

**SEMINARIO
PER
L'EFFUSIONE DELLO SPIRITO SANTO**

Quarto incontro
10/02/2007

**SE ASPETTI IL VENTO FAVOREVOLE, NON SEMINI PIÙ
(Qoelet 11, 4)
Catechesi tenuta da Rosalba**

INTRODUZIONE

Ci mettiamo alla Presenza del Signore nel Nome del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo. Amen.

Vogliamo alzare queste mani, perché le nostre mani sono piene di benedizioni. Signore, riempi queste mani della tua gioia, della tua pace, della tua guarigione, della tua liberazione, affinché qualsiasi fratello, che sarà toccato da queste mani, sia guarito, liberato, più libero di lodarti, benedirti, ringraziarti. *(Alessio)*



Signore, come Angeli, vogliamo cantare le tue lodi. A te, Signore, che dimori nelle lodi, rendiamo grazie per questo cammino, che ci sta portando a conoscerti meglio, ma soprattutto ad accoglierti meglio nel nostro cuore, come Signore della nostra vita. Amen! *(Alessio)*



Lode! Amen! Alleluia! Gesù è il Signore! Alleluia! Amen! Vive Gesù, è il Signore! Tutti diciamo che Gesù è il Signore, ma mi è venuto in mente che, questa mattina, parlando con una persona, sottolineava che usava lo stesso atteggiamento che un'altra persona aveva nei suoi confronti. Il Signore di questa persona, quindi, non è Gesù, ma l'altra persona.

Gesù, però ha detto: *“Amatevi così come io ho amato voi.”* Gesù è il Signore della nostra vita. Se Gesù è il Signore, noi dobbiamo comportarci come Lui si è comportato. Se, invece “il signore” per noi sono le persone, dobbiamo comportarci come loro, perché diventano il nostro metro di paragone: ci hanno ferito e ci hanno intrappolato e ingabbiato con le loro malefatte.

Ad ogni azione, c'è una reazione. Quale reazione abbiamo noi? La nostra reazione deve essere quella di Gesù: un Amore fino alla fine, diceva Padre Tardif. Signore, vogliamo cantare che tu sei il nostro Signore. Amen!

“GESÙ È IL SIGNOR!”



Signore, dato che tu sei il nostro Signore, vogliamo invocare lo Spirito, quello Spirito che è tuo e che ci permette di amare fino alla fine. Prima di invocare lo Spirito, è nel Nome di Gesù, Padre, che noi leghiamo ai piedi della Presenza Eucaristica di Gesù, ai piedi della Croce, qualsiasi spirito che non riconosce la tua Signoria, qualsiasi spirito di infermità, di angoscia, di morte, di depressione, qualsiasi spirito, che tormenta la nostra vita, la nostra famiglia, la nostra comunità; li leghiamo qui, ai piedi della tua Presenza, perché tu possa disporne secondo la tua volontà e su tutti noi, popolo della lode, popolo profetico, regale, sacerdotale, Padre, effondi lo Spirito Santo, quello Spirito che Gesù, sulla Croce, ha effuso su di noi, facendoci popolo nuovo, popolo di tua conquista, popolo redento, liberato, perché noi vogliamo soltanto Gesù, come Signore, e vogliamo entrare in questo Amore, che è più forte e più grande di qualsiasi ferita che il mondo può darci.

Vieni, Spirito Santo, nel Nome di Gesù! (*P. Giuseppe*)



Signore, ti ringrazio, perché oggi vieni a togliere il nostro cuore di pietra e lo cambi con un cuore di carne. Lode a te! (*Mariangela*)



Confermo questa parola, perché sentivo: - Sono il Dio, che fa nuove tutte le cose.-
Grazie, Signore! (*Daniela*)



“*Gli risposero: -Non abbiamo che cinque pani e due pesci!-*

Ed egli rispose: -Portatemeli qua.- E, dopo aver ordinato alla folla di sedersi sull'erba, prese i cinque pani e i due pesci e, alzati gli occhi al cielo, pronunciò la benedizione, spezzò i pani e li diede ai discepoli e i discepoli li distribuirono alla folla. Tutti mangiarono e furono saziati; e portarono via dodici ceste piene di pezzi avanzati.” (**Matteo 14, 17-20**) Grazie, Signore! (*Patrizia*)



Mettiti nel mezzo, perché io voglio stendere la mia mano sopra di te, sopra la tua inadeguatezza. Vengo a rompere quel guscio che ti stringe, che ti opprime fin dalla tua tenera età, perché, liberato, tu possa vivere una vita nuova, tu possa vivere la pienezza della vita, che io ti ho dato. Grazie, Gesù! (*Paola*)



“*Ti tratteranno con odio e si impadroniranno di tutti i tuoi beni, lasciandoti nuda e scoperta; sarà svelata la turpitudine delle tue scelleratezze, la tua libidine e la tua disonestà. Così sarai trattata, perché tu mi hai tradito con le genti, perché ti sei contaminata con i loro idoli.*” (**Ezechiele 23, 29-30**) (*Cristina*)



