



MASCI Liguria - GIORNATA DELLO SPIRITO
19/03/2023 – Santuario di Montallegro



CHE SENSO HAI?



Nel nome del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo. Amen.

CANTO: LAUDATO SII O MI' SIGNORE

Laudato sii o mi' Signore. (4 volte)

1. E per tutte le tue creature,
per il sole e per la luna,
per le stelle e per il vento,
e per l'acqua e per il fuoco. **RIT.**
2. Per sorella madre terra
ci alimenta e ci sostiene,
per i frutti, i fiori e l'erba,
per i monti e per il mare. **RIT.**
3. Perché il senso della vita
è cantare e lodarti,
e perché la nostra vita
sia sempre una canzone. **RIT.**

PREGHIAMO INSIEME:

Onnipotente, santissimo, altissimo e sommo Iddio, ogni bene, sommo bene, tutto il bene, che solo sei buono, fa che noi ti rendiamo ogni lode, ogni gloria, ogni grazia, ogni onore, ogni benedizione e tutti i beni. Amen. (S. FRANCESCO)

Ci mettiamo in cammino alla scoperta del creato attorno a noi e lo facciamo penetrare nel profondo di noi stessi. Il Signore ci mette in relazione con tutto ciò che è intorno a noi: il fratello, il creato, la società, il mondo perché non rimanga "altro" da noi ma entri profondamente in noi per essere esperienza di Lui, del suo parlarci, del suo donarsi. E lo fa attraverso i 5 sensi: canali che collegano il "fuori" con il "dentro", strumenti di relazione, gli stessi che Lui, facendosi uomo, ha scelto e amato per essere il "Dio-con-noi". Il Signore è al nostro fianco, cammina con noi, **con me**, come con i discepoli di Emmaus, è risorto e parla al nostro cuore, **al mio** cuore.

I 5 SENSI - I TAPPA: L'UDITO

Dal Vangelo secondo Giovanni

Le mie pecore **ascoltano** la mia voce e io le **conosco** ed esse mi seguono. Io do loro la vita eterna e non andranno perdute in eterno e nessuno le strapperà dalla mia mano. Il Padre mio che me le ha date è più grande di tutti e nessuno può strapparle dalla mano del Padre. Io e il Padre siamo una cosa sola.

*"Il Signore bussa alla porta del nostro cuore: proviamo a vedere se siamo realmente disponibili ad aprire o se il nostro cuore è **sordo** alla sua presenza, è pieno di tante altre cose, non c'è spazio e tempo per lui" (Papa Benedetto XVI)*

PREGHIAMO INSIEME:

"Ti prego o Padre buono, disponi il mio cuore all'ascolto della tua Parola!

Aiutami a riceverla e ad adagiarla nel mio cuore!

Aiutami a coltivarla e a farla germogliare!

Rendimi terreno fertile e ricco di buoni frutti! AMEN"

ATTIVITA':

mi fermo in silenzio!

Cosa è questo silenzio per me? È vuoto da riempire? È fatica? Riesco a fermare i pensieri?

Provo ad ascoltare: il battito del mio cuore, i suoni della natura, i rumori stonati che sembrano rovinare la mia pace, ma che può diventare allenamento per entrare in me stesso. Continuo questo esercizio riprendendo il cammino fino alla prossima tappa, memorizzo più suoni possibili, ascolto le mie emozioni, i miei pensieri e provo a sentire in tutto la voce di Gesù che mi parla.

II TAPPA: IL TATTO

Noi usiamo questo senso tantissimo, tutto tocchiamo con le mani, lavoriamo con le mani, facciamo di tutto. A volte però tocchiamo superficialmente senza percepire in profondità il tipo di materiale dell'oggetto, la consistenza, le proprietà ecc... Con le mani accarezzo le persone che amo e riconosco la pelle, con le mani sento il tremore di una persona che aiuto, che sostengo; con le mani avverto il freddo o il caldo, asciugo una lacrima o mi congratulo per una gioia.

