



# Quaresima 2016

## Esercizi Spirituali

Una sosta importante nella

“Palestra dello Spirito”

3° giorno - Mercoledì 2 Marzo

### LA RICONCILIAZIONE NELLA VITA DI OGNI GIORNO

#### Introduzione / collegamento

♪ *Canto iniziale...Lodi all'altissimo*

*Tu sei Santo, Signore Dio, Tu sei forte, Tu sei grande;  
Tu sei l'Altissimo, l'Onnipotente, Tu Padre Santo, Re del cielo.*

*Tu sei Trino, uno Signore, Tu sei il bene, tutto il bene;  
Tu sei l'Amore, Tu sei il vero, Tu sei umiltà, Tu sei sapienza.*

*Tu sei bellezza Tu sei la pace, la sicurezza, il gaudio, la letizia;  
Tu sei speranza Tu sei giustizia Tu temperanza ed ogni ricchezza*

*Tu sei Custode, Tu sei mitezza, Tu sei rifugio, Tu sei forza;  
Tu carità, fede, Tu speranza, Tu sei tutta la nostra dolcezza.*

*Tu sei la vita Eterno gaudio, Signore grande, Dio ammirabile  
Onnipotente o Creatore, o Salvatore di misericordia*

---

#### Introduzione

**Guida:** Il cristianesimo è una religione messianica, fondata su un Dio che prende a cuore la sorte dei poveri, ascolta il grido degli oppressi e interviene a loro favore. Dio non sta alla finestra della storia: si schiera dalla parte dei deboli, di tutti coloro che sono alla mercé dei prepotenti e degli arroganti. Chiede a quelli che vogliono vivere in alleanza con lui di costruire la giustizia, di praticare la compassione e la misericordia, di vivere nella carità e nella solidarietà.

Non si tratta solamente di atteggiamenti del cuore, ma di scelte e decisioni che passano per le mani e si traducono in gesti concreti.

---

#### Invochiamo la grazia dell'incontro

*(a due cori)*

Chi ti vuole bene, o Padre, sa che tu entri nella storia per produrre cambiamenti continui: cambi il cuore degli uomini, cambi la sorte dei popoli, cambi il corso della storia.

Tu non lasci le cose come stanno: tu induci a cambiare...

*Ci hai fatto cambiare la nostra immagine di Dio quando hai inviato il tuo Figlio nella debolezza della nostra carne per mostrarci il tuo amore che non si ferma mai, neanche davanti alla morte.  
Ci hai fatto cambiare il nostro modo di leggere la storia quando hai offerto ai poveri di entrare per primi nel mondo nuovo che stai preparando.*

Ci hai fatto cambiare anche i criteri con cui giudicare questa nostra esistenza dal momento che chi l'ha perduta per avvertela donata sa che la ritroverà più bella che mai, mentre chi l'ha trattenuta solo per se stesso sa che la perderà per sempre.

*Signore, non è facile credere  
in un Dio che non si rassegna all'esistente,  
in un Dio che mi porta sulla strada  
della novità.*

Come possiamo chiamarti padre,  
se poi non ci trattiamo da fratelli?  
Come possiamo dirci tuoi figli,  
se poi non riconosciamo negli altri  
la tua stessa immagine, la nostra stessa dignità?

*Eppure è così difficile, Signore  
riconoscere per fratello  
colui che agisce come un concorrente,*

*trattare da fratello amato  
chi ci sta facendo soffrire, accogliere come un  
fratello chi ci ha fatto seriamente del male*

Ognuno di noi è un poco il fratello minore della parabola, che sbatte la porta di casa e se ne va lontano: sperpera in poco tempo un patrimonio prezioso...

Ma ognuno di noi si porta dentro anche lo spirito del fratello maggiore che non ti capisce perché hai perché hai fatto festa, perché sei troppo buono...

