

LO SPIRITO MI HA MOSTRATO LA VIA DELLA SPERANZA

La mattina in cui hanno ucciso Gigi, ricordo di essermi accasciata sul divano con un dolore lacerante, una sensazione di vuoto e di abbandono. Pensavo: "Ora più niente ha senso". Ma lì, sul divano, improvvisamente ho percepito una grande pace interiore, una forza sorprendente. E mi sono detta: io e i bambini ce la faremo. In quel momento ho provato "un'assurda pace". Pensavo: potevo io, da sola, in quel momento di totale disperazione, rabbia e dolore, provare pace? Ricordo di aver persino detto a Don Sandro, il mio parroco, che mi teneva la mano: "Recitiamo un'Ave Maria per la famiglia dell'assassino che avrà un dolore molto più grande del mio". Non poteva essere farina del mio sacco. Era Qualcuno che mi stava indicando la strada. Io, quella mattina, posso dire di aver ricevuto da Dio il dono della fede. La fede non ti toglie il dolore, ma lo riempie di significato. Non ti fa sentire sola. Soprattutto la fede ti dà la speranza. Perdonare è l'esperienza che ha dato un senso profondo alla mia vita. Sono sincera: non è stato facile. I primi anni sono stati un periodo di buio, di rabbia, di sconforto, di pianto. Ho perfino fatto fantasie di vendetta. Ho capito, col tempo, che il rancore ti divora. Se ti svegli al mattino con l'odio nel cuore, quella è una giornata persa. Per sempre. Perciò ho deciso che avrei perdonato, senza chiedere nulla in cambio. A darmi speranza sono stati alcuni "segni". Proprio nel momento del dolore ho scoperto i segni. Il primo mi è stato dato in Tribunale. Durante una pausa del processo per l'assassinio di mio marito, vedo uno degli imputati andare in fondo all'aula e abbracciare teneramente mio figlio. Ho pensato: è un buon padre, io avrei fatto lo stesso. Per la prima volta ho visto quell'uomo, che aveva ammazzato mio marito, con occhi diversi. In quel modo ho ridato a lui e ai suoi compagni la loro dignità di persone; ho fatto il contrario dei terroristi, i quali disumanizzavano i loro bersagli, trasformandoli da persone in simboli, come è accaduto per Gigi". I segni sono fondamentali per coltivare la speranza e ne riceviamo tutti i giorni. Dobbiamo imparare a leggerli, sono opera dello Spirito Santo. E poi siamo chiamati a comportarci di conseguenza. Io, ad esempio, mi sono fatta domande nuove: che diritto ho di relegare una persona per tutta la vita all'atto peggiore che ha commesso? Dobbiamo dare a ciascuno la possibilità di cambiare, perché tutti siamo in cammino.

(Gemma Capra, moglie del commissario Calabresi, rimasta vedova con due figli piccoli ed uno in grembo all'età di 25 anni)



I libretti della preghiera e i testi delle catechesi sono reperibili sul sito della Diocesi di Bergamo:

<https://diocesibg.it/2023-2024-libretti-e-catechesi-degli-incontri-di-preghiera-per-chi-attraversa-particolari-momenti-di-prova/>

Il prossimo incontro di preghiera sarà
SABATO 8 FEBBRAIO 2025



“Gesù passava sanando e beneficando tutti...”

(cfr At 10,38)



PREGHIAMO INSIEME NEL TEMPO DELLA PROVA 2024-2025

“Siate misericordiosi come il Padre vostro è misericordioso”

11 gennaio 2025

Dal Vangelo secondo Luca (Lc 6, 27-29)

“Ma a voi che ascoltate, io dico: amate i vostri nemici, fate del bene a quelli che vi odiano, benedite coloro che vi maledicono, pregate per coloro che vi trattano male. A chi ti percuote sulla guancia, offri anche l'altra; a chi ti strappa il mantello, non rifiutare neanche la tunica.”