Io ho avuto un'immagine di grande tenerezza; una chioccia, che teneva accanto i suoi pulcini e l'invito a sentirci uno di questi, a sentirci accolti, a sentirci al nostro posto, oggi qui, a sentire tutta la tenerezza che il Signore vuole donarci. (*Francesca*)



Io ho avuto l'immagine di un bastimento. Noi ci entravamo tutti, ma mi sono meravigliato, perché non c'erano né vele, né motore, né timone. Mi sono chiesto come potesse navigare e la voce dello Spirito mi diceva: - Se voi vi fidate di me, entrate in questa barca, perché lo spirito di ciascuno di voi possa raccogliersi con il mio Spirito, il quale possa guidarvi a vedere le cose meravigliose, che ho preparato per ciascuno di voi.- Grazie, Signore! (*Franco*)



Credo di poter confermare la prima Parola, perché sentivo Gesù che diceva: - Io non voglio che il tuo operato sia fatto in base alle approvazioni esterne. Voglio che tu creda che sono in te e opero in te, voglio che tu creda in te stesso, in te stessa, indipendentemente dalle risposte che ricevi.- Grazie, Signore! (*Lilly*)



Ti ringraziamo, Signore Gesù, ti lodiamo, ti benediciamo. Tutte queste Parole parlano di povertà, di piccolezza, di bisogno. Signore, in tutte queste Parole, la chiave è quella di Ezechiele che dice: *“I tuoi nemici ti hanno spogliata e ti hanno lasciata nuda.”* Signore, i nemici ci spogliano, ci percuotono. L'uomo, che scendeva da Gerusalemme a Gerico, è incappato nei briganti, che l'hanno percosso. Chi ha ascoltato la prima lettura della Messa di questa mattina, ha sentito il passo della Genesi, dove, a causa del nemico, si diventa nudi. Tu, Signore, il Padre, come un sarto, hai fatto tuniche di pelli e hai rivestito l'uomo e la donna. Signore, è quello che vogliamo fare in questo Seminario: riappropriarci di questa tunica battesimale.

Signore, la povertà, la nudità, la debolezza vengono coperte da queste tuniche, che sono rappresentate dai doni, dai carismi, con i quali noi andiamo e diventiamo ricchi, signori.

Signore, anche questa mattina, si parlava di questo pane, moltiplicato per i 4.000: Nord, Sud, Est, Ovest, cioè tutto il mondo. Se tu, Signore, con i 12 hai evangelizzato il mondo, quanto più potrai fare con noi, che siamo più di dodici.

Signore, vogliamo riappropriarci dei nostri doni, dei nostri carismi e fare questo canto

“SONO DODICI E VANNO NEL MONDO”

Signore, sento molto forte che tu ci chiami ad essere vincenti, a riappropriarci di queste tuniche di pelli, che nel Battesimo sono diventate la tunica bianca battesimale, la veste della vittoria, la veste dei carismi, la veste dei Doni dello Spirito Santo.

Signore, a noi la scelta: possiamo andare nudi e poveri (in ebraico questi due termini si indicano con la stessa parola), ma tu non vuoi, Signore, perché ci hai messo una tunica di pelle, ci hai dato un vestito bianco.

Grazie, Signore! Vogliamo andare per il mondo carichi di questa forza, di questo vestito, fatto da te. Tu sei il sarto. Questa sera, Signore, facci sentire addosso questo vestito bello, che ci hai preparato. Noi vogliamo elevare questo canto, proprio per andare a portare il tuo messaggio, con la forza del tuo Amore!

Noi ti diciamo “Sì”, Signore, a quanto ci dirà Rosalba. Non invocheremo lo Spirito su Rosalba, perché lo Spirito è già in lei. Soltanto un breve canto in lingue, senza nessuna Parola. Lasciamo che tu, Signore, parli al suo cuore e al nostro cuore. Pregare per la persona, che parla, è importante, perché ci mette in relazione e ci fa entrare in quello che vorrebbe dire, al di là della costruzione delle frasi.

Benedici, Rosalba, Signore Gesù, apri le sue labbra, perché siano come quelle di Isaia, toccate dal carbone ardente del tuo Altare e le sue siano parole di vita.

(P. Giuseppe)



CATECHESI

SE ASPETTI IL VENTO FAVOREVOLE NON SEMINI PIU'

(Qoelet-11,4)

Siediti.

In diverse occasioni il Signore, nel parlarci attraverso le profezie, ha iniziato dicendo: “Siediti..”.

