

“Pregate per non entrare in tentazione”: la fragilità e la lotta

Animatore: *Facendo il segno di croce, toccando la fronte consacriamo al Padre i pensieri, toccando il petto consacriamo al Figlio il cuore, toccando le spalle consacriamo allo Spirito le azioni.*

Canto iniziale:

Dalla “Lumen Fidei” di Papa Francesco

“La storia di Israele ci mostra la tentazione dell’incredulità in cui il popolo più volte è caduto. L’opposto della fede appare qui come idolatria. Mentre Mosè parla con Dio sul Sinai, il popolo non sopporta il mistero del volto divino nascosto, non sopporta il tempo dell’attesa. La fede per sua natura chiede di rinunciare al possesso immediato che la visione sembra offrire, è un invito ad aprirsi verso la fonte della luce, rispettando il mistero proprio di un Volto che intende rivelarsi in modo personale e a tempo opportuno. Invece della fede in Dio si preferisce adorare l’idolo. Davanti all’idolo non si rischia la possibilità di una chiamata che faccia uscire dalle proprie sicurezze, perché gli idoli « hanno bocca e non parlano » (Sal 115,5). Capiamo allora che l’idolo è un pretesto per porre se stessi al centro della realtà, nell’adorazione dell’opera delle proprie mani. L’uomo, perso l’orientamento fondamentale che dà unità alla sua esistenza, si disperde nella molteplicità dei suoi desideri; negandosi ad attendere il tempo della promessa, si disintegra nei mille istanti della sua storia. Per questo l’idolatria è sempre politeismo, movimento senza meta da un signore all’altro. L’idolatria non offre un cammino, ma una molteplicità di sentieri, che non conducono a una meta certa e configurano piuttosto un labirinto. Chi non vuole affidarsi a Dio deve ascoltare le voci dei tanti idoli che gli gridano: "Affidati a me!". La fede in quanto legata alla conversione, è l’opposto dell’idolatria; è separazione dagli idoli per tornare al Dio vivente, mediante un incontro personale. Credere significa affidarsi a un amore misericordioso che sempre accoglie e perdona, che sostiene e orienta l’esistenza”.

Animatore: *dedichiamo il primo quarto d’ora allo Spirito Santo. Concentriamoci sulla presenza dello Spirito in noi*

Invocazione dello Spirito

Rit. cantato: *Vieni Spirito santo, vieni spirito santo, vento che porti la libertà, soffio che dai la vita, fuoco che illumini di carità*

*Spirito Santo, Spirito di sapienza, di scienza, di intelletto, di consiglio,
riempici, ti preghiamo, della conoscenza della volontà del Padre.(RIT.)*

*Apri il nostro cuore alla consolazione del tuo dono,
perché possiamo conoscere il mistero preparato dai secoli eterni.(RIT.)*

*Rendi il nostro cuore sensibile alle vie di Dio,
ai suoi modi di manifestarsi nella nostra storia.*

Aiutaci a camminare nella sua verità, per poter incontrare il suo mistero.(RIT.)

Animatore: *Continuiamo ad invocare lo Spirito in silenzio. Concentriamoci sulla sua presenza in noi. Invochiamolo su di noi e su chi ci è seduto accanto. Ripetiamo più volte mentalmente: “Vieni, Spirito creatore!”.*

Dopo un minuto circa di silenzio, l’animatore dice: La Quaresima è un periodo in cui, per meglio attendere e per meglio accogliere, bisogna farsi poveri e umili, per riorientare il proprio cuore. Allora anche noi ci

interrogiamo sulle nostre mancanze, interroghiamo lo stesso Spirito Santo. Presentiamogli tutti insieme la nostra preghiera:

O Signore, forse il desiderio di Te è troppo debole e confuso tra tanti altri.
Ho troppa fretta quando mi incontro con Te; mi sento schiavo dentro le cose.
Il guardare dentro il tuo mistero mi è difficile, abituato come sono a rimanere alla superficie di tutto.
Il fermarmi con te mi dà l'impressione di perdere tempo, perché avverto le voci di scelte che premono e urgono.
Eppure, Signore, sono qui davanti a Te, ho accettato di stare con Te.
Aiutami a liberarmi dalla frenesia del fare, dalla fantasia che invade anche il silenzio, per entrare in comunicazione con Te.
Donami il tuo Spirito, perché preghi in me e con me, perché purifichi il desiderio di Te, lo renda forte, efficace, per avvertire la tua presenza, per accogliere la novità della Parola.
Fa', o Signore, che l'incontro con Te generi una capacità vera di parlare agli altri di Te.

