



QUADERNI DI DEMAMAH n. 49

marzo - aprile 2020

adorare

*Io sono il Signore,
Dio tuo.*

(Dt 5, 6)

QUADERNI DI DEMAMAH n. 49

Bimestrale di Spiritualità | marzo - aprile 2020

Direttore: Maria Silvia Roveri - *Responsabile ai sensi di legge:* don Lorenzo Dell'Andrea - *Impaginazione e grafica:* Paola Andreotti - *Direzione, redazione, amministrazione:* Via Statagn, 7 – 32035 S. Giustina (BL) - *Registrazione Tribunale di Belluno* Num. Reg. Stampa 2 - Num. R.G. 429/2014 - *Stampa:* Tipografia Piave - Belluno

Hanno collaborato a questo numero: Alberto, Attilio B., Marilena Anzini, Camilla da Vico, Miriam Jesi, Riccardo Giovenale, Marta Piovesan, Maria Silvia Roveri, Monache Adoratrici Perpetue, don Giovanni Unterberger – *Fotografie:* Marilena Anzini, amici

Editore: Associazione **Demamah** (Associazione privata di fedeli Ric. Dioc. del 24 luglio 2014) - Via Statagn, 7 - 32035 S.Giustina (BL), **Tel. Segreteria 339-2981446** - *Presidente:* Maria Silvia Roveri - *Assistente spirituale:* don Giovanni Unterberger - *Amministrazione:* Teddy De Cesero - *Segreteria:* Marilena Anzini - *Responsabile comunicazione:* Paola Andreotti

Per donazioni: conto corrente bancario intestato a ASSOCIAZIONE PRIVATA DI FEDELI “DEMAMAH”- **IBAN IT32 0030 6961 2771 0000 0002 370** - Banca Intesa San Paolo – Agenzia di Santa Giustina (BL)

www.demamah.it ❖ info@demamah.it



*“Due sono le colpe che ha commesso il mio popolo:
ha abbandonato me, sorgente di acqua viva,
e si è scavato cisterne, cisterne piene di crepe,
che non trattengono l’acqua” (Geremia 3,12-13)*

indice

Adorare_1
Adorare Dio_4
Si sta_10
Dio è Dio_13
Tradire Dio_16
Signore, insegnaci ad adorare_22
Adoramus Te_27
Lì dentro abita Gesù_29
Adoratori per vocazione_31
Chi ha sete venga a me_34
La maglia azzurra della nazionale italiana_37
Infinito amore_41
Ostensorio e crocifisso_43
Adorooooooo_46
Tempo perso_48
Grani d'incenso_52
vita di Demamah_65

Adorare

don Giovanni Unterberger

*Adoro Te devote, latens Deitas,
Quae sub his figuris vere latitas:
Tibi se cor meum totum subiicit,
Quia te contemplans totum deficit.*

Iniziai l’Ora di adorazione al Santissimo Sacramento proponendo il celebre inno eucaristico ‘*Adoro Te devote*’ composto da san Tommaso d’Aquino: ‘Ti adoro devotamente, o Dio nascosto, che ti celi sotto questi santi segni’. Alla fine dell’Ora, mi si avvicinò una signora chiedendomi: “Reverendo, che cosa vuol dire propriamente ‘adorare’? Non so se lo so fare. La parola ‘adorare’ io la pronuncio ogni mattina nella preghiera insegnatami da mia madre: ‘Ti adoro, mio Dio, ti amo con tutto il cuore; ti ringrazio d’avermi creato, fatto cristiano...’; ma non so se so adorare; come si fa?”

In quel momento avevo tempo, e potei fermarmi a farle una piccola catechesi sulla preghiera. Dissi: “Signora, non so se Le sono state indicate mai le cinque dimensioni del pregare; esse sono: adorazione, lode, ringraziamento, richiesta di perdono, richiesta di grazie. Questo è l’ordine giusto, la giusta gerarchia del modo di pregare. Solitamente noi partiamo dall’ultima

dimensione, il chiedere grazie, il domandare favori. Il Signore gradisce ed ascolta tale preghiera, egli stesso nel Vangelo invita a chiedere; tuttavia quella non è la prima dimensione, la prima è *adorare*”.

Quando la creatura si pone in rapporto con Dio (e la preghiera è tale rapporto), il primo gesto che è giusto che compia è guardarlo, contemplarlo, fissare in Lui l’occhio e il cuore. Non sarebbe cosa bella e cortese se si andasse da una persona talmente presi da se stessi e dai propri problemi, al punto da neppure considerare la persona stessa, ‘chi’ essa sia e davanti a chi ci si trovi. Così è con Dio: il primo gesto da compiere, una volta messisi alla sua presenza, è prenderne coscienza. Egli è il Signore dell’universo, l’Eterno, l’Infinito, l’Onnipotente, l’Amore senza limiti, Colui che è sopra e dentro la storia, il Reggitore di tutto, la Vita senza la quale nulla esiste e nulla perdura nell’essere. Egli è colui che ha amato il mondo fino a dare il proprio Figlio sulla croce a riscatto dell’uomo, abisso di carità e misericordia senza limiti e senza confini!

Davanti a un Dio così la creatura *adora*: guarda, contempla, sta in silenzio stupita, resta presa e senza parole, prende coscienza della Maestà, della grandezza del Signore, ne ammira il Mistero, crescendo di riflesso nella consapevolezza della propria piccolezza, del proprio niente e della propria totale e assoluta dipendenza da Esso. E si sente avvolta, penetrata, costituita da quel Mistero; lo accoglie, lo afferma su di sé, gli si sottomette col cuore, gli si prostra dinanzi. La prostrazione del cuore, accompagnata magari dalla prostrazione del corpo, disteso a terra, è il segno più proprio e più vero dell’adorare.

Dall’adorazione sgorga spontanea allora *la lode*. Come non lodare Dio conosciuto e riconosciuto nelle sue infinite e meravigliose virtù, nella sua bellezza, nella sua bontà, nella sua infinita potenza, misericordia e carità? E, a seguito della lode, *il ringraziamento*. La creatura sente il bisogno di dire grazie al

Signore da cui ogni bene, ogni grazia e ogni dono deriva. Le nasce in cuore, impellente, poi, *la richiesta di perdono*, nella presa di coscienza di quanto grave sia non solo l'offesa recata a Dio, ma anche la semplice dimenticanza di lui, la trascuratezza, e il vivere quasi che egli non ci fosse. E infine, con grande fiducia, *la richiesta di grazie*.

I salmi, parola ispirata, sono fortemente segnati dall'adorare: *“Venite, prostrati adoriamo, in ginocchio davanti al Signore che ci ha creati”* (Sal 95,6); *“Prostratevi davanti al Signore, egli è il vostro Dio”* (Sal 99,9); *“A te voglio cantare davanti agli angeli, mi prostro adorante verso il tuo santo monte”* (Sal 138,1-2); *“Tutti i popoli che hai creato verranno ad adorarti, Signore”* (Sal 86,9).

L'adorazione non viene spontanea, occorre educarvisi; richiede silenzio esteriore e soprattutto interiore; ma da essa, e da quanto essa è viva e profonda, prendono forza ed energia le altre dimensioni del pregare. Che il nostro cuore sappia adorare!

V

A - dó-ro te devó-te, la-tens Dé- i-tas, Quæ sub his

fi-gú-ris ve-re lá-ti-tas: Ti-bi se cor me- um to-tum

súbji-cit Qui- a te contémp-lans to-tum dé-fi-cit.

Adorare Dio

Maria Silvia Roveri

*"Senza adorazione non ci sarà la trasformazione del mondo...
Adorare non è un lusso, è una priorità".*

(Papa Benedetto XVI - *Teologia della Liturgia. La fondazione sacramentale dell'esistenza cristiana*, Libreria Editrice Vaticana 2011)

Ci sono almeno due atti della volontà umana che fanno illividire di rabbia il demonio: confessare i propri peccati e adorare Dio. Entrambi gli sottraggono all'istante ogni potere sull'anima, che volontariamente abbandona il male e il Maligno, rivolgendosi con tutta la sua volontà, mente, anima e corpo a Dio solo.

Nessuno nasce 'imparato' nell'adorazione. Ad adorare si impara innanzitutto con la pratica e l'amore a Dio coltivato ogni giorno nella semplicità della vita, ma è possibile anche imparare ad adorare riflettendo sulle sue qualità, ponendo attenzione alla propria disposizione interiore ed esercitandosi nella pratica consapevole di gesti, parole, pensieri.

❖ I pre-requisiti

Senza scoraggiarci pensando di dover tornare tra i banchi di scuola, umilmente incominciamo dai pre-requisiti, ad esempio il rispetto, ossia lo sguardo che abbiamo sugli altri. Quando

entriamo in relazione con qualcuno, com'è il nostro sguardo? Sfida, indifferenza, attacco, rispetto... Poniamo il nostro Io davanti all'altro o siamo consapevoli della sua dignità? Conosciamo la giusta distanza di rispetto, quella distanza che non confonde la familiarità con l'invasione, o la riservatezza con il menefreghismo? Adorare Dio necessita di uno sguardo attento e confidente, che nello stesso tempo rispetti il mistero che rimarrà sempre nascosto ai nostri occhi.

Adorare richiede di saper ascoltare in modo sacro, il che richiede di aver prima imparato ad ascoltare sacramentalmente dentro di sé. Porsi in ascolto del sacro che ci abita, a partire dal corpo fatto di carne e sangue in cui siamo stati plasmati, è spalancare le porte all'entrata di Dio in noi, disposti a offrirGli accoglienza e dimora.

Adorare richiede di riconoscere la grandezza di Chi si sta adorando, cui segue il timore reverenziale verso Colui che si adora, nella consapevolezza della sua grandezza e onnipotenza, signoria e maestà. Consapevolezza che Dio non solo è indipendente da noi, ma la Sua forza e la Sua presenza sono infinitamente superiori a noi. Da questo nascono il rispetto e l'autentico viscerale timore reverenziale nei confronti di Dio.

Altra condizione per adorare è dunque l'umiltà. Senza umiltà non si può riconoscere l'esistenza di qualcuno più grande di sé. Tanto più grande è l'oggetto della nostra adorazione, e tanto più evidente diventa la nostra piccolezza e insignificanza. Spesso, quando invece diciamo a una persona "ti adoro", non la consideriamo più grande di noi stessi, ma ciò che adoriamo è la nostra immagine riflessa proiettata su di lei.

Adorare prevede che ci si sottometta volontariamente, spontaneamente e totalmente a Colui che si adora, cosa che probabilmente non intendiamo quando diciamo "ti adoro" a qualcuno. La sottomissione implica il servizio e la disponibilità al rinnegamento di sé.

Adorare è incompatibile con il cuore pieno di rabbia e rancore. Presupposto a un'autentica e profonda adorazione è avere il cuore libero e nella pace, ossia purificato da ogni pensiero che lo profani. Purificare corpo, mente, anima, e perfino l'ambiente in cui ci si prostra in adorazione, è dunque prerequisito indispensabile. Strumenti per la purificazione sono la preghiera, la penitenza, la mortificazione, le opere buone e il sacramento della Confessione, nonché - per il luogo - la sua sacralità, il suo essere libero da oggetti profani o che distolgano l'attenzione da Colui che si vuole adorare.

Adorare richiede la capacità di attendere, perché non sempre l'oggetto dell'adorazione risponde o si rende presente come desidera chi adora, che può dunque essere chiamato a rimanere adorante anche in assenza di consolazioni e gratificazioni. Dio talvolta si nasconde...

Adorare richiede di rinunciare a possedere l'adorato con i sensi, anche quando ci sembrasse di non sentire nulla, o vorremmo sentire di più, o andassimo alla ricerca di emozioni o consolazioni spirituali, aprendo piuttosto i sensi interni alla fonte della luce, lasciando l'iniziativa all'Amato e abbandonandoci a Lui con fiducia.

Non si può adorare se non Colui che si è contemplato. L'adorazione sta dunque all'ultimo gradino della scala della preghiera e della *lectio divina*: lettura – meditazione – orazione – contemplazione – adorazione.