Ogni volta nell’ascoltare questo invito, nasceva in me spontaneo un commento che condivido con voi: “Gesù noi sappiamo che cosa significa stare seduti alla tua Presenza anche non penetrando fino in fondo questo dolce mistero, sappiamo che Tu agisci in noi e che un’ora di preghiera non è mai uguale ad un’ altra perchè tutto si rinnova al chiarore della tua luce”. Mi sono chiesta allora che cosa può intendere chi non ha mai vissuto l’adorazione come momento intimo di comunione con Gesù ed è rimasto fermo al precetto da rispettare in alcuni momenti prestabiliti dell’anno pastorale. Cosa può giungere nel cuore di un fratello che viene per le prime volte alle nostre Messe di evangelizzazione e intercessione proprio quando sta attraversando un periodo difficile o addirittura di dolore, quindi per questa ragione desidera ricevere una parola che confermi un’azione per uscire da quella situazione e come prima cosa si sente dire:“siediti”.

Per grazia siete stati salvati.

Il primo pensiero potrebbe essere “ma come Gesù con tutto quello che sto passando tu mi dici siediti?”. Questo tipo di reazione non mi stupirebbe affatto! Sappiamo infatti che ciascuno di noi proviene dalle esperienze più diverse e che non tutti hanno già sentito parlare in termini carismatici dello Spirito Santo, non tutti sanno di questo desiderio grande di Gesù di entrare in una relazione quotidiana di amore e di amicizia con noi. Così ecco che mi sono lasciata prendere da questo invito a riflettere e come sempre diciamo, ogni nostra condivisione deve essere fondata sulla Parola di Dio. Pertanto leggo che nella lettera agli Efesini 2,4-7 è scritto: "Ma Dio ricco di misericordia per il grande amore con il quale ci ha amati, da morti che eravamo per i peccati, ci ha fatti rivivere con Cristo: per grazia infatti siete stati salvati. Con lui ci ha anche risuscitati e ci ha fatti sedere nei cieli, in Cristo Gesù, per mostrare nei secoli futuri la straordinaria ricchezza della sua grazia mediante la sua bontà verso di noi in Cristo Gesù." La Parola dice che Dio ci ha fatti sedere nei cieli cioè nelle sue profondità e questo non deve avvenire, ma è già avvenuto per mezzo di Cristo, semplicemente dobbiamo consapevolizzare l'intimo significato di questa affermazione, riconoscerne la proprietà e viverla perchè questo ci porta ad una vita in pienezza e non “a metà”.

Lasciare i nostri pesi ai piedi di Gesù.

Diciamo allora che nel concreto, di fronte ad ogni tribolazione piccola o grande, l'invito è prima di tutto a lasciare i nostri pesi ai piedi di Gesù, a guardare dritto negli occhi Colui che per primo ci ama, a rimettere tutto nelle sue mani e respirare in piena libertà senza alcuna disperazione, gustando l'essere seduti in Dio per riposare in Lui recuperando in consapevolezza la nostra identità spirituale e godere così di ogni beneficio già nostro grazie all'offerta libera e totale di Gesù. Dio Creatore e Padre prima ha posto alla sua destra Cristo, al di sopra di ogni principato e autorità dove tutto ha sottomesso ai suoi piedi (Ef 1,22), quindi per mezzo di Gesù ci ha fatti sedere con Lui. Questo significa che tutto è già compiuto, è già compiuta l'opera di Cristo e sono già nostre la salvezza e l'eredità perchè sappiamo bene che non è per le opere che siamo salvati ma per grazia di Dio, per mezzo delle fede.

La salvezza è un dono di Dio.

Nella lettera agli Efesini 2, 8-10 è scritto: “La salvezza non viene da voi, ma è un dono di Dio; non è il risultato dei vostri sforzi. Dunque nessuno può vantarsene perchè è Dio che ci ha fatti. Egli ci ha creati e uniti a Cristo Gesù, per farci compiere nella vita quelle opere buone che Egli ha preparato fin da principio”.

Opere buone poiché Dio è così che ci ha desiderati e creati: cosa molto buona quindi capaci di opere buone! Questo ci apre ad una verità d'amore immensa: è Dio che lavora per noi e a noi ha già fatto dono del riposo (da non confondere con ozio..) avendo già portato a compimento tutto per mezzo di Gesù!

Quindi abbiamo già il nostro posto nei cieli dove siamo seduti come figli di Re per godere di ciò che Dio ha già provveduto per ciascuno di noi.

Il momento presente.

L'invito è a non fermare tutta la nostra attenzione sul problema o disagio che stiamo attraversando permettendogli di succhiare le nostre energie e disperderle ma a ricordare sempre a noi stessi di vivere il momento presente con coscienza piena che la nostra vita è eterna ripiena, impregnata, ricolma della vittoria di Gesù sul male e che comprende già un posto speciale per noi nella felicità per sempre e autentica di Dio.

Gesù lo ha detto agli Apostoli in Giov. 14,2 : “Nella casa del Padre mio c'è molto posto. Altrimenti ve lo avrei detto (praticamente è una garanzia!) Io vado a prepararvi un posto.”

