

Comunità Pastorale Famiglia di Nazaret – Cernusco sul Naviglio



CONTRIBUTI PERSONALI

ESERCIZI SPIRITUALI DI AVVENTO

Tre sere di meditazione per 18/19enni e giovani della Diocesi Milano

23-24-25 novembre 2020 - Ore 21

In queste pagine ho raccolto i contributi personali scritti al termine dell'esperienza degli Esercizi Spirituali. Li introduco con alcune brevi considerazioni che sono anche la condivisione del vostro don che ha visto tanti giovani decidersi e mettersi a questa *scuola di preghiera*.

Il gesto di condividere la fede fa crescere una comunità: leggere e meditare quel che lo Spirito Santo ha fatto risuonare nel cuore di persone con le quali si cammina è un'esperienza di crescita e di arricchimento, lo è stato per me mettendo insieme questa raccolta.

Mi sta a cuore una domanda che lascio risuonare in me e rivolgo a voi.
Perché siamo qui? Meglio ancora, *per chi siamo qui?*
La risposta comune a queste domande ci fa vivere l'esperienza di essere Chiesa.
Siamo qui per il Signore Gesù!

Camminiamo insieme dietro a Gesù! Questo conta, tutto il resto viene dopo, o meglio, viene da sé.

Ringrazio chi ha condiviso la sua meditazione, ringrazio chi anche solo leggendo questi contributi compie comunque il gesto della condivisione.

don Andrea

Buona condivisione

L'ordine dei contributi è casuale;
alcuni sono firmati (per uniformità ho scelto di mettere solo il nome proprio),
altri anonimi, secondo quel che ciascuno ha indicato;
per alcuni contributi mi sono permesso di tagliare la parte di "appunti"
lasciando solo quella di riflessione personale.

Non è sempre facile per un giovane capire dov'è l'incontro con Gesù. Più che assumere le sembianze di un ricercatore ostinato, un giovane deve assumere le sembianze di un osservatore. E' solo osservando il proprio vissuto, la propria storia, il proprio quotidiano e i propri incontri che ci si può rendere conto della presenza di Dio nella nostra vita. Ed è lì dove trovare anche quell'annuncio dell'Angelo per ricevere la grazia della vocazione e condurre la nostra vita secondo la Sua volontà. Ma non sempre riusciamo a sentire quella corporeità che Simeone ha sperimentato. Allora che fare? Ricordarsi che tutti noi così come Zaccaria, siamo colmi di Spirito Santo e siamo ispirati da quello. Prendere coscienza dunque che non siamo soli, perché Dio è dentro e intorno a noi. La preghiera diventa allora l'incontro attraverso cui noi ci lasciamo condurre dalla luce di Dio affinché impariamo ad accoglierlo in ogni aspetto della nostra esistenza, perché solo chi accoglie il Signore intuisce a quale grandezza è chiamato.

...

Pregare, meditare, pensare, affidare, chiedere, supplicare, ringraziare... Quante idee confuse, quante teorie, quanti blocchi ci mettiamo da soli sulla preghiera?! Kaire, rallegriati! Il nostro Dio ci conosce, ci accompagna nella storia, ci mostra la direzione. Dio è concreto, è luce, ma soprattutto fa luce: sulle situazioni, sulle persone, su noi stessi. E anche se spesso ci appare un futuro nebuloso e incerto, la nostra meta è sempre la salvezza, non per caso o per fortuna, ma perché è una certezza!

E allora basta vivere di piccole illusioni, sono le grandi speranze che ci porteranno alla salvezza.

Teresa

Di solito a catechismo partiamo da un fatto di vita reale per parlare poi di religione, mettendolo a paragone per esempio con la vita di Gesù o con un passo del Vangelo, ma questa volta vorrei fare il contrario.

Delle serate in cui abbiamo fatto gli incontri spirituali mi è piaciuta e mi ha colpita particolarmente l'ultima. Il Vangelo ha parlato di come Simeone abbia ricevuto il messaggio dallo Spirito Santo che non sarebbe morto prima di poter incontrare il Cristo Signore e di come quindi lui abbia vissuto nella speranza di questo giorno. Nel momento in cui è riuscito finalmente a prendere in braccio Gesù bambino tutto ciò che aveva aspettato fino a quel momento era lì nelle sue mani e si è messo a pregare e ringraziare per quel bambino, ma quello non era un momento di fine, la fine della sua attesa di incontrare il Signore, quanto l'inizio di una nuova speranza.

Mi è piaciuta tanto questa visione, perché Gesù rappresenta la Speranza per tutti noi, la salvezza dal peccato, ma io trovo che la nascita di un bambino sia sempre un momento di speranza. Soprattutto in un momento come questo, in cui la visione del nostro futuro è molto incerta, la nascita di un bambino rappresenta una nuova prospettiva di vita, una vita senza guerre, senza Covid-19 ed ingiustizie, in cui regnino davvero i principi che il Vangelo ci insegna. Quel bambino ha tutte le porte aperte davanti a sé, potrebbe essere il futuro medico che troverà la cura ai tumori

o colui che scoprirà il metodo per risolvere la fame nel mondo o il Papa che metterà fine alle disuguaglianze.

È così che mi piacerebbe pensare che, allo stesso modo come l'arcivescovo Delpini ha definito Gesù la Luce, così i bambini possano essere la luce per un nuovo futuro.

...

Questi esercizi spirituali mi hanno fatto riflettere sul concetto di preghiera, e ho realizzato come sia difficile pregare circondati dalle distrazioni della vita quotidiana presenti nella propria abitazione. Nonostante tutto posso dire che il concetto che più mi ha attirato è stata la presenza della misericordia in Dio. Misericordia che viene citata nella preghiera di Maria 2 volte così come nella preghiera di Zaccaria.

Oltre a questo ho potuto riflettere sul mio modo di pregare, su come per me più che una ripetizione di formule sia un esporre a Dio quello che mi porta gioia o altri sentimenti forti come il dolore. Ritengo sia per me difficile pregare quando non provo un'emozione ben definita, per questo ho deciso di citare una frase del testo per la meditazione personale tratto da Card. C. M. Martini, ovvero: il mio stato di preghiera è un grido del cuore. Mi ha colpito molto questa frase che ritengo veritiera, forse perché le mie preghiere arrivano di getto a seconda delle emozioni che provo e questo mi ha fatto riflettere su come forse dovrei riuscire a trovare un modo per avere un dialogo con Dio che non sia solo di getto, ma anche più costante nel quotidiano.

...

Nel vangelo di Luca (1, 39-56) Maria fa un gesto di affidamento completo, totalizzante, difficile per noi da capire. Ecco perché forse viene più facile comprendere, se non condividere a volte, il pensiero di chi ha una visione sicuramente più realistica, che si chiede anche dove può essere Dio o come possa permettere che accadano cose di un certo tipo. Forse però il ruolo che dovremmo avere noi cristiani è un po' nel mezzo rispetto a queste due posizioni.

Abbiamo il privilegio e l'opportunità di vivere e vedere la realtà dei giorni nostri, ma con occhi di chi ha fede, con l'insegnamento di Maria. Abbiamo la capacità di non chiederci dove sia Dio senza vederlo ma, nonostante tutte le cose negative che accadono, trovarlo nelle cose più piccole: nei missionari, nei volontari e in chi si spende per gli altri ad esempio. E credo che nel nostro piccolo è quello che siamo chiamati tutti a fare, contestualizzandolo nelle nostre vocazioni: dobbiamo essere noi per primi mezzo attraverso cui Egli fa la sua volontà e poggia la sua mano nel mondo.

La preghiera sicuramente e non poche volte, è piena di momenti di presunzione, di protagonismo, e di depressione dell'insignificanza. E' un momento che oscilla tra la stanchezza e il senso di colpa per non apprezzare fino in fondo quello che si ha, perché forse non si ha il diritto di lamentarsi, pretendere o sentire di mancare di qualcosa. Posso sicuramente paragonare in questo momento la preghiera al brano della tempesta sedata.

