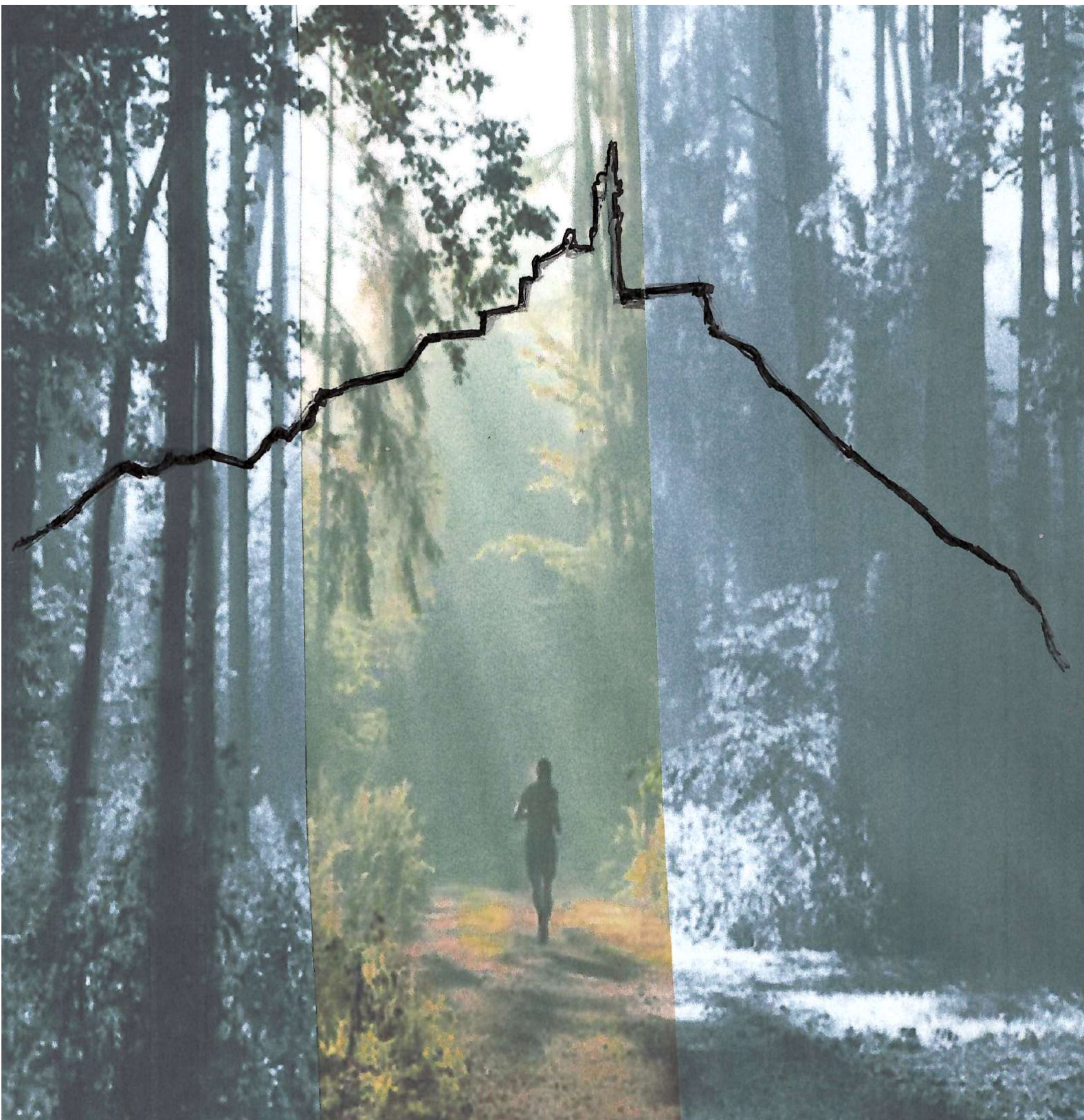


*Il silenzio custodisce il mistero*



**Ritiro del Silenzio 2025 – 17 e 18 maggio 2025**  
**Santuario di Nostra Signora della Guardia**

Sia sabato 17 pomeriggio che domenica 18 siamo nella prima settimana del salterio.

Al Santuario saranno a disposizione due confessori, chiedere all'accoglienza i dettagli, considerate che sabato sera Don Stefano ci guida in una liturgia penitenziale

Chi desidera partecipare all'adorazione notturna nella cappellina è pregato di segnarsi sul cartellone, vogliamo coprire tutta la notte per non lasciare solo l'Altissimo; in caso di cambi di programma per favore cercate una sostituzione.

## Sabato 17 maggio

- 2 ... Filo conduttore: Il silenzio custodisce il mistero
- 4 ... Prima riflessione: Viviamo immersi nel rumore
- 8 ... Seconda riflessione: Lo Spirito Santo "motore" della nostra vita
- 11... Suggestioni per l'atmosfera di silenzio
- 12... Spunti per la riconciliazione

### Filo conduttore: Il silenzio custodisce il mistero

Vogliamo brevemente soffermarci a comprendere il titolo che abbiamo voluto scegliere per questo ritiro: "Il silenzio custodisce il mistero".

