

“Marco non riporta il contenuto delle tentazioni, ma ci ricorda l’essenziale: che le tentazioni non si evitano, ma si attraversano. Senza tentazioni non c’è salvezza, perché non esiste scelta, scompare la libertà, è l’uomo stesso che finisce. Anche la mia vita spirituale inizia sempre con un pellegrinaggio verso il mistero interiore che mi minaccia e che mi genera, con il confronto quotidiano con le zone oscure del mio intimo, con il mio caos interiore, con gli spazi di disarmonia, di dissonanza, di durezza, di rifiuto che si contendono con il cuore. Ma anche con le radici vicine dell’uomo: “Cercami in te”, dice Dio al mistico Silesius. Per sapere quanto vale per me il mio Dio” (E. Ronchi).

Quali sentimenti abitano il mio cuore in questo momento? Provo a dare un nome ai miei rancori, invidie, gelosie... ma anche alle speranze, alle gioie, agli stupori...

In base a che cosa sto facendo le mie scelte? Ringrazio per chi mi sta aiutando... chiedo perdonio per la fretta... affido a Dio il mio cuore.

Padre nostro

PREGHIERA

O Cristo,
che ci guardi con tenerezza
e con volto sereno;
palpita anche il tuo cuore
per accoglierci nel tuo amore.

O Cristo, fa’ che siamo
tuoi piedi per andare incontro
al fratello bisognoso;
tue braccia per abbracciare
chi ha perso la propria dignità;
tue mani

per benedire e consolare
chi piange nella solitudine.

Fa’ che siamo testimoni
del tuo amore e della tua infinita misericordia.

Amen.
(papa Francesco)

È vicino

“Abbiamo conosciuto e creduto l’amore che Dio ha in noi” (1 Gv 4,16): ecco il riassunto della fede cristiana. E questo amore ha un volto, quello di Gesù Cristo. Credere nel vangelo significa fidarsi dell’amore così come si è reso visibile in Gesù; significa riconoscere che Dio è buona notizia per la mia vita, in ogni momento; significa partire da lui per guardare la mia storia, la storia della mia famiglia, quella della mia comunità, anche quella della società. Un cammino sempre aperto, davanti al quale rileggere la nostra vita.



Lasciamoci accompagnare dalle parole del salmo 25: Dio guida i miei sentieri. È lui il primo a percorrerli, e lo fa con me.

Fammi conoscere, Signore, le tue vie,
insegnami i tuoi sentieri.
Guidami nella tua fedeltà e istruiscimi,
perché sei tu il Dio della mia salvezza;
io spero in te tutto il giorno.

Ricòrdati, Signore, della tua misericordia
e del tuo amore, che è da sempre.
Ricòrdati di me nella tua misericordia,
per la tua bontà, Signore.

Buono e retto è il Signore,
indica ai peccatori la via giusta;
guida i poveri secondo giustizia,
insegna ai poveri la sua via.

Tutti i sentieri del Signore sono amore e fedeltà per chi custodisce la sua alleanza e i suoi precetti. Il Signore si confida con chi lo teme: gli fa conoscere la sua alleanza.

Dal vangelo secondo Marco

E subito lo Spirito lo sospinse nel deserto e nel deserto rimase quaranta giorni, tentato da Satana. Stava con le bestie selvatiche e gli angeli lo servivano.

Dopo che Giovanni fu arrestato, Gesù andò nella Galilea, proclamando il vangelo di Dio, e diceva: «Il tempo è compiuto e il regno di Dio è vicino; convertitevi e credete nel Vangelo».

LA RELAZIONE CON DIO

“Nel mondo ci sono molte voci che dicono forte: “Dimostra di essere l’amato. Dimostra di valere qualcosa. Dimostra di avere un contributo qualsiasi da dare. Fa’ qualcosa di importante. Fa’ in modo di diventare famoso. Almeno di avere un certo potere – allora la gente ti amerà. Queste voci sono forti, vanno a toccare le nostre insicurezze nascoste e ci portano a darci molto da fare per cercare di dimostrare di essere persone buone che meritano attenzione. Qualche volta pensiamo che la nostra operosità sia solo un’espressione della nostra vocazione, ma Gesù sapeva che spesso i nostri tentativi di dimostrarci degni sono un esempio di tentazione. Subito dopo che ebbe udito la voce dire: “Tu sei l’Amato”, un’altra voce disse: “Dimostra di essere l’Amato. Fa’ qualcosa. Cambia queste pietre in pane. Fa’ in modo di essere famoso. Acquisisci un po’ di potere e sarai davvero influente”. Gesù disse: “No, non devo dimostrare nulla. Sono già l’Amato”. La nostra identità è che siamo amati. Prima che nascessimo e dopo che saremo morti”.

(H. Nouwen)

Gesù entra in quel “vuoto” che è il deserto della vita, ed è lo Spirito a portarlo. Incontra la tentazione, quella di dover dimostrare di essere degn di amore, ma la vince, perché porta nel silenzio la voce del Padre: “Tu sei amato”. Il Padre dimostra il valore della vita per lui. Il Padre

dimostra che anche noi siamo degni di amore, al di là di ciò che realizziamo.

Quali fatiche sto incontrando nel prendermi cura della mia vita spirituale? Che cosa mi aiuta/che cosa mi frena nel custodire uno spazio di silenzio e di gratuità, dove ascoltare la voce di Dio, “tu sei amato”?

Ringrazio per le persone che mi hanno raccontato l’amore di Dio nei miei momenti di prova e solitudine...

Chiedo perdono per quando ho dimenticato la preghiera, il confronto con la Parola, la forza dell’Eucaristia...

LA RELAZIONE CON GLI ALTRI

“Dovunque andiamo, vediamo persone sole. Forse la fonte principale della sofferenza umana nella società occidentale contemporanea è l’isolamento. (...) Sembra che l’intera famiglia umana sia spaccata e sia afflitta da un isolamento abissale. E sotto tutto questo c’è il pianto – il pianto del cuore umano che desidera ardentemente la comunità. La comunità non è un isolamento che si aggrappa ad un altro isolamento. Troppo facilmente l’aggrapparsi si trasforma in una stretta e una stretta può presto trasformarsi in una vicinanza soffocante. No, la comunità è solitudine che accoglie la solitudine. La solitudine è dove Gesù ascoltava Dio. È dove noi ascoltiamo Dio. La solitudine è dove inizia la comunità. Oh se potessimo star seduti anche solo per mezz’ora al giorno a non far altro che prendere una semplice parola o frase dalla Bibbia e trattenerla nel cuore e nella mente. Quello diventerà lo spazio in cui potremo ricevere i nostri colleghi e il nostro lavoro, la nostra famiglia e i nostri amici e le persone che incontreremo durante la giornata. “Io sono amato; tu sei l’amato. Insieme possiamo costruire una famiglia”. (H. Nouwen)

Quali relazioni mi fanno soffrire in questo momento? Per quali sento di poter ringraziare Dio?

Che cosa prevale in me? Il bisogno di “possedere” l’altro per guarire la mia solitudine o il desiderio di vederlo amato come me?

Come va con le relazioni nella comunità cristiana?