ATTIVITA': proviamo a lasciarci stupire da quello che le nostre mani sentono: accarezziamoci il viso, stringiamo la mano

di una persona cara o un amico, prendiamo un oggetto e passiamolo tra le mani provando a "vederlo" con il tatto, immaginiamolo, ascoltiamo...

MA C'E' UN ALTRO TIPO DI TATTO

Dal Vangelo secondo Luca

Mentre *Gesù* vi si recava, le folle gli si accalcavano attorno. E una donna, che aveva perdite di sangue da dodici anni, la quale, pur avendo speso tutti i suoi beni per i medici, non aveva potuto essere guarita da nessuno, gli si avvicinò da dietro, gli **toccò** il lembo del mantello e immediatamente l'emorragia si arrestò.

Gesù disse: "**Chi mi ha toccato?**". Tutti negavano. Pietro allora disse: "Maestro, la folla ti stringe da ogni parte e ti schiaccia". Ma *Gesù* disse: "Qualcuno mi ha toccato. Ho sentito che una forza è uscita da me". Allora la donna, vedendo che non poteva rimanere nascosta, tremante, venne e si gettò ai suoi piedi e dichiarò davanti a tutto il popolo per quale motivo l'aveva toccato e come era stata guarita all'istante. Egli le disse: "Figlia, la tua fede ti ha salvata. Va in pace!".

Questa donna ha fatto l'esperienza di toccare il lembo del mantello di *Gesù* e di essere guarita da un male che si portava avanti da anni.

PER RIFLETTERE

Ho mai pensato che Dio si potesse toccare? Quanto concreta è la mia fede? Quando tocco Dio? Oggi farò la comunione: ho tra le mani

il Dio/uomo; come l'emorroissa chiedo al Signore di essere guarito da quel male che mi appesantisce il cuore.

III TAPPA: IL GUSTO

Ripetiamo insieme il ritornello: **GUSTATE E VEDETE
COME E' BUONO IL SIGNORE**

Benedirò il Signore in ogni tempo,
sulla mia bocca sempre la sua lode.
Io mi glorio nel Signore:
i poveri ascoltino e si rallegriano. **RIT.**

Magnificate con me il Signore,
esaltiamo insieme il suo nome.
Ho cercato il Signore: mi ha risposto
E da ogni mia paura mi ha liberato. **RIT.**

Guardate a Lui e sarete raggianti,
i vostri volti non dovranno arrossire.
Questo povero grida e il Signore lo ascolta,
lo salva da tutte le sue angosce. **RIT.**

L'angelo del Signore si accampa
attorno a quelli che lo temono e li libera.
Gustate e vedete com'è buono il Signore;
beato l'uomo che in lui si rifugia. **RIT.**

GUSTARE DIO

In una delle poesie più belle della Bibbia, il Salmista, avendo fatto esperienza profonda della prossimità di Dio in un momento di grande angoscia, così si esprime: "L'angelo del Signore si accampa attorno a quelli che lo temono e li salva. Gustate e vedete quanto è buono il Signore" (Sal 34,9).

Questa esperienza di protezione è così profonda che il poeta sente il bisogno di gridarla ai quattro venti invitando il lettore a fare la stessa esperienza: "Gustate e vedete quanto è buono il Signore". "**Gustate**": come si gusta il cibo in bocca, come si assapora il gelato con il palato. E una volta che avete gustato avrete accesso al vedere, a quel vedere che dischiude la fonte del sapere. Conoscere qualche cosa è gustarne il sapore. Conoscere Dio per la Bibbia significa gustarlo.

ATTIVITA': mentre viene riletto il Salmo cerco di gustare la Parola di Dio, fermarmi sul versetto che mi colpisce. Sappiamo che la Parola di Dio è dolce al palato e concretamente ci verrà dato di gustare una cosa dolce.

E anche noi siamo chiamati ad essere "gusto" per il mondo, dare sapore, il sapore di Dio.

