autentiche 'scuole' di preghiera"*): è come incontrare un segnavia sul nostro sentiero, che ci conforta e ci dice che siamo sulla strada giusta.

### ***Il manuale della guida alpina...***

dalla *"Rosarium Virginis Mariae"*

*Via di contemplazione* - 5. Ma il motivo più importante per riproporre con forza la pratica del Rosario è il fatto che esso costituisce un mezzo validissimo per favorire tra i fedeli quell'*impegno di contemplazione del mistero cristiano* che ho proposto nella Lettera apostolica *Novo millennio ineunte* come vera e propria 'pedagogia della santità': «C'è bisogno di un cristianesimo che si distingua innanzitutto nell'*arte della preghiera*».<sup>(9)</sup> Mentre nella cultura contemporanea, pur tra tante contraddizioni, affiora una nuova esigenza di spiritualità, sollecitata anche da influssi di altre religioni, è più che mai urgente che le nostre comunità cristiane diventino «autentiche 'scuole' di preghiera».<sup>(10)</sup>

Il Rosario si pone nella migliore e più collaudata tradizione della contemplazione cristiana. Sviluppato in Occidente, esso è preghiera tipicamente meditativa e corrisponde, in qualche modo, alla «preghiera del cuore» o «preghiera di Gesù» germogliata sull'*humus* dell'Oriente cristiano.

### ***Indicazioni pratiche***

***Escursionisti:*** Continuate con una decina del Rosario.

***Alpinisti:*** Tutto un Rosario: cinque misteri.

### ***Consigli agli scalatori...***

Oggi concentriamo la nostra attenzione sulla corda: la corona del Rosario.

Gli alpinisti, a fine giornata, attaccano le corde alla balconata del rifugio, le srotolano, le asciugano, le riavvolgono chiudendone con cura la matassa con un nodo che è quasi artistico... Quanta cura si ha per uno strumento, quando si sa che potrebbe salvarci la vita!

La corona del Rosario, che Giovanni Paolo II brandiva affettuosamente dicendo «È la nostra arma!», merita quindi un supplemento di attenzione. Ultimamente la si è vista ridotta, al pari della croce, ad oggetto ornamentale, ma chi la usa seriamente ha quasi paura a farla vedere.

Se ancora non l'abbiamo, scegliamoci una corona, facciamola benedire e portiamola sempre con noi. Con i tempi che corrono... è meglio girare armati!

### ***Il manuale della guida alpina...***

#### **dalla "Rosarium Virginis Mariae"**

**La 'corona'** - 36. Strumento tradizionale per la recita del Rosario è la corona. Nella pratica più superficiale, essa finisce per essere spesso un semplice strumento di conteggio per registrare il succedersi delle Ave Maria. Ma essa si presta anche ad esprimere un simbolismo, che può dare ulteriore spessore alla contemplazione.

A tal proposito, la prima cosa da notare è come *la corona converga verso il Crocifisso*, che apre così e chiude il cammino stesso dell'orazione. In Cristo è centrata la vita e la preghiera dei credenti. Tutto parte da Lui, tutto tende a Lui, tutto, mediante Lui, nello Spirito Santo, giunge al Padre.

In quanto strumento di conteggio, che scandisce l'avanzare della preghiera, la corona evoca l'incessante cammino della contemplazione e della perfezione cristiana. Il beato Bartolo Longo la vedeva anche come una 'catena' che ci lega a Dio. Catena, sì, ma catena dolce; tale sempre si rivela il rapporto con un Dio che è Padre. Catena 'filiale', che ci pone in sintonia con Maria, la «serva del Signore» (Lc 1, 38), e, in definitiva, con Cristo stesso, che, pur essendo Dio, si fece «servo» per amore nostro (Fil 2, 7).

Bello è anche estendere il significato simbolico della corona al nostro rapporto reciproco, ricordando con essa il vincolo di comunione e di fraternità che tutti ci lega in Cristo.

### ***Indicazioni pratiche***

Quest'oggi proviamo ad avere un frequente contatto “fisico” con la corona del Rosario. Prendiamola in mano, guardiamone la croce, riponiamola con cura.

***Escursionisti:*** Aggiungete un secondo mistero...

***Alpinisti:*** Sempre un Rosario: cinque misteri.

### ***Consigli agli scalatori...***

Capita di incontrare, proprio all'inizio dei sentieri di montagna, quei caratteristici tabelloni in legno sui quali è affissa una carta geografica della zona, magari con un pallino rosso che indica il posto in cui ci si trova.

In diversi modi il Signore si fa presente nella nostra vita e ci parla ogni giorno: attraverso l'Eucaristia, la Parola, la Chiesa,... Ma talvolta lascia sulla nostra strada dei segni particolarmente chiari ed evidenti, quali le apparizioni della Madonna, quasi a tranquillizzarci, a ridarci fiducia e a orientarci nel nostro cammino.

### ***Il manuale della guida alpina...***

**dalla "Rosarium Virginis Mariae"**

«*Ecco la tua madre*» (Gv 19, 27) - 7. Numerosi segni dimostrano quanto la Vergine Santa voglia anche oggi esercitare, proprio attraverso questa preghiera, la premura materna alla quale il Redentore moribondo affidò, nella persona del discepolo prediletto, tutti i figli della Chiesa: «Donna, ecco il tuo figlio!» (Gv 19, 26). Sono note le svariate circostanze, tra il diciannovesimo e il ventesimo secolo, nelle quali la Madre di Cristo ha fatto in qualche modo sentire la sua presenza e la sua voce per esortare il Popolo di Dio a questa forma di orazione contemplativa. Desidero in particolare ricordare, per l'incisiva influenza che conservano nella vita dei cristiani e per l'autorevole riconoscimento avuto dalla Chiesa, le apparizioni di Lourdes e di Fatima,<sup>(1)</sup> i cui rispettivi santuari sono meta di numerosi pellegrini, in cerca di sollievo e di speranza.

### ***Indicazioni pratiche***

***Escursionisti:*** Sempre due misteri

***Alpinisti:*** Sempre un Rosario: cinque misteri.

### ***Consigli agli scalatori...***

Talvolta l'ispirazione a partire per la montagna non viene da persone a noi vicine nello spazio e nel tempo, ma da uomini e donne del passato che hanno fatto la storia dell'alpinismo. I loro racconti, le loro gesta, le loro imprese eroiche suscitano in noi quella scintilla che ci mancava per spingerci a partire.

Così la lettura delle vite dei santi ci stimola e ci scalda il cuore e ci fa provare quelle emozioni che la routine di tutti i giorni soffoca fino a far dimenticare.

### ***Il manuale della guida alpina...***

**dalla “Rosarium Virginis Mariae”**

***Sulle orme dei testimoni*** - 8. Sarebbe impossibile citare lo stuolo innumerevole di Santi che hanno trovato nel Rosario un'autentica via di santificazione. Basterà ricordare san Luigi Maria Grignion de Montfort, autore di una preziosa opera sul Rosario,<sup>(12)</sup> e, più vicino a noi, Padre Pio da Pietrelcina, che ho avuto recentemente la gioia di canonizzare. Uno speciale carisma poi, quale vero apostolo del Rosario, ebbe il beato Bartolo Longo. Il suo cammino di santità poggia su un'ispirazione udita nel profondo del cuore: «Chi propaga il Rosario è salvo!».<sup>(13)</sup> Su questa base, egli si sentì chiamato a costruire a Pompei un tempio dedicato alla Vergine del Santo Rosario sullo sfondo dei resti dell'antica Città, appena lambita dall'annuncio cristiano prima di essere sepolta nel 79 dall'eruzione del Vesuvio, ed emersa secoli dopo dalle sue ceneri a testimonianza delle luci e delle ombre della civiltà classica.

### ***Indicazioni pratiche***

***Escursionisti:*** Sempre due misteri

***Alpinisti:*** Sempre un Rosario: cinque misteri.

### ***Consigli agli scalatori...***

Nella realizzazione di una qualsiasi scalata, occorre sempre una persona che lanci l'iniziativa, qualcuno che con gli occhi del cuore vede più lontano e trascina gli altri in grandi imprese.

Così Giovanni Paolo II ha fatto con il Rosario e così dovremmo abituarci a fare noi, a cominciare dalle piccole vette raggiungibili nelle nostre giornate. Abituamo il nostro cuore a guardare in alto, a superare la pigrizia e il nostro amore per la vita comoda, partendo proprio dalle piccole scelte quotidiane.

### ***Il manuale della guida alpina... dalla "Rosarium Virginis Mariae"***

3. [...] Ho sentito il bisogno di sviluppare una riflessione sul Rosario, quasi a coronamento mariano della Lettera apostolica *Novo millennio ineunte*, per esortare alla contemplazione del volto di Cristo in compagnia e alla scuola della sua Madre Santissima. Recitare il Rosario, infatti, non è altro che contemplare con Maria il volto di Cristo. A dare maggiore rilevanza a questo invito, prendendo occasione dal prossimo centovesimo anniversario della menzionata Enciclica di Leone XIII, desidero che questa preghiera nel corso dell'anno venga particolarmente proposta e valorizzata nelle varie comunità cristiane. [...] Il Rosario, se riscoperto nel suo pieno significato, porta al cuore stesso della vita cristiana ed offre un'ordinaria quanto feconda opportunità spirituale e pedagogica per la contemplazione personale, la formazione del Popolo di Dio e la nuova evangelizzazione.

### ***Indicazioni pratiche***

***Escursionisti:*** Aggiungiamo ancora un mistero e passiamo a tre...

***Alpinisti:*** Sempre un Rosario: cinque misteri.

### ***Consigli agli scalatori...***

Che oasi di ristoro i rifugi in montagna! La calda accoglienza del legno e della pietra, l'allegra comunità degli alpinisti in sosta, i consigli di chi ha già fatto la "via" che vogliamo intraprendere, il pasto che ci ritempra dalle fatiche del cammino...

Così dovremmo vedere le chiese, con le loro architetture che ci orientano a Dio, la loro Comunità che si ritrova con fedeltà, in cui la Parola proclamata ci viene spiegata da chi ha più esperienza e il Pane sazia la nostra fame di Dio.

Riscopriamo con gioia e con occhi nuovi le chiese, questi rifugi della fede che spuntano all'improvviso sui nostri prati di asfalto!

### ***Il manuale della guida alpina...***

#### **dalla "Rosarium Virginis Mariae"**

**Avvio e chiusa** - 37. Sono vari, nella prassi corrente, i modi di introdurre il Rosario nei diversi contesti ecclesiali. In alcune regioni, si suole iniziare con l'invocazione del Salmo 69: «O Dio, vieni a salvarmi; Signore, vieni presto in mio aiuto», quasi ad alimentare nell'orante l'umile consapevolezza della propria indigenza; altrove, invece, l'avvio avviene con la recita del *Credo*, quasi a mettere la professione di fede a fondamento del cammino contemplativo che si intraprende. Questi e simili modi, nella misura in cui ben dispongono l'animo alla contemplazione, sono usi ugualmente legittimi. La recita è poi conclusa con la preghiera secondo le intenzioni del Papa, per allargare lo sguardo di chi prega sull'ampio orizzonte delle necessità ecclesiali. È proprio per incoraggiare questa proiezione ecclesiale del Rosario che la Chiesa ha voluto arricchirlo di sante indulgenze per chi lo recita con le debite disposizioni.

In effetti, se vissuto così, il Rosario diventa veramente un percorso spirituale, in cui Maria si fa madre, maestra, guida, e sostiene il fedele con la sua intercessione potente. Come stupirsi se l'animo sente il bisogno, alla fine di questa preghiera, in cui ha fatto intima esperienza della maternità di Maria, di sciogliersi nelle lodi per la Vergine Santa, sia nella splendida preghiera della *Salve Regina*, che in quella delle *Litanie lauretane*? È il coronamento di un cammino interiore, che ha portato il fedele a contatto vivo con il mistero di Cristo e della sua Madre Santissima.

### ***Indicazioni pratiche***

Oggi, durante la Messa, incentrate l'attenzione sulla preghiera eucaristica, in cui, dopo la consacrazione, si prega per la Chiesa, il

Papa, il Vescovo... Offriamo la nostra preghiera in particolare per questa intenzione.

***Escursionisti:*** Ancora tre misteri...

***Alpinisti:*** Sempre un Rosario: cinque misteri.

### ***Consigli agli scalatori...***

Quando camminiamo in montagna, non contiamo i passi che facciamo, ma il nostro incedere, seppur talvolta faticoso, lo viviamo come un susseguirsi di scorci panoramici, di paesaggi e di piccole e grandi sorprese che la natura ci rivela a mano a mano che procediamo. I nostri passi non sono più entità singole e distinte, ma diventano un unico fluire, naturale e quasi inconscio. Certo che, se prendiamo una brutta storta, perdiamo la nostra capacità di camminare normalmente e ogni nostro passo è una fatica.

Così nel Rosario, se la nostra anima è poco allenata o zoppica un po', distinguiamo e proviamo fatica per ogni singola "Ave Maria" ma, quando saremo più esercitati, riusciremo a gustarlo come un unico fluire. Se per allenarsi nel camminare occorre camminare tanto, così «a pregare si impara pregando».<sup>3</sup>

### ***Il manuale della guida alpina... dalla "Rosarium Virginis Mariae"***

***Il Rosario, via di assimilazione del mistero*** - 26. La meditazione dei misteri di Cristo è proposta nel Rosario con un metodo caratteristico, atto per sua natura a favorire la loro assimilazione. È il metodo *basato sulla ripetizione*. Ciò vale innanzitutto per l'*Ave Maria*, ripetuta per ben dieci volte ad ogni mistero. Se si guarda superficialmente a questa ripetizione, si potrebbe essere tentati di ritenere il Rosario una pratica arida e noiosa. Ben altra considerazione, invece, si può giungere ad avere della Corona, se la si considera come espressione di quell'amore che non si stanca di tornare alla persona amata con effusioni che, pur simili nella manifestazione, sono sempre nuove per il sentimento che le pervade.

In Cristo, Dio ha assunto davvero un «cuore di carne». Egli non ha soltanto un cuore divino, ricco di misericordia e di perdono, ma anche un cuore umano, capace di tutte le vibrazioni dell'affetto. Se avessimo bisogno in proposito di una testimonianza evangelica, non sarebbe difficile trovarla nel toccante dialogo di Cristo con Pietro dopo la Risurrezione: «Simone di Giovanni, mi vuoi bene?». Per ben tre volte è posta la domanda, per ben tre volte è data la risposta: «Signore, tu lo sai che ti voglio bene» (cfr Gv 21, 15-17). Al di là dello specifico significato del brano, così importante per la missione di Pietro, a nessuno sfugge la bellezza di questa *triplice ripetizione*, in cui l'insistente richiesta e la relativa risposta si esprimono in termini ben

---

<sup>3</sup> Andrea Gasparino, *Maestro insegnaci a pregare*, ELLE DI CI.

noti all'esperienza universale dell'amore umano. Per comprendere il Rosario, bisogna entrare nella dinamica psicologica che è propria dell'amore.

