

ASCOLTARE PER GENERARE

CANTO INIZIALE

MARIA, TU CHE HAI ATTESO NEL SILENZIO

Maria, tu che hai atteso nel silenzio, la sua parola per noi:

aiutaci, ad accogliere il figlio tuo che ora vive in noi.

Maria, tu che sei stata così docile davanti al tuo Signor:

aiutaci, ad accogliere il figlio tuo che ora vive in noi.

Maria, tu che hai portato dolcemente l'immenso dono d'amor:

aiutaci, ad accogliere il figlio tuo che ora vive in noi.

Maria, madre utilmente tu hai sofferto il suo ingiusto dolor:

aiutaci, ad accogliere il figlio tuo che ora vive in noi.

Maria, tu che ora vivi nella gloria insieme al tuo Signor:

aiutaci, ad accogliere il figlio tuo che ora vive in noi.

INTRODUZIONE

Le nostre giornate, piene di impegni e di rumori, spesso ci rendono difficile condividere il nostro tempo per coltivare un autentico dialogo con l'altro. Molte volte, poi, dobbiamo fare i conti con una molteplicità di voci interiori ("lista delle cose da fare", preoccupazioni, pregiudizi...) che non ci permettono di accogliere un bisogno o una persona così com'è e non come pensiamo che sia.

Ascoltare richiede la capacità di fare silenzio. E' un esercizio che riguarda la nostra relazione con gli altri, con noi stessi, con Dio. Per soffermarci sulla capacità di fare silenzio, leggiamo un brano tratto dall'opera *L'arte di saper ascoltare* di Plutarco, autore vissuto tra il I e il II secolo dopo Cristo, che si rivolge ai giovani, proponendo il valore della riflessione, con parole di grande attualità e un brano di Carlo Carretto per imparare a fare deserto nella quotidianità di ciascuno.

“La perdita della capacità di ascoltare è figlia della perdita della dimensione del silenzio. L'uomo moderno ha orrore del silenzio. Il silenzio della mente è ormai un'espressione priva di significato. Abbiamo dimenticato l'arte di quietare quell'alveare dalle mille api ronzanti che si annida nella nostra mente. Sottoposta a un incessante bombardamento di messaggi, la nostra mente è una fucina di pensieri che lavora senza turni di riposo. Abbiamo perso la capacità di rallentare. Un'attività mentale frenetica e dispersiva che invece di arricchire lo spirito, ci affatica, ci confonde, seppellisce il nostro vero io sotto una cortina impermeabile di pensieri, immagini, fantasie e timori. Questo lavoro mentale ha luogo senza sosta sicché i pensieri si sovrappongono l'uno all'altro spesso in modo conflittuale. Ci fanno agitare per un non nulla, costruiscono pregiudizi e preconcetti. Corrono affannosamente ad anticipare il futuro e restano amaramente attaccati al passato. Le esperienze passate sono sempre presenti per condizionarci, anche se non ce ne rendiamo conto. Al nostro fianco cammina il nostro passato che c'imprigiona dietro a celle prive di sbarre, ma da cui è difficile evadere. Queste incrostazioni avvolgono l'io profondo e gli impediscono di emergere, lo soffocano, stordito dal rumore del chiacchiericcio mentale.”

Tratto da L'arte di saper ascoltare, di Plutarco

“Ti dirò subito un' altra cosa che è molto importante per chi, come te, è molto occupato e dice che non ha tempo per pregare. Considera la realtà in cui vivi, l'impegno, il lavoro, le relazioni, le adunanze, le camminate, le spese da fare, il giornale da leggere, i figli da ascoltare, come un tutt'uno da cui non puoi staccarti, a cui devi pensare. Dirò di più: un tutt'uno attraverso il quale Dio ti parla e ti conduce. Non è fuggendo che tu troverai Dio più facilmente ma è cambiando il tuo cuore che tu vedrai le cose diversamente. Il deserto nella città è solo possibile a questo patto: vedere le cose con occhio nuovo, toccarle con uno spirito nuovo, amarle con un cuore nuovo. Teilhard de Chardin direbbe: abbracciarle con cuore casto.

È allora che non occorre più fuggire, alienarsi, chiudersi tra sogno e realtà, spaccarsi tra ciò che penso e ciò che faccio, andare a pregare e poi distruggersi nell' azione, fare i pendolari tra Marta e Maria, restare perennemente nel caos, avere il ' cuore diviso, non sapere dove sbattere la testa. Sì, la realtà ci educa e come! La realtà è il vero veicolo sul quale Dio cammina verso di me. Nel reale trovo Dio molto più vitalmente che nei bei pensieri che di Lui o su di Lui mi posso fare. Specie se è una realtà dolorosa dove la volontà è messa a dura prova e dove riscopro con più evidenza la mia povertà.”

Carlo Carretto

LA MIA VITA

Cosa non ci consente di fare un autentico silenzio interiore?

Quali pensieri affannano e appesantiscono la mia vita?

Cosa ci impedisce di vivere con tranquillità le nostre giornate?

Quanto giudichiamo noi stessi e gli altri in base all'essere bravi a fare?

Quanto il nostro mondo ci ha abituato a non fare silenzio? Internet, tv, musica, sport: li usiamo per non pensare?

