

ESERCIZI
SPIRITUALI NEL
QUOTIDIANO

27 FEBBRAIO - 3 MARZO 2023

PARROCCHIA IMMACOLATA CONCEZIONE
S. MARIA CAPUA VETERE

INDICE

INDICE	2
PRESENTAZIONE.....	3
PROGRAMMA.....	5
CARTA DI IDENTITA' DELLA LETTERA DI S. GIACOMO	6
LETTERA DI GIACOMO	9
SUDDIVISIONE DELLA LETTERA DI GIACOMO	14
PREGHIERE DEL MATTINO	15
Lunedì mattina	15
Martedì mattina	18
Mercoledì mattina.....	20
Giovedì mattina	22
Venerdì mattina	24
LA PREGHIERA DELL'ANGELUS	26
BRANI SCELTI PER LE MEDITAZIONI SERALI	28
1° GIORNO lunedì	28
2° GIORNO martedì	28
3° GIORNO mercoledì.....	29
4° GIORNO giovedì	29
5° GIORNO venerdì.....	30
ESAME DI COSCIENZA.....	31
PREPARARSI ALLA CONFESSIONE	33
DIREZIONE SPIRITUALE	34
CONSIGLI E PROPOSITI PER LA QUARESIMA.....	35

PRESENTAZIONE

«La Quaresima è un tempo donatoci dal Signore per tornare a vivere, per essere curati interiormente e per camminare verso la Pasqua, verso ciò che non passa, verso la ricompensa presso il Padre. È un cammino di guarigione. Non per cambiare tutto dall'oggi al domani, ma per vivere ogni giorno con uno spirito nuovo, con uno stile diverso»

(Papa Francesco, omelia 2.II.2022)

Perché percorrere di anno in anno questo itinerario impegnativo della Quaresima?

Per accogliere un dono sempre nuovo che può e deve trasformare la nostra vita.

E anche quest'anno per predisporre il nostro cuore ad accogliere il dono della Quaresima ti propongo il cammino degli *Esercizi Spirituali nel Quotidiano*.

Pensati e realizzati su misura per te che non puoi lasciare tutto e tutti per andare nel “*deserto*”, ma che desideri un tempo e uno spazio di silenzio, di ascolto, di consolazione e di nuove energie di vita.

Inizieranno lunedì 27 febbraio e si concluderanno venerdì 3 marzo.

E in questo opuscolo troverai il programma completo.

Sono un tempo di sosta in cui l'apostolo Giacomo ci farà da guida, per approfondire la gioia e la bellezza della nostra fede, ma anche come affrontare le sfide dell'essere cristiano “*in diaspora*”.

Per aiutarti a vivere con frutto il tempo degli esercizi ti offro alcuni suggerimenti semplici e pratici.

- Anzitutto invoca e renditi docile allo Spirito Santo: il Maestro interiore, l'Allenatore degli esercizi spirituali.
- Accogli gli esercizi spirituali come un dono dell'amore del Signore verso di te. Il Signore ti vuole e desidera incontrarti e parlare al tuo cuore.
- Naturalmente il dono del Signore non ti esonera dalla tua collaborazione, ma esige una consapevole risposta, un'assunzione di responsabilità, un impegno perseverante.
- Gli esercizi spirituali sono come una palestra dello Spirito, un “tempo di grazia”, un'opportunità unica, non è qualcosa di usuale, un già visto, un già sperimentato. Saprai afferrarli come una fortuna e farti coinvolgere? Sacrificare ... qualche cosa? Non è questione di moltiplicare gli sforzi quanto di abbandonarsi all'amore di Dio, un amore che ci precede e ci sorprende.
- Ogni palestra ha la sua borsa con tutto ciò che è necessario per fare bene gli esercizi. Così in questo libretto troverai quanto ti occorre: dalla preghiera del mattino da fare in casa tua, al break dell'Angelus a mezzogiorno ovunque tu ti trovi, ai temi degli appuntamenti serali in parrocchia, alla preghiera personale a conclusione di ogni giornata. E anche altro. Basta sfogliare.

Per me l'apostolo Giacomo è diventato un amico, perché da tanto tempo ci frequentiamo e mi ha molto arricchito con la sua parola. Sarei contento se diventasse anche tuo amico. Di sicuro dal cielo invocherà per noi l'abbondanza dei doni dello Spirito Santo.

Maria ci è vicina con la tenerezza di una Madre, ci sta dinanzi come modello per vivere in modo straordinario l'ordinario della sua vita, intercede per noi con sollecitudine affinché né le distrazioni, né le lentezze, né la mediocrità, né la paura possano soffocare il dono di Dio, il tempo degli esercizi.

Buon cammino e l'augurio di una tonificante palestra.

p. Pino OMI e p. Jacopo OMI

PROGRAMMA

ESERCIZI SPIRITUALI NEL QUOTIDIANO 27 febbraio 3 marzo PROGRAMMA

MEDITAZIONI SU "LA LETTERA DI GIACOMO" Dal sito della parrocchia si potrà scaricare un sussidio per la preghiera personale e in famiglia.	8.00	Rosario
	8.30	Celebrazione eucaristica
	12.00	Preghiera dell'Angelus (personalmente)
	18.25	Celebrazione dei vesperi
	19.00	Liturgia della Parola e meditazione
	19.45-20.15	Incontro di condivisione in gruppo (lunedì – mercoledì – giovedì)
	Giovedì 2 marzo Venerdì 3 marzo	Adorazione eucaristica dalle ore 9.00 alle 19.00 Via Crucis ore 17.30 e 20.00 si propone una giornata di digiuno: fare un solo pasto intero e la sera fare una "cena non cenata" (consumeremo un panino che ognuno si preparerà)
CONFESSIONI O INCONTRI PER VERIFICARE IL CAMMINO SPIRITUALE dalle ore 9.00 alle 10.00 o dalle 16.30 alle 18.30		
IN QUESTA SETTIMANA TUTTE LE ATTIVITA' DELLA PARROCCHIA SONO SOSPESE sito parrocchia www.immacolataconcezionemcv.it		

CARTA DI IDENTITA' DELLA LETTERA DI S. GIACOMO

La lettera di Giacomo fa parte delle 7 lettere cattoliche custodite nel Nuovo Testamento.

Sono: oltre la lettera di Giacomo

- la 1° e la 2° di Pietro,
- le 3 lettere di Giovanni
- e la lettera di Giuda.

Che cosa significa “lettere cattoliche”?

Queste lettere hanno due caratteristiche:

- sono scritti universali, non per una singola comunità
- e sono degne di essere lettere perché non sono eretiche.

“Cattoliche” in senso di inviate alla Chiesa vera e unita.

È un testo apparentemente semplice e persino povero ma siamo invogliati anche dalla sua brevità.

Per comprendere un testo è sempre importante conoscere

- l’ambiente,
- il genere,
- la struttura
- e il destinatario.

Ma per la lettera di Giacomo dobbiamo farne a meno.

Autore, data, luogo, genere e struttura, tutto è discusso e non esistono argomenti persuasivi per nessuna ipotesi.

La stessa designazione di lettera è messa in discussione. Infatti, l’indirizzo e il saluto iniziale fanno pensare a una *lettera*: “*Giacomo, servo di Dio e del Signore Gesù Cristo, alle dodici tribù che vivono nella diaspora. Salute*”. Ma poi il discorso perde completamente il tono di una lettera, per assumere invece quello di una *predica*. Mancano i saluti finali, non c’è nessun accento alla relazione fra mittente e destinatari.

La *struttura*, cioè la connessione fra le parti e la coerenza logica: siamo di fronte più ad una raccolta di frasi esortative senza una concatenazione logica. È un invito a leggere il testo seguendo i suoi temi uno dopo l’altro. Questo stile di logica della vita, cioè con esigenze diverse e disparate fa parte della tradizione sapienziale nel solco della quale Giacomo si colloca.

È scritta in un greco perfetto, con un vocabolario ricco di parole originali e con uno stile elegante e retorico.

L’*ambiente culturale*. La determinazione più precisa del luogo di origine è del tutto problematica.

Non migliore sorte tocca alla questione del *tempo*. Qualcuno ritiene la lettera lo scritto più antico del Nuovo Testamento, composto verso la metà degli anni 40. Altri pensano agli anni 60, altri ancora agli anni 70-80.

E i *destinatari*? L'indirizzo dice "le dodici tribù che vivono nella diaspora". Viene spontaneo pensare alle comunità giudeo-cristiane della diaspora. Ma di per sé, l'espressione potrebbe anche riferirsi a tutta la chiesa, in quanto popolo di Dio pellegrinante e "straniero" nel mondo.

L'autore dello scritto si presenta come "*Giacomo servo di Dio e del Signore Gesù Cristo*". L'identificazione è dunque problematica.

Di quale Giacomo parliamo?

Il Nuovo Testamento ne ricorda soprattutto tre:

- due appartenenti al gruppo dei Dodici: Giacomo, figlio di Zebedeo, e Giacomo, figlio di Alfeo
- e uno chiamato "fratello del Signore".
- Giacomo è uno di questi tre personaggi o un altro che aveva lo stesso nome?

Il più noto è il terzo. Fu vescovo di Gerusalemme. Giuseppe Flavio nelle sue *Antichità giudaiche* racconta che il sommo sacerdote Anania II, nell'anno 62 dopo Cristo, lo fece lapidare.

Alcune testimonianze, inoltre, ci hanno tramandato un'immagine di Giacomo come di un rigidissimo asceta:

"Non prese mai vino o bevanda forte, né mangiò mai carne. Le forbici non toccarono mai il suo capo, né si unse con olio o prese un bagno"; e a furia di pregare «le sue ginocchia divennero dure come quelle di un cammello».

La tradizione ha spontaneamente attribuito la lettera a questa figura conosciuta e prestigiosa.

Ma ci sono due difficoltà:

- la prima è che lo stile e il vocabolario suppongono un'ottima conoscenza del greco, cosa non facilmente attribuibile a un ebreo della Galilea, di origine popolare;
- la seconda è che non si spiega la tardiva accoglienza della lettera nel Canone se la sua origine fosse così illustre.

