

# SCUOLA DI PREGHIERA

## ESISTERE SIGNIFICA “POTER SCEGLIERE”

**Dal Vangelo secondo Giovanni cap. 6**

### Crisi tra i discepoli

<sup>60</sup>Molti dei suoi discepoli, dopo aver ascoltato, dissero: «Questa parola è dura! Chi può ascoltarla?». <sup>61</sup>Gesù, sapendo dentro di sé che i suoi discepoli mormoravano riguardo a questo, disse loro: «Questo vi scandalizza? <sup>62</sup>E se vedeste il Figlio dell'uomo salire là dov'era prima? <sup>63</sup>È lo Spirito che dà la vita, la carne non giova a nulla; le parole che io vi ho detto sono spirito e sono vita. <sup>64</sup>Ma tra voi vi sono alcuni che non credono». Gesù infatti sapeva fin da principio chi erano quelli che non credevano e chi era colui che lo avrebbe tradito. <sup>65</sup>E diceva: «Per questo vi ho detto che nessuno può venire a me, se non gli è concesso dal Padre».

<sup>66</sup>Da quel momento molti dei suoi discepoli tornarono indietro e non andavano più con lui. <sup>67</sup>Disse allora Gesù ai Dodici: «Volete andarvene anche voi?». <sup>68</sup>Gli rispose Simon Pietro: «Signore, da chi andremo? Tu hai parole di vita eterna <sup>69</sup>e noi abbiamo creduto e conosciuto che tu sei il Santo di Dio». <sup>70</sup>Gesù riprese: «Non sono forse io che ho scelto voi, i Dodici? Eppure uno di voi è un diavolo!». <sup>71</sup>Parlava di Giuda, figlio di Simone Iscariota: costui infatti stava per tradirlo, ed era uno dei Dodici.

# ESISTERE SIGNIFICA “POTER SCEGLIERE”

Sac. Carlo Sacchetti

**C**erchiamo di entrare nel brano di Vangelo che è appena stato proclamato.

Queste persone, alcune di loro hanno già cominciato a frequentare Gesù con costanza, sono messe davanti alla necessità di fare una scelta. Quante persone evitano, con maestria, questa situazione. Vivono e basta! Piace, emoziona, dà qualcosa, fa stare bene, rilassa, fa sentire più sicuri, permette di essere accettati dall'ambiente. Queste, e molte altre, le motivazioni che spingono a fare o a evitare determinate cose. A guardare con attenzione ci si rende conto che dietro a queste esistenze manca un riferimento chiaro, un progetto, e di conseguenza una scelta. Si vive la vita sulla bidimensionalità dello stare bene, sentirsi tranquilli. Tutto ciò che è profondità, ricerca di senso, prospettive che escano dal semplice vivere l'immediato quotidiano, sono evitate con le solite difese del superattivismo e della distrazione sistematica. Tutto questo però si paga con insicurezza, instabilità di umore e rassegnazione. Ciò che manca, soprattutto è il senso di pienezza che accompagna le vite di chi ha avuto il coraggio di fare delle scelte.

L'assoluta necessità di una scelta la si comprende quando ci si trova dinanzi a situazioni difficili. I discepoli di Gesù, dopo averlo ascoltato, affermano: «Questa parola è dura! Chi può ascoltarla?». Vi sono persone che nella vita non hanno mai incontrato difficoltà e questo ha permesso loro di evitare, in molti casi senza rendersene veramente conto, scelte significative. Anche il seguire Gesù, nella prima parte del suo ministero,

è stato per molti la moda del momento. Si stava bene con Lui, lo si ascoltava volentieri, c'era il fascino della novità e l'interesse per ciò che era diverso. Ma ora che questa parola diventa "dura" ci si rende conto che le motivazioni che avevano spinto a cercare Gesù e stare con Lui non bastano più: occorre una scelta. In questi momenti si rimane come sospesi e si sente come non sia possibile procedere senza la fiducia, senza il credere in qualcosa. Ecco che Gesù stesso lo fa notare: «Ma tra voi vi sono alcuni che non credono». Non si possono fare scelte significative, scelte che fanno fare un salto di qualità, che introducono in un'esistenza tridimensionale, fatta di profondità, di pienezza di senso, senza fiducia. O ci si fida di Gesù, anche se le sue parole sono dure, o si smonta dal treno e si ritorna alla tranquilla, piatta e illusoria vita di tutti i giorni. «È stato bello, ma non chiedetemi di rinunciare a tutto ciò

