# Il coraggio di scoprire la propria identità



Notte stellata - Van Gogh

tornare all'essenziale

## Esposizione Eucaristica

Canto: RESTA QUI CON NOI

Le ombre si distendono scende ormai la sera e s'allontanano dietro i monti i riflessi di un giorno che non finirà, di un giorno che ora correrà sempre. Perché sappiamo che una nuova vita da qui è partita e mai più si fermerà.

Resta qui con noi, il sole scende già, resta qui con noi, Signore è sera ormai. Resta qui con noi, il sole scende già, se tu sei fra noi, la notte non verrà.

S'allarga verso il mare il tuo cerchio d'onda che il vento spingerà fino a quando giungerà ai confini di ogni cuore, alle porte dell'amore vero. Come una fiamma che dove passa brucia, così il tuo amore tutto il mondo invaderà.

Davanti a noi l'umanità lotta, soffre e spera come una terra che nell'arsura chiede l'acqua da un cielo senza nuvole, ma che sempre le può dare vita. Con te saremo sorgente d'acqua pura, con te fra noi il deserto fiorirà.

#### Adorazione silenziosa

# Per parlare del Signore, bisogna parlare con Lui

Il cuore della crisi morale e spirituale che ferisce l'Europa passa dall'esclusione di Dio, 'grande Sconosciuto': Benedetto XVI lo ha ricordato ai vescovi italiani riuniti in assemblea generale (21-25 maggio 2012).

L'uomo, oggi, pretende di avere un'identità compiuta semplicemente in se stesso. In realtà non si conosce e conoscere se stessi è una necessità. L'uomo ha bisogno di sapere chi è. L'identità non è un dato biologico, è un punto d'arrivo, una vocazione del tutto personale da realizzare, è il senso corretto del proprio io, una sana e sostanzialmente positiva concezione di sé.

Se ha il coraggio di scoprire la sua vera identità, l'uomo avverte immediatamente il bisogno di spingere più in alto la sua ricerca, verso Dio che è la fonte della sua stessa identità.

Ma non sapremo conquistare gli uomini al Vangelo, dice ancora il Papa, se non tornando noi stessi per primi a una profonda esperienza di Dio. La prima condizione per parlare di Dio è parlare con Dio, diventare sempre più uomini di Dio, **nutriti da un'intesa vita di preghiera.** 

"Vorrei dire a ciascuno: lasciamoci trovare ed afferrare da Dio, per aiutare ogni persona che incontriamo ad essere raggiunta dalla Verità. Per questo ho voluto indire un **Anno della fede**, che inizierà l'11 ottobre prossimo".

Nelle grandi fasi critiche della vita e della storia, quando non abbiamo più risposte sufficienti a placare il nostro smarrimento, possiamo allora rimetterci in ascolto.

Possiamo rimetterci in viaggio, pronti all'incontro con noi stessi e con Dio.

In questi momenti ritroviamo il gusto del silenzio, e forse scopriamo che nelle profondità del nostro cuore si aprono molti spazi nuovi.

Possiamo far incontrare positivamente la vita e la fede così che ci sia unificazione, un'autentica integrazione tra l'umano e lo spirituale.

## Ci alziamo in piedi e recitiamo insieme:

E' tempo, Signore, di rivolgermi a te, per trovare un nuovo orientamento.
E' tempo di tornare a dialogare, ad ascoltare ciò che tu hai da dirmi.
E' facile sentire la tua voce, perché tu parli nel suono del mio pensiero quando lo lascio vibrare senza catturarlo, senza afferrarlo, senza ridurlo a me per trattenerlo nella gabbia di ciò che credo di sapere di me, di te e del mondo.

lo voglio dialogare con te, Signore, voglio pensare, perché il pensiero umano è risonanza, è sempre una risposta a una domanda, a una Tua chiamata costante che m'incalza.

Canto: FRANCESCO VAI

Quello che io vivo non mi basta più, tutto quel che avevo non mi serve più, io cercherò quello che davvero vale e non più il servo ma il padrone seguirò.

Francesco vai, ripara la mia casa!
Francesco vai, non vedi che è in rovina.
E non temere, io sarò con te
dovunque andrai.
Francesco vai! Francesco vai!

Nel buio e nel silenzio ti ho cercato, Dio, dal fondo della notte ho alzato il grido mio e griderò finché non avrò risposta per conoscere la tua volontà.