L'opera nata all'interno di una comunità ristretta non ebbe una grande diffusione e non essendo appoggiata da una autorità antica, non ebbe facile accoglienza: quando però fu riconosciuto il valore e la vicinanza con la dottrina apostolica fu pacificamente accettata nel canone del Nuovo testamento.

Per questo motivo una soluzione è data dalla pseudepigrafia: l'autore, uno sconosciuto, avrebbe posto la sua lettera sotto il nome di Giacomo per darle autorevolezza.

Gli insegnamenti della lettera riguardano soprattutto la morale, in quanto si tratta di un'opera catechistico-morale. Ecco una breve sintesi:

- il valore di un cristiano si rivela nella prova;
- la fede autentica deve avere un riscontro nella vita;
- esalta il tema della sapienza;
- raccomanda di essere molto attenti nel parlare e a saper frenare la lingua;
- attenzione particolare è riservata ai poveri ed ha parole dure verso i ricchi;
- approfondisce il tema della fede e delle opere;

- invita alla preghiera per i malati e ci dona il fondamento del Sacramento dell'Unzione dei malati.

Prima di concludere, una nota importante: l'accoglienza di questa lettera ha avuto una storia travagliata e solo progressivamente è stata accolta da tutte le chiese:

- Nella Chiesa antica solo dal quarto secolo è accolta pacificamente da tutte le chiese;
- in epoca moderna Lutero la definì "lettere di paglia", cioè poco fondata e sicura.

Perché Lutero esprime un giudizio così negativo?

Per due motivi fondamentali:

- a causa dell'apparente opposizione fra la dottrina di san Paolo della giustificazione per fede e l'insegnamento di Giacomo sulla necessità delle opere
- e per la mancanza di contenuti solidi su Gesù Cristo.

Ma nonostante questi giudizi critici la lettera è conservata anche nel canone della chiesa riformata.

In sintesi, una comparazione tra l'insegnamento di san Paolo e quello di Giacomo.

Ad una prima lettura sembra che il testo Giacomo (2, 14-26) offra un insegnamento diverso rispetto a san Paolo.

Ma se si legge con cuore libero e attenzione ci si accorge che la terminologia è simile, però le stesse parole sono adoperate con significati diversi.

- Per Paolo la fede è l'atteggiamento soggettivo dell'uomo che si fida e affida a Dio;
- per Giacomo per fede intende una dottrina teorica che può essere senza influssi sulla vita pratica;
- per Paolo le opere della legge sono l'osservanza dei riti giudaici (sabato, circoncisione, purità di cibi);
- Giacomo parla di opere della carità cristiana frutto di chi crede veramente in Dio;
- Paolo parla della giustificazione ed esclude ogni merito per la conquista della salvezza;
- Giacomo tratta delle conseguenze concrete della giustificazione, che sono le opere di una vita nuova.

Non solo non c'è contraddizione ma addirittura si accordano e si completano perfettamente.

Perché decidersi di dedicare tempo ed energie per conoscere la lettera di Giacomo?

- Anzitutto perché è Parola di Dio;
- perché è una lettera breve, umile e pratica.

Non sono caratteristiche da poco in un tempo come il nostro che è disorientato, che ama troppo parlare, è tentato di chiudersi nel solo pregare, mentre Giacomo ci ricorda l'importanza di essere esecutori, di mettere in pratica, di fidarci della Parola di Dio.

LETTERA DI GIACOMO

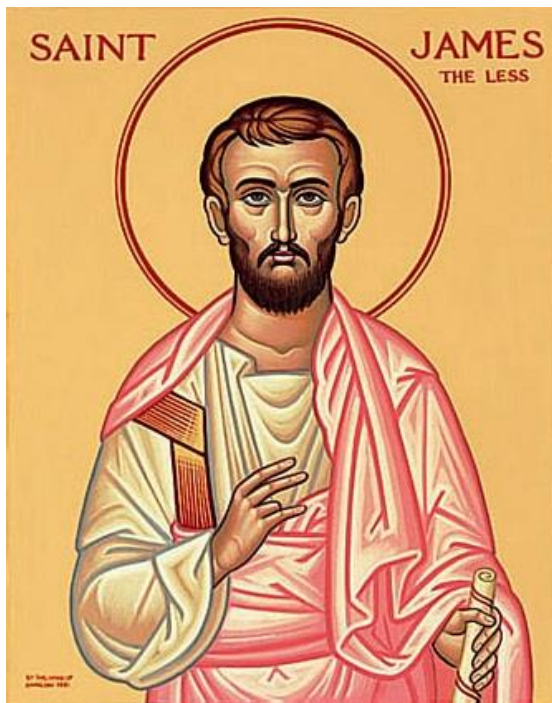


1 ¹Giacomo, servo di Dio e del Signore Gesù Cristo, alle dodici tribù che sono nella diaspora, salute. ²Considerate perfetta letizia, miei fratelli, quando subite ogni sorta di prove, ³sapendo che la vostra fede, messa alla prova, produce pazienza. ⁴E la pazienza completi l'opera sua in voi, perché siate perfetti e integri, senza mancare di nulla.

⁵Se qualcuno di voi è privo di sapienza, la domandi a Dio, che dona a tutti con semplicità e senza condizioni, e gli sarà data. ⁶La domandi però con fede, senza esitare, perché chi esita somiglia all'onda del mare, mossa e agitata dal vento. ⁷Un uomo così non pensi di ricevere qualcosa dal Signore: ⁸è un indeciso, instabile in tutte le sue azioni.

⁹Il fratello di umili condizioni sia fiero di essere innalzato, ¹⁰il ricco, invece, di essere abbassato, perché come fiore d'erba passerà. ¹¹Si leva il sole col suo ardore e fa seccare l'erba e il suo fiore cade, e la bellezza del suo aspetto svanisce. Così anche il ricco nelle sue imprese appassirà.

¹²Beato l'uomo che resiste alla tentazione perché, dopo averla superata, riceverà la corona della



vita, che il Signore ha promesso a quelli che lo amano.

¹³Nessuno, quando è tentato, dica: «Sono tentato da Dio»; perché Dio non può essere tentato al male ed egli non tenta nessuno. ¹⁴Ciascuno piuttosto è tentato dalle proprie passioni, che lo attraggono e lo seducono; ¹⁵poi le passioni concepiscono e generano il peccato, e il peccato, una volta commesso, produce la morte.

¹⁶Non ingannatevi, fratelli miei carissimi; ¹⁷ogni buon regalo e ogni dono perfetto vengono dall'alto e discendono dal Padre, creatore della luce: presso di lui non c'è variazione né ombra di cambiamento. ¹⁸Per sua volontà egli ci ha generati per mezzo della parola di verità, per essere una primizia delle sue creature.

¹⁹Lo sapete, fratelli miei carissimi: ognuno sia pronto ad ascoltare, lento a parlare e lento all'ira. ²⁰Infatti l'ira dell'uomo non compie ciò che è giusto davanti a Dio.

²¹Perciò liberatevi da ogni impurità e da ogni eccesso di malizia, accogliete con docilità la Parola che è stata

piantata in voi e può portarvi alla salvezza. ²²Siate di quelli che mettono in pratica la Parola, e non ascoltatori soltanto, illudendo voi stessi; ²³perché, se uno ascolta la Parola e non la mette in pratica, costui somiglia a un uomo che guarda il proprio volto allo specchio: ²⁴appena si è guardato, se ne va, e subito dimentica come era. ²⁵Chi invece fissa lo sguardo sulla legge perfetta, la legge della libertà, e le resta fedele, non come un ascoltatore smemorato ma come uno che la mette in pratica, questi troverà la sua felicità nel praticarla.

²⁶Se qualcuno ritiene di essere religioso, ma non frena la lingua e inganna così il suo cuore, la sua religione è vana. ²⁷Religione pura e senza macchia davanti a Dio Padre è questa: visitare gli orfani e le vedove nelle sofferenze e non lasciarsi contaminare da questo mondo.

2 ¹Fratelli miei, la vostra fede nel Signore nostro Gesù Cristo, Signore della gloria, sia immune da favoritismi personali. ²Supponiamo che, in una delle vostre riunioni, entri qualcuno con un anello d'oro al dito, vestito lussuosamente, ed entri anche un povero con un vestito logoro. ³Se guardate colui che è vestito lussuosamente e gli dite: «Tu siediti qui, comodamente», e al povero dite: «Tu mettiti là, in piedi», oppure: «Siediti qui ai piedi del mio sgabello», ⁴non fate forse discriminazioni e non siete giudici dai giudizi perversi? ⁵Ascoltate, fratelli miei carissimi: Dio non ha forse scelto i poveri agli occhi del mondo, che sono ricchi nella fede ed eredi del Regno, promesso a quelli che lo amano? ⁶Voi invece avete disonorato il povero! Non sono forse i ricchi che vi opprimono e vi trascinano davanti ai tribunali? ⁷Non sono loro che bestemmiano il bel nome che è stato invocato sopra di voi? ⁸Certo, se adempite quella che, secondo la Scrittura, è la legge regale: *Amerai il prossimo tuo come te stesso*, fate bene. ⁹Ma se fate favoritismi personali, commettete un peccato e siete accusati dalla Legge come trasgressori. ¹⁰Poiché chiunque osservi tutta la Legge, ma la trasgredisca anche in un punto solo, diventa colpevole di tutto; ¹¹infatti colui che ha detto: *Non commettere adulterio*, ha detto anche: *Non uccidere*. Ora se tu non commetti adulterio, ma uccidi, ti rendi trasgressore della Legge. ¹²Parlate e agite come persone che devono essere giudicate secondo una legge di libertà, perché ¹³il giudizio sarà senza misericordia contro chi non avrà avuto misericordia. La misericordia ha sempre la meglio sul giudizio. ¹⁴A che serve, fratelli miei, se uno dice di avere fede, ma non ha le opere? Quella fede può forse salvarlo? ¹⁵Se un fratello o una sorella sono senza vestiti e sprovvisti del cibo quotidiano ¹⁶e uno di voi dice loro: «Andatevene in pace,

riscaldatevi e saziatevi», ma non date loro il necessario per il corpo, a che cosa serve? ¹⁷Così anche la fede: se non è seguita dalle opere, in sé stessa è morta. ¹⁸Al contrario uno potrebbe dire: «Tu hai la fede e io ho le opere; mostrami la tua fede senza le opere, e io con le mie opere ti mostrerò la mia fede». ¹⁹Tu credi che c'è un Dio solo? Fai bene; anche i demòni lo credono e tremano! ²⁰Insensato, vuoi capire che la fede senza le opere non ha valore? ²¹Abramo, nostro padre, non fu forse giustificato per le sue opere, quando offrì Isacco, suo figlio, sull'altare? ²²Vedi: la fede agiva insieme alle opere di lui, e per le opere la fede divenne perfetta. ²³E si compì la Scrittura che dice: *Abramo credette a Dio e gli fu accreditato come giustizia*, ed egli fu chiamato amico di Dio. ²⁴Vedete: l'uomo è giustificato per le opere e non soltanto per la fede. ²⁵Così anche Raab, la prostituta, non fu forse giustificata per le opere, perché aveva dato ospitalità agli esploratori e li aveva fatti ripartire per un'altra strada? ²⁶Infatti come il corpo senza lo spirito è morto, così anche la fede senza le opere è morta.



