

“Misericordia io voglio
e non sacrifici”

(Mt 9,13)



Esposizione Eucaristica

Canto: **SIGNUM UNITATIS**

Signum unitatis,
vinculum charitatis,
verum corpus,
verum corpus,
fons aeternae vitae,
fons aeternae vitae.

Adorazione silenziosa

La fuga nel rumore

Non è facile vivere nel vuoto creato dalla superficialità del nostro tempo. Senza vita interiore, senza uno scopo e senza un significato, l'individuo è in balia di tante fatue impressioni passeggiere.

Oggi noi viviamo nella società del rumore: un rumore assordante, non solo esteriore, ma anche interiore, i cui effetti si riflettono in ciascuno di noi, rendendoci spesso banali e superficiali. L'immediatezza della informazione e la rapidità con cui si succedono le notizie impedisce qualsiasi riflessione duratura; e la persona vive una saturazione di informazioni, di *reportages*, di spot pubbli-

citari. La persona, eccitata da ogni genere di impressioni e sensazioni, è nello stesso tempo indifferente a quasi tutto.

Si cercano continue esperienze che riempiano il vuoto o che lo rendano più sopportabile; e una delle vie di fuga più facili è appunto il rumore. Le persone non riescono a sopportare il silenzio e non conoscono più *l'arte dell'ascolto*.

Imparare l'arte dell'ascolto

L'importanza dell'ascolto e dell'**ascolto della Parola** è sottolineata nel messaggio del Papa per la Quaresima 2016:

«La Quaresima di questo Anno Giubilare è un tempo favorevole per poter finalmente uscire dalla propria alienazione esistenziale grazie all'ascolto della Parola e alle opere di misericordia.

La misericordia divina si svela nel corso della storia dell'alleanza tra Dio e il suo popolo Israele.

Questo amore di Dio raggiunge il suo vertice nel Figlio fatto uomo. In quanto uomo, Gesù di Nazaret è figlio di Israele a tutti gli effetti. E lo è al punto da incarnare quel perfetto *ascolto di Dio* richiesto ad ogni ebreo dallo *Shemà*, ancora oggi cuore dell'alleanza di Dio con Israele: “*Ascolta, Israele: il Signore è il nostro Dio, unico è il Signore. Tu amerai il Signore, tuo Dio, con tutto il cuore, con tutta l'anima e con tutte le forze*” (Dt 6,4-5)».

Il tempo forte della Quaresima ci suggerisce di fermarci ad ascoltare la Parola di Dio. E' solo nel silenzio che la Parola risuona nitidamente; è lasciando che il nostro silenzio sia abitato da quanto abbiamo ascoltato in profondità che evitiamo di cadere nel vuoto e nel non senso.

Occorre un 'lavoro' faticoso per una vita interiore: l'ascolto di se stessi, del proprio profondo. Senza questo **ascolto della coscienza** - del "*maestro interiore*" come lo chiamava Agostino - non è possibile alcuna umanizzazione. Si tratta dunque di ascoltare le 'intuizioni' e le 'parole' che emergono dal mistero del proprio cuore: **ascolto dello Spirito che ci abita**. E' da qui che leggiamo in profondità, alla luce della Parola, eventi e persone.

Ci alziamo in piedi e recitiamo insieme:

Ho ascoltato il silenzio

Signore, siamo costantemente immersi in rumori di vario tipo, sollecitati da messaggi multiformi, non conosciamo più il silenzio come condizione indispensabile per ascoltare se stessi e gli altri.

Aiutaci a concederci, di tanto in tanto, una pausa di silenzio, un'oasi di quiete dove la nostra vita possa rifugiarsi, riposare e fare il punto

della situazione.

Fa che comprendiamo che solo l'ascolto ci permette di leggere in profondità il mondo dei sentimenti e delle emozioni; ci permette di cogliere ciò che in noi è maschera, apparenza, zona d'ombra, limite.. per imparare a riannodare i fili spezzati della nostra storia personale.