Quante persone evitano, con maestria, questa situazione. Vivono e basta! Piace, emoziona, dà qualcosa, fa stare bene, rilassa, fa sentire più sicuri, permette di essere accettati dall'ambiente. [...] A guardare con attenzione ci si rende conto che dietro a queste esistenze manca un riferimento chiaro, un progetto, e di conseguenza una scelta.

che ho». Così ha risposto anche quel tale ricco che si era rivolto a Gesù pieno di buone intenzioni (Mc 10,17-22). L'illusione del tutto subito, del bello senza sforzo, senza rinuncia (che oggi si nasconde anche dietro allo scandalo del gioco d'azzardo), ha accompagnato l'uomo dalla sua nascita. È la difficoltà che ci fa comprendere che se si desidera una vita bella e



piena è necessario fare delle scelte. Un filosofo esistenzialista ateo come Jean-Paul Sartre già affermava che: «Ciò che non è assolutamente possibile è non scegliere»; "per vivere una vita piena", potremmo aggiungere noi.

Proviamo a passare questo tempo di preghiera davanti alla Croce. In fondo, non dobbiamo dimenticarlo, noi abbiamo seguito un crocifisso. Tutto dentro di noi griderà: no, no! Se saremo sinceri e vivremo in modo non superficiale questo tempo di silenzio, uscirà anche dal nostro cuore l'affermazione: «Questa parola è dura! Chi può ascoltarla?». Come ai discepoli, il Signore ci dirà: «Volete

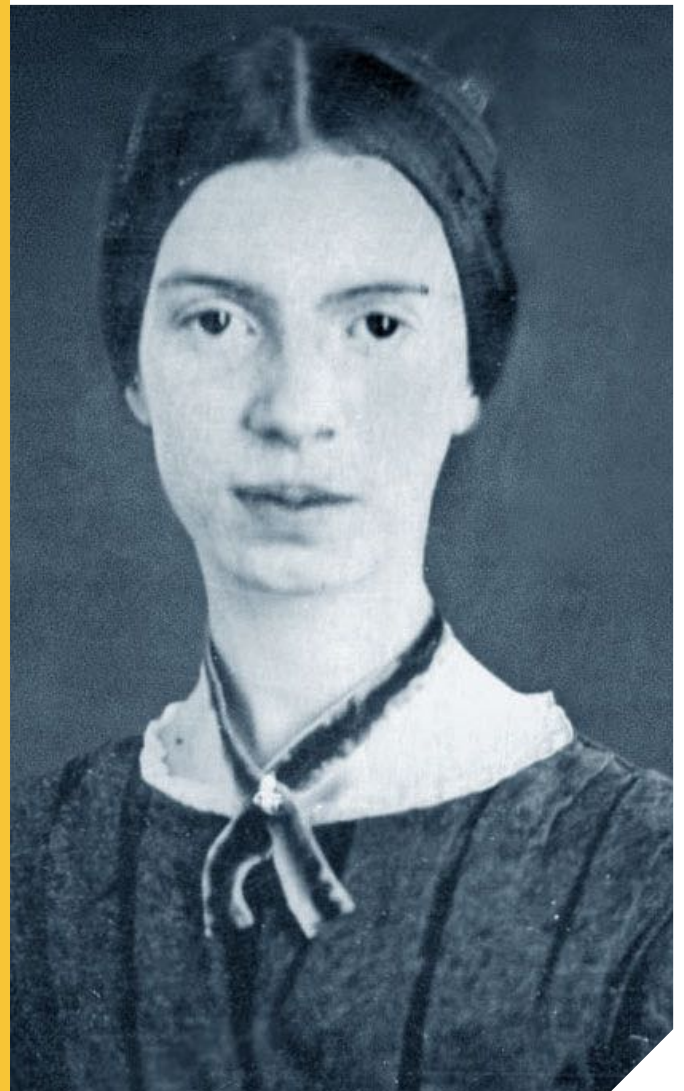
andarvene anche voi?». Provando a tradurre queste parole possiamo dire: «Volete passare la solita preghiera dove con abilità eviterete di scegliere?». Lasciamo che la speranza di Cristo e le sue promesse ci diano la forza, la fiducia, per lasciare tutto e seguirlo: «Signore, da chi andremo? Tu hai parole di vita eterna». Del resto questo è l'unico modo per rimanere padroni della propria vita e liberi. Come ci ricorda Paulo Coelho: «A ogni essere umano è stata donata una grande virtù: la capacità di scegliere. Chi non la utilizza, la trasforma in una maledizione - e altri sceglieranno per lui».