3 ¹Fratelli miei, non siate in molti a fare da maestri, sapendo che riceveremo un giudizio più severo: ²tutti infatti pecciamo in molte cose. Se uno non pecca nel parlare, costui è un uomo perfetto, capace di tenere a freno anche tutto il corpo. ³Se mettiamo il morso in bocca ai cavalli perché ci obbediscano, possiamo dirigere anche tutto il loro corpo. ⁴Ecco, anche le navi, benché siano così grandi e spinte da venti gagliardi, con un piccolissimo timone vengono guidate là dove vuole il pilota. ⁵Così anche la lingua: è un membro piccolo ma può vantarsi di grandi cose. Ecco: un piccolo fuoco può incendiare una grande foresta! ⁶Anche la lingua è un fuoco, il mondo del male! La lingua è inserita nelle nostre membra, contagia tutto il corpo e incendia tutta la nostra vita, traendo la sua fiamma dalla Geenna. ⁷Infatti ogni sorta di bestie e di uccelli, di rettili e di esseri marini sono domati

e sono stati domati dall'uomo, ⁸ma la lingua nessuno la può domare: è un male ribelle, è piena di veleno mortale. ⁹Con essa benediciamo il Signore e Padre e con essa malediciamo gli uomini fatti a somiglianza di Dio. ¹⁰Dalla stessa bocca escono benedizione e maledizione. Non dev'essere così, fratelli miei! ¹¹La sorgente può forse far sgorgare dallo stesso getto acqua dolce e amara? ¹²Può forse, miei fratelli, un albero di fichi produrre olive o una vite produrre fichi? Così una sorgente salata non può produrre acqua dolce.

¹³Chi tra voi è saggio e intelligente? Con la buona condotta mostri che le sue opere sono ispirate a mitezza e sapienza. ¹⁴Ma se avete nel vostro cuore gelosia amara e spirito di contesa, non vantatevi e non dite menzogne contro la verità. ¹⁵Non è questa la sapienza che viene dall'alto: è terrestre,

materiale, diabolica; ¹⁶perché dove c'è gelosia e spirito di contesa, c'è disordine e ogni sorta di cattive azioni. ¹⁷Invece la sapienza che viene dall'alto anzitutto è pura, poi pacifica, mite, arrendevole, piena di misericordia e di buoni frutti, imparziale e sincera. ¹⁸Per coloro che fanno opera di pace viene seminato nella pace un frutto di giustizia.

4 ¹Da dove vengono le guerre e le liti che sono in mezzo a voi? Non vengono forse dalle vostre passioni che fanno guerra nelle vostre membra? ²Siete pieni di desideri e non riuscite a possedere; uccidete, siete invidiosi e non riuscite a ottenere; combattete e fate guerra! Non avete perché non chiedete; ³chiedete e non ottenete perché chiedete male, per soddisfare cioè le vostre passioni. ⁴Gente infedele! Non sapete che l'amore per il mondo è nemico di Dio?

Chi dunque vuole essere amico del mondo si rende nemico di Dio. ⁵O forse pensate che invano la Scrittura dichiara: «Fino alla gelosia ci ama lo Spirito, che egli ha fatto abitare in noi»? ⁶Anzi, ci concede la grazia più grande; per questo dice:

Dio resiste ai superbi, agli umili invece dà la sua grazia.

⁷Sottomettetevi dunque a Dio; resistete al diavolo, ed egli fuggirà lontano da voi. ⁸Avvicinatevi a Dio ed egli si avvicinerà a voi. Peccatori, purificate le vostre mani; uomini dall'animo indeciso, santificate i vostri cuori. ⁹Riconoscete la vostra miseria, fate lutto e piangete; le vostre risa si cambino in lutto e la vostra allegria in tristezza. ¹⁰Umiliatevi davanti al Signore ed egli vi esalterà.

¹¹Non dite male gli uni degli altri, fratelli. Chi dice male del fratello, o giudica il suo fratello, parla contro la Legge e giudica la Legge. E se tu giudichi la Legge, non sei uno che osserva la Legge, ma uno che la giudica. ¹²Uno solo è legislatore e giudice, Colui che può salvare e mandare in rovina; ma chi sei tu, che giudichi il tuo prossimo?

¹³E ora a voi, che dite: «Oggi o domani andremo nella tal città e vi passeremo un anno e faremo affari e guadagni», ¹⁴mentre non sapete quale sarà domani la vostra vita! Siete come vapore che appare per un istante e poi scompare. ¹⁵Dovreste dire invece: «Se il Signore vorrà, vivremo e faremo questo o quello». ¹⁶Ora invece vi vantate nella vostra arroganza; ogni vanto di questo genere è iniquo. ¹⁷Chi dunque sa fare il bene e non lo fa, commette peccato.

5 ¹E ora a voi, ricchi: piangete e gridate per le sciagure che cadranno su di voi! ²Le vostre ricchezze sono marce, ³i vostri vestiti sono mangiati dalle tarme. Il vostro oro e il vostro argento sono consumati dalla ruggine, la loro ruggine si alzerà ad accusarvi e divorerà le vostre carni come un fuoco. Avete accumulato tesori per gli ultimi giorni! ⁴Ecco, il salario dei lavoratori che hanno mietuto sulle vostre terre, e che voi non avete pagato, grida, e le proteste dei mietitori sono giunte *agli orecchi del Signore onnipotente*. ⁵Sulla terra avete vissuto in mezzo a piaceri e delizie, e vi siete ingrassati *per il giorno della strage*. ⁶Avete condannato e ucciso il giusto ed egli non vi ha opposto resistenza.

⁷Siate dunque costanti, fratelli, fino alla venuta del Signore. Guardate l'agricoltore: egli aspetta con costanza il prezioso frutto della terra finché abbia ricevuto le prime e le ultime piogge. ⁸Siate costanti anche voi, rinfrancate i vostri cuori, perché la venuta del Signore è vicina. ⁹Non lamentatevi, fratelli, gli uni degli altri, per non essere giudicati; ecco, il giudice è alle porte. ¹⁰Fratelli, prendete a modello di sopportazione e di costanza i profeti che hanno parlato nel nome del Signore. ¹¹Ecco, noi chiamiamo beati quelli che sono stati pazienti. Avete udito parlare della pazienza di Giobbe e conoscete la sorte finale che gli riserbò il Signore, perché il Signore è ricco di misericordia e di compassione.

¹²Soprattutto, fratelli miei, non giurate né per il cielo, né per la terra e non fate alcun altro giuramento. Ma il vostro «sì» sia sì, e il vostro «no» no, per non incorrere nella condanna.

¹³Chi tra voi è nel dolore, preghi; chi è nella gioia, canti inni di lode. ¹⁴Chi è malato, chiami presso di sé i presbiteri della Chiesa ed essi preghino su di lui, ungendolo con olio nel nome del Signore. ¹⁵E la preghiera fatta con fede salverà il malato: il Signore lo solleverà e, se ha commesso peccati, gli saranno perdonati. ¹⁶Confessate perciò i vostri peccati gli uni agli altri e pregate gli uni per gli altri per essere guariti. Molto potente è la preghiera fervorosa del giusto. ¹⁷Elia era un uomo come noi: pregò intensamente che non piovvesse, e non piovve sulla terra per tre anni e sei mesi. ¹⁸Poi pregò di nuovo e il cielo diede la pioggia e la terra produsse il suo frutto.

¹⁹Fratelli miei, se uno di voi si allontana dalla verità e un altro ve lo riconduce, ²⁰costui sappia che chi riconduce un peccatore dalla sua via di errore lo salverà dalla morte e *coprirà una moltitudine di peccati*.



SUDDIVISIONE DELLA LETTERA DI GIACOMO

1, 1	Indirizzo	
	1, 2-12	considerate perfetta letizia quando subite prove;
	1, 13-18	ogni dono perfetto viene dal Padre;
	1, 19-27	ognuno sia pronto ad ascoltare e lento a parlare;
2, 1-13		non mescolate favoritismi alla vostra fede;
	2, 14-16	la fede senza le opere è morta;
3, 1-12		la lingua è un fuoco che incendia il corso della vita;
	3, 13-18	la vera sapienza viene dall'alto;
4, 1-12		sottomettetevi a Dio e avvicinatevi a lui;
	4, 13-17	siete come vapore che appare e scompare;
5, 1-6		ricchi piangete;
	5, 7-11	pazienti fino alla venuta del Signore;
	5, 12-20	esortazioni finali.

PREGHIERE DEL MATTINO

Lunedì mattina

Prima di iniziare ad immergerti nella Parola di Dio invoca con fiducia il dono dell'ascolto.