❖ Adorare con...

Solo alcuni suggerimenti, da sperimentare, nella calma, nel silenzio, dandosi tempo...

◆ I gesti

- Prostrati
- Inginocchiati
- Il volto coperto con le mani

- A mani giunte
- Le braccia incrociate sul petto
- Un velo sulla testa
- Inviare silenziosi baci
 - ♦ I sensi
 - Gli occhi si rivolgono verso Dio e rientrano umilmente in se stessi, rivolti verso la Luce che li illumina dall'interno
 - Gli orecchi si ritirano nel silenzio ad accogliere la voce di Dio, pronti a cogliere i sussurri del suo Signore che parla nelle profondità dell'anima.
 - Le mani si aprono, rinunciano ad afferrare e a tastare, rinunciano alla frenesia del fare e si mettono al servizio, pronte a lasciarsi pervadere dalla Sua sottile Presenza
 - Il cuore si apre a vivere l'amore immenso di cui è oggetto, ricambiandolo, pronto a fondersi col cuore dell'Amato
 - ♦ Le parole
 - Preghiera spontanea di adorazione (di lode, pentimento, rendimento di grazie...)
 - Giaculatorie
 - Promesse di bene o di opere buone
 - ♦ Le azioni
 - Piccole mortificazioni materiali e sacrifici spirituali
 - Accendere un lume
 - Bruciare dell'incenso
 - Dipingere un'icona
 - Cantare o suonare devotamente
 - Contemplare il Tabernacolo

❖ Il tempo e lo spazio dell'adorare

Adorare ci traghetta al di là del tempo, nei secoli dei secoli. Non si conta più il tempo che passa, perché adorare è al di fuori del tempo. Imparando ad adorare s'impara quella libertà dal tempo che permette di essere fedeli per sempre.

Adorare ci traghetta anche al di là dello spazio e del luogo fisico in cui ci troviamo, spazio che si espande fino a raggiungere l'infinito. Adorare è possibile in qualsiasi luogo, ma i luoghi sacri sono per loro stessa natura luoghi 'adoranti'.

Il tempio è la casa e la dimora di Dio, consacrato a Lui e pieno di Lui. Anche il nostro corpo, tempio dello Spirito Santo, è luogo in cui adorare Dio. Cibandoci del Corpo e Sangue di Gesù diventiamo tabernacoli e ostensori viventi.

Per adorare in profondità dobbiamo entrare nell'esperienza talvolta intimoriente del silenzio e del vuoto. Adorare non è un esercizio della mente, ma uno stato in cui la mente è quieta. Adorare significa svuotarsi di sé per riempirsi di Colui che si adora. Creare in sé lo spazio vuoto è indispensabile ma non è ancora adorazione, la quale nasce quando doniamo tutti noi stessi, per amore, al Dio che adoriamo. Adorare è il rapporto più intimo che l'uomo può offrire al Suo Creatore.

❖ Adorare è...

- Lodare, riconoscendo i divini attributi del nostro Signore
- Esaltare, riconoscendo che non vi è nessuno che stia più in alto di Lui
- Umiliarsi, ammettendo la propria piccolezza
- Fede: impossibile adorare Qualcuno in cui non si crede
- Speranza: impossibile adorare senza confidare nella Sua bontà
- Carità: lo stato di apertura a Dio si espande a tutte le creature
- Gioia: non vi è felicità più grande che donarsi totalmente a un altro
- Obbedienza: desiderare ciò che Dio desidera
- Conoscenza: nell'adorazione Dio ci parla e si fa conoscere
- Testimonianza: chi adora è riconoscibile dallo sguardo innamorato con cui parla, agisce, si muove, prega, sta

in silenzio...

- Libert : libera l'uomo dal ripiegarsi e chiudersi in se stesso
- Dedizione e dono di tutto l'amore di cui si   umanamente capaci

Concludendo, l'adorazione   l'espressione di preghiera cos  alta e pi  alta di tutte, che se posso immaginare di poter pregare in una maniera ancora pi  alta, significa che non sto ancora pienamente adorando.

Anche se l'apprendista adoratore ha molti passaggi di fronte a s , Dio pu  farli svanire tutti, prendendo Lui l'iniziativa nel guidare l'anima che Gli si avvicina.   sufficiente riconoscere chi   Dio per noi, esprimere la volont  interiore di adorarLo e lasciar fare il resto a Lui. I frutti non mancheranno:

- Ci sentiremo lentamente trasformare dentro e fuori
- Vivremo nel cuore pace e gioia
- Sentiremo il bisogno di chiederGli perdono e riparare alle offese fatteGli
- Entreremo in una sempre maggiore intimit  e conoscenza di Dio
- Il tempo quotidiano si trasformer  in un tempo sacro ed eterno
- Saremo al sicuro da qualsiasi idolatria
- Riempiremo ogni momento della giornata della presenza di Dio
- Vedremo trasformarsi ogni relazione da superficiale a profonda e autentica
- Ci sentiremo fortificati contro il male
- Avremo la certezza che Dio cambier  la nostra adorazione in benedizioni e grazie per l'umanit 

Buona adorazione a tutti!

Si sta

Camilla da Vico

Si sta come
d'autunno
sugli alberi
le foglie

Bosco di Courton luglio 1918

La poesia è così celebre che non c'è chi non la conosca. Forse meno conosciuto è il luogo e la data, che il poeta stesso scrisse di suo pugno, sotto la poesia, per ricordare il momento in cui essa nacque: nelle trincee della Francia, verso la fine della prima guerra mondiale. *Soldati* è il suo titolo e soldato era Giuseppe Ungaretti, quando sperimentò quel filo sottile tra la vita e la morte, che fa sospendere il fiato e non ammette punteggiatura, quella condizione in cui il tempo si ferma e l'attimo diventa immenso, le parole si caricano di densità e scoppiano come bombe: poche; mirate; potenti; decisive.

Non dimenticherò mai il momento in cui al liceo studiai questo testo. Mi pare di sentire ancora quello stupore e quella

commozione, quando la professoressa ci fece notare che qui, il grande protagonista, è il silenzio. Ungaretti va a capo non perché non c'era posto sul foglio! Va a capo perché il silenzio è parola e nel silenzio sentiamo risuonare l'eco delle parole. Il silenzio va letto e abbiamo bisogno di fargli spazio non solo sul foglio, ma nella nostra voce e nella nostra mente, per entrare nella profondità di un capolavoro fatto con una manciata di parole.

In ginocchio, con un filo di luce del lumino, davanti a questo crocifisso, non imparerò cosa vuol dire adorare, finché non mi sentirò come il soldato in trincea. Troppo piena di distrazioni è la mia vita, di tesori più o meno nascosti, troppo poco questa preghiera è per me questione di vita o di morte. Sento il bisogno di povertà.

*Ti adoro
mio Dio
e ti amo
con tutto il cuore*

Lascio che sia questa la mia preghiera. Nello spazio bianco invece dell'eco delle parole sento l'eco dei miei pensieri e la forma diventa più o meno questa:

*Ti adoro ~ sarà vero che lo adoro? Cosa vuol dire precisamente?
mio Dio ~ sento rumori, che ora sarà? cosa preparo a colazione?
e ti amo ~ che luce fioca! Devo trovare uno stoppino più grosso...
con tutto il cuore ~ ho troppe distrazioni ho troppe distrazioni...*

Il rumore dei pensieri schiaccia il silenzio e lo spazio per adorare.

Resta la nostalgia. Il senso di grande fragilità, dell'anima che si stacca dal suo Signore più velocemente delle foglie in autunno.

Non sono capace, Signore, di adorarti. È solo per Tua grazia, che talvolta posso vivere un attimo di stupore e commozione, davanti alla parola potente del Tuo Silenzio.

Si sta come
fragili foglie
di fronte
all'Eternità

Non è ancora adorare, ma la soglia, la condizione necessaria per...



Dio è Dio

Miriam Jesi

Tu *Adonài*,
Tu Adorabile
Tu Agnello di Dio,
Tu Altissimo,
Tu Amore,
Tu Assoluto,

Tu Bellezza,
Tu Bontà,

Tu Clemente,
Tu Consigliere mirabile,
Tu Consolatore,
Tu Creatore,
Tu il Cristo,

Tu Difensore,
Tu Diletto,
Tu Dio,
Tu Dolcezza,

Tu Emmanuele,
Tu Eterno,

Tu Fedele,
Tu Figlio,

Tu Gioia,
Tu Giustizia,
Tu Gloria,
Tu Grazia,

Tu *HaShem*, (il Nome)
Tu *Humilitas*,

Tu Immensità,
Tu Immutabilità,
Tu Infinito,

Tu *Logos*,
Tu Longanimità,
Tu Luce,

Tu Maestro,
Tu Messia,
Tu Misericordia,

Tu Nume celeste,

Tu Onnipotente,
Tu Onnipresente,
Tu Onnisciente,

Tu Padre,
Tu *Pantòcrator*,
Tu Paziente,
Tu Perdono,
Tu Perfezione,

Tu Principe della pace,

Tu Quiete,

Tu Re dell'Universo,
Tu Redentore,
Tu Resurrezione,

Tu *Sabaoth*,
Tu Sacrificio,
Tu Salvatore,
Tu Santo dei Santi,
Tu Sapienza,
Tu Semplicità,
Tu Signore,
Tu Speranza,
Tu Spirito Santo,

Tu Trinità,
Tu Tutto,

Tu Uno,
Tu Unità,

Tu Verbo di Dio,
Tu Verità,
Tu Via,
Tu Vita,

Tu Zelo buono.

Tu, Signore mio, unico Dio.

p.s. Per tutti coloro che pensano che per trascorrere un'ora in adorazione occorra munirsi di un bel po' di libri, "perché altrimenti chissà come farò a far passare il tempo".

Tradire Dio

Maria Silvia Roveri

*Io sono il Signore, Dio tuo.
Non avere altri dèi di fronte a me.*

(Dt 5, 6-7)

Ore, giorni, talvolta settimane... Il monaco zen all'opera nel costruire meticolosamente il suo mandala con finissime sabbie colorate, quando giunge a compimento lo distrugge, e, in pochi minuti, della lunga, precisa e raffinata opera d'arte non rimane più nulla. Raccolta la sabbia in un mucchio dal colore indefinibile, lavato il pavimento per cancellare ogni più piccola traccia, il monaco zen vince in questo modo l'attaccamento all'opera delle proprie mani e il rischio di farla divenire il proprio idolo illusorio.

Cominciano in maniera molto simile a un attaccamento, i tanti tradimenti quotidiani nei confronti di Dio. Ogni attaccamento è potenzialmente un tradimento. Ogni venerazione smisurata per l'opera delle proprie mani, per le persone care, per i beni posseduti, ma anche per il proprio passato o per le proprie convinzioni sono tradimenti contro la Divina Maestà. I peccati contro il primo comandamento sono continui e innumerevoli, eppure immagino che pochi, rarissimi, siano i cristiani consapevoli che ne fanno oggetto di un'umile confessione.

Impossessarsi e acquisire proprietà sulle cose sacre, facendole diventare oggetto e merce di scambio e compravendita, tradendo la loro natura puramente gratuita. Più frequente di quanto si pensi: siamo sicuri che quando facciamo un voto o chiediamo che Dio intervenga benignamente nella nostra vita non stiamo pensando a un baratto del tipo “io prego, io digiuno, io faccio elemosine, Tu mi esaudisci!”?

O la superstizione, nella quale attribuiamo un’importanza magica a determinate pratiche di per sé neutre o anche buone. Se ad esempio teniamo in tasca un santino nella convinzione che esso ci proteggerà da ogni disgrazia, ne tradiamo la natura propria e il suo effetto primario e naturale – la nostra santificazione -, per attribuirgliene uno di natura magica.

O ancora le pratiche religiose cui attribuiamo un valore legato alle cose o alle persone – ad esempio pensare che ricevere l’Eucaristia da un cardinale abbia un effetto maggiore che riceverla dal ministro straordinario dell’Eucaristia - e non alla loro componente spirituale, all’azione di Dio e alla disposizione interiore di fede che abbiamo noi nel praticarle.