Marika

Imparare a pregare a prima vista può sembrare banale, ma non credo che lo sia: già l'anno scorso a un incontro dell'Ado Plus avevamo parlato della preghiera come un momento sia dove sfogarsi e tirare fuori quello che spesso non si ha la forza di dire o forse anche di riconoscere sia dove ritirarsi per avere un po' di tranquillità. In questi incontri, tra le altre cose, il vescovo ha presentato la preghiera anche come una preghiera di popolo, collettiva, in cui non si è soli, ma, come ha detto lui, "pieni di Spirito Santo". Un'altra cosa che mi è rimasta è la preghiera come incontro anche materiale e, come ha fatto Simeone tenendo in mano il Bambino, va espressa anche con il corpo e bisogna lasciarsi liberi di farlo. Mi ha fatto molto riflettere uno spunto di riflessione che ha dato il vescovo e che poi mi accompagnò per tutte e tre le sere: aveva descritto la storia come "desolazione senza speranza" e, per evitare che diventi questo, bisogna imparare a prendere posizione, a dire sì. Come ha fatto Maria davanti all'angelo, come Zaccaria quando doveva scegliere il nome, come Simeone quando decise di andare ad accogliere Gesù. A volte, anche se so che una cosa è giusta, sono frenato dalla paura delle novità e preferisco la monotonia delle cose che mi sono familiari. Gesù può indicare la strada, accompagnare e aiutare durante questa, ma se non si dice sì a Lui, resterà sempre fuori: è una nostra scelta.

Giacomo

Durante la seconda serata di esercizi spirituali l'arcivescovo ha commentato il vangelo riguardante il cantico di Zaccaria e le sue parole mi hanno colpita in quanto sembrava fossero rivolte proprio a me e in qualche modo mi sono sentita chiamata in causa. Nel descrivere i modi sbagliati di pregare, con presunzione e manie di protagonismo o con insignificanza, mi sono trovata a domandarmi quante volte anche io presa da un momento di sconforto mi sia trovata a pretendere il cosiddetto segno, un gesto dall'alto magari immediato che risolvesse i problemi. Queste serate mi hanno aiutato a riflettere su quanto avessi bisogno di affidarmi con semplicità a Dio, sapendo che la mia vita è un dono prezioso e riconoscerne il valore anche nei momenti più semplici della giornata, che con l'avvento del covid non mi sono più sembrati tanto scontati. Nella situazione storica che stiamo vivendo, dove siamo circondati da persone che necessitano di attribuire una colpa a questo virus, credo che ci sia stato un allontanamento fisico dai nostri affetti, che ci ha reso più vulnerabili e forse ci ha fatto un po' perdere il contatto con Lui. Anche io ho fatto fatica a non vacillare e a non farmi prendere dalla tristezza della solitudine dei mesi trascorsi in casa, ma come ribadito nell'omelia, la preghiera non è mai solitaria. L'arcivescovo ha ribadito più volte il concetto di preghiera del popolo e mi piace pensare che nonostante questa lontananza fisica ed emotiva che si è creata, la mia preghiera diventi un affidamento a Dio che mi aiuti a sentirlo più vicino, come alleato, come Padre di cui tutti abbiamo bisogno e non come giudice distante dalla comunità.

...

La riflessione che vorrei condividere è quella che scaturisce dalla meditazione della seconda serata.

Serve ricordarci che la nostra Fede non è un cammino meramente personale, ma anche di Popolo. Capire di essere in cammino con gli altri, crescere anche grazie alla loro testimonianza. Lasciarsi guidare dalla Chiesa. La Promessa di salvezza rivolta ad Israele ora è per tutti. In questo senso lo sguardo di Dio su di noi ci dona dignità, in quanto partiamo dallo stesso amore. Ecco perché nessuno è "protagonista e nessuno è insignificante", come ha detto il Vescovo. Aiutami, Signore, a non sentirmi il protagonista, aiutami ad essere umile, ma aiutami anche a sentirmi utile, atteso.

Vorrei citare un testo, tratto da Isaia 43 poi divenuto un canto meraviglioso:

"Sono io che ti ho fatto e plasmato, ti ho chiamato per nome
io da sempre ti ho conosciuto e ti ho dato il mio amore
perché tu sei prezioso ai miei occhi, vali più del più grande dei tesori"

Alessandro

Mi ha fatto molto piacere vivere queste tre serate e l'ho trovata anche una cosa molto carina per far ritrovare molti giovani anche in questo brutto periodo che ci tiene lontani da tutte le attività sia religiose che come comunità per esempio in oratorio, ha fatto riavvicinare molti giovani che magari non andavano da un po' a qualche celebrazione e hanno avuto questa opportunità di ritrovo con queste tre serate! Spero veramente che Gesù ci stia sempre vicino e ci faccia fare queste azioni verso i più bisognosi che hanno bisogno del nostro aiuto, anche una minima cosa come ha detto il Cardinale per esempio una semplice commissione tipo la spesa per un anziano, sono contento che io e tutti noi giovani possiamo essere d'aiuto per qualcuno!

Dario

Ho vissuto bene queste tre sere, le diverse domande che ci sono state lasciate mi hanno fatto riflettere molto ma credo di non avere le risposte a tutto. Alcune risposte sono sicura che arriveranno solo in futuro. Non ho fretta di arrivare a delle conclusioni, ma sono molto curiosa di quello che il Signore "ha in serbo per me", quale strada mi indicherà?

Le frasi che ho evidenziato sono quelle che mi hanno colpito di più e che mi hanno fatto riflettere maggiormente. Sono argomenti che possono sembrare banali ma che, se ci soffermiamo, anche per poco, ci fanno capire cosa può nascere da una piccola riflessione e a quante domande portano. Questi momenti mi hanno insegnato a pregare meglio e mi hanno spinto a voler continuare a imparare a farlo.

...

Sono riuscito a partecipare al primo e all'ultimo, li ho trovati davvero belli ed emozionanti ma soprattutto sono stati dei momenti in cui ho pensato a mio nonno che è stato male lunedì mattina e non si è ancora ripreso, ma pian piano migliora. Spero che le mie preghiere siano state ascoltate. Oltre che per mio nonno, ho pregato tanto anche per tutti i miei cari sia vivi che defunti, in modo che vengano protetti e sempre accompagnati dal signore. Per me è fondamentale pregare

anche per i miei parenti defunti, perchè li sento sempre vicini e so che nonostante tutto non mi hanno mai abbandonato, in particolare per mia nonna che era ed è una delle persone più importanti che avevo, per l'altro mio nonno e per mio zio, il fratello di mio papà, che ha perso la vita molto giovane.

Daniele

In queste sere di avvento l'arcivescovo Mario ci ha guidato in quella che lui stesso ha definito la scuola di preghiera: un'occasione importante che ci ha accompagnato all'incontro con Dio, senza che ostacoli e difficoltà della quotidianità potessero avere il sopravvento. Grazie alle parole del vangelo di Luca, abbiamo meditato sul significato di tre famosi cantici: quello di Maria, di Zaccaria e di Simeone. Da ognuna di queste figure penso di aver imparato qualcosa.

Maria, dammi la forza di vedere la storia e il mondo che ci circonda con occhi di speranza. I soprusi e la violenza non devono essere causa di desolazione in noi: la venuta del Signore è cambiamento e salvezza. Insegnami ad accogliere nella mia vita l'angelo di Dio e il suo annuncio, perché io possa vivere con gioia il piano che il Signore ha pensato per me.

Zaccaria, insegnami a non perdere la speranza anche nei momenti più bui, ad amare la vita come dono che il Signore ci ha dato. Tu mi hai insegnato che Dio visita il suo popolo e non ci lascia mai soli: la salvezza è nell'Alleanza, unica bussola che abbiamo per orientarci sulla via per la pace.

Simeone, aiutami a vivere l'attesa come hai fatto tu, così che anche io possa risplendere di quella luce di speranza e illuminare, a mia volta, i volti delle persone che incontro. Da te, infine, ho imparato che solo nell'incontro con Dio si può avere il vero compimento della vita.

Alessandro

Come Dio mi vede – Chi sono io?

Lo vedo su di me, lo vedo sui miei ragazzi, di quanto, in questo periodo storico, sia complesso riuscire a trovare il proprio posto per come Lui ci vede e non per come ci immaginiamo di dover essere o di come gli altri vogliono vederci. È complesso, soprattutto per i più giovani trovare un luogo che ti possa far sentire completo e compiuto. È faticoso trovare il proprio IO in un mondo che non ti permette di guardarti dentro e di scoprire se stessi. Un mondo che ti chiede di compiere, ma che non ti chiede di sentirti compiuto. Qual è la mia vocazione? Cosa sono chiamato a compiere per sentirmi completamente IO?

Kaire! Esulta! Rallegrati!

Quanto è complesso rallegrarsi oggi? Cosa effettivamente rallegra? Cosa mi crea lo stesso sentimento che ha avuto Maria? Oggi l'invito che ci viene fatto, "Kaire! Rallegrati!" è un invito che richiede uno sforzo maggiore. Non è così evidente come lo era nella normalità. La normalità che avevamo prima, il "rallegrarsi" che abbiamo vissuto, era davvero il sentimento che Dio ci chiede di vivere?