IV TAPPA: L'OLFATTO

Dal Vangelo secondo Giovanni

Sei giorni prima della Pasqua, Gesù andò a Betania, dove si trovava Lazzaro, che egli aveva risuscitato dai morti. E qui fecero per lui una cena: Marta serviva e Lazzaro era uno dei commensali. Maria allora prese trecento grammi di profumo di

puro nardo, assai prezioso, ne cospargesse i piedi di Gesù, poi li asciugò con i suoi capelli, e tutta la casa si riempì **dell'aroma di quel profumo**.

Preghiamo insieme

*Gesù aiutaci a diffondere il tuo profumo ovunque andiamo;
inondaci del tuo spirito e della tua vita;
prendi possesso del nostro essere pienamente,
perché tutta la nostra vita sia un'irradiazione della tua;
e chiunque ci avvicini senta in noi la tua presenza*

Quanti profumi soavi sentiamo nella vita di ogni giorno. Ci sono profumi che ci danno fastidio, non ci piacciono e altri che corrispondono ai nostri gusti. Qui immersi nella natura possiamo sentirne tanti, usiamo il nostro naso con attenzione per distinguerli tutti. Ma c'è un profumo più profondo, come abbiamo anche ascoltato nel brano di Giovanni dell'unzione a Betania: Maria cosparge i piedi di Gesù con un preziosissimo profumo di puro nardo e li asciuga con i propri capelli. Siamo chiamati a donare a Gesù, come ringraziamento, il profumo della nostra vita, della nostra preghiera. Un salmo dice: "Come profumo soave salga a te la mia preghiera". Il mio essere preghiera spande fragranza e tutti coloro che ci circondano sentono questo profumo; un profumo che diventa contagioso.

ATTIVITA': viene consegnato a ciascuno un grano di incenso (che si userà nella messa all'offertorio) mentre si consegna l'incenso si può dire una frase tipo "spandi il profumo della tua preghiera e assapora quella dei tuoi fratelli, questa è Chiesa".

e un cordino da farci 10 nodi e si prosegue la tappa pregando in silenzio.

V TAPPA: LA VISTA

CANTO: E SONO SOLO UN UOMO

Io lo so Signore, che vengo da lontano
prima nel pensiero e poi nella Tua mano;
io mi rendo conto che tu sei la mia vita
e non mi sembra vero che tu esista così:
**Padre d'ogni uomo e non ti ho visto mai,
spirito di vita e nacqui da una donna,
figlio mio fratello e sono solo un uomo
eppure io capisco che Tu sei Verità!
E imparerò a guardare tutto il mondo
con gli occhi trasparenti di un bambino
e insegnerò a chiamarti Padre Nostro
ad ogni figlio che diventa uomo.**

Io lo so Signore che tu mi sei vicino
Luce alla mia mente, guida al mio cammino,
mano che sorregge, **sguardo** che perdona,
e non mi sembra vero che Tu esista così:
dove nasce amore Tu sei la sorgente,
dove c'è una croce Tu sei la speranza,
dove il tempo ha fine Tu sei vita eterna:
e so che posso sempre contare su di Te!
E accoglierò la vita come un dono

e avrò il coraggio di morire anch'io.
E incontro a te verrò col mio fratello
che non si sente amato da nessuno.

ACCOGLIERE LA LUCE DI CRISTO

Dal Vangelo secondo Giovanni

Passando, vide un uomo cieco dalla nascita e i suoi discepoli lo interrogarono: "Rabbì, chi ha peccato, lui o i suoi genitori, perché sia nato cieco?" rispose Gesù: "né lui ha peccato né i suoi genitori, ma è perché in lui siano manifestate le opere di colui che mi ha mandato finché è giorno; poi viene la notte, quando nessuno può agire. Finché io sono nel mondo, **sono la luce del mondo**". Detto questo, sputò per terra, fece del fango con la saliva, spalmò il fango sugli occhi del cieco e gli disse: "Va' a lavarti nella piscina di Siloe" che significa Inviato. Quegli andò, si lavò e tornò che **ci vedeva**.