Iniziamo col dire che il silenzio è qualcosa di essenziale nelle nostre vite, per cui ogni cristiano è chiamato a coltivare il silenzio. Ricordiamo il famoso brano di Elia: *"<sup>11</sup>Gli disse: «Esci e fermati sul monte alla presenza del Signore». Ed ecco che il Signore passò. Ci fu un vento impetuoso e gagliardo da spaccare i monti e spezzare le rocce davanti al Signore, ma il Signore non era nel vento. Dopo il vento, un terremoto, ma il Signore non era nel terremoto. <sup>12</sup>Dopo il terremoto, un fuoco, ma il Signore non era nel fuoco. Dopo il fuoco, il sussurro di una brezza leggera. <sup>13</sup>Come l'udì, Elia si coprì il volto con il mantello, uscì e si fermò all'ingresso della caverna."* (1 Re 19, 11-13)

Solo nel silenzio Elia incontra il Signore. È lo stesso per noi. Solo nel silenzio possiamo porci le domande essenziali e profonde nella nostra vita.

Nel silenzio Dio ci parla. Nel silenzio riconosciamo la sua voce. Solo nella preghiera scopriamo il silenzio. Il silenzio non è solo tranquillità; il silenzio è una cosa positiva, una parola nell'anima, un gemito dello Spirito Santo, una partecipazione alla parola di Dio.

Quando viviamo nel silenzio interiore, quando rimaniamo sempre consapevoli della Parola silenziosa di Dio nel nostro cuore, discerniamo la sua voce e arriviamo a conoscere il modo unico in cui egli ci parla. Quando facciamo silenzio del nostro cuore incontriamo il Signore e preghiamo con lo Spirito Santo. In quel modo il nostro cuore arde d'amore per il Signore.

In questo ritiro vogliamo pregare ma non solo attraverso le parole che noi diciamo a Dio, ma anche nel silenzio ascoltare le parole che Dio vuole dire a noi.

Pertanto, abbiamo messo come secondo elemento del titolo il fatto che il silenzio custodisce il mistero, ossia tutto quel mondo che vive in noi e che molte volte ci sfugge. È proprio dal silenzio del nostro cuore che troviamo la nostra identità. E la nostra prima identità è quella di essere dei battezzati, dei figli di Dio, delle creature amate in maniera profonda.

Il nostro cuore per sua natura è assetato di infinito, e il nostro Dio che vive nelle altezze, si avvicina a noi con tenerezza, facendoci fare questa esperienza di grandezza. Ne scaturisce dunque che ognuno di noi ha la responsabilità di vivere liberamente, di vivere con dignità, di vivere secondo la propria identità, di vivere in amicizia con Dio. Per fare questo dobbiamo imparare a separarci dalle distrazioni, a coltivare il silenzio e l'amore del silenzio nel nostro cuore.

Proviamo in questo ritiro a “riposare”, perché il nostro cuore riposa veramente solo nel silenzio!!!!

## Il silenzio: il clima ideale per la preghiera

*Mi ricordo che all'inizio del mio cammino di preghiera, il silenzio non mi piaceva. Anzi, mi faceva paura perché mi evocava l'assenza, il vuoto, la solitudine. Allora la mia spiritualità era piena di parole: le parole prima, durante e dopo la preghiera.*

*Però, sotto il cumulo di parole, la preghiera rimane soffocata e non riesce a sprigionare la più piccola scintilla di luce. Il silenzio, invece, è il clima ideale per la preghiera; la preghiera è di casa nel silenzio. L'uomo di preghiera, dopo aver incontrato Dio, non ritrova più le parole.*

*Infatti, avanzando nel cammino, la presenza del Signore si faceva sempre più viva, densa, intensa... e il silenzio ha cambiato il significato: è diventato cura, guarigione, amore.*

*Con la Sua presenza affettuosa, con la Sua voce dolce e con il Suo sguardo amorevole, il Signore ha riempito il mio silenzio. Da allora non sono mai solo nel silenzio. Poi, ho imparato che il silenzio è dialogo dei cuori. Il silenzio è l'intimità; è sedersi vicini, io e Gesù; è confidarsi, fidarsi e abbandonarsi.*

*Il silenzio non è né muto né vuoto e va accolto e va cercato. Allora cercalo dentro di te, perché senza silenzio interiore tutto è rumore o vuoto angosciante.*

*Il silenzio attira, avvicina e rende possibile la preghiera. Il silenzio è ascolto. È il silenzio che prepara il tuo incontro con il Signore che vuole parlarti*

*Don Nikola Vucic*

## Prima riflessione: Viviamo immersi nel rumore

Per rumore, scientificamente, intendiamo: suono indesiderato, spesso percepito come fastidioso che può interferire con il riposo e produrre stress, ci troviamo immersi in un ambiente sonoro composto da varietà di suoni provenienti da diverse fonti, l'influenza del rumore nella nostra vita può essere molto ampia; secondo l'OMS l'esposizione prolungata a livelli di rumore può aumentare il rischio di malattie cardiovascolari e disturbi come ansia e depressione.

La percezione sonora si è trasformata nel tempo, insieme allo sviluppo sociale, inconsciamente l'orecchio di un individuo è arrivato a percepire una quantità indefinita di decibel sempre maggiore, un'atmosfera rumorosa è un sottofondo costante in qualsiasi attività quotidiana.

Un tempo le civiltà antiche tendevano ad allontanare i lavori rumorosi dai villaggi, oggi le città sono i posti più rumorosi. Trovare ambienti silenziosi in aree urbanizzate talvolta è impossibile.

Nel giro degli ultimi decenni i mass media e recentemente internet sono diventati un veicolo di musica, parole, idee, convinzioni, concetti che inducono ad un pensiero comune sempre più rivolto all'individualismo. Viviamo connessi ma soli, chiunque in ogni momento della sua vita, è raggiunto da stimoli con rapidità, è perciò inevitabile che la persona, e soprattutto i giovani, siano assuefatti, incapaci di riflettere su quello che ci circonda così quasi senza rendersi conto, tanto che poco alla volta non riusciamo più ad ascoltare noi stessi. Tutto è a portata di mano e l'effimero ha sostituito l'essenziale, cambiano i gusti, le tendenze i costumi e soprattutto i valori.