Sicuramente questo è un periodo in cui si fa più fatica a rallegrarsi, ma è anche un periodo in cui si è in grado di rallegrarsi con le piccole cose che sento saranno difficili da assaporare una volta tornati alla normalità. Oppure, è proprio questo

che ci aiuterà a tornare rinnovati, ad arrivare ogni giorno a rallegrarsi per i più piccoli gesti che abbiamo imparato ad apprezzare e a condividere con chi ci sta accanto e con chi ha bisogno e avrà bisogno di noi. Non ci vogliono grandi eventi per rallegrarsi, a Maria è bastato sapere che il Signore fosse lì, vicino a lei. Ed è così che ogni gesto e ogni momento lo si carica di speranza e di serenità.

Rallegrati, piena di grazia, il Signore è con te!

Viviamo poiché riceviamo.

È un'immagine stupenda di come effettivamente vivere sia, a volte, una cosa un po' scontata. Tutto ciò che riceviamo ci fa sentire più o meno vivi. Un'attenzione, una disattenzione, un gesto, una parola, fatto e detta in un certo modo creano in noi dei sentimenti che ci fanno sentire più o meno vivi. Riceviamo continuamente stimoli, gesti, attenzioni, da chi ci sta accanto che ci fanno sentire vivi. Forse ora è difficile.

Vedo visi stanchi, leggo messaggi stanchi, risposte stanche da chi mi sta intorno e cerco di donare, più che ricevere. Che poi è sempre strettamente legato, quando dai, inevitabilmente poi ricevi. È un momento in cui forse ci sono più momenti in cui ci sentiamo meno vivi. La relazione con l'altro, il sentirsi popolo, viene a mancare in un momento in cui non si possono ricevere le attenzioni, i gesti, i momenti, se non dietro ad uno schermo.

Mi chiedo: saremo ancora capaci di ricevere, una volta finito tutto questo? O dovremo imparare nuovamente ad essere aperti ad accogliere e ricevere dall'altro?

Dovremo ricostruire ciò che abbiamo tenuto fermo per mesi. Tutto ciò che abbiamo come ricordo, come speranza. Ma dovremo anche tornare a essere popolo, non singolo. Tutti noi stiamo vivendo questo momento e tutti noi abbiamo avuto le fatiche più differenti, ma sarà dunque ancora più bello riprendere con le nostre vite, segnate da questo momento, ma che ci aiuteranno ad essere popolo, a pregare non per noi, ma per chi è anche più lontano da noi. Son convinta che non esisterà una presunzione del protagonismo, sarà, per me, difficile non condividere tutto quello che ho passato in questi mesi, perché mi ha cambiata e perché so che magari ciò che ha aiutato me, potrà aiutare qualcuno accanto a me.

Gesù è luce.

La prima cosa che mi è venuta in mente è stata:

³ *tutte le cose furono per mezzo di lui e senza di lui neppure una cosa fu.*

⁴ *In ciò che fu fatto era **vita** e la vita era la luce degli uomini;*

⁵ *e la **luce** splende nella **tenebra** e la **tenebra** non l'afferrò.*

[...] ⁸ *Non era lui la luce, ma **testimoniava** sulla luce. (GV. 1, 3-5, 8)*

È un testo che ho avuto occasione di analizzare ormai più di un anno fa e trovo che sia perfetto per esprimere quello che è nato dentro a questa serata in me.

Gesù è luce, Dio è luce che è vita. Noi siamo vivi grazie alle speranze e Dio è speranza.

La luce è qualcosa che noi vediamo, sappiamo che cos'è, ma è allo stesso tempo sfuggente, non si può toccare la luce. Eppure dà la sensazione di essere una delle cose più potenti. Tutte le cose belle in qualche modo, almeno nella mia vita, se raccontate è come se in parte fossero descritte come *luce*.

Trovare la propria strada: ora mi è tutto più *chiaro*, so cosa devo fare. Fare un incontro inaspettato o ricevere un qualcosa di inaspettato: mi hai *illuminato* la giornata! Concludere qualcosa di complesso: vedo la *luce* in fondo al tunnel!

La luce è bellezza. E Dio ci dimostra ogni giorno di quanto camminare accanto a Lui sia bellezza. Certo, io nella luce la “concretezza dell’interlocutore” la vedo a fatica, la luce è inafferrabile, ma la luce può trovarsi in qualsiasi cosa, Dio si trova in qualsiasi cosa. In un gesto, in un’emozione, in una fatica...

E l’immagine di questa luce che avvolge la tenebra, che non si fa afferrare perché avvolge completamente tutto è qualcosa di meraviglioso. Essere avvolti dalla luce che non è una luce accecante, ma una luce calda che ti avvolge, ti comprende e ti aiuta. La luce è descritta come un qualcosa che avvolge la tenebra. Mi immagino la tenebra piena di rabbia che viene avvolta dalla luce ed è proprio in quel momento che, incontrando la luce, non può far a meno di diventare anche lei luce.

Così come i discepoli con Gesù. Sono stati avvolti dalla luce e non hanno potuto più fare a meno di diventare anche loro testimoni della luce. Ma è complesso essere testimoni, si è chiamati ad una grossa responsabilità e anche a fatiche. Il brano di Giovanni continua dicendo che la luce venne, ma non fu accolta.

La sfida è proprio questa. Io che testimone sono per chi mi è accanto, per i miei ragazzi, per la mia famiglia? Ho dei muri, ho dei rifiuti in questo mio tentativo di essere testimone. Sarà un percorso difficile, diventare testimone ancora più credibile e genuino, ma sarò testimone della vita, della mia vita portando la luce.

Federica

Premesso che generalmente non amo zoom, che questo genere di momenti anche dal vivo non sono mai riusciti a conquistarmi del tutto, e che Delpini non è il mio oratore preferito, quelle che posso dire invece è che rileggendo gli appunti presi e guardando l’insieme della proposta vedo diverse cose interessanti:

-la volontà di dare una linea guida su come pregare e come approcciarsi alla Parola
-alcune indicazioni pratiche e testi di riferimento interessanti (magari da usare anche con i ragazzi)

-un tempo e uno spazio dedicato a noi, con Dio, in questo momento storico in cui non è facile, almeno per me.

I 3 cantici sono testi molto noti, già occasione di riflessione in altre occasioni del mio percorso di vita, ma affrontarli così insieme è stato un bel modo per vederli sotto un’altra luce e soprattutto per riprendere in mano in modo più strutturato un percorso di fede che a causa dell’interruzione di tutte le esperienze che normalmente facciamo (route di pasqua, catechesi di noviziato, di coca, testimonianze...) avevo personalmente perso un po’ di vista. Ci è stato detto di gioire, ci è stato ricordato che siamo parte di un popolo e non siamo soli, ci è stato detto di accogliere la novità di Dio nel nostro presente. Ma ci è stato detto anche di imparare a fare silenzio, fare spazio... imparare a farlo. Che dire, ci proverò!

Marta

In tre giorni di esercizi spirituali, sono tanti gli spunti che l’Arcivescovo ha dato, qualcuno è rimasto un po’ di più.

Nella prima serata la parola che è rimasta è stata: Kaire, Rallegrati. Queste sono parole che, nei pensieri dell'Arcivescovo tornano spesso. Un primo passaggio di questa "scuola di preghiera" è stato capire chi sono io e chi è il Dio in cui credo, conoscere la propria storia. . Chi accoglie Dio si rallegra e intuisce la grandezza alla quale è chiamato.

Del Cantico di Zaccaria resta impresso il ruolo dello Spirito Santo nell'"imparare a pregare". Si passa dal capire chi sono io e il mio rapporto con Dio a una preghiera corale e di popolo, Dio visita il Suo Popolo. Questo ci ricorda la grandezza del Progetto si trova. Esserci dentro in quanto Popolo dice del fatto che ci siamo dentro in quanto Comunità, passaggio che appare significativo nel periodo che stiamo vivendo e che nel concreto ci lascia un messaggio significativo: abbiamo bisogno gli un degli altri e tutti di Dio.

Dalla terza e ultima serata resta l'importanza dell'incontro: la preghiera non è solo emozione, non è solo qualcosa che faccio perchè va fatto, ma è un incontro concreto e si esprime attraverso i gesti del corpo. Resta la concretezza del dialogo con l'interlocutore che è Gesù. Rimane indelebile dall'ultima serata la parola speranza, noi che siamo parte di questa generazione abituata a desiderare cose piccole, raggiungibili, un passo alla volta, ci ricordiamo che grazie allo Spirito di Dio possiamo sperare in grande.

Quello che resta a conclusione di questi tre giorni non sono solo tanti spunti in una loro organicità, ma soprattutto l'accompagnamento verso l'incontro, un incontro concreto, che rallegra, e dà speranza.