MISERICORDIA SEI

Misericordia sei, Gesù
Cuore che mai tradisce
Sguardo che mi capisce
Grazia che mi guarisce
Al tuo trono vengo e credo in te
So che tu mi accoglierai

Misericordia, Gesù
Misericordia sei tu
Tu sei bellezza, tu sei purezza
Tu sei pienezza d'amor
Misericordia, Gesù
Misericordia sei tu
Tu sei bellezza, tu sei purezza
Tu sei pienezza d'amore, Gesù

Misericordia sei, Gesù
Cuore che mai tradisce
Sguardo che mi capisce
Grazia che mi guarisce
Al tuo trono vengo e credo in te
So che tu mi accoglierai

Misericordia, Gesù
Misericordia sei tu
Tu sei bellezza, tu sei purezza
Tu sei pienezza d'amor
Misericordia, Gesù
Misericordia sei tu
Tu sei bellezza, tu sei purezza
Tu sei pienezza d'amor

Misericordia, Gesù
Misericordia sei tu
Tu sei bellezza, tu sei purezza
Tu sei pienezza d'amor
Misericordia, Gesù
Misericordia sei tu
Tu sei bellezza, tu sei purezza
Tu sei pienezza d'amore, Gesù

P: Nel nome del Padre,
del Figlio e dello Spirito santo.

Amen

Il Padre del Signore nostro Gesù Cristo, Padre misericordioso e Dio di ogni consolazione, che ci consola in ogni nostra tribolazione perché possiamo anche noi consolare quelli che si trovano in ogni genere di afflizione, per la potenza dello Spirito santo sia con tutti voi. (cfr 2Cor 3,4)

E con il tuo spirito.

medicines a chi ne ha bisogno, agli anziani, e li lasciano morire?». E ancora: «Come si possono amare le persone che cercano solo il loro interesse, il loro potere e fanno tanto male?».

Io non so — ha affermato il vescovo di Roma — «come si possa fare. Ma Gesù ci dice due cose: primo, guardare al Padre. Nostro Padre è Dio: fa sorgere il sole sui cattivi e sui buoni; fa piovere sui giusti e sugli ingiusti. Nostro Padre al mattino non dice al sole: “Oggi illumina questi e questi; questi no, lasciali nell’ombra!” Dice: “Illumina tutti”. Il suo amore è per tutti, il suo amore è un dono per tutti, buoni e cattivi. E Gesù finisce con questo consiglio: “Voi, dunque, siate perfetti come è perfetto il vostro Padre celeste”». Dunque, l’indicazione di Gesù è di imitare il Padre in «quella perfezione dell’amore. Lui perdona ai suoi nemici. Fa tutto per perdonarli. Pensiamo con quanta tenerezza Gesù riceve Giuda nell’orto degli ulivi», quando tra i discepoli c’è chi pensa alla vendetta.

«La vendetta — ha detto in proposito il Pontefice — è quel pasto tanto buono quando si mangia freddo» e per questo attendiamo il momento giusto per compierla. «Ma questo — ha ripetuto — non è cristiano. Gesù ci chiede di amare i nemici. Come si può fare? Gesù ci dice: pregate, pregate per i vostri nemici». La preghiera fa miracoli e ciò vale non solo quando siamo in presenza di nemici; vale anche quando nutriamo qualche antipatia, «qualche piccola inimicizia». E allora bisogna pregare, perché «è come se il Signore venisse con l’olio e preparasse i nostri cuori alla pace».

Ma — ha aggiunto il Papa rivolgendosi ai presenti — «ora vorrei lasciarvi una domanda, alla quale ciascuno può rispondere in cuor suo: io prego per i miei nemici? Io prego per quelli che non mi vogliono bene? Se noi diciamo di sì, io vi dico: vai avanti, prega di più, perché questa è una buona strada. Se la risposta è no, il Signore dice: Poveretto! Anche tu sei nemico degli altri! E allora bisogna pregare perché il Signore cambi i loro cuori».

Il Papa ha poi messo in guardia da atteggiamenti tesi a giustificare la vendetta a seconda del grado dell’offesa ricevuta, del male fatto da altri: la vendetta, cioè, fondata sul principio «occhio per occhio, dente per dente». Dobbiamo guardare ancora all’esempio di Gesù: «Conoscete infatti la grazia di cui parla oggi l’apostolo Paolo: da ricco che era, si è fatto povero per voi, perché voi diventaste ricchi per mezzo della sua povertà. E vero: l’amore ai nemici ci impoverisce, ci fa poveri, come Gesù, il quale, quando è venuto, si è abbassato sino a farsi povero». Forse non è un “buon affare”, ha aggiunto il Pontefice, o almeno non lo è secondo le logiche del mondo. Eppure, «è la strada che ha fatto Dio, la strada che ha fatto Gesù», sino a conquistarci la grazia che ci ha fatto ricchi.

