

VERSO IL GIUBILEO

Avvento 2023



SCUOLA DI
PREGHIERA

Seconda serata



LA PREGHIERA È “ASCOLTO”...

Introduzione

In questa seconda serata proseguiamo il nostro percorso con la **preghiera di ascolto**, dimensione fondamentale che siamo chiamati a vivere perché il Padre ha mandato tra noi la sua Parola - il suo Figlio Gesù - per rivelarci la sua paternità.

Prima di addentrarci in questo secondo momento, riportiamo alla mente le due realtà importanti che aiutano a disporsi in preghiera:

*** Recarsi a pregare dopo aver scelto consapevolmente di voler pregare**, cioè di voler incontrare il Signore, disposta/o ad ascoltare e accogliere la Sua volontà che è **la cosa migliore possibile per ogni persona e raggiunge il desiderio profondo di felicità che si trova in ciascuno.**

*** È tutta la persona che prega:** corpo, intelligenza, cuore inteso come luogo dei sentimenti, delle emozioni, come coscienza profonda dove ognuno, illuminato da Dio, accoglie e distingue ciò che è bene da ciò che è male. Di conseguenza per iniziare a pregare è fondamentale curare l'atteggiamento del corpo: è bene scegliere una posizione comoda e possibilmente, se aiuta, mantenerla per tutto il tempo della preghiera. Può essere di aiuto tenere gli occhi chiusi, rilassare le braccia, respirare lentamente, tenere lo sguardo fisso su un'icona, sulla croce, ecc.

*** Occorre avere la consapevolezza di essere abitata/o dalla Trinità:** dal giorno del proprio battesimo, la Santissima Trinità – Padre, Figlio e Spirito Santo – abita nel luogo più profondo della persona: cuore o coscienza profonda. Per iniziare a prega-

re è bene prendere piena consapevolezza di questo immenso dono immergendosi nella Trinità: attraverso il **segno di Croce** tracciato lentamente sul mio corpo – richiamando alla memoria il mio Battesimo e la salvezza data dalla morte e risurrezione di Cristo - lascio che Essa permei e impregni tutto il mio essere, che mi avvolga dentro e fuori, mi tocchi e guarisca, mi metta in comunione con tutti i battezzati e con i fratelli di tutto il mondo.

*** Fare silenzio** concentrandosi sulla presenza dello **Spirito Santo dentro di sé**: «Avete ricevuto lo Spirito che rende figli adottivi, per mezzo del quale gridiamo: “Abbà! Padre!”». (Rm 8,15b)

† Nel nome del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo

Canto

Lettore 1: Perché Dio ci parla?

Lettore 2: Dio ci parla per farsi conoscere, per manifestarci la sua volontà e per aiutarci a conoscere noi stessi. Dice Santa Caterina da Siena nel Dialogo: «**La nostra anima è come uno specchio nel quale possiamo conoscere dio e la nostra dignità e bellezza**».

Breve pausa

Lettore 3: E ancora: «**La nostra anima è come una cella** [una piccola camera] **che dobbiamo assiduamente frequentare per conoscere la verità**». Questa “cella” possiamo portarla in ogni luogo e in ogni occupazione per essere sempre attenti alla Voce di Dio.

Breve pausa

Letture 1: Dove e come possiamo ascoltare Dio?

Letture 2: Oltre che nel più profondo di noi stessi, Dio ci parla negli avvenimenti della vita, attraverso altre persone e soprattutto nella Sacra Scrittura.

Per ascoltarlo è necessario porsi in attesa attenta di ciò che Gesù vuole dire a ciascuno e avere l'umiltà di lasciarsi veramente cambiare dalla sua Parola.

Letture 3: Questa sera proviamo ad ascoltare la voce di Dio attraverso la Scrittura facendoci aiutare da un metodo che si chiama *lectio divina*, ben sintetizzato nell'Esortazione apostolica *Evangelii Gaudium* da Papa Francesco che ascoltiamo adesso.

Letture 1: «Esiste una modalità concreta per ascoltare quello che il Signore vuole dirci nella sua Parola e per lasciarci trasformare dal suo Spirito. È ciò che chiamiamo “*lectio divina*”. Consiste nella lettura della Parola di Dio all'interno di un momento di preghiera per permetterle di illuminarci e rinnovarci. [...] La lettura spirituale di un testo deve partire dal suo significato letterale. Altrimenti si farà facilmente dire al testo quello che conviene, quello che serve per confermare le proprie decisioni, quello che si adatta ai propri schemi mentali.» (cfr. *Evangelii Gaudium* n. 152)