Anche il dissacrare ciò che per natura propria è sacro, può far capolino in maniera silenziosa nella nostra quotidianità, nel non portare il dovuto rispetto a un sacerdote, nell’entrare in una chiesa con abbigliamento inadeguato, nell’utilizzare in maniera inappropriata oggetti benedetti o luoghi consacrati, nel trattare sconsideratamente la Sacra Scrittura, ecc., in quanto tutto ciò che è sacro, benedetto o consacrato porta e contiene in sé l’impronta e l’essenza di Dio.

I tradimenti quotidiani proseguono nell’idolatria, che fa capolino tutte le volte in cui divinizziamo ciò che non è Dio, onorando e riverendo una sua creatura o un oggetto della creazione, persino una pulsione interiore quale il potere, il piacere o l’averne. Non possiamo fare a meno di Dio, dal momento che il senso del divino è insito nella nostra stessa natura; nel

momento in cui lo rifiutiamo, lo neghiamo o sfuggiamo alla Sua adorazione, siamo a rischio di idolatria, ossia di rivolgere a qualsiasi altro oggetto, pulsione, persona o evento, questo nostro bisogno primario.

L'idolatria nasce dalla difficoltà di rimanere in adorazione, timore e obbedienza di Qualcuno che non vediamo, tocchiamo, udiamo così come vediamo, tocchiamo e udiamo gli altri esseri umani o noi stessi. Di Dio, l'Inconoscibile, sappiamo pochissimo, sappiamo ciò che ci ha rivelato Gesù, ma di Lui non conosciamo l'origine e la destinazione, non può essere incasellato dentro i nostri schemi umani e sfugge ai più sottili ragionamenti della nostra mente. Come adorarLo?

Gli idoli, al contrario, danno dei vantaggi: non chiedono nulla, non pretendono di rinunciare ai propri averi, alle proprie sicurezze, alle proprie comodità, non chiedono di cambiare schemi, di convertirsi, di rovesciare la propria mentalità, e soprattutto non chiedono di "rinnegare sé stessi". Perché il passo più difficile del cammino verso Dio è proprio rinunciare a idolatrare il nostro Io, l'idolo più amato, riconoscendo che qualsiasi idolo esterno è in realtà un pretesto per mettere l'Io al centro della realtà.

Non è facile ammettere di aver posto l'Io su un piedistallo che sovrasta ogni altra cosa, riconoscendo che per soddisfare i suoi umori siamo pronti a venir meno a promesse, impegni e buoni propositi. L'Io, dal canto suo, è perfetto per attirarci continuamente a sé tenacemente; esso è un tiranno crudele e possessivo, che vuole essere la misura di tutto, umiliando e sfigurando l'immagine e la somiglianza con Dio posta in noi.

Ogni forma d'idolatria è una proiezione dell'Io trasformato in idolo, sia se adoriamo l'opera delle nostre mani, sia se adoriamo un cantante, un politico, un calciatore o perfino un religioso, proiettando su di lui il nostro Io ideale. La triste conseguenza

è che, idolatrando l'Io tradiamo il nostro vero essere, ossia il desiderio, l'anelito e il bisogno di Verità e d'Amore. Idolatrando l'Io tradiamo il nostro essere figli di Dio.

Nonostante l'idolatria sembri rivolgersi a un unico idolo, in realtà ne ha sempre mille, perciò l'idolatra è perennemente inquieto, muovendosi senza posa da un idolo a un altro, da un desiderio a un altro, perché niente è in grado di soddisfarlo e di appagarlo. "L'uomo, perso l'orientamento fondamentale che dà unità alla sua esistenza, si disperde nella molteplicità dei suoi desideri; negandosi ad attendere il tempo della promessa, si disintegra nei mille istanti della sua storia. Per questo l'idolatria è sempre politeismo, movimento senza meta da un signore all'altro. L'idolatria non offre un cammino, ma una molteplicità di sentieri, che non conducono a una meta certa e configurano piuttosto un labirinto. Chi non vuole affidarsi a Dio deve ascoltare le voci dei tanti idoli che gli gridano: "Affidati a me!". (Papa Francesco – Lumen fidei n. 13). L'idolatria è dunque disgregante, tanto quanto l'adorazione del vero Dio è unificante.

Riconoscere i propri idoli non è facile, in quanto spesso essi si identificano con la nostra stessa vita quotidiana, con le persone con cui viviamo e con le molte cose buone che ci circondano. A fare di una persona, una situazione o un oggetto un idolo non è infatti ciò che sta esternamente a me, ma la mia disposizione idolatra nei suoi confronti. Possibili idoli diventano dunque il prodotto del nostro lavoro, un maestro, un padre spirituale, una guida, il pubblico, una persona del mondo dello spettacolo, ma anche i figli, la moglie o il marito, il fidanzato o la fidanzata, un amico o un'amica, le proprietà - auto, casa, gioielli, quadri, soldi, vestiti, ecc.-, il proprio hobby, il piacere - sesso, alcool, droga, cibo, letture, film, ecc. -, il potere, ossia la sensazione di dominio, di onnipotenza, di supremazia, di comando, ecc., l'aver, ossia l'ebbrezza del possedere e dell'accumulare, e l'onore, ossia l'ebbrezza del successo e della gloria umana. Un aiutino al riconoscimento dei propri idoli arriva dal linguaggio

che utilizziamo: “Come te non c’è nessuno! Per te farei qualsiasi cosa! Guai a chi me lo tocca! Non posso vivere senza di te (senza quella cosa!), ecc.”.

Perfino il grande e sapiente Salomone tradì Dio sul finire della sua vita: *“Quando Salomone fu vecchio, le sue donne l'attirarono verso dèi stranieri e il suo cuore non restò più tutto con il Signore suo Dio come il cuore di Davide suo padre. Salomone seguì Astàrte, dea di quelli di Sidòne, e Milcom, obbrobrio degli Ammoniti. Salomone commise quanto è male agli occhi del Signore e non fu fedele al Signore come lo era stato Davide suo padre. Salomone costruì un'altura in onore di Camos, obbrobrio dei Moabiti, sul monte che è di fronte a Gerusalemme, e anche in onore di Milcom, obbrobrio degli Ammoniti. Allo stesso modo fece per tutte le sue donne straniere, che offrivano incenso e sacrifici ai loro dèi. Il Signore, perciò, si sdegnò con Salomone, perché aveva distolto il cuore dal Signore Dio d'Israele, che gli era apparso due volte e gli aveva comandato di non seguire altri dèi, ma Salomone non osservò quanto gli aveva comandato il Signore.”* (1 Re 11, 4-10)

Dato il triste esempio di Salomone, ammettiamo che non vi è nessuno che possa dire: “Io non ho mai tradito Dio!”; tutti siamo o siamo stati piccoli o grandi traditori, e la possibilità di tradirLo è sempre aperta e in agguato. Lo tradiamo perché siamo fondamentalmente innamorati di noi stessi, ma anche per la nostra debolezza umana e per l’incapacità, pur volendolo, di mantenere fede ai propositi fatti. Una debolezza che viene alimentata dal tempo, che tende a sbiadire e sminuire il valore della relazione, ma anche una debolezza nei confronti dello spazio, non avendo una relazione fisicamente tangibile con Dio, come ben sappiamo: *“Lontano dagli occhi, lontano dal cuore”*.

E non sono infine da dimenticare gli assalti del Maligno, che inferisce sulle nostre debolezze per allontanarci da Dio rinnegandoLo.

Non siamo però impotenti di fronte a tanta debolezza. Oltre alla grazia di Dio che ci sostiene nei nostri propositi, vi sono alcune strategie da adottare per prevenire il tradimento. Riflettiamo sull'ultima novità che si è affacciata alla nostra vita, grande o piccola: una persona che ha bussato alla porta, un vestito nuovo che ammiccava da una vetrina, un nuovo libro, un corso o un metodo, uno sport, una nuova amicizia, ecc. Come ci siamo comportati di fronte alla novità? Ci siamo buttati a capofitto senza tanto pensarci, o ci sono state una riflessione e una scelta consapevoli?

Quando si presenta un elemento nuovo nella nostra vita, che sia una persona, una fede, un nuovo metodo di studio, un nuovo possibile posto di lavoro, ecc., prima di lanciarsi entusiasti nella nuova relazione, è importante farsi tre domande fondamentali: "Chi sei? Da dove vieni? Dove mi porti?". La novità che ha fatto irruzione nella vita deve possedere in sé (e dimostrarlo) un bene superiore a quello perseguito e conosciuto fino a quel momento, deve provenire in qualche modo dalle esperienze precedenti e rappresentarne un'evoluzione (attenzione alle rivoluzioni!), deve portare a un bene più grande non solo per me, ma per tutti coloro che mi stanno intorno o addirittura per tutta l'umanità, e soprattutto non deve arrecare male o nuocere a nessuno.

E poi abbiamo le potenti armi della Parola di Dio e dei Sacramenti, unite alla divina adorazione praticata con regolarità e assiduità. Armiamoci fino ai denti di queste sante armature e non saremo più soli e impotenti.

Signore, Tu sei il mio Dio. Col tuo aiuto, non voglio avere alcun altro dio all'infuori di Te.



Signore, insegnaci ad adorare

Marta Piovesan

Adorate il Signore, Cristo, nei vostri cuori

(1 Pt 3,15)

“**A** cosa serve?”. È l’obiezione che ascolto più spesso, quelle rare volte in cui riesco a parlare ai ragazzi del liceo della necessità che ogni uomo ha di adorare. Se poi arriviamo a concordare nel riconoscere che, sì, l’uomo ha bisogno di adorare qualcuno o qualcosa - prova ne sono i tanti idoli cui difficilmente riusciamo a sottrarci -, ecco la seconda obiezione: “Cosa vuol dire ‘adorare’?”.



“Signore, insegnaci a pregare”, chiesero gli apostoli a Gesù. E Lui insegnò loro il Padre nostro.

A me non è mai capitato, durante la lezione di religione, che un ragazzo o ragazza chiedesse: “Marta, insegnaci ad adorare”. Un paio di settimane fa però, dopo la lezione, mentre già arrivava l’insegnante dell’ora successiva, Lucilla butta lì la battuta: “Bè, prof., mi piacerebbe sapere come si fa ad adorare...”. “Ne parliamo, ora entra in classe”.

La settimana seguente Lucilla è la prima a sedersi. Mi sta aspettando, lo capisco subito, anche se scherza e ride come sempre. “Oggi piccolo compito scritto...”. Gli occhi sgranati, qualche mano gesticola eloquentemente, mentre un coro di voci mi sommerge con ogni sorta di commenti ‘senza peli sulla lingua’. “C’è qualcuno al mondo cui volete bene? Vi do cinque minuti per elencare su questo foglietto le sue qualità più belle. Nessun nome sui foglietti, né il vostro, né quello dell’amato/amata”.

Detto, fatto. Dopo cinque minuti ho una lunga lista di attributi più o meno censurabili, ma mi sorprendo di quanti abbiano preso sul serio il compito e il rapporto d’affetto con il/la ‘loro’ amato/amata. Bella, buona, dolce, comprensivo, paziente, intelligente, puntuale, carina, scherzoso, leale, e altri apprezzamenti sulle capacità culinarie, sulla capacità di sopportazione, sulla virilità, atleticità, eleganza o similitudini un tantino marziane con i loro idoli dello spettacolo e dello sport.

“Sapete che anche i musulmani fanno qualcosa di simile tutti i giorni?”. Perplexità strisciante... “E pure gli ortodossi?”. Silenzio; chissà dove voglio andare a parare... “E perché credete che i greci e i romani antichi o gli indù dei nostri giorni abbiano un pantheon così nutrito di decine e decine di dèi?”. Ormai il gioco è scoperto, è degli attributi di Dio che stiamo parlando. Inizia una piccola caccia al tesoro, per elencare tutte le qualità per le quali Dio può essere riconosciuto come

Dio. Non finisco di sorprendermi per la passione, lo slancio, l'arguzia e la fine intelligenza con la quale la maggior parte di loro contribuisce a questa caccia. Lo Spirito è proprio all'opera, mi dico, annotando in silenzio le loro osservazioni. È proprio vero che hanno bisogno di Qualcuno da adorare, ed è altrettanto vero che Lo conoscono meglio di me alla loro età.