Chiara

Tutti i cantici di Luca sono cantici di speranza! Fanno trasparire la gioia di chi li pronuncia e la loro grande fede. Signore, ti prego perché tu possa aiutarmi a coltivare la speranza nel tuo amore, perché anch'io sia ricolmato di Gioia come Maria, Zaccaria e Simeone. Amen.

Stefano

Ciao Don, ho seguito i tre incontri e la cosa che mi ha maggiormente colpito è stata la domanda "a te interessa davvero imparare a pregare?". Ragionandoci, mi sono posta la domanda se davvero mi interessa approfondire ed impegnarmi di più in questo cammino, spesso non mi sento molto all'altezza ad affrontare un percorso così difficile. Spero che lo Spirito Santo mi illumini e mi aiuti a prendere la strada giusta.

Matilde

A me personalmente hanno colpito i diversi punti, però riporterò solo i 2 che in assoluto mi hanno colpito di più:

- **A te interessa pregare?** Quando Delpini ha posto questa domanda ho alzato lo sguardo dal foglio e l'ho guardato perplesso. Non me l'aspettavo.

Ecco perché la sera stessa mi sono fatto la stessa domanda e la risposta è stata dipende: dipende dal momento. Prego solo in casi diametralmente opposti: o se

sono in condizioni in cui ho bisogno di conforto, o in casi in cui sono molto felice per qualcosa e voglio condividere la mia serenità con Lui.

Ergo, non mi interessa pregare in quel limbo di situazioni che reputo non importanti.

- **Non bisogna diventare solo un ingranaggio del mondo:** in parte sono d'accordo con questa frase, in parte no.

Giusto perché non dobbiamo esistere solo per una funzione pragmatica. Un esempio semplice: quanti di voi sentono determinate persone solo perché gli servono? O viceversa vengono contattati solo perché utili a loro in quel frangente? Ecco chiedere un banale "come va?" potrebbe veramente strappare un sorriso a qualcuno, o magari conoscere lati umani inaspettati. L'ingranaggio rende bene anche la scansione del tempo: ci sono alcuni che non sono in grado di interrompere la loro routine e adattarla alle esigenze dei loro amici.

L'ingranaggio però è anche una bella immagine: ognuno di noi, può eccellere in un sacco di cose, ma sicuro non può continuare a vivere da solo. Una macchina più ingranaggi ha, più è complessa, maggiore sarà la sua capacità di risolvere problemi grandi. Il primo esempio che mi è venuto in mente sono le reti neurali all'interno del mondo del Machine learning, un argomento complesso ma che rende molto bene questo concetto.

Mirko

Il messaggio che più sento di fare mio al termine di questi esercizi spirituali di Avvento, è un messaggio di speranza. Attraverso una fase della mia vita durante la quale convivo con l'idea di non essere più un adolescente ma un adulto: crescono le responsabilità, è necessario compiere delle scelte, alcuni legami del passato si sfaldano mentre altri si fortificano proiettati al futuro. Dare una dimensione al mio rapporto con Dio in mezzo a tutto questo è un'operazione non banale: come ogni solida relazione, anche quella con il Signore non può prescindere da una componente di dialogo che, in questo caso specifico, è rappresentata dalla preghiera. All'interno della *scuola di preghiera* che abbiamo potuto frequentare durante questi esercizi spirituali, mi hanno molto colpito i richiami dell'arcivescovo Delpini verso la storia della presenza di Dio tra gli uomini. In questa storia siamo tutti chiamati ad entrare per mezzo dello Spirito Santo e ognuno con la propria responsabilità deve prendere parte al suo svolgimento. Tendo troppo spesso ad aver paura del futuro, di che uomo diventerò e di quali traguardi potrò raggiungere, dimenticandomi di essere all'interno di una narrazione più grande che ha bisogno anche del mio contributo per poter procedere; ho capito che Cristo non nasce solo a Natale, ma che devo essere in grado di permettere a Lui di nascere ogni giorno come conseguenza della mia adesione a questa storia. Il motore che guida tutto questo è la speranza, una speranza nella salvezza che deve essere propria di ogni cristiano, e che si può rinnovare nel dialogo con Dio. Confido che questa nuova dimensione della preghiera che ho potuto apprendere in questa esperienza di esercizi spirituali possa essere una nuova chiave per fare evolvere un rapporto, quello con il Signore, che ha bisogno di consolidarsi e di essere costante parte della mia vita.

Alessandro

Luce per illuminare le genti.

Il Signore Gesù è luce, in lui posso trovare il significato della mia vita.

È necessario che io impari ad accogliere la sua luce per poi poter comprendere meglio chi sono io, chi sono gli altri e qual è il cammino che sono chiamata a compiere.

...

Viviamo di una vita ricevuta, abbiamo bisogno degli altri, abbiamo bisogno di Gesù. Non bastiamo noi stessi.

Dopo queste parole dell' arcivescovo mi sono fermata a pensare a quanto effettivamente sia vero che l'uomo abbia estremamente bisogno delle altre persone per stare bene; non bastiamo noi stessi. Ancor di più in questo periodo complicato che ci ha costretti a stare lontano fisicamente dalle persone care ho realizzato quanto sia importante vivere le relazioni anche solo con una chiamata o un messaggio per sentirsi vicini. *Viviamo di una vita ricevuta*, una vita che è un dono, così come sono un dono per me la mia famiglia, i miei amici e i miei ragazzi con i quali condivido l' esperienza della Fede. Quante volte mi ritrovo a ringraziare Gesù per l'amore che ricevo e per le occasioni che mi offre per poter amare. Prego perché mi dia la capacità di non spreca neanche una.

Sofia

Ero partito scettico, convinto che stare chiuso in una stanza di casa mia non mi avrebbe aiutato a pregare, ed in parte così è stato.

La prima sera mi ha dato tanto, ho riflettuto molto sul pregare in se, su come nessuno mi avesse mai spiegato come fare orazione, come rivolgermi a Dio e sono giunto alla conclusione che non esiste un giusto o uno sbagliato, basta trovare un modo per instaurare un rapporto personale con il Signore, che sia ripetendo molte volte una frase che ci ha colpito oppure leggere un libro spirituale, il Vangelo, un testo di una canzone o qualsiasi cosa ci possa aiutare. Poi c'è il metodo che preferisco, il Dialogo. Trovo che questo modo sia il più complicato perché è facile perdersi nei propri pensieri e non focalizzarsi sulla preghiera, ma è anche quella che mi dà la sensazione di parlare con un Amico, raccontargli la propria giornata, riflettere insieme su qualcosa che mi turba o a cui tengo particolarmente, e quindi di avere un rapporto più diretto e genuino con Dio.

Terminata la prima sera, preso dall'entusiasmo ho condiviso il link con qualche mio amico per invitarlo a seguire i due incontri successivi, anticipando così il "compito" che l'arcivescovo ci avrebbe affidato Martedì.

Il giorno seguente, Martedì per l'appuntamento, mi siedo sulla sedia poco motivato. Ascolto le parole di Delpini che scorrono via senza lasciare traccia in me, tranne una frase in cui l'arcivescovo spiega che nel corso della storia Dio è stato paragonato erroneamente ad un orologiaio, e noi a piccoli ingranaggi incastrati in questo sistema superiore. Ho riflettuto su questo, e non so se sono giunto ad una conclusione.

La terza sera vuoto totale.

Tirando le somme però sono contento di questi tre momenti di preghiera perché non pensavo di poter riaccendere una fiammella in me che per molto tempo è stata affievolita.

Nicolò

Dalle serate di meditazione ciò che trattengo può essere espresso tramite una preghiera. Gesù fammi accogliere il kaire dell'angelo, aiutami e guidami a capire chi sono e quale sia la mia grandezza in questo mondo. "Viviamo perché riceviamo" ha detto l'Arcivescovo, la vita è un dono di Dio dammi una mano ad impiegarla nel modo migliore. Fai sì che io porti sempre lo Spirito Santo nel cuore nella mente e nel corpo e che come Simeone non perda mai la speranza. Fammi guidare ed avvolgere dalla tua luce. Amen.

Martina

Queste tre sere di esercizi spirituali mi hanno aiutata a soffermarmi e comprendere di più il significato del cantico di Zaccaria e del cantico di Simeone, e a prepararmi alla nascita di Gesù.