«Signore, da chi andremo? Tu hai parole di vita eterna». Del resto questo è l'unico modo per rimanere padroni della propria vita e liberi. Come ci ricorda Paulo Coelho: «A ogni essere umano è stata donata una grande virtù: la capacità di scegliere. Chi non la utilizza, la trasforma in una maledizione - e altri sceglieranno per lui».

## EMILY DICKINSON

### RESTAI INSAZIATA

Restai insaziata tutti i miei anni.  
 Arrivato il pomeriggio,  
 tremante avvicinai il tavolo per mangiare  
 e assaggiai un vino strano,  
 quello che avevo visto sulle tavole  
 quando affamata tornando a casa  
 guardavo attraverso i vetri la ricchezza  
 che non speravo di possedere mai.  
 Non conobbi l'abbondanza del pane  
 era diversa la briciola  
 che avevo divisa con gli uccelli  
 nella sala da pranzo della natura.  
 Il troppo mi urta - è così insolito.  
 Mi sentivo a disagio,  
 spaesata come una bacca ai fratta montana  
 trapiantata sulla strada.  
 E non avevo fame.  
 Allora capii che la fame è un istinto  
 di chi guarda le vetrine dal di fuori.  
 L'entrare, la disperde.



# TRE VERITÀ DEL CUORE DI DIO

A cura del Movimento Contemplativo Missionario: Padre De Foucauld fondato da Andrea Gasparino

Vangeli sono un tesoro inesauribile nel rivelarci il mistero di Dio ed il mistero dell'uomo. Fissando lo sguardo su Gesù troviamo una tale sovrabbondanza di luce che davvero ogni altra luce (pur rispettabile) non è che un fiammifero in rapporto al sole. Ecco tre verità molto evidenti del cuore di Dio. Se lo Spirito le imprimesse a fuoco in noi, noi diventeremmo le persone più felici del mondo e la nostra vita comunicherebbe a tutti la felicità di Dio.

- Dio è impaziente di perdonare.
- Il cuore di Dio fa festa ogni volta che può perdonare.
- Dio non aspetta che siamo buoni per amarci; amandoci (perdonandoci) crea in noi la bontà

## 1) DIO È IMPAZIENTE DI PERDONARE

È impossibile trovare nel vangelo un solo incontro di Gesù con i peccatori che non si risolva nel perdono immediato.

L'adultera, Zaccheo, il paralitico, Levi, Pietro... tutti incontri nei quali vediamo brillare la misericordia di Gesù, cioè di Dio. Ogni gesto di schiettezza, ogni lacrima di pentimento provocano il cuore di Dio, irresistibilmente.

Perché succede questo? Perché l'AMORE di Dio è impaziente di perdonare; perdonare è un'esigenza del suo cuore. Usando un linguaggio (troppo) umano diciamo: Dio, se non perdona, non sta bene!

Quando si ama si soffre nel vedere soffrire la persona che si ama. Dio "soffre" nel vederci peccatori, perché sa bene che il peccato è la peggiore delle tristezze e delle sofferenze umane.