Altissimo Signore, cosa vuoi da me, tutto quel che avevo l'ho donato a te, ti seguirò nella gioia e nel dolore e della vita mia una lode a te farò.

Quello che cercavo l'ho trovato qui, ora ho riscoperto nel mio dirti si la libertà di essere figlio tuo, fratello e sposo di madonna povertà.

#### La 'falsa' identità

Chi non si conosce o ha un senso negativo di sé cerca compensazioni illusorie per 'recuperare' tale positività. Solo un senso corretto del proprio io, una forte identità rende possibile una serena accettazione di sé e dei propri limiti. Quando non ci si sente sicuri 'dentro' del proprio valore, si deve 'richiedere' sicurezza all'esterno, ai risultati di quanto si fa, a ciò che di noi pensano gli altri. Si rischia di diventare più o meno dipendenti dal ruolo e dall'ambiente. Se è il ruolo a dare identità al soggetto, questi si sentirà 'condannato' ad avere in ogni caso successo. Un po' alla volta l'immagine sociale diventa fonte d'identità e regola di vita.

Anche a livello cristiano c'è l'incapacità di accettare il proprio limite perché viene sentito come una conferma del proprio disvalore. La santità è percepita come una conquista personale, frutto di faticosi atti di virtù e di 'meritori' sforzi di volontà. Il peccato viene identificato come trasgressione di un certo codice di condotta morale, non è tanto legato al dispiacere d'avere offeso l'amore di Dio quanto alla delusione di scoprirsi imperfetto.

## L'identità dell'uomo è nascosta in Dio

Il pericolo della 'falsa' identità vale per tutti. Ognuno di noi è tentato di identificarsi con ciò che fa e non con ciò che è e che è chiamato ad essere. Ma non basta all'uomo 'il fare' e anche avere tante doti; occorre sapere per chi e perché usarle, per quali obiettivi. Si tratta insomma di ancorare la propria identità a contenuti più profondi.

Occorre innanzitutto recuperare un senso potenzialmente positivo dell'io. Dentro di noi esiste già una positività, pensiamo alla capacità di amare iscritta nell'uomo, capacità di realizzare opere valide etc. Non è necessario dunque cercarla al di fuori di sé, nella stima degli altri o nelle situazioni di gratificazione e di successo, ma all'interno di sè.

A livello cristiano, poi, tale autostima riceve nuova e preziosa conferma. La coscienza d'esser fatti a immagine e somiglianza di Dio è la garanzia più forte d'una positività che è iscritta nel nostro essere. Dio è nostro Padre, noi rechiamo profondamente impressa in noi la sua immagine. In altre parole, l'identità dell'uomo è 'nascosta' in Dio. Solo Colui che ci ha donato la vita, deponendovi una traccia di sé, ci può svelare il senso e il posto preciso che possiamo occupare nell'esistenza.

Nel vangelo, nella vita di Gesù, nelle sue parole, nel seguire Cristo ed imitarlo scopriamo la nostra identità più profonda, il senso della nostra vita. La Parola di Dio diventa concretamente fonte di autorivelazione, giunge ogni giorno a dirci il progetto di Dio su di noi; significa uscire da sé, impedire che le nostre azioni siano solo espressione di noi stessi. Fede e vita si unificano, si integrano u-

manità e spiritualità. Dio entra nel nostro quotidiano e ci aiuta a leggere tutte le situazioni concrete della vita, dalle relazioni affettive a quelle sociali. E' l'incarnazione della Parola.

### La morte dell'uomo vecchio

Ma come si arriva a costruire questo rapporto con Dio? Bisogna essere disposti a far prima un'opera di smantellamento. E' il contrario del compromesso e delle mezze misure, e implica anche il coraggio di liberarsi dalle false idee che abbiamo su Dio.

Dio non è il giudice severo che pensiamo o semplicemente "so già tutto di Lui e non me ne preoccupo più di tanto". La fede non è una formula, un'equazione, una norma che risolve tutto in modo sbrigativo, a volte è semplicemente essere capaci di camminare nel buio e accettare un mistero che ci supera. E' proprio allora infatti che l'uomo entra in rapporto con Dio: quando, riconoscendo la propria incapacità a capire, conserva in cuore quanto non intende e accetta di rimanere di fronte al mistero. Come Maria.

Canto: AVE MARIA

Ave Maria, Ave. Ave Maria, Ave.

Donna dell'attesa e madre di speranza, ora pro nobis. Donna del sorriso e madre del silenzio, ora pro nobis. Donna di frontiera e madre dell'ardore, ora pro nobis.