Questo invito è davvero per tutti? Gesù afferma che al centro del meraviglioso mistero di Dio c'è il Figlio e che in Lui ritroviamo pienamente noi stessi scoprendo di avere ali d'aquila per volare in alto verso spazi sconfinati e orizzonti sempre nuovi così come infinito è l'amore di Dio per noi. “Venite perchè tutto è già pronto” scrive Luca nel cap. 14,17 e noi oggi desideriamo accogliere subito l'invito senza lasciarci legare da ciò che stiamo facendo ritenendolo più importante ed essenziale e soprattutto senza lasciarci legare dai nostri pesi, tribolazioni e sofferenze! In questa parabola degli invitati scortesii il padrone di casa dice: “ Esci di nuovo e vai per i sentieri di campagna e lungo le siepi e spingi la gente a venire. Voglio che la mia casa sia piena di gente.”

Questo è il grande sogno di Dio ed è tutto gratuito perchè parte dal suo cuore di Padre.

Credete in questo Lieto Annuncio.

Il Vangelo di Marco si apre dicendo: “Questo è l'inizio del Vangelo, il lieto messaggio di Gesù che è il Cristo e il Figlio di Dio”. Nei versetti 14 e 15 Gesù dice: “Il tempo della salvezza è venuto, il regno di Dio è vicino. Cambiate vita e credete in questo lieto messaggio!” Subito dopo queste parole Gesù concretizza il suo invito chiamando quattro pescatori, i primi apostoli. Nel vangelo di Matteo la nascita di Gesù , lieta novella, è descritta in modo sommario ma si evidenzia in particolare la visita di alcuni sapienti venuti da lontano ed è la stella ad incuriosire ed attirare a Gesù i Magi che lo adorano. Matteo vuole evidenziare come il Vangelo di Gesù non ha confini ed è per tutti. Infatti i Magi hanno dovuto compiere un cammino lasciando le loro sicurezze per andare alla ricerca della verità e proteggono quanto hanno visto non tornando da Erode seguendo le indicazioni di Dio ricevute attraverso un sogno. E' evidente come pur non essendo personaggi del tutto rispettabili, sono dei maghi studiosi dell'influenza delle stelle sulla storia dell'uomo, anch'essi sono sulla lista degli invitati di Gesù al suo banchetto!

Dio fa nuove tutte le cose.

Nel Vangelo di Luca la prima a ricevere l'annuncio di Gesù, naturalmente dopo Maria, è Elisabetta che lo riconosce nel grembo di Maria come il suo Signore. Lei ha fatto esperienza diretta della misericordia di Dio ricevendo il miracolo della vita nel suo grembo potendo così riconoscere che Dio fa nuove tutte le cose ma Elisabetta, prima dell'intervento di Dio, non era certo una donna speciale agli occhi del mondo essendo anziana e sterile. Subito dopo di lei in questo Vangelo sono i pastori a ricevere l'annuncio e la Parola dice che la gloria di Dio li avvolse di luce e l'angelo disse loro di non temere perchè porta un lieto annuncio che procurerà grande gioia a tutto il popolo essendo nato il Salvatore. I pastori, gli emarginati della società, sono i primi portatori della Buona Novella : "Dopo averlo visto, fecero sapere ciò che avevano sentito di questo Bambino. Tutti quelli che ascoltarono i pastori si meravigliarono di quello che essi raccontavano".(Lc 2,17-18)

Ecco l'Agnello di Dio.

Nel Vangelo di Giovanni il primo a dichiarare che Gesù è il figlio di Dio è Giovanni il Battista, colui che, nel grembo di sua madre Elisabetta, ha esultato con l'avvicinarsi di Maria che porta nel grembo Gesù. Infatti nel cap. 1,35 è scritto che due discepoli erano con Giovanni il Battista, il quale vide passare Gesù e disse: "Ecco l'Agnello di Dio". I due discepoli lo udirono parlare così e si misero a seguire Gesù. Giovanni il Battista, un eremita che sceglie la povertà quindi secondo i canoni del mondo "uno che non conta nulla", si fa portatore di una verità da lui stesso sperimentata portando frutto. Infatti, subito Andrea incontrando suo fratello Simone dice di aver trovato il Messia che significa "il Salvatore inviato da Dio", dando così la sua testimonianza.

Alla samaritana, una donna appartenente ad un popolo nemico, con una vita parecchio disordinata secondo l'ordine di idee di chi non conosce la misericordia di Dio, è addirittura Gesù a dichiarare di essere il Messia!!

Libertà di risposta.

Vediamo quindi che l'annuncio passa attraverso modi diversi ed è rivolto alle persone più diverse per estrazione sociale, cultura e religione che probabilmente o certamente non hanno compreso subito tutta la pienezza di vita di questo annuncio. Resta il fatto che ciò che accomuna tutti in ogni tempo è la libertà con cui si è chiamati a rispondere partendo dal punto esatto in cui ci si trova, senza attendere di aver raggiunto chissà quale perfezione a costo di sacrifici e rinunce. Nella lettera ai Romani cap. 8,28-30 San Paolo scrive: "Dio fa tendere ogni cosa al bene di quelli che lo amano, perchè li ha chiamati in base al suo progetto di salvezza. Da sempre li ha conosciuti e amati e da sempre li ha destinati ad essere simili al Figlio suo, così che il Figlio sia il primogenito fra molti fratelli. Ora Dio che da sempre aveva preso questa decisione, li ha anche chiamati, li ha accolti come suoi, e li ha fatti partecipare alla sua gloria."