*Dio nostro Padre,
manda su di noi il tuo Spirito Santo
perché spenga il rumore delle nostre parole,
faccia regnare il silenzio dell'ascolto
e accompagni la tua Parola
dai nostri orecchi fino al nostro cuore:
così incontreremo Gesù Cristo
e conosceremo il suo amore.
Egli vive e regna ora e nei secoli dei secoli. Amen.*

UN TEST DI VERITA'

*²Considerate perfetta letizia, miei fratelli, quando subite ogni sorta di prove,
³sapendo che la vostra fede, messa alla prova, produce pazienza. ⁴E la pazienza
completi l'opera sua in voi, perché siate perfetti e integri, senza mancare di nulla.
(Gc 1, 2-4)*

Le prove hanno un valore educativo insostituibile: verificano la genuinità e la fermezza della fede. È attraverso le prove, infatti, che la fede si rafforza, si fa salda e coraggiosa, non più perennemente vacillante e dubbiosa. È questo l'ideale di maturità che Giacomo coltiva: non una maturità intellettuale, ma pratica. Per Giacomo la maturità è la coerenza.

«Accetta quanto ti capita, sii paziente nelle vicende dolorose, perché con il fuoco si prova l'oro» (Siracide 2, 4-5).

«Siate ricolmi di gioia, anche se ora dovete essere un po' afflitti da varie prove, perché il valore della vostra fede, molto più preziosa dell'oro, che, pur destinato a perire, tuttavia si prova col fuoco, torni a vostra lode» (1 Pietro 1, 6-7).

Tre parole tratteggiano la figura del cristiano secondo Giacomo: la gioia, la fede e la pazienza.

Giacomo invita a una *gioia* paradossale: una gioia nella prova. È passando attraverso la prova che si raggiunge la maturità. E il Signore donerà «la corona della vita». Saperlo permette già ora di leggere le situazioni dolorose e difficili in modo nuovo, esattamente come nelle beatitudini.

La fede non è il semplice credere, ma un credere che si fa vita. La fede deve maturare a poco a poco, giorno dopo giorno, in direzione della *pazienza*.

La *pazienza* è un atteggiamento a due facce: una faccia attiva, in quanto esprime la resistenza coraggiosa e costante nel fare il bene nonostante le difficoltà; e una faccia passiva, in quanto esprime la capacità di sopportare rassegnatamente e tranquillamente i disagi e le sofferenze. Il cristiano paziente è fermo e coraggioso, fiducioso, non lamentoso e avvilito.

È proprio da questo testo che san Francesco derivò il suo messaggio di perfetta letizia. Ascolta:

In una fredda e ventosa giornata d'inverno, San Francesco d'Assisi e frate Leone erano sulla strada che da Perugia portava a Santa Maria degli Angeli. Frate Leone chiese a Francesco: "Padre, te lo chiedo nel nome di Dio, dimmi dove si può trovare la perfetta letizia". E san Francesco gli rispose così: "Quando saremo arrivati a Santa Maria degli Angeli e saremo bagnati per la pioggia, infreddoliti per la neve, sporchi per il fango e affamati per il lungo viaggio busseremo alla porta del convento. E il frate portinaio chiederà: Chi siete voi? E noi risponderemo: Siamo due dei vostri frati. E Lui non riconoscendoci, dirà che siamo due impostori, gente che ruba l'elemosina ai poveri, non ci aprirà lasciandoci fuori al freddo della neve, alla pioggia e alla fame mentre si fa notte. Allora se noi a tanta ingiustizia e crudeltà supporteremo con pazienza ed umiltà senza parlar male del nostro confratello (...) scrivi che questa è perfetta letizia. E se noi costretti dalla fame, dal freddo e dalla notte, continuassimo a bussare piangendo e pregando per l'amore del nostro Dio il frate portinaio perché ci faccia entrare, e lui ci dirà: Vagabondi insolenti, la pagherete cara. E uscendo con un grosso e nodoso bastone ci piglierebbe dal cappuccio e dopo averci fatto rotolare in mezzo alla neve, ci bastonerebbe facendoci sentire uno ad uno i singoli nodi. Se noi subiremo con pazienza ed allegria pensando alle pene del Cristo benedetto e che solo per suo amore bisogna sopportare, caro frate Leone, annota che sta in questo la perfetta letizia. Ascolta infine la conclusione, frate Leone: fra tutte le grazie dello Spirito Santo e doni che Dio concede ai suoi fedeli, c'è quella di superarsi proprio per l'amore di Dio per subire ingiustizie, disagi e dolori.

(Dai "Fioretti" di San Francesco)

Per riflettere e interiorizzare il messaggio di Giacomo

- Di fronte alle inevitabili prove della vita come reagisco? Che cosa è per me la perfetta letizia?
- La gioia, la fede e la pazienza definiscono anche il mio volto di cristiano?
- Le avversità sono per la fede un test di verità, rivelano la qualità della fede e la attivano, altrimenti è come dormiente. Accogli le difficoltà come un'opportunità di crescita?

Quale impegno di vita lo Spirito mi suggerisce di prendermi per quest'oggi?

Padre nostro

*"Se insorgeranno i venti delle tentazioni
se incorrerai negli scogli delle tribolazioni
Guarda la stella invoca Maria
Se sarai sbattuto dalle onde della superbia,
E dell'ambizione, della detrazione, della rivalità aspra
Guarda la stella, invoca Maria
Tu che capisci come in questo scorrere del tempo
siamo come naufraghi sbattuti tra tempeste e marosi piuttosto che gente che cammina sulla terra
solida, non distogliere lo sguardo da questa stella,
se non vuoi essere travolto dalle tempeste
Se l'iracondia, o l'avarizia,
o il desiderio disordinato avranno sconquassato la navicella della tua mente,
Guarda la stella, invoca Maria
Se turbato dalla grandezza dei tuoi delitti
confuso dalla coscienza del tuo grande errore
atterrito dal terrore del giudizio divino
Incomincerai ad essere inghiottito nel baratro della tristezza
E nell'abisso della disperazione
Pensa a Maria.
Nei pericoli, nelle angustie, nelle cose dubbie
Pensa a Maria, invoca Maria.
Seguendo Lei, non sbagli strada
Pregando Lei, non sarai disperato
Pensando Lei, non cadi in errore
Se Lei ti tiene, non cadrà
Se Lei ti protegge, non avrai paura
Se Lei ti guida, non ti stancherai
Se Lei ti è propizia, giungerai alla meta".*

Martedì mattina

Prima di iniziare ad immergerti nella Parola di Dio invoca con fiducia un cuore capace di ascolto.

*Dio nostro,
Padre della luce,
tu hai inviato nel mondo
la tua Parola attraverso la Legge, i Profeti e i Salmi,
e negli ultimi tempi
hai voluto che lo stesso tuo Figlio,
tua Parola eterna,
facesse conoscere a noi te, unico vero Dio:
manda ora su di noi lo Spirito Santo,
affinché ci dia un cuore capace di ascolto,
tolga il velo ai nostri occhi
e ci conduca a tutta la Verità.
Te lo chiediamo per Cristo, il Signore nostro,
benedetto ora e nei secoli dei secoli. Amen.*

¹²Soprattutto, fratelli miei, non giurate né per il cielo, né per la terra e non fate alcun altro giuramento. Ma il vostro «sì» sia sì, e il vostro «no» no, per non incorrere nella condanna. (Gc 5, 12)

Essere trasparenti e leali nei rapporti sociali. Così si potrebbe riscrivere in sintesi l'invito di Giacomo. Per un linguaggio in cui il sì sia un vero sì, e il no un vero no è necessaria l'assoluta sottomissione alla verità in ogni rapporto. Solo così la parola è forte, trasparente e convincente.

Perché Giacomo condanna il ricorso al giuramento?

E prima ancora da dove deriva questo stile di relazione?

Durante l'esilio a Babilonia gli israeliti avevano assimilato, fra le altre cattive abitudini, anche quella di giurare a sproposito. Arrivavano al punto di non fare più un'affermazione senza accompagnarla con qualche imprecazione. Per evitare di pronunciare il nome di Dio ricorrevano a formule meno impegnative: giuravano per il cielo, per il tempio, per la terra, per i loro genitori, per la loro testa.

Giacomo non fa che riprendere quanto Gesù aveva detto contro quest'abitudine sconsiderata:

«Non giurate affatto... Sia invece il vostro parlare sì quando è sì, no quando è no; il resto viene dal maligno» (Mt 5, 33-37).

Non era tanto la profanazione del nome del Signore che preoccupava Gesù.

Ci sono altri elementi che rendono inaccettabile un giuramento.

Anzitutto esso presuppone una concezione pagana di Dio che è immaginato come un vendicatore, pronto a scagliare i suoi fulmini contro bugiardi e spergiuri; poi è il sintomo di una società in cui regnano la diffidenza, la sfiducia, la slealtà, il sospetto reciproci.

Nella comunità dei discepoli di Gesù il giuramento è inconcepibile perché essa è costituita da persone dal «cuore puro», guidate dallo spirito di verità, che bandiscono dalla loro vita ogni menzogna.

Recuperare la semplicità, la trasparenza e la forza della parola nei rapporti fra uomo e uomo è un dovere umano e cristiano essenziale, una forma importante del «radicalismo evangelico».

Ma perché questo avvenga non basta che chi parla sia leale. Occorre anche che chi ascolta si fidi.

Al vecchio sistema, che si regge sull'interesse e sulla diffidenza, si deve sostituire un nuovo sistema che si regge, invece, sulla sottomissione alla verità e sul coraggio (che sempre comporta un rischio) della fiducia.

Per riflettere e interiorizzare il messaggio di Giacomo

- Nel mio parlare il sì è un vero sì, e il no un vero no?
- Ho il coraggio della verità e me ne assumo i rischi?
- Esprimo fiducia e accolgo con fiducia?

Quale impegno di vita lo Spirito mi suggerisce di prendermi per quest'oggi?

Padre nostro

Concludi la tua preghiera invocando con fiducia Santa Maria del Silenzio

*Tu sei silenzio: silenzio di chi veglia
silenzio di chi attende, silenzio di chi scopre una presenza.*

Santa Maria, prega per noi.

*Tu sei silenzio: silenzio di chi ascolta
silenzio di chi accoglie, silenzio di chi vive in comunione.*

Santa Maria, prega per noi.