La lezione è finita, guardo Lucilla, che mi sorride. "Tutto ok?", chiedo. "Sì...", risponde, dondolando un po' la testa in un "così, così...". Ok, ho capito, la prossima settimana ne riparlamo.

Cara Lucilla, ringrazio Dio che tu non ti sia accontentata della caccia al tesoro. Mi hai dato da fare, sai, questa settimana, nel cercare se e come si può insegnare ad adorare. Non c'avevo mai pensato, forse perché non ne ero capace nemmeno io. Ho dovuto un bel po' pregare lo Spirito Santo di aiutarmi, e soprattutto ho dovuto passare più di qualche ora in quella cappellina dove so esserci l'esposizione permanente del Santissimo. Prima di insegnare ad adorare, cara Marta, devi imparare tu ad adorare! E siccome da sola non lo puoi, chiedi aiuto e rimani lì ad attendere in silenzio che esso arrivi, come e quando Lui vorrà.

Eccolo già qui, il primo aiutino: così come Gesù elesse i Suoi apostoli perché "stessero con Lui", la prima cosa da fare è un non-fare.

Stare. In silenzio. In attesa. Adoranti. Certi che Lui risponderà. Sssssssssss, silenzio, ascoltiamo...

E se poi, nello stare con Lui in silenzio, i pensieri incominciassero a divagare altrove, incominciamo a raccontarGli di noi, dei nostri amici, dei nostri genitori o figli, dei colleghi e della suocera, come faremmo con un amico molto speciale. Non le chiacchiere di paese, no; a Dio raccontiamo i sussurri e sospiri della nostra anima, e lasciamo stare i pettegolezzi e le mormorazioni. Ci farà bene, conosceremo meglio noi stessi, le

inutilità e i pensieri contorti si smaschereranno da soli, affiorerà l'essenziale e ci accorgeremo di quante poche parole occorrono per parlare con Dio.

Abbiamo ancora tempo? Allora diciamoGli che Gli vogliamo bene. Chissà se sono tanti o pochi quelli che Glielo dicono, ma non facciamoGli mancare il nostro “Ti voglio bene, Gesù!”, e poi ci verrà spontaneo dirGli anche “Grazie di esserci”, oppure “Per me sei tutto!”. Non sarà proprio del tutto vero, giacché sappiamo per quante altre cose materiali sospira il nostro cuore, ma ci aiuterà a crederlo almeno un pochino. Caspita, non immaginavo quanto bene facesse anche a me dirGli che Gli voglio bene. È un boomerang di dolcezza e gioia sottile. Ti voglio bene, Gesù!

E ora torniamo in silenzio. Non dimenticare il silenzio, Marta, quando desideri adorare il tuo Signore. Lui ha tanto da dirti, non sia mai che le tue chiacchiere finiscano per chiuderGli la bocca. Non è che Lui parli sempre attraverso parole. Quando ci passa vicino ci inonda di un profumo inconfondibile, che non possiamo nemmeno descrivere a parole; non sappiamo nemmeno se è un profumo, una carezza, una piccola luce interiore o l'anima che si dilata. Sono i momenti che difficilmente dimentichiamo; sono le piccole consolazioni che ci spingono a tornare lì, dove Lui è, dimenticando ogni altro affanno.

Oppure prendiamo in mano la Bibbia, il Vangelo, le Lettere, i Libri sapienziali; Dio ha parlato tanto nella storia dell'uomo, e lì raccolte vi sono migliaia di Parole da Lui pronunciate. Bastano due righe, nella penombra della chiesa. Ci sono chiese che hanno un riverbero lunghissimo, ma ci sono cuori che non sono da meno, e risuonano a lungo quando una Parola entra in loro. *Shemà, Israel! ...*

Perdonami, Signore. E aiutami. Tu Immensità, io lombrichino. Tu Bontà, io meschino. Tu Sapienza, io freddo calcolo. Tu

Misericordia, io rancore. Tu Dono, io spilorcia. Tu Sole, io gelo. Tu Vita, io moribonda.

Perdonami, Signore. E aiutami.

E aiuta anche quel bimbo in coma, aiuta la sua mamma, il suo papà, la sua nonna e il suo nonno. Aiuta quella ragazza, tanto spaventata dalla creaturina che cresce nel suo grembo. Aiuta Filippo, che domani ha compito in classe. Aiuta la nonnina che nessuno va più a trovare. Aiuta i sacerdoti che faticano a seguirTi. Aiuta le nigeriane in mano a Boko Haram. Aiuta chi medita vendetta. Aiuta chi calunnia. Aiuta chi si crede Te. E aiuta anche me.

E ora fai silenzio, anima mia. Ascolta.

Domani sono nella tua classe, Lucilla. Chissà se ti ricorderai della tua domanda.

Chissà se avrò il coraggio di avvicinarti, se non lo farai tu.

Ho ancora tanto da imparare anch'io.

Siamo nelle Tue mani, Gesù.



Adoramus Te

Camilla da Vico

*Adoramus te, Christe
Benedicimus tibi
Quia per crucem tuam
Redemisti mundum*

Queste parole misteriose, su una semplice e meravigliosa melodia, risuonano sotto il tendone, ripetute, ripetute e ripetute da centinaia di giovani provenienti da ogni luogo d'Europa, seduti a terra, che non si conoscono e nemmeno si capirebbero se si parlassero, ma ora sono uniti più che mai. Anch'io c'ero, con i miei diciassette anni appena compiuti, sotto quel tendone bianco, nella città di Praga.

*Adoramus te, Christe
Benedicimus tibi
Quia per crucem tuam
Redemisti mundum*

Si dormiva a terra, in scuole aperte per ospitare tanta gente. Si mangiava una zuppa calda in gavette di alluminio con un tozzo di pane. Ricordo la povertà di quei giorni con grande tenerezza. Come era bello aspettare in fila il proprio turno e come sembrava

buonissimo un cibo che a casa avremmo disdegnato. La bocca fumava, tanto era il freddo di fine dicembre, e quella gavetta, oltre a portare un grande ristoro, ci accompagnava alla verità più preziosa: *rivolgiti all'essenziale per giungere all'essenza.*

*Adoramus te, Christe
Benedicimus tibi
Quia per crucem tuam
Redemisti mundum*

Fu sotto quel tendone, che un giorno mi accadde una cosa straordinaria. Stavo cantando queste parole, quando mi zittii all'improvviso. Sentii una presenza forte, quasi materiale, viva. La sentii dentro, ma era anche fuori, nell'aria, tra le persone. Non riuscivo nemmeno a cantare, tanto questa presenza mi invadeva. Avrei voluto che durasse per sempre. Ricordo un solo pensiero: "Allora Dio c'è! È tutto vero!"

*Adoramus te, Christe
Benedicimus tibi
Quia per crucem tuam
Redemisti mundum*

Il raduno organizzato dalla comunità di Taizé m'insegnò che possiamo prepararci all'adorare, metterci nelle condizioni di desiderarlo, ma m'insegnò anche che nell'adorazione si cade. È lo stato degli angeli, il loro modo consueto di pregare. È dono di Dio. Il raduno di Taizé mi insegnò ad amare la musica che apre l'anima, poiché se è vero che gli angeli adorano, è vero anche che gli angeli cantano. Quale sarà la musica degli angeli? Come la immaginiamo?

Signore,

Insegnami a pregarTi come gli angeli
Insegnami a cantarTi come gli angeli

Insegnami ad adorarTi.

Lì dentro abita Gesù

Alberto

La sera del Giovedì santo dello scorso anno, dopo la celebrazione della Messa memoriale dell'Ultima cena di Gesù con gli apostoli, il parroco della mia parrocchia invitò la comunità a protrarre l'adorazione all'Eucaristia fino alla mezzanotte. Io non avevo mai partecipato a un'adorazione e non sapevo come si facesse, ma quella sera, mentre il parroco ci invitava, io avvertii dentro di me un impulso, una spinta, come se qualcuno mi chiamasse; e dopo la Messa mi fermai in chiesa. Vi si trattennero alcune persone, forse una decina, per lo più anziane o di mezza età, io ero l'unico sotto i vent'anni.

Il parroco aveva preparato dei fogli con alcuni brani del Vangelo e qualche preghiera. Li lessi, ma poi subito il mio sguardo si posò sul tabernacolo in cui era stato riposto il vaso sacro con le particole consacrate. Fissai quella porticina, sapevo che lì dentro c'era Gesù, c'era Dio: più volte la mia nonna, da bambino, mi aveva portato in chiesa e, indicandomi il tabernacolo, mi aveva detto: "Lì dentro abita Gesù". Ricordavo benissimo quelle parole, e mi sembrava di risentirle di nuovo da lei.

C'era silenzio nella chiesa, c'era raccoglimento; nessuna preghiera a voce alta, nessun canto. Solo silenzio. Quel silenzio

mi prese, mi avvolse, mi penetrò dentro. Mi si affacciò forte il pensiero che Dio era lì, a dieci metri da me; lui, Dio, dietro quella porticina, nella persona di Gesù. La mia mente si perse come in un infinito, in un infinito senza limiti e senza confini; un 'Infinito' che era lì, lì per me, una 'Presenza' che mi aveva atteso e che era contenta che io fossi lì con Lei; un 'Infinito' buono, con un che di maestoso, di sacro e di inafferrabile, che mi voleva bene e mi abbracciava. Non avevo mai sperimentato Dio così!

Non so quanto tempo rimasi in quei pensieri, forse dieci-quin dici minuti; sentivo il mio cuore calmo, lieto, leggero, appagato, pieno...; me ne stavo in ginocchio, incapace di alzarmi e di sedermi, io che in ginocchio più di due minuti non ero mai stato. Non dissi molte parole, anzi pochissime; soprattutto guardai, contemplai, ascoltai. Poi ripresi in mano i fogli che il parroco aveva preparato, li lessi, e dopo un po' tornai a casa: la mamma mi aspettava per la cena.

Quell'esperienza mi aveva sorpreso e colpito, ma non le sapevo dare un volto e un nome. Con un po' di imbarazzo la raccontai al mio parroco, ed egli mi disse contento: "Hai adorato! Hai avuto un assaggio dello stare con Dio! Questo, il Signore lo vuole dare a tutti, sai, se trova anime desiderose che lo cercano e lo vogliono. A te l'ha potuto dare perché ti sei fermato con lui. Fermati ancora!"



Adoratori per vocazione

Attilio B.

Adoremus in aeternum Sanctissimum Sacramentum

(Antifona dopo la Benedizione Eucaristica)

A Feltre, in via Belluno, all'interno della chiesa dedicata al Sacro Cuore di Gesù, si trova una cappellina dedicata al Beato Bernardino Tomitano; ebbene, in questa aula sacra, la prima domenica di Avvento del 2003 parte un progetto di vita a così ampio respiro, da coinvolgere centinaia di persone provenienti da cinque diocesi diverse: una Adorazione Eucaristica Perpetua. La Chiesa mistica si raduna attorno al suo Capo per adorarlo in modo permanente, giorno e notte, e questo disegno ancora sussiste fino ad oggi.