*Mio Dio, non permettere che io mi illuda  
di poter amarti  
senza amare il mio prossimo,  
quello che vive gomito a gomito con me,  
quello che incontro occasionalmente,  
quello che così spesso sembra portare  
un po' di scompiglio nelle mie giornate.*

**Ingresso della Parola**

🎵 **Canto: Luce in noi sarà**

**Rit. Luce in noi sarà questa tua parola, Signore, e ci guiderà con sapienza e verità.**

1. Beato l'uomo che ascolterà la tua Parola Signore:  
nella tua legge cammina già e conforme al tuo cuore vivrà. **Rit.**



## Dal Vangelo secondo Matteo ( 25,31-46)

Quando il Figlio dell'uomo verrà nella sua gloria, e tutti gli angeli con lui, sederà sul trono della sua gloria. Davanti a lui verranno radunati tutti i popoli. Egli separerà gli uni dagli altri, come il pastore separa le pecore dalle capre, e porrà le pecore alla sua destra e le capre alla sinistra. Allora il re dirà a quelli che saranno alla sua destra: "Venite, benedetti del Padre mio, ricevete in eredità il regno preparato per voi fin dalla creazione del mondo, perché ho avuto fame e mi avete dato da mangiare, ho avuto sete e mi avete dato da bere, ero straniero e mi avete accolto, nudo e mi avete vestito, malato e mi avete visitato, ero in carcere e siete venuti a trovarmi". Allora i giusti gli risponderanno: "Signore, quando ti abbiamo visto affamato e ti abbiamo dato da mangiare, o assetato e ti abbiamo dato da bere? Quando mai ti abbiamo visto straniero e ti abbiamo accolto, o nudo e ti abbiamo vestito? Quando mai ti abbiamo visto malato o in carcere e siamo venuti a visitarti?". E il re risponderà loro: "In verità io vi dico: tutto quello che avete fatto a uno solo di questi miei fratelli più piccoli, l'avete fatto a me". Poi dirà anche a quelli che saranno alla sinistra: "Via, lontano da me, maledetti, nel fuoco eterno, preparato per il diavolo e per i suoi angeli, perché ho avuto fame e non mi avete dato da mangiare, ho avuto sete e non mi avete dato da bere, ero straniero e non mi avete accolto, nudo e non mi avete vestito, malato e in carcere e non mi avete visitato". Anch'essi allora risponderanno: "Signore, quando ti abbiamo visto affamato o assetato o straniero o nudo o malato o in carcere, e non ti abbiamo servito?". Allora egli risponderà loro: "In verità io vi dico: tutto quello che non avete fatto a uno solo di questi più piccoli, non l'avete fatto a me". E se ne andranno: questi al supplizio eterno, i giusti invece alla vita eterna».

## Riflessione

Tempo di silenzio

Un tempo per rispondere

(per l'orazione personale)

Fin dalle origini non è stato facile vivere da fratelli. La storia di Caino e Abele è lì per ricordarcelo: storia del più debole e del più buono, sopraffatto dalla brutalità, dalla violenza, dalla cattiveria del più forte. Ancor oggi, Signore, non è facile sopportarci come fratelli, rispettarci come fratelli, amarci come fratelli. Basta un nulla per far saltare un nervo che è sempre scoperto.

Basta poco per erigere odiosi steccati di separazione. Basta un segno per dare adito a sospetti e a ripicche.

Signore, tu ci hai fatti fratelli di ogni essere umano, di qualsiasi razza, di qualsiasi cultura. A pensarci bene, è molto di più quello che ci unisce di quello che ci divide. Ci unisce il tuo amore e questa vita che scorre come linfa nella nostra esistenza: è un dono tuo! Ci unisce il sangue del tuo Figlio Gesù. Ci unisce il soffio creatore del tuo Spirito che dona vita.

È vero: l'amore per la giustizia non si improvvisa, non è un frutto spontaneo che spunta dall'esistenza senza che prima ci sia stato un tempo per la semina e una crescita che ha conosciuto tante difficoltà. È vero: l'amore per la giustizia è una scelta esigente che comporta sacrifici, che induce ad affrontare i rischi, che spesso fa attraversare lande desolate e solitarie dove avanzare a forza di volontà, senza poter contare su molti appoggi.

