# *Mese di MARZO - CONTEMPLARE IL VOLTO DI CRISTO*

**Guida:** Scrive il papa nell’Esortazione Gaudete et Exsultate: “Se veramente riconosciamo che Dio esiste, non possiamo fare a meno di adorarlo, a volte in un silenzio colmo di ammirazione…”. Ci raduniamo, dunque, nel silenzio e nell’adorazione, perché riconosciamo viva e vera l’esistenza del Dio-con-noi; ci raduniamo dinanzi al memoriale del Suo Amore, aprendo a Lui il nostro cuore e la nostra vita, sapendo che nel Sacramento dell’Eucaristia trova nutrimento il nostro cammino di credenti. Contemplando il mistero del corpo donato di Cristo, la nostra vita possa assumere sempre più la logica del dono e diventi così una luminosa testimonianza del Vangelo.

**Canto di esposizione e** *breve silenzio di adorazione personale*

**Invocazione allo Spirito** (da recitare a cori alterni) (dalla liturgia della comunità di Bose)

Spirito del Signore, Spirito di saggezza e discernimento, Spirito di Cristo, Sapienza di Dio, solo tu rischiari il nostro cammino.

**Spirito del Signore, Spirito di giustizia e umiltà Spirito di Cristo, amico dei poveri, solo tu ispiri le nostre scelte.**

Spirito del Signore, Spirito di pace e di unità, Spirito di Cristo, amico dei peccatori, solo tu converti le nostre vite.

**Spirito del Signore, Spirito di coraggio e di perseveranza, Spirito di Cristo, il testimone fedele, solo tu rendi saldi i nostri cuori.**

Spirito del Signore, Spirito di misericordia e di fuoco, Spirito di Cristo, dolce e mite di cuore, solo tu fai di noi la dimora di Dio

*Breve silenzio di adorazione personale*

Lettore 1: Dall'esortazione apostolica GAUDETE ET EXSULTATE DI PAPA FRANCESCO (N. 147 e 151)

Malgrado sembri ovvio, ricordiamo che la santità è fatta di apertura abituale alla trascendenza, che si esprime nella preghiera e nell’adorazione. Il santo è una persona dallo spirito orante, che ha bisogno di comunicare con Dio. È uno che non sopporta di soffocare nell’immanenza chiusa di questo mondo, e in mezzo ai suoi sforzi e al suo donarsi sospira per Dio, esce da sé nella lode e allarga i propri confini nella contemplazione del Signore. Non credo nella santità senza preghiera, anche se non si tratta necessariamente di lunghi momenti o di sentimenti intensi (n. 147).

Ricordiamo che è la contemplazione del volto di Gesù morto e risorto che ricompone la nostra umanità, anche quella frammentata per le fatiche della vita, o segnata dal peccato. Non dobbiamo addomesticare la potenza del volto di Cristo. Dunque mi permetto di chiederti: ci sono momenti in cui ti poni alla sua presenza in silenzio, rimani con Lui senza fretta, e ti lasci guardare da Lui? Lasci che il suo fuoco infiammi il tuo cuore? Se non permetti che Lui alimenti in esso il calore dell’amore e della tenerezza, non avrai fuoco, e così come potrai infiammare il cuore degli altri con la tua testimonianza e le tue parole? E se davanti al volto di Cristo ancora non riesci a lasciarti guarire e trasformare, allora penetra nelle viscere del Signore, entra nelle sue piaghe, perché lì ha sede la misericordia divina (n. 151).