*Tu sei silenzio: silenzio di chi ama
silenzio di chi serve, silenzio di chi sta presso la croce.*

Santa Maria, prega per noi.

*Tu sei silenzio: silenzio di chi piange
silenzio di chi soffre, silenzio di chi porta la sua croce.*

Santa Maria, prega per noi.

*Tu sei silenzio: silenzio di chi è povero
silenzio di chi è semplice, silenzio di chi è uno nel suo cuore.*

Santa Maria, prega per noi.

*Tu sei silenzio: silenzio di chi prega
silenzio di chi è in pace, silenzio di chi sta davanti a Dio.*

Santa Maria, prega per noi.

*Tu sei silenzio: silenzio della chiesa
silenzio della Sposa e dello Sposo, silenzio della grande comunione.*

Santa Maria, prega per noi.

Mercoledì mattina

Prima di iniziare ad immergerti nella Parola di Dio invoca con fiducia il dono dall'Alto.

Padre nostro
Eccoci in ascolto della tua Parola viva ed efficace:
essa penetri in noi come spada a doppio taglio
e nella forza del tuo Spirito Santo
ci chiami a conversione,
trasformi le nostre vite
e faccia di noi dei discepoli
di Gesù Cristo tuo Figlio,
colui che è la tua Parola fatta carne,
il tuo volto e la tua immagine,
la tua narrazione agli uomini.
Sii benedetto ora e nei secoli dei secoli. Amen.

¹³Chi tra voi è nel dolore, preghi; chi è nella gioia, canti inni di lode.

¹⁶Pregate gli uni per gli altri. (Gc 5, 13.16)

Il tema della preghiera ricorre in tutta la lettera di Giacomo. C'è la preghiera della domanda (1, 5-6), c'è la preghiera della benedizione (3, 9), e persino la preghiera della protesta (5, 4): il grido degli oppressi, che a qualcuno potrà sembrare il contrario della preghiera, è invece una vera preghiera che «giunge alle orecchie del Signore».

È invitato a pregare chi è nella sofferenza e chi è nella buona salute (5, 13); devono pregare gli anziani (5, 14); si deve pregare gli uni per gli altri (5, 16).

La varietà del vocabolario utilizzato comprende, poi, tutte le principali forme della preghiera: la domanda, la supplica, la lode, la confessione della colpa e la richiesta del perdono. E le qualità sottolineate, o le condizioni, della preghiera sono tre: la fede, la reciprocità e l'efficacia.

«La preghiera della fede» (5, 15).

È la preghiera che non esita, la preghiera di chi non dubita in cuor suo, come lo stesso Gesù ha raccomandato ai discepoli:

«In verità vi dico, chi dicesse a questo monte: levati e gettati nel mare, senza dubitare in cuor suo ma credendo che quanto dice avverrà, ciò gli sarà accordato» (Mc 11, 22).

«La preghiera di un giusto è molto efficace» (5, 17).

Giacomo per dimostrare questa verità sceglie l'esempio del profeta Elia (1Re 17-18). La potenza della preghiera di Elia non dipendeva dalla sua persona («Era un uomo uguale a noi»), ma dall'intensità della sua fede.

«Pregate gli uni per gli altri» (5, 16).

La preghiera deve essere espressione di fraternità, non soltanto perché fatta insieme, ma perché ci si preoccupa «gli uni degli altri».

Per riflettere e interiorizzare il messaggio di Giacomo

- La preghiera insaporisce ogni dimensione della mia vita: dalla sofferenza alla gioia?
- Ho fiducia nella potenza della preghiera?
- Prego per gli altri?

Quale impegno di vita lo Spirito mi suggerisce di prendermi per quest'oggi?

Padre nostro

*Padre santo,
in quest'alba ti ho cercato nell'ascolto della tua parola
e nella preghiera:
accordami di cercarti ancora
durante questo giorno,
perché tu sei presente in tutto e in tutti.
Per Gesù Cristo tuo Figlio,
vivente ora e nei secoli dei secoli.*

Giovedì mattina

Prima di iniziare ad immergerti nella Parola di Dio invoca con fiducia il dono della Sapienza.

*Vieni, o Spirito Santo,
dentro di me, nel mio cuore e nella mia intelligenza.
Accordami la Tua intelligenza,
perché io possa conoscere il Padre
nel meditare la parola del Vangelo.
Accordami il Tuo amore, perché anche quest'oggi,
esortato dalla Tua parola,
Ti cerchi nei fatti e nelle persone che ho incontrato.
Accordami la Tua sapienza, perché io sappia rivivere
e giudicare, alla luce della tua parola,
quello che oggi ho vissuto.
Accordami la perseveranza,
perché io con pazienza penetri
il messaggio di Dio nel Vangelo.*

***16* Confessate perciò i vostri peccati gli uni agli altri e pregate gli uni per gli altri per essere guariti. (Gc 5, 16-18)**

Giacomo non sta parlando del Sacramento della Confessione, sta dicendo:

“Riconoscete i peccati vicendevolmente”.

Abbiamo preso di qui l'espressione con cui iniziamo la Messa:

“Riconosciamo i nostri peccati... Confesso a Dio e a voi fratelli... Pregate per me...”.

In ambito familiare e comunitario è utile riconoscere i propri peccati in modo vicendevole, nel senso che qualche volta sbaglio io e qualche volta sbagli tu, ammettiamo che stiamo sbagliando, che ci siamo sbagliati, in modo tale da poter pregare anche gli uni per gli altri.

Se hai qualcosa contro tuo fratello, dice Gesù, vai a riconciliarti con tuo fratello; non dice vai a confessarti!

È interessante soffermarci sull'insegnamento di Gesù:

Se dunque tu presenti la tua offerta all'altare e lì ti ricordi che tuo fratello ha qualche cosa contro di te, lascia lì il tuo dono davanti all'altare, va' prima a riconciliarti con il tuo fratello e poi torna a offrire il tuo dono. (Mt 5, 23-24)

Ne richiama anzitutto il dovere e l'importanza.

Lo spunto è preso da una pratica religiosa di Israele. Prima di entrare nel tempio per offrire sacrifici, era necessario sottoporsi a delle meticolose purificazioni. Gesù dichiara che non è il corpo che ha bisogno di essere puro, ma il cuore: la riconciliazione con il fratello sostituisce tutti i riti purificatori. Insegnavano i rabbini che la più importante delle preghiere giudaiche – lo *Shemà Israel* – una volta iniziata, non poteva più essere interrotta, per nessuna ragione, nemmeno se un serpente si fosse attorcigliato attorno alla gamba dell'orante.

Gesù afferma che, per riconciliarsi con il fratello, *si deve* addirittura piantare a metà non solo lo *Shemà Israel*, ma perfino l'offerta del sacrificio nel tempio.

Difficile trovare nella cultura ebraica un'immagine più efficace per sottolineare l'importanza della riconciliazione. Chi la rifiuta, chi non la ricerca a ogni costo si autoesclude dal «regno dei cieli».

Certe volte invece la confessione sacramentale è usata come alibi, come fuga, come rito magico, perché il rischio è che – confessandoti solo – la situazione con tuo fratello rimane tale e quale, come prima. L'obiettivo, allora, non è confessarsi tante volte, l'obiettivo è risolvere il problema... Confessate gli uni gli altri vostri peccati, riconoscete gli sbagli e chiedetevi perdono e pregate a vicenda; non condannate quello che ha peccato, se ha sbagliato, ma pregate per lui. È una bella immagine di comunione di persone deboli, malate, che riconoscono questa debolezza e si aiutano a vicenda perché:

Molto vale l'energica preghiera di un giusto.

La preghiera è una energia, non la preghiera intesa come formule recitate, tante parole lette e ripetute, come se "più ne dite e più funziona". La preghiera è l'adesione del cuore al Signore, è il desiderio di essere con lui e che si realizzi il suo progetto; questa unione dei cuori diventa energia. L'amore è una energia enorme! Se una persona è unita al Signore – in modo forte e amoroso – quella unione produce degli effetti; è una energia che opera anche negli altri.

Per riflettere e interiorizzare il messaggio di Giacomo

- Riconosci le tue debolezze, i tuoi sbagli, i tuoi peccati? Nel tuo cuore e di fronte agli altri?
- Ti accosti al sacramento della confessione come fuga, alibi, rito magico per non affrontare e risolvere la situazione di conflitto?
- Presenti al Signore nella preghiera le persone con cui sei in conflitto? Credi nell'energia della preghiera, nella potenza dell'amore?

Quale impegno di vita lo Spirito mi suggerisce di prendermi per quest'oggi?

Padre nostro

*Aiuta, o Madre, la nostra fede!
Apri il nostro ascolto alla Parola,
perché riconosciamo la voce di Dio e la sua chiamata.
Sveglia in noi il desiderio di seguire i suoi passi,
uscendo dalla nostra terra e accogliendo la sua promessa.
Aiutaci a lasciarci toccare dal suo amore,
perché possiamo toccarlo con la fede.
Aiutaci ad affidarci pienamente a Lui,
a credere nel suo amore,
soprattutto nei momenti di tribolazione e di croce,
quando la nostra fede è chiamata a maturare.
Semina nella nostra fede la gioia del Risorto.
Ricordaci che chi crede non è mai solo.
Insegnaci a guardare con gli occhi di Gesù,
affinché Egli sia luce sul nostro cammino.
E che questa luce della fede cresca sempre in noi,
finché arrivi quel giorno senza tramonto,
che è lo stesso Cristo, il Figlio tuo, nostro Signore!*

Venerdì mattina

Prima di iniziare ad immergerti nella Parola di Dio invoca con fiducia il dono dello Spirito.

*Lo Spirito Santo
si è completamente impadronito di te,
Vergine Maria.
Dimora in te, vive in te,
In te realizza la più grande opera della storia:
"Il Verbo fatto Carne".
Agisce liberamente in te.
Tu gli appartieni...
Insegnami ad ascoltare lo Spirito.
Insegnami ad affidarmi allo Spirito.
Insegnami a lasciar agire liberamente in me lo Spirito.
Lo spirito umano non può capire tutto questo.
Solo la meditazione della Parola di Dio può introdurci in questo mistero.
Solo Dio può rivelarci qual è il suo Spirito e quanto potente e dolce è la sua azione nelle nostre
anime. Vieni Santo Spirito, Amen*

***¹⁹Fratelli miei, se uno di voi si allontana dalla verità e un altro ve lo riconduce,
²⁰costui sappia che chi riconduce un peccatore dalla sua via di errore lo salverà dalla
morte e coprirà una moltitudine di peccati. (Gc 5, 19-20)***

Giacomo sa che nella comunità ci sono i peccatori.