Eppure, Signore, vale la pena investire sulla giustizia e per essa andare incontro anche a disagi e persecuzioni. Dalla giustizia, infatti, dipende la possibilità di cambiare la faccia della terra. È grazie ad essa che questa storia viene strappata al fango, al sopruso, alla violenza e assicura ad ogni creatura la sua dignità e la sua libertà.

### **Da Misericordiae vultus n.15**

**15.** In questo Anno Santo, potremo fare l'esperienza di aprire il cuore a quanti vivono nelle più disparate periferie esistenziali, che spesso il mondo moderno crea in maniera drammatica. Quante situazioni di precarietà e sofferenza sono presenti nel mondo di oggi! Quante ferite sono impresse nella carne di tanti che non hanno più voce perché il loro grido si è affievolito e spento a causa dell'indifferenza dei popoli ricchi. In questo Giubileo ancora di più la Chiesa sarà chiamata a curare queste ferite, a lenirle con l'olio della consolazione, fasciarle con la misericordia e curarle con la solidarietà e l'attenzione dovuta. Non cadiamo nell'indifferenza che umilia, nell'abitudinarietà che anestetizza l'animo e impedisce di scoprire la novità, nel cinismo che distrugge. Apriamo i nostri occhi per guardare le miserie del mondo, le ferite di tanti fratelli e sorelle privati della dignità, e sentiamoci provocati ad ascoltare il loro grido di aiuto. Le nostre mani stringano le loro mani, e tiriamoli a noi perché sentano il calore della nostra presenza, dell'amicizia e della fraternità. Che il loro grido diventi il nostro e insieme possiamo spezzare la barriera di indifferenza che spesso regna sovrana per nascondere l'ipocrisia e l'egoismo. È mio vivo desiderio che il popolo cristiano rifletta durante il Giubileo sulle opere di misericordia corporale e spirituale. Sarà un modo per risvegliare la nostra coscienza spesso assopita davanti al dramma della povertà e per entrare sempre di più nel cuore del Vangelo, dove i poveri sono i privilegiati della misericordia divina. La predicazione di Gesù ci presenta queste opere di misericordia perché possiamo capire se viviamo o no

come suoi discepoli. Riscopriamo le opere di misericordia corporale: dare da mangiare agli affamati, dare da bere agli assetati, vestire gli ignudi, accogliere i forestieri, assistere gli ammalati, visitare i carcerati, seppellire i morti. E non dimentichiamo le opere di misericordia spirituale: consigliare i dubbiosi, insegnare agli ignoranti, ammonire i peccatori, consolare gli afflitti, perdonare le offese, sopportare pazientemente le persone moleste, pregare Dio per i vivi e per i morti.

Non possiamo sfuggire alle parole del Signore: e in base ad esse saremo giudicati: se avremo dato da mangiare a chi ha fame e da bere a chi ha sete. Se avremo accolto il forestiero e vestito chi è nudo. Se avremo avuto tempo per stare con chi è malato e prigioniero (cfr Mt 25,31-45).

Ugualmente, ci sarà chiesto se avremo aiutato ad uscire dal dubbio che fa cadere nella paura e che spesso è fonte di solitudine; se saremo stati capaci di vincere l'ignoranza in cui vivono milioni di persone, soprattutto i bambini privati dell'aiuto necessario per essere riscattati dalla povertà; se saremo stati vicini a chi è solo e afflitto; se avremo perdonato chi ci offende e respinto ogni forma di rancore e di odio che porta alla violenza; se avremo avuto pazienza sull'esempio di Dio che è tanto paziente con noi; se, infine, avremo affidato al Signore nella preghiera i nostri fratelli e sorelle. In ognuno di questi "più piccoli" è presente Cristo stesso. La sua carne diventa di nuovo visibile come corpo martoriato, piagato, flagellato, denutrito, in fuga... per essere da noi riconosciuto, toccato e assistito con cura. Non dimentichiamo le parole di san Giovanni della Croce: «Alla sera della vita, saremo giudicati sull'amore»