La cultura moderna, così trasformata, diventa la società dell'effimero che produce un vuoto interiore, e per questo si cerca di vivere esperienze volte a riempire questo vuoto almeno, ed il rumore qui ha un ruolo importante: non ci dà il tempo di ascoltare il nostro cuore, la nostra anima.

Il rumore che crea confusione, agitazione, fa necessariamente perdere armonia ed equilibrio; molto spesso non ci rendiamo del rumore intorno a noi, è come se fossimo assuefatti al rumore.

Chi vive stordito da ogni genere di rumore non riesce a giungere nell'intimo del proprio essere, soffermarsi sull'essenziale e difficilmente riuscirà ad avere l'atteggiamento necessario per incontrare Dio.

L'uomo che vive immerso nel rumore non solo non riesce a conoscere se stesso, non riuscirà neppure a vivere rapporti profondi con gli altri (in coppia, in famiglia, con gli amici).

Nella nostra società molti definiscono Dio *nascondito* in realtà Dio non è impossibile da trovare, il profeta Elia riconosce Dio nella brezza leggera non nel fragore del vento della tempesta o del fuoco.

Per vivere momenti di silenzio interiore bisogna eliminare i rumori che influiscono negativamente sulla preghiera, rumori che distraggono o impediscono perfino un incontro con il Signore.

Non sono pochi uomini e donne che sentendosi insoddisfatti e bisognosi di ritrovare la pace interiore avvertono la necessità di qualcosa che permetta loro di riprendere un dialogo con se stessi e riscoprire la spiritualità per dare un significato profondo alla propria vita.

Le comunità monastiche, nella società contemporanea, offrono spazi di silenzio, luoghi dove si può percepire la sapienza del raccoglimento, l'armonia dell'essenziale, la quiete dello spirito. Questa, probabilmente, è una delle grandi missioni del monachesimo: proporre silenzio e interiorità come invito che nasce dall'amore di Dio verso ogni essere umano.

Chi vive in silenzio davanti a Dio scopre il mondo, la vita, le cose, l'esistenza intera sotto una luce nuova, il suo sguardo diventa più profondo e armonioso.

Stare in silenzio con Dio è sapersi amati

Bisogna anche eliminare i rumori interiori che impediscono la preghiera, sarà difficile ascoltare Dio se siamo immersi in un contesto caotico pieno di distrazione e di agitazione, l'incontro con il Signore avviene nel silenzio dell'anima, è importante riconoscere rumori "interiori" e superarli, sono rumori silenziosi che se non vengono a galla si annidano in profondità e che ci allontanano dal Signore.

- 1) Il rumore dell'odio. Questo sentimento rende impossibile la preghiera, nel Vangelo di Giovanni 3.15 "chiunque odia il proprio fratello è omicida"
- 2) Il rumore della critica verso Dio. Quando rimproveriamo Dio per ciò che ci accade, questo atteggiamento impedisce un dialogo.
- 3) Il rumore del rancore. L'ira contro qualcosa o qualcuno, se non eliminata, si può trasformare in rancore, ricordiamo che per pregare è necessario avere un cuore riconciliato Mt 5. 24
- 4) Il rumore dell'orgoglio. Questo rumore è eccesso di amor proprio, amore per i propri meriti per cui ci sentiamo superiori agli altri e non bisognosi di Dio,
- 5) Il rumore dell'invidia. Questo fa sì che non si lodi nessuno e non si parli bene di nessuno, è un rumore che disconosce i propri meriti.
- 6) Il rumore della paura. Impedisce di confidare in Dio e nella Sua provvidenza, si teme che anche a Dio non importi di noi.
- 7) Il rumore delle preoccupazioni. Questa circostanza impedisce una serena vicinanza a Dio, mancando la comunicazione con Dio anche le preoccupazioni aumentano.

- 8) Il rumore dell'incredulità. E' il rumore di chi non crede che la preghiera sia efficace e decide di non compierla.
- 9) Il rumore dell'accomodamento al peccato. Il ricordo del proprio peccato ci impedisce di elevarci a Dio e di entrare in sintonia con lui.
- 10) Il rumore della vanità. L'inclinazione ad adattarci alla mentalità del mondo accaparra l'attenzione e fa sì che ci impedisca di elevarci a Dio o di entrare in sintonia con Lui.
- 11) Il rumore del proprio passato. Un passato in cui non si ha avuto esperienza di Dio né della preghiera, il ricordo del passato crea, inoltre, inquietudine interiore.
- 12) Il rumore delle fantasie. Un'immaginazione traboccante che non si controlla genera fantasie di ogni tipo che impediscono di ascoltare la voce di Dio.