L'invito a credere, vivere, testimoniare la Buona Novella è per tutti e ciò è possibile in Gesù per mezzo dello Spirito Santo che interviene nella nostra debolezza. In questo dobbiamo accogliere con gioia il modo di guardare e di agire di Dio!!.

Vivere adesso.

Troppo spesso ci è stato insegnato che la conversione consiste nel rinnegare la nostra condizione umana vivendo nell'attesa del paradiso e che la nostra esistenza diventa più conforme al pensiero di Dio quanto più ci comportiamo bene, accogliamo la sofferenza subendola, facciamo opere buone collezionando sacrifici da presentare a Gesù nel giorno del giudizio.

In realtà Dio ci dice di fermarci e guardare con i suoi occhi dentro di noi e fuori di noi per scoprire di essere seduti nei cieli cioè immersi nella sua e quindi nostra dimensione spirituale grazie a Gesù dove lo stesso Dio è. Ora noi stiamo già vivendo nella vittoria di Gesù sul male, nella sua resurrezione come figli di Re, immersi nella vita nuova con Gesù al centro del nostro cuore. La nostra realtà spirituale non è da guadagnare, da attendere, da meritare: **E' DA VIVERE ADESSO!**

L'Amore di Gesù traspare attraverso di noi.

Quando lasciamo andare ogni nostra presunzione di sapere già tutto o abbastanza di Dio e ci mettiamo seduti fiduciosi fra le sue braccia lasciandogli la gioia di provvedere a noi, ecco che la nostra consapevolezza di chi siamo nella verità di Gesù cresce giorno dopo giorno con tutto il suo carico di frutti, aiutandoci a non avere paura della tempesta perchè siamo certi e saldi nella roccia di Cristo. Vivendo allora nella meravigliosa consapevolezza di essere portatori di Gesù e del suo Amore, di essere depositari di carismi per far dono di noi stessi così come Gesù si fa dono per noi e aiuto in ogni nostro bisogno, riusciamo a far venir fuori, per azione dello Spirito che libera e guarisce, tutto il buono che è in noi posto da Dio. I fratelli quindi sono contagiati gioiosamente dall'Amore di Gesù grazie a ciò che traspare attraverso di noi, nonostante limiti e difetti, poiché Gesù per primo ci ha scelti e per intero conoscendo tutto il nostro mistero.

Evangelizzare è il bisogno di un cuore toccato dall'Amore.

Evangelizzare e avere cura del popolo di Dio non è una prerogativa dei Sacerdoti, delle Suore o di pochi eletti!!! Per evangelizzare cioè portare in noi e agli altri la Buona Novella non abbiamo bisogno di un permesso speciale ma evangelizzare è il bisogno di un cuore toccato dall'Amore di Dio e che quindi non può contenere questa passione per Cristo e per l'uomo nonostante le proprie debolezze e fragilità. Tutto questo lasciar andare ovunque l'Amore del Padre si sente come necessità per la propria felicità e per quella di chi incontriamo sul nostro cammino ed è la spinta ad esercitare i carismi con delicatezza, attenzione, sensibilità guidati dallo Spirito Santo in ogni istante della nostra vita.

La conversione di Saulo.

Lo stesso Saulo detto Paolo era un uomo convinto di essere giusto davanti a Dio, ma al contrario era un omicida almeno nelle intenzioni e un persecutore dei primi cristiani nei fatti. Eppure accolto l'annuncio, secondo le modalità scelte da Dio e più efficaci per lui, in tre giorni vede trasformare totalmente la propria mentalità, vive una vera conversione, un cambiamento di rotta. Cieco è costretto a stare seduto e a lasciar fare a Dio diventando poi un grande evangelizzatore. Portatore della Buona Novella non può confinare dentro se stesso la gioia di aver scoperto Gesù che è tutta da condividere e risponde con slancio al progetto del Padre sulla sua vita che lo porta a servire i fratelli per condurli a vivere il regno di Dio nel nome di Gesù. Paolo diventato uomo libero immerso nell'Amore di Dio diventa messaggero e portatore di libertà in Gesù per gli altri, anche i più lontani.

L'incontro personale con Gesù.

Dio non ha avuto paura dei peccati di Paolo o delle scelte chiacchierate della samaritana, neppure dell'ignoranza dei pastori come del bisogno di guarigione di Elisabetta sterile ed anziana ma nel pieno rispetto della loro libertà li ha condotti ad essere portatori di un lieto annuncio attraverso i fatti della loro vita. Dopo l'incontro personale con Gesù attraverso di loro è passata la notizia dell'Amore di Dio secondo un progetto speciale e personale permettendo così il diffondersi del Vangelo per la gioia degli uomini.

Seminare il seme della Lieta novella.