Marta

Caro Signore, nella frenesia della nostra quotidianità troppo spesso ci dimentichiamo di Te e usiamo la patetica scusa del tempo che manca per giustificare la nostra assenza nei tuoi confronti. In questi tre giorni, in cui ho voluto trovare del tempo per noi, per coltivare la nostra amicizia, mi sono lasciata guidare dalle riflessioni del nostro Vescovo Mario. Fin dal principio egli mi ha stimolata a mettere davvero in discussione la mia relazione con Te. La domanda con cui il Vescovo ha esordito ogni sera è stata "lo giovane, voglio davvero pregare?" "Mi interessa davvero pregare?". Domanda banale forse, eppure me lo sono mai chiesta se voglio davvero pregare? Ho provato a darmi una risposta: se sono qui queste tre sere è perché sì, voglio pregare, voglio incontrarti e voglio averti nella mia vita. Ora che ho capito che voglio pregare arriva la nota dolente: come si fa a pregare? Sono capace di pregare? Spesso mi sono detta che non posso a 24 anni non sapere ancora come si fa a pregare. Sono grande ormai, sono capo scout e testimone di fede per i miei ragazzi e non posso non saper pregare. Ma perché? È vero, ho 24 anni e devo essere testimone di fede per i miei ragazzi ma questo non mi deve impedire di essere continuamente alla ricerca e non per questo devo pensare di dover essere perfetta, soprattutto in una cosa così grande come la fede. Sono sempre e comunque una ragazza di 24 anni e la cosa più bella che posso testimoniare ai miei ragazzi è forse la consapevolezza che non si finisce mai di camminare, ma che il bello è essere delle persone sempre alla ricerca che non si sentono mai arrivate. Le riflessioni portate dal Vescovo in queste sere mi hanno fatto capire che è normale essere ancora in cammino nel cercare di costruire un rapporto con Te e che in questo percorso non sono sola. C'è la comunità di tutti i giovani che come me sono in cammino, sono alla ricerca. Poi ci sono tante persone disposte ad aiutarci a trovare la giusta modalità per entrare in contatto con Te. Sono tante le modalità di preghiera e sono tanti gli strumenti che abbiamo a

disposizione per imparare a pregare. Fra tutte le modalità di preghiera che ci sono state presentate dal Vescovo mi ha particolarmente colpita la modalità con cui Simeone entra in contatto con Te ed è quella che ha scaturito in me più domande. Mi ritengo infatti una persona molto 'fisica'. Nelle relazioni io cerco molto il contatto con l'altra persona. Che sia appunto un contatto fisico o un contatto visivo è indifferente, ma per me passare dalla dimensione corporea è fondamentale. Bella fregatura per me allora entrare in contatto con Te, Dio! Non ti fai vedere e non ti posso toccare... Vorrei riuscire ad avere la pazienza e la fiducia di Simeone che per una vita intera Ti ha aspettato. Ma non solo! Io vorrei avere la capacità di Simeone di accorgermi dei momenti in cui Tu ti manifesti a me. Sono infatti certa che nella quotidianità Tu ci sei, che ti fai vedere, che ti fai sentire eppure io non ti sento e non ti vedo mai, non mi accorgo della Tua presenza. Ti chiedo Signore di aiutarmi ad accorgermi di Te proprio come ha fatto Simeone, che stringendo tra le braccia un piccolo bimbo si è accorto di stare abbracciando la LUCE, la SALVEZZA.

Aiutami Signore ad avere speranza e a vedere la Tua luce negli altri e nelle piccole cose della mia quotidianità, aiutami a vedere la Tua salvezza.

Martina

Prima di cominciare queste serate guidate dal nostro vescovo non sapevo esattamente cosa aspettarmi, eppure sentivo dentro di me che sarebbe stata un'ottima occasione d'incontro con Dio e così è stato. Sono moltissimi i temi toccati dalla mia riflessione, credo però che quello che riecheggerà più a lungo dentro di me sia il tema della preghiera. Delpini, infatti, ci ha subito provocati chiedendoci se fossimo disposti ad imparare a pregare e soprattutto in quale modo pregassimo. Queste domande mi hanno inizialmente destabilizzata perché a volte non so quale sia il modo migliore per relazionarmi con Dio, eppure durante queste tre serate ho avuto la continua conferma che il solo sentire in me un desiderio quasi impulsivo di avere un contatto con Dio significa pregare, sento sempre che Dio è con me e non c'è niente che mi rallegra di più, sembrerà banale, ma spero sinceramente che questo tempo d'attesa, che è l'avvento, sia occasione per molte persone di rendersi conto quanto non siamo soli e soprattutto quanto siamo amati. La meditazione mi ha aiutato a incanalare questo desiderio di preghiera nelle letture del cantico di Zaccaria e di Simeone. In conclusione, ho deciso che vivrò questo Avvento sia come attesa, ma anche come percorso di preghiera verso il vero incontro con Gesù che è sempre con me, anche quando io non so bene in che modo essere con lui.

Noemi

Premetto subito che mi sono avvicinato a queste tre sere di esercizi spirituali senza la minima pretesa (e senza la minima voglia, se devo essere sincero). E nonostante questo scarso impegno qualcosa mi è rimasto. Sarà che ho ascoltato le uniche parole dell'arcivescovo che dovevo ascoltare, sarà che ho pregato meglio di quanto non mi sia reso conto, il fatto è che mi è sembrato di ricevere un messaggio creato su misura per me. Non sto parlando di tutte quelle cose retoriche tipo

“aiutami signore a guardare al mondo con gli occhi di un bambino” e altre belle espressioni che almeno per me vogliono dire tutto e niente.

Per farla breve, in questo periodo della mia vita se provo a guardare al mio futuro vedo solamente una spaventosa voragine: non so cosa voglio diventare, non so se sono sulla strada giusta per diventarlo. Non ho nessuna certezza se non quella di sentirmi solo, e non perché non abbia amici o persone che mi vogliono bene, ma perché sono spaventato e non so neanche da cosa. E' una sensazione deprimente, ma mi sembra di non essere in grado di esprimerla. Ora, non è che tre sere di esercizi spirituali su youtube mi abbiano svoltato l'esistenza, però in qualche modo mi sono sentito consolato. Mi è venuta in mente la canzone di “Giuseppe il re dei sogni”, quando si mette a far crescere l'alberello in prigione, e per un momento ho capito che devo smetterla di preoccuparmi. Mi è proprio venuta voglia di stare sereno, di credere di non essere solo. Non posso sapere se esiste una provvidenza, o disegno divino, o come lo si vuole chiamare: so solo che per un momento mi è sembrato di riuscire a comunicare il mio disagio e di essere compreso. Insomma ho capito quanto è bello credere che ci sia qualcuno a cui affidarsi.

...

Dopo quanto vissuto in queste sere, vorrei davvero che ogni volta che mi rivolgo al Signore sia un simile incontro: vero, colmo di luce e di speranza. E continuo anche a portare con me la benedizione pronunciata dal Vescovo in uno di questi incontri: che il Signore ci accompagni sempre con la Sua grazia, ci ricolmi sempre della Sua gioia e ci benedica!

Marco

Ogni giorno a scuola, in famiglia e nei vari contesti sociali impariamo qualcosa di nuovo che ci fa crescere. Nonostante questo, la prima domanda che il nostro arcivescovo ci ha proposto mi ha spiazzato. “A te interessa imparare a pregare?”

Ma come, non ho imparato a pregare? A catechismo mi hanno insegnato a recitare le preghiere e già prima i miei genitori avevano iniziato ad accompagnarmi nel viaggio della fede. Negli anni ho messo a punto il mio modo di parlare con Gesù, perché questa è la mia forma di preghiera: un dialogo fraterno come tra amici.

Eppure, a ventun anni mi viene chiesto se ho il desiderio di imparare a pregare.

Così, in queste sere ho cercato di capire come migliorare la mia preghiera e, ascoltando i suggerimenti dell'arcivescovo, mi sono lasciata condurre dalla sapienza del Vangelo e dalla forza del silenzio e ho cercato conforto ripetendo alcune espressioni dei cantici proposti.

L'arcivescovo però ci dice dell'altro: imparare a pregare è un po' come imparare a vivere e per farlo non si può pretendere di essere soli. Bisogna affidarsi e lasciarsi toccare dallo Spirito Santo, affinché i nostri occhi -come quelli di Simeone- vedano la salvezza che viene da Dio, vedano che il Dio in cui crediamo è un Padre e Amico fedele che mantiene le promesse. E così per imparare a vivere inizio col rivolgere lo sguardo ai santi e ai tre personaggi di cui abbiamo ascoltato la preghiera negli esercizi spirituali (Maria, Zaccaria, Simeone), convinta di trovare in loro luce, salvezza, speranza, gloria e grazia; parole che sono state pronunciate più volte tra

salmi, Vangelo e meditazioni e che di fronte al mio cuore configurano l'immagine più vera dell'abbraccio di Dio. E allora sì, mi interessa imparare a pregare e, ancora meglio se continuiamo a imparare insieme, in Chiesa, in oratorio, in famiglia.

