

Venerdì 1 dicembre

GESÙ È COLUI CHE CI MOSTRA LA PIÙ STUPENDA MERAVIGLIA DI DIO

C'erano in quella regione alcuni pastori che vegliavano di notte facendo la guardia al loro gregge. Un angelo del Signore si presentò davanti a loro e la gloria del Signore li avvolse di luce. Essi furono presi da grande spavento, ma l'angelo disse loro: "Non temete, ecco vi annunzio una grande gioia, che sarà di tutto il popolo: oggi vi è nato nella città di Davide un salvatore, che è il Cristo Signore. Questo per voi il segno: **troverete un bambino** avvolto in fasce, che giace in una mangiatoia".

Ci meravigliamo di qualcuno quando sorprende le nostre aspettative: credevamo di conoscerlo e invece ha fatto un gesto, si è comportato in un modo che non ci aspettavamo. Meravigliare, in bene o in male, vuol dire far vedere un lato diverso della realtà, che non si vede ordinariamente.

Si resta a bocca aperta perché le parole solite non bastano a descrivere ciò che si vede: la meraviglia ci fa accedere ad un livello più profondo di conoscenza e di emozione. Un grande scienziato, Louis Pasteur, ha detto: Meravigliarsi di ogni cosa è il primo passo della ragione verso la scoperta.

Signore, fa che lo stupore apra il nostro cuore e la nostra testa ad una conoscenza più vera di chi sei. *R. Donaci il tuo Spirito*

Signore, dacci la sapienza dei pastori, che in un bimbo hanno saputo riconoscere la più grande delle tue meraviglie. *R. Donaci il tuo Spirito*

Signore, rendici consapevoli che noi possiamo essere la tua meraviglia. *R. Donaci il tuo Spirito*

Preghiamo

Signore Gesù, misericordia del Padre,
tu che sei disceso dal cielo per abitare la nostra umanità
e con noi, come fragile figlio di donna,
hai condiviso gioie e dolori,
fa' che anche noi,
commossi dalla tua infinita tenerezza,
possiamo saziare la fame di amore e di perdono di ogni nostro fratello.
Amen

Padre nostro....

Benediciamo il Signore
Rendiamo grazie a Dio

Preghiera di Avvento 2017 – terza settimana

Forse quest'anno ~~non~~ ci sarà il Natale

Nel nome del Padre....

Signore, tutti noi desideriamo diventare donne e uomini veri e per farlo abbiamo bisogno di capire qual è la nostra verità.

Possiamo conoscerci meglio anche ascoltando i sentimenti che abbiamo verso noi stessi, il mondo e verso di te.

Vorremmo imparare a sentire con i sentimenti che erano i tuoi, che ti hanno fatto decidere di diventare vero uomo e ci hanno rivelato tutto il tuo affetto.

Lunedì 27 novembre

GESÙ È COLUI CHE SI INCARNA, CHE CONDIVIDE I SENTIMENTI DEGLI UOMINI

Se dunque c'è qualche consolazione in Cristo, se c'è qualche conforto, frutto della carità, se c'è qualche comunione di spirito, se ci sono sentimenti di amore e di compassione, rendete piena la mia gioia con un medesimo sentire e con la stessa carità, rimanendo unanimi e concordi.

Non fate nulla per rivalità o vanagloria, ma ciascuno di voi, con tutta umiltà, consideri gli altri superiori a se stesso. Ciascuno non cerchi l'interesse proprio, ma anche quello degli altri.

Abbiate in voi gli stessi sentimenti di Cristo Gesù:

egli, pur essendo nella condizione di Dio,
non ritenne un privilegio l'essere come Dio,
ma svuotò se stesso assumendo una condizione di servo,
diventando simile agli uomini (Ef 2,1ss).

I sentimenti sono una faccenda seria.

Noi sappiamo che alcuni di essi sono buoni perché quando li proviamo ci aprono alla relazione e ci spingono a costruire legami positivi con noi stessi, gli altri e il mondo e che alcuni invece ci chiudono, ci ripiegano su noi stessi.

Sembrano così fragili che, a volte, basta una piccola cosa a cambiarli: una parola buona di un amico può tramutare la tristezza in gioia; la carezza di un padre può trasformare la vergogna in un più interessante e dignitoso pentimento.

Ma nella loro fragilità sono dei testimoni della verità del sentire: essi ci confermano se le cose che diciamo di voler fare le desideriamo anche; se i valori che affermiamo sono radicati nel nostro cuore o sono soltanto dichiarazioni intellettuali che consideriamo ragionevoli; che cosa per noi è importante e quali sono realmente le cose di cui sentiamo il bisogno, che vogliamo e per le quali quindi siamo disposti a spenderci, a far fatica, a lavorare.