Questo «è il mistero della salvezza: con il perdono, con l’amore per il nemico noi diventiamo più poveri. Ma quella povertà è seme fecondo per gli altri, come la povertà di Gesù è diventata grazia per tutti noi, salvezza. Pensiamo ai nostri nemici, a chi non ci vuole bene. Sarebbe bello se offrissimo la messa per loro, se offrissimo il sacrificio di Gesù per loro che non ci amano. E anche per noi, perché il Signore ci insegni questa saggezza: tanto difficile ma anche tanto bella e ci rende simili anche al suo Figlio, che nel suo abbassamento si è fatto povero per arricchire noi della sua povertà».

MADRE FIDUCIA NOSTRA

Madre, fiducia nostra, Madre della speranza,
Tu sei nostro sostegno, tu sei la guida,
Tu sei conforto, in te noi confidiamo.
Tu sei Madre nostra

In te piena di grazia si compie il mistero,
in te Vergine pura il verbo eterno s'è fatto carne,
in te l'uomo rinasce per la vita eterna.

Nella tua fiducia noi cammineremo
Per donare al mondo la vita.
Portatori di Cristo, salvatori dei fratelli.

Madre del Redentore, proteggi i tuoi figli,
A te noi affidiamo la nostra vita, il nostro cuore,
Conservaci fedeli al divino Amore.

Per continuare a riflettere lungo il mese

PAPA FRANCESCO
MEDITAZIONE MATTUTINA NELLA CAPPELLA DELLA
DOMUS SANCTAE MARTHAE
Per amare i nemici
Martedì, 18 giugno 2013

Amare i nostri nemici, quelli che ci perseguitano e ci fanno soffrire, è difficile e non è neppure un "buon affare" perché ci impoverisce. Eppure, è questa la strada indicata e percorsa da Gesù per la nostra salvezza. Di questo ha parlato Papa Francesco nell'omelia della messa celebrata stamane, martedì 18 giugno, nella cappella della Domus Sanctae Marthae. Durante l'omelia il Pontefice ha ricordato che la liturgia in questi giorni propone di riflettere sui parallelismi fra «la legge antica e la legge nuova, la legge del monte Sinai e la legge del monte delle beatitudini». Entrando nello specifico delle letture — tratte dalla seconda lettera di san Paolo ai Corinzi (8, 1-9) e dal vangelo di Matteo (5, 43-48) — il Santo Padre si è soffermato sulla difficoltà dell'amore ai nemici e chiedendosi come sia possibile perdonare ha aggiunto: «Anche noi, tutti noi, abbiamo nemici, tutti. Alcuni nemici deboli, alcuni forti. Anche noi tante volte diventiamo nemici di altri; non gli vogliamo bene. Gesù ci dice dobbiamo amare i nemici».

Non si tratta di un impegno facile e, in genere, «pensiamo che Gesù ci chiede troppo. Pensiamo: "Lasciamo queste cose alle suore di clausura che sono sante, a qualche anima santa!"». Ma non è l'atteggiamento giusto. «Gesù — ha ricordato il Papa — dice che si deve fare questo perché altrimenti siete come i pubblicani, come i pagani, e non siete cristiani». Di fronte ai tanti drammi che segnano l'umanità, ha ammesso, è difficile fare questa scelta: come si può amare, infatti, «quelli che prendono la decisione di fare un bombardamento e ammazzare tante persone? Come si possono amare quelli che per amore dei soldi non lasciano arrivare le

SEDUTI

Bonum est confidere in Domino, bonum sperare in Domino.

Dal Salmo 130

Dal profondo a te grido, o Signore
Signore, ascolta la mia voce.

Siano i tuoi orecchi attenti
alla voce della mia supplica.

Se consideri le colpe, Signore,
Signore, chi ti può resistere?

Ma con te è il perdono:
così avremo il tuo timore.

Io spero, Signore.
Spera l'anima mia,
attendo la sua parola.

L'anima mia è rivolta al Signore
più che le sentinelle all'aurora.

Più che le sentinelle l'aurora,
Israele attenda il Signore,
perché con il Signore è la misericordia
e grande è con lui la redenzione.

Egli redimerà Israele
da tutte le sue colpe.

IN PIEDI

Ti consegno Signore la mia resistenza a perdonare,
e la difficoltà che ho nel continuare a servire e tollerare chi mi ha fatto del male.