*“Il sommo sacerdote, alzatosi in mezzo all'assemblea, interrogò Gesù dicendo: - non rispondi nulla? Cosa testimoniano costoro contro di te? - ma Egli taceva e non rispondeva nulla. Pilato lo interrogò di nuovo dicendo: - Non rispondi nulla? Vedi di quante cose ti accusano! - ma Gesù non rispose più nulla tanto che Pilato rimase stupito. (Mc 14, 60-61 15, 4-5)*

*Gesù tu sei la vita e sei condannato a morte; sei la verità e subisci un falso processo. Perché non reclami? Perché non alzi la voce e non spieghi le tue ragioni? La tua reazione stupisce, Gesù: nel momento decisivo non parli, taci. La tua risposta è il silenzio; ma il tuo silenzio è fecondo: è preghiera, è mitezza, è perdono, è la via per redimere il male, per convertire ciò che soffri in un dono che offri.*

*Gesù mi accorgo che ti conosco poco perché non conosco abbastanza il tuo silenzio; perché nella frenesia di correre e fare, assorbito dalle cose, preso dalla paura di non restare a galla o dalla smania di mettermi al centro, non trovo il tempo di fermarmi e rimanere con te: per lasciare agire te, Parola del Padre che operi nel silenzio.*

*Gesù il tuo silenzio mi scuote: mi insegna che la preghiera non nasce dalle labbra che si muovono, ma da un cuore che sa stare in ascolto: perché pregare è farsi docili alla tua Parola, è adorare la tua presenza. (Papa Francesco via Crucis del 29 marzo 2024)*

## **Il rumore ci fa cadere nelle tentazioni**

La tentazione si manifesta come un'innocua attrattiva e finisce per trasformarsi in una gabbia, della quale spesso più che cercare scampo si tenta di minimizzarne la schiavitù, sordi alla parola di Dio.

“La tentazione da dove viene? Come agisce dentro di noi?”

Non viene da Dio ma dalle nostre passioni, dalle nostre debolezze interiori, dalle ferite che ha lasciato in noi il peccato originale, da lì vengono le tentazioni, da queste passioni.

E' curioso, la tentazione ha tre caratteristiche: cresce, contagia e si giustifica.

Cresce: incomincia con un'aria tranquilla e cresce...

Lo stesso Gesù diceva questo, quando ha parlato della parabola del grano e della zizzania: il grano cresceva, ma anche la zizzania seminata dal nemico.

E la tentazione cresce: cresce, cresce...e se uno non la ferma occupa tutto.

E così, quando noi siamo in tentazione, non sentiamo la parola di Dio: non sentiamo. Non capiamo.

E Gesù ha dovuto ricordare la moltiplicazione dei pani per farli uscire da quell'ambiente, perché la tentazione ci chiude, ci toglie ogni capacità di lungimiranza, ci chiude ogni orizzonte, e così ci porta al peccato.

Quando noi siamo in tentazione, soltanto la Parola di Dio, la Parola di Gesù ci salva.

Sentire quella Parola che ci apre l'orizzonte...

Lui sempre è disposto ad insegnarci come uscire dalla tentazione.

E Gesù è grande perché non solo ci fa uscire dalla tentazione, ma ci dà più fiducia.

Chiediamo al Signore che sempre, come ha fatto con i discepoli, con la sua pazienza, quando siamo in tentazione ci dica: "fermati, stai tranquillo".

Ricordati cosa ho fatto con te in quel momento, in quel tempo: ricordati.

Alza gli occhi, guarda l'orizzonte, non chiudere, non chiuderti, vai avanti" e questa parola ti salverà dal cadere in peccato nel momento della tentazione".

### **Salmo 31**

*In te, Signore, mi sono rifugiato, mai sarò deluso;  
per la tua giustizia salvami.*

*Porgi a me l'orecchio, vieni presto a liberarmi.*

*Sii per me la rupe che mi accoglie,  
la cinta di riparo che mi salva.*

*Tu sei la mia roccia e il mio baluardo,*

*Esulterò di gioia per la tua grazia,  
perché hai guardato alla mia miseria,*

*hai conosciuto le mie angosce;*

*Abbi pietà di me, Signore, sono nell'affanno;*

*per il pianto si struggono i miei occhi,  
la mia anima e le mie viscere.*

*Io confido in te, Signore;*

*dico: «Tu sei il mio Dio,  
nelle tue mani sono i miei giorni».*

*Quanto è grande la tua bontà, Signore!*

*La riserbi per coloro che ti temono,  
ne ricolmi chi in te si rifugia  
davanti agli occhi di tutti.*

## Seconda riflessione: Lo Spirito Santo “motore” della nostra vita

***Dal Vangelo secondo Giovanni (Gv 14,15-16.23b-26)***

*In quel tempo, Gesù disse ai suoi discepoli: “Se mi amate, osserverete i miei comandamenti. Io pregherò il Padre ed egli vi darà un altro Consolatore perché rimanga con voi per sempre. Se uno mi ama, osserverà la mia parola e il Padre mio lo amerà e noi verremo a lui e prenderemo dimora presso di lui. Chi non mi ama, non osserva le mie parole; la parola che voi ascoltate non è mia, ma del Padre che mi ha mandato. Queste cose vi ho detto quando ero ancora tra voi.*

*Ma il Consolatore, lo Spirito Santo che il Padre manderà nel mio nome, egli v’insegnerà ogni cosa e vi ricorderà tutto ciò che io vi ho detto”.*

Lo Spirito Santo ci è stato promesso e donato per la prima volta il giorno del nostro battesimo, quando tra le braccia dei nostri genitori, tra qualche pianto e smorfia, con un po’ d’acqua, siamo stati legati in modo indelebile a Cristo. Questo legame si è rafforzato con la crescita, quando la nostra famiglia ci ha insegnato a pregare, a riconoscere l’amore di Dio, fino a prendere consapevolezza di essere cristiani.

Con l’iniziazione cristiana (battesimo, comunione e cresima) abbiamo ricevuto gli strumenti della vita cristiana, ma se non usassimo dei doni ricevuti, che ne sarebbe della vita nuova pagata da Cristo per noi?