E' solo la via del silenzio interiore che porta al distacco dal proprio punto di vista, dalla preoccupazione di sé, dalla distrazione della mente, dalla paura di lasciarsi toccare da Dio.

Fa che siamo disponibili ad ascoltare l'altro, accettando di sacrificare un po' del nostro tempo. Occorre tempo per ascoltare, un tempo vissuto senza fretta; l'ascolto è la prima forma di rispetto e di attenzione verso l'altro.

L'ascolto di Dio e degli uomini, in fondo, è sempre e solo una questione d'amore.

Così sia.

Cantiamo a cori alterni dal Salmo 119:

Come un giovane terrà pura la sua via? *
custodendo la tua parola
ti cerco con tutto il mio cuore*
dai tuoi comandi non lasciarmi deviare.

Conservo la tua promessa nel mio cuore *
per non peccare contro di te
benedetto sei tu, Signore *
insegnami le tue volontà.

Allontana da me la via della menzogna *
e donami per grazia il tuo insegnamento
ho scelto il cammino della fedeltà *
mi sottometto ai tuoi giudizi.

Distogli i miei occhi dal guardare vanità *
fammi vivere nella tua via
realizza per il tuo servo la tua promessa *
fatta ai tuoi adoratori.

Ricordati della parola data al tuo servo *
ne ho fatto la mia speranza
ecco la mia consolazione nella prova *
la tua promessa mi dà vita.

Ricordo nella notte il tuo Nome *
osservo il tuo insegnamento
ecco, Signore, il mio impegno: *
custodire i tuoi precetti.

Misericordia io voglio e non sacrifici (Mt 9,13)

“Misericordia io voglio e non sacrifici” è il titolo del messaggio del Papa per la Quaresima ed è un invito a vivere le opere di misericordia. Leggiamo dal Catechismo della Chiesa Cattolica (2447):

“Le opere di misericordia sono azioni caritativevoli mediante le quali aiutiamo il nostro prossimo nelle sue necessità corporali e spirituali.

Istruire, consigliare, consolare, confortare, sono opere spirituali di misericordia, come lo sono altrettanto il perdonare e il soffrire con pazienza.

Le opere di misericordia corporali consistono soprattutto nel dare da mangiare all'affamato, dare un tetto a chi non ha casa, vestire l'ignudo, visitare gli ammalati e i detenuti, dare sepoltura ai defunti (cfr Mt 25, 31-46)».

Trascriviamo dal messaggio: «La misericordia di Dio trasforma il cuore dell'uomo e gli fa sperimentare un amore fedele e così lo rende a sua volta capace di misericordia. È un miracolo sempre nuovo che la misericordia divina si possa irradiare nella vita di ciascuno di noi, motivandoci all'amore del prossimo e animando quelle che la tradizione della Chiesa chiama **le opere di misericordia corporale e spirituale**. Esse ci ricordano che la nostra fede si traduce in atti concreti e quotidiani, destinati ad aiutare il nostro prossimo nel corpo e nello spirito e sui quali saremo giudicati: nutrirlo, visitarlo, confortarlo, educarlo. Sarà un modo per risvegliare la nostra coscienza spesso assopita davanti al dramma della povertà e per entrare sempre più nel cuore del Vangelo, dove **i poveri sono i privilegiati della misericordia divina**.

Davanti all'amore di Dio, il povero più 'povero' si rivela essere colui che non accetta di riconoscersi tale. Crede di essere ricco ma è povero

perché schiavo del peccato, che lo spinge ad utilizzare ricchezza e potere per sé e non per servire Dio e gli altri. E quest'accecamento si accompagna ad un superbo delirio di onnipotenza, in cui risuona sinistramente quel demoniaco «*sarete come Dio*» (*Gen 3,5*) che è la radice di ogni peccato.

Tale delirio può assumere anche forme sociali e politiche, un modello di falso sviluppo fondato sull'idolatria del denaro, che rende indifferenti al destino dei poveri le persone e le società più ricche, che chiudono loro le porte, rifiutandosi persino di vederli».