Donna del riposo e madre del sentiero, ora pro nobis.

Ave Maria, Ave. Ave Maria, Ave.

Donna del deserto e madre del respiro, ora pro nobis.

Donna della sera e madre del ricordo, ora pro nobis.

Donna del presente e madre del ritorno, ora pro nobis.

Donna della terra e madre dell'amore, ora pro nobis.

Ave Maria, Ave. Ave Maria, Ave. (2v.)

## Silenzio e parola nel "mondo della comunicazione"

Per costruire una relazione con Dio è necessario un equilibrio tra il silenzio e la parola. Viviamo l'epoca di internet. Ci sembra educativo, visto il bombardamento della rete cui tutti oggi siamo sottoposti, il Messaggio del Papa per la Giornata Mondiale delle Comunicazioni Sociale (2012) proprio sul rapporto tra silenzio e parola.

E' importante anche per i nostri ragazzi. Sul

supplemento ad Avvenire 'Noi' di aprile 2012 un articolo affronta per gli adolescenti il tema dell'affettività, visto che passano tante ore davanti al computer. Si parla di "amore ai tempi di internet" dove, attaccati al pc, viaggiano su siti ambigui e finiscono intrappolati nelle chat. Inventandosi identità fasulle e perdendo il senso della realtà. E' quindi allarme sulle abitudini 'virtuali' degli adolescenti, che sostituiscono così la vera conoscenza dell'altro.

In Usa, ma comincia ad avere seguaci anche in Italia, sta spopolando il sexting che consiste nell'inviare e ricevere sms o mms contenenti materiale sessualmente esplicito. Corpi nudi fotografati con il cellulare a compagni e amici. Che tristezza svendere via sms i misteri del cuore!

Ecco cosa ci dice il papa:

"Silenzio e parola sono due momenti della comunicazione che devono equilibrarsi per ottenere un autentico dialogo e una profonda vicinanza tra le persone. Quando parola e silenzio si escludono a vicenda, la comunicazione si deteriora, o perché provoca un certo stordimento, o perché, al contrario, crea un clima di freddezza; quando, invece, si integrano reciprocamente, la comunicazione acquista valore e significato.

Il silenzio è parte integrante della comunicazione e senza di esso non esistono parole dense di

contenuto. Nel silenzio ascoltiamo e conosciamo meglio noi stessi, nasce e si approfondisce il pensiero, comprendiamo con maggiore chiarezza ciò che desideriamo dire o ciò che ci attendiamo dall'altro, scegliamo come esprimerci. Tacendo si permette all'altra persona di parlare, di esprimere se stessa, e a noi di non rimanere legati, senza un opportuno confronto, soltanto alle nostre parole o alle nostre idee. Si apre così uno spazio di ascolto reciproco e diventa possibile una relazione umana più piena. Nel silenzio, ad esempio, si colgono i momenti più autentici della comunicazione tra coloro che si amano: il gesto, l'espressione del volto, il corpo come segni che manifestano la persona. Nel silenzio parlano la gioia, le preoccupazioni, la sofferenza, che proprio in esso trovano una forma di espressione particolarmente intensa. Dal silenzio, dunque, deriva una comunicazione ancora più esigente, che chiama in causa la sensibilità e quella capacità di ascolto che spesso rivela la misura e la natura dei legami.

Là dove i messaggi e l'informazione sono abbondanti, il silenzio diventa essenziale per discernere ciò che è importante da ciò che è inutile o accessorio".

## Cantiamo a cori alterni dal Salmi 4 e 37:

Quando ti chiamo rispondimi, \* Dio mia giustizia nell'angoscia mi hai liberato \* pietà di me, ascolta la mia preghiera.

Lottate per non peccare, custodite il silenzio \*
sul vostro letto esaminate il vostro cuore
offrite sacrifici di giustizia \*
e confidate nel Signore.

Abbi fede nel Signore e fa' il bene \* abita la terra e nutriti di fedeltà ricerca nel Signore la tua gioia \* esaudirà i desideri del tuo cuore.

Orienta il tuo cammino verso il Signore \* confida in lui ed egli agirà farà spuntare la tua giustizia come aurora \* farà splendere come meriggio il tuo diritto.

Il Signore guida i passi dell'uomo integro \* lo rende saldo e trova gioia nel suo cammino se cade non rimane per terra \* con la sua mano il Signore lo solleva.