Una cosa è chiara: se la ripetizione dell'*Ave Maria* si rivolge direttamente a Maria, con Lei e attraverso di Lei è in definitiva a Gesù che va l'atto di amore. La ripetizione si alimenta del desiderio di una conformazione sempre più piena a Cristo, vero 'programma' della vita cristiana. San Paolo ha enunciato questo programma con parole infuocate: «Per me il vivere è Cristo e il morire un guadagno» (*Fil* 1, 21). E ancora: «Non sono più io che vivo, ma Cristo vive in me» (*Gal* 2, 20). Il Rosario ci aiuta a crescere in questa conformazione fino al traguardo della santità.

### ***Indicazioni pratiche***

Se oggi abbiamo occasione di camminare, proviamo ad accordare i nostri passi con l'*Ave Maria*.

***Escursionisti:*** Ancora tre misteri...

***Alpinisti:*** Sempre un Rosario: cinque misteri.

### ***Consigli agli scalatori...***

Quando, dopo una lunga salita percorsa con gli occhi ben puntati sul sentiero, arriviamo ad un punto panoramico in cui lo sguardo si allarga verso l'orizzonte, a volte sembra quasi di "immergerci nel panorama", fino a sentirsene parte integrante. Il conoscitore della montagna sa poi riconoscere le cime, i ghiacciai e i paesi del fondovalle e, dai dettagli che coglie, sa orientarsi per proseguire il cammino.

Così l'enunciazione del mistero dovrebbe calarci in quella realtà fino a percepirla e a viverne il contesto e le emozioni, per poterne poi trarre indicazione da riportare nella nostra vita.

### ***Il manuale della guida alpina...***

dalla "*Rosarium Virginis Mariae*"

*L'enunciazione del mistero* - 29. Enunciare il mistero, e magari avere l'opportunità di fissare contestualmente un'icona che lo raffiguri, è come *aprire uno scenario* su cui concentrare l'attenzione. Le parole guidano l'immaginazione e l'animo a quel determinato episodio o momento della vita di Cristo. Nella spiritualità che si è sviluppata nella Chiesa, sia la venerazione di icone che le molte devozioni ricche di elementi sensibili, come anche lo stesso metodo proposto da sant'Ignazio di Loyola negli Esercizi Spirituali, hanno fatto ricorso all'elemento visivo e immaginativo (la *compositio loci*), ritenendolo di grande aiuto per favorire la concentrazione dell'animo sul mistero. È una metodologia, del resto, che *corrisponde alla logica stessa dell'Incarnazione*: Dio ha voluto prendere, in Gesù, lineamenti umani. È attraverso la sua realtà corporea che noi veniamo condotti a prendere contatto con il suo mistero divino.

A questa esigenza di concretezza risponde anche l'enunciazione dei vari misteri del Rosario. Certo, essi non sostituiscono il Vangelo e neppure richiamano tutte le sue pagine. Il Rosario, pertanto, non sostituisce la *lectio divina*, al contrario la suppone e la promuove. Ma se i misteri considerati nel Rosario, anche con il completamento dei *mysteria lucis*, si limitano alle linee fondamentali della vita di Cristo, da essi l'animo può facilmente spaziare sul resto del Vangelo, soprattutto quando il Rosario è recitato in particolari momenti di prolungato raccoglimento.

### ***Indicazioni pratiche***

Cerchiamo di trarre dai misteri indicazioni da mettere in pratica oggi.

***Escursionisti:*** Oggi quattro misteri...

***Alpinisti:*** Sempre un Rosario: cinque misteri.

### ***Consigli agli scalatori...***

Nelle nostre esperienze di montagna o di vita all'aria aperta abbiamo avuto sicuramente dei momenti "trascendenti", nei quali un particolare spettacolo della natura ci ha condotto direttamente all'esperienza di Dio, cogliendolo come un'evidenza: la Creazione ci parla del Creatore. Tali momenti non sono tuttavia così frequenti nella vita di tutti i giorni ma, oltre alla Creazione, c'è un altro ambito in cui fare esperienza diretta di Dio: è la sua Parola. Occorre guardarla con occhi nuovi e con stupore di bambino, per ascoltare Dio che ci parla.

### ***Il manuale della guida alpina...***

#### **dalla "Rosarium Virginis Mariae"**

***L'ascolto della Parola di Dio*** - 30. Per dare fondamento biblico e maggiore profondità alla meditazione, è utile che l'enunciazione del mistero sia seguita dalla *proclamazione di un passo biblico corrispondente* che, a seconda delle circostanze, può essere più o meno ampio. Le altre parole, infatti, non raggiungono mai l'efficacia propria della parola ispirata. Questa va ascoltata con la certezza che è Parola di Dio, pronunciata per l'oggi e «per me».

Accolta così, essa entra nella metodologia di ripetizione del Rosario senza suscitare la noia che sarebbe causata dal semplice richiamo di un'informazione ormai ben acquisita. No, non si tratta di riportare alla memoria un'informazione, ma di *lasciar 'parlare' Dio*. In qualche occasione solenne e comunitaria, questa parola può essere opportunamente illustrata da qualche breve commento.

### ***Indicazioni pratiche***

Leggiamo e rileggiamo il passo biblico corrispondente al mistero.

***Escursionisti:*** Ancora quattro misteri...

***Alpinisti:*** Sempre un Rosario: cinque misteri.

### ***Consigli agli scalatori...***

A volte, quando si ammira il paesaggio, si rimane ammutoliti e quando si è in compagnia il silenzio che si crea diviene quasi palpabile e non si osa interromperlo, perché in quei momenti il silenzio parla alla nostra anima. Nella storia della salvezza, il Signore conduce nel deserto l'umanità, sua sposa, e parla al suo cuore (Osea 2,16).

Per ascoltare la voce del Signore dobbiamo dunque tacere e creare momenti di silenzio e di ascolto.

### ***Il manuale della guida alpina...***

**dalla "Rosarium Virginis Mariae"**

***Il silenzio*** - 31. *L'ascolto e la meditazione si nutrono di silenzio.* È opportuno che, dopo l'enunciazione del mistero e la proclamazione della Parola, per un congruo periodo di tempo ci si fermi a fissare lo sguardo sul mistero meditato, prima di iniziare la preghiera vocale. La riscoperta del valore del silenzio è uno dei segreti per la pratica della contemplazione e della meditazione. Tra i limiti di una società fortemente tecnologizzata e mass-mediatica, c'è anche il fatto che il silenzio diventa sempre più difficile. Come nella Liturgia sono raccomandati momenti di silenzio, anche nella recita del Rosario una breve pausa è opportuna dopo l'ascolto della Parola di Dio, mentre l'animo si fissa sul contenuto di un determinato mistero.

### ***Indicazioni pratiche***

Oggi sentiero comune per Escursionisti ed Alpinisti: gustiamo insieme il silenzio!

***Escursionisti:*** Oggi cinque misteri: completiamo il Rosario!

***Alpinisti:*** Sempre un Rosario: cinque misteri.

### ***Consigli agli scalatori...***

Nei passaggi più difficili di un sentiero, talvolta l'amico, che ci tende la mano e ci aiuta a superare un gradino più alto, ci è di grande conforto, ne sentiamo la vicinanza e con gratitudine gioiamo della sua compagnia lungo il cammino.

La preghiera del Padre Nostro, insegnataci direttamente da Gesù, è l'aiuto per superare i momenti di difficoltà e, in virtù della paternità di Dio, viviamo la fratellanza con tutta l'umanità.

### ***Il manuale della guida alpina...***

**dalla "Rosarium Virginis Mariae"**

*Il «Padre nostro»* - 32. Dopo l'ascolto della Parola e la focalizzazione del mistero è naturale che *l'animo si innalzi verso il Padre*. Gesù, in ciascuno dei suoi misteri, ci porta sempre al Padre, a cui Egli continuamente si rivolge, perché nel suo 'seno' riposa (cfr *Gv* 1, 18). Nell'intimità del Padre Egli ci vuole introdurre, perché diciamo con Lui «Abbà, Padre» (*Rm* 8, 15; *Gal* 4, 6). È in rapporto al Padre che Egli ci fa fratelli suoi e fratelli tra di noi, comunicandoci lo Spirito che è suo e del Padre insieme. Il *Padre nostro*, posto quasi come fondamento alla meditazione cristologico-mariana che si sviluppa attraverso la ripetizione dell'*Ave Maria*, rende la meditazione del mistero, anche quando è compiuta in solitudine, un'esperienza ecclesiale.

### ***Indicazioni pratiche***

Oggi nuovamente insieme, Escursionisti e Alpinisti. Cerchiamo di vivere la nostra fraternità chiamando qualcuno che condivide questo cammino di preghiera, per mettere in comune l'esperienza.

***Escursionisti:*** Ancora un Rosario: cinque misteri.

***Alpinisti:*** Sempre un Rosario: cinque misteri.

### ***Consigli agli scalatori...***

Eccoci giunti alla parete di roccia che dovremo affrontare. Le vie sono diverse, ma i consigli sono gli stessi per tutti, come una sola è la vetta sulla quale ci incontreremo. Da adesso si sale in verticale. Se c'è ancora qualcosa che pesa nel nostro zaino, sarà bene lasciarlo qui. Magari siamo già stanchi e l'idea di uno sforzo ulteriore ci spaventa e ci fa venire voglia di mollare tutto e tornare a valle. Ma la sfida è lanciata e chi è stato sulla vetta annuncia che è un'esperienza indimenticabile. La salita in parete esige un cambiamento della nostra postura: non è più camminare, è arrampicare; non è più andare avanti, è andare su. Per fare questo, dobbiamo stare il più possibile vicini alla parete e fare in modo che il nostro baricentro non si allontani da essa, pena la caduta nel vuoto. È una questione di equilibrio, tutta nuova rispetto al nostro muoverci abituale.

Scopriamo oggi che anche l'Ave Maria ha un baricentro nel nome di Gesù, la cui accentuazione fa la differenza tra un Rosario fruttuoso e una recita vuota.

### ***Il manuale della guida alpina...***

#### **dalla "Rosarium Virginis Mariae"**

**Le dieci «Ave Maria»** - 33. È questo l'elemento più corposo del Rosario e insieme quello che ne fa una preghiera mariana per eccellenza. Ma proprio alla luce dell'*Ave Maria* ben compresa, si avverte con chiarezza che il carattere mariano non solo non si oppone a quello cristologico, ma anzi lo sottolinea e lo esalta. La prima parte dell'*Ave Maria*, infatti, desunta dalle parole rivolte a Maria dall'angelo Gabriele e da sant'Elisabetta, è contemplazione adorante del mistero che si compie nella Vergine di Nazareth. Esse esprimono, per così dire, l'ammirazione del cielo e della terra e fanno, in certo senso, trapelare l'incanto di Dio stesso nel contemplare il suo capolavoro – l'incarnazione del Figlio nel grembo verginale di Maria –, nella linea di quel gioioso sguardo della Genesi (cfr *Gn* 1, 31), di quell'originario «*pathos* con cui Dio, all'alba della creazione, guardò all'opera delle sue mani».<sup>(36)</sup> Il ripetersi, nel Rosario, dell'*Ave Maria*, ci pone sull'onda dell'incanto di Dio: è giubilo, stupore, riconoscimento del più grande miracolo della storia. È il compimento della profezia di Maria: «D'ora in poi tutte le generazioni mi chiameranno beata» (*Lc* 1, 48).

Il baricentro dell'*Ave Maria*, quasi cerniera tra la prima e la seconda parte, è il nome di Gesù. Talvolta, nella recitazione frettolosa, questo baricentro sfugge, e con esso anche l'aggancio al mistero di Cristo che si sta

contemplando. Ma è proprio dall'accento che si dà al nome di Gesù e al suo mistero che si contraddistingue una significativa e fruttuosa recita del Rosario. Già Paolo VI ricordò, nell'Esortazione apostolica *Marialis cultus*, l'uso praticato in alcune regioni di dar rilievo al nome di Cristo, aggiungendovi una clausola evocatrice del mistero che si sta meditando.<sup>(37)</sup> È un uso lodevole, specie nella recita pubblica. Esso esprime con forza la fede cristologica, applicata ai diversi momenti della vita del Redentore. È *professione di fede* e, al tempo stesso, aiuto a tener desta la meditazione, consentendo di vivere la funzione assimilante, insita nella ripetizione dell'*Ave Maria*, rispetto al mistero di Cristo. Ripetere il nome di Gesù – l'unico nome nel quale ci è dato di sperare salvezza (cfr At 4, 12) – intrecciato con quello della Madre Santissima, e quasi lasciando che sia Lei stessa a suggerirlo a noi, costituisce un cammino di assimilazione, che mira a farci entrare sempre più profondamente nella vita di Cristo.

Dallo specialissimo rapporto con Cristo, che fa di Maria la Madre di Dio, la *Theotòkos*, deriva, poi, la forza della supplica con la quale a Lei ci rivolgiamo nella seconda parte della preghiera, affidando alla sua materna intercessione la nostra vita e l'ora della nostra morte.

### ***Indicazioni pratiche***

***Escursionisti:*** Sempre un Rosario.

***Alpinisti:*** Oggi si sale: due Rosari! Se può facilitare la cosa, è possibile recitali anche camminando o svolgendo lavori manuali (magari con l'ausilio della traccia audio), ma sarebbe meglio che almeno uno dei due si recitasse in un luogo e un tempo tutto dedicato ad esso.

### ***Consigli agli scalatori...***

I primi metri di salita sono facili in maniera quasi ingannevole: basta un salto e siamo a terra, l'altezza non ci spaventa! Ma è sufficiente salire un poco di più perché la vertigine ci colga, facendoci avvertire la pericolosità dell'altezza e attirandoci verso valle. A questo punto non bisogna fare l'errore di guardare verso il basso, di rimanere fermi a commiserarci e a convincerci che non ce la possiamo fare, che è troppo difficile per noi. Bisogna guardare in alto! Dimenticarci dei nostri limiti, delle nostre paure e cominciare a muoverci verso la vetta che ci aspetta in tutta la sua bellezza.

