

**Esercizi spirituali al popolo
per il tempo di Quaresima**
guidati dal Centro "sul monte" – Castelplanio MARZO 2020
Volete andarvene anche voi ? (secondo giorno)

**VIVERE
LA PROVA
CON CRISTO**



INTRODUZIONE GENERALE

1. Lo Spirito spinge Gesù nel deserto. Il deserto evoca subito un luogo di distacco dalla vita ordinaria , luogo di solitudine, davanti al cielo, davanti a Dio.
2. E' quanto hanno vissuto e vivono i monaci e gli eremiti, chiamati all' "A Tu per Tu" con Dio. E' quanto possiamo vivere anche noi nei tempi dello Spirito, nei ritiri, e anche in questa breve esperienza.
3. Il deserto evoca anche il tempo della prova. E' il tempo nel quale il Popolo di Dio ha vissuto le prove della mancanza di cibo e di acqua e la tentazione di non fidarsi piu' di Dio che aveva promesso la sua guida.
4. Anche Gesù ha subito questa tentazione. Pensiamo subito all'ultima tentazione, sulla croce, quando esprime il suo sentire con il salmo 22: "Dio mio Dio mio, perché mi hai abbandonato?"
5. Nel rito del Battesimo, siamo stati chiamati alle tre rinunce , a decidere un taglio netto nei confronti del Nemico che vuole introdurre nella nostra vita il sospetto nei confronti di Dio e illuderci con i miraggi di una esistenza sganciata dalla Sapienza Divina, una fonte di Vita.
6. Disponiamoci ancora a stare qui, mente, cuore, corpo e anima. Qui a tu per tu con il Signore.

2° incontro

IL CRISTIANO VIVE LA PROVA CON CRISTO COME SUPERARE LE TENTAZIONI

1. INTRODUZIONE IN PREGHIERA

Alla tua presenza , o Signore,
vogliamo stare in santa pace.

Con Te.

Come in un deserto, nel distacco dalla vita d'ogni giorno,
vogliamo lasciarci raggiungere dal tuo silenzio.

Perché è nel silenzio che nascono le parole di saggezza. La tua Parola.

Tu sei silenzio. Come chi ama profondamente.

Non ha bisogno di tante parole.

Noi vogliamo entrare nel tuo silenzio,
per ascoltare non solo la Tua Parola, ancora viva,
ma il tuo cuore, che ama.

Ti portiamo il nostro deserto.

Deserto di malattia e sofferenza.

Deserto di fallimenti e insuccessi.

Deserto di incapacità a entrare in relazione.

Deserto di isolamento e fallimenti d'amore.

Ma anche deserto di vita quotidiana banale, mediocre.

Tu, come noi, all'interno di questi deserti, sei stato messo alla prova.

Hai subito la tentazione.

Anche noi possiamo soccombere alla paura, al dubbio,
alla disillusione, all'amarezza.

Oppure entrare dentro. Con Te.

Tu sei qui per fare questa traversata con noi.

2. Raccogliamoci dunque e invociamo lo Spirito Santo:

*Vieni, Santo Spirito, vieni, Santo Spirito,
riempi i cuori dei tuoi fedeli, accendi il fuoco del tuo amor. (bis)*

1. Ovunque sei presente, Spirito di Dio,

in tutto ciò che vive infondi la tua forza,

Tu sei Parola vera, fonte di speranza e guida al nostro cuore.

2. Sostieni in noi la fede, Spirito di Dio,

e rendi il nostro amore fermento genuino

per dare a tutto il mondo un volto sempre nuovo, più e più sincero.

3. Ascoltiamo attentamente il testo dal Vangelo secondo Matteo: le tentazioni di Gesù.

VANGELO (*Mt 4,1-11*)