Gesù, ai piedi della tua croce, pongo la mia incapacità di amare per-dono,
gratuitamente. Quanto sono distante da te o Padre,
dal tuo modo di pensare e di fare:

da te che sei buono con i giusti e gli iniqui, con i benevoli e con gli empi,
con i pacifici e con i guerrieri. Quanto è difficile per me, Gesù, porgere l'altra
guancia: le mie membra, le mie energie, la mia immagine; e lasciare andare
il mantello delle mie sicurezze e l'abito della mia dignità.

Benedetto Padre per la tua generosità. Fammi il dono di comprendere d'essere stato
anch'io graziato e che atto dovuto per giustizia è il perdonare
per essere stato tante volte amato. **Amen**

Invochiamo lo Spirito Santo

OLIO DI LETIZIA

**Olio che consacra, olio che profuma,
olio che risana le ferite che illumina. (x2)**

Il tuo olio santifica, Spirito di Dio,
con la tua fiamma consacrami.
Tu sapienza degli umili, Spirito di Dio,
sul tuo cammino conducimi. **Rit.**

Fa di me un'immagine, Spirito di Dio,
del tuo amore che libera.
Tu speranza degli umili, Spirito di Dio,
rocca invincibile, proteggimi. **Rit.**

Senza te sono fragile, Spirito di Dio,
la tua forza infondimi.
Le ferite risanami, Spirito di Dio,
tu guarigione dell'anima. **Rit.**

Tu mistero insondabile, Spirito di Dio,
i tuoi segreti rivelami.
La tua voce mi abita, Spirito di Dio,
quando t'invoco, rispondimi. **Rit.**

Il tuo olio è un balsamo, Spirito di Dio,
consolatore, guariscimi.
Fa' di noi un popolo, Spirito di Dio,
nel tuo amore uniscici. **Rit.**

IN PIEDI-IN GINOCCHIO

Invochiamo la benedizione del Signore

Tantum ergo Sacramentum veneremur cernui
et antiquum documentum novo cedat ritui:
praestet fides supplementum sensuum defectui.
Genitori, Genitoque laus et jubilatio,
Salus, honor, virtus quoque sit et benedictio:
procedenti ab utroque compar sit laudatio. Amen.

Donaci, o Padre, la luce della fede
e la fiamma del tuo amore,
perché adoriamo in spirito e verità
il nostro Dio e Signore, Cristo Gesù,
presente in questo santo sacramento.
Egli vive e regna nei secoli dei secoli. **Amen**

Dio sia benedetto. Benedetto il Suo santo Nome.
Benedetto Gesù Cristo, vero Dio e vero Uomo.
Benedetto il Nome di Gesù. Benedetto il Suo sacratissimo Cuore.
Benedetto il Suo preziosissimo Sangue.
Benedetto Gesù nel SS. Sacramento dell'altare.
Benedetto lo Spirito Santo Paraclito.
Benedetta la gran Madre di Dio, Maria Santissima.
Benedetta la Sua santa e Immacolata Concezione.
Benedetta la Sua gloriosa Assunzione.
Benedetto il Nome di Maria, Vergine e Madre.
Benedetto S. Giuseppe, suo castissimo sposo.
Benedetto Dio nei suoi angeli e nei suoi santi.

IN PIEDI

Presentiamo la nostra gratitudine per le innumerevoli possibilità di perdono e di benevolenza con le quali visiti e benedici la nostra vita:

Signore, ti ringraziamo

Per la misericordia che abbraccia e sostiene la nostra esistenza.

Per il perdono che sempre gratuitamente e in abbondanza ci accordi.

Per la grazia che permette di donarci il perdono vicendevolmente.

Per le possibilità di rinascita dalle fragilità che spesso ci rubano speranza e fiducia.

Per le occasioni nelle quali abbiamo sperimentato, per grazia, di essere stati capaci di misericordia verso chi ci ha offeso o fatto del male.

TUTTI

Pietà di noi, Signore nostro Dio,
pietà di noi tuoi servi: una folla di spiriti maligni ci insidia
e noi siamo come vasi frantumati.

Strappaci dalle mani dei nostri nemici, restaci accanto,
cercaci se ci perdiamo, riportaci a te dopo averci trovato
e non abbandonarci dopo averci riportati a te,
così che noi possiamo piacerti in tutto e riconoscere
che ci hai redento con mano potente.

Per Cristo nostro Signore. **Amen.**

Dal Vangelo secondo Luca (Lc 6,27-36)

Ma a voi che ascoltate, io dico: amate i vostri nemici, fate del bene a quelli che vi odiano, benedite coloro che vi maledicono, pregate per coloro che vi trattano male. A chi ti percuote sulla guancia, offri anche l'altra; a chi ti strappa il mantello, non rifiutare neanche la tunica. Dà a chiunque ti chiede, e a chi prende le cose tue, non chiederle indietro.