**Lettore 3: LETTURA BIBLICA:** Dal Vangelo secondo Matteo (17, 1-9)

1Sei giorni dopo, Gesù prese con sé Pietro, Giacomo e Giovanni suo fratello e li condusse in disparte, su un alto monte. 2E fu trasfigurato davanti a loro: il suo volto brillò come il sole e le sue vesti divennero candide come la luce. 3Ed ecco, apparvero loro Mosè ed Elia, che conversavano con lui. 4Prendendo la parola, Pietro disse a Gesù: «Signore, è bello per noi essere qui! Se vuoi, farò qui tre capanne, una per te, una per Mosè e una per Elia». 5Egli stava ancora parlando, quando una nube luminosa li coprì con la sua ombra. Ed ecco una voce dalla nube che diceva: «Questi è il Figlio mio, l’amato: in lui ho posto il mio compiacimento. Ascoltatelo». 6All’udire ciò, i discepoli caddero con la faccia a terra e furono presi da grande timore. 7Ma Gesù si avvicinò, li toccò e disse: «Alzatevi e non temete». 8Alzando gli occhi non videro nessuno, se non Gesù solo. 9Mentre scendevano dal monte, Gesù ordinò loro: «Non parlate a nessuno di questa visione, prima che il Figlio dell’uomo non sia risorto dai morti».

*(silenzio di adorazione personale)*

**Guida: preghiamo il Salmo 16 a cori alterni**

Proteggimi, o Dio: in te mi rifugio. 2 Ho detto a Dio: «Sei tu il mio Signore, senza di te non ho alcun bene». 3 Per i santi, che sono sulla terra, uomini nobili, è tutto il mio amore. 4 Si affrettino altri a costruire idoli: io non spanderò le loro libazioni di sangue né pronunzierò con le mie labbra i loro nomi

**5 Il Signore è mia parte di eredità e mio calice: nelle tue mani è la mia vita. 6 Per me la sorte è caduta su luoghi deliziosi, è magnifica la mia eredità. 7Benedico il Signore che mi ha dato consiglio; anche di notte il mio cuore mi istruisce. 8 Io pongo sempre innanzi a me il Signore, sta alla mia destra, non posso vacillare.**

9 Di questo gioisce il mio cuore, esulta la mia anima; anche il mio corpo riposa al sicuro, 10 perché non abbandonerai la mia vita nel sepolcro, né lascerai che il tuo santo veda la corruzione. 11 Mi indicherai il sentiero della vita, gioia piena nella tua presenza, dolcezza senza fine alla tua destra.

**UN TESTIMONE PER L'OGGI**

**Charles de Foucauld (1858-1916)**

**Lettore 1:** Charles-Eugène de Foucauld nacque il 15 settembre 1858, a Strasburgo. Visse una giovinezza scapestrata, «senza niente negare e senza niente credere», impegnandosi solo nella ricerca del proprio piacere. Intraprese la carriera militare, ma fu congedato con disonore «per indisciplina aggravata da cattiva condotta». Si dedicò allora a viaggiare, esplorando una zona sconosciuta del Marocco, impresa che gli meritò una medaglia d’oro dalla Società di Geografia di Parigi. Tornò in patria scosso dalla fede totalitaria di alcuni musulmani conosciuti in Africa. Si riavvicinò al cristianesimo e si convertì radicalmente, accettando di accostarsi per la prima volta al sacramento della confessione. Deciso a «vivere solo per Dio», entrò dapprima tra i monaci trappisti, ma ne uscì dopo alcuni anni per recarsi in Terra Santa e abitarvi come Gesù, in povertà e nascondimento. Ordinato sacerdote, con l’intento di poter celebrare e adorare l’Eucaristia nella più sperduta zona del mondo, tornò in Africa, si stabilì vicino a un’oasi del profondo Sahara, indossando una semplice tunica bianca, sulla quale aveva cucito un cuore rosso di stoffa, sormontato da una croce. A cristiani, musulmani, ebrei e idolatri, che passavano per la sua oasi, si presentava come «fratello universale» e offriva a tutti ospitalità. In seguito si addentrò ancora di più nel deserto, raggiungendo il villaggio tuareg di Tamanrasset. Vi trascorse tredici anni occupandosi nella preghiera (a cui dedicava undici ore al giorno) e nel comporre un enorme dizionario di lingua francese-tuareg (usato ancor oggi), utile alla futura evangelizzazione. La sera del primo dicembre 1916, la sua abitazione – sempre aperta a ogni incontro – fu saccheggiata da predoni. Presso il suo cadavere fu ritrovata la lunula del suo ostensorio, quasi per un’ultima adorazione.