### ***Il manuale della guida alpina...***

#### **dalla "Rosarium Virginis Mariae"**

**Il «Gloria»** - 34. La dossologia trinitaria è il traguardo della contemplazione cristiana. Cristo è infatti la via che ci conduce al Padre nello Spirito. Se percorriamo fino in fondo questa via, ci ritroviamo continuamente di fronte al mistero delle tre Persone divine da lodare, adorare, ringraziare. È importante che il *Gloria, culmine della contemplazione*, sia messo bene in evidenza nel Rosario. Nella recita pubblica potrebbe essere cantato, per dare opportuna enfasi a questa prospettiva strutturale e qualificante di ogni preghiera cristiana.

Nella misura in cui la meditazione del mistero è stata attenta, profonda, ravvivata – di *Ave* in *Ave* – dall'amore per Cristo e per Maria, la glorificazione trinitaria ad ogni decina, lungi dal ridursi ad una rapida conclusione, acquista il suo giusto tono contemplativo, come per elevare l'animo all'altezza del Paradiso e farci rivivere, in qualche modo, l'esperienza del Tabor, anticipazione della contemplazione futura: «È bello per noi stare qui» (Lc 9, 33).

### ***Indicazioni pratiche***

Oggi un'attenzione particolare alla recita del Gloria, come punto di spinta verso l'Alto.

**Escursionisti:** Sempre un Rosario.

**Alpinisti:** Sempre due Rosari.

### ***Consigli agli scalatori...***

Quando, dopo un passaggio difficile, ci capita di avere dei buoni appigli per mani e piedi, la tensione si alleggerisce un po' e ci sembra che la parete in quel momento mostri il suo volto più amichevole e quasi ci venga incontro. È il momento di riprendere fiato e, ritrovata la sintonia con la parete, proseguire l'ascesa.

### ***Il manuale della guida alpina...***

dalla "*Rosarium Virginis Mariae*"

***La giaculatoria finale*** - 35. Nella pratica corrente del Rosario, dopo la dossologia trinitaria segue una giaculatoria, che varia a seconda delle consuetudini. Senza nulla togliere al valore di tali invocazioni, sembra opportuno rilevare che la contemplazione dei misteri potrà meglio esprimere tutta la sua fecondità, se si avrà cura di far sì che ciascun mistero si concluda con *una preghiera volta ad ottenere i frutti specifici della meditazione di quel mistero*. In questo modo il Rosario potrà esprimere con maggiore efficacia il suo legame con la vita cristiana. Lo suggerisce una bella orazione liturgica, che ci invita a chiedere di poter giungere, meditando i misteri del Rosario, ad «imitare ciò che contengono e ad ottenere ciò che promettono».

(38)

Tale preghiera finale potrà ispirarsi, come già succede, a una legittima varietà. Il Rosario acquista in tal modo anche una fisionomia più adeguata alle varie tradizioni spirituali e alle varie comunità cristiane. In questa prospettiva, è auspicabile che si diffondano, col debito discernimento pastorale, le proposte più significative, magari sperimentate in centri e santuari mariani particolarmente attenti alla pratica del Rosario, in modo che il Popolo di Dio possa avvalersi di ogni autentica ricchezza spirituale, traendone nutrimento per la propria contemplazione.

### ***Indicazioni pratiche***

***Escursionisti:*** Sempre un Rosario.

***Alpinisti:*** Sempre due Rosari.

### ***Consigli agli scalatori...***

Complimenti! Siamo bravissimi! Superato il primo strappo iniziale, la parete si addolcisce e diviene più semplice. Gli appigli sono evidenti e la fatica meno opprimente. Tuttavia anche i tratti così semplici nascondono un'insidia: dando per scontata la loro facilità, li prendiamo sotto gamba e li affrontiamo con spavalderia, ritenendo di avere ormai in noi la capacità di superarli. Così facendo, il nostro baricentro si allontana dalla Roccia (della nostra Salvezza) e il nostro peso ci trascina nel vuoto. È il momento di ricordarsi la lezione appresa, anche se l'impresa ci sembra più facile e la tecnica acquisita. Confidiamo nel Signore e non nelle nostre forze!

### ***Il manuale della guida alpina...***

**dalla "Rosarium Virginis Mariae"**

***Il Rosario «compendio del Vangelo»*** - 18. Alla contemplazione del volto di Cristo non ci si introduce che ascoltando, nello Spirito, la voce del Padre, perché «nessuno conosce il Figlio se non il Padre» (Mt 11, 27). Nei pressi di Cesarea di Filippo, di fronte alla confessione di Pietro, Gesù preciserà la fonte di una così limpida intuizione della sua identità: «Né la carne né il sangue te l'hanno rivelato, ma il Padre mio che sta nei cieli» (Mt 16, 17). È necessaria dunque la rivelazione dall'alto. Ma per accoglierla, è indispensabile mettersi in ascolto: «Solo *l'esperienza del silenzio e della preghiera* offre l'orizzonte adeguato in cui può maturare e svilupparsi la conoscenza più vera, aderente e coerente, di quel mistero».<sup>(27)</sup>

Il Rosario è uno dei percorsi tradizionali della preghiera cristiana applicata alla contemplazione del volto di Cristo. Così lo descrisse il Papa Paolo VI: «Preghiera evangelica, incentrata nel mistero dell'incarnazione redentrice, il *Rosario* è, dunque, preghiera di orientamento nettamente cristologico. Infatti, il suo elemento caratteristico – la ripetizione litanica del "*Rallegrati, Maria*" – diviene anch'esso lode incessante a Cristo, termine ultimo dell'annuncio dell'Angelo e del saluto della madre del Battista: 'Benedetto il frutto del tuo seno' (Lc 1, 42). Diremo di più: la ripetizione dell'*Ave Maria* costituisce l'ordito, sul quale si sviluppa la contemplazione dei misteri: il Gesù che ogni *Ave Maria* richiama, è quello stesso che la successione dei misteri ci propone, a volta a volta, Figlio di Dio e della Vergine».<sup>(28)</sup>

### ***Indicazioni pratiche***

***Escursionisti:*** Sempre un Rosario.

***Alpinisti:*** Sempre due Rosari.

### ***Consigli agli scalatori...***

Mentre procediamo in parete, proprio davanti al nostro naso vediamo uno *spit*. Uno *spit* è un chiodo a pressione, con un anello nel quale far passare un moschettoni. In una parete di roccia, lo *spit* è una presenza estranea, che balza agli occhi e ci fa riandare a chi ha percorso quella parete per primo e con fatica, perizia e lungimiranza ha piantato quel chiodo proprio lì, dove sarebbe servito anche a noi. Come non provare gratitudine e riconoscenza per chi ci ha preceduto?

### ***Il manuale della guida alpina...***

#### **dalla "Rosarium Virginis Mariae"**

***Una opportuna integrazione*** - 19. Dei tanti misteri della vita di Cristo, il Rosario, così come si è consolidato nella pratica più comune avvalorata dall'autorità ecclesiale, ne addita solo alcuni. Tale selezione è stata imposta dall'ordito originario di questa preghiera, che si venne organizzando sul numero 150 corrispondente a quello dei Salmi.

Ritengo tuttavia che, per potenziare lo spessore cristologico del Rosario, sia opportuna un'integrazione che, pur lasciata alla libera valorizzazione dei singoli e delle comunità, gli consenta di abbracciare anche *i misteri della vita pubblica di Cristo tra il Battesimo e la Passione*. È infatti nell'arco di questi misteri che contempliamo aspetti importanti della persona di Cristo quale rivelatore definitivo di Dio. Egli è Colui che, dichiarato Figlio diletto del Padre nel Battesimo al Giordano, annuncia la venuta del Regno, la testimonia con le opere, ne proclama le esigenze. È negli anni della vita pubblica che *il mistero di Cristo si mostra a titolo speciale quale mistero di luce*: «Finché sono nel mondo, sono la luce del mondo» (Gv 9, 5).

Affinché il Rosario possa dirsi in modo più pieno 'compendio del Vangelo', è perciò conveniente che, dopo aver ricordato l'incarnazione e la vita nascosta di Cristo (*misteri della gioia*), e prima di soffermarsi sulle sofferenze della passione (*misteri del dolore*), e sul trionfo della risurrezione (*misteri della gloria*), la meditazione si porti anche su alcuni momenti particolarmente significativi della vita pubblica (*misteri della luce*). Questa integrazione di nuovi misteri, senza pregiudicare nessun aspetto essenziale dell'assetto tradizionale di questa preghiera, è destinata a farla vivere con rinnovato interesse nella spiritualità cristiana, quale vera introduzione alla profondità del Cuore di Cristo, abisso di gioia e di luce, di dolore e di gloria.

### ***Indicazioni pratiche***

***Escursionisti:*** Sempre un Rosario.

***Alpinisti:*** Sempre due Rosari.

### ***Consigli agli scalatori...***

È il momento di mettere un *rinvio*. Il *rinvio* è costituito da due moschettoni uniti da una fettuccia: uno dei due si assicura allo *spit*, mentre nell'altro passa la corda cui siamo legati. Messo il *rinvio*, ci sentiamo più sicuri: mal che vada, se cadiamo, ripartiremo da qui.

I Misteri del Rosario devono diventare i *rinvii* che assicurano la nostra vita a quella di Cristo, punti cardine sui quali costruire certezze.

Abbiamo ora l'occasione di seguire la descrizione della via da parte di una delle guide alpine più autorevoli, che innumerevoli volte l'ha percorsa. Seguiamo le sue indicazioni e cerchiamo di farle nostre.

### ***Il manuale della guida alpina...***

#### **dalla "Rosarium Virginis Mariae"**

**Misteri della gioia** - 20. Il primo ciclo, quello dei 'misteri gaudiosi', è effettivamente caratterizzato dalla *gioia che irradia dall'evento dell'Incarnazione*. Ciò è evidente fin dall'Annunciazione, dove il saluto di Gabriele alla Vergine di Nazareth si riallaccia all'invito alla gioia messianica: «Rallegrati, Maria». A questo annuncio approda tutta la storia della salvezza, anzi, in certo modo, la storia stessa del mondo. Se infatti il disegno del Padre è di ricapitolare in Cristo tutte le cose (cfr *Ef* 1, 10), è l'intero universo che in qualche modo è raggiunto dal divino favore con cui il Padre si china su Maria per renderla Madre del suo Figlio. A sua volta, tutta l'umanità è come racchiusa nel *fiat* con cui Ella prontamente corrisponde alla volontà di Dio.

All'insegna dell'esultanza è poi la scena dell'incontro con Elisabetta, dove la voce stessa di Maria e la presenza di Cristo nel suo grembo fanno «sussultare di gioia» Giovanni (cfr *Lc* 1, 44). Soffusa di letizia è la scena di Betlemme, in cui la nascita del Bimbo divino, il Salvatore del mondo, è cantata dagli angeli e annunciata ai pastori proprio come «una grande gioia» (*Lc* 2, 10).

Ma già i due ultimi misteri, pur conservando il sapore della gioia, *anticipano i segni del dramma*. La presentazione al tempio, infatti, mentre esprime la gioia della consacrazione e immerge nell'estasi il vecchio Simeone, registra anche la profezia del «segno di contraddizione» che il Bimbo sarà per Israele e della spada che trafiggerà l'anima della Madre (cfr *Lc* 2, 34-35). Gioioso e insieme drammatico è pure l'episodio di Gesù dodicenne al tempio. Egli qui appare nella sua divina sapienza, mentre ascolta e interroga, e sostanzialmente nella veste di colui che 'insegna'. La rivelazione del suo mistero di Figlio tutto dedito alle cose del Padre è annuncio di quella radicalità evangelica che pone in crisi anche i legami più cari dell'uomo, di

fronte alle esigenze assolute del Regno. Gli stessi Giuseppe e Maria, trepidanti e angosciati, «non compresero le sue parole» (Lc 2, 50).

Meditare i misteri 'gaudiosi' significa così entrare nelle motivazioni ultime e nel significato profondo della gioia cristiana. Significa fissare lo sguardo sulla concretezza del mistero dell'Incarnazione e sull'oscuro preannuncio del mistero del dolore salvifico. Maria ci conduce ad apprendere il segreto della gioia cristiana, ricordandoci che il cristianesimo è innanzitutto *euangelion*, 'buona notizia', che ha il suo centro, anzi il suo stesso contenuto, nella persona di Cristo, il Verbo fatto carne, unico Salvatore del mondo.

### ***Indicazioni pratiche***

***Escursionisti:*** Sempre un Rosario.

***Alpinisti:*** Sempre due Rosari.

## ***Consigli agli scalatori...***

Come dicevamo, questi *spit* sono nuovi di zecca! Questo pezzo di via appena tracciato porta con sé un elemento di novità e di contemporaneità.

## ***Il manuale della guida alpina...***

### **dalla “Rosarium Virginis Mariae”**

**Misteri della luce** - 21. Passando dall'infanzia e dalla vita di Nazareth alla vita pubblica di Gesù, la contemplazione ci porta su quei misteri che si possono chiamare, a titolo speciale, 'misteri della luce'. In realtà, è *tutto il mistero di Cristo che è luce*. Egli è «la luce del mondo» (*Gv* 8, 12). Ma questa dimensione emerge particolarmente *negli anni della vita pubblica*, quando Egli annuncia il vangelo del Regno. Volendo indicare alla comunità cristiana cinque momenti significativi – misteri 'luminosi' – di questa fase della vita di Cristo, ritengo che essi possano essere opportunamente individuati: 1. nel suo Battesimo al Giordano, 2. nella sua auto-rivelazione alle nozze di Cana, 3. nell'annuncio del Regno di Dio con l'invito alla conversione, 4. nella sua Trasfigurazione e, infine, 5. nell'istituzione dell'Eucaristia, espressione sacramentale del mistero pasquale.

Ognuno di questi misteri è *rivelazione del Regno ormai giunto nella persona stessa di Gesù*. È mistero di luce innanzitutto il Battesimo al Giordano. Qui, mentre il Cristo scende, quale innocente che si fa 'peccato' per noi (cfr *2Cor* 5, 21), nell'acqua del fiume, il cielo si apre e la voce del Padre lo proclama Figlio diletto (cfr *Mt* 3, 17 e par), mentre lo Spirito scende su di Lui per investirlo della missione che lo attende. Mistero di luce è l'inizio dei segni a Cana (cfr *Gv* 2, 1-12), quando Cristo, cambiando l'acqua in vino, apre alla fede il cuore dei discepoli grazie all'intervento di Maria, la prima dei credenti. Mistero di luce è la predicazione con la quale Gesù annuncia l'avvento del Regno di Dio e invita alla conversione (cfr *Mc* 1, 15), rimettendo i peccati di chi si accosta a Lui con umile fiducia (cfr *Mc* 2, 3-13; *Lc* 7, 47-48), inizio del ministero di misericordia che Egli continuerà ad esercitare fino alla fine del mondo, specie attraverso il sacramento della Riconciliazione affidato alla sua Chiesa (cfr *Gv* 20, 22-23). Mistero di luce per eccellenza è poi la Trasfigurazione, avvenuta, secondo la tradizione, sul Monte Tabor. La gloria della Divinità sfolgora sul volto di Cristo, mentre il Padre lo accredita agli Apostoli estasiati perché lo ascoltino (cfr *Lc* 9, 35 e par) e si dispongano a vivere con Lui il momento doloroso della Passione, per giungere con Lui alla gioia della Risurrezione e a una vita trasfigurata dallo Spirito Santo. Mistero di luce è, infine, l'istituzione dell'Eucaristia, nella quale Cristo si fa nutrimento con il suo Corpo e il suo Sangue sotto i

segni del pane e del vino, testimoniando « sino alla fine » il suo amore per l'umanità (Gv 13, 1), per la cui salvezza si offrirà in sacrificio.