Metti la speranza nel Signore \* e custodisci il suo cammino.

Ero giovane e ora sono anziano \* non ho mai visto il giusto abbandonato. Dal Signore viene la salvezza dei credenti \* perché cercano in lui protezione. Gloria al Padre...

## La paura non canta

Possiamo definire la nostra epoca attuale, con tutti i suoi stimoli e contraddizioni, l'epoca della confusione.

Roberto Vecchioni ha partecipato all'VIII edizione del Festival biblico a Vicenza che gira intorno al Vangelo di Marco e alla domanda di Gesù 'Perché avete paura?' (Mc 4,40). Si parla del normale atteggiamento di timore e meraviglia degli uomini di fronte a quello che si vedono intorno. E' l'episodio della tempesta: il Signore dorme tranquillo mentre i suoi discepoli tremano di paura perché l'acqua arriva sulla barca. Gesù, ci fa capire che, finché c'è lui, non dobbiamo temere nulla.

In un'intervista ad Avvenire (26 maggio 2012) Vecchioni così si esprime: "Oggi lo spavento nasce dalla confusione. Stiamo mischiando troppi concetti, troppe idee, creando anche tra i popoli complicazioni che portano a conflitti, lotte, ribellioni. Mancano la temperanza e la pazienza che esprimono forza e non debolezza".

Vecchioni non ha mai nascosto un grande amore per il Vangelo: "Gesù ci da la certezza che gli ultimi, i più malversati saranno i primi. Dona significato a situazioni del nostro mondo che altrimenti non avrebbero senso. Non credo esista nessun libro più rivoluzionario del Vangelo. Il comandamento unico che li compendia tutti, quello di **amare chi non ci ama**, non ha raffronti nella storia dell'umanità.

Ma passare dai principi alla pratica però non è facile. Credere implica un cammino, delle tappe. Io ho quasi pena per chi nasce con una fede eccezionale. Preferisco la ricerca più minuziosa, il porsi domande in modo più concreto. E poi nelle Scritture, se le sappiamo leggere, ci sono già tutte le risposte. C'è la certezza che nulla può essere casuale, tutto è causato. Il fondamento della fede è che c'è una ragione, che viviamo di emozioni, di sentimenti, di lacrime, di grandi amori. E tutto questo non può nascere da un grande bang".

#### Una relazione fedele

Concludendo, la fede è relazione, è una relazione personale con Dio prima di essere adesione a delle verità. "All'inizio dell'essere cristiano non c'è una decisione etica o una grande idea, bensì l'incontro con un avvenimento, con una Persona" (Benedetto XVI, Deus caritas est). Questa persona è Gesù Cristo.

Anche l'amore umano fraterno, amicale, sponsale è relazione. Entrambi richiedono fedeltà.

## Ci alziamo in piedi e recitiamo insieme:

Il Dio fedele che irrompe in una esistenza, ne invade gli spazi e riempie il cuore.

Non può provocare una risposta ad tempus, ma esige una risposta totale.

Come per l'amore umano.

Chi non s'impegna per sempre s'impresta solo, è e rimane adolescente.

Adulto è chi è capace di darsi definitivamente, senza venir meno alla parola data, chi sa amare per sempre.

La maturità affettiva non è data semplicemente dalla capacità d'innamorarsi, ma dal saper restare nell'amore.

Anche la relazione con Dio è un cammino che conosce gli sbandamenti tipici di ogni sentimento umano, conosce i suoi alti e bassi, momenti d'incertezza e di buio, o anche di debolezza e peccato.

Occorre allora riconoscere la propria fragilità, non per autoaccusarsi e deprimersi ma per abbandonarci all'amore di un Padre che sempre è pronto ad accoglierci.

Egli ci ama come nessun altro, con un amore tenero ma anche forte ed esigente. Non ci ama semplicemente per gratificare il nostro bisogno di affetto, ma per mandarci nel mondo ad amare alla sua maniera. Ci ha talmente amati da renderci capaci di volere bene come lui.