NESSUNO deve più soffrire

Una testimonianza. Ha conosciuto la guerra e il dolore di perdere gran parte della sua famiglia. Di perdere la sua bambina di cinque anni e il figlio che aveva in grembo. Ma lei, **Nora**, la speranza in una vita fatta di pace non l'ha abbandonata. Si è aggrappata a un desiderio.

“Siamo stati obbligati a lasciare il Paese. L'avanzata di Boko Haram in Camerun è diventata sempre più violenta. Prima di questo, nel mio Paese tutti vivevano in pace, di qualsiasi religione fossero, poi non è stato

più possibile. Non si potéva rimanere. C'è stata un'irruzione da parte dei terroristi, ormai era un villaggio in guerra. Siamo scappati tutti, ognuno cercava di salvarsi come poteva. Io ero anche incinta. Nella concitazione della fuga ho perso di vista molti membri della mia famiglia, tra cui mia figlia, Elvira, di cinque anni. Sono tornata indietro ma non l'ho più trovata. Ho persino rovistato tra i cadaveri che erano ammassati, per fortuna non c'era, ma ora non so dove possa essere.

Prima di approdare in Italia, dal Camerun siamo arrivati in Ciad, dove abbiamo incontrato molti problemi perché anche lì Boko Haram stava conquistando terreno e la popolazione stava scappando. Siamo passati in Niger, con difficoltà abbiamo attraversato il deserto per giungere in Libia. In Libia è stato terribile, ci hanno rinchiusi e picchiati, volevano sempre più soldi per il viaggio verso l'Italia. Hanno violentato molte ragazze, io sono riuscita a salvarmi perché facevo da interprete con i libici ed ero incinta. Una notte ci hanno portati a forza verso la spiaggia. In acqua c'era un gommone su cui ci hanno fatto salire a spintoni e bastonate, eravamo circa 120 persone. Mentre ci spintonavano, a

causa delle bastonate e delle gomitate ho perso il bambino che portavo in grembo.

Ho lasciato la mia terra per vivere in pace. L'ho lasciata per una vita insieme a mio marito, anche lui migrante, che si trova in un'altra città. Vorrei vivere la pace anche se in un'altra terra.

Vorrei contribuire a migliorare la società. Sono un'insegnante, vorrei fare il mio mestiere per trasmettere sentimenti positivi. Ho sofferto troppo, desidero aiutare le persone. Nessuno deve soffrire come ho sofferto io" (dalla rivista *San Francesco* gennaio 2016).

Canto: **ISAIA 62**

1. Io gioisco pienamente nel Signore,
la mia anima esulta nel mio Dio,
mi ha rivestito delle vesti di salvezza.
mi ha avvolto con il manto della giustizia.

 Come uno sposo che si cinge il diadema,
 come una sposa che si adorna di gioielli,
 come la terra fa germogliare i semi,
 così il Signore farà germogliare la giustizia.

Rit.

***Nessuno ti chiamerà più abbandonata,
né la tua terra sarà più detta devastata,
ma tu sarai chiamata mio compiacimento***

***e la tua terra sposata,
perché di te si compiacerà il Signore
e la tua terra avrà uno sposo.***

2. Per amore di Sion non mi terrò in silenzio,
per amore di Gerusalemme non mi darò pace,
finché non sorga come stella la sua giustizia,
la sua salvezza non risplenda come lampada.

Allora i popoli vedranno la tua giustizia,
tutti i re la tua gloria,
ti si chiamerà con un nome nuovo
che la bocca del Signore avrà indicato.

Il digiuno che voglio

*«Non è piuttosto questo il digiuno che voglio:
sciogliere le catene inique, rimandare liberi gli op-
pressi?»*

*Non consiste forse nel dividere il pane con
l'affamato, nell'introdurre in casa i miseri, senza
tetto, nel vestire uno che vedi nudo, senza trascura-
re i tuoi parenti?»*

*Se toglierai di mezzo a te l'oppressione, il
puntare il dito e il parlare empio, se aprirai il tuo
cuore all'affamato, se sazierai l'afflitto di cuore,
allora brillerà la tua luce» (Isaia 58, 6 ss).*

Viviamo in una società che ci abitua sempre

meno a riconoscere le nostre responsabilità e a farcene carico: a sbagliare, infatti, sono sempre gli altri. Gli immorali sono sempre gli altri, le colpe sono sempre di qualcun altro, mai nostre.