“*Cerco adoratori in Spirito e Verità*”, questo voleva Gesù e questo è quanto è stato realizzato, abbiamo ascoltato una sua chiamata e abbiamo cercato di rispondere nella misura che ci è stata concessa. Ciò ha del miracoloso, pensando a come freneticamente il cittadino medio oggi spenda le sue giornate, pensando ai molteplici impegni domestici, lavorativi e sociali che tutti abbiamo; eppure sono ormai sedici anni che più di trecento persone si turnano un'ora a settimana ciascuno. Se un adoratore, ad esempio, sceglie l'ora dalle quattordici alle

quindici del mercoledì, saprà che ogni mercoledì alle quattordici dovrà garantire a tutta la comunità la sua presenza davanti al Santissimo Sacramento esposto sull'altare, ovviamente facendosi sostituire nei momenti di necessità. Eh sì, ma quelli di notte? Come fanno? Sarà dura? E la chiesa rimane aperta tutta la notte? No, la chiesa è chiusa, ma nel portoncino a lato dell'ingresso principale si trova un campanello che, suonato, avvisa chi sta in cappellina che è arrivato l'adoratore dell'ora successiva, così da garantire una certa sicurezza e tranquillità agli adoratori della notte.

Tornando alle altre domande, personalmente posso assicurare che le ore della notte sono le più belle, le più appaganti, quelle che fanno maggiormente sentire di essere alla Sua Divina Presenza. Immersi in un ambiente esterno di quasi totale silenzio, nessuno schiamazzo, nessun telefono che suoni, nessuna voce umana, rarissime auto che passano sulla strada, tutto favorisce il giusto silenzio interiore... puoi sentire persino i battiti del tuo cuore, puoi controllare la tua respirazione, puoi legare questa alle preghiere che ti nascono dentro nell'anima e lasciare che sia il tuo cuore a parlare ed esprimere ciò che senti.

Non siamo forse stati interpellati dalle parole di Gesù, che ai suoi apostoli aveva chiesto di vegliare con Lui? Non ci fanno arrossire le sue parole di rimprovero che ci dice: *“Così non siete stati capaci di vegliare un'ora sola con me? Vegliate e pregate, per non cadere in tentazione. Lo spirito è pronto, ma la carne è debole”*. Qualche volta è capitato anche a me un momento di stanchezza, credendo più opportuno rimanere a casa e riposarmi, ma poi penso che il bene maggiore per me non sia un'ora di sonno in più, ma stare con il Signore della vita che mi ha promesso: *“Io sarò con voi fino alla fine dei tempi”*; e allora guadagno le forze necessarie per andare a incontrarLo, per andare a raccontarGli le mie preoccupazioni, ciò che mi assilla, ma anche per ringraziarLo di tutto ciò che mi ha consegnato negli ultimi sette giorni dall'ultimo incontro

notturmo e mi pacifico e mi rassereno, perché so che il mio Dio mi ha ascoltato e ha messo un nuovo seme nel mio cuore... lo farò fruttificare? Non lo so, ma la prossima settimana ci rivedremo e Glielo chiederò nuovamente.

Vi aspetto da Gesù, quando potrete... con affetto A.B.

PS: per informazione, sono ben accetti anche i *jollies*, cioè quelli che danno delle disponibilità a chiamata, perché per lavoro non hanno orari fissi.



Chi ha sete venga a me

Monache Adoratrici Perpetue
del Santissimo Sacramento (Vedana - Belluno)

Con gioia desideriamo condividere con voi la nostra esperienza dell'adorazione perpetua a Gesù Sacramentato, sperando che possa esservi d'aiuto, perché tutti i battezzati sono chiamati ad essere Suoi adoratori "in spirito e verità".

È un dono grandissimo poter stare con Lui notte e giorno. Questo è un segno grande del Suo amore, Lui non ha bisogno di noi, eppure il Suo amore lo spinge a desiderare che noi rimaniamo sempre con Lui fino a diventare una sola cosa con Lui. Quest'opera compie Dio con i Suoi figli mentre sono in adorazione: lo Spirito Santo trasforma il loro volto, il loro cuore e lo rende simile a quello di Gesù.

Il nostro carisma dell'adorazione perpetua è nato da una giovane diciannovenne (la Beata Maria Maddalena dell'Incarnazione) che nel 1789 vide in visione il Santissimo Sacramento adorato da Angeli vestiti con una tunica bianca ed uno scapolare rosso, e il Signore la invitò a radunare sulla terra delle anime che facessero quello che gli Angeli fanno in Cielo: adorare Dio ininterrottamente.

Viviamo l'adorazione a turni di un'Ora ciascuna. Il Sacerdote espone il Santissimo Sacramento subito dopo la Messa che termina alle 08.30 circa e da quel momento iniziano i turni di adorazione che proseguono anche la notte. L'ora di adorazione è divisa in quattro momenti di preghiera: Lode, Riparazione, Intercessione, Ringraziamento, per vivere tutta la giornata una Messa continua. Nella S. Messa infatti ci sono questi quattro momenti di preghiera; si inizia lodando Dio, si chiede perdono dei propri peccati, si offre il Corpo e Sangue di Cristo per la salvezza di tutte le anime e in ringraziamento per l'amore di Dio Padre.

Le antiche Costituzioni del nostro Ordine dicono: *“In nome di tutti deve Essa (l'adoratrice) adorarlo, amarlo”*. Quando l'Adoratrice è davanti a Gesù, il Signore in Lei vede tutta la Chiesa, i volti di tutti i Suoi figli. Al cambio di turno l'adoratrice dice nella preghiera: *“Voglio unirmi alla riparazione per i peccati di tutti gli uomini”*; unirsi a chi? A Gesù, che ha preso su di sé i peccati di tutti. L'adoratrice, unendo le sue piccole sofferenze ai grandi dolori di Gesù, ripara insieme a Lui le proprie colpe e quelle di tante anime che Dio le ha affidato.

A voi, è Egli, che dice, esclamando ad alta voce nel medesimo suo profondo silenzio “Se qualcuno ha sete, venga, e beva, se crede in me, fiumi di acqua viva sortiranno dal mio cuore divino. A voi principalmente sono dirette quelle dolci parole “Venite a me, o voi tutti che siete affaticati e carichi, poiché vi solleverò”, essendo io quel vostro Sposo, quel Redentore, e quell'amoroso vostro Padre, che, se dubbiose, mi farò vostro Consigliere, se afflitte, vostro Consolatore, se timorose, vostro Conforto, se tribolate vostro Avvocato, aiuto né vostri obblighi, e contro i vostri nemici Protettore, e difesa (parole tratte dal testo delle prime Costituzioni dell'Ordine).

Adorare Dio vuol dire stare con Lui in un modo intimo, con confidenza totale. È come stare con una persona, più si sta in

sua compagnia, più si capiscono i suoi silenzi, le sue parole, gli sguardi e tutto ciò che vuole dirci, i suoi desideri, il suo modo di fare. E Lui è veramente il riposo per l'anima che sta con Lui, il conoscitore dei suoi più intimi segreti, l'amico, il fratello, l'innamorato delle nostre anime. Soprattutto nei tempi più difficili, nella sofferenza, Gesù fa comprendere il dolore del Suo Cuore, la solitudine in cui si è trovato per amore nostro, per salvarci, e tante altre cose che dice di Sé.

In realtà, ogni battezzato che si mette con amore ai piedi dell'Eucarestia, con Gesù loda il Padre (*Ti rendo lode Padre, Creatore del Cielo e della terra*), con Gesù ripara i peccati, con Gesù prega, in Gesù ringrazia infinitamente. Gesù lo ha detto chiaramente rispondendo al nemico che lo tentava: *Dio solo adorerai ed a Lui solo renderai culto*. Oggi il mondo ci invita ad adorare tante cose, ma nessuno può avere il cuore, la vita, divisa a metà. *Chi non è con Me è contro di Me... Non potete servire Dio ed il denaro...* Non si può adorare Dio e vivere servendo il proprio egoismo in tante forme che esistono.

Gesù ci invita: *Chi ha sete venga a Me e beva!... Adorate Dio in spirito e verità... il Padre infatti cerca tali adoratori*. Dal Cuore eucaristico di Gesù possiamo bere il Suo amore, la Sua pazienza, la Sua bontà, l'umiltà, la dolcezza, la forza di perdonare, il coraggio di dire la verità anche quando costa, la gioia, la pace. E così, attraverso l'adorazione, piano piano, la nostra vita cambia, perché apriamo sempre più la porta al Signore.



La maglia azzurra della nazionale italiana

Riccardo Giovanale

*Si vergognino tutti gli adoratori di statue
e chi si vanta del nulla degli idoli. (Salmo 96, 7)*

Chi l'avrebbe mai detto? Scommetto che non lo sanno neppure i calciatori italiani, di indossare il manto della Madonna. Forse, chissà, non lo sanno neppure gli allenatori e i dirigenti sportivi; di sicuro non lo sanno i tifosi, o forse sì, qualcuno, i meglio informati. La notizia però non circola, semplicemente perché non è una notizia.

L'ho scoperto anch'io quasi-per-caso, dal momento che tutto è Provvidenza. La maglia azzurra della nazionale italiana è eredità dei Savoia, sovrani d'Italia per quasi un secolo, i quali adottarono l'azzurro come colore di riferimento della propria casata e, nel 1911, scelsero di cambiare in azzurro le maglie della nazionale di calcio, in precedenza bianche. In realtà il colore azzurro contraddistingue i Savoia dal lontano 1336, anno in cui il conte Amedeo VI, in procinto di partire per una crociata per liberare i luoghi santi dal dominio saraceno, fece issare una bandiera azzurra sulla propria nave, come omaggio alla Madonna, invocandone la protezione.

Tutti sappiamo come il manto azzurro della Madonna, ricavato dai lapislazzuli ridotti in polvere e tanto usato nell'iconografia, sia stato associato fin dai tempi più antichi al divino, richiamando simbolicamente il colore del cielo, la “volta celeste”. E così, di passaggio in passaggio, la nazionale italiana veste il manto azzurro di Maria, venerata ben più di Maria, direi quasi adorata, se rifletto su come il risultato di una partita di calcio possa influenzare non solo la politica, ma perfino l’economia.



Amo Maria, recito spesso il rosario, tengo una sua icona sulla mia scrivania e le sono grato per aver ospitato nel suo grembo il Figlio di Dio. Le sono grato anche di farmi da mamma, dal momento che la mia è volata in cielo parecchi lustri fa, e le sono grato di ammorbidire con la sua tenerezza i lati più aspri del mio rude caratteraccio. Mi rifugio spesso in lei, figura femminile di donna e sposa perfetta, che mi aiuta a ridimensionare i difetti della mia consorte – lei mica è nata senza peccato... - e ad apprezzarne le virtù – e quante ne ha, creatura bella!

Amo e venero Maria, ma non posso adorarla. Per essere santa è Santa, anzi Santissima, ma non è Dio! L'ho imparato da papa Benedetto, che anni fa tenne un'udienza su San Giovanni Damasceno, un asceta e dottore della Chiesa dell'VIII secolo, "il quale fu tra i primi a distinguere, nel culto pubblico e privato dei cristiani, fra adorazione (*latreia*) e venerazione (*proskynesis*): la prima si può rivolgere soltanto a Dio, sommamente spirituale, la seconda invece può utilizzare un'immagine per rivolgersi a colui che viene rappresentato nell'immagine stessa. Ovviamente, il Santo non può in nessun caso essere identificato con la materia di cui l'icona è composta." (Papa Benedetto XVI – udienza 6 maggio 2009)

L'udienza è stupenda, così come il testo di San Giovanni Damasceno; aiuta a comprendere perché i cristiani, a differenza di ebrei e musulmani, venerano delle immagini o degli oggetti sacri, quali la croce o l'altare, e venerano le reliquie dei martiri e dei santi, uniti a Dio nella gloria dei cieli.

Non avere altri dèi di fronte a me. (Dt 5, 7)

Riconosco di essere un cristiano ancora un po' confuso e vagheggiante nel mio culto. Riconosco che, come maschietto, tenderei a commuovermi maggiormente davanti a Maria, rispetto a Gesù o a Dio Padre. Riconosco che, come appassionato di calcio, tendo a passare più tempo a leggere le notizie sportive che le news ecclesiali. Se nell'Antico Testamento vi sono diversi passi della Bibbia dove si trovano uomini che si prostrano davanti ad altri uomini, temo di non comportarmi molto diversamente quando mi devo presentare al dirigente della ditta per cui lavoro.