Elisabetta

L'esperienza di esercizi spirituali permette di fermarsi realmente a riflettere sulla Parola e ad avvicinarsi maggiormente con il Signore, personalmente li ho trovati molto profondi, non mi sono soffermato tanto sul vangelo delle singole sere, piuttosto ho spaziato sulla totalità della sua Parola, e sono arrivato a realizzare che veramente il Signore è luce e nostra guida in ogni istante della nostra vita, grazie alla sua Parola possiamo prendere la giusta via, soprattutto nelle relazioni che ogni giorno viviamo. È importante non perdere la Fede, non tanto perchè è qualcosa di brutto, ma addirittura rischieremmo di perdere noi stessi!

Michele

Ha senso pregare? Voglio pregare? La mia risposta è sì, oggi più che mai, di fronte alle difficoltà di questo tempo unico. Mi sono chiesto cos'è per me la preghiera oggi...una domanda difficile. Io credo che la preghiera sia una dimostrazione d'amore, è riconoscere l'importanza del legame insolubile che c'è tra me e Dio; per questo sono convinto che anche solo la volontà di pregare, anche se come me non si è molto capaci, è essa stessa una preghiera perchè dimostra che abbiamo bisogno di parlare con Lui. In un mondo pieno di parole, informazioni e notizie, la preghiera esprime la potenza del silenzio, dà valore al mio tempo; esprime la necessità di avere un vuoto in noi che Dio possa colmare. E' la gioia di riconoscersi umilmente bisognosi e vogliosi di essere riempiti dal Suo amore.

E la preghiera per me è comunione: oggi chiedo a Signore di darmi la grazia di una preghiera vera, che non sia solo una recita, non una chiacchiera, ma un vero e profondo incontro con lui, una comunione nello spirito e nel corpo.

Alcune frasi non direttamente collegate a quanto sopra, ma che mi piacevano:

-La speranza cristiana è la certezza di essere sempre accompagnati da Dio, di avere una luce da seguire. -L'impegno a servire non sia un processo di autogratificazione, ma l'espressione di un'esistenza comune. -Tenerezza e misericordia, queste sono le modalità in cui si esprime l'immensa potenza di Dio

...

Ringrazio l'arcivescovo Mario per avermi dato la possibilità, in queste tre sere, di riflettere sul significato e sull'importanza della preghiera. In questo nostro tempo, in cui siamo sempre di corsa, sempre dietro a mille impegni e da qualche mese anche dietro alle restrizioni che ci vengono date, per cercare di restringere la diffusione del virus, trovare del tempo per fermarsi, stare in silenzio e pregare è prezioso. E' nella mia intimità più profonda che cerco le risposte alle domande che, di tanto in tanto emergono. Sono tanti i problemi che cerco di risolvere, i momenti in cui mi sento sommersa dagli impegni, ma per fortuna in tutto questo ho la mia certezza: la preghiera con Gesù. E' il mio momento in cui tutto tace, e finalmente possono raccogliermi per condividere con Lui, mio grande Amico, ogni mio

pensiero, ogni mio dubbio, ogni mia idea. E' un incontro al quale non posso mancare, perché è proprio attraverso Gesù che imparo a vivere, imparo a restituire, gradualmente, la vita che mi è stata donata.

Mi ha resa felice anche il fatto di sapere che non ero solo io, nel silenzio della mia camera a vivere questo momento, ma ero insieme ad ognuna delle persone collegate, tutte unite per cercare di indagare più a fondo la nostra relazione con Gesù.

Alice

Questa proposta della diocesi di Milano è stata molto importante per me, soprattutto perché durante l'emergenza sanitaria, l'arcivescovo ha voluto riunire tutti i giovani della diocesi di Milano per non tralasciare ed aspettare il Natale.

A livello spirituale questi incontri sono stati spunto di riflessione in particolare le domande che l'arcivescovo indirizzava a noi.

Queste domande mi hanno fatto pensare molto alla situazione di attualità che tutti noi cittadini cristiani e non, stiamo vivendo. Ho potuto riflettere più profondamente sul mio rapporto con Dio, in relazione alla situazione che stiamo vivendo e al periodo natalizio che si avvicina.

Concludo ringraziando la diocesi per questa opportunità che mi è stata data.

Francesco

Impara a non accontentarti dei gesti che hai compiuto, a non essere mediocre, a non lasciar correre. Costruisci, a tuo modo, seguendo ciò che sei e utilizzando al meglio la tua vocazione, una vita che lasci un segno per chi verrà. Sii luce per chi ti sta accanto, porta conforto e serenità, e ogni giorno, amando, compirai qualcosa di straordinario.

...

Dall'io al Noi: la verità semplice della vita.

Così ha detto l'Arcivescovo Mario Delpini in un discorso indirizzato a noi giovani.

Fin da prima che nasciamo, la nostra esistenza è legata a quella di altri. Viviamo grazie agli altri, con gli altri e, crescendo, impariamo a vivere per gli altri. La vita che abbiamo ricevuto vogliamo donarla a nostra volta a qualcun altro.

Non è però immediato passare dall'io al Noi, soprattutto quando siamo ragazzi.

Da una parte, la voglia di goderci la nostra libertà ci fa pensare all'io; dall'altra, la responsabilità e il desiderio di significare qualcosa per l'altro ci fa pensare al Noi.

Credo che un passo fondamentale sia prendere consapevolezza dell'io che siamo e, di conseguenza, del Noi che vogliamo creare con l'altro.

E allora, una preghiera per il nostro io e il nostro Noi, la nostra vita.

Federica

Dov'è Dio?

Chiunque almeno una volta nel suo cammino si è chiesto: "dov'è Dio?". Chiunque di noi almeno una volta nella vita è stato un po' san Tommaso, che ha voluto vedere il volto di Dio per potergli credere. Ma solo in pochi possono affermare di

aver visto Dio e una gran parte delle volte siamo scettici a creder loro. Ma come si mostra Dio? Dio non si fa vedere trionfante in cielo circondato da cori angelici. Dio non si fa vedere come un vecchio dai capelli lunghi e bianchi, come viene spesso presentato nell'arte.

Dio è presente nella Storia attraverso l'uomo, l'uomo deve farsi tramite per mostrare al mondo la magnificenza di Dio. Ma non è una magnificenza superba e austera, è una magnificenza che si mostra nell'uomo umile, nell'uomo grato, nell'uomo gioioso; ci libera dall'individualismo sterile, ci fa così comprendere di essere un ingranaggio essenziale della macchina del mondo, un mondo che è come una grande famiglia, in cui tutti facciamo parte come fratelli.

Davide

Riflettendo rispetto a quanto ha scritto e letto il buon Mario, non posso che ritrovare un nesso tra la Reddito symboli dello scorso ottobre e le serate di questi giorni. Il nostro vescovo ha continuato a rimarcare certe parole ("compito", "vocazione", "cammino") che non hanno fatto altro che incrementare in me una certa curiosità. Nonostante questo, non saprei dirti se è una mia interpretazione personale corretta (perché sono fissato con questo discorso di percorso e in generale di "futuro" - soprattutto per il fatto che spesso tendo mettere in dubbio le mie scelte facendo così partire tanti attacchi d'ansia e di panico, inutili) o se invece non ci ho preso per nulla e non ho capito niente della cosa.

Fin dal primo cantico infatti, Mario ci racconta di come Maria prendeva atto della sua vocazione di madre e decide di accettare l'arduo compito di portare in grembo Gesù: subito vengono lanciate delle provocazioni, chi sono io, quali siano le mie radici ma soprattutto come mi vede Dio e quali sono le grandi opere che compie in me. E' difficile rispondere a queste domande (lo sai bene anche tu) ma non posso che farmi un esame di coscienza e cercare di capire davvero come sono io (questa è una cosa che già feci con la mia lettera dello scorso ottobre). Notiamo come qua ci sia un palese riferimento a quella che è la vocazione di ognuno di noi: ma soprattutto vediamo di come Maria ha scelto di prendere parte alla storia accettando quello che era il suo compito e mettendosi al servizio (... di Dio - si può dire?). ma un dubbio mi sorge spontaneo ora, come faccio davvero a capire quali siano le grandi opere che Dio compie (in o attraverso) me? Il fulcro della questione è dunque possibile che sia il servizio verso qualcuno?

La riflessione prosegue il giorno dopo: in questa occasione Mario sembra più puntare a qualcosa di vicino a noi giovani, parla infatti di presunzione di momenti di protagonismo e di come in realtà non capiamo quali siano i reali motivi della nostra vita e che di conseguenza cerchiamo di giustificare cercando motivi spesso di natura volatile. Quale tema poteva essere più attuale... un protagonismo portato all'estremo con i social network dove tutti vogliono apparire come i migliori e le migliori, cercando di far apparire la loro vita come una fantastica commedia dove tutto è perfetto ed ogni cosa rientra in precisi canoni. Mario rimarca il fatto che spesso dimentichiamo che (oltre allo schermo del cellulare) in realtà ci siano delle persone: il vescovo ci invita a superare la "depressione della solitudine" dove si ritiene che nulla possa dare significato alla vita (neppure Dio):

per imparare a vivere bisogna prima imparare a capire i doni che Dio fa a noi e cosa ci può aiutare in questo? La risposta è la preghiera.