LA PAROLA INCONTRA LA MIA VITA

Vangelo di Luca 10, 38-42

Mentre erano in cammino, entrò in un villaggio e una donna, di nome Marta, lo ospitò. Ella aveva una sorella, di nome Maria, la quale, seduta ai piedi del Signore, ascoltava la sua parola. Marta invece era distolta per i molti servizi. Allora si fece avanti e disse: «Signore, non t'importa nulla che mia sorella mi abbia lasciata sola a servire? Dille dunque che mi aiuti». Ma il Signore le rispose: «Marta, Marta, tu ti affanni e ti agiti per molte cose, ma di una cosa sola c'è bisogno. Maria ha scelto la parte migliore, che non le sarà tolta».

LA PAROLA ILLUMINA LA MIA VITA

Spazio per eventuale condivisione

ESERCIZI DI LAICITÀ

In ognuno di noi c'è sia un po' di Marta che di Maria: a volte siamo affannati dalle tante incombenze di ogni giorno, altre volte, invece, dediti all'ascolto attento e contemplativo della parola. In entrambe le situazioni, Gesù ci chiede di attivarci: come a Marta, ci suggerisce di superare l'ansia per il lavoro sedendosi accanto a lui per ascoltarlo; come a Maria, ci sollecita nel mettere in pratica la Parola al servizio dei fratelli. Tutti noi, uomini e donne, siamo Marta e Maria, attivi e contemplativi, servitori e ascoltatori della Parola. Corriamo il rischio di voler fare più cose insieme, tentazione che genera ansia ed è nemica della speranza. Un affanno che ci lascia insoddisfatti e stanchi, perché il nostro fare non è sostenuto e illuminato dall'ascolto della Parola di Dio. Per questo, oggi, ci sentiamo un po' ripresi da Gesù, amorevolmente corretti e richiamati e fermarci per dedicare spazio all'incontro con il Signore. Veniamo invitati, in altre parole, a sperimentare la dolcezza della Parola, che accarezza il nostro cuore, ci richiama all'essenziale, ci colma di amore, ci accoglie, ci perdona. Siamo sollecitati a fare esperienza di questo ascolto così intenso, attento, profondo, per ridare senso al nostro agire. Maria ci mostra come l'ascolto venga prima di ogni azione e ci invita a lasciarci riempire dalla Parola di Gesù, lasciandola risuonare nel nostro cuore e germogliare in noi. Da questa Parola, contemplata e pregata, impariamo che l'ascolto è la chiave di volta che ci aiuta a tenere uniti accoglienza e servizio. Senza questa dimensione contemplativa della vita, che ha nell'ascolto e nella preghiera il suo fondamento, ogni nostra azione diventa priva di valore, perde il suo significato più profondo e autentico e diventa solo attivismo che, con il tempo, ci lascia delusi e insoddisfatti. La parte migliore che Maria si prende è proprio la confidenza e l'amicizia con il Signore, rispetto alle quali tutto si ferma e diventa secondario. Il servizio, le cose concrete da fare restano, ma non sono mai prioritarie rispetto all'accoglienza della persona.

“Troppe volte, e per troppo tempo, la preghiera e la vita si corrono dietro come due ragazzi che giocano, si incrociano come due estranei sulla strada, convivono come due vicini che non si salutano, s'intristiscono come due sposi che non si amano più.

L'azione non elimini la contemplazione e che una contemplazione mal intesa non ci renda cittadini strani, scontroso e antipatici. Dobbiamo eliminare, o almeno ridurre, le contraddizioni tra azione e contemplazione, tra apostolato e preghiera, tra attività esterna e attività interiore, tra il dedicarci a noi e il dedicarci agli altri. Come fare?

Si sente dire: “Ho troppi impegni professionali, non posso più pregare”. E ancora: “Come faccio a pregare con cinque bambini tra i piedi da mattina a sera?”. Queste espressioni denunciano una cosa molto grave: la svalutazione fondamentale dell'attività umana. Il lavoro, lo studio, lo sbrigare le faccende, l'accudire ai figli sono cose importanti, terribilmente importanti!

Più ancora: sono cose sante in sé, perché sono valori umani voluti da Dio a cui io debbo dedicarmi con tutte le mie forze e con tutto il mio pensiero. Se è vero che la preghiera è amore di Dio, come può questo amore essere escluso da un altro amore di Dio, che è fare l'apostolato?

Forse che il primo comandamento si mette in lotta col secondo che pur è simile al primo? Forse che la carità che mi spinge verso il prossimo non mi spinge nello stesso momento verso Dio?

Ciò che chiamo apostolato non è amore del prossimo, allora, ma forse agitazione, attivismo, ricerca di sé. Non dobbiamo disgiungere l'amore di Dio dall'amore del prossimo. Questi due amori debbono essere vissuti insieme e fusi in tutt'uno.”

Carlo Carretto

PREGHIERA FINALE

Preghiera a Maria, donna dell'ascolto

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.

Papa Francesco

CANTO FINALE

ISAIA 11

Ed un virgulto sul tronco di Jesse domani germoglierà'

Un ramoscello dalle sue radici vessillo si eleverà'

Su Lui sapienza, intelletto, consiglio,
fortezza e timor del Signor.

La sua parola sarà come verga
e dal male ci libererà.

Ed un virgulto...

L'agnello e il lupo insieme staranno e accanto al capretto vivran.
Pascoleranno con l'orsa e il leone, un fanciullo li guiderà.

Ed un virgulto...

Ed in quel giorno di nuovo il Signore la mano su lui stenderà.
Come vessillo il germoglio di Jesse sui popoli si eleverà.

Ed un virgulto...