Ho bisogno ancora di un aiutino, perlomeno concettuale; prendo in prestito il vocabolario Treccani e cerco di chiarirmi le idee:

“**Latria**: servitù, culto. Nella religione cattolica, culto supremo riservato esclusivamente a Dio, cioè alla Ss. Trinità, alle singole persone di essa e a Cristo anche

sotto le specie eucaristiche; si distingue dal culto di venerazione, che è reso invece agli angeli e ai santi.

Dulia: servitù, servo (riconoscersi servi). Culto di venerazione che si presta nel cattolicesimo ai santi, distinto dal culto dovuto a Dio e da quello dovuto alla Madonna.

Iperdulia: il culto di «alta venerazione» (mettersi al servizio in modo totale) prestatto alla Vergine Maria, a differenza di quello prestatto a tutti gli altri santi e dell'adorazione diretta a Dio." Fin qui la Treccani.

Riassumendo: la maglia azzurra dei calciatori non è da adorare e nemmeno da venerare. Mi propongo di misurare un tantino di più i miei entusiasmi sportivi.

Quando a essere azzurro è il manto di Maria, la venero con un fiore, un bacio e un canto; recito il Santo Rosario che lei stessa chiede di pregare, ma non mi prostro e non vado in estasi mistica davanti alla sua statua.

Venero pure San Luigi Gonzaga, santo della mia giovinezza. Nel mio portafoglio ho un delizioso santino che lo ritrae in veste talare e cotta. Sul retro la preghiera di intercessione che recito spesso per i miei figli, mentre ogni quattro-cinque anni vado a Castiglione delle Stiviere dove si conservano le sue reliquie. So che la volontà di Dio sovrasta anche quella di san Luigi, pur essendo santo patrono mondiale della gioventù, dunque è alla volontà di Dio che mi rimetto, non alle doti miracolistiche di san Luigi.

Sono un comune mortale, per di più peccatore. Ho bisogno degli angeli e dei santi. Venerandoli non mi monto la testa e soprattutto so di poter contare su un aiuto che da solo non potrei darmi.

Però solo Dio è Dio. Lui amo, Lui adoro, a Lui mi prostro, Padre, Figlio e Spirito Santo.

Solo Dio salva.

Infinito amore

Marilena Anzini

Tempo fa, in un momento difficile, dopo un'accesa discussione con una persona cara, me ne stavo alla finestra, sola, con il cuore pesante. Mi sentivo spenta, e non avevo neanche la forza di pregare. Guardavo fuori, nel piccolo spazio verde incolto fuori casa: il suolo era pieno di sterpaglia e gli alberi asciutti e senza foglie, a ricordarmi che era inverno anche là fuori, non solo dentro di me.

Ma all'improvviso su uno dei rami più vicini alla finestra si posa un uccellino bellissimo, con delle eleganti striature bianche, grigie e nere e con la lunga coda sempre in movimento. E subito dopo ne arriva un altro...e un altro ancora...ma...quanti sono? Che meraviglia! Uno stormo intero di questi stupendi volatili si è come materializzato nel riquadro della finestra! Saltellano da un ramo all'altro del nocciolo con eleganza e allegria...saranno una ventina! Io resto a bocca aperta, incredula e incantata da tanta inaspettata bellezza. Dopo un paio di minuti lo stormo - che scoprirò poi essere ballerine bianche - riprende il volo e se ne va, lasciandomi con il volto rigato di lacrime sgorgate a metà strada tra la tristezza di prima e l'incanto di dopo, senza che quasi me ne accorgessi.

Mi è tornato in mente questo episodio mentre meditavo sul tema del quaderno. Cosa vuol dire adorare? E' la forma più alta di preghiera, quindi va da sé che non è facile. Non è una formula da ripetere anzi, preferisce il silenzio. Non è una richiesta d'aiuto, preghiera che viene tanto facile a tutte noi creature bisognose. Che modo è di pregare? Nella mia umile e piccola esperienza, potrei dire che è qualcosa di simile a quello che ho provato davanti all'arrivo dello stormo di ballerine bianche. Finché stavo avvoltolata nei miei pensieri negativi non potevo pregare e non vedevo alcuna soluzione possibile. Lo stupore dello stormo di ballerine bianche mi ha allargato lo sguardo, mi ha mostrato la bellezza nel mondo e questa bellezza mi ha parlato di Dio, riavvicinando il mio cuore a Lui. Al centro di tutto non c'ero più io e i miei guai ma Dio, la meraviglia del Suo Creato e la consapevolezza che ogni cosa appartiene al Suo disegno e ha un senso, anche se io non lo comprendo.

Penso a Giobbe e alla lunghissima serie di domande con cui Dio risponde alle sue lamentele. *"Dov'eri tu quando ponevo le fondamenta della terra? Dillo, se hai tanta intelligenza!"* (Gb, 38,4) E Giobbe, alla fine della descrizione di tutte le meraviglie del creato, non può fare altro che ammutolire al cospetto della grandezza di Dio.

L'adorazione è fondamentalmente un'esperienza, qualcosa che si sente, non che si fa. E' lo stupore di riconoscere la presenza reale di Dio nelle nostre vite, e quale modo migliore per farlo se non davanti all'Eucaristia? E' il silenzio che si apre in noi quando si comprende che le parole non servono. E' la lacrima che scende su un sorriso. E' l'oro di una luce che vibra nel buio. E' sentire di essere innamorati di Dio e, meraviglia delle meraviglie, di essere corrisposti. E' il dono di sentirsi immersi in questo infinito amore.

Ostensorio e crocifisso

Tarcisio Tovazzi

Sto in silenzio. Nella penombra luce solo una piccola lampada. I raggi dorati dell'ostensorio si espandono verso l'esterno e sembrano prolungarsi all'infinito. Al centro, in un nulla di pane, vibra la sua Presenza. Il silenzio dei compagni mi aiuta a cercare il vero silenzio, quello dei pensieri e dei moti dell'animo. E' anche una lotta, l'inizio dell'adorazione, pensieri e dubbi arrivano a ondate e mi impediscono l'abbandono fiducioso in Lui. Lascio entrare più profondamente in me il silenzio dei presenti. Non so e nemmeno voglio sapere se loro riescano subito a far tacere i loro pensieri per ascoltare la Sua Voce, ma il loro silenzio è colmo delle loro anime e questo mi aiuta a ritrovare la mia e a placare la mente.

Nel silenzio che lentamente si propaga, nel mio essere si fa presente poco a poco un'altra Voce. Dapprima lontana, poi sempre più distinta. Parla con parole senza lettere, con suono di silenzio. Ora è più vicina, ancora non capisco ma sento più chiaramente: Delicatezza dalla forza immensa, Piccolezza che non ha confini, Riservatezza che ti abbraccia fin nell'intimo.

La mia mente limitata vacilla davanti a questi paradossi, vorrebbe ancora dire qualcosa, provare a capire.

Come uno scalatore che non trova più il passaggio sulla roccia liscia, anche la forma rotonda di quel “Nulla di pane” posto nell’ostensorio mi rimanda plasticamente all’impossibilità di trovare un appiglio. Non può la mente resistere negando, perché questa Voce e questa Presenza parlano al cuore, è il cuore che sta ascoltando questo soffio di brezza leggera. Alla mente non resta che arrendersi davanti all’Inconoscibile.

Ma quanto è misteriosa questa Presenza: silenziosa e fragorosa allo stesso momento, aspetta senza nessuna impazienza, ma la domanda che arriva è il massimo dell’intensità, sta nel momento, ma è anche senza tempo. Sento che mi aspetta e mi aspetterà sempre, al di là di tutte le mie resistenze, dei miei limiti e pigrizie.

I minuti passano, il silenzio è quasi troppo colmo, sono un po’ provato da questo contatto con l’Inconoscibile: è come se avessi guardato il sole. La dolce melodia dell’*Adoro Te devote* che canto insieme ai presenti entra in me come un balsamo, riportando mente e cuore a una vicinanza più affettuosa.

Presto mi rendo conto che è la mia mente a essere provata: poco a poco affiorano la dolcezza e i doni ricevuti. Il cuore è colmo di pace e desiderio di rispondere alla Sua domanda ogni giorno. E con vera meraviglia e riconoscenza, alzando lo sguardo sopra l’ostensorio, incontro il Crocifisso appeso alla parete. E’ un piccolo crocifisso di legno intagliato, un po’ *naïve* nello stile, con il Cristo molto sofferente e contorto sulla croce. Ma stasera, dopo l’adorazione, lo vedo con occhi diversi; comprendo più a fondo cosa significhi l’espressione che Gesù è il Verbo di Dio.

Le “Parole senza lettere” che ho ascoltato nell’adorazione trovano le loro lettere nelle parole pronunciate da Gesù. Il silenzio a volte insopportabile di Dio, diventa sonoro e parla con la Voce del Cristo. La distanza siderale tra me e Lui mi fa

comprendere con commozione ancora più grande il dono di Dio che manda Suo Figlio tra noi.

Eccolo, il prezioso frutto dell'Adorazione di stasera: stare in silenzio davanti all'Inconoscibile, rinunciando a comprendere, per "lasciarmi informare" da Lui.



Adorooooooo

Camilla da Vico

Adorooooo. Questo è il commento che arriva via whatsapp, per dire “che bello, mi piace”.

È uno *slang* che si sta diffondendo nei social e nei contesti giovanili. Si commenta una cosa che piace con una sola parola: Adoro. Senza articoli e spesso con più zeri degli Iban ;-)

Amo infilarmi nelle pieghe misteriose del linguaggio, perché spesso è lì che si manifestano i temi dell’anima. Tutto vorrebbe soffocare il bisogno di adorare, tanti surrogati si propongono come oggetti d’amore, e non solo nella nostra epoca. Eppure ecco che la parola ritorna, senza articoli e nella sua essenzialità. Certo, inconsapevole e spesso inappropriato è il suo uso, il pericolo è persino banalizzarla. La parola abusata viene svuotata, perde la sua profondità e il riferimento all’assoluto che la caratterizza. Eppure è come se Dio ci richiamasse, ci esortasse a vedere Lui, in tutto ciò che di bello ci circonda. È come se Dio ci seminasse nel cuore il bisogno di dire Adorooooo, forse prima ancora di capire cosa vuol dire.

Allora sta a noi collaborare con Lui, perché il ponte iniziato sulle labbra, arrivi al cuore. Una preghiera per ogni Adorooooo, un piccolo gesto di adorazione per rendere vera la parola.

“Quando si adora Colui che è Pantocratore, si arriva anche a contemplare e a godere del cielo e della terra”. Con queste parole luminose, il nostro amato vescovo emerito Mons. Andrich ci mostra come tutto sia amabile, tutta la realtà sia adorabile, perché da Dio viene, Dio la sostiene nell’essere e in Dio si evolve.

Dio che tutto abbraccia,
abbraccia anche i giovani che a Te si rivolgono, anche senza volerlo.

Abbraccia le parole che escono dalla nostra bocca, perché diventino sempre più vere.

Adorooooo.



Tempo perso

Maria Silvia Roveri

Gutta cavat lapidem, non vi sed saepe cadendo
«La goccia scava la pietra, non per la sua forza,
ma col cadere spesso» (Motto latino)

Cantanti e attori, direttori di coro e coristi, logopediste e insegnanti di canto, nonché creature senza alcun titolo specifico, che vengono a lezione per imparare a cantare o per stare semplicemente meglio. Oggi il tema del seminario sono le cavità e le pareti del tratto vocale, ossia tutti quegli spazi che nel corpo contribuiscono alla risonanza e al timbro della voce.



Scelgo di dedicarmi in particolare all'esperienza del vuoto. "Attraversate il salone camminando, quando siete nel centro fate una piccola sosta e poi riprendete a camminare". Rimango a osservare in silenzio, mentre loro obbediscono diligentemente. Una caratteristica accomuna tutte le camminate: il momento della sosta nel centro è inquieto, non si tratta di una vera sosta, ma di una fermata simile a quella di quando in auto siamo costretti a fermarci perché l'auto che ci precede deve svoltare a sinistra o lasciar passare un pedone. Un ostacolo imprevisto nella linea del tempo, e subito l'inquietudine e l'impazienza ci abitano.