Signore, aiutaci a comprendere i nostri sentimenti. *R. Donaci il tuo Spirito*
Signore, tu non rimani freddo e distaccato, ma partecipi alla nostra sorte con tutta la tua profondità. Aiutaci a provocare in te buoni sentimenti. *R. Donaci il tuo Spirito*

Martedì 28 novembre

GESÙ È COLUI CHE HA COMPASSIONE

In quei giorni, essendoci di nuovo molta folla che non aveva da mangiare, chiamò a sé i discepoli e disse loro: “**Sento compassione** di questa folla, perché già da tre giorni mi stanno dietro e non hanno da mangiare. Se li rimando digiuni alle proprie case, verranno meno per via; e alcuni di loro vengono di lontano”. Gli risposero i discepoli: “E come si potrebbe sfamarli di pane qui, in un deserto? ”. E domandò loro: “Quanti pani avete? ”. Gli dissero: “Sette”. Gesù ordinò alla folla di sedersi per terra. Presi allora quei sette pani, rese grazie, li spezzò e li diede ai discepoli perché li distribuissero; ed essi li distribuirono alla folla. Avevano anche pochi pesciolini; dopo aver pronunziata la benedizione su di essi, disse di distribuire anche quelli. Così essi mangiarono e si saziarono; e portarono via sette sporte di pezzi avanzati. Erano circa quattromila (Cfr Mc 8,1ss).

Compatire significa patire con l’altro, condividere il suo sentire, specialmente la sua sofferenza. Al compatire si associa la volontà di fare qualcosa per aiutare l’altro a non patire più. A volte si può solo condividere la situazione, rimanendo accanto a chi soffre.

Lo star mal, la sofferenza, il patire riduce le capacità di relazione dell’uomo, lo isola dagli altri, lo rende un solitario. Saper compatire significa essere capaci di farsi spazio con tenerezza nel cuore altrui, perché esso si riapra alla speranza.

Signore, fa’ che condivida il mio tempo e le mie ricchezze con chi è nel bisogno. *R. Donaci il tuo Spirito*
Signore, fa’ che trovi tanti amici disposti a condividere i miei sentimenti buoni e le mie passioni. *R. Donaci il tuo Spirito*

Mercoledì 29 novembre

GESÙ È COLUI CHE CI MOSTRA LA COMPASSIONE DEL PADRE

Amo il Signore perché ascolta il grido della mia preghiera. Verso di me ha teso l’orecchio nel giorno in cui lo invocavo. Mi opprimevano tristezza e angoscia e ho invocato il nome del Signore: Ti prego, Signore, salvami”. **Pietoso e giusto è il Signore**, il nostro Dio è misericordioso. Il Signore protegge gli umili: ero misero ed egli mi ha salvato. Ritorna, anima mia, alla tua pace, poiché il Signore ti ha beneficato; ha liberato i miei occhi dalle lacrime, ha preservato i miei piedi dalla caduta (cfr Sal 116).

Credo profondamente che la compassione sia la strada non solo per l’evoluzione del pieno potenziale umano, ma anche per la sopravvivenza stessa degli uomini.

Per questo dico che gentilezza e compassione sono la mia religione (*Dalai Lama*). La compassione non è qualcosa di innato. Essa è una “diga psichica” che deve essere costruita pian piano per permettere ad ogni essere umano di opporsi alla crudeltà che pure caratterizza la nostra natura (Michela Marzano). La compassione si basa sull’empatia, che, a sua volta, richiede l’attenzione agli altri. (*Daniel Goleman*).

Dobbiamo imparare a considerare le persone meno alla luce di ciò che fanno o dimenticano di fare, e più alla luce di ciò che soffrono (*Dietrich Bonhoeffer*).

Signore, rendimi consapevole della misura della tua misericordia per me. *R. Donaci il tuo Spirito*
Signore, rendimi capace di tenere compagnia a chi soffre a di perdonare chi mi fa soffrire. *R. Donaci il tuo Spirito*

Giovedì 30 novembre

GESÙ È COLUI CHE SI ADIRA CONTRO IL MALE

Poiché io vi dico: se la vostra giustizia non supererà quella degli scribi e dei farisei, non entrerete nel regno dei cieli. Avete inteso che fu detto agli antichi: Non uccidere; chi avrà ucciso sarà sottoposto a giudizio. Ma io vi dico: **chiunque si adira con il proprio fratello, sarà sottoposto a giudizio**. Chi poi dice al fratello: stupido, sarà sottoposto al sinedrio; e chi gli dice: pazzo, sarà sottoposto al fuoco della Geenna (Mt 5,20ss).

L’ira è un sentimento che facciamo fatica a maneggiare nella vita quotidiana: ci irritiamo perché le cose non vano nel “verso giusto” o perché un nostro desiderio non si realizza e riteniamo che questo succeda perché qualcuno sta compiendo del male nei nostri o negli altrui confronti: è la giustizia violata che ci fa irritare. Noi diciamo “non è giusto” con grande facilità: in realtà spesso non sappiamo capire e giudicare bene ciò che è giusto e ciò che non lo è, se i nostri desideri siano legittimi o meno.

Anche Gesù si è irritato con i farisei che invece di accogliere i suoi gesti di salvezza, lo rimproveravano perché non avrebbe dovuto farli di sabato (cfr Mc 3). Ma Dio è sempre giusto nella sua ira, perché lui sa che cosa è la giustizia e cosa significhi praticarla. Egli si adira con l’uomo per scuoterlo dal torpore emotivo che gli impedisce di avere un giusto sentimento nei confronti del male che fa, e quindi di convertirsi.

Invece noi spesso corriamo il rischio di passare dall’ira alla vendetta e questo davvero ci rende disumani.

Signore, ti affido i miei scatti di rabbia perché tu li trasformi in gesti di pace. *R. Donaci il tuo Spirito*
Signore, sii paziente con noi e insegnaci a distinguere cosa è bene desiderare. *R. Donaci il tuo Spirito*