***Il dono di Dio va alimentato!!!*** Se un fuoco acceso non venisse alimentato, in breve si spegnerebbe, con gravi conseguenze. Allora il gelo prenderebbe il posto del calore e, senza accorgercene, ci troveremmo immersi nel buio. Qualcuno magari imprecherebbe contro il fuoco, perché si è spento. Ma basterebbe un po’ di legna per accorgerci che sotto la cenere c’è sempre un tizzone fumigante, una scintilla da cui ripartire. Il legame con Cristo, il dono dello Spirito Santo, sono consegnati a noi per sempre.

Lo Spirito è la Voce che ci permette di udire la Parola; senza la voce, la Parola sarebbe incomunicabile. Ma anche noi dobbiamo esercitarci nell’arte della parola, per non restare sordi alla Voce di Dio. Questa Voce di Dio, che è lo Spirito Santo, può essere udita dall’uomo. Dove? Nel profondo del cuore dell’uomo e, in definitiva, là dove abita la voce della sua coscienza. Lo Spirito Santo suscita così un dialogo tra l’uomo e Dio, tra la voce della coscienza e la Voce dello Spirito Santo.

Nella nostra coscienza si fanno sentire molte voci: la voce del proprio io, la voce degli insegnamenti morali a cui si è formati, la voce del mondo e dei condizionamenti esterni. La Voce dello Spirito Santo è una delle voci udibili nella coscienza. Come per la radio, occorre sintonizzarsi sulla frequenza giusta e aumentarne il volume. Come? La frequenza dello Spirito

è la Parola di Dio; solo la sua Parola ha il timbro dello Spirito Santo. La Chiesa ne è in qualche modo l'altoparlante.

Non dobbiamo dimenticare che è lo Spirito che dentro di noi prega. Senza questa premessa non c'è la preghiera cristiana. E questa è la caratteristica propria, tipica della preghiera cristiana. La preghiera è dunque il mezzo privilegiato per entrare in relazione con il Signore, per mettersi in ascolto della Sua Parola e a disposizione di quello Spirito che ci vuole fare continuamente creature nuove.

**IN QUESTO NOSTRO RITIRO, DUNQUE, METTIAMOCI IN ASCOLTO DELLO SPIRITO E FACCIAMOCI CONDURRE DA LUI!!!**

***Preghiera di affidamento allo Spirito Santo***

*O Spirito Santo, amore che procede dal Padre e dal Figlio, Fonte inesauribile di grazia e di vita, a te affido la mia vita, il mio passato, il mio presente, il mio futuro, i miei desideri, le mie scelte, le mie decisioni, i miei pensieri, i miei affetti, tutto quanto mi appartiene e tutto ciò che sono.*

*Tutti coloro che incontro, che penso, che conosco, che amo e tutto ciò con cui la mia vita verrà a contatto: tutto sia beneficiato dalla potenza della tua luce, del tuo calore, della tua pace.*

*Tu sei Signore e dai la vita, senza la tua forza nulla è senza colpa.*

*O Spirito dell'eterno amore vieni nel mio cuore, rinnovalo e rendilo sempre più come il cuore di Maria, affinché io possa diventare, ora e per sempre, Tempio e tabernacolo della Tua divina presenza. Amen*

## **Solo il silenzio custodisce il mistero**

*Nella storia della salvezza, non il clamore né la platealità, ma l'ombra e il silenzio sono i "luoghi" in cui Dio ha scelto di manifestarsi all'uomo.*

*Confini evanescenti da cui il suo mistero ha preso di volta in volta una forma visibile, ha preso carne.*

*A suggerire la riflessione sono gli istanti dell'Annunciazione, in particolare il passo in cui l'Angelo dice a Maria che la potenza dell'Altissimo la **"coprirà con la sua ombra"**.*

*Come, in fondo, quasi della stessa sostanza dell'ombra era fatta anche la nube con la quale Dio aveva protetto gli ebrei nel deserto: "Il Signore sempre ha avuto cura del mistero e ha coperto il mistero. Non ha fatto pubblicità del mistero.*

*Un mistero che fa pubblicità di sé non è cristiano, non è il mistero di Dio: è la fine del mistero! E questo è quello che è accaduto alla Madonna quando riceve suo Figlio: il mistero della sua maternità verginale è coperto. E' coperto tutta la vita! E lei lo sapeva.*

*Quest'ombra di Dio in noi, nella nostra vita ci aiuta a scoprire il nostro mistero: il nostro mistero dell'incontro col Signore, il nostro mistero del cammino della vita col Signore.*

*Ognuno di noi sa come misteriosamente opera il Signore nel suo cuore, nella sua anima.*

*E qual è la nube, la potenza, com'è lo stile dello Spirito Santo per coprire il nostro mistero.*

*Questa nube in noi, nella nostra vita, si chiama silenzio.*

*Il silenzio è proprio la nube che copre il mistero del nostro rapporto col Signore, della nostra santità e dei nostri peccati. È un mistero che non possiamo spiegare.*

*Ma quando non c'è silenzio nella nostra vita il mistero si perde, va via.*

*Custodire il mistero con il silenzio! Quella è la nube, quella è la potenza di Dio per noi, quella è la forza dello Spirito Santo».*

*La Madre di Gesù è stata la perfetta icona del silenzio, dall'annuncio della sua eccezionale maternità al Calvario.*

*Colei che ha vissuto fino in fondo «questo silenzio» in tutta la sua vita.*

*«Penso quante volte ha taciuto, quante volte non ha detto quello che sentiva per custodire il mistero del rapporto con suo Figlio», fino al silenzio più crudo, ai piedi della croce.*

*“Il Vangelo non riporta alcuna parola della Madonna: Maria «era silenziosa, ma dentro il suo cuore quante cose diceva al Signore» in quel momento cruciale della storia.*