Chiedo agli allievi cosa hanno osservato. Raccontano tante cose diverse, nessuno ha notato questa piccola inquietudine. "Ripetete l'esperienza, ma ora, quando siete nel centro, fate una sosta lasciandovi entrare dentro il vuoto". Obbediscono di nuovo, sempre molto diligentemente. Ora la camminata è completamente diversa. Non solo è sparita l'impazienza, ma nei corpi sono chiaramente visibili un allentamento della tensione, una postura più eretta, uno sguardo più limpido e un'immagine globale di leggerezza e quiete.

Le esperienze proseguono. Ci sono tanti tipi di vuoto da sperimentare, tanti diversi stati del corpo e della mente da vivere, mentre nella nostra esperienza quotidiana associamo il vuoto al nulla, al non-essere, alla morte, e lo fuggiamo, spaventati di fronte all'*horror vacui*. Tanto progresso e tanta tecnologia non ci hanno reso per nulla diversi dall'uomo medievale o preistorico. Paradossalmente sono aumentate la paura e l'inquietudine esistenziale; ci sentiamo sempre meno sicuri e sempre più in balia di eventi che non possiamo controllare, e quando ad essere vuoto è il tempo, l'ansia raggiunge l'apice. Mancano Dio e la fede in Lui, che solo possono riempire il vuoto esistenziale, riempire di senso il tempo e la vita, e donare quiete e pace.

Com'è che, allora, anche per molti cristiani, il tempo trascorso in adorazione davanti al Santissimo Sacramento sembra tempo perso? Com'è che le chiese sono quasi sempre desolatamente vuote durante la settimana e si svuotano frettolosamente pure la domenica dopo la Santa Messa? Com'è che anche noi ci spingiamo affannosamente avanti nella linea del tempo, correndo in una gara contro il tempo persa in anticipo, piuttosto che tuffarci a capofitto in ginocchio davanti a Lui?

La preghiera di adorazione richiede di saper “perdere tempo”, di dedicarsi a un nulla apparentemente inesistente e inutile. Un po' si loda, un po' si ringrazia, un po' si chiede perdono e aiuto, ma soprattutto semplicemente si adora, si contempla, si sta lì quieti e umili alla presenza del proprio Dio, Signore, Padre, Madre e Sposo.

Il tempo trascorso in adorazione è il vero lusso della vita. Non il denaro, non il piacere, non il benessere materiale. Staremo con Dio per l'eternità, e sarà una gioia senza fine. Ma Lui ci ama alla follia fin da ora, e desidera stare con noi, illuminando i tanti grigiori delle nostre giornate.

Passare davanti a una chiesa ed entrare per un piccolo saluto a Gesù, tra la spesa e il frugolo da andare a prendere a scuola. Alzare le dita dai tasti del pc o del telefono, chiudere gli occhi, e assaporare quella piccola sosta di intimità con Lui che ci è sempre accanto. Sentire le campane che suonano l'Angelus di mezzogiorno e fermarsi ad adorare il Verbo che si fa carne nel grembo di Maria, anche oggi, ogni giorno.

Ma anche soste più lunghe, da mettere nell'agenda e rispettare con scrupolo, almeno tanto quanto gli appuntamenti con il cliente più importante, il dirigente d'azienda, l'autorità in visita o almeno l'osteopata che ci rimetterà a posto la schiena. “Vediamo gli appuntamenti di oggi... - Ah, sì, alle 18.00 mi attende il Re dell'Universo... il giorno più importante, il sogno della mia vita...”.

Ma anche scegliere per le ferie con la famiglia una delle tante case religiose di ospitalità che punteggiano la nostra penisola, mare, monti, laghi, collina, quasi sempre in posizioni invidiabili, quasi sempre a prezzi super-economici. In esse troviamo sempre una cappella e un Tabernacolo. Al mattino, già pronti per la spiaggia, insegnare ai bambini a dare un salutino adorante a Gesù, in ginocchio, fermi e zitti, che anche Lui vuole salutarci. Alla sera, di ritorno dalla camminata al rifugio, passeremo da Lui. E più tardi, quando i bambini già dormono, invece che incollarci alle tristezze televisive, andremo a corroborare l'anima, fermare il tempo e riempirlo di pace nella penombra e nel silenzio della cappella.

Piccole gocce di adorazione, grandi soste adoranti che punteggiano il tempo e scavano lentamente la nostra vita in Dio, nostra roccia.

Perdere tempo con Lui e guadagnare l'eternità.

Scaviamo il vuoto.

Lui è Tutto, lo riempirà.



Grani d'incenso

Maria Silvia Roveri

*Quando gli uomini sono senza Dio,
allora i governi sono senza ideali,
le menzogne senza limiti,
i debiti senza numero,
le riunioni senza risultato,
il progresso senza cervello,
i politici senza carattere,
i cristiani senza preghiera,
la Chiesa senza forza,
i popoli senza pace,
i crimini senza misura.*
(Antoine de Saint-Exupéry)

❖ Incenso Rosa di Damasco

E si prostrarono con la faccia a terra davanti al Signore
(Ne 8, 1-12)

Neo-gnosticismo, neo-pelagianesimo, neo-arianesimo...
L'eresia di chi, dichiarandosi credente nell'unico Dio, è pronto a infilare nella fede il proprio Io, è sempre presente nella storia dell'uomo.

Se adorare significa riconoscere che Dio è Dio, abbiamo bisogno di adorare Gesù, per riconoscere che Egli è anche Dio, non solo uomo. Temibili scorgo intorno a me i tentacoli di chi, nell'esaltare l'umanità di Gesù, lo rende l'amicone con cui si va a prendere una birra al pub, tutt'al più il medico d'eccellenza o lo psicologo di lusso, senza andare più in là. Nessun bisogno di salvezza, per l'uomo che non ha bisogno del Figlio di Dio.

Meravigliosamente attraente è l'umanità di Gesù, ma Egli è il Verbo Incarnato e il Salvatore inviato dall'Eterno Padre, non solo un grande taumaturgo o un predicatore eccellente. In Lui dimora la forza redentrice della Sua Passione, morte e Risurrezione.

Se non riconosco in Lui Dio fatto uomo, morto e risorto per la mia salvezza, non potrò adorarLo nell'Eucaristia, e accostarmi alla Comunione diventerà il prendere parte a una 'recita', a un momento di fraternità in cui ricordo insieme alla comunità un fatto avvenuto tanti anni fa.

Ti adoro, Gesù Cristo, Figlio del Dio Altissimo. Tu sei Dio, donna sono io. Non sono degna di ricevere in me il Tuo Corpo e il Tuo Sangue. Liberami dal peccato. Fai della mia, la Tua carne, e vivrò per sempre.

❖ Incenso lentisco

*«Viene l'ora, ed è questa,
nella quale i veri adoratori
adoreranno il Padre in spirito e verità,
perché così il Padre vuole che siano quelli che lo adorano»*

(Giovanni 4,23)

“In realtà, le due parole “spirito” e “verità”, in greco *pnéuma* e *alétheia*, hanno nel Vangelo di Giovanni un'accezione particolare. La “verità” è, infatti, un vocabolo usato non nel senso della filosofia classica ove indicava lo svelamento

dell'essere, della sostanza della realtà, bensì è adottato per designare la rivelazione che Cristo è venuto a portare nel mondo. Lo “spirito” è, invece, il principio della vita nuova che il credente assume in sé, come Gesù aveva già annunciato a Nicodemo: «Se uno non nasce da acqua e spirito, non può entrare nel regno di Dio» (Gv 3,5).

A questo punto è facile cogliere il senso globale della frase di Cristo, lontana da un etereo e vago spiritualismo. Il vero fedele è colui che riceve lo Spirito Santo, cioè il respiro vitale di Dio stesso che lo rende suo figlio, come insegnerà san Paolo (cfr. Galati 4,6-7 e Romani 8,15-17), e questo avviene nel Battesimo e nei sacramenti cristiani. La “verità” è la Parola di Dio che Gesù ci rivela e che deve diventare la via della nostra fede e la lampada della nostra carità. La vera lode a Dio sale, quindi, dalla nuova creatura redenta e liberata dal male.” (Card. Gianfranco Ravasi)

❖ Incenso benzoino

Entriamo in una chiesa cattolica e vediamo le lettere IHS incise su un crocifisso, su un muro, o spiccare su una vetrata. “Jesus Hominum Salvator” o “In Hoc Signo” sono le due interpretazioni più correnti. IHS, ancor prima di queste, è “cristogramma”, ossia un modo di scrivere “Gesù Cristo” risalente al III secolo. I cristiani abbreviarono il nome di Gesù scrivendo solo le prime tre lettere in greco, IHΣ (dal nome completo IHΣΟΥΣ). Da simbolo segreto qual era nei primi secoli, spesso inciso sulla tomba dei cristiani, nel XV secolo San Bernardino da Siena organizzò una campagna di predicazione per promuovere la reverenza al Santo Nome di Gesù e incoraggiò i cristiani a mettere un IHS sulla porta delle loro case. Un secolo dopo, nel 1541, Sant’Ignazio adottò il monogramma per rappresentare l’ordine da lui appena fondato, la Società di Gesù. L’arte cristiana lo ha quindi diffuso in tutto il mondo, legandolo particolarmente all’adorazione eucaristica.

“Più importante, però, che scolpito sulle pareti degli edifici, è che tale simbolo, cioè il Nome di Gesù, sia impresso nel nostro cuore. Esso è il nome di Colui che è il Salvatore del mondo e il Salvatore nostro. L’introito della Messa, riportando le parole dell’apostolo Paolo, ci ha detto: *“Nel Nome di Gesù ogni ginocchio si pieghi nei cieli, sulla terra e negli inferi, e ogni lingua proclami che Gesù Cristo è il Signore, a gloria di dio Padre”* (Fil 2,10-11). Il Nome di Gesù è il nome più santo che ci sia; l’invocarlo è invocazione di salvezza; è difesa e protezione da Satana (Satana trema al Nome di Gesù, perché esso è il nome di Colui che l’ha vinto ed eternamente sconfitto). Può essere preghiera bellissima prendere in mano la corona del Rosario e scorrerne i grani pronunciando, ad ognuno di essi, lentamente e con affetto, il semplice Nome di Gesù. Diventa una preghiera che unisce l’anima al Signore in modo profondo, delicato, tenero ed efficace. E che il Nome di Gesù, venerato e amato, faccia sì che i nostri nomi siano scritti in cielo (cfr Lc 10,20), cioè sia per noi pegno e caparra di paradiso.” (Don Giovanni Unterberger – omelia per la Festa del Ss. Nome di Gesù 2020)



❖ Incenso greco

“Anzitutto, una riflessione sul valore del culto eucaristico, in particolare dell’adorazione del Santissimo Sacramento. E’ l’esperienza che anche questa sera noi vivremo dopo la Messa, prima della processione, durante il suo svolgimento e al suo termine. Una interpretazione unilaterale del Concilio Vaticano II aveva penalizzato questa dimensione, restringendo in pratica l’Eucaristia al momento celebrativo. In effetti, è stato molto importante riconoscere la centralità della celebrazione, in cui il Signore convoca il suo popolo, lo raduna intorno alla duplice mensa della Parola e del Pane di vita, lo nutre e lo unisce a Sé nell’offerta del Sacrificio. Questa valorizzazione dell’assemblea liturgica, in cui il Signore opera e realizza il suo mistero di comunione, rimane ovviamente valida, ma essa va ricollocata nel giusto equilibrio. In effetti - come spesso avviene - per sottolineare un aspetto si finisce per sacrificarne un altro. In questo caso, l’accentuazione giusta posta sulla celebrazione dell’Eucaristia è andata a scapito dell’adorazione, come atto di fede e di preghiera rivolto al Signore Gesù, realmente presente nel Sacramento dell’altare. Questo sbilanciamento ha avuto ripercussioni anche sulla vita spirituale dei fedeli. Infatti, concentrando tutto il rapporto con Gesù Eucaristia nel solo momento della Santa Messa, si rischia di svuotare della sua presenza il resto del tempo e dello spazio esistenziali. E così si percepisce meno il senso della presenza costante di Gesù in mezzo a noi e con noi, una presenza concreta, vicina, tra le nostre case, come «Cuore pulsante» della città, del paese, del territorio con le sue varie espressioni e attività. Il Sacramento della Carità di Cristo deve permeare tutta la vita quotidiana. In realtà, è sbagliato contrapporre la celebrazione e l’adorazione, come se fossero in concorrenza l’una con l’altra. E’ proprio il contrario: il culto del Santissimo Sacramento costituisce come l’«ambiente» spirituale entro il quale la comunità può celebrare bene e in verità l’Eucaristia. Solo se è preceduta, accompagnata e seguita da questo atteggiamento interiore di

fede e di adorazione, l'azione liturgica può esprimere il suo pieno significato e valore. L'incontro con Gesù nella Santa Messa si attua veramente e pienamente quando la comunità è in grado di riconoscere che Egli, nel Sacramento, abita la sua casa, ci attende, ci invita alla sua mensa, e poi, dopo che l'assemblea si è sciolta, rimane con noi, con la sua presenza discreta e silenziosa, e ci accompagna con la sua intercessione, continuando a raccogliere i nostri sacrifici spirituali e ad offrirli al Padre.