In questi misteri, tranne che a Cana, *la presenza di Maria rimane sullo sfondo*. I Vangeli accennano appena a qualche sua presenza occasionale in un momento o nell'altro della predicazione di Gesù (cfr Mc 3, 31-35; Gv 2, 12) e nulla dicono di un'eventuale presenza nel Cenacolo al momento dell'istituzione dell'Eucaristia. Ma la funzione che svolge a Cana accompagna, in qualche modo, tutto il cammino di Cristo. La rivelazione, che nel Battesimo al Giordano è offerta direttamente dal Padre ed è riecheggiata dal Battista, sta a Cana sulla sua bocca, e diventa la grande ammonizione materna che Ella rivolge alla Chiesa di tutti i tempi: « Fate quello che vi dirà » (Gv 2, 5). È ammonizione, questa, che ben introduce parole e segni di Cristo durante la vita pubblica, costituendo lo sfondo mariano di tutti i 'misteri della luce'.

### ***Indicazioni pratiche***

***Escursionisti:*** Sempre un Rosario.

***Alpinisti:*** Sempre due Rosari.

## ***Consigli agli scalatori...***

Continuiamo a seguire i consigli della guida alpina...

## ***Il manuale della guida alpina...***

### **dalla “Rosarium Virginis Mariae”**

**Misteri del dolore - 22.** Ai misteri del dolore di Cristo i Vangeli danno grande rilievo. Da sempre la pietà cristiana, specialmente nella Quaresima, attraverso la pratica della *Via Crucis*, si è soffermata sui singoli momenti della Passione, intuendo che è qui *il culmine della rivelazione dell'amore* ed è qui la sorgente della nostra salvezza. Il Rosario sceglie alcuni momenti della Passione, inducendo l'orante a fissarvi lo sguardo del cuore e a riviverli. Il percorso meditativo si apre col Getsemani, lì dove Cristo vive un momento particolarmente angoscioso di fronte alla volontà del Padre, alla quale la debolezza della carne sarebbe tentata di ribellarsi. Lì Cristo si pone nel luogo di tutte le tentazioni dell'umanità, e di fronte a tutti i peccati dell'umanità, per dire al Padre: «Non sia fatta la mia, ma la tua volontà» (*Lc* 22, 42 e par). Questo suo 'sì' ribalta il 'no' dei progenitori nell'Eden. E quanto questa adesione alla volontà del Padre debba costargli emerge dai misteri seguenti, nei quali, la salita al Calvario, con la flagellazione, la coronazione di spine, la morte in croce, Egli è gettato nella più grande abiezione: *Ecce homo!*

In questa abiezione è rivelato non soltanto l'amore di Dio, ma il senso stesso dell'uomo. *Ecce homo*: chi vuol conoscere l'uomo, deve saperne riconoscere il senso, la radice e il compimento in Cristo, Dio che si abbassa per amore « fino alla morte, e alla morte di croce » (*Fil* 2, 8). I misteri del dolore portano il credente a rivivere la morte di Gesù ponendosi sotto la croce accanto a Maria, per penetrare con Lei nell'abisso dell'amore di Dio per l'uomo e sentirne tutta la forza rigeneratrice.

## ***Indicazioni pratiche***

***Escursionisti:*** Sempre un Rosario.

***Alpinisti:*** Sempre due Rosari.

### ***Consigli agli scalatori...***

Giunti questo punto, dopo tante difficoltà, abbiamo la possibilità di una sosta, di un momento in cui possiamo intravedere un anticipo delle bellezze che ci riserva la vetta. È una sosta opportuna, che ci rinfranca e ci fa riprendere le forze prima di affrontare un ulteriore strappo. Anche negli occhi dei compagni di cordata scorgiamo il riverbero della gioia che proviamo dentro di noi.

Quest'oggi, quarta domenica di quaresima, anche la liturgia ci offre un momento di sosta: è la domenica "laetare", nella quale il rigore della quaresima è attenuato dalla prospettiva della gioia pasquale ormai prossima. Anche il paramento viola può essere sostituito dal paramento rosa, proprio per rimarcare questa attenuazione.

Oggi, dopo la Messa, cerchiamo negli occhi dei nostri compagni di cordata la gioia del cammino che condividiamo.

Per quanto riguarda il Rosario, continuiamo a seguire i consigli della guida alpina...

### ***Il manuale della guida alpina...***

#### **dalla "Rosarium Virginis Mariae"**

**Misteri della gloria** - 23. «La contemplazione del volto di Cristo non può fermarsi all'immagine di Lui crocifisso. Egli è il Risorto!».<sup>(29)</sup> Da sempre il Rosario esprime questa consapevolezza della fede, invitando il credente ad andare oltre il buio della Passione, per fissare lo sguardo sulla gloria di Cristo nella Risurrezione e nell'Ascensione. Contemplando il Risorto il cristiano riscopre *le ragioni della propria fede* (cfr *1Cor* 15, 14), e rivive la gioia non soltanto di coloro ai quali Cristo si manifestò – gli Apostoli, la Maddalena, i discepoli di Emmaus –, ma anche *la gioia di Maria*, che dovette fare un'esperienza non meno intensa della nuova esistenza del Figlio glorificato. A questa gloria che, con l'Ascensione, pone il Cristo alla destra del Padre, Ella stessa sarà sollevata con l'Assunzione, giungendo, per specialissimo privilegio, ad anticipare il destino riservato a tutti i giusti con la risurrezione della carne. Coronata infine di gloria – come appare nell'ultimo mistero glorioso – Ella rifulge quale Regina degli Angeli e dei Santi, anticipazione e vertice della condizione escatologica della Chiesa.

Al centro di questo percorso di gloria del Figlio e della Madre, il Rosario pone, nel terzo mistero glorioso, la Pentecoste, che mostra il volto della Chiesa quale famiglia riunita con Maria, ravvivata dall'effusione potente dello Spirito, pronta per la missione evangelizzatrice. La contemplazione di questo, come degli altri misteri gloriosi, deve portare i credenti a prendere

coscienza sempre più viva della loro esistenza nuova in Cristo, all'interno della realtà della Chiesa, un'esistenza di cui la scena della Pentecoste costituisce la grande 'icona'. I misteri gloriosi alimentano così nei credenti *la speranza della meta escatologica* verso cui sono incamminati come membri del Popolo di Dio pellegrinante nella storia. Ciò non può non spingerli ad una coraggiosa testimonianza di quel «lieto annunzio» che dà senso a tutta la loro esistenza.

### ***Indicazioni pratiche***

***Escursionisti:*** Sempre un Rosario.

***Alpinisti:*** Sempre due Rosari.

### ***Consigli agli scalatori...***

Appena ripartiti dopo la sosta, la parete davanti a noi si fa improvvisamente più liscia. Non si vedono appigli, è quasi verticale: è una "placca". Poi ci accorgiamo che, ai lati, la parete s'incurva e siamo in una specie di camino. Non ci sono sporgenze, ma possiamo salire facendo forza con braccia e gambe sulle pareti opposte.

Così Maria ci offre la strada per arrivare al suo Figlio Gesù, aiutandoci a superare quei momenti in cui non riusciremmo a cogliere appieno l'esempio di Cristo, ma rimanendo ugualmente per suo tramite alla sequela di Gesù.

### ***Il manuale della guida alpina...***

#### **dalla "Rosarium Virginis Mariae"**

**Dai 'misteri' al 'Mistero': la via di Maria** - 24. Questi cicli meditativi proposti nel Santo Rosario non sono certo esaustivi, ma richiamano l'essenziale, introducendo l'animo al gusto di una conoscenza di Cristo che continuamente attinge alla fonte pura del testo evangelico. Ogni singolo tratto della vita di Cristo, com'è narrato dagli Evangelisti, rifugge di quel Mistero che supera ogni conoscenza (cfr *Ef* 3, 19). È il Mistero del Verbo fatto carne, nel quale «abita corporalmente tutta la pienezza della divinità» (*Col* 2, 9). Per questo il *Catechismo della Chiesa Cattolica* insiste tanto sui misteri di Cristo, ricordando che « tutto nella vita di Gesù è segno del suo Mistero ». <sup>(20)</sup> Il «*duc in altum*» della Chiesa nel terzo Millennio si misura sulla capacità dei cristiani di «penetrare nella perfetta conoscenza del mistero di Dio, cioè Cristo, nel quale sono nascosti tutti i tesori della sapienza e della scienza» (*Col* 2, 2-3). A ciascun battezzato è rivolto l'ardente auspicio della Lettera agli Efesini: «Che il Cristo abiti per la fede nei vostri cuori e così, radicati e fondati nella carità, siate in grado di [...] conoscere l'amore di Cristo che sorpassa ogni conoscenza, perché siate ricolmi di tutta la pienezza di Dio» (3, 17-19).

Il Rosario si pone a servizio di questo ideale, offrendo il 'segreto' per aprirsi più facilmente a una conoscenza profonda e coinvolgente di Cristo. Potremmo dirlo *la via di Maria*. È la via dell'esempio della Vergine di Nazareth, donna di fede, di silenzio e di ascolto. È insieme la via di una devozione mariana animata dalla consapevolezza dell'inscindibile rapporto che lega Cristo alla sua Madre Santissima: *i misteri di Cristo* sono anche, in certo senso, *i misteri della Madre*, persino quando non vi è direttamente coinvolta, per il fatto stesso che Ella vive di Lui e per Lui. Facendo nostre nell'*Ave Maria* le parole dell'angelo Gabriele e di sant'Elisabetta, ci sentiamo

spinti a cercare sempre nuovamente in Maria, tra le sue braccia e nel suo cuore, il «frutto benedetto del suo grembo» (cfr *Lc* 1, 42).

### ***Indicazioni pratiche***

La “placca” scoraggerebbe chiunque, ma abbiamo già superato tante difficoltà e non possiamo mollare adesso: abbiamo ancora energie da tirare fuori e risorse da attivare! Basta avere un po’ di generosità e fantasia...

***Escursionisti:*** È il momento di fare un salto: proviamo a recitare due Rosari!

***Alpinisti:*** Saliamo un po’ nell’impegno: passiamo a tre Rosari!

### ***Consigli agli scalatori...***

Capita ad un tratto, mentre ci sembra di essere completamente assorbiti dalla difficoltà della scalata, di trovarsi a ragionare su qualche problema esistenziale, senza che questo diminuisca la nostra capacità di arrampicata.

Anche durante la recita del Rosario, talvolta, capita che si affaccino problemi, situazioni, progetti della nostra vita e con essi anche una loro possibile soluzione e sviluppo. Non sono distrazioni: è il Signore che getta la luce dello Spirito sulla nostra vita.

### ***Il manuale della guida alpina...***

#### **dalla “Rosarium Virginis Mariae”**

**Mistero di Cristo, 'mistero' dell'uomo** - 25. Nella già ricordata testimonianza del 1978 sul Rosario quale mia preghiera prediletta, espressi un concetto sul quale desidero ritornare.

Dissi allora che «la semplice preghiera del Rosario batte il ritmo della vita umana».<sup>(31)</sup>

Alla luce delle riflessioni finora svolte sui misteri di Cristo, non è difficile approfondire questa *implicazione antropologica* del Rosario. Un'implicazione più radicale di quanto non appaia a prima vista. Chi si pone in contemplazione di Cristo ripercorrendo le tappe della sua vita, non può non cogliere in Lui anche la *verità sull'uomo*. È la grande affermazione del Concilio Vaticano II, che fin dalla Lettera enciclica *Redemptor hominis* ho fatto tante volte oggetto del mio magistero: «In realtà, il mistero dell'uomo si illumina veramente soltanto nel mistero del Verbo incarnato».<sup>(32)</sup> Il Rosario aiuta ad aprirsi a questa luce. Seguendo il cammino di Cristo, nel quale il cammino dell'uomo è «ricapitolato»,<sup>(33)</sup> svelato e redento, il credente si pone davanti all'immagine dell'uomo vero. Contemplando la sua nascita impara la sacralità della vita, guardando alla casa di Nazareth apprende la verità originaria sulla famiglia secondo il disegno di Dio, ascoltando il Maestro nei misteri della vita pubblica attinge la luce per entrare nel Regno di Dio e, seguendo sulla via del Calvario, impara il senso del dolore salvifico. Infine, contemplando Cristo e sua Madre nella gloria, vede il traguardo a cui ciascuno di noi è chiamato, se si lascia sanare e trasfigurare dallo Spirito Santo. Si può dire così che ciascun mistero del Rosario, ben meditato, getta luce sul mistero dell'uomo.

Al tempo stesso, diventa naturale portare a questo incontro con la santa umanità del Redentore i tanti problemi, assilli, fatiche e progetti che segnano la nostra vita. «Getta sul Signore il tuo affanno, ed egli ti darà sostegno» (Sal 55, 23). Meditare col Rosario significa consegnare i nostri affanni ai cuori

misericordiosi di Cristo e della Madre sua. A distanza di venticinque anni, ripensando alle prove che non sono mancate nemmeno nell'esercizio del ministero petrino, mi sento di ribadire, quasi come un caldo invito rivolto a tutti perché ne facciano personale esperienza: sì, davvero il Rosario «batte il ritmo della vita umana», per armonizzarla col ritmo della vita divina, nella gioiosa comunione della Santa Trinità, destino e anelito della nostra esistenza.

### ***Indicazioni pratiche***

***Escursionisti:*** Due Rosari.

***Alpinisti:*** Tre Rosari.

### ***Consigli agli scalatori...***

Succede di incontrare altri alpinisti, magari su una cengia, mentre, dopo una sosta, si preparano ad affrontare un altro tratto di parete. Anche se non li conosciamo, solo per il fatto di condividere la stessa esperienza, entriamo subito in sintonia con loro e proviamo un sentimento di sincera fratellanza.