+ Dal Vangelo secondo Matteo

Allora Gesù fu condotto dallo Spirito nel deserto, per essere tentato dal diavolo. Dopo aver digiunato quaranta giorni e quaranta notti, alla fine ebbe fame. Il tentatore gli si avvicinò e gli disse: «Se tu sei Figlio di Dio, di' che queste pietre diventino pane». Ma egli rispose: «Sta scritto: Non di solo pane vivrà l'uomo, ma di ogni parola che esce dalla bocca di Dio». Allora il diavolo lo portò nella città santa, lo pose sul punto più alto del tempio e gli disse: «Se tu sei Figlio di Dio, gèttati giù; sta scritto infatti: Ai suoi angeli darà ordini a tuo riguardo ed essi ti porteranno sulle loro mani perché il tuo piede non inciampi in una pietra». Gesù gli rispose: «Sta scritto anche: Non metterai alla prova il Signore Dio tuo». Di nuovo il diavolo lo portò sopra un monte altissimo e gli mostrò tutti i regni del mondo e la loro gloria e gli disse: «Tutte queste cose io ti darò se, gettandoti ai miei piedi, mi adorerai». Allora Gesù gli rispose: «Vattene, Satana! Sta scritto infatti: Il Signore, Dio tuo, adorerai: a lui solo renderai culto». Allora il diavolo lo lasciò, ed ecco, degli angeli gli si avvicinarono e lo servivano. Parola del Signore



4. Traccia per la nostra meditazione.

IL CRISTIANO VIVE LA PROVA CON CRISTO COME SUPERARE LE TENTAZIONI

L'evangelista Matteo scrive: *«In quel tempo, Gesù fu condotto dallo Spirito nel deserto, per essere tentato dal diavolo. Dopo aver digiunato quaranta giorni e quaranta notti, alla fine ebbe fame»*. Gesù non capita per caso nel deserto; è lo Spirito che ve lo conduce, così come accade a noi in ogni Quaresima: un'occasione che ci regala lo Spirito. I "quaranta giorni" ci richiamano subito al cammino fatto da Israele nel deserto, dopo l'esodo dall'Egitto. Le "quaranta notti", probabilmente, ci richiamano piuttosto alla fuga del profeta Elia, solo e minacciato di morte dalla regina Gezabele (cf. 1Re 19,1-8). Gesù rivive così le esperienze dei due più grandi profeti di Israele: Mosè ed Elia, appunto. Sappiamo che il deserto è, nella Scrittura, il luogo della tentazione per eccellenza; luogo di aridità e di sopravvivenza con il rischio concreto della morte; luogo dove si è perciò tentati di tornare indietro, in Egitto (meglio schiavi con la pancia piena che liberi con la pancia vuota!). Nel deserto, come avviene a Israele (cf. Es 17,7) ci si chiede se Dio sia ancora in mezzo a noi, oppure no. Non c'è pertanto da stupirci che in questo deserto il Signore incontri il *diabolos*, ossia il "divisore", colui che si propone di allontanare, dividere, l'uomo da Dio. Eppure il deserto è anche luogo di grazia: nell'apparente nulla del deserto il Signore viene incontro al suo popolo donandogli cibo e acqua e manifestandosi ad esso come una presenza amica e paterna.

«Il tentatore gli si avvicinò e gli disse: «Se tu sei Figlio di Dio, di' che queste pietre diventino pane». Ma egli rispose: *«Sta scritto: Non di solo pane vivrà l'uomo, ma di ogni parola che esce dalla bocca di Dio»*». La prima tentazione sembra a prima vista piuttosto banale: hai fame, sei il figlio di Dio, trasforma dunque in pane questi sassi! La tentazione è, in realtà, molto più profonda. Per comprenderla meglio è interessante rileggerla alla luce del celebre racconto di Genesi 3, nel quale ci viene narrata la radice del peccato dell'umanità. Leggiamo dunque in Gen 3,6 che la donna vide che il frutto dell'albero della conoscenza del bene e del male "era buono da

mangiare”. In entrambi i casi, per Gesù e per la donna della Genesi, si tratta perciò del desiderio di far proprie le cose materiali; di trasformare in cibo da divorare tutto ciò che ci sta davanti. La tentazione, in una parola, dell’*avere*. Il denaro, le cose materiali, tutte le realtà concrete dalle quali ciascuno di noi, in qualche misura, è dominato. Più abbiamo, più desideriamo di avere. La chiesa non è certo estranea a questa tentazione, anche solo quando si illude che il possesso di realtà materiali possa realmente risolvere i nostri problemi pastorali. A questo desiderio smodato di possesso il Signore risponde citando la Scrittura e ricordando al diavolo il celebre testo del Deuteronomio (cf. Dt 8,3); ben più del pane vale dunque la parola di Dio. Se la Parola è al cuore della vita, ogni altra realtà acquista la sua autentica dimensione. Dal desiderio di mangiare, il Signore ci fa passare al desiderio di ascoltare, di porre cioè la Scrittura al centro dell’intera nostra esperienza di vita cristiana.