E viviamo talvolta anche l'esperienza di un certo clericalismo di ritorno, tutto intento a tracciare confini, a 'regolarizzare' le vite delle persone attraverso l'imposizione di requisiti e divieti che appesantiscono il già faticoso vivere quotidiano. Un atteggiamento sempre intento a giudicare, ma non a chinarsi con compassione sulle miserie dell'umanità. Occorre dimostrare il volto di una Chiesa che non rinfaccia agli uomini le loro fragilità e le loro ferite, ma le cura con la medicina della misericordia.

Anche a noi, a volte, piace bastonare gli altri, condannare gli altri. Il primo e unico passo richiesto per fare esperienza della misericordia è quello di **riconoscersi tutti bisognosi di misericordia**. Basta non imitare quel fariseo che stando davanti all'altare ringraziava Dio di non essere un peccatore 'come tutti gli altri uomini'. Se siamo come quel fariseo, se ci crediamo giusti, non conosciamo il cuore del Signore. Chi è abituato a giudicare gli altri dall'alto, sentendosi a posto, chi è solito considerarsi giusto, buono e in regola, non avverte il bisogno di essere abbracciato e perdonato.

E c'è anche chi lo avverte, ma pensa di essere irredimibile per il troppo male commesso. Invece il

Signore mai si stanca di perdonare. Siamo noi che ci stanchiamo di chiedergli perdono (cfr. Papa Francesco, *Il nome di Dio è Misericordia*)

La preghiera è la forza che muove il mondo

Di fronte a tutte le situazioni della vita, al limite e al peccato che può scoraggiarci, abbiamo la forza della preghiera che viene sempre a sostenere e illuminare i nostri passi.

La preghiera, ha detto il Papa il 6 febbraio 2016 ai gruppi di preghiera di padre Pio, «è una forza che muove il mondo». «Noi crediamo questo? È così? Fate la prova», ha aggiunto a braccio.

La preghiera *«non è una buona pratica per mettersi un po' di pace nel cuore; e nemmeno un mezzo devoto per ottenere da Dio quel che ci serve, perché sarebbe una mossa da sottile egoismo. Io prego per stare bene come se prendessi un'aspirina. Non è così. Io prego per ottenere questo.... Ma questo è fare un negozio!*

*La preghiera è un'altra cosa, è un'opera di misericordia spirituale, che vuole portare tutto al cuore di Dio. È dire 'prendi tu che sei Padre'. È un dono di fede e di amore, un'intercessione di cui c'è bisogno come del pane. In una parola, significa affidare: **affidare la Chiesa, le persone, le situazioni***

al Padre, perché se ne prenda' cura».

*«La preghiera, come amava dire Padre Pio, è la migliore arma che abbiamo, una chiave che apre il cuore di Dio», ha assicurato il Papa. «Una chiave facile. Il cuore di Dio non è blindato, tu puoi aprirlo con una chiave comune, con la preghiera». Altrimenti, il monito del Papa, «si rischia di appoggiarsi altrove: sui mezzi, sui soldi, sul potere; poi l'evangelizzazione svanisce, la gioia si spegne e il cuore diventa noioso». «Voi volete avere un cuore noioso?», ha domandato a braccio ai presenti che gli hanno risposto con un coro di «no». «Volete aver un cuore gioioso?». Alla risposta affermativa, il Papa ha esclamato: «**Pregate sempre!**».*

Canto: **DAL PROFONDO O SIGNORE**

*Dal profondo, o Signore, gridiamo il tuo nome:
dalle strade del mondo vogliamo tornare a te.
Dal profondo, o Signore, gridiamo il tuo nome:
solo in te la vita risplenderà.*

E tu ci guiderai sulla via che porta a te;
donerai salvezza all'umanità.

E tu illuminerai ogni nostra oscurità:
splenderà il tuo volto dentro di noi.