Nessuna arroganza nel suo scritto, che in proposito prende in esame due situazioni: come comportarsi di fronte al proprio peccato e come comportarsi di fronte al peccato degli altri.

Nel primo caso Giacomo raccomanda la confessione vicendevole:

«confessatevi reciprocamente i peccati».

Il verbo significa riconoscere, ammettere e confessare.

Il peccatore, se vuole ottenere il perdono, deve riconoscere la sua colpa, confessarla e chiedere la preghiera dell'intera comunità.

In quale modo tutto questo avvenisse nell'assemblea non ci è dato sapere.

Nel secondo caso (5, 19) Giacomo raccomanda la «correzione fraterna»: di fronte al fratello che è uscito di strada, la prima reazione non è il giudizio, ma l'aiuto.

A questo aiuto fraterno è legata una promessa:

«Coprirà una moltitudine di peccati».

Una promessa, questa, la quale mostra che non solo chi è uscito di strada, ma anche chi lo richiama è peccatore e bisognoso di perdono.

Ci si corregge fra peccatori.

E qui la lettera finisce, sembra un po' bruscamente.

È iniziata con un imperativo «considerate gioia grande» e si conclude con una promessa.

È iniziata con l'invito alla gioia, la gioia della fede salda e provata, e termina con la promessa del perdono: la gioia cristiana non è la gioia della giustizia, ma del perdono.

Per riflettere e interiorizzare il messaggio di Giacomo

- Ti impegni a correggere con dolcezza, al tempo opportuno e nel luogo adatto un fratello che si sta smarrendo, è uscito fuori strada, si sta allontanando dalla fede?
- E ti lasci correggere?
- Ci pensi alla promessa riservata a chi tira fuori dal pericolo colui che questo mondo illude o fa disperare?

Quale impegno di vita lo Spirito mi suggerisce di prendermi per quest'oggi?

Padre nostro

*Maria, donna dell'ascolto,
rendi aperti i nostri orecchi;
fa' che sappiamo ascoltare la Parola del tuo Figlio Gesù
tra le mille parole di questo mondo;
fa' che sappiamo ascoltare la realtà in cui viviamo,
ogni persona che incontriamo,
specialmente quella che è povera,
bisognosa, in difficoltà.
Maria, donna della decisione,
illumina la nostra mente e il nostro cuore,
perché sappiamo obbedire alla Parola del tuo Figlio Gesù,
senza tentennamenti; donaci il coraggio della decisione,
di non lasciarci trascinare
perché altri orientino la nostra vita.
Maria, donna dell'azione,
fa' che le nostre mani e i nostri piedi si muovano
"in fretta" verso gli altri,
per portare la carità e l'amore del tuo Figlio Gesù,
per portare, come te, nel mondo la luce del Vangelo. Amen.*

LA PREGHIERA DELL'ANGELUS

per avanzare in modo semplice e quotidiano nella santità



L'Angelus di Jean-François Millet (1814-1875) è un dipinto che sorprende e affascina.

Il soggetto ci rimanda al mondo contadino tanto amato dal pittore francese.

In primo piano si stagliano due figure: un uomo e una donna immobili, in piedi, con il capo chinato e le mani raccolte nell'atto della preghiera.

Terra. Luce. Presenze umane. Silenzio. Preghiera.

È l'artista stesso, attraverso il titolo dell'opera, a spiegarci quale sia il motivo di tanto raccoglimento: *l'Angelus* era la preghiera che, recitata nei tre momenti più significativi della giornata – mattino, mezzogiorno e sera –, scandiva nelle civiltà agricole il ritmo del quotidiano.

In lontananza si intravede il campanile di una chiesa: mentre nell'aria vibrano ancora i rintocchi dell'*Angelus* della sera, il contadino e la sua sposa hanno deposto gli attrezzi del lavoro, la forca, la carriola, il cesto con le patate appena raccolte, e si sono fermati per celebrare la liturgia serale di ringraziamento.

Il lavoro nei campi, così faticoso, duro e ripetitivo, vive un momento di pausa e il tempo si fa sospeso, immobile.

In questa dimensione religiosa, le campane non battono le ore in funzione di una contabilizzazione del tempo e di una sua fruizione in chiave economica; il tocco della campana non governa il tempo dall'esterno, ma si fa espressione di un tempo interiorizzato in cui la vita stessa diviene *tempio* per il divino.

Quasi possiamo seguire il dialogo a fior di labbra fra i due personaggi.

Le patate, frutto della terra e del lavoro dell'uomo, sono lì, nella cesta che si trova ai piedi dei due contadini, nel mezzo della composizione; e la preghiera dell'*Angelus*, di per sé ringraziamento per il mistero dell'Incarnazione, viene ad accogliere in sé un grazie che abbraccia la vita intera in tutta la sua tremenda semplicità e nobiltà: grazie per le patate nel cesto, per gli zoccoli pieni di terra, per il giorno che è passato, per il giorno che verrà.

In alto, nel cielo, volano a stormo degli uccelli. Tutto è grazie. Anche la fatica, anche il dolore.

Potremmo cedere alla tentazione di liquidare il quadro di Millet come testimonianza di una visione idilliaca e idealizzata di una civiltà contadina, che ormai da decenni non esiste più.

Millet non idealizza, testimonia.

Resta in silenzio davanti a questo quadro, lascia che ti tocchi l'anima.

Cosa manca, chiediti, alla tua vita, per riuscire a vivere la qualità così squisitamente religiosa del tempo espressa dall'*Angelus* di Millet?

La difficoltà di dire grazie, forse, è uno dei sintomi più inquietanti del nostro male di vivere.

Non siamo educati a dire grazie nelle normali occasioni quotidiane.

Abituati alla pretesa quotidiana e costante di questo "tutto dovuto", in realtà niente è dovuto, ma tutto è dato.

Ci vuole coraggio per dire grazie.

Non c'è grazie senza riconoscenza, non c'è riconoscenza senza grazie.

Capacità di riconoscere – ciò che l'altro/Altro è per me, ciò che l'altro/Altro fa per me – che sola può stare alla base di una disposizione d'animo riconoscente.

Recitare l'*Angelus* è fermarsi per pregare, interrompere il ritmo del tempo del lavoro, volgere lo sguardo verso l'alto, fare memoria del *Sì* di Maria all'annuncio dell'angelo...

È fare memoria che il Signore ha scelto di vivere con noi, di abitare in mezzo a noi.

Recitare l'*Angelus* è una sosta contemplativa breve ma intensa.

Un modo semplice ed efficace per progredire ogni giorno nel cammino di santità.

ANGELUS

L'Angelo del Signore portò l'annuncio a Maria.

Ed ella concepì per opera dello Spirito Santo.

Ave Maria...

Eccomi, sono la serva del Signore.

Si compia in me la tua parola.

Ave Maria...

E il Verbo si fece carne.

E venne ad abitare in mezzo a noi.

Ave Maria...

Prega per noi, santa Madre di Dio.

Perché siamo resi degni delle promesse di Cristo.

Preghiamo

Signore nostro Dio, che hai fatto della Vergine Maria il modello di chi accoglie la tua parola e la mette in pratica, apri il nostro cuore alla beatitudine dell'ascolto, e con la forza del tuo Spirito fa' che noi pure diventiamo luogo santo in cui la tua parola di salvezza oggi si compie. Per Cristo nostro Signore Amen.

Gloria al Padre...

BRANI SCELTI PER LE MEDITAZIONI SERALI

1° GIORNO lunedì

Il modo di pensare del mondo nuovo

Gc 1, 1.5-8. 3, 13-18. 4, 1-3

1 ¹Giacomo, servo di Dio e del Signore Gesù Cristo, alle dodici tribù che sono nella diaspora, salute. ⁵Se qualcuno di voi è privo di sapienza, la domandi a Dio, che dona a tutti con semplicità e senza condizioni, e gli sarà data. ⁶La domandi però con fede, senza esitare, perché chi esita somiglia all'onda del mare, mossa e agitata dal vento. ⁷Un uomo così non pensi di ricevere qualcosa dal Signore: ⁸è un indeciso, instabile in tutte le sue azioni.

3 ¹³Chi tra voi è saggio e intelligente? Con la buona condotta mostri che le sue opere sono ispirate a mitezza e sapienza. ¹⁴Ma se avete nel vostro cuore gelosia amara e spirito di contesa, non vantatevi e non dite menzogne contro la verità. ¹⁵Non è questa la sapienza che viene dall'alto: è terrestre, materiale, diabolica; ¹⁶perché dove c'è gelosia e spirito di contesa, c'è disordine e ogni sorta di cattive azioni. ¹⁷Invece la sapienza che viene dall'alto anzitutto è pura, poi pacifica, mite, arrendevole, piena di misericordia e di buoni frutti, imparziale e sincera. ¹⁸Per coloro che fanno opera di pace viene seminato nella pace un frutto di giustizia.

4 ¹Da dove vengono le guerre e le liti che sono in mezzo a voi? Non vengono forse dalle vostre passioni che fanno guerra nelle vostre membra? ²Siete pieni di desideri e non riuscite a possedere; uccidete, siete invidiosi e non riuscite a ottenere; combattete e fate guerra! Non avete perché non chiedete; ³chiedete e non ottenete perché chiedete male, per soddisfare cioè le vostre passioni.

2° GIORNO martedì

La tentazione

Gc 1, 12-18. 4, 1-6

1 ¹²Beato l'uomo che resiste alla tentazione perché, dopo averla superata, riceverà la corona della vita, che il Signore ha promesso a quelli che lo amano.