## 2) IL CUORE DI DIO FA FESTA OGNI VOLTA CHE PUÒ PERDONARE

Dio non soltanto è impaziente di perdonare, ma gioisce nel perdonare. Il suo cuore fa festa ogni volta che può accogliere un peccatore e perdonarlo.

Il cap.15 di Luca ci dice questa verità con un'insistenza martellante. Gesù ci mostra il cuore di Dio presentandoci un padre che quando può riabbracciare il figlio, quasi perde il controllo di sé; è così preso da un'incontenibile gioia che continua a ripetere: festa, festa, ralleghiamoci... bisogna fare festa... Quanto ci fa bene credere a questa verità! Se dopo una mancanza, sapessimo pensare subito al cuore di Dio che ci aspetta per perdonarci e fare festa non perderemmo un solo istante a ripiegarci su noi stessi e a piagnucolare. Ci alzeremmo e torneremmo pieni di fiducia a lui, fiduciosi e decisi a tagliare col male. Cadiamo mille volte al giorno? Mille volte possiamo venir fuori dalle nostre debolezze e dare gioia al cuore di Dio che ci attende con impazienza.

## 3) DIO NON ASPETTA CHE SIAMO BUONI PER AMARCI; AMANDOCI (perdonandoci) CREA IN NOI LA BONTÀ

È forse la verità più grande del cuore di Dio, così grande e meravigliosa che faticiamo a crederla. È probabile che in qualche angolo del nostro cuore sonnecchi un pregiudizio: - Dio mi ama se io lo merito

- Dio mi ama quando io comincerò a prenderlo sul serio

- Dio mi amerebbe se io fossi così o così...

PREGIUDIZI VELENOSI! che devono essere sradicati ad ogni costo. La VERITÀ dell'AMORE di Dio prescinde da ogni "se" e da ogni "quando".

Dio MI AMA e basta. Prima di ogni mia risposta. È un amore incondizionato. Quando un bambino nasce, Cristo è già morto in croce per lui; fino a questo punto Dio ha già amato e ama quel bambino. S. Paolo ha espresso questa verità nel modo più efficace:

"Dio dimostra il suo amore verso di noi, perché mentre eravamo ancora peccatori, Cristo è morto per noi... quand'eravamo nemici siamo stati riconciliati con Dio per mezzo della morte del Figlio suo". (Rom 5, 6 ss)

Cfr. anche I Gv 4,9-10.

Ed è appunto amandoci che Dio suscita in noi la risposta dell'amore. L'amore crea amore. Prendendo coscienza di essere amati da Dio, scatta in noi la volontà di tagliare col peccato, per amore a Dio. Per questo è tanto urgente scoprire quanto Dio ci ama!

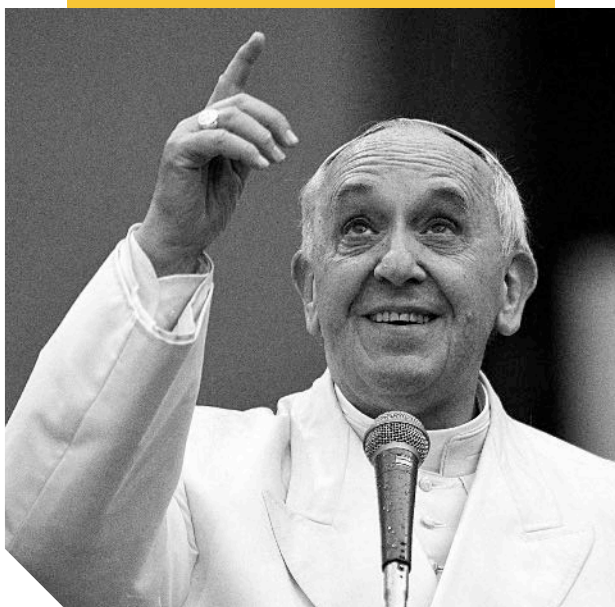
Chi ha la grazia di sperimentare la bellezza di queste tre verità del cuore di Dio, non ha grosse difficoltà nel vivere la preghiera di pentimento e di perdono.