E come volete che gli uomini facciano a voi, così anche voi fate a loro. Se amate quelli che vi amano, quale gratitudine vi è dovuta? Anche i peccatori amano quelli che li amano. E se fate del bene a coloro che fanno del bene a voi, quale gratitudine vi è dovuta? Anche i peccatori fanno lo stesso. E se prestate a coloro da cui sperate ricevere, quale gratitudine vi è dovuta? Anche i peccatori concedono prestiti ai peccatori per riceverne altrettanto. Amate invece i vostri nemici, fate del bene e prestate senza sperarne nulla, e la vostra ricompensa sarà grande e sarete figli dell'Altissimo, perché egli è benevolo verso gli ingrati e i malvagi.

Siate misericordiosi, come il Padre vostro è misericordioso.

OGNI MIA PAROLA

Come la pioggia e la neve scendono giù dal cielo e non vi ritornano senza irrigare e far germogliare la terra, così ogni mia parola non ritornerà a me senza operare quanto desidero, senza aver compiuto ciò per cui l'avevo mandata. Ogni mia parola, ogni mia parola.

SEDUTI

Meditiamo la Parola

Adoriamo il Signore presente in mezzo a noi

ADORO TE

Sei qui davanti a me, o mio Signore,
sei in questa brezza
che ristora il cuore,
roveto che mai si consumerà,
presenza che riempie l'anima.

**Adoro Te, fonte della Vita,
adoro Te, Trinità infinità.
I miei calzari leverò su questo
santo suolo,
alla presenza Tua mi prostrerò.**

Sei qui davanti a me, o mio Signore,
nella Tua grazia trovo la mia gioia.
Io lodo, ringrazio e prego perché
il mondo ritorni a vivere in Te.

**Adoro Te, fonte della Vita,
adoro Te, Trinità infinità.
I miei calzari leverò su questo
santo suolo,
alla presenza Tua mi prostrerò.**

**Adoro Te, fonte della Vita,
adoro Te, Trinità infinità.
I miei calzari leverò su questo
santo suolo,
alla presenza Tua mi prostrerò,
mio Signor.**

PASSA ANCORA IN MEZZO A NOI

Tu che sani i cuori affranti
E fasci le ferite
Sei venuto per guarirmi da ogni male
Di' soltanto una parola
E la mia infermità
Sarà vinta e guarita dentro me.

**Passa ancora in mezzo a noi
Figlio di Dio
Se tu vuoi sanarci puoi
Grande è la tua bontà.**

**Passa ancora in mezzo a noi
Figlio di Dio
Dal profondo gridiamo a te
Tu sei Gesù Signore.**

Volgi a me il tuo sguardo
E fermati Signore
Fammi grazia per amore del tuo nome
Ti presento i miei affanni
E la fede del mio cuor
Tu, sorgente di ogni bene
Sei per me.

**Passa ancora in mezzo a noi
Figlio di Dio
Se tu vuoi sanarci puoi
Grande è la tua bontà.**

**Passa ancora in mezzo a noi
Figlio di Dio
Dal profondo gridiamo a te
Tu sei Gesù Signore.**

**Passa ancora in mezzo a noi
Figlio di Dio
Dal profondo gridiamo a te
Tu sei Gesù Signore**

Spirito Santo, vieni!

Togli il velo davanti ai nostri occhi,
affinché riconosciamo che Gesù è il Signore:
Dio fatto uomo per amore, pellegrino nelle nostre
strade per amore, crocifisso e risorto per amore,
per amore nostro. Spirito Santo, vieni! Donaci la sete
della Parola di Dio, rendendo il nostro cuore aperto
alla luce, umile e pronto all'ascolto, perseverante
nella ricerca della verità che si nasconde in ogni
pagina delle divine Scritture. Spirito Santo, vieni!
Mettici in ginocchio davanti all'Eucaristia per adorare
e desiderare il Pane diventato Amore vivente,
per farci diventare Amore vivo. Spirito Santo, vieni!
Rendici capaci di piangere il peccato, di accogliere
gioiosamente il perdono, di correre tra le braccia di
Maria per imparare l'Ecce homo e il Magnificat.
Spirito Santo, vieni! Spirito Santo, grazie!

SEDUTI

“Misericordes sicut Pater, Misericordes sicut Pater”