Scrive Papa Benedetto XVI: trasformare in pane le pietre del deserto, sfamare l’umanità o meglio preoccuparsi anzitutto del pane per il mondo, dei suoi bisogni materiali... il resto viene dopo. E Gesù sfamerà le folle nella moltiplicazione dei pani. Ma lo fa nei confronti della gente “venuta per ascoltare la parola di Dio e (che) per farlo aveva lasciato perdere tutto il resto. E così, come persone che hanno aperto il proprio cuore a Dio e agli altri in reciprocità, possono ricevere il pane nel modo giusto... “elemento fondamentale del miracolo è (dunque) la disponibilità reciproca a condividere... Gesù non è indifferente di fronte alla fame degli uomini, ai loro bisogni materiali, ma li colloca nel giusto contesto e dà loro il giusto ordine” .

➤ *Come vivi la tua relazione con il denaro, le cose, il possesso delle sicurezze di ogni tipo?*

«Allora il diavolo lo portò nella città santa, lo pose sul punto più alto del tempio e gli disse: “Se tu sei Figlio di Dio, gèttati giù; sta

scritto infatti: Ai suoi angeli darà ordini a tuo riguardo ed essi ti porteranno sulle loro mani perché il tuo piede non inciampi in una pietra". Gesù gli rispose: «Sta scritto anche: "Non metterai alla prova il Signore Dio tuo"». Tentazione sottile, questa: anche il diavolo si mette adesso citare la Scrittura, sfidando il Signore sul suo stesso terreno, utilizzando il testo del Salmo 91, che noi forse già ben conosciamo dalla Compieta della Domenica. Buttati di sotto, dice il diavolo, che tanto gli angeli ti sosterranno e tutti vedranno chi sei. E' questa la tentazione degli occhi, del mettersi in mostra, nel far vedere appunto chi siamo. Anche la donna nel giardino dell'Eden ha avuto una tentazione simile quando ha visto che "l'albero era gradito agli occhi" (Gen 3,6). Dalla tentazione dell'*avere* a quella dell'*apparire*. Una tentazione dalla quale non siamo certo esenti: farsi pubblicità, contarsi, far vedere quanto valiamo e quanto siamo bravi, ... Gesù non ha bisogno di mettersi in mostra né di farsi pubblicità e risponde al diavolo citando il testo di Dt 6,16 ("non metterai alla prova il Signore tuo Dio"), un passo che riprende la già ricordata esperienza del dubbio di Israele su Dio, narrata in Es 17,1-7, a proposito delle acque di Meriba: "il Signore è in mezzo a noi, sì o no?".

Scrive Benedetto XVI: anche il diavolo usa la Scrittura, tanto da sembrare un fine teologo. "I peggiori libri distruttori della figura di Gesù, smantellatori della fede, sono stati intessuti con presunti risultati dell'esegesi". E' una tentazione che richiama la ribellione del popolo esule nel deserto che si chiede: "Il Signore è in mezzo a noi sì o no?" (Es 17,7). Dio viene "provato" come fosse un oggetto e noi, così facendo, ci poniamo al di sopra di Lui "perché mettiamo da parte l'intera dimensione dell'amore, dell'ascolto interiore, e riconosciamo come reale solo ciò che è sperimentabile, che ci è stato posto nelle mani.

➤ *L'ascolto docile della Parola di Dio illumina la tua vita e le tue scelte? Cerchi l'apparenza, la gloria, i primati?*

La terza tentazione: «Di nuovo il diavolo lo portò sopra un monte altissimo e gli mostrò tutti i regni del mondo e la loro gloria e

gli disse: «Tutte queste cose io ti darò se, gettandoti ai miei piedi, mi adorerai». Allora Gesù gli rispose: “Vattene, satana! Sta scritto infatti: Il Signore, Dio tuo, adorerai: a lui solo renderai culto”». Qui la tentazione diviene ancor più concreta: il potere. Nel testo di Matteo appare con una certa chiarezza che il potere è qualcosa di diabolico; è il diavolo che lo concede a chi lo adora. Ancora una volta il Signore risponde ricordando la Scrittura, qui il testo di Dt 8,13: solo di fronte a Dio l'uomo si inginocchia. La chiesa, ognuno di noi, non siamo estranei alla tentazione diabolica di trasformarci da comunità di credenti in un'istituzione tesa a difendere il suo stesso potere. Tanti attacchi alla chiesa, veri o presunti tali, sono forse segni della Provvidenza che richiamano la chiesa a una continua conversione e all'abbandono di ogni pretesa di potere mondano, sotto qualsiasi forma o maschera esso si manifesti.