L'azione del pregare (protagonista di tutte e tre le serate) è spinta per mettersi in contatto tra noi, Dio ma anche i nostri fratelli: infatti pregando ci accorgiamo che siamo parte di una comunità più grande di noi, parte originariamente di un popolo intero.

(PS questa è una cosa che in realtà non ho molto capito, però ho apprezzato molto il fatto che essendo parte di un popolo ognuno di noi in realtà non è mai solo e che ha un suo compito all'interno della comunità in cui vive - questo potrebbe anche superare i momenti di presunzione ed egoismo che ci vedono al centro di un mondo dove tutto ci è concesso e tutto ci è dovuto).

Manca ora il terzo giorno, forse quello più difficile da capire perchè parla di speranza in una promessa. Mario ci racconta che oggi giorno le persone vivono con una quotidianità fatta di piccole speranze e di basse ambizioni (frutto magari di una società incentrata troppo frequentemente su una visione materialistica della vita di tutti i giorni). Il vescovo spiega che grazie alla preghiera possiamo vivere l'incontro con Gesù e in questo periodo attendere con speranza il suo arrivo nella notte di Natale. Simeone dunque (protagonista della terza cantica esaminata) vive di una grande speranza che alimenta la sua fede e anima ogni giorno. Il concetto è davvero più complicato del previsto ma parlando dei discepoli Mario ha reso bene l'idea: quei ragazzi hanno creduto e hanno sperato nel ritorno di Gesù e questo è stato un formidabile aspetto che ha permesso a tutti loro di annunciare e raccontare la storia di Gesù nel mondo.

Abbiamo quindi: - un servizio o un compito che ci viene presentato - abbiamo dei doni - abbiamo la speranza che questo compito venga assolto ed eseguito.

Io ci vedo un grande richiamo alla vocazione di ognuno. A parer mio, ognuno di noi deve trovare i doni che Dio gli ha dato ed essere in grado di mettersi al servizio della comunità e degli altri, facendo leva proprio su queste sue caratteristiche peculiari e indistinguibili. Mettersi in gioco per gli altri, capire che non si è da soli su questo pianeta e che se alziamo la testa troviamo persone come noi che magari posso anche aver bisogno del nostro aiuto.

La vocazione di ognuno si mette in atto mettendo a frutto i propri doni e scegliendo la strada che la preghiera e la fede ci indicano.

E' facile dire che in avvento serve fare un'opera di bene o un'opera di carità, ma la realtà è che di "bene" e "carità" sono necessari tutto l'anno, di conseguenza triamo esempio del tempo dell'avvento, soprattutto in questo anno difficile. Rendiamoci conto del fatto che al mondo non esistiamo solo noi e che soprattutto le nostre azioni saranno utili (se non indispensabili) ai nostri fratelli.

E' così che la vedo, la fede mi ha fatto capire che quel "ama il prossimo tuo come te stesso" si traduce in molte cose: serve mettersi al servizio della propria famiglia, dei propri amici e della gente, ma non pensando all'elogio che io posso ricevere da un'azione benevola ma al contrario consapevoli del fatto che quello che fai lo fai perchè è giusto e perchè serve.

Questo è quanto. E' stato un rigurgito di cose perchè non sapevo neanche come prendere la questione. Mi è piaciuto molto sentire Mario (siamo sinceri, sa il fatto

suo in materia...) e devo ammettere che mi ha lasciato un attimo spaesato, perchè le sue non sono state provocazioni per nulla leggere.

Francesco

Alziamoci dal divano - ha detto a conclusione della prima sera Mons. Delpini a noi giovani connessi - e facciamo servizio, anche se piccolo, portando aiuto a chi ha bisogno. Un'opera di volontariato che sia frutto di una decisione a servire. Intorno a noi c'è qualcuno che si aspetta un po' della nostra giovinezza.

Questa la frase che mi ha colpito di più in questi tre giorni (che tra la distanza, una musica e un'animazione non "giovanili" e parole non sempre incisive ho fatto molta fatica a vivere). "Intorno a noi c'è qualcuno che si aspetta un po' della nostra giovinezza", quanta verità in questa frase, quanta richiesta di "giovinezza" che non sappiamo colmare e basterebbe così poco. Una richiesta di giovinezza che ho ritrovato anche nelle due serate seguenti sotto più forme. Un vento nuovo, un nuovo inizio per la storia e per il modo in cui si concepisce il termine "vita".

"Il Signore ha visitato e redento il suo popolo" conoscendo tutti uno a uno, dando ad ognuno di essi un lavoro solo suo, una missione perché "Egli non ha creato me inutilmente" (dice la preghiera del Card. Newman). Che la missione comune di questa generazione sia quella di portare giovinezza e uno sguardo nuovo nel mondo? Un mondo che ha tanto bisogno di relazioni e intrecci intergenerazionali, riprendendo la terza e ultima serata. Mai come in questo periodo la solitudine degli anziani si è fatta sentire così tanto e un abbraccio di un giovane, anche se fatto solamente con gli occhi, può essere l'arma migliore per sconfiggere la solitudine che porta molti a sprofondare.

A conclusione di questi tre giorni porto quindi a casa la consapevolezza della forza insita nella "giovinezza" e di come questa, se incanalata nel modo giusto, salverà il mondo.

...

Sono due le domande che dopo le tre sere di esercizi ho sentito più mie: Chi è il mio Dio? Qual è la mia vocazione?

Dio non è il genio della lampada che sbucca fuori e esaudisce tutti i nostri desideri pur essendo onnipotente lui verso di noi è come un Padre. Essendo Padre ci parla quando sbagliamo, vuole avere un confronto con noi, ma soprattutto vuole il nostro bene e ci perdona quando sbagliamo.

Ho imparato ad ascoltare e vedere Dio nella mia vita quando era piccola all'età di dodici anni, in quegli anni era più facile essere cristiani non ti facevi ancora troppe domande, quando stavo male o avevo un dubbio prendevo il Vangelo e lo aprivo a caso e leggevo il pezzettino di brano che mi era capitato e da lì cercavo di capire cosa Dio volesse da me e molte volte trovavo risposte. Ora è più difficile parlare con Dio eppure mi sono accorta che ogni volta che mi allontanano da Lui, Lui fa qualcosa per ricordarmi che è lì.

Per tutti gli uomini Dio ha pensato ad una vocazione ad una strada da percorrere, e ciò che ci accomuna tutti è il fine: essere felici. Io ho sempre saputo cosa sarei voluta diventare: un' insegnante. Non credo ci sia lavoro più bello che insegnare a

qualcuno , accrescere le sue potenzialità aiutarlo a diventare grande a prendere in mano la sua vita Inoltre non potrei immaginare la mia vita da sola, perchè non so stare sola mi chiudo e vedo solo il peggio delle cose. E non riesco a immaginare la mia vita senza lo spendermi per gli altri , senza il far qualcosa per qualcuno con il solo fine di vederlo sorridere, di renderlo felice.

Gaia

Chi sono io? È questa una delle domande centrali del primo incontro di riflessione. Una domanda alla quale ho cercato molte volte di dare una risposta. Questa risposta, però, non l'ho ancora trovata. Ho solo capito come appaio io agli occhi altrui, quello che sono io per gli altri. E non rendendomene conto ho sempre pensato che sia più importante apparire che non essere. Perché in fondo tutti ci sentiamo un po' sbagliati ad essere veramente noi stessi e quindi aspiriamo a diventare come gli altri ci vogliono. Quindi ci concentriamo molto di più su come diventare per farci accettare dagli altri che a cercare veramente chi siamo e accettarci e valorizzarci per quello che siamo. Finendo così per non capirci e talvolta arrabbiarci per ciò e prendercela con l'unico che non ci ha mai giudicati, perché come ha detto l'arcivescovo in questo incontro, " quello che conta veramente è come ti vede Dio" quel Dio che c'è sempre stato anche nelle "tempeste" che non ti ha mai abbandonato.