*Probabilmente Maria avrà ripensato alle parole dell'angelo che «abbiamo letto» nel Vangelo riguardo a suo Figlio: «Quel giorno m'hai detto che sarò grande! Tu mi ha detto che gli darai il trono di Davide suo padre e che regnerà per sempre! Ma adesso lo vedo lì», sulla croce.*

*La Madonna era umana! E forse aveva voglia di dire: “Bugie! Sono stata ingannata!”.*

*Ma Maria «con il silenzio ha coperto il mistero che non capiva. E con il silenzio ha lasciato che il mistero potesse crescere e fiorire» portando a tutti una grande «speranza».*

*“Il silenzio è quello che custodisce il mistero”, per cui il mistero del nostro rapporto con Dio, del nostro cammino, della nostra salvezza non può essere messo all'aria, pubblicizzato. Il silenzio lo custodisce».*

*Che «il Signore ci dia a tutti la grazia di amare il silenzio, cercarlo, di avere un cuore custodito dalla nube del silenzio. E così il mistero che cresce in noi darà tanti frutti».*

### **Pregiera**

*Maria, madre della speranza,*

*giorno dopo giorno la vita ci chiede impegno, coraggio ed entusiasmo.*

*Ma spesso veniamo messi di fronte alle nostre fragilità,*

*ai nostri sbagli più o meno volontari.*

*Insegnaci, Maria, a vivere,*

*insegnaci a fare della nostra vita qualcosa di bello per Dio e per i fratelli.*

*Non permettere che sciupiamo giorni e anni in progetti meschini.*

*Non permettere che scivoliamo nella pigrizia che paralizza,*

*né nell'attivismo che stordisce.*

*Rendici liberi dentro perché il nostro cuore e le nostre mani,*

*sappiano donare gioia e speranza alle persone che incontriamo. Amen.*

## Suggerimenti per l'atmosfera di silenzio

*Abitanti come siamo di città rumorose e trafficate, ricerchiamo prima o poi il silenzio. E pace. Per questo siamo disposti anche a lunghi viaggi.*

*Arrivati alla meta (in campagna, in un bosco...o magari in cima ad un monte come questo del Santuario), finalmente, nella pace, sentiamo i ns passi, il fruscio delle foglie, rumori lontani, e confusi, in una beata solitudine. Avete presente questa situazione di spazio e respiro libero? Che bello! A qualcuno potrebbe capitare, però, di non sentirsi così a suo agio.*

*Se quel lato del nostro spirito, sommerso dalle incombenze che ci sollecitano nel quotidiano, bussa alla coscienza, non sempre questa apertura potrebbe essere facile: in "archivio" stanno infatti sentimenti ed esperienze messe da parte, parole non dette, fraintendimenti non chiariti, un po' alla rinfusa.*

*Nel raccoglimento, insomma, se il nostro io si manifesta, senza finzioni, questa apertura potrebbe essere difficoltosa, forse neanche gradevole, in un primo momento. (in questo mare aperto bisogna saper navigare, trovare timone e timoniere)*

*Il silenzio ci può far intravedere l'infinito e noi potremmo intuire come siamo fragili. Ma anche, diciamolo, potremmo misurare quali grandezze meravigliose ci ha donato il nostro Creatore. Possiamo percepire dalle piccole cose- la brezza, il calore del sole, le nuvole- spazi immensi e lontani. Ricordiamo: non era lì, Dio stesso? Quando Abramo si senti chiamare, Dio non era nel tuono, nel fuoco, ma stava in un sospiro tra gli arbusti! Allora insieme ad un vago smarrimento eccoci immersi in una stupenda cornice di pace e raccoglimento che ci fa nascere a nuova vita. La voce di Dio che è lo Spirito Santo può essere udita da noi, nel profondo del nostro cuore, là dove abita la coscienza. (Nella nostra coscienza si fanno sentire tante voci: quella dell'io, del mondo che ci condiziona, la voce della morale in cui siamo stati educati. In un momento di raccoglimento nel silenzio possiamo finalmente ascoltare anche quella voce dello Spirito)*

*Noi esseri umani in realtà desideriamo l'Infinito e l'Assoluto Siamo in ricerca. Il nostro Creatore ci ha fatti così.*

*Allora è buono essere arrivati fin qui alla ricerca di Dio, alla ricerca del silenzio dove egli può parlarci.*

*Vale la pena dunque entrare e stare in questo spazio di silenzio. Si aprirà un dialogo. In cui l'ascolto diventa il momento e il mezzo fondamentale per costruire un rapporto con Dio, con noi stessi, con il nostro coniuge.*

*Se Dio stesso si lascia percepire nell'armonioso silenzio che avvolge tutto il creato, il raccoglimento è il contesto indispensabile per iniziare a dialogare. Infatti, noi siamo fatti per comunicare, non certo per stare in silenzio (e credo che le signore presenti saranno tutte d'accordo!) Il silenzio, in queste ore prossime vediamo come una disciplina, una forma di ascesi, non la nostra dimensione, ma la scala per arrivare alla nostra meta: la serenità e la pace interiore.*

*Vedremo che il primo interlocutore con cui scambieremo contatti siamo noi stessi, il nostro cuore. Ritroviamo quel me stesso che dovremmo amare con gentilezza e comprensione!*

*Timone e timoniere li abbiamo con noi: il Vangelo e Gesù nel Tabernacolo*

## **Spunti per la riconciliazione**

*Arriveranno stasera, al momento della celebrazione penitenziale*

## Domenica 18 maggio

13 ... Terza riflessione: La gioia

18 ... Invito per il dovere di sedersi

18 ... Altri riferimenti

### Terza riflessione: La gioia

#### “Lo stile del Cristiano è la Gioia”

Manuali e video, riviste e professionisti ci spiegano come essere felici. La ricerca della felicità è universale: la tristezza, la noia l'indifferenza, se diamo un'occhiata in giro, però si verificano con preoccupante frequenza.