# PERDONARE PER TROVARE MISERICORDIA

Omelia in Santa Marta di Papa Francesco del 17 marzo 2014

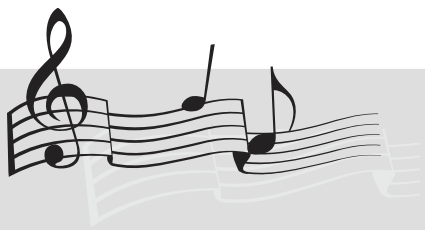
**P**erdonare per trovare misericordia: questo è il cammino che porta la pace nei nostri cuori e nel mondo: è quanto, in sintesi, ha detto Papa Francesco nell'omelia di lunedì mattina durante la Messa presieduta a Santa Marta. "Siate misericordiosi come il Padre vostro è misericordioso": il Papa commenta l'esortazione di Gesù, affermando subito che "non è facile capire questo atteggiamento della misericordia" perché siamo abituati a giudicare: "non siamo persone che danno naturalmente un po' di spazio alla comprensione e anche alla misericordia". "Per essere misericordiosi – osserva - ci sono necessari due atteggiamenti. Il primo è la conoscenza di se stessi": sapere che "abbiamo fatto tante cose non buone: siamo peccatori!". E di fronte al pentimento, "la giustizia di Dio ... si trasforma in misericordia e perdono". Ma è necessario vergognarsi dei peccati: "E' vero, nessuno di noi ha ammazzato nessuno, ma tante piccole cose, tanti peccati quotidiani, di tutti i giorni... E quando uno pensa: 'Ma che cosa, ma che cuore piccolino: ho fatto questo contro il Signore!'. E vergognarsi! Vergognarsi davanti a Dio e questa vergogna è una grazia: è la grazia di essere peccatori. 'Io sono peccatore e mi vergogno davanti a Te e ti chiedo il perdono'. È semplice, ma è tanto difficile dire: 'Io ho peccato'". Spesso – osserva Papa Francesco – giustificiamo il nostro peccato scaricando la colpa sugli altri, come

hanno fatto Adamo ed Eva. "Forse – ha proseguito - l'altro mi ha aiutato, ha facilitato la strada per farlo, ma lo, l'ho fatto io! Se noi facciamo questo, quante cose buone ci saranno, perché saremo umili!". E "con questo atteggiamento di pentimento siamo più capaci di essere misericordiosi, perché



sentiamo su di noi la misericordia di Dio", come diciamo nel Padre Nostro: "Perdona, come noi perdoniamo". Così, "se io non perdono, io sono un po' fuori gioco!". L'altro atteggiamento per essere misericordiosi – ha poi affermato il Papa – "è allargare il cuore", perché "un cuore piccolo" ed "egoista è incapace di misericordia": "Allargare il cuore! 'Ma io sono peccatore'. 'Ma guarda cosa ha fatto questo, quello.... Io ne ho fatte tante! Chi sono io per giudicarlo?'. Questa frase: 'Chi sono io per giudicare questo? Chi sono io per chiacchierare di questo? Chi sono io