Anche il Rosario, vissuto in profondità, suscita sentimenti di fraternità nei confronti delle altre chiese cristiane: la preghiera non può che unire. Cerchiamo di coltivare questo sentimento nella giornata di oggi.

### ***Il manuale della guida alpina...***

dalla **“Rosarium Virginis Mariae”**

**Obiezioni al Rosario** - 4. [Si avverte] l'urgenza di fronteggiare una certa crisi di questa preghiera che, nell'attuale contesto storico e teologico, rischia di essere a torto sminuita nel suo valore e perciò scarsamente proposta alle nuove generazioni. C'è chi pensa che la centralità della Liturgia, giustamente sottolineata dal Concilio Ecumenico Vaticano II, abbia come necessaria conseguenza una diminuzione dell'importanza del Rosario. In realtà, come precisò Paolo VI, questa preghiera non solo non si oppone alla Liturgia, ma *le fa da supporto*, giacché ben la introduce e la riecheggia, consentendo di viverla con pienezza di partecipazione interiore, raccogliendone frutti nella vita quotidiana.

Forse c'è anche chi teme che essa possa risultare poco ecumenica, per il suo carattere spiccatamente mariano. In realtà, essa si pone nel più limpido orizzonte di un culto alla Madre di Dio, quale il Concilio l'ha delineato: un culto orientato al centro cristologico della fede cristiana, in modo che «quando è onorata la Madre, il Figlio [...] sia debitamente conosciuto, amato, glorificato». <sup>(8)</sup> Se riscoperto in modo adeguato, il Rosario è un aiuto, non certo un ostacolo all'ecumenismo!

### ***Indicazioni pratiche***

**Escursionisti:** Sempre due Rosari.

**Alpinisti:** Sempre tre Rosari.

### ***Consigli agli scalatori...***

Una successione di passaggi da un appiglio all'altro particolarmente ben riuscita a volte ci fa provare la sensazione di aver sfiorato la perfezione, suscitando in noi una gioia della quale vogliamo far partecipe anche ci sta vicino.

A maggior ragione nel Rosario la nostra personale sequela di Cristo, che è la Perfezione, ci fa provare quella sensazione di pace col mondo in cui sperimentiamo la fratellanza che discende dall'essere tutti figli di Dio.

### ***Il manuale della guida alpina...***

#### **dalla "Rosarium Virginis Mariae"**

***Preghiera per la pace e per la famiglia*** - 6. A dare maggiore attualità al rilancio del Rosario si aggiungono alcune circostanze storiche. Prima fra esse, l'urgenza di invocare da Dio il dono della pace. Il Rosario è stato più volte proposto dai miei Predecessori e da me stesso come preghiera per la pace. All'inizio di un Millennio, che è cominciato con le raccapriccianti scene dell'attentato dell'11 settembre 2001 e che registra ogni giorno in tante parti del mondo nuove situazioni di sangue e di violenza, riscoprire il Rosario significa immergersi nella contemplazione del mistero di Colui che «è la nostra pace» avendo fatto «dei due un popolo solo, abbattendo il muro di separazione che era frammezzo, cioè l'inimicizia» (Ef 2, 14). Non si può quindi recitare il Rosario senza sentirsi coinvolti in un preciso impegno di servizio alla pace, con una particolare attenzione alla terra di Gesù, ancora così provata, e tanto cara al cuore cristiano.

Analoga urgenza di impegno e di preghiera emerge su un altro versante critico del nostro tempo, *quello della famiglia*, cellula della società, sempre più insidiata da forze disgregatrici a livello ideologico e pratico, che fanno temere per il futuro di questa fondamentale e irrinunciabile istituzione e, con essa, per le sorti dell'intera società. Il rilancio del Rosario nelle famiglie cristiane, nel quadro di una più larga pastorale della famiglia, si propone come aiuto efficace per arginare gli effetti devastanti di questa crisi epocale.

### ***Indicazioni pratiche***

***Escursionisti:*** Sempre due Rosari.

***Alpinisti:*** Sempre tre Rosari.

### ***Consigli agli scalatori...***

A mano a mano che la parete procede e la difficoltà aumenta, gli appigli per salire diventano più piccoli e servirsene sempre più impegnativo. La mano scivola e l'alpinista ricorre alla "magnesite" una polvere che serve ad asciugare le mani. Il corpo aderisce sempre di più alla roccia, quasi a voler formare un tutt'uno con essa.

Nella nostra vita dobbiamo avere un occhio di riguardo per quelle situazioni che possono farci scivolare e il restare aderenti a Gesù, alla sua vita, ai suoi insegnamenti, ci consente di mantenere l'equilibrio.

### ***Il manuale della guida alpina...***

#### **dalla "Rosarium Virginis Mariae"**

***Un metodo valido...*** - 27. Che il rapporto con Cristo possa avvalersi anche dell'aiuto di un metodo non deve stupire. Iddio si comunica all'uomo rispettando il modo di essere della nostra natura ed i suoi ritmi vitali. Per questo la spiritualità cristiana, pur conoscendo le forme più sublimi del silenzio mistico, nel quale tutte le immagini, le parole e i gesti sono come superati dall'intensità di una unione ineffabile dell'uomo con Dio, è normalmente segnata dal coinvolgimento totale della persona, nella sua complessa realtà psico-fisica e relazionale.

Questo appare in modo evidente *nella Liturgia*. I Sacramenti e i sacramentali sono strutturati con una serie di riti, che chiamano in causa le diverse dimensioni della persona. Anche la preghiera non liturgica esprime la stessa esigenza. Lo conferma il fatto che, in Oriente, la più caratteristica preghiera della meditazione cristologica, quella centrata sulle parole: «Gesù, Cristo, Figlio di Dio, Signore, abbi pietà di me peccatore»,<sup>(34)</sup> è tradizionalmente legata al ritmo del respiro, che, mentre favorisce la perseveranza nell'invocazione, assicura quasi una densità fisica al desiderio che Cristo diventi il respiro, l'anima e il 'tutto' della vita.

### ***Indicazioni pratiche***

***Escursionisti:*** Sempre due Rosari.

***Alpinisti:*** Sempre tre Rosari.

### ***Consigli agli scalatori...***

Con l'allenamento, si acquisisce l'occhio per gli appigli, si riconoscono quelli sui quali si può contare e si riesce a valutare se da quello a cui siamo aggrappati riusciamo ad arrivare al successivo. In quelle che prima ci sembravano lievi asperità della roccia, del tutto insignificanti, adesso scorgiamo una via di arrampicata.

Così, penetrando sempre più in profondità nella preghiera del Rosario, ci può succedere di cogliere relazioni tra eventi che prima non notavamo. Riusciamo a scorgere l'agire della Provvidenza dove prima non vedevamo nulla.

### ***Il manuale della guida alpina...***

#### **dalla "Rosarium Virginis Mariae"**

**... che tuttavia può essere migliorato** - 28. Ho ricordato, nella Lettera apostolica *Novo millennio ineunte*, che c'è oggi anche in Occidente una rinnovata esigenza di meditazione, che trova a volte in altre religioni modalità piuttosto accattivanti.<sup>(35)</sup> Non mancano i cristiani che, per la poca conoscenza della tradizione contemplativa cristiana, si lasciano allettare da quelle proposte. Esse tuttavia, pur avendo elementi positivi e talvolta integrabili con l'esperienza cristiana, nascondono spesso un fondo ideologico inaccettabile. Anche in quelle esperienze è molto in voga una metodologia che, mirando al traguardo di un'alta concentrazione spirituale, si avvale di tecniche di carattere psico-fisico, ripetitive e simboliche. Il Rosario si pone in questo quadro universale della fenomenologia religiosa, ma si delinea con caratteristiche proprie, che rispondono alle esigenze tipiche della specificità cristiana.

In effetti, esso non è che *un metodo per contemplare*. Come metodo, va utilizzato in relazione al fine e non può diventare fine a se stesso. Tuttavia, essendo frutto di secolare esperienza, anche il metodo non va sottovalutato. Milita a suo favore l'esperienza di innumerevoli Santi. Ciò non toglie, però, che esso possa essere migliorato. Proprio a questo mira l'integrazione, nel ciclo dei misteri, della nuova serie dei *mysteria lucis*, unitamente ad alcuni suggerimenti relativi alla recita che propongo in questa Lettera. Con essi, pur rispettando la struttura ampiamente consolidata di questa preghiera, vorrei aiutare i fedeli a comprenderla nei suoi risvolti simbolici, in sintonia con le esigenze della vita quotidiana. Senza questo, c'è il rischio che il Rosario non solo non produca gli effetti spirituali auspicati, ma persino che la corona, con la quale si è soliti recitarlo, finisca per essere sentita alla stregua di un amuleto o di un oggetto magico, con un radicale travisamento del suo senso e della sua funzione.

***Indicazioni pratiche***

***Escursionisti:*** Sempre due Rosari.

***Alpinisti:*** Sempre tre Rosari.

**2 aprile – Domenica**

*1° anniversario della morte di Giovanni Paolo II*

### ***Consigli agli scalatori...***

Arriviamo ad una sosta e, rapiti dal panorama, indugiamo a contemplarlo. Il sole della montagna abbronzava il nostro volto e lo rende più bello, anche se lì per lì noi non ce ne accorgiamo.

Così anche tutta questa “permanenza” alla presenza di Gesù nella preghiera del Rosario, seppur faticosa e talvolta apparentemente infruttuosa, opera in noi un cambiamento, che gli altri percepiscono ancor prima di noi. Come appaiono belli i volti di coloro che pregano!

### ***Il manuale della guida alpina...***

**dalla “Rosarium Virginis Mariae”**

#### **CONTEMPLARE CRISTO CON MARIA**

***Un volto splendido come il sole*** - 9. «E apparve trasfigurato davanti a loro; il suo volto brillò come il sole» (Mt 17, 2). La scena evangelica della trasfigurazione di Cristo, nella quale i tre apostoli Pietro, Giacomo e Giovanni appaiono come rapiti dalla bellezza del Redentore, può essere assunta ad *icona della contemplazione cristiana*. Fissare gli occhi sul volto di Cristo, riconoscerne il mistero nel cammino ordinario e doloroso della sua umanità, fino a coglierne il fulgore divino definitivamente manifestato nel Risorto glorificato alla destra del Padre, è il compito di ogni discepolo di Cristo; è quindi anche compito nostro. Contemplando questo volto ci apriamo ad accogliere il mistero della vita trinitaria, per sperimentare sempre nuovamente l'amore del Padre e godere della gioia dello Spirito Santo. Si realizza così anche per noi la parola di san Paolo: «Riflettendo come in uno specchio la gloria del Signore, veniamo trasformati in quella medesima immagine, di gloria in gloria, secondo l'azione dello Spirito del Signore» (2 Cor 3, 18).

### ***Indicazioni pratiche***

Oggi è domenica: proviamo a recitare almeno uno dei Rosari al “sole” del Santissimo Sacramento...

***Escursionisti:*** Sempre due Rosari.

***Alpinisti:*** Sempre tre Rosari.

### ***Consigli agli scalatori...***

Abbiamo trovato ieri questo vecchio chiodo conficcato nella roccia e siamo ancora qui a rimirarlo con affetto. Chissà quando è stato piantato, chissà quanto tempo è stato quassù, esposto alle intemperie... eppure regge ancora, sembra un tutt'uno con la roccia! C'è una scritta che ancora si riesce a leggere: "Totus tuus ego sum, o Maria".

Era il motto di Giovanni Paolo II e veramente possiamo dire che ha saputo metterlo in pratica. Ma ricordiamo che tale attaccamento a Maria non era fine a se stesso: Maria si è fatta strumento di intercessione fra Cristo e gli uomini, è diventata lei stessa via per arrivare a Cristo.

La preghiera a Maria ha senso nella misura in cui ci avvicina al suo Figlio Gesù e lo rende protagonista delle nostre giornate.

### ***Il manuale della guida alpina...***

#### **dalla "Rosarium Virginis Mariae"**

**Maria modello di contemplazione** - 10. La contemplazione di Cristo ha in Maria il suo modello insuperabile. Il volto del Figlio le appartiene a titolo speciale. È nel suo grembo che si è plasmato, prendendo da Lei anche un'umana somiglianza che evoca un'intimità spirituale certo ancora più grande. Alla contemplazione del volto di Cristo nessuno si è dedicato con altrettanta assiduità di Maria. Gli occhi del suo cuore si concentrano in qualche modo su di Lui già nell'Annunciazione, quando lo concepisce per opera dello Spirito Santo; nei mesi successivi comincia a sentirne la presenza e a presagire i lineamenti. Quando finalmente lo dà alla luce a Betlemme, anche i suoi occhi di carne si portano teneramente sul volto del Figlio, mentre lo avvolge in fasce e lo depone nella mangiatoia (cfr *Lc* 2, 7).

Da allora il suo sguardo, sempre ricco di adorante stupore, non si staccherà più da Lui. Sarà talora *uno sguardo interrogativo*, come nell'episodio dello smarrimento nel tempio: «Figlio, perché ci hai fatto così?» (*Lc* 2, 48); sarà in ogni caso *uno sguardo penetrante*, capace di leggere nell'intimo di Gesù, fino a percepirne i sentimenti nascosti e a indovinarne le scelte, come a Cana (cfr *Gv* 2, 5); altre volte sarà *uno sguardo addolorato*, soprattutto sotto la croce, dove sarà ancora, in certo senso, lo sguardo della 'partoriente', giacché Maria non si limiterà a condividere la passione e la morte dell'Unigenito, ma accoglierà il nuovo figlio a Lei consegnato nel discepolo prediletto (cfr *Gv* 19, 26-27); nel mattino di Pasqua sarà *uno sguardo radioso* per la gioia della risurrezione e, infine, *uno sguardo ardente* per l'effusione dello Spirito nel giorno di Pentecoste (cfr *At* 1, 14).

## ***Indicazioni pratiche***

***Escursionisti:*** Sempre due Rosari.

***Alpinisti:*** Sempre tre Rosari.

### ***Consigli agli scalatori...***

È finita la sosta, si riprende la scalata: la parete ci richiama, anche se siamo stanchi e abbiamo i muscoli indolenziti. Ci avviciniamo ad essa ricordando mentalmente le istruzioni fin qui apprese: la corda ben annodata, la magnesite sulle mani, il baricentro ben vicino alla roccia, concentrazione estrema. Ci disponiamo all'attacco della parete, pensando solo a questo.