Nulla può separarci dall'amore di Dio, piuttosto si può decidere di allontanarci da esso ma non per questo l'Amore si riduce o si spegne perchè Dio è! E quando la barca della nostra vita è agitata dalla tempesta, rientriamo nel nostro cuore per sentire con i nostri sensi spirituali di essere seduti nelle profondità di Dio per non perdere la verità sulla nostra vita che è molto di più di quanto ogni male o tribolazione vuol farci credere, mentendo. Cullati nel riposo di Dio riprendiamo le forze e il coraggio di Gesù per esercitare la sua autorità e vivere nella dignità dei figli Dio. Mangiamo al banchetto preparato per noi dove non manca mai il vino della gioia per alzarci e fare ciò che Lui ci dirà secondo l'invito di Maria, per seminare in noi e nei fratelli il seme della lieta novella, origine di ogni miracolo. Il Qoelet scrive nel cap 11, 4 : "Se aspetti il vento favorevole non semini più; se stai a guardare quando pioverà, non ti deciderai a mietere." Davvero tutta la nostra vita è un'occasione splendida per conoscere sempre più profondamente Gesù, per fare esperienza del suo essere vivo e per farlo conoscere ai fratelli; nel versetto 6 il Qoelet prosegue dicendo: "Tanto il mattino che la sera è tempo buono per seminare."

Seminiamo quanto noi stessi abbiamo già ricevuto in Gesù, quando ci sembra di vivere giorni radiosi così come, quando i nostri giorni ci sembrano bui perchè la realtà è una sola: Dio ha già provveduto, non esiste ostacolo al suo Amore e alla sua azione di benedizione perchè la sua grazia è per noi in ogni istante della nostra vita. Accogliamo la Luce cantando alleluia, Dio è con noi. Lode, Lode, Lode!!!

UN SEGNO: IL PANE

Questo pane libanese è come una focaccia. Ha un taglio per permettere di inserire tutto quello che si desidera mangiare: sia dolce o salato.

Noi, lì dentro, ci mettiamo Gesù.

In ogni sacchetto ci sono cinque pani. Se con cinque pani, secondo il passo, che il Signore ci ha dato, Dio ha fatto quello che ha fatto, per mezzo di Gesù, quanto potrà fare con questi 360 sacchetti di pane!

Grazie, Signore, per tanto Amore!

Grazie, per quello che farai. Ti benediciamo, ti accogliamo! *(Rosalba)*



Dopo la benedizione dei pani, ognuno li prenderà, per portarli a casa e per donarli anche agli altri.

Ricordiamo che Gesù ha voluto che il pane fosse elemento della sua Presenza in mezzo a noi. Francesco d'Assisi, prima di morire, ha preso un pane, l'ha benedetto, l'ha spezzato e l'ha distribuito, dicendo di portarlo agli ammalati. Tutti coloro che hanno mangiato quel pane, sono guariti. Così sant'Antonio e tanti altri santi hanno preso l'elemento del pane, come Gesù. *(P. Giuseppe)*

**BENEDIZIONE DEL PANE**

Grazie, Signore, per la tua Presenza. Benedici questo pane, Signore, perché possa essere, come quel pane benedetto da san Francesco: chiunque lo mangiava, riceveva guarigione ed era in comunione con te.

Signore, noi mangeremo questo pane, lo faremo mangiare ai nostri familiari, ai nostri amici e questo mangiare, Signore, sarà voler condividere la grazia, che tu hai fatto a noi.

Benedici, Signore, questo pane, perché possa essere, come il pane, che tu hai voluto che si condividesse per i 4.000, per tutte quelle persone, che venivano da te; nella benedizione del pane e del pesce è stato formato il nuovo popolo.

Sono state avanzate dodici sporte piene, come le dodici tribù di Israele.

Benedici questi pani, nel Nome del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo. Amen!

(P. Giuseppe)



LA PREGHIERA DEL CUORE

La Preghiera del cuore non si può spiegare in due battute.

Faremo questa esperienza, senza spiegazione, seguendo la voce guida.

Questa Preghiera è molto importante, perché è l'altra ala per volare. Da una parte c'è la Preghiera Carismatica, fatta di lode, di canto in lingue, nell'altra ala per volare c'è questo silenzio

SIEDITI AI BORDI DEL SILENZIO,
DIO TI PARLERÀ

Per poterci parlare, Dio ha bisogno di un cuore pacificato, silenzioso. Non è affatto vero che se noi chiudiamo la bocca e stiamo in silenzio, Dio può parlare, perché la nostra mente, diceva santa Teresa d'Avila, è come un cavallo imbizzarrito, quando noi ci mettiamo in silenzio.

Molti hanno paragonato la mente a una scimmia, che salta da un ramo all'altro.

La Preghiera del Cuore è la procedura che Gesù ha fatto nei 40 giorni di deserto. Ha invertito la tendenza dei pensieri ed è entrato in questo silenzio.

La Preghiera del Cuore è un dono grandissimo.