E tu ridonerai la tua pace all'umanità
e verrà il tuo Regno in mezzo a noi.

**Intervista a Susanna Tamaro:
“Chi ha paura di passare
attraverso il dolore, ha paura di vivere”**

Accorgersi del mistero che avvolge gli eventi della vita. Questa ricerca spesso è molto faticosa. Passa attraverso esperienze vissute, dolori laceranti, attese deluse: uno spaccato dell'animo umano che invita a riflettere, a interrogarsi o semplicemente a contemplare la bellezza e il mistero della vita. È questa la prosa di Susanna Tamaro: un viaggio faticoso e realistico nelle profondità dell'uomo.

Si definisce una persona solitaria, lontana dal potere del successo. E difatti lei vive in modo austero, lontano dal chiasso. Quanto conta il silenzio nella sua vita.

“Il silenzio è alla base della conoscenza di se stessi. Non facendosi coinvolgere dal fragore e dal chiacchiericcio del mondo, si conserva la capacità di interrogarsi, di stupirsi e di riflettere”.

Perché si ha paura oggi di passare attraverso il dolore. “Il dolore ci rivela a noi stessi. Senza dolore, raramente si riesce a crescere, a diventare esseri umani migliori, più consapevoli. Chi ha paura di passare attraverso il dolore, ha paura di vivere. Vive in un eterno presente, senza mai avere il lampo dello stupore, della gratitudine per quello che la

vita potrebbe ancora riservargli. **Viviamo ormai tutti in un eterno presente**, intrattenuti da distrazioni virtuali, asserragliati nelle nostre piccole infelicità, per paura di affrontare quello che non conosciamo. **Ma è proprio quel che non conosciamo che ci rivelerà a noi stessi**, che porterà alla luce quella parte nascosta e sorprendente di noi capace di trasformarci da passivi fruitori dei giorni in attivi viandanti pieni di meraviglia, capaci di amare e di riconoscere nell'amore il significato più profondo della vita”.

Ha voluto ricevere la prima comunione a tutti i costi. “Perché speravo che, con la comunione, avrei avuto una risposta alla domanda che mi assillava da sempre. **Perché si nasce, se poi si deve morire?** La mia famiglia non voleva che facessi la prima comunione, erano tutti ferocemente atei. Ma io sentivo che in quella nuova dimensione, qualcosa si sarebbe aperto nella mia mente e nel mio cuore, che sarei entrata a far parte di qualcosa di misterioso e sacro che avrebbe placato un po' le mie paure”.

Che cosa significa avere fede. Come si esprime il senso del mistero nella sua vita. “La fede, per me, è la massima espressione di libertà. Riconoscere il mistero che ci avvolge, essere grati alla vita che ci è data, alla bellezza che ci circonda, alla grande forza

dell'amore, vuol dire vivere al massimo la nostra condizione di figli, di esseri umani sospesi tra due oscurità – quella dalla quale veniamo e quella verso la quale andiamo – e di dare un senso profondo al cammino della vita, che è prima di tutto un cammino di consapevolezza, di umiltà e di amore”.

*Spesso si è schierata a difesa della vita, contro l'aborto e l'eutanasia. “In nome della vita, che ci è stata data da Dio e che non sta a noi interrompere. Non si può affidare l'inizio e la fine a delle leggi. La vita è un dono straordinario, rinnegarla, spegnerla, per una malinterpretata visione di libertà individuale, vuol dire rinnegare la nostra stessa natura di esseri umani. **Una creatura che viene al mondo, arriva quasi sempre per far cambiare qualcosa in chi l'ha generata.** Non bisogna avere paura della vita, ci sorprende sempre. Per me l'eutanasia è l'anticamera della barbarie, perché vuole imporre un diritto alla morte per vie legali, quando, da sempre, nei casi più disperati l'uomo ha saputo, nel silenzio e con amore, accompagnare alla morte i propri cari, impedendo l'accanimento terapeutico”.*