Questo è anche l'insegnamento di Maria, che ha saputo alimentare la sua vita con ciò che serbava nel suo cuore: l'immagine del suo Figlio Gesù. Impariamo a fare entrare Gesù dentro di noi e poi a custodire questo nostro cuore colmo d'amore, a preservarlo da ciò potrebbe turbarlo, a non farlo toccare dalle piccolezze della vita, dalle miserie umane. Alleniamoci alla custodia del cuore...

A questo proposito, quest'oggi teniamo a mente le parole di Santa Teresa d'Avila:

*Nulla ti turbi, nulla ti spaventi:  
a chi è vicino a Dio  
non manca nulla,  
Dio solo basta.*

### ***Il manuale della guida alpina...***

#### **dalla "Rosarium Virginis Mariae"**

*I ricordi di Maria* - 11. Maria vive con gli occhi su Cristo e fa tesoro di ogni sua parola: «Serbava tutte queste cose meditandole nel suo cuore» (Lc 2, 19; cfr 2, 51). I ricordi di Gesù, impressi nel suo animo, l'hanno accompagnata in ogni circostanza, portandola a ripercorrere col pensiero i vari momenti della sua vita accanto al Figlio. Sono stati quei ricordi a costituire, in certo senso, il 'rosario' che Ella stessa ha costantemente recitato nei giorni della sua vita terrena.

Ed anche ora, tra i canti di gioia della Gerusalemme celeste, i motivi del suo grazie e della sua lode permangono immutati. Sono essi ad ispirare la sua materna premura verso la Chiesa pellegrinante, nella quale Ella continua a sviluppare la trama del suo 'racconto' di evangelizzatrice. *Maria ripropone continuamente ai credenti i 'misteri' del suo Figlio*, col desiderio che siano contemplati, affinché possano sprigionare tutta la loro forza salvifica. Quando recita il Rosario, la comunità cristiana si sintonizza col ricordo e con lo sguardo di Maria.

***Indicazioni pratiche***

***Escursionisti:*** Sempre due Rosari.

***Alpinisti:*** Sempre tre Rosari.

### ***Consigli agli scalatori...***

Saliamo sulla parete con dolcezza, senza correre, senza rabbia, con un movimento armonico di tutto il nostro corpo che ci porta verso l'alto. Non dobbiamo arrivare primi, non è una gara e la rabbia non serve a nulla, solo a farci perdere la concentrazione.

Anche nel Rosario, non dobbiamo puntare a recitarlo come un rapido scioglilingua, tanto per arrivare in fondo, ma dobbiamo lasciarlo fluire armonicamente, con tranquillità. Esso ci trasporta allora nella dimensione contemplativa, ci eleva verso Dio.

### ***Il manuale della guida alpina...***

#### **dalla “*Rosarium Virginis Mariae*”**

***Rosario, preghiera contemplativa*** - 12. Il Rosario, proprio a partire dall'esperienza di Maria, è una preghiera spiccatamente contemplativa. Privato di questa dimensione, ne uscirebbe snaturato, come sottolineava Paolo VI: «Senza contemplazione, il Rosario è corpo senza anima, e la sua recita rischia di divenire meccanica ripetizione di formule e di contraddire all'ammonimento di Gesù: 'Quando pregate, non siate ciarlieri come i pagani, che credono di essere esauditi in ragione della loro loquacità' (Mt 6, 7). Per sua natura la recita del Rosario esige un ritmo tranquillo e quasi un indugio pensoso, che favoriscano nell'orante la meditazione dei misteri della vita del Signore, visti attraverso il Cuore di Coeli che al Signore fu più vicina, e ne dischiudano le insondabili ricchezze».<sup>(14)</sup>

Mette conto di soffermarci su questo profondo pensiero di Paolo VI, per far emergere alcune dimensioni del Rosario che meglio ne definiscono il carattere proprio di contemplazione cristologica.

### ***Indicazioni pratiche***

***Escursionisti:*** Sempre due Rosari.

***Alpinisti:*** Sempre tre Rosari.

### ***Consigli agli scalatori...***

Continuare a salire verso l'alto, senza smettere, senza interrompere l'azione. Anche se la fatica e la stanchezza si fanno sentire.

L'apostolo Paolo ci indica la preghiera incessante per far entrare il Signore della nostra vita. Sforziamoci di essere fedeli alla preghiera del Rosario, sfruttando ogni momento, creandone di nuovi, anche se ci costa, anche se ci sembra di non farcela più.

### ***Il manuale della guida alpina...***

#### **dalla "Rosarium Virginis Mariae"**

**Ricordare Cristo con Maria** - 13. Il contemplare di Maria è innanzitutto *un ricordare*. Occorre tuttavia intendere questa parola nel senso biblico della memoria (*zakar*), che attualizza le opere compiute da Dio nella storia della salvezza. La Bibbia è narrazione di eventi salvifici, che hanno il loro culmine in Cristo stesso. Questi eventi non sono soltanto un 'ieri'; *sono anche l'oggi della salvezza*. Questa attualizzazione si realizza in particolare nella Liturgia: ciò che Dio ha compiuto secoli or sono non riguarda soltanto i testimoni diretti degli eventi, ma raggiunge con il suo dono di grazia l'uomo di ogni tempo. Ciò vale, in certo modo, anche di ogni altro devoto approccio a quegli eventi: «farne memoria», in atteggiamento di fede e di amore, significa aprirsi alla grazia che Cristo ci ha ottenuto con i suoi misteri di vita, morte e risurrezione.

Per questo, mentre va ribadito con il Concilio Vaticano II che la Liturgia, quale esercizio dell'ufficio sacerdotale di Cristo e culto pubblico, è «il culmine verso cui tende l'azione della Chiesa e, insieme, la fonte da cui promana tutta la sua forza»,<sup>(15)</sup> occorre anche ricordare che la vita spirituale «non si esaurisce nella partecipazione alla sola sacra Liturgia. Il cristiano chiamato alla preghiera in comune, nondimeno deve anche entrare nella sua camera per pregare il Padre nel segreto (cfr *Mt* 6, 6); anzi, deve pregare incessantemente come insegna l'Apostolo (cfr *1Ts* 5, 17)».<sup>(16)</sup> Il Rosario si pone, con una sua specificità, in questo variegato scenario della preghiera 'incessante', e se la Liturgia, azione di Cristo e della Chiesa, è *azione salvifica per eccellenza*, il Rosario, quale meditazione su Cristo con Maria, è *contemplazione salutare*. L'immergersi infatti, di mistero in mistero, nella vita del Redentore, fa sì che quanto Egli ha operato e la Liturgia attualizza venga profondamente assimilato e plasmato l'esistenza.

### ***Indicazioni pratiche***

**Escursionisti:** Sempre due Rosari.

***Alpinisti:*** Oggi ci aspetta il salto finale: completiamo la recita del Rosario, meditando ogni giorno i misteri gaudiosi, luminosi, dolorosi e gloriosi.

### ***Consigli agli scalatori...***

Stiamo affrontando i momenti più difficili della parete, stiamo mettendoci tutto l'impegno e ancora sembra non bastare, ci spingiamo con i piedi, con una mano teniamo forte un appiglio e con l'altra ne cerchiamo un altro che non vediamo. Tastiamo la parete ma non troviamo nulla, sentiamo le forze che vengono meno. Dall'alto sentiamo la voce di chi ci ha preceduti che ci indica dove trovare la presa. Seguiamo l'indicazione, ci fidiamo e finalmente troviamo l'appiglio tanto desiderato.

Maria ci insegna la fede nel suo Figlio. Ce lo indica e ci esorta a seguirlo, ma occorre fidarci di lei.

### ***Il manuale della guida alpina...***

**dalla "Rosarium Virginis Mariae"**

***Imparare Cristo da Maria*** - 14. Cristo è il Maestro per eccellenza, il rivelatore e la rivelazione. Non si tratta solo di imparare le cose che Egli ha insegnato, ma di *'imparare Lui'*. Ma quale maestra, in questo, più esperta di Maria? Se sul versante divino è lo Spirito il Maestro interiore che ci porta alla piena verità di Cristo (cfr *Gv* 14, 26; 15, 26; 16, 13), tra gli esseri umani, nessuno meglio di Lei conosce Cristo, nessuno come la Madre può introdurci a una conoscenza profonda del suo mistero.

Il primo dei 'segni' compiuto da Gesù – la trasformazione dell'acqua in vino alle nozze di Cana – ci mostra Maria appunto nella veste di maestra, mentre esorta i servi a eseguire le disposizioni di Cristo (cfr *Gv* 2, 5). E possiamo immaginare che tale funzione Ella abbia svolto per i discepoli dopo l'Ascensione di Gesù, quando rimase con loro ad attendere lo Spirito Santo e li confortò nella prima missione. Il passare con Maria attraverso le scene del Rosario è come mettersi alla 'scuola' di Maria per leggere Cristo, per penetrarne i segreti, per capirne il messaggio.

Una scuola, quella di Maria, tanto più efficace, se si pensa che Ella la svolge ottenendoci in abbondanza i doni dello Spirito Santo e insieme proponendoci l'esempio di quella «peregrinazione della fede»,<sup>(17)</sup> nella quale è maestra incomparabile. Di fronte a ogni mistero del Figlio, Ella ci invita, come nella sua Annunciazione, a porre con umiltà gli interrogativi che aprono alla luce, per concludere sempre con l'obbedienza della fede: «Sono la serva del Signore, avvenga di me quello che hai detto» (*Lc* 1, 38).

### ***Indicazioni pratiche***

***Escursionisti:*** Due Rosari.

***Alpinisti:*** Quattro Rosari.

### ***Consigli agli scalatori...***

Siamo agli strappi finali e la parete sembra liscia come il vetro. Vista da distante, sembra impossibile da scalare, mentre in realtà, vista da vicino, la parete presenta qualche appiglio, ma talmente pochi da formare un passaggio obbligato. Chiunque voglia passare da lì dovrà obbligatoriamente mettere le mani e piedi negli stessi punti.

Così a prima vista appare l'esempio di Gesù: ci lascia sconcertati e ci sembra che sia impossibile seguirne le orme. Poi, a mano a mano che procediamo nell'opera di conformarci sempre di più al suo esempio, ci rendiamo conto che in alcuni momenti la scelta dei passi da fare, pur nella loro oggettiva difficoltà, ci appare molto più semplice di quanto credessimo.

### ***Il manuale della guida alpina...***

dalla "*Rosarium Virginis Mariae*"

***Conformarsi a Cristo con Maria*** - 15. La spiritualità cristiana ha come suo carattere qualificante l'impegno del discepolo di conformarsi sempre più pienamente al suo Maestro (cfr *Rm* 8, 29; *Fil* 3, 10. 21). L'effusione dello Spirito nel Battesimo inserisce il credente come tralcio nella vite che è Cristo (cfr *Gv* 15, 5), lo costituisce membro del suo mistico Corpo (cfr *1Cor* 12, 12; *Rm* 12,5). A questa unità iniziale, tuttavia, deve corrispondere un cammino di assimilazione crescente a Lui, che orienti sempre più il comportamento del discepolo secondo la 'logica' di Cristo: «Abbiate in voi gli stessi sentimenti che furono in Cristo Gesù» (*Fil* 2, 5). Occorre, secondo le parole dell'Apostolo, «rivestirsi di Cristo» (cfr *Rm* 13, 14; *Gal* 3, 27).

Nel percorso spirituale del Rosario, basato sulla contemplazione incessante – in compagnia di Maria – del volto di Cristo, questo ideale esigente di conformazione a Lui viene perseguito attraverso la via di una frequentazione che potremmo dire 'amicale'. Essa ci immette in modo naturale nella vita di Cristo e ci fa come 'respirare' i suoi sentimenti. Dice in proposito il beato Bartolo Longo: «Come due amici, praticando frequentemente insieme, sogliono conformarsi anche nei costumi, così noi, conversando familiarmente con Gesù e la Vergine, nel meditare i Misteri del Rosario, e formando insieme una medesima vita con la Comunione, possiamo divenire, per quanto ne sia capace la nostra bassezza, simili ad essi, ed apprendere da questi sommi esemplari il vivere umile, povero, nascosto, paziente e perfetto».<sup>(18)</sup>

Per questo processo di conformazione a Cristo, nel Rosario, noi ci affidiamo in particolare all'azione materna della Vergine Santa. Colei che di Cristo è la genitrice, mentre è essa stessa appartenente alla Chiesa quale «membro

eccelso e del tutto eccezionale»,<sup>(19)</sup> è al tempo stesso la 'Madre della Chiesa'. Come tale continuamente 'genera' figli al Corpo mistico del Figlio. Lo fa mediante l'intercessione, implorando per essi l'effusione inesauribile dello Spirito. Ella è *l'icona perfetta della maternità della Chiesa*.

Il Rosario ci trasporta misticamente accanto a Maria impegnata a seguire la crescita umana di Cristo nella casa di Nazareth. Ciò le consente di educarci e di plasmarci con la medesima sollecitudine, fino a che Cristo non «sia formato» in noi pienamente (cfr *Gal* 4, 19). Questa azione di Maria, totalmente fondata su quella di Cristo e ad essa radicalmente subordinata, «non impedisce minimamente l'unione immediata dei credenti con Cristo, ma la facilita». <sup>(20)</sup> È il luminoso principio espresso dal Concilio Vaticano II, che ho sperimentato tanto fortemente nella mia vita, facendone la base del mio motto episcopale: *Totus tuus*.<sup>(21)</sup> Un motto, com'è noto, ispirato alla dottrina di San Luigi Maria Grignion de Montfort, che così spiegava il ruolo di Maria nel processo di conformazione a Cristo di ciascuno di noi: «Tutta la nostra perfezione consiste nell'essere conformi, uniti e consacrati a Gesù Cristo. Perciò la più perfetta di tutte le devozioni è incontestabilmente quella che ci conforma, unisce e consacra più perfettamente a Gesù Cristo. Ora, essendo Maria la creatura più conforme a Gesù Cristo, ne segue che, tra tutte le devozioni, quella che consacra e conforma di più un'anima a Nostro Signore è la devozione a Maria, sua santa Madre, e che più un'anima sarà consacrata a lei, più sarà consacrata a Gesù Cristo». <sup>(22)</sup> Mai come nel Rosario la via di Cristo e quella di Maria appaiono così profondamente congiunte. Maria non vive che in Cristo e in funzione di Cristo!

### ***Indicazioni pratiche***

***Escursionisti:*** Due Rosari.

***Alpinisti:*** Quattro Rosari.

### ***Consigli agli scalatori...***

Finisce finalmente questo pezzo di parete così liscia e a strapiombo e già sopra di noi vediamo aprirsi orizzonti azzurri che ci indicano la fine dell'ascensione. Stiamo già esultando e rallegrandoci, convinti di essere arrivati in vetta, quando ci rendiamo conto che la parete è finita, ma manca ancora un pezzo prima della sommità.