In questo Vangelo, Gesù, salvatore, si manifesta quale luce del mondo e lo attesta in un certo modo rendendo la vista al cieco nato. Questa luce è quella dell'Agnello dell'Apocalisse.

Sentiamo la testimonianza di S. Elisabetta della Trinità. Lei scrive: *"Anzitutto San Giovanni mi dice che non vi sono luci nella città perché la chiarezza di Dio l'ha illuminata e l'Agnello ne è la fiaccola. Se voglio che la mia città interiore abbia qualche conformità e rassomiglianza con quella del Re dei secoli immortale e riceva la grande illuminazione di Dio, bisogna che spenga ogni altra luce e l'Agnello sia la sua sola fiaccola come nella città santa. Ecco la fede che mi illumina. Essa sola deve rischiarare il mio cammino incontro allo Sposo.*

Egli vuole che la sposa sia luminosa della sua luce avendo la chiarezza di Dio".

ATTIVITA': Chiudiamo qualche istante gli occhi stando nel buio (possiamo usare anche il fazzolettone per 'bendarci'). Proviamo a fidarci della persona a cui saremo abbinati e riprendiamo il cammino lasciandoci guidare. Poi alterniamoci e guidiamo l'altro a nostra volta. Ora guardiamo attentamente chi ci ha guidato, proviamo a cogliere quello che i suoi occhi ci stanno dicendo, tutta la sua vita raccontata in uno sguardo che si incrocia con il mio.

Ogni coppia ha ora del tempo a disposizione per continuare a riflettere e condividere le proprie riflessioni. Potrà scrivere poi una parola che ritiene significativa sul foglietto colorato ricevuto.

Insieme, dopo esserci guardati e aver condiviso, andiamo ad accendere al cero pasquale la nostra candela: **Gesù è la luce che ci apre gli occhi e ci fa vedere noi, i fratelli, il creato come dono.** La luce è il dono del Risorto che chiediamo per ciascuno perché continui a illuminare i passi sulla strada della nostra vita. Continuiamo il cammino ad occhi aperti, a due a due, usando il senso della vista per osservare attentamente tutto quello che ci circonda. Che grande dono è poter vedere!!!

Invocazione finale

Al termine di questo cammino prendiamo consapevolezza che il dono dei 5 sensi, più o meno sviluppati, è il canale di relazione,

per questo siamo in relazione continua. Per noi cristiani la parola che maggiormente esprime la relazione che siamo chiamati a instaurare con tutto ciò che ci circonda è la "cura": cura nella relazione con il fratello, con la natura, nella società, nella Chiesa, nella comunità Masci.

Questo per noi è dono che riceviamo ma è anche responsabilità che ci interpella. **Chiediamo al Signore di essere uomini e donne di relazione, che con responsabilità si prendono cura di ciò che il Signore ci affida.**

Preghiamo con i nativi americani:

Invochiamo la terra, che è la nostra casa, con le sue meravigliose profondità e le svettanti altitudini, la sua vitalità e abbondanza di vita, e insieme chiediamo:

insegnaci e mostraci il cammino

Invochiamo le montagne, le cascate e gli olimpi, le alte vallate verdi e le praterie pieni di fiori, le nevi che non si sciolgono mai, le vette del profondo silenzio, e chiediamo:

insegnateci e mostrateci il cammino

Invochiamo le acque che solcano la terra, da orizzonte a orizzonte, che confluiscono nei fiumi e nei ruscelli, che cadono sui nostri campi e giardini, e chiediamo:

insegnateci e mostrateci il cammino

Invochiamo la terra che ci offre nutrimento, il suolo che nutre, i campi fertili, i giardini e gli orti abbondanti, e chiediamo:

insegnateci e mostrateci il cammino

(da una preghiera dei nativi americani Chinook)