Papa Francesco ammoniva i cristiani: stile del cristiano è essere di una gioia contagiosa, invece: sì, anche noi siamo tristi e lamentosi.

Qualcuno potrebbe dire: con tutti problemi che ho! Facile essere contenti quando tutto va bene. C'è qualcuno che non è contento nemmeno così, a volte...

Diverso quando si vedono crepe, le relazioni scricchiolano, ci son contrattempi, conflitti, sino a delusioni e divisioni.

La Provvidenza a quel punto pare nascosta tra le nuvole, il nostro Dio onnipotente pare distratto. La gioia comincia ad essere introvabile. Però malattia, delusioni, incomprensioni e conflitti, sono la nostra condizione umana. Come facciamo? Come affrontare tante contraddizioni? Come ritrovare lo spirito per andare avanti?

Proviamo a raccogliere, dalla nostra esperienza di vita nell'Equipe che ci accompagna tutto l'anno in un cammino di crescita-ma non solo, alcune pietre fondamentali.

La speranza, al di là di ogni evidenza.

La nostra speranza risiede in Gesù. Non nelle probabilità o nelle circostanze. La nostra speranza poggia sul fatto che siamo salvati. Il ns stile di vita non potrà essere che gioioso, perché è lo spirito del Risorto.

Il perdono: prima di tutto perdonare agli altri, ci libera dai conflitti, dal risentimento, dalle vendette e dalla paura.

Se è difficile perdonare gli altri, poi, pare addirittura a volte più difficile perdonare noi stessi. Il nostro amor proprio ne soffre tantissimo. Però nella Riconciliazione, possiamo sperimentare da vicino quel che dice la preghiera del Padre nostro. Anche noi siamo perdonati, se lo chiediamo.

La creatività, dono di Dio perché fossimo a sua immagine.

Beato chi costruisce il suo mondo, di relazioni, di lavoro, di famiglia, dicono i Salmi: Salmo 111  
beato chi può esplorare la scienza, l'arte, la sua professione, il suo mestiere.

La Chiesa, in particolare ha una speciale attenzione e considerazione per l'amore coniugale e la famiglia come icona dell'amore umano, e riflesso dell'amore divino, come fonte di gioia nella condivisione e nella fraternità. L'amore in famiglia è una grande manifestazione della Carità Cristiana; non ha limiti, deve e può sempre crescere; è frutto dello Spirito Santo e della nostra capacità di dare Amore agli altri, e stare in pace con tutti

Chi non ama il fratello cammina nelle tenebre (1 lettera di Giovanni)

(Benedetto XVI) chiudere gli occhi di fronte al prossimo rende ciechi anche davanti a Dio (Deus Caritas est)

La gioia vera, è un dono che ci ritroviamo viva e forte, che non dipende dall'umore del momento o dalle circostanze quotidiane; viene da dentro di noi e cresce in sintonia con la preghiera e con l'amore per gli altri, per noi e per il Creato.

In questo ritiro, allora, lasciamoci condurre dallo Spirito Santo in un dialogo con Dio, attuale e sincero, concreto, amoroso, in crescita.

## Mai senza gioia

Terzo aspetto di questa identità è lo "stile del cristiano" che è "la gioia".

I cristiani "sono persone che esultano perché conoscono il Signore e portano il Signore".

Anche "nei problemi, anche nelle difficoltà, anche nei propri sbagli e peccati c'è la gioia di Gesù che sempre perdona e aiuta".

Sant'Agostino dice ai cristiani: "Vai, vai avanti, canta e cammina!".

Con la gioia: è quello lo stile del cristiano. Annunciare il Vangelo con gioia. E il Signore fa tutto.

Invece, la troppa tristezza, questa troppa tristezza, anche l'amarrezza ci porta a vivere un cosiddetto cristianesimo senza Cristo: la Croce svuota i cristiani che sono davanti al Sepolcro piangendo, come la Maddalena, ma senza la gioia di aver trovato il Risorto".

### **Pregliera: BENEDETTO SII TU, O SIGNORE**

- *Ti benediciamo, Signore, per la tua amicizia verso di noi fino a dare la tua vita.*
- *Ti benediciamo per coloro che spendono la vita in nome tuo.*
- *Ti benediciamo per coloro che ci aiutano a incontrarti.*
- *Ti benediciamo per coloro che ci fanno del bene senza che ce ne accorgiamo.*
- *Ti benediciamo per tutti i nostri coetanei e amici.*
- *Ti benediciamo per chi fa del bene in nome tuo.*
- *Ti benediciamo perché ci inviti sempre alla collaborazione e alla generosità.*
- *Ti benediciamo perché ci sproni ad aiutare i più poveri e fragili.*

## La gioia del cristiano non è l'allegria di un momento

Il cristiano è un uomo e una donna di gioia.

Che cos'è questa gioia? E' l'allegria? No: non è lo stesso. L'allegria è buona, rallegrarsi è buono.

Ma la gioia è di più, è un'altra cosa.

E' una cosa che non viene dai motivi congiunturali, dai motivi del momento: è una cosa più profonda. E' un dono.

L'allegria, se noi vogliamo viverla tutti i momenti, alla fine si trasforma in leggerezza, superficialità, e anche ci porta a quello stato di mancanza di saggezza cristiana, ci fa un po' scemi, ingenui, no?, tutto è allegria...no?