Pausa con ritornello cantato

Letture 2: «Alla presenza di Dio, in una lettura calma del testo, è bene domandare, per esempio: «Signore, che cosa dice a me questo testo? Che cosa vuoi cambiare della mia vita con questo messaggio? Che cosa mi dà fastidio in questo testo? Perché questo non mi interessa?», oppure: «Che cosa mi piace, che cosa mi stimola in questa Parola? Che cosa mi attrae? Perché mi attra-

e?)». Quando si cerca di ascoltare il Signore è normale avere tentazioni. Una di esse è semplicemente sentirsi infastidito o oppresso, e chiudersi; altra tentazione molto comune è iniziare a pensare quello che il testo dice agli altri, per evitare di applicarlo alla propria vita. Accade anche che uno inizia a cercare scuse che gli permettano di annacquare il messaggio specifico di un testo. Altre volte riteniamo che Dio esiga da noi una decisione troppo grande, che non siamo ancora in condizione di prendere. Questo porta molte persone a perdere la gioia dell'incontro con la Parola, ma questo vorrebbe dire dimenticare che nessuno è più paziente di Dio Padre, che nessuno comprende e sa aspettare come Lui. Egli invita sempre a fare un passo in più, ma non esige una risposta completa se ancora non abbiamo percorso il cammino che la rende possibile. Semplicemente desidera che guardiamo con sincerità alla nostra esistenza e la presentiamo senza finzioni ai suoi occhi, che siamo disposti a continuare a crescere, e che domandiamo a Lui ciò che ancora non riusciamo ad ottenere.»

(Evangelii Gaudium n. 153)

Invocazione allo Spirito Santo:

(Tutti insieme, letto lentamente)

Spirito di Dio,

che con la tua luce distingui la verità dall'errore,

aiutaci a discernere sempre la verità.

Spirito di Dio, dissipa le nostre illusioni e mostraci la realtà.

**Facci riconoscere il linguaggio autentico di Dio nel fondo
dell'anima nostra,**

e aiutaci a distinguerlo da ogni altra voce.

Mostraci la volontà divina in tutte le circostanze della vita,

**in modo che possiamo prendere le giuste decisioni.
Aiutaci a cogliere negli avvenimenti i segni di Dio,
gli inviti che ci rivolge,
gli insegnamenti che ci vuole impartire.
Rendici pronti a percepire i tuoi insegnamenti,
per non perdere nessuna delle tue ispirazioni.
Concedici il dono di scoprire le esigenze della carità
e di comprendere ciò che richiede un amore generoso.
Ma soprattutto eleva il nostro sguardo,
là dove tu ti rendi presente,
ovunque la tua azione ci raggiunge e ci tocca.
Amen**

Viene proclamata la Parola di Dio

Dal Vangelo secondo Matteo (22,34-40)

Allora i farisei, udito che egli aveva chiuso la bocca ai sadducei, si riunirono insieme e uno di loro, un dottore della legge, lo interrogò per metterlo alla

prova: «Maestro, qual è il più grande comandamento della legge?». Gli rispose: «Amerai il Signore Dio tuo con tutto il cuore, con tutta la tua anima e con tutta la tua mente. Questo è il più grande e il primo dei comandamenti. E il secondo è simile al primo: Amerai il prossimo tuo come te stesso. Da questi due comandamenti dipendono tutta la Legge e i Profeti».



SI PROSEGUE PERSONALMENTE:

1. Rileggere attentamente la Parola di Dio.
2. Fare silenzio
3. Porre qualche domanda al testo, sapendo che il “testo” è Gesù stesso dato che Gesù è la Parola del Padre: «Signore, che cosa dice a me questo testo?»
4. Lasciar emergere qualche parola o versetto che mi colpisce in negativo o in positivo: «Che cosa mi dà fastidio in questo testo? Perché questo non mi interessa?», oppure: «Che cosa mi piace, che cosa mi stimola in questa Parola? Che cosa mi attrae? Perché mi attrae?».
5. Lasciare del tempo perché le risposte possano emergere e non darle da sé...
6. Continuare a invocare lo Spirito Santo perché la Parola possa toccare la mia vita, oggi e chiedere al Signore: « Che cosa vuoi cambiare della mia vita con questo messaggio?»
7. Se viene alla mente qualche altro versetto della Bibbia ripeterlo.
8. Chiedere allo Spirito Santo il dono di saper mettere in pratica ciò che ho compreso.
9. Concludere ringraziando.

Canto o ritornello mentre si esegue il gesto:

Sul foglietto che è stato distribuito scrivere ciò di cui si vuole far tesoro questa sera e andare a deporlo nel cestino davanti all'altare, poi, come segno di gratitudine a Dio e per onorarlo nella sua Parola, ciascuno può mettere un grano d'incenso nel turibolo che si trova sotto la Bibbia aperta.

Breve momento di condivisione con una persona seduta vicino.

Preghiera del Giubileo

*Padre che sei nei cieli,
la fede che ci hai donato
nel tuo figlio Gesù Cristo, nostro fratello,
e la fiamma di carità effusa nei nostri cuori dallo Spirito Santo,
ridestino in noi, la beata speranza per l'avvento del tuo Regno.*

*La tua grazia ci trasformi in coltivatori operosi
dei semi evangelici che lievitano l'umanità e il cosmo,
nell'attesa fiduciosa dei cieli nuovi e della terra nuova,
quando vinte le potenze del Male,
si manifesterà per sempre la tua gloria.*

*La grazia del Giubileo
ravvivi in noi Pellegrini di Speranza,
l'anelito verso i beni celesti e riversi sul mondo intero
la gioia e la pace del nostro Redentore.
A te Dio benedetto in eterno sia lode e gloria nei secoli.*

Amen

Benedizione †

Canto finale