Un canto a scelta: ...

Animatore: *il secondo spazio della nostra preghiera lo dedichiamo al Figlio, soprattutto con la preghiera di ascolto. Proviamo a leggere come se Gesù ci parlasse personalmente.*

Gen 32,23-29

Durante quella notte egli si alzò, prese le due mogli, le due schiave, i suoi undici bambini e passò il guado dello Iabbok. Giacobbe rimase solo e un uomo lottò con lui fino allo spuntare dell'aurora. Vedendo che non riusciva a vincerlo, lo colpì all'articolazione del femore e l'articolazione del femore di Giacobbe si slogò, mentre continuava a lottare con lui. Quello disse: "Lasciami andare, perché è spuntata l'aurora". Giacobbe rispose: "Non ti lascerò, se non mi avrai benedetto!". Gli domandò: "Come ti chiami?". Rispose: "Giacobbe". Riprese: "Non ti chiamerai più Giacobbe, ma Israele, perché hai combattuto con Dio e con gli uomini e hai vinto!".

Sal 13

Fino a quando, Signore, continuerai a dimenticarmi?
Fino a quando mi nasconderai il tuo volto?

Fino a quando nell'anima mia addenserò pensieri,
tristezza nel mio cuore tutto il giorno?
Fino a quando su di me prevarrà il mio nemico?

Guarda, rispondimi, Signore, mio Dio,
conserva la luce ai miei occhi,
perché non mi sorprenda il sonno della morte,

perché il mio nemico non dica: "L'ho vinto!"
e non esultino i miei avversari se io vacillo.

Ma io nella tua fedeltà ho confidato;
esulterà il mio cuore nella tua salvezza,
canterò al Signore, che mi ha beneficato.

Gloria al Padre...

Canto al Vangelo

Il Signore è la luce che vince la notte - *Gloria gloria, cantiamo al Signore (2 v.)*

Il Signore è la vita che vince la morte - *Gloria gloria, cantiamo al Signore (2 v.)*

Lc 22,39-46

Uscì e andò, come al solito, al monte degli Ulivi; anche i discepoli lo seguirono. Giunto sul luogo, disse loro: "Pregate, per non entrare in tentazione". Poi si allontanò da loro circa un tiro di sasso, cadde in ginocchio e pregava dicendo: "Padre, se vuoi, allontana da me questo calice! Tuttavia non sia fatta la mia, ma la tua volontà". Gli apparve allora un angelo dal cielo per confortarlo. Entrato nella lotta, pregava più intensamente, e il suo sudore diventò come gocce di sangue che cadono a terra. Poi, rialzatosi dalla preghiera, andò dai discepoli e li trovò che dormivano per la tristezza. E disse loro: "Perché dormite? Alzatevi e pregate, per non entrare in tentazione".

Riflessione

Sempre attuale è la nostra presenza nell'orto degli ulivi. E sempre pertinente è la l'implorazione che Gesù ci rivolge: "Pregate per non entrare in tentazione", per non cadere in essa.

Giunti al termine di ogni nostra giornata, quando tornano il silenzio e la solitudine, possono tornare anche sentimenti ansiosi; torna l'angoscia, ma tornano anche la stanchezza e il desiderio di dormire. La stanchezza della giornata faticosa è l'argomento che più facilmente evochiamo per eludere il compito della preghiera.

Ma c'è un altro tipo di stanchezza: è l'incapacità di stare davanti a Dio, perché ci viene da misurare la nostra distanza da Lui. Tale distanza è ciò che più ci scoraggia. Però, come Gesù stesso prega ancora più intensamente, anche noi non dobbiamo trasformare tristezza e distanza in motivi per dormire, ma in più risoluta e tenace vigilanza, per non cadere in tentazione. Infatti con il termine tentazione non si intende qui la spinta a fare il male, ma qualcosa di molto più sottile, drammatico e pericoloso: la tentazione di fuggire dalle proprie responsabilità, la paura di decidersi, la paura di guardare in faccia una realtà che esige una decisione personale, la paura ad affrontare i problemi della vita. Quando invece viene l'ora cruciale, l'ora in cui bisogna decidere, perché le cose intorno a noi non vanno come vorremmo per conto loro, è un'ora che i discepoli non sanno sopportare. Luca dice che si lasciano prendere dalla tristezza, quasi come una scusante, preoccupato di sollevare i discepoli dal giudizio facile dei cristiani della tradizione successiva. Ma in un certo senso ha ragione: sappiamo sempre trovare nella tristezza o nell'autocommiserazione un decoroso motivo per desistere, per abbandonare la lotta. Quando la tristezza e l'angoscia diventano troppo grandi, insopportabili, l'uomo dorme, cioè cerca di sfilarsi dalla vita, di fuggire; chiude gli occhi per far finta di non vedere. E' la tentazione della pigrizia, della paura di buttarsi, per rispondere a ciò a cui Dio o il mondo ci chiamano a compiere, anche in situazione di grande incomprensione e sofferenza.