Anche il popolo ebreo, che porta in trionfo Gesù al suo ingresso in Gerusalemme, gioisce fuori luogo e non sa che il breve tempo di una settimana che separa Gesù dalla Pasqua è decisivo.

### ***Il manuale della guida alpina...***

#### **dalla "Rosarium Virginis Mariae"**

***Supplicare Cristo con Maria*** - 16. Cristo ci ha invitati a rivolgerci a Dio con insistenza e fiducia per essere esauditi: «Chiedete e vi sarà dato; cercate e troverete; bussate e vi sarà aperto» (*Mt* 7, 7). Il fondamento di questa efficacia della preghiera è la bontà del Padre, ma anche la mediazione presso di Lui da parte di Cristo stesso (cfr *IGv* 2, 1) e l'azione dello Spirito Santo, che «intercede per noi» secondo i disegni di Dio (cfr *Rm* 8, 26-27). Noi infatti «nemmeno sappiamo che cosa sia conveniente domandare» (*Rm* 8, 26) e talvolta non veniamo esauditi perché «chiediamo male» (cfr *Gc* 4, 2-3).

A sostegno della preghiera, che Cristo e lo Spirito fanno sgorgare nel nostro cuore, interviene Maria con la sua intercessione materna. «La preghiera della Chiesa è come sostenuta dalla preghiera di Maria».<sup>(23)</sup> In effetti, se Gesù, unico Mediatore, è la Via della nostra preghiera, Maria, pura trasparenza di Lui, mostra la Via, ed «è a partire da questa singolare cooperazione di Maria all'azione dello Spirito Santo, che le Chiese hanno sviluppato la preghiera alla santa Madre di Dio, incentrandola sulla persona di Cristo manifestata nei suoi misteri».<sup>(24)</sup> Alle nozze di Cana il Vangelo mostra appunto l'efficacia dell'intercessione di Maria, che si fa portavoce presso Gesù delle umane necessità: «Non hanno più vino» (*Gv* 2, 3).

Il Rosario è insieme meditazione e supplica. L'insistente implorazione della Madre di Dio poggia sulla fiducia che la sua materna intercessione può tutto sul cuore del Figlio. Ella è «onnipotente per grazia»,<sup>(25)</sup> come, con audace espressione da ben comprendere, diceva nella sua *Supplica alla Vergine* il beato Bartolo Longo. Una certezza, questa, che, a partire dal Vangelo, si è andata consolidando per via di esperienza nel popolo cristiano. Il sommo poeta Dante la interpreta stupendamente, nella linea di san Bernardo, quando canta: «Donna, se' tanto grande e tanto vali, / che qual vuol grazia e a te non ricorre, / sua disianza vuol volar sanz'ali».<sup>(26)</sup> Nel Rosario Maria, santuario dello Spirito Santo (cfr *Lc* 1, 35), mentre è supplicata da noi, si pone per noi

davanti al Padre che l'ha colmata di grazia e al Figlio nato dal suo grembo, pregando con noi e per noi.

***Indicazioni pratiche***

***Escursionisti:*** Due Rosari.

***Alpinisti:*** Quattro Rosari.

### ***Consigli agli scalatori...***

La parete è finita, la cima è vicina, oramai si vede. Non riusciamo a trattenerci dal dare a buona notizia a chi ci segue, per infondere loro una nuova lena.

Così la preghiera del Rosario, nella sua mirabile completezza, è occasione e stimolo per annunciare a tutti la buona novella.

### ***Il manuale della guida alpina...***

**dalla “Rosarium Virginis Mariae”**

***Annunciare Cristo con Maria*** - 17. Il Rosario è anche *un percorso di annuncio e di approfondimento*, nel quale il mistero di Cristo viene continuamente ripresentato ai diversi livelli dell'esperienza cristiana. Il modulo è quello di una presentazione orante e contemplativa, che mira a plasmare il discepolo secondo il cuore di Cristo. In effetti, se nella recita del Rosario tutti gli elementi per un'efficace meditazione vengono adeguatamente valorizzati, ne nasce, specialmente nella celebrazione comunitaria nelle parrocchie e nei santuari, una *significativa opportunità catechetica* che i Pastori devono saper cogliere. La Vergine del Rosario continua anche in questo modo la sua opera di annuncio di Cristo. La storia del Rosario mostra come questa preghiera sia stata utilizzata specialmente dai Domenicani, in un momento difficile per la Chiesa a motivo del diffondersi dell'eresia. Oggi siamo davanti a nuove sfide. Perché non riprendere in mano la Corona con la fede di chi ci ha preceduto? Il Rosario conserva tutta la sua forza e rimane una risorsa non trascurabile nel corredo pastorale di ogni buon evangelizzatore.

### ***Indicazioni pratiche***

***Escursionisti:*** Due Rosari.

***Alpinisti:*** Quattro Rosari.

### ***Consigli agli scalatori...***

Ci si presenta dinnanzi un piccolo ghiacciaio da attraversare. Ci leghiamo insieme per non rischiare di cadere in un crepaccio e procediamo uniti e sicuri.

La preghiera del Rosario non dà solo una sensazione di sicurezza: essa ci tiene davvero uniti al Signore.

### ***Il manuale della guida alpina...***

**dalla “Rosarium Virginis Mariae”**

«*Rosario benedetto di Maria, catena dolce che ci rannodi a Dio*» - 39.

Quanto fin qui s'è detto, esprime ampiamente la ricchezza di questa preghiera tradizionale, che ha la semplicità di una preghiera popolare, ma anche la profondità teologica di una preghiera adatta a chi avverte l'esigenza di una contemplazione più matura.

A questa preghiera la Chiesa ha riconosciuto sempre una particolare efficacia, affidando ad essa, alla sua recita corale, alla sua pratica costante, le cause più difficili. In momenti in cui la cristianità stessa era minacciata, fu alla forza di questa preghiera che si attribuì lo scampato pericolo e la Vergine del Rosario fu salutata come propiziatrice della salvezza.

Oggi all'efficacia di questa preghiera insegno volentieri – l'ho accennato all'inizio – la causa della pace nel mondo e quella della famiglia.

### ***Indicazioni pratiche***

***Escursionisti:*** Due Rosari.

***Alpinisti:*** Quattro Rosari.

### ***Consigli agli scalatori...***

Dopo il piccolo ghiacciaio, ci raduniamo tutti per fare insieme l'ultimo tragitto che ci separa dalla cima. Ci sentiamo affratellati dall'impresa che stiamo per compiere.

Così nel Rosario l'esperienza comune di Gesù ci fa abbattere le barriere e sentiamo che il nostro cuore si allarga a volere comprendere tutti i fratelli in Cristo.

### ***Il manuale della guida alpina...***

#### **dalla "Rosarium Virginis Mariae"**

**La pace** - 40. Le difficoltà che l'orizzonte mondiale presenta in questo avvio di nuovo Millennio ci inducono a pensare che solo un intervento dall'Alto, capace di orientare i cuori di quanti vivono situazioni conflittuali e di quanti reggono le sorti delle Nazioni, può far sperare in un futuro meno oscuro.

Il Rosario è *preghiera orientata per sua natura alla pace*, per il fatto stesso che consiste nella contemplazione di Cristo, Principe della pace e «nostra pace» (Ef 2,14). Chi assimila il mistero di Cristo – e il Rosario proprio a questo mira –, apprende il segreto della pace e ne fa un progetto di vita. Inoltre, in forza del suo carattere meditativo, con il tranquillo succedersi delle *Ave Maria*, il Rosario esercita sull'orante un'azione pacificante che lo dispone a ricevere e sperimentare nella profondità del suo essere e a diffondere intorno a sé quella pace vera che è dono speciale del Risorto (cfr Gv 14, 27; 20, 21).

È poi preghiera di pace anche per i frutti di carità che produce. Se ben recitato come vera preghiera meditativa, il Rosario, favorendo l'incontro con Cristo nei suoi misteri, non può non additare anche il volto di Cristo nei fratelli, specie in quelli più sofferenti. Come si potrebbe fissare, nei misteri gaudiosi, il mistero del Bimbo nato a Betlemme senza provare il desiderio di accogliere, difendere e promuovere la vita, facendosi carico della sofferenza dei bambini in tutte le parti del mondo? Come si potrebbero seguire i passi del Cristo rivelatore, nei misteri della luce, senza proporsi di testimoniare le sue beatitudini nella vita di ogni giorno? E come contemplare il Cristo carico della croce e crocifisso, senza sentire il bisogno di farsi suoi «cirenei» in ogni fratello affranto dal dolore o schiacciato dalla disperazione? Come si potrebbe, infine, fissare gli occhi sulla gloria di Cristo risorto e su Maria incoronata Regina, senza provare il desiderio di rendere questo mondo più bello, più giusto, più vicino al disegno di Dio?

Insomma, mentre ci fa fissare gli occhi su Cristo, il Rosario ci rende anche costruttori della pace nel mondo. Per la sua caratteristica di petizione insistente e corale, in sintonia con l'invito di Cristo a pregare «sempre, senza

stancarsi» (Lc 18,1), esso ci consente di sperare che, anche oggi, una 'battaglia' tanto difficile come quella della pace possa essere vinta. Lungi dall'essere una fuga dai problemi del mondo, il Rosario ci spinge così a guardarli con occhio responsabile e generoso, e ci ottiene la forza di tornare ad essi con la certezza dell'aiuto di Dio e con il proposito fermo di testimoniare in ogni circostanza «la carità, che è il vincolo di perfezione» (Col 3, 14).

### ***Indicazioni pratiche***

***Escursionisti:*** Due Rosari.

***Alpinisti:*** Quattro Rosari.

### ***Consigli agli scalatori...***

C'è ancora un breve percorso non impegnativo di roccette che ci porta alla cime. Ormai è quasi fatta e pensiamo ai nostri cari che abbiamo lasciato a valle. Oggi, Giovedì santo, la preghiera del Rosario si dilata fino a comprendere tutta la Chiesa, che si fonda su Gesù Eucaristia.

### ***Il manuale della guida alpina...***

dalla ***“Rosarium Virginis Mariae”***

***La famiglia: i genitori...*** - 41. Preghiera per la pace, il Rosario è anche, da sempre, *preghiera della famiglia e per la famiglia*. Un tempo questa preghiera era particolarmente cara alle famiglie cristiane, e certamente ne favoriva la comunione. Occorre non disperdere questa preziosa eredità. Bisogna tornare a pregare in famiglia e a pregare per le famiglie, utilizzando ancora questa forma di preghiera.

Se nella Lettera apostolica *Novo millennio ineunte* ho incoraggiato la celebrazione della Liturgia delle Ore anche da parte dei laici nella vita ordinaria delle comunità parrocchiali e dei vari gruppi cristiani,<sup>(39)</sup> altrettanto desidero fare per il Rosario. Si tratta di due vie non alternative, ma complementari, della contemplazione cristiana. Chiedo pertanto a quanti si dedicano alla pastorale delle famiglie di suggerire con convinzione la recita del Rosario.

La famiglia che prega unita, resta unita. Il Santo Rosario, per antica tradizione, si presta particolarmente ad essere preghiera in cui la famiglia si ritrova. I singoli membri di essa, proprio gettando lo sguardo su Gesù, recuperano anche la capacità di guardarsi sempre nuovamente negli occhi, per comunicare, per solidarizzare, per perdonarsi scambievolmente, per ripartire con un patto di amore rinnovato dallo Spirito di Dio.

Molti problemi delle famiglie contemporanee, specie nelle società economicamente evolute, dipendono dal fatto che diventa sempre più difficile comunicare. Non si riesce a stare insieme, e magari i rari momenti dello stare insieme sono assorbiti dalle immagini di un televisore. Riprendere a recitare il Rosario in famiglia significa immettere nella vita quotidiana ben altre immagini, quelle del mistero che salva: l'immagine del Redentore, l'immagine della sua Madre Santissima. La famiglia che recita insieme il Rosario riproduce un po' il clima della casa di Nazareth: si pone Gesù al centro, si condividono con lui gioie e dolori, si mettono nelle sue mani bisogni e progetti, si attingono da lui la speranza e la forza per il cammino.

### ***Indicazioni pratiche***

Seguiamo la liturgia del Giovedì santo cercando di viverla appieno.

***Escursionisti:*** Due Rosari.

***Alpinisti:*** Quattro Rosari.

### ***Consigli agli scalatori...***

Negli ultimi metri scorgiamo finalmente la croce sulla vetta: è significativo come in montagna il successo di un'impresa coincida con l'abbracciare la croce!

### ***Il manuale della guida alpina...***

#### **dalla “Rosarium Virginis Mariae”**

... **e i figli** - 42. A questa preghiera è anche bello e fruttuoso affidare *l'itinerario di crescita dei figli*. Non è forse, il Rosario, l'itinerario della vita di Cristo, dal concepimento, alla morte, fino alla resurrezione e alla gloria? Diventa oggi sempre più arduo per i genitori seguire i figli nelle varie tappe della vita. Nella società della tecnologia avanzata, dei *mass media* e della globalizzazione, tutto è diventato così rapido e la distanza culturale tra le generazioni si fa sempre più grande. I più diversi messaggi e le esperienze più imprevedibili si fanno presto spazio nella vita dei ragazzi e degli adolescenti, e per i genitori diventa talvolta angosciante far fronte ai rischi che essi corrono. Si trovano non di rado a sperimentare delusioni cocenti, constatando i fallimenti dei propri figli di fronte alla seduzione della droga, alle attrattive di un edonismo sfrenato, alle tentazioni della violenza, alle più varie espressioni del non senso e della disperazione.

Pregare col Rosario *per i figli*, e ancor più *con i figli*, educandoli fin dai teneri anni a questo momento giornaliero di «sosta orante» della famiglia, non è, certo, la soluzione di ogni problema, ma è un aiuto spirituale da non sottovalutare. Si può obiettare che il Rosario appare preghiera poco adatta al gusto dei ragazzi e dei giovani d'oggi. Ma forse l'obiezione tiene conto di un modo di praticarlo spesso poco accurato. Del resto, fatta salva la sua struttura fondamentale, nulla vieta che per i ragazzi e i giovani la recita del Rosario – tanto in famiglia quanto nei gruppi – si arricchisca di opportuni accorgimenti simbolici e pratici, che ne favoriscano la comprensione e la valorizzazione. Perché non provarci? Una pastorale giovanile non rinunciataria, appassionata e creativa – le Giornate Mondiali della Gioventù me ne hanno dato la misura! – è capace di fare, con l'aiuto di Dio, cose davvero significative. Se il Rosario viene ben presentato, sono sicuro che i giovani stessi saranno capaci di sorprendere ancora una volta gli adulti, nel far propria questa preghiera e nel recitarla con l'entusiasmo tipico della loro età.