**Lettore 2: Dagli scritti di Charles de Foucauld**

“Cosa vuoi dirci, mio Dio, raccomandandoci di pregare con poche parole, e non con molte, come i pagani? Le parole non sono proibite, dal momento che la Chiesa raccomanda ed ordina preghiere vocali, e anche assai lunghe, ma i pagani credevano che fosse sufficiente pronunciarle con la bocca, mentre tu vuoi che il cuore preghi sempre al pari delle labbra. Tu dici tre cose con questa raccomandazione: 1° che le preghiere vocali sono preghiere degne di questo nome, capaci di piacerTi solo quando il cuore prega insieme alle labbra; 2° che per pregare noi non dobbiamo ritenerci obbligati a recitare preghiere vocali, ma che basta parlarTi interiormente nell’orazione mentale; 3° che per pregarTi … basta stare amorosamente ai tuoi piedi, contemplandoTi, avendo, inginocchiati davanti a Te, tutti i sentimenti di ammirazione, di compassione, di dedizione, di desiderio della tua gloria e della tua consolazione, di carità, tutto il desiderio di vederTi, tutti i sentimenti che infine ispira l’amore. Questa terza preghiera, così ardente anche se muta, è eccellente… La preghiera consiste, come ci dice santa Teresa, non nel parlare molto, ma nell’amare molto. Nostro Signore ci dà il precetto della preghiera solitaria: chiuderci nella nostra camera e là pregare nella solitudine il Padre nostro che ci vede nel segreto. Dunque, accanto alla preghiera tanto amata dinanzi al Santissimo sacramento, accanto alla preghiera in comune in cui Nostro Signore è in mezzo a coloro che si riuniscono per pregarLo, amiamo e pratichiamo ogni giorno la preghiera solitaria e segreta, questa preghiera nella quale nessuno ci vede se non il Padre nostro celeste, nella quale siamo assolutamente soli con Lui, nella quale nessuno sa che Lo preghiamo; colloquio segreto e delizioso in cui effondiamo il nostro cuore in libertà, lontano da tutti gli occhi, inginocchiati dinanzi al Padre nostro … Ecco dunque tre generi di preghiera, tutti perfettissimi, che bisogna praticare tutti e tre”.

*(silenzio)*

**Preghiere di intercessione**

Preghiamo insieme e diciamo: Padre, noi confidiamo in te!

**Lettore 3:** − Ti preghiamo per il tuo popolo fedele, per tanti uomini e donne che nel silenzio e nel nascondimento, nella preghiera e nelle attività di ogni giorno, invocano e preparano l’avvento del tuo Regno

**Lettore 3:** − Ti preghiamo per i sacerdoti e tutti i consacrati, perché con la loro vita di preghiera sappiano additare a molti la sorgente che sostiene la loro fiducia e alimenta la loro gioia.

**Lettore 3:** − Ti preghiamo per i ragazzi che frequentano i nostri oratori e i cammini dell’iniziazione cristiana, perché trovino il gusto di crescere nella relazione con Gesù e nella gioia del Vangelo

**Lettore 3:** − Ti preghiamo per tutti coloro che non conoscono la Tua Parola o non la sanno ascoltare: incontrino nel loro cammino fratelli e sorelle che sappiano dischiudere loro i tesori della tua rivelazione.

**Lettore 3:** − Ti preghiamo perché ciascuno di noi si lasci raggiungere dalla tenerezza del Signore e impari a fermarsi con stupore dinanzi al Volto compassionevole di Cristo

Affidiamo tutte le preghiere che abbiamo nel cuore al Padre e diciamo insieme: **Padre Nostro.**

**Benedizione e Canto di reposizione**