Papa Benedetto XVI afferma: La terza tentazione è culmine di tutto il racconto: il diavolo gli offre il dominio del mondo, l'occasione di essere il re incontrastato "che riunisce tutta la terra in un grande regno della pace e del benessere". .. Che cosa ha portato Gesù? Non certo la pace o il benessere o un mondo migliore. "Ha portato Dio". Grazie a lui "ora conosciamo la strada che, come uomini, dobbiamo prendere in questo mondo. Gesù ha portato Dio e con Lui la verità sul nostro destino e la nostra provenienza; la fede, la speranza e l'amore. Solo la durezza del nostro cuore ci fa ritenere che ciò sia poco...I regni del mondo, che Satana poté allora mostrare al Signore, nel frattempo sono tutti crollati... Ma la gloria di Cristo, la gloria umile e disposta a soffrire, la gloria del suo amore non è tramontata e non tramonta".

➤ *Come rispondiamo alla tentazione costante di acquistare potere? La voglia di esserci a tutti i costi e di contare? Potere personale, potere comunitario, ecclesiale, economico, civile, il potere delle idee?*

E Matteo può adesso concludere: « Allora il diavolo lo lasciò, ed ecco degli angeli gli si avvicinarono e lo servivano ». Gesù ha vinto la triplice tentazione dell'avere, dell'essere, del potere: tre idoli che si trasformano in altrettante tentazioni per Gesù e per l'intera comunità cristiana. Gesù le ha vinte ancorato alla forza della Parola e alla fedeltà assoluta al primato di Dio; la Quaresima è occasione di grazia perché anche noi possiamo vincerle. Solo se aperti alla Parola, fedeli nella preghiera, capaci di condivisione con i più poveri.

5. Silenzio meditazione (musica di sottofondo)

Scrivi qui i tuoi appunti... una tua preghiera

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

6. Preghiere e risonanze

1. Salmo 55: preghiera di un uomo tradito e umiliato

Io invoco Dio e il Signore mi salva.

Di sera, al mattino, a mezzogiorno
vivo nell'ansia e sospiro, ma egli ascolta la mia voce;
in pace riscatta la mia vita da quelli che mi combattono:
sono tanti i miei avversari.

Dio ascolterà e li umilierà, egli che domina da sempre;
essi non cambiano e non temono Dio.

Ognuno ha steso la mano contro i suoi amici, violando i suoi patti.

Più untuosa del burro è la sua bocca, ma nel cuore ha la guerra;
più fluide dell'olio le sue parole, ma sono pugnali sguainati.

Affida al Signore il tuo peso ed egli ti sosterrà,
mai permetterà che il giusto vacilli.

Tu, o Dio, li sprofonderai nella fossa profonda,
questi uomini sanguinari e fraudolenti:

essi non giungeranno alla metà dei loro giorni.

Ma io, Signore, in te confido.

2. SIGNORE, MISERICORDIA ...

Signore, sono davanti a «Te» da povero, da povero tuo amico,
debole, peccatore.

Signore, io mi abbandono sempre in «Te», ti amo davvero,
ma resto debole, resto peccatore.

Signore, ti invoco in ogni momento:

la tua Parola medito giorno e notte,

ma i miei fallimenti

mi sono sempre davanti.

Signore, sei il mio pastore,

sei il mio vincastro,

sei il mio vero e unico padrone;

ma la mia forza

diventa spesso debolezza.

Signore, misericordia per il tuo povero amico.

(ERNESTO OLIVERO, *sermig, Torino*)

3. NON SO PERCHÉ

non sei ancora stanco delle mie rese,
delle mie paure
e mi lasci tremare
per farmi poi sentire che sei la sola forza,
la sola potenza.

 Mi lasci cadere
Lasci che io pianga e lotti.
Mi lasci temere di essere sola
per farti poi sentire
e farmi tremare di nuovo
perché Tu sei il Signore della vita.