Rachele

Delle tre prediche fatte, la cosa che ho apprezzato di più sono state le domande poste. Forse perché erano inaspettate e incisive, ma probabilmente le ho apprezzate così tanto perché le ho trovate difficili e quindi mi hanno spronato e spinto davvero a riflettere a pieno. *"Mi interessa imparare a pregare? Desidero trovare una strada nel dialogo con Dio? Da che parte sono? Chi sono dunque io?"* Mentre le ascoltavo, più che aiutarmi nelle riflessioni, mi hanno destabilizzato perché non riuscivo a dare una risposta seria e non banale, e tutt'ora ho difficoltà a farlo. Tante volte mi capita di prendermi dei periodi di "distacco" dalla preghiera, dalla chiesta, dall'oratorio, e quindi da Dio. Questo forse può essere dovuto alla difficoltà di trovare il tempo nelle mie giornate frenetiche, al pensiero che ormai sia diventata un'abitudine andare a messa, al fatto che a volte mi sembra di essere inutile nei confronti dei miei ragazzi e dei miei co-educatori o, semplicemente, a pigrizia. Uno di questi periodi lo sto vivendo proprio ora: da alcune settimane a questa parte, ho smesso di andare a messa, non sto partecipando alle lodi e non mi veniva così spontaneo e naturale nemmeno pregare. Forse è anche per questo che la semplice domanda "da che parte sono?" mi ha messo così in difficoltà.

...

Durante questi esercizi spirituali, ho dedicato i momenti di riflessione e di silenzio per pensare e quale possa essere la risposta più giusta. Dire "sto dalla parte di Dio" risulta essere la via più facile e più corretta. E perché mi viene così difficile dirlo, specialmente in questo periodo? Forse proprio perché ammettere di stare dalla sua parte non è né semplice né scontato perché ci vuole consapevolezza,

convinzione e coraggio; o forse perché semplicemente non c'è per me una risposta giusta in questo momento, o almeno, non l'ho ancora trovata.

Tuttavia, nei momenti di meditazione, ho riflettuto anche su un'altra cosa, forse ancora più importante: in quel preciso istante stavo partecipando a un esercizio spirituale e, oltre a star ascoltando e riflettendo, stavo anche pregando.

Beh, una cosa non così scontata in un periodo di "pausa" come questo.

La mia presenza a questa proposta di esercizio spirituale non era obbligatoria, eppure io c'ero. Così ho pensato anche che in un modo o nell'altro, mi è sempre difficile distaccarmi del tutto dall'oratorio e da questi momenti bui, così come domenica scorsa, seppur dopo svariate volte in cui non andavo a Messa, sono andata. Perché? Ecco un'altra domanda difficile a cui rispondere, anche se forse un'idea ce l'ho. Pensare ai miei ragazzi dell'oratorio, a tutto quello che abbiamo passato insieme e a quanto sono cresciuti, anche grazie a me, così come al mio ruolo e servizio in oratorio e al pensiero di sentirmi accettata e "parte di un popolo" a messa, mi spinge a non mollare, nonostante tutto. Anche il fatto di star dedicando questo momento a scrivere una riflessione profonda e sincera, sono dei buoni indicatori su una possibile risposta che mi chiarisce, forse, anche la domanda di prima. *"Da che parte sto?"*

Quindi ringrazio per l'invito a questi incontri e alla possibilità che mi hanno dato di pregare, mettermi in ascolto e prendere dei momenti per me per riflettere verso una questione seria che mi sta a cuore ma che allo stesso tempo spesso mi tormenta e che per questo ho sempre paura di affrontare e ammettere.

Quindi pregherò Dio di guidarmi, di accettare i miei limiti, di sostenermi nei momenti di smarrimento, di spronarmi a mettermi in ascolto della sua parola e di trovare una strada nel dialogo con lui. Spero che con la preghiera e le future riflessioni riuscirò a superare e vincere questo momento di distacco lasciandomi travolgere dallo Spirito Santo e ad avere risposte sempre più certe e chiare alle domande che mi pongo per capire chi sono davvero e da che parte voglio stare, creando man mano un rapporto più solido e maturo con Dio e con la mia fede.

...

Per imparare a pregare, bisogna lasciarsi educare. Oggi tendiamo a dare meno importanza a Dio e a suo Figlio, perché osserviamo la realtà in un modo che mostra solo un mondo privo di fede. Maria ha avuto fede in Dio e nell'arcangelo e questo le ha donato un'esperienza magnifica. Oggi invece tendiamo a non pensare più e ci lasciamo guidare da ciò che fanno gli altri senza sapere nemmeno ciò che stiamo facendo. Noi dobbiamo lasciarci guidare e la guida migliore che possiamo avere è Dio. Dio non vuole che siamo superbi o ricchi.

Respirare ci fa rendere coscienti che noi abbiamo bisogno dell'aria per vivere. Questo virus ci fa capire quanto sia importante. Noi viviamo perché riceviamo, riceviamo la vita da Dio e dagli altri. Non bastiamo a noi stessi per vivere. Lo Spirito ci fa vivere della vita di Dio. Imparare a pregare, ci aiuta a ricevere lo Spirito e questo ci fa vivere. Noi siamo popolo e ciascuno di noi è chiamato, al suo servizio. Dio non è un orologiaio che ci controlla come ingranaggi, Dio è un nostro alleato che è sempre pronto a proteggerci, anche se l'umanità è infedele.

Lorenzo

Qualche giorno fa pensavo qualcosa come “esercizi spirituali? non scherziamo, non servono a niente e non ho né tempo né voglia di seguirli.” E invece una settimana dopo posso dire che sono stati una vera opportunità per staccarmi, anche per poco, dal buio di questo periodo per provare a cercare la luce. È stato interessante leggere in modo diverso quei testi che alla francigena erano diventati così familiari e che ci hanno accompagnato in ogni dove.

Vuoi veramente imparare a pregare? Questa è stata la domanda filo rosso dei tre incontri. Mi ha molto colpito perché pregare è qualcosa che facciamo sin da piccoli, con la nonna che insegna le prime preghiere, ma quando cresciamo è difficile continuare a farlo con costanza e spesso ci si chiede: *perché farlo?* Ho capito che pregare non è più un obbligo o un dovere morale ma diventa una possibilità di incontro con il Signore che parte prima di tutto da noi, dal nostro corpo, dai nostri occhi e quindi non servono tante parole ma solo essere disposti a incontrarLo.

Durante queste tre serate ci sono state poste una serie di domande, alcune molto toste. Sicuramente la più impegnativa è stata *Chi sono io? Cosa vuoi fare nella tua vita?* ma altrettanto difficile *Chi è il Dio in cui credo? Oppure Quale grande speranza alimenta la tua vita?*

Per la prima domanda credo che la risposta sia in una frase del Magnificat: *Grandi cose ha fatto in me l'Onnipotente*. Infatti io non sono solo quello che vedono e pensano gli altri, al contrario io sono i doni e i segni che Dio ha lasciato in me e che devo scoprire per trovare la vera vocazione, il mio cammino. Per questo non devo rimanere indifferente, non devo pensare che non servo a niente e che non sono interessante per nessuno, perché sono un Suo dono e il fine della mia vita è donarla agli altri. Non devo aspirare a essere “una qualunque” ma devo sfruttare il tempo per capire “le grandi opere in me” senza paura. Infatti è proprio Maria che mi insegna a non temere, a rispondere alla chiamata di quell’angelo, ad attenderlo e ad affidarmi. Il Dio in cui credo è Colui che mi vuole felice, Colui che vuole vedermi “esultare di gioia”, Colui che “mi ridona vita” (salmo). Quando vedi il buio intorno a te, non pensi di chiedere subito aiuto al cielo e non riesci nemmeno ad apprezzare la mano tesa di chi ti è vicino. Invece è bello affidarsi a Lui perché è un alleato fedele anche nei momenti di deserto perché mi invita costantemente a rallegrarmi (kaire!). Ed è bello incontrarLo nelle persone che trovi sul tuo cammino piene di luce perché l’hanno già incontrato e che sono lì solo per te per tenderti una mano. Inoltre un’immagine che mi è rimasta impressa è quella della luce che ricorre nei tre testi. Gesù è luce che illumina tutto e tutti e per questo c’è sempre. Quando lo incontriamo ci avvolge di luce e ci riempie di speranza di vita perché in Lui c’è la salvezza, come dimostra Maria con le sue parole. Per questo al termine della giornata guardiamo ancora a Lui con Simeone che sottolinea “luce per illuminare le genti”: perché solo guardandoLo capiamo il senso della vita compiuta. In conclusione penso che questi momenti mi abbiano lasciato tanti spunti. Vorrei essere piena di Spirito perché mi possa far respirare e far vivere veramente, non nella banalità e tristezza ma nella gioia vera...”esulto di gioia all’ombra delle tue ali” e perché grazie allo Spirito possa trovare e seguire con coraggio la strada indicata dall’angelo.

Sofia

L'anima mia magnifica il Signore

Benedetto il Signore Dio di Israele

Ora lascia o Signore