per? Chi sono io che ho fatto le stesse cose o peggio?'. Il cuore allargato! E il Signore lo dice: 'Non giudicate e non sarete giudicati! Non condannate e non sarete condannati! Perdonate e sarete perdonati! Date e vi sarà dato!'. Questa generosità del cuore! E cosa vi sarà dato? Una misura buona, pigiata, colma e traboccante vi sarà versata nel grembo. È l'immagine delle persone che andavano a prendere il grano con il grembiule e allargavano il grembiule per ricevere più, più grano. Se tu hai il cuore largo, grande, tu puoi ricevere di più". Il cuore grande – ha detto Papa Francesco – "non condanna, ma perdona, dimentica" perché "Dio ha dimenticato i miei peccati; Dio ha perdonato i miei peccati. Allargare il cuore. Questo è bello! - esclama il Papa - Siate misericordiosi": "L'uomo e la donna misericordiosi hanno un cuore largo, largo: sempre scusano gli altri e pensano ai loro peccati. 'Ma hai visto cosa ha fatto questo?'. 'Ma io ne ho abbastanza con quello che ho fatto io e non mi immischio!'. Questo è il cammino della misericordia che dobbiamo chiedere. Ma se tutti noi, se tutti i popoli, le persone, le famiglie, i quartieri, avessimo questo atteggiamento, quanta pace ci sarebbe nel mondo, quanta pace nei nostri cuori! Perché la misericordia ci porta alla pace. Ricordatevi sempre: 'Chi sono io per giudicare?'. Vergognarsi e allargare il cuore. Che il Signore ci dia questa grazia".



Antonio Vivaldi - Gloria in D major, RV 589 :  
Gloria in excelsis

### Johannes Brahms (1833-1897)

Symphony No. 3 in F Major, Op. 90: I. Allegro con brio  
- Un poco sostenuto

Symphony No. 3 in F Major, Op. 90: III. Poco allegretto

Symphony No. 3 in F Major, Op. 90: IV. Allegro - Un poco sostenuto

### Gam Gam - Versione di E. Morricone

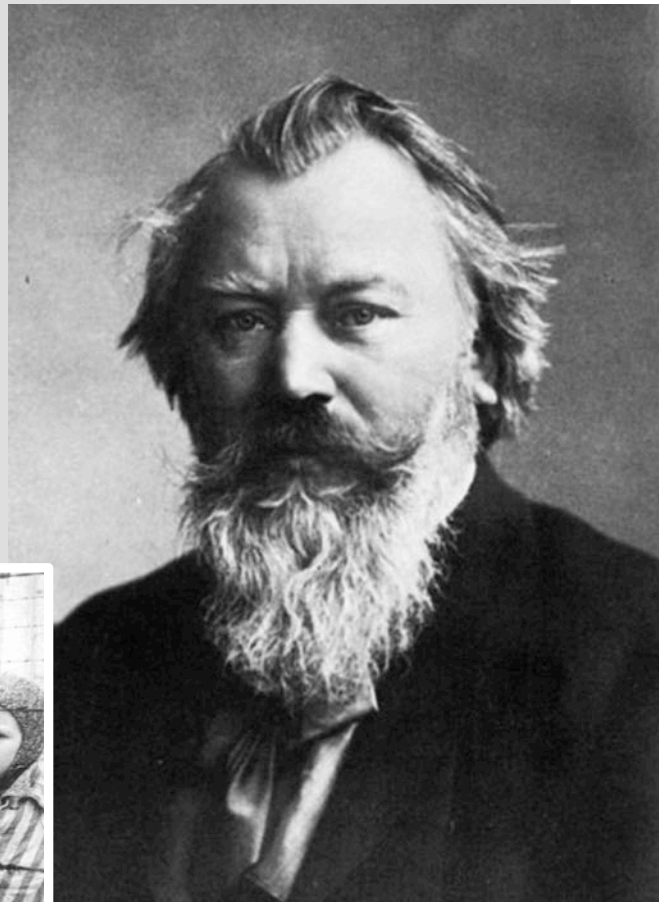
Gam Gam è il titolo di una canzone scritta da Elie Botbol che riprende il quarto versetto del testo ebraico del Salmo 23 dell'Antico Testamento. Il brano è parte della colonna sonora del film Jona che visse nella balena di Roberto Faenza. Nel film il canto viene insegnato dalla maestra a Jona e agli altri bambini nel lager



Anche se andassi  
nella valle oscura  
non temerei alcun male,  
perché Tu sei sempre con me;  
Perché Tu sei il mio bastone,  
il mio supporto,  
Con Te io mi sento tranquillo.

Dal Salmo 23

## Johannes Brahms



## Maria donna completa

Preghiera di Papa Francesco

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.