#### Il 'Paradiso'

Le future generazioni dipendono da quello che le famiglie sono ora. Il VII Incontro Mondiale delle Famiglie di Milano, appena concluso, è stato un dialogo tra il papa e le famiglie. Benedetto XVI ha sostenuto l'importanza del rapporto nella coppia, distinguendo tra innamoramento e amore. Ricorda che l'innamoramento, il fidanzamento, il matrimonio, sono un percorso non scontato, che l'amore diventa vero con il discernimento della ragione. Deve cioè approfondirsi e purificarsi, maturare e crescere. La coppia si deve chiedere, con un serio discernimento, se questo è ciò che vogliono. E' importante che in questo cammino sia coinvolta anche la parrocchia, la comunità perché ci sia comunione di vita con altri. E' per questo che 'agli sposi la Chiesa non chiede: sei innamorato? Ma: vuoi sposarti? Sei deciso?'.

Solo con questa serietà nella relazione, nascono quelle famiglie che sono per i figli 'quasi il paradiso'. E' l'espressione che ha usato il papa, ricordando la sua famiglia e la sua origine: "da bambino ho conosciuto in famiglia 'un amore semplice' dove le piccole cose davano gioia e vedevamo come la bontà di Dio si rifletteva nei nostri genitori. A casa la musica era importante, mio fratello è diventato un grande musicista, il papà suonava la cetra e cantava, erano momenti indimenticabili. Inparola una eravamo un'anima sola, anche se i tempi erano molto difficili, ma l'amore reciproco tra di noi era forte così si poteva superare tutto e anche le cose piccole hanno dato gioia. Siamo cresciuti nella certezza che era bene essere uomini e in questo contesto di fiducia, di gioia e di amore eravamo felici. Il Paradiso - aggiunge dopo una pausa, di nuovo con un sorriso · dovrebbe essere simile a come era la mia gioventù, così spero di andare a casa andando dall'altra parte del mondo". (tratto da Avvenire, 3 giugno 2012).

Canto: VIVERE LA VITA

Vivere la vita
con le gioie e coi dolori di ogni giorno,
è quello che Dio vuole da te.
Vivere la vita
e inabissarti nell'amore è il tuo destino,
è quello che Dio vuole da te.
Fare insieme agli altri la tua strada verso lui,
correre con i fratelli tuoi.
Scoprirai allora il cielo dentro di te,
una scia di luce lascerai.

Vivere la vita è l'avventura più stupenda dell'amore, è quello che Dio vuole da te. Vivere la vita e generare ogni momento il Paradiso, è quello che Dio vuole da te. Vivere perché ritorni al mondo l'unità, perché Dio sta nei fratelli tuoi. Scoprirai allora il cielo dentro di te, una scia di luce lascerai, una scia di luce lascerai.

Prima della benedizione eucaristica, ci avviciniamo all'altare dove il sacerdote inizierà a segnarci con il nardo profumato un segno di croce sul palmo della mano e ognuno di noi lo farà a chi gli è dietro. Il profumo che si sprigiona sta a significare l'amore che si estende tra di noi ogniqualvolta viviamo da fratelli in Cristo.

#### Benedizione Eucaristica

Benedetto il Dio dei nostri Padri

Benedetto il Suo Nome Santo

Benedetto Gesù, Misericordia del Padre

Benedetto Gesù, Unico Salvatore

Benedetto Gesù, Pane per il nostro viaggio

Benedetto Gesù, Acqua per la nostra sete

Benedetto Gesù, Eterno Riconciliatore

Benedetto lo Spirito Santo, Sorgente di ogni ministero

Benedetto lo Spirito Santo, Anima della Comunità

Benedetta la Vergine Maria, Madre di Cristo e dei Popoli
Benedetta la Vergine Maria, Modello dei Cristiani
Benedetta la Vergine Maria, Sede della Sapienza
Benedetti Voi, Uomini e Donne, Amici del Signore
Il nostro Dio sia annunziato a tutti.

Canto: DOLCE SENTIRE

Dolce sentire come nel mio cuore ora umilmente sta nascendo amore. Dolce è capire che non son più solo, ma che son parte di una immensa vita, che generosa risplende intorno a me, dono di Lui, del suo immenso amore.

Ci ha dato il cielo e le chiare stelle, fratello sole e sorella luna, la madre terra con frutti, prati e fiori, il fuoco, il vento, l'aria e l'acqua pura, fonte di vita per le sue creature. Dono di Lui, del suo immenso amor, dono di Lui, del suo immenso amor.

Sia laudato nostro Signore, che ha creato l'universo intero. Sia laudato nostro Signore, noi tutti siamo sue creature. Dono di Lui, del suo immenso amor, beato chi lo serve in umiltà.

Monastero delle Clarisse — Farnese (VT)

clarissefarnese@virgilio.it

www.clarissefarnese.it