La lotta che dovremmo combattere è invece come quella di Giacobbe per strappare una benedizione all'angelo; come quella stessa di Gesù nell'orto: è la lotta della fede e della preghiera, la sola che è capace di affrontare l'angoscia e la morte da davanti, senza tentare di fuggire in un improbabile sonno. La preghiera è guardare in faccia la paura, la responsabilità. La vera preghiera è audace.

Il giardino è luogo di tenebra, attraverso il quale non si passa da soli, ma con il Signore, che sa prendere su di sé il peso del nostro sonno. Gesù esce nel luogo di tenebra per andare incontro al Padre; per aprirci una via. Il suo amore ci precede, la sua preghiera ci sostiene, anche nel sonno, non per esonerarci dal cammino, ma perché quel cammino sia aperto e praticabile. Dio è vicino anche quando dormiamo, è fedele anche quando la nostra fede è intermittente.

Dobbiamo imparare a vegliare per non rassegnarci alla tristezza e non lasciarci prendere dalla stanchezza; vegliare per trasformare la nostra tristezza in lotta, magari in pentimento e in domanda di perdono. Vegliare e pregare nel momento della prova vuol dire sì lasciare emergere l'angoscia, come ha fatto Gesù, che ha detto; "Allontana da me questo calice"; ma significa anche dire: "Sia fatta la tua volontà", cioè disporci alla lotta coraggiosa, vincere ciò che ci paralizza ed essere disponibili a compiere ciò a cui siamo chiamati.

Silenzio.

Animatore: *durante il silenzio proviamo a rileggere le letture come se il Figlio ci parlasse personalmente. E interrogiamoci: “Gesù, che cosa vuoi da me?”; “Quali sono i primi passi che debbo fare?”; “Che cosa in me va disapprovato?”.*

Un canto a scelta: ...

Animatore: *dedichiamo il terzo spazio al Padre.*

Intenzioni di preghiera spontanee.

Animatore: *Rivolgiamo la nostra preghiera al Padre. Mettiamo in preghiera i nostri pensieri e i desideri del nostro cuore. Ad ogni invocazione rispondiamo: “Padre, sia fatta la tua volontà”.*

Silenzio prolungato guidato.

- **Animatore:** *ora stiamo in silenzio davanti a Dio Padre. Possiamo pronunciare mentalmente le parole: “Abbà, Padre”, magari ritmandole con un respiro calmo e lento.*
- **Animatore:** *continuando a mantenere la concentrazione, ripetiamo mentalmente: “Non ciò che voglio io, ma ciò che vuoi tu”. Oppure: “Padre, formami all’amore e al pentimento sincero”.*
- **Animatore:** *Ora proviamo a pensare all’amore che il Padre ha per noi. Concentriamoci. Stiamo alla sua presenza e amiamo. Ripetiamo mentalmente: “Padre mio, mio tutto!”.*
- **Animatore:** *ora prendiamo qualche decisione pratica e offriamola al Padre come atto di amore concreto.*

Preghiamo insieme

Padre mio, io mi abbandono a Te,
fa' di me ciò che ti piace.
Qualunque cosa tu faccia di me,
ti ringrazio.
Sono pronto a tutto, accetto tutto,
purché la tua volontà
si compia in me
e in tutte le tue creature.
Non desidero niente altro, Dio mio;
rimetto l'anima mia nelle tue mani
te la dono, Dio mio,
con tutto l'amore del mio cuore,
perché ti amo.
Ed è per me un'esigenza d'amore
il darmi,
il rimettermi nelle tue mani,
senza misura,
con una confidenza infinita,
poiché Tu sei il Padre mio.
(Charles De Foucauld)

Padre Nostro

Canto finale: ...