♪ *Canto meditativo: MANDA IL TUO SPIRITO*

*Rit. Manda il Tuo Spirito, manda il Tuo Spirito, manda il Tuo Spirito, Signore su di noi.  
Manda il Tuo Spirito, manda il Tuo Spirito, manda il Tuo Spirito, Signore su di noi.*

1. La Tua presenza noi invochiamo, per esser come Tu ci vuoi.

Manda il tuo Spirito, Signore su di noi. Impareremo ad amare, proprio come ami Tu,  
un sol corpo e un solo spirito saremo. (2 volte) **Rit.**

2. La Tua sapienza noi invochiamo, sorgente eterna del Tuo amore, dono radioso che dà luce ai figli tuoi.

Nel tuo amore confidiamo, la Tua grazia ci farà Chiesa unita e santa per l'eternità. (2 volte) **Rit.**

---

## Un tempo per invocare

P. Tu ci raggiungi, o Dio, attraverso il tuo Spirito: fonte viva, fuoco che brucia, fiamma che riscalda, luce che illumina, unzione santa. Per questo ti diciamo: ***Donaci l'abbondanza dei tuoi doni!***

- Donaci il tuo Spirito e brucia tutto ciò che rappresenta una zavorra, un ostacolo al vangelo. Libera le chiese da sogni di ricchezza e di potere, rendile povere e umili perché siano testimoni credibili e possano rendere ragione della loro speranza. *Preghiamo...*
- Donaci il tuo Spirito e infiamma il cuore di coloro che ti cercano con sincerità, a qualsiasi cultura e religione appartengano. Desta il desiderio del tuo volto e un impegno concreto per la solidarietà. *Preghiamo...*
- Donaci il tuo Spirito e illumina la fatica degli intellettuali e degli uomini di pensiero che operano per avvicinare i popoli, nel rispetto e nella stima per ogni cultura. Rischiera il percorso di quanti realizzano progetti internazionali di conoscenza reciproca e di collaborazione. *Preghiamo...*
- Donaci il tuo Spirito e accendi un fuoco nuovo nell'animo dei volontari e dei responsabili delle caritas parrocchiali. Apri i loro occhi sulle differenti situazioni di disagio e rendi operose le loro mani a servizio dei deboli. Fa' loro sentire solidale tutta la comunità in nome della quale agiscono. *Preghiamo...*
- Donaci il tuo Spirito e sostieni con la tua forza i giovani che hanno ricevuto [oppure: riceveranno] la cresima. Ravviva la loro passione per la giustizia e per la pace, per un mondo più solidale e fraterno. Ognuno provi la gioia di donare un po' del suo tempo e delle sue energie. *Preghiamo...*

## Padre nostro

### Orazione conclusiva

P. Siamo il tuo popolo, Signore: non permettere che ci smarriamo nei deserti del nostro tempo. Siamo il tuo popolo: non lasciarci mancare la tua presenza discreta di Padre. Il tuo amore cambi la nostra vita. Ci renda giusti e solidali, fraterni e compassionevoli. Per Cristo nostro Signore.

## Congedo e saluto

♪ *Canto finale: Beatitudine*

Dove due o tre sono riuniti nel mio nome. Io sarò con loro, pregherò con loro  
Amerò con loro, perché il mondo venga a te o Padre Conoscere il tuo amore e avere vita in Te.

Voi che siete luce della terra, miei amici Risplendete sempre nella vera luce  
Perché il mondo creda all'amore che c'è in voi o Padre Consacrali per sempre diano gloria a Te.

Voi che ora siete miei discepoli nel mondo Siate testimoni di un amore immenso  
Date prova di quella speranza che c'è in voi Coraggio, vi guiderò per sempre io rimango con voi.

Spirito che animi la Chiesa e la rinnovi  
Donale forza, fa che sia fedele  
Come Cristo che muore e risorge perché il Regno del Padre  
Si compia in mezzo a voi e abbiate vita il Lui,  
Si compia in mezzo a voi e abbiate vita il Lui.