¹³Nessuno, quando è tentato, dica: «Sono tentato da Dio»; perché Dio non può essere tentato al male ed egli non tenta nessuno. ¹⁴Ciascuno piuttosto è tentato dalle proprie passioni, che lo attraggono e lo seducono; ¹⁵poi le passioni concepiscono e generano il peccato, e il peccato, una volta commesso, produce la morte.

¹⁶Non ingannatevi, fratelli miei carissimi; ¹⁷ogni buon regalo e ogni dono perfetto vengono dall'alto e discendono dal Padre, creatore della luce: presso di lui non c'è variazione né ombra di cambiamento. ¹⁸Per sua volontà egli ci ha generati per mezzo della parola di verità, per essere una primizia delle sue creature.

4 ¹Da dove vengono le guerre e le liti che sono in mezzo a voi? Non vengono forse dalle vostre passioni che fanno guerra nelle vostre membra? ²Siete pieni di desideri e non riuscite a possedere; uccidete, siete invidiosi e non riuscite a ottenere; combattete e fate guerra! Non avete perché non chiedete; ³chiedete e non ottenete perché chiedete male, per soddisfare cioè le vostre passioni.

⁴Gente infedele! Non sapete che l'amore per il mondo è nemico di Dio?

Chi dunque vuole essere amico del mondo si rende nemico di Dio. ⁵O forse pensate che invano la Scrittura dichiara: «Fino alla gelosia ci ama lo Spirito, che egli ha fatto abitare in noi»? ⁶Anzi, ci concede la grazia più grande; per questo dice:

Dio resiste ai superbi,

agli umili invece dà la sua grazia.

3° GIORNO mercoledì

La fede e le opere

Gc 2, 14-26

2 ¹⁴A che serve, fratelli miei, se uno dice di avere fede, ma non ha le opere? Quella fede può forse salvarlo? ¹⁵Se un fratello o una sorella sono senza vestiti e sprovvisti del cibo quotidiano ¹⁶e uno di voi dice loro: «Andatevene in pace, riscaldatevi e saziatevi», ma non date loro il necessario per il corpo, a che cosa serve? ¹⁷Così anche la fede: se non è seguita dalle opere, in se stessa è morta. ¹⁸Al contrario uno potrebbe dire: «Tu hai la fede e io ho le opere; mostrami la tua fede senza le opere, e io con le mie opere ti mostrerò la mia fede». ¹⁹Tu credi che c'è un Dio solo? Fai bene; anche i demòni lo credono e tremano! ²⁰Insensato, vuoi capire che la fede senza le opere non ha valore? ²¹Abramo, nostro padre, non fu forse giustificato per le sue opere, quando offrì Isacco, suo figlio, sull'altare? ²²Vedi: la fede agiva insieme alle opere di lui, e per le opere la fede divenne perfetta. ²³E si compì la Scrittura che dice: Abramo credette a Dio e gli fu accreditato come giustizia, ed egli fu chiamato amico di Dio. ²⁴Vedete: l'uomo è giustificato per le opere e non soltanto per la fede. ²⁵Così anche Raab, la prostituta, non fu forse giustificata per le opere, perché aveva dato ospitalità agli esploratori e li aveva fatti ripartire per un'altra strada? ²⁶Infatti come il corpo senza lo spirito è morto, così anche la fede senza le opere è morta.

4° GIORNO giovedì

Lingua e religiosità

Gc 1, 19-27; 3, 1-12; 4, 11; 5, 9

1 ¹⁹Lo sapete, fratelli miei carissimi: ognuno sia pronto ad ascoltare, lento a parlare e lento all'ira. ²⁰Infatti l'ira dell'uomo non compie ciò che è giusto davanti a Dio. ²¹Perciò liberatevi da ogni impurità e da ogni eccesso di malizia, accogliete con docilità la Parola che è stata piantata in voi e può portarvi alla salvezza. ²²Siate di quelli che mettono in pratica la Parola, e non ascoltatori soltanto, illudendo voi stessi; ²³perché, se uno ascolta la Parola e non la mette in pratica, costui somiglia a un uomo che guarda il proprio volto allo specchio: ²⁴appena si è guardato, se ne va, e subito dimentica come era. ²⁵Chi invece fissa lo sguardo sulla legge perfetta, la legge della libertà, e le resta fedele, non come un ascoltatore smemorato ma come uno che la mette in pratica, questi troverà la sua felicità nel praticarla.

²⁶Se qualcuno ritiene di essere religioso, ma non frena la lingua e inganna così il suo cuore, la sua religione è vana. ²⁷Religione pura e senza macchia davanti a Dio Padre è questa: visitare gli orfani e le vedove nelle sofferenze e non lasciarsi contaminare da questo mondo.

3 ¹Fratelli miei, non siate in molti a fare da maestri, sapendo che riceveremo un giudizio più severo:

²tutti infatti pecciamo in molte cose. Se uno non pecca nel parlare, costui è un uomo perfetto, capace di tenere a freno anche tutto il corpo. ³Se mettiamo il morso in bocca ai cavalli perché ci obbediscano, possiamo dirigere anche tutto il loro corpo. ⁴Ecco, anche le navi, benché siano così grandi e spinte da venti gagliardi, con un piccolissimo timone vengono guidate là dove vuole il pilota. ⁵Così anche la lingua: è un membro piccolo ma può vantarsi di grandi cose. Ecco: un piccolo fuoco può incendiare una grande foresta! ⁶Anche la lingua è un fuoco, il mondo del male! La lingua è inserita nelle nostre membra, contagia tutto il corpo e incendia tutta la nostra vita, traendo la sua fiamma dalla Geenna. ⁷Infatti ogni sorta di bestie e di uccelli, di rettili e di esseri marini sono domati e sono stati domati dall'uomo, ⁸ma la lingua nessuno la può domare: è un male ribelle, è piena di veleno mortale. ⁹Con essa benediciamo il Signore e Padre e con essa malediciamo gli uomini fatti a somiglianza di Dio. ¹⁰Dalla stessa bocca escono benedizione e maledizione. Non dev'essere così, fratelli miei! ¹¹La sorgente può forse far sgorgare dallo stesso getto acqua dolce e amara? ¹²Può forse, miei fratelli, un albero di fichi produrre olive o una vite produrre fichi? Così una sorgente salata non può produrre acqua dolce.

4 ¹¹Non dite male gli uni degli altri, fratelli. Chi dice male del fratello, o giudica il suo fratello, parla contro la Legge e giudica la Legge. E se tu giudichi la Legge, non sei uno che osserva la Legge, ma uno che la giudica.

5 ⁹Non lamentatevi, fratelli, gli uni degli altri, per non essere giudicati; ecco, il giudice è alle porte.

5° GIORNO venerdì

L'itinerario del ritorno a Dio

Gc 4, 7-12

4 ⁷Sottomettetevi dunque a Dio; resistete al diavolo, ed egli fuggirà lontano da voi. ⁸Avvicinatevi a Dio ed egli si avvicinerà a voi. Peccatori, purificate le vostre mani; uomini dall'animo indeciso, santificate i vostri cuori. ⁹Riconoscete la vostra miseria, fate lutto e piangete; le vostre risa si cambino in lutto e la vostra allegria in tristezza. ¹⁰Umiliatevi davanti al Signore ed egli vi esalterà.

¹¹Non dite male gli uni degli altri, fratelli. Chi dice male del fratello, o giudica il suo fratello, parla contro la Legge e giudica la Legge. E se tu giudichi la Legge, non sei uno che osserva la Legge, ma uno che la giudica. ¹²Uno solo è legislatore e giudice, Colui che può salvare e mandare in rovina; ma chi sei tu, che giudichi il tuo prossimo?

ESAME DI COSCIENZA

I consigli di Papa Francesco



Consiste nell'interrogarsi
sul male commesso
e il bene omesso: verso
Dio, il prossimo e se stessi.

NEI CONFRONTI DI DIO

Mi rivolgo a Dio solo nel bisogno?
Partecipo alla Messa la domenica e le feste di precetto?
Comincio e chiudo la giornata con la preghiera?
Ho nominato invano Dio, la Vergine, i Santi?
Mi sono vergognato di dimostrarmi cristiano?
Cosa faccio per crescere spiritualmente? Come? Quando?
Mi ribello davanti ai disegni di Dio?
Pretendo che egli compia la mia volontà?

NEI CONFRONTI DEL PROSSIMO

So perdonare, compatire, aiutare il prossimo?
Ho calunniato, rubato, disprezzato i piccoli e gli indifesi?
Sono invidioso, collerico, parziale?
Ho cura dei poveri e dei malati?
Mi vergogno della carne di mio fratello, della mia sorella?
Sono onesto e giusto con tutti o alimento la "cultura dello scarto"?
Ho istigato altri a fare il male?
Osservo la morale coniugale e familiare insegnata dal Vangelo?
Come vivo le responsabilità educative verso i figli?
Onoro e rispetto i miei genitori?
Ho rifiutato la vita appena concepita?
Ho spento il dono della vita?
Ho aiutato a farlo?
Rispetto l'ambiente?

NEI CONFRONTI DI SE'

Sono un po' mondano e un po' credente?
Esagero nel mangiare, bere, fumare, divertirmi?
Mi preoccupo troppo della salute fisica, dei miei beni?
Come uso il mio tempo?
Sono pigro?
Voglio essere servito?

Beati i poveri in spirito,
perché di essi è il regno dei cieli.
Beati quelli che sono nel pianto,
perché saranno consolati.

Beati i miti,
perché avranno in eredità la terra.
Beati quelli che hanno fame e sete della giustizia, perché saranno saziati.
Beati i misericordiosi,
perché troveranno misericordia.

Beati i puri di cuore,
perché vedranno Dio.
Beati gli operatori di pace,
perché saranno chiamati figli di Dio.
Beati i perseguitati per la giustizia,
perché di essi è il regno dei cieli.

Beati voi quando vi insulteranno,
vi perseguiteranno e, mentendo,
diranno ogni sorta di male contro di voi
per causa mia.
Rallegratevi ed esultate,
perché grande è la vostra ricompensa nei cieli.