### ***Indicazioni pratiche***

***Escursionisti:*** Due Rosari.

***Alpinisti:*** Quattro Rosari.

### ***Consigli agli scalatori...***

Appena arrivati in vetta, non riusciamo ancora a renderci conto dell'accaduto, una folla di emozioni si affaccia alla mente. Tutta la stanchezza ci piomba d'improvviso addosso. Restiamo li "imbambolati", non sapendo bene cosa fare...

### ***Il manuale della guida alpina...***

dalla "*Rosarium Virginis Mariae*"

***Il Rosario, un tesoro da riscoprire*** - 43. Carissimi fratelli e sorelle! Una preghiera così facile, e al tempo stesso così ricca, merita davvero di essere riscoperta dalla comunità cristiana. Facciamolo soprattutto in questo anno, assumendo questa proposta come un rafforzamento della linea tracciata nella Lettera apostolica *Novo millennio ineunte*, a cui i piani pastorali di tante Chiese particolari si sono ispirati nel programmare l'impegno per il prossimo futuro.

Mi rivolgo in particolare a voi, cari Confratelli nell'Episcopato, sacerdoti e diaconi, e a voi, operatori pastorali nei diversi ministeri, perché, facendo esperienza personale della bellezza del Rosario, ne diventiate solerti promotori.

Confido anche in voi, teologi, perché praticando una riflessione al tempo stesso rigorosa e sapienziale, radicata nella Parola di Dio e sensibile al vissuto del popolo cristiano, facciate scoprire, di questa preghiera tradizionale, i fondamenti biblici, le ricchezze spirituali, la validità pastorale. Conto su di voi, consacrati e consacrate, chiamati a titolo particolare a contemplare il volto di Cristo alla scuola di Maria.

Guardo a voi tutti, fratelli e sorelle di ogni condizione, a voi, famiglie cristiane, a voi, ammalati e anziani, a voi giovani: *riprendete con fiducia tra le mani la corona del Rosario*, riscoprendola alla luce della Scrittura, in armonia con la Liturgia, nel contesto della vita quotidiana.

Che questo mio appello non cada inascoltato! All'inizio del venticinquesimo anno di Pontificato, affido questa Lettera apostolica alle mani sapienti della Vergine Maria, *prostrandomi spiritualmente davanti alla sua immagine nello splendido santuario a Lei edificato dal beato Bartolo Longo*, apostolo del Rosario. Faccio volentieri mie le parole toccanti con le quali egli chiude la celebre *Supplica alla Regina del Santo Rosario*: «O Rosario benedetto di Maria, catena dolce che ci rannodi a Dio, vincolo di amore che ci unisci agli Angeli, torre di salvezza negli assalti dell'inferno, porto sicuro nel comune naufragio, noi non ti lasceremo mai più. Tu ci sarai conforto nell'ora dell'agonia. A te l'ultimo bacio della vita che si spegne. E l'ultimo accento delle nostre labbra sarà il nome tuo soave, o Regina del Rosario di Pompei, o

Madre nostra cara, o Rifugio dei peccatori, o Sovrana consolatrice dei mesti.  
Sii ovunque benedetta, oggi e sempre, in terra e in cielo».

***Indicazioni pratiche***

***Escursionisti:*** Due Rosari.

***Alpinisti:*** Quattro Rosari.

16 aprile – Pasqua di Risurrezione

### ***Consigli agli scalatori...***

Alla fine la gioia sgorga incontenibile dal nostro cuore. La vetta tanto desiderata è raggiunta e la promessa di panorami mozzafiato è mantenuta. Rimaniamo rapiti di fronte a tanta bellezza, a tanta armonia.

Grazie Signore perché ci hai condotto fino a qui, ci hai sostenuto nella fatica, ci hai redento con la tua morte, ci hai dato speranza nella vita eterna con la tua risurrezione!

Ma non si sta in vetta in eterno e «dalla vetta non si va in nessun posto, si può solo scendere». <sup>1)</sup> Quel che abbiamo provato nel cuore però ce lo porteremo dentro sempre... Con il cuore che trabocca di gioia allora scendiamo ad annunciare al mondo: “Christos Anesti!”, “Cristo è risorto!”.

*«[...] Ma un giorno verrà, in cui potrò cantare il mio canto d'amore e di gioia. Tutte le barriere cadranno. E io possiederò l'infinito».*

Guy de Larigaudie

### ***Il manuale della guida alpina...***

***BENEDETTO XVI, ANGELUS in Piazza San Pietro, domenica 16 ottobre 2005***

Cari fratelli e sorelle!

Ventisette anni or sono, proprio come oggi, il Signore chiamò il Cardinale Karol Wojtyła, Arcivescovo di Cracovia, a succedere a Giovanni Paolo I, morto a poco più di un mese dalla sua elezione. Con Giovanni Paolo II iniziò uno dei pontificati più lunghi della storia della Chiesa, durante il quale un Papa "venuto da un Paese lontano" fu riconosciuto quale autorità morale anche da tanti non cristiani e non credenti, come hanno dimostrato le commoventi manifestazioni di affetto in occasione della sua malattia e di vivo cordoglio dopo la sua morte. Presso la sua tomba nelle Grotte vaticane prosegue ancora ininterrotto il pellegrinaggio di tantissimi fedeli ed anche questo costituisce un segno eloquente di quanto l'amato Giovanni Paolo II sia entrato nel cuore della gente, soprattutto per la sua testimonianza di amore e dedizione nella sofferenza. In lui abbiamo potuto ammirare la forza della fede e della preghiera, e un totale affidamento a Maria Santissima, che l'ha sempre accompagnato e protetto, specialmente nei momenti più difficili e drammatici della sua vita.

Potremmo definire Giovanni Paolo II un Papa totalmente consacrato a Gesù per mezzo di Maria, come ben era evidenziato nel suo stemma: "Totus tuus". Venne eletto nel cuore del mese del Rosario, e la corona che spesso teneva

tra le mani è diventata uno dei simboli del suo pontificato, sul quale la Vergine Immacolata ha vegliato con materna premura. Attraverso la radio e la televisione, i fedeli del mondo intero hanno potuto tante volte unirsi a lui in questa preghiera mariana e, grazie al suo esempio ed ai suoi insegnamenti, riscoprirne il senso autentico, contemplativo e cristologico. In realtà, il Rosario non si contrappone alla meditazione della Parola di Dio e alla preghiera liturgica; rappresenta anzi un naturale e ideale complemento, in particolare come preparazione e come ringraziamento alla celebrazione eucaristica. Il Cristo incontrato nel Vangelo e nel Sacramento, lo contempliamo con Maria nei vari momenti della sua vita grazie ai misteri gioiosi, luminosi, dolorosi e gloriosi. Alla scuola della Madre, impariamo così a conformarci al suo divin Figlio e ad annunciarlo con la nostra stessa vita. Se l'Eucaristia è per il cristiano il centro della giornata, il Rosario contribuisce in modo privilegiato a dilatare la comunione con Cristo, ed educa a vivere tenendo fisso su di Lui lo sguardo del cuore, per irradiare su tutti e su tutto il suo amore misericordioso.

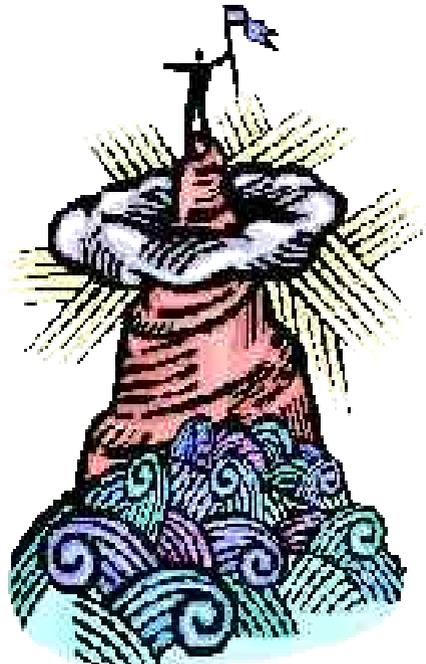
Contemplativo e missionario: così è stato l'amato Papa Giovanni Paolo II. Lo è stato grazie all'intima unione con Dio, quotidianamente alimentata dall'Eucaristia e da prolungati tempi di orazione. Nell'ora dell'Angelus, a lui tanto cara, è dolce e doveroso ricordarlo in questo anniversario, rinnovando a Dio il rendimento di grazie per aver donato alla Chiesa e al mondo un così degno successore dell'apostolo Pietro. La Vergine Maria ci aiuti a far tesoro della sua preziosa eredità.

### ***Indicazioni pratiche***

Adesso l'importante è... perseverare!!!

***Escursionisti:*** Due Rosari.

***Alpinisti:*** Quattro Rosari.



## NOTE

### alla Rosarium Virginis Mariae

- <sup>(1)</sup> Conc. Ecum. Vat. II, Cost. past. sulla Chiesa nel mondo contemporaneo *Gaudium et spes*, 45.
- <sup>(2)</sup> Cfr Paolo VI, Esort. ap. *Marialis cultus* (2 febbraio 1974), 42: *AAS* 66 (1974), 153.
- <sup>(3)</sup> Cfr *Acta Leonis XIII*, 3 (1884), 280-289.
- <sup>(4)</sup> Degna di nota è, in particolare, la sua Epistola apostolica sul Rosario *Il religioso convegno* (29 settembre 1961): *AAS* 53 (1961), 641-647.
- <sup>(5)</sup> *Angelus: Insegnamenti I* (1978), 75-76.
- <sup>(6)</sup> *AAS* 93 (2001), 285.
- <sup>(7)</sup> Giovanni XXIII negli anni di preparazione del Concilio non aveva mancato di invitare la comunità cristiana alla recita del Rosario per la riuscita di questo evento ecclesiale: cfr *Lettera al Cardinale Vicario* del 28 settembre 1960: *AAS* 52 (1960), 814-817.
- <sup>(8)</sup> Cost. dogm. sulla Chiesa *Lumen gentium*, 66.
- <sup>(9)</sup> N. 32: *AAS* 93 (2001), 288.
- <sup>(10)</sup> *Ibid.*, 33, *l.c.*, 289.
- <sup>(11)</sup> È noto e va ribadito che le rivelazioni private non sono della stessa natura della rivelazione pubblica, normativa per tutta la Chiesa. È compito del Magistero discernere e riconoscere l'autenticità ed il valore delle rivelazioni private per la pietà dei fedeli.
- <sup>(12)</sup> *Il segreto meraviglioso del Santo Rosario per convertirsi e salvarsi: Opere*, 1, *Scritti Spirituali*, Roma 1990, pp. 729-843.
- <sup>(13)</sup> B. Bartolo Longo, *Storia del Santuario di Pompei*, Pompei 1990, p.59.
- <sup>(14)</sup> Esort. ap. *Marialis cultus* (2 febbraio 1974), 47: *AAS* 66 (1974), 156.
- <sup>(15)</sup> Cost. sulla sacra Liturgia *Sacrosanctum Concilium*, 10.
- <sup>(16)</sup> *Ibid.*, 12.
- <sup>(17)</sup> Conc. Ecum. Vat. II, Cost. dogm. sulla Chiesa *Lumen gentium*, 58.
- <sup>(18)</sup> *I Quindici Sabati del Santissimo Rosario*, 27<sup>o</sup> ed., Pompei 1916, p. 27.
- <sup>(19)</sup> Conc. Ecum. Vat. II, Cost. dogm. sulla Chiesa *Lumen gentium*, 53.
- <sup>(20)</sup> *Ibid.*, 60.
- <sup>(21)</sup> Cfr Primo radiomessaggio *Urbi et orbi* (17 ottobre 1978): *AAS* 70 (1978), 927.
- <sup>(22)</sup> *Trattato della vera devozione a Maria*, 120: *Opere*, 1, *Scritti spirituali*, Roma 1990, p. 430.
- <sup>(23)</sup> *Catechismo della Chiesa Cattolica*, 2679.
- <sup>(24)</sup> *Ibid.*, 2675.

<sup>(25)</sup> La *Supplica alla Regina del Santo Rosario*, che si recita solennemente due volte l'anno, in maggio e ottobre, fu composta dal beato Bartolo Longo nel 1883, come adesione all'invito del Papa Leone XIII ai cattolici, nella sua prima Enciclica sul Rosario, per un impegno spirituale volto a fronteggiare i mali della società.

<sup>(26)</sup> *Divina Commedia*, Par. XXXIII, 13-15.

<sup>(27)</sup> Giovanni Paolo II, Lett. ap. *Novo millennio ineunte* (6 gennaio 2001), 20: *AAS* 93 (2001), 279.

<sup>(28)</sup> Esort. ap. *Marialis cultus* (2 febbraio 1974), 46: *AAS* 66 (1974), 155.

<sup>(29)</sup> Giovanni Paolo II, Lett. ap. *Novo millennio ineunte* (6 gennaio 2001), 28: *AAS* 93 (2001), 284.

<sup>(30)</sup> N. 515.

<sup>(31)</sup> *Angelus* del 29 ottobre 1978: *Insegnamenti* I (1978), 76.

<sup>(32)</sup> Cost. past. sulla Chiesa nel mondo contemporaneo *Gaudium et spes*, 22.

<sup>(33)</sup> S. Ireneo di Lione, *Contro le eresie*, III, 18, 1: *PG* 7, 932.

<sup>(34)</sup> *Catechismo della Chiesa Cattolica*, 2616.

<sup>(35)</sup> Cfr n. 33: *AAS* 93 (2001), 289.

<sup>(36)</sup> Giovanni Paolo II, *Lettera agli artisti* (4 aprile 1999), 1: *AAS* 91 (1999), 1155.

<sup>(37)</sup> Cfr n. 46: *AAS* 66 (1974), 155. Quest'uso è stato anche recentemente lodato dalla Congregazione per il Culto Divino e la Disciplina dei Sacramenti nel *Direttorio su pietà popolare e liturgia. Principi e orientamenti* (17 dicembre 2001), 201, Città del Vaticano, 2002, p. 165.

<sup>(38)</sup> « ... concede, quaesumus, ut haec mysteria sacratissimo beatae Mariae Virginis Rosario recolentes, et imitemur quod continent, et quod promittunt assequamur »: *Missale Romanum* 1960, *In festo B.M. Virginis a Rosario*.

<sup>(39)</sup> Cfr n. 34: *AAS* 93 (2001), 290.

Dal Vaticano, il 16 ottobre dell'anno 2002,  
inizio del venticinquesimo di Pontificato.

**GIOVANNI PAOLO II**