 Ora, durante questa Eucaristia,
e stasera e domani in ogni uomo risanato dal tuo Mistero.

(da: IN PUNTA DI PIEDI , Ed Shalom)

7. Breve adorazione

Ora ci inginocchiamo oppure pieghiamo il capo.. Dall'ascolto, alla meditazione, alla contemplazione del mistero di Cristo che per noi ha dato tutto. La sua vittoria è trasmessa anche a noi. Come i raggi del sole, giunge al nostro cuore la sua Grazia.

Accogliamo cantando:

**Signore da chi andremo? Tu solo hai parole di vita,
e noi abbiam creduto che il Figlio di Dio sei Tu!**

3. Non Mosè vi ha dato pane vero; è il mio Padre che dà il vero pane, poiché il Pane di Dio vien dal cielo e dà la vita al mondo.
4. Io sono dal cielo disceso non per fare la mia volontà ma per fare la volontà del Padre che è dare al mondo la vita.

(breve silenzio di 5 minuti)

Invocazioni a Cristo , uomo e Dio

Signore, pietà
Cristo, pietà
Signore, pietà
Cristo ascoltaci
Cristo, esaudiscici

Padre che sei nei cieli
Figlio, redentore del mondo
Spirito Santo Paraclito
Trinità santo, unico Dio

Abbi pietà di noi

Gesù, vero Dio, figlio del Padre,
Gesù, vero uomo, nato da Maria,
Gesù, redentore del mondo,
Gesù, messia e salvatore,
Bellezza increata,
Divina sapienza,
Vita senza fine,
Sicura speranza,
Gesù, luce d'eterna luce,
Gesù, stella radiosa del mattino,
Gesù, alba dell'uomo nuovo
Gesù, giorno senza tramonto,
Gloria dei Patriarchi,
Pienezza della legge,
Compimento delle Profezie,
Autore della Nuova Alleanza,
Cristo, parola vivente del Padre,
Cristo, rivelatore del Padre,
Cristo, annunciatore della Buona Novella,
Cristo, profeta del Regno,
Divino maestro,
Sommo Sacerdote,
Re della Gloria,
Unico mediatore,
Gesù, mite ed umile,
Gesù, santo verace,
Gesù, testimone fedele,
Gesù, agnello e pastore,
Nostro fratello ed amico,
Nostra guida ed avvocato,
Nostro cammino e meta,
Nostra pace e riposo,
Signore della gloria, crocifisso,
Signore, risorto da morte,
Signore, asceso alla destra del Padre,
Signore, datore dello Spirito,
Pasqua divina,

A te la lode e la gloria

Pasqua della Nostra Alleanza,
Pasqua della Chiesa,
Pasqua eterna,
Gesù, «Dio con noi»,
Gesù, sposo della Chiesa,
Gesù, presenza ineffabile,
Gesù, gaudio perenne,
Gesù, primo ed ultimo,
Gesù, Signore della Storia,
Gesù, giudice universale,
Gesù, Vivente e Veniente,
Agnello di Dio, che togli i peccati dal mondo,
Agnello di Dio, che togli i peccati dal mondo,
Agnello di Dio, che togli i peccati dal mondo,

DAVANTI AL SIGNOREPRENDI UN IMPEGNO!
ANNOTALO

.....
.....
**RACCOGLI LA PROLA DEL SIGNORE PER TE IN QUESTA
MEDITAZIONE**

.....
.....
.....
PREGHIAMO Rendiamo grazie al Signore, nostro Dio
È veramente cosa buona e giusta, nostro dovere e fonte di salvezza,
rendere grazie sempre e in ogni luogo
a te, Signore, Padre Santo, Dio onnipotente ed eterno,
per Cristo nostro Signore.
Egli consacrò l'istituzione del tempo penitenziale
con il digiuno di quaranta giorni, e vincendo le insidie dell'antico
tentatore ci insegnò a dominare le seduzioni del peccato,
perché celebrando con spirito rinnovato il mistero pasquale
possiamo giungere alla Pasqua eterna.
E noi, uniti agli angeli e ai santi, cantiamo senza fine la tua gloria

**Ci hai redenti, o Signore col tuo Sangue,
hai fatto di noi il Regno per il nostro Dio !**
Glorifichiamo il Signore con la nostro vita. Andiamo in pace!