- **Signore**, tu hai chiamato beato chi è umile; io, invece, voglio essere sempre al centro dell'attenzione e mi deprimi quando gli altri mi trascurano; metto il mio successo prima delle persone, sono geloso dei successi altrui e non mi importa di emarginare chi non mi stima.
- **Signore**, tu hai chiamato beato chi è afflitto; io, invece, non so chiedere perdono dei miei errori e mi manca la forza dell'autocritica; spesso chiudo gli occhi e indurisco il cuore di fronte alle sofferenze degli altri e mi rifiuto di prendere parte alle pene della mia famiglia; non me la sento di lottare e soffrire per gli altri.... le ingiustizie, le guerre, il terzo mondo, la fame, sono problemi che delego agli altri, io non faccio nulla.
- **Signore**, tu hai chiamato beato chi è mite, ma io ho un cuore calcolatore e meschino e, forse, non so neppure amare bene me stesso, perché spesso non mi accetto, non ho pazienza e non so riconoscere i doni che Tu mi hai dato. Manco di rispetto ai miei familiari, non so controllare la mia lingua e a volte ho delle pretese illogiche con tutti. Non so ringraziare e non sono mite, anzi, nei pensieri, nelle parole e nelle azioni spesso sono violento, creo divisioni, spargo malignità e non so perdonare.
- **Signore**, tu hai chiamato beato chi ha fame e sete di giustizia; io, invece, mi rendo conto che non aspiro all'autenticità evangelica, che non scelgo il Vangelo senza accomodamenti né attuazioni; non desidero ardentemente ciò che tu desideri; quanto poco ricorro alla preghiera, al consiglio di persone che mi aiutino a conoscere la tua volontà; quanto poco lottio contro le mie abitudini borghesi e poco cristiane! E poi le mie amicizie il male che si introduce in casa mia attraverso i mass media e

- **Signore**, Tu hai detto beato chi è misericordioso; quanto sono lontano dall'essere un riflesso della Tua bontà, ad avere un cuore grande e misericordioso! Io giudico, sono sospettoso, malizioso, etichetto le persone, calunnio, ho dei nemici e mi sono vendicato, non prego per i miei nemici e faccio quasi nulla per cambiare il male con il bene.
- **Signore**, Tu hai chiamato beato chi ha il cuore puro, ma la sincerità e l'autenticità nei miei pensieri, nelle mie parole ed azioni molte volte neppure mi sfiorano; sono stato ipocrita e falso con Te, o Signore, e con i miei fratelli e quanto è seducente l'idolatria del successo, del denaro e della carriera! L'idolatria del sesso mi spinge ad avere delle strane e brutte abitudini, a indulgiare su pensieri sessuali, a fare discorsi osceni, a soffermarmi sui programmi e riviste pornografiche; il rapporto con la mia fidanzata o con la moglie non è sempre puro e generoso.
- **Signore**, Tu hai chiamato beato chi è costruttore di pace; io ho l'abitudine di seminare discordie, portare divisioni anziché essere costruttore di unità; scarico spesso sugli altri le mie tensioni, i miei problemi, il mio pessimismo, anziché portare luce, gioia e speranza.
- **Signore**, Tu hai chiamato beato chi è pronto anche a soffrire per essere fedele alla tua volontà. Anche quando ho chiaro quello che Tu mi chiedi e desideri da me, non sempre lo faccio e, se si tratta di parlare di Te, o Signore, e difendere la tua Chiesa, non sempre ho il coraggio o sono disposto a dichiararmi tuo amico. Lo confesso, qualche volta mi sono vergognato, sono stato vile e ho fatto finta di non conoscerti.

PREPARARSI ALLA CONFESSIONE

La confessione non è l'elenco della spesa da dire al prete, ma è un incontro di grazia dove si fa esperienza della presenza del Padre che perdona e che accoglie, è evento di conoscenza interiore, momento di crescita di grazia e anche di umanità.

La confessione è sacramento che ci educa a conoscere i nostri limiti e a debellarli con la grazia e a evidenziare i doni per viverli a servizio della comunità.

Per chiedere perdono puoi utilizzare questa formula che sostituisce l'atto di dolore.

PADRE SANTO COME IL FIGLIOL PRODIGO MI RIVOLGO ALLA TUA MISERICORDIA: "HO PECCATO CONTRO DI TE, NON SON PIU' DEGNO DI ESSERE CHIAMATO TUO FIGLIO".

CRISTO GESU', SALVATORE DEL MONDO, CHE HAI APERTO AL BUON LADRONE LE PORTE DEL PARADISO, RICORDATI DI ME NEL TUO REGNO.

SPIRITO SANTO, SORGENTE DI PACE E DI AMORE, FA CHE PURIFICATO DA OGNI COLPA E RICONCILIATO CON IL PADRE IO CAMMINI SEMPRE COME FIGLIO DELLA LUCE.

DIREZIONE SPIRITUALE

La direzione spirituale, o accompagnamento spirituale, è un aiuto, prestato a nome della Chiesa e nella forza dello Spirito Santo, a chi vuole progredire nella vita di fede, di speranza e di carità per conformarsi totalmente a Cristo. Si può così definire come l'aiuto che un uomo presta ad un altro, perché diventi adulto nella fede.

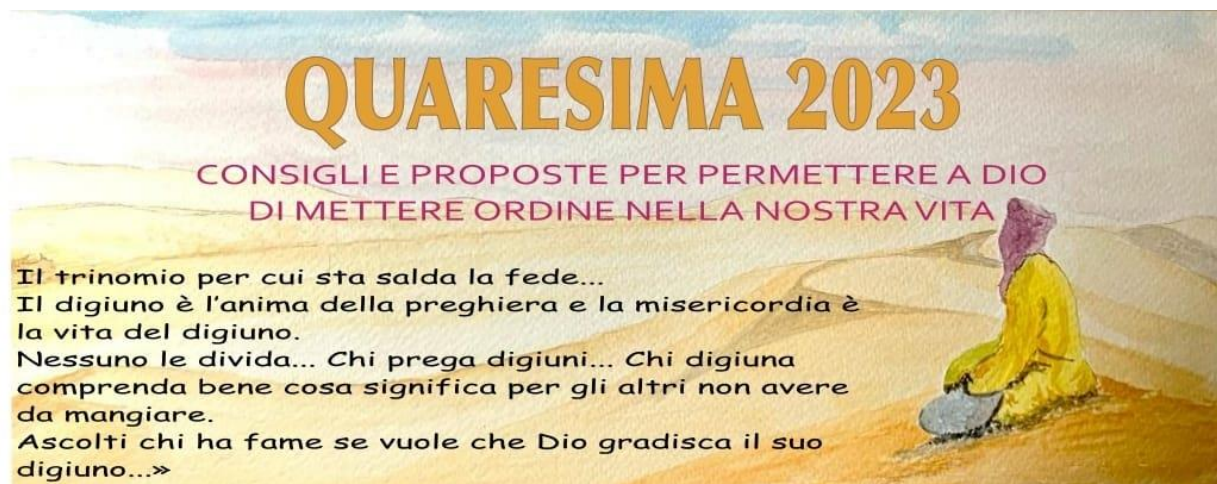
La direzione spirituale non vuole tanto imporsi alla persona, bensì suscitare e sostenere il suo impegno personale nella fede. Nella direzione spirituale le presenze in gioco sono tre: la persona, il padre spirituale (prete, suora, laico...) e lo Spirito Santo. La vera guida spirituale è lo Spirito Santo. È infatti necessaria l'obbedienza sincera e concorde della persona e del padre spirituale allo Spirito Santo.

Gli scopi fondamentali della direzione spirituale sono tre:

- illumina la mente per scoprire che la santità è il valore più grande dell'esistenza e suggerisce le vie per realizzarla;
- rafforza la volontà per perseverare nella decisione presa;
- presta conforto spirituale, ogni volta sia necessario, alla persona che ne ha bisogno.

La sua meta è quindi di consigliare e sostenere nella realizzazione nel quotidiano della specifica vocazione che ognuno ha ricevuto da Dio.

CONSIGLI E PROPOSITI PER LA QUARESIMA



Il trionfo per cui sta salda la fede...
Il digiuno è l'anima della preghiera e la misericordia è la vita del digiuno.
Nessuno le divida... Chi prega digiuni... Chi digiuna comprenda bene cosa significa per gli altri non avere da mangiare.
Ascolti chi ha fame se vuole che Dio gradisca il suo digiuno...»

SPIRITUALIA' Cosa se ne fa il Signore di un pacchetto di sigarette in meno o di una scatoletta di tonno al posto della bistecca?

Per questo motivo la Prima proposta è:

mettersi in ascolto del Signore partecipando agli esercizi spirituali nel quotidiano da lunedì 27 febbraio a venerdì 3 marzo (sul sito della parrocchia programma e sussidi).

DIGIUNO

Il digiuno non si fa per "risparmiare", per perdere qualche chilo in più, ma per amore di Dio.

Per questo motivo la Seconda proposta è:

-- un gesto di **SOLIDARIETA'**: potrai ritirare il salvadanaio dove mettere il frutto del tuo digiuno per aderire al progetto missionario della parrocchia: costruire in Senegal una cartoleria per la scuola di Kompentoum, per permettere agli studenti di acquistare materiale scolastico in un contesto dove è molto difficile trovarlo.

- un gesto di **GIUSTIZIA**: adottare un bambino africano a distanza, per permettergli di poter mangiare e studiare come sarebbe giusto e dignitoso per ogni bambino. Puoi farlo con una offerta mensile di 30 euro che potrai versare in parrocchia. Regolarmente riceverai notizie e la foto.

DESERTO

Il deserto nella Bibbia non è solo un luogo geofisico ma un luogo simbolico, è uno spazio offerto per trasformare l'aridità del cuore in terra fertile, è un tempo per fare silenzio e ascoltare Dio.

Per questo motivo la Terza proposta è:

creati degli spazi di silenzio nella tua quotidianità ... come fa un atleta o un artista che viene convocato per un evento importante: accetta la sfida, si prepara con impegno, non guarda alle rinunce ma pregusta la gioia della vittoria.

Parrocchia Immacolata Concezione di Maria Vergine
il sito della parrocchia è: www.immacolataconcezionemcv.it