Gesù ha detto: *“Non siete capaci di vegliare un'ora sola con me?”*

Se riuscirete a fare per un'ora questa Preghiera, entrerete nella dimensione della Comunione dei Santi, distaccandovi dai vostri pensieri. Sarete padroni di voi stessi.

I sette punti.

Il punto più basso è quello che si trova presso i genitali e governa la sessualità: il colore è rosso.

Il secondo punto è a 3 cm sotto l'ombelico, dove le donne hanno l'utero: il colore è arancione.

Il terzo punto si trova nel plesso solare, dove ha sede la forza: il colore è giallo.

Il quarto punto è il cuore: il colore è verde o rosa.

Il quinto punto è la gola: il colore è azzurro.

Il sesto punto è l'occhio spirituale: il colore è viola.

Il settimo punto è la sommità del capo: il colore è bianco.

In Oriente il Santo è colui che si è trasfigurato nella Resurrezione, vestito di bianco.

In Occidente il Santo è colui che vive la Passione di Gesù.

Noi dovremmo arrivare su, su, aprendo tutti i punti o chakra o ruote, per arrivare a questo della corona, che è il colore bianco, e vivere la santità.

Esercizio.

Ci mettiamo seduti, cercando di trovare il nostro equilibrio.

La nostra **schiena**, lì dove ci sono i **7 punti**, deve essere diritta, ma non tesa.

Per prima cosa colleghiamoci con **il respiro**, che è la Presenza di Dio in noi: la Ruah di Dio.

Cominciando a respirare, sentiamo l'aria più fresca, che entra, portando energia, e l'aria che esce, portando via tutte le tossine.

Portiamo l'attenzione a livello delle **fosse nasali**, cercando di sentire il movimento dell'aria.

La **respirazione** diventa **forzata**, nel senso che la controlliamo, dilatando i polmoni. Cerchiamo subito di legare la mente, pronunciando mentalmente due Nomi sacri, che fanno da giaculatoria.

Quando inspiriamo, pronunciamo: **Gesù**.

Quando espiriamo, pronunciamo: **Abbà**.

Proviamo a rilasciare le nostre **spalle**, che, generalmente sono innalzate o inarcate, come a voler portare i pesi. Lasciamo cadere le spalle e lasciamo cadere i nostri pesi.

Anche le **mascelle** del viso possono essere contratte, a causa delle tensioni del giorno. Lasciamo cadere le tensioni dalle mascelle, rilasciandole, così lasciamo cadere la **lingua** nell'incavo naturale, nell'arcata inferiore dei denti.

Per gli **occhi** ci sono varie modalità. Oggi, scegliamo la più semplice. Lasciamo andare gli occhi, come quando dormiamo; abbandoniamo gli occhi.

Dei **7 chakra**, sento che dobbiamo attivare il terzo: è quello che si trova nel Plesso solare. Corrisponde al dono dello Spirito Santo chiamato Fortezza. In questo punto c'è il diaframma tra il cuore e lo stomaco e lì convergono le tre fonti di energia che noi abbiamo: **il cibo**, che viene aggredito dai succhi gastrici dello stomaco, per diventare energia; **l'aria**, che entra, portando ossigeno, portando l'energia orgotonica; **la preghiera**, che ci energizza. Nella lettera di san Giacomo 5, 16 si legge: *“Molta energia dona la preghiera fatta con insistenza.”*

Da Gesù usciva un'energia, che era capace di guarire tutti.

Portiamo la nostra attenzione, sempre ripetendo **Gesù/Abbà**, al centro del nostro torace e immaginiamo una ruota che si illumina sempre di più, diventando di un giallo intenso, come il sole, che brucia, dà calore e luce.

- Gesù, fai di me una persona solare. Gesù, fai di me una persona piena di luce, piena di calore umano e spirituale.-

Sentiamo il nostro respiro. Per chi vuole portare a galla alcune paure, adesso siamo entrati nel rilassamento e possiamo anche addormentarci.

Le paure vengono a galla, togliendo la pausa fra i due respiri.

Facciamo una respirazione forzata, senza pause.

Forzate il respiro.

Dopo il canto in lingue, chi vuole può prendere un passo della Scrittura per sé.

Le **mani** ora sono diventate calde. Poniamole sul viso, per portare tutta la luce e il calore sul nostro volto.



Vi consiglio di fare questa Preghiera cominciando con mezz'ora al giorno. Vi accorgete che è una grande benedizione nella vostra vita, perché c'è una conversione: noi siamo dominati dalla nostra mente, anche nella preghiera. Con la Preghiera del Cuore viene a galla il nostro fondo. Questa Preghiera, all'inizio, farà stare male. Tutte le nostre paure stanno nella pausa della respirazione. Se respiriamo senza pause, tutte le paure rimosse vengono a galla e riusciamo a spurgarle.