La gioia è un'altra cosa. La gioia è un dono del Signore. Ci riempie da dentro.

E' come una unzione dello Spirito.

E questa gioia è nella sicurezza che Gesù è con noi e con il Padre.

La gioia è una virtù pellegrina.

E' un dono che cammina, che cammina sulla strada della vita, cammina con Gesù.

Chiediamo al Signore questa grazia, questo dono dello Spirito: la gioia cristiana.

### **Preghiera**

*Signore, la famiglia è un tuo dono per noi,  
non qualcosa di ovvio o scontato.*

*Ti chiediamo, quindi, di aiutarci  
nel nostro rapporto di coppia,  
di genitori, di figli.*

*Tu ci conosci nel profondo:  
non siamo persone né famiglie perfette,  
riconosciamo le nostre debolezze, i nostri limiti,  
e per questo ci affidiamo a Te.*

*Aiutaci a rispettarci l'un l'altro  
ed a sforzarci di cogliere il punto di vista dell'altro.*

*Fa' che tra noi ci siano tenerezza ed onestà,  
comprensione ed un pizzico di umorismo  
insieme alla capacità di ammettere  
che ogni tanto possiamo sbagliarci.*

*Renderci disponibili a dividere la nostra felicità con gli altri,  
aprendo la nostra casa  
preoccupandoci delle loro gioie e dei loro dolori,  
come dei nostri*

*perché solo distribuendo il tuo sale potremo dar sapore a ciò che ci circonda.*

*Grazie per averci dato questo dono prezioso.*

*Aiutaci a farne buon uso. Amen*

## La gioia dell'amore

Il papa è in piena sintonia con ciò che il suo predecessore aveva detto nell'Enciclica *Deus Caritas est*: «Non mi stancherò di ripetere quelle parole di Benedetto XVI che ci conducono al centro del Vangelo: "All'inizio dell'essere cristiano non c'è una decisione etica o una grande idea, bensì l'incontro con un avvenimento, con una Persona, che dà alla vita un nuovo orizzonte e, con ciò, la direzione decisiva"» (EG 7).

Quindi «non potremo incoraggiare un cammino di fedeltà e di reciproca donazione se non stimoliamo la crescita, il consolidamento e l'approfondimento dell'amore coniugale e familiare» (AL 89). È proprio la crescita nella capacità di amare che deve guidare «lo sforzo pastorale per consolidare i matrimoni» (AL 307).

Riflettiamo sui nn. 134 e 135 dell'Esortazione *Amoris laetitia* ad approfondire il tema della gioia dell'amore.

134. Tutto questo si realizza in un cammino di permanente crescita. Questa forma così particolare di amore che è il matrimonio, è chiamata ad una costante maturazione, perché ad essa bisogna sempre applicare quello che san Tommaso d'Aquino diceva della carità: « La carità, in ragione della sua natura, non ha un limite di aumento, essendo essa una partecipazione dell'infinita carità, che è lo Spirito Santo. [...] Nemmeno da parte del soggetto le si può porre un limite, poiché col crescere della carità, cresce sempre più anche la capacità di un aumento ulteriore ». San Paolo esortava con forza: « Il Signore vi faccia crescere e sovrabbondare nell'amore fra voi e verso tutti » (1 Ts 3,12); e aggiunge: « Riguardo all'amore fraterno [...] vi esortiamo, fratelli, a progredire ancora di più » (1 Ts 4,9-10). Ancora di più. L'amore matrimoniale non si custodisce prima di tutto parlando dell'indissolubilità come di un obbligo, o ripetendo una dottrina, ma fortificandolo grazie ad una crescita costante sotto l'impulso della grazia. L'amore che non cresce inizia a correre rischi, e possiamo crescere soltanto corrispondendo alla grazia divina mediante più atti di amore, con atti di affetto più frequenti, più intensi, più generosi, più teneri, più allegri. Il marito e la moglie « sperimentano il senso della propria unità e sempre più pienamente la conseguono ».

Il dono dell'amore divino che si effonde sugli sposi è al tempo stesso un appello ad un costante sviluppo di questo regalo della grazia.

135. Non fanno bene alcune fantasie su un amore idilliaco e perfetto, privato in tal modo di ogni stimolo a crescere. Un'idea celestiale dell'amore terreno dimentica che il meglio è quello che non è stato ancora raggiunto, il vino maturato col tempo. Come hanno ricordato i Vescovi del Cile, « non esistono le famiglie perfette che ci propone la pubblicità ingannevole e consumistica. In esse non passano gli anni, non esistono le malattie, il dolore, la morte [...]. La

pubblicità consumistica mostra un'illusione che non ha nulla a che vedere con la realtà che devono affrontare giorno per giorno i padri e la madri di famiglia ». È più sano accettare con realismo i limiti, le sfide e le imperfezioni, e dare ascolto all'appello a crescere uniti, a far maturare l'amore e a coltivare la solidità dell'unione, accada quel che accada.

- Qual è la vera letizia nell'amore?
- L'ho potuta sperimentare nella mia famiglia? In qualche altra famiglia?
- Cosa può significare oggi contribuire ad annunciare il Vangelo dell'amore familiare?

## Invito per il dovere di sedersi

L'invito è per un dovere di sedersi in cui ci raccontiamo le impressioni ed i pensieri suscitati in questo ritiro.

## Altri riferimenti

Alcune catechesi di Padre Andrea Gasparino sono disponibili su YouTube:



La liturgia del giorno è disponibile su  
<https://www.chiesacattolica.it/liturgia-del-giorno/>