Guardiamo alla famiglia di oggi. È ancora una forza, una risorsa per la società. Come far passare questa certezza ai giovani. “I giovani vivono in un eterno presente ipercollegato, assordati da un in-

trattenimento tecnologico tossico e incapaci di fare progetti. La colpa, naturalmente non è loro, ma della società mediatica che li spinge ad essere dei compulsivi consumatori di emozioni e impauriti conoscitori del proprio cuore. Mancano gli esempi, sia in famiglia che nella classe dirigente o scolastica, che li spinga a comprendere che la crescita interna passa attraverso l'impegno, il confronto e che la conoscenza dell'altro e l'accettazione dell'amore sono dimensione primarie della vita. Solo così si comprende la bellezza di creare una famiglia”.

*I genitori non si impongono più e non suscitano più nei figli le domande sul senso della vita. “E’ tutta la società mediatica che incoraggia questo vivere giorno per giorno, in balia dei propri desideri e delle proprie pulsioni più basse. I genitori, il più delle volte, sfiancati dall’infelicità, dalle difficoltà e dalle loro stesse delusioni, **più che suscitare domande sul senso della vita, preferiscono lasciare liberi i figli di fare le loro esperienze,** sperando che una saggezza interna li porti poi da soli a comprendere i valori sui quali basare la loro vita. Sono solitudini che vivono sotto lo stesso tetto, più che famiglie. Per uscirne, bisognerebbe che tornasse nel mondo il desiderio di futuro, **l’idea di vivere per diventare migliori e per migliorare il mondo che ci circonda”.***

Come sogna la Chiesa del Terzo Millennio. “Una Chiesa fatta di esempi di vita, di sobrietà, di dedizione e anche di responsabilità. Gesù venne a portare la spada sulla terra, a scuotere gli animi, non a blandirli con parole tranquillizzanti, prive di mordente. Nessuno può togliere i peccati, ma può far-sene carico. Ecco vorrei una Chiesa che si facesse carico del dolore e dei peccati del mondo, una chiesa che ama prima di giudicare, una chiesa che riveli alle persone che solo andando in profondità del proprio cuore, ascoltando la voce dello Spirito, seguendo il Decalogo, possono diventare veramente liberi. Liberi soprattutto dalla disperazione di una vita a caso”(Giovanna Abbagnara).

Ci alziamo in piedi e recitiamo insieme:

E' questo il mistero del peccato: ci siamo allontanati da Dio, dagli altri, da noi stessi.

Tre medicine guariscono dal peccato:

la preghiera, che è un dire a Dio ‘non sono auto-sufficiente, ho bisogno di Te;

la carità, per superare l'estraneità nei confronti degli altri, per vivere il servizio, vincendo la tentazione di soddisfarci;

il digiuno, la penitenza, per liberarci dalle dipendenze nei confronti di quello che passa e allenarci ad essere più sensibili e misericordiosi.

La Quaresima sia un tempo di benefica potatura

della falsità, della mondanità, dell'indifferenza:
per non pensare che tutto va bene se io sto bene;
per capire che quello che conta non è
l'approvazione, la ricerca del successo o del consenso,
ma la pulizia del cuore e della vita;
per ritrovare l'identità cristiana, cioè l'amore che
serve, non l'egoismo che si serve.
Mettiamoci in cammino insieme, come Chiesa
tenendo fisso lo sguardo sul Crocifisso. Così sia.
(Papa Francesco, mercoledì delle ceneri)

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: **PRESENTE SEI, MARIA**

1. Presente sei, Maria,
Madre di grazia e d'amore;
presente sei, Maria,
il mio cuore t'invoca.
2. Il conforto che rechi,
se guardiamo te, o Madre,
dona al cuore la pace,
dona al cuore l'amore.
3. Noi ti preghiamo cantando
le tue lodi, Maria;
la tua voce ci chiama
ad amare il tuo figlio.
4. L'anima vive e si allietta
nel silenzio cercato,
nell'incontro con te
che sei la Madre amata. Amen.

Monastero delle Clarisse — Farnese (VT)
clarissefarnese@virgilio.it
www.clarissefarnese.it

11 febbraio 2016