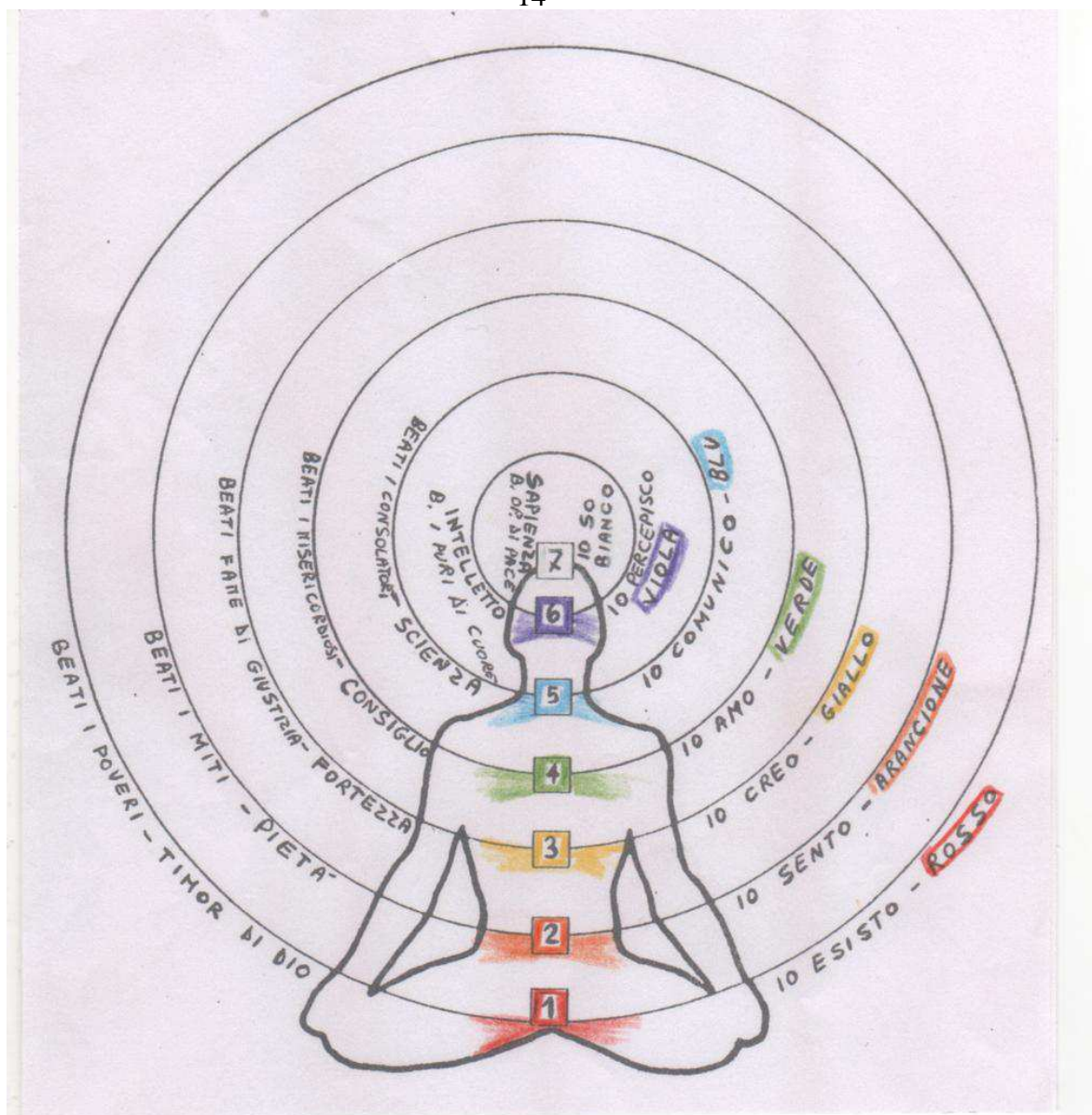
La Preghiera del Cuore è grande benedizione, è una Preghiera antichissima dei Padri del deserto ed equilibra il nostro rapporto con Dio.

Dopo anni di questa Preghiera, vi accorgete che la Comunione dei Santi, questo mondo invisibile, vuole entrare in relazione con noi, ma non ha accesso.

Se noi entriamo nel Cuore, tutto questo mondo spirituale, fatto di Santi, Angeli, sogni, stelle entrerà in relazione con noi e noi vivremo in relazione fra il cielo e la terra.

(P. Giuseppe)





PUNTO	POSIZIONE	COLORE	DONO SPIRITO S.	BEATITUDINE	UN“ESSERE” DI VITA
7	Capo	Bianco	Sapienza	Beati gli operatori di pace	Io so
6	Fronte	Viola	Intelletto	Beati i puri di cuore	Io percepisco
5	Gola	Azzurro	Scienza	Beati i consolatori	Io comunico
4	Cuore	Verde o rosa	Consiglio	Beati i misericordiosi	Io amo
3	Plesso solare	Giallo	Fortezza	Beati coloro che hanno fame di giustizia	Io creo
2	3 cm sotto l'ombelico	Arancione	Pietà	Beati i miti	Io sento
1	Inguine	Rosso	Timore di Dio	Beati i poveri	Io esisto