... Stare tutti in silenzio prolungato davanti al Signore presente nel suo Sacramento, è una delle esperienze più autentiche del nostro essere Chiesa, che si accompagna in modo complementare con quella di celebrare l'Eucaristia, ascoltando la Parola di Dio, cantando, accostandosi insieme alla mensa del Pane di vita. Comunione e contemplazione non si possono separare, vanno insieme. Per comunicare veramente con un'altra persona devo conoscerla, saper stare in silenzio vicino a lei, ascoltarla, guardarla con amore. Il vero amore e la vera amicizia vivono sempre di questa reciprocità di sguardi, di silenzi intensi, eloquenti, pieni di rispetto e di venerazione, così che l'incontro sia vissuto profondamente, in modo personale e non superficiale.”(Papa Benedetto XVI - dall'omelia per il Corpus Domini - 7 giugno 2012)

❖ Incenso oro mirra

*Ed ecco la stella, che avevano visto nel suo sorgere,
li precedeva,*

*finché giunse e si fermò sopra il luogo
dove si trovava il bambino.*

*Al vedere la stella, essi provarono una grandissima gioia.
Entrati nella casa, videro il bambino con Maria sua madre,
e prostratisi lo adorarono. (Mt 2, 9-11)*

I Magi affrontarono un lungo viaggio per andare ad adorare un re sconosciuto, ancora bambino, di cui non sapevano nemmeno il nome. I Santi Magi, li chiama la Chiesa; quell'adorazione e

il cammino che intrapresero furono sufficienti per santificarli e iscrivere per sempre il loro nome nei cieli.

I Ss. Magi, recita il calendario dei santi, e non sappiamo nemmeno esattamente quanti fossero. Perfetto, così ciascuno di noi può diventare un ‘Mago’ e mettersi in cammino con loro.

Oggi ho camminato con la corona del rosario in mano: ogni quattro passi un grano e il Nome di Gesù lasciato risuonare dentro. “Un cammino di adorazione”: cambia il camminare e cambia il posto che Gesù acquista nel cuore.

I Magi hanno attraversato deserti fatti di dune alte quanto una collina. Anche tra le Dolomiti a ogni curva si apre uno scenario diverso, il cuore si commuove e l’anima respira profondamente. Senza tante parole, solo con la gioia dell’anima - è immenso il Creatore -, a ogni curva: “Ti adoro, Dio mio”.

❖ Incenso di sandalo

«Spirito muto e sordo, io ti ordino, esci da lui e non vi rientrare più». Gridando, e scuotendolo fortemente, uscì. (...) Ma Gesù lo prese per mano, lo fece alzare ed egli stette in piedi. Entrato in casa, i suoi discepoli gli domandavano in privato: «Perché noi non siamo riusciti a scacciarlo?». Ed egli disse loro: «Questa specie di demòni non si può scacciare in alcun modo, se non con la preghiera». (Mc 9, 25-29)

“Quando il ragazzo è riaffidato al padre, restano da guarire i discepoli che sono ancora muti e sordi; è ad essi che il padre, in assenza di Gesù, aveva affidato il malato, senza sortire effetto alcuno. In casa gli apostoli gli chiedono, come ragazzi di bottega: “Noi, perché non siamo riusciti a scacciarlo?” pensano che il Maestro gli abbia nascosto qualche trucco del mestiere, o che ci sia ancora qualche lezione integrativa da fare, ma più semplicemente si tratta di assenza di preghiera. È il dramma dei preti e degli operatori pastorali di oggi: fanno molte cose

e pensano che bastino le tecniche di animazione, mentre è di rianimazione che hanno bisogno, tornando a pregare perché dietro ogni parola ci sia un congruo tempo di silenzio, e dietro ogni assegno staccato in parrocchia un deposito di preghiera nascosta. Donami, Signore, il gusto della preghiera silenziosa, prolungata, meditata, nascosta.” (S.E. Mons. Arturo Aiello – Vescovo di Avellino)

❖ Incenso etiope

“Adorare - secondo la stupenda espressione di san Gregorio Nazianzeno – significa elevare a Dio un ‘inno di silenzio’. Come quando si sale in alta montagna l'aria si fa più rarefatta, così quando ci si avvicina a Dio la parola deve farsi più breve, fino a diventare, alla fine, completamente muta e unirsi in silenzio a colui che è l'ineffabile.” (Fr. Raniero Cantalamessa)

❖ Incenso di alloro

L'adorazione è esclusiva della religione cristiana/cattolica? No. Adorare è un bisogno così profondo nel cuore dell'uomo, che tutte le culture, a tutte le latitudini e in tutte le epoche, hanno sviluppato forme proprie di culto di adorazione dei propri dèi, capi spirituali o civili.

Solo il cristianesimo però, tra tutte le confessioni religiose e culti vari, conosce l'adorazione come flusso d'amore.

Adorare Dio non è meditare, non è adulare, non è richiesta di grazie, non è attesa di privilegi, non è sottomissione cieca, non è vuota piaggeria, non è paura del potere.

Adorare il Padre, il Figlio e lo Spirito Santo è amare senza parole Colui che è Amore.

Adoro perché sono e mi sento amata. Allora amo. E adoro.

❖ Incenso di ginepro

“Nella liturgia non si trascuri il gesto dell'inginocchiarsi. Le nuove chiese non dimentichino di fornire banchi con

gli inginocchiato. E sia rispettata la sensibilità di chi vuole comunicarsi in ginocchio. Quello dell'inginocchiarsi non è un dettaglio secondario, la Parola di Dio ci richiama al fatto che noi dobbiamo piegare il ginocchio di fronte a Dio e a lui soltanto. Questa è la nostra dignità grande, che non pieghiamo il ginocchio davanti a nessuno. Ci si inginocchia soltanto alla presenza eucaristica, riconoscendovi la presenza di Dio. È discutibile che vi siano chiese dove non si mette nella condizione di poter fare questo gesto. Un posto dove inginocchiarsi, l'esistenza di un inginocchiatoio ricorda che ci sono momenti in cui ci si può e ci si deve inginocchiare." (S. E. Claudio Maniago, presidente commissione CEI per la liturgia, intervista per Avvenire 25 agosto 2019)

❖ Incenso liturgico

È uno splendore. Ogni giorno un nuovo evento, periodi più lunghi e altri più brevi, feste organizzate nei più piccoli dettagli, discorsi preparati con cura minuziosa, ospiti sempre di altissimo livello, Pane e Vino di primissima qualità.

È la bellezza dell'anno liturgico, ogni giorno uno stuolo di santi, periodi di grandi feste e periodi di depurazione, Padre, Figlio, Spirito Santo e Maria sempre presenti, in primo piano o discretamente sullo sfondo, colori perfettamente abbinati, colonna sonora adatta alle diverse occasioni, incensi usati con discrezione e proprietà, i giusti silenzi e parole divine.

In una famiglia ci sono le ricorrenze dei compleanni, del matrimonio, tutt'al più si festeggia l'onomastico dei suoi membri o gli anniversari dei cari defunti, ma cos'è tutto ciò con la grande famiglia della Chiesa, con le feste di Gesù, di Maria, dei suoi angeli e dei suoi santi? Le stagioni terrene scandite da tempi di penitenza e di festa, in armonia con i ritmi della natura, punteggiate dalle grandi solennità, dalle feste e dalla memoria delle creature che hanno realizzato in terra l'amore perfetto del Padre.

Basta prestarvi attenzione, basta seguire fedelmente ciò che la liturgia cattolica propone, e ogni giorno è un giorno speciale, un nuovo rito, un clima particolare, una memoria dedicata, in cui tutto rimanda e riporta a Dio, ad amarLo e adorarLo insieme alle schiere innumerevoli (miliardi di miliardi...) che, dopo una vita santa vissuta in terra, ora Lo godono in Cielo, alleluia!

❖ Incenso Salomone

“Poi Salomone si pose davanti all'altare del Signore, di fronte a tutta l'assemblea di Israele, e, stese le mani verso il cielo, disse: «Signore, Dio di Israele, non c'è un Dio come te, né lassù nei cieli né quaggiù sulla terra! Tu mantieni l'alleanza e la misericordia con i tuoi servi che camminano davanti a te con tutto il cuore. Tu hai mantenuto nei riguardi del tuo servo Davide mio padre quanto gli avevi promesso; quanto avevi detto con la bocca l'hai adempiuto con potenza, come appare oggi. Ora, Signore Dio di Israele, mantieni al tuo servo Davide mio padre quanto gli hai promesso: Non ti mancherà un discendente che stia davanti a me e sieda sul trono di Israele, purché i tuoi figli vegliano sulla loro condotta camminando davanti a me come vi hai camminato tu. Ora, Signore Dio di Israele, si adempia la parola che tu hai rivolta a Davide mio padre. Ma è proprio vero che Dio abita sulla terra? Ecco i cieli e i cieli dei cieli non possono contenerci, tanto meno questa casa che io ho costruita! Volgiti alla preghiera del tuo servo e alla sua supplica, Signore mio Dio; ascolta il grido e la preghiera che il tuo servo oggi innalza davanti a te! Siano aperti i tuoi occhi notte e giorno verso questa casa, verso il luogo di cui hai detto: Lì sarà il mio nome! Ascolta la preghiera che il tuo servo innalza in questo luogo. Ascolta la supplica del tuo servo e di Israele tuo popolo, quando pregheranno in questo luogo. Ascoltali dal luogo della tua dimora, dal cielo; ascolta e perdona.” (1 Re 8, 22-30)

❖ Incenso petriano

“I cristiani devono imparare la «preghiera di adorazione». E i pastori devono avere a cuore la formazione dei fedeli a questa fondamentale forma di preghiera. Insegnate al popolo ad adorare in silenzio, perché così imparano da adesso cosa faremo tutti là, quando per la grazia di Dio arriveremo in cielo. (...) Tante volte penso che noi non insegniamo al nostro popolo ad adorare. Sì, gli insegniamo a pregare, a cantare, a lodare Dio, ma ad adorare... La preghiera di adorazione ci annienta senza annientarci: nell’annientamento dell’adorazione ci dà nobiltà e grandezza. E a quella esperienza, in cui si anticipa la vita in cielo, si può arrivare soltanto con la memoria di essere stati eletti, di avere dentro al cuore una promessa che ci spinge ad andare e con l’alleanza in mano e nel cuore. Quindi sempre in cammino: cammino difficile, cammino in salita, ma in cammino verso l’adorazione, verso quel momento in cui le parole spariscono davanti alla gloria di Dio: non si può parlare, non si sa cosa dire.(...) Il re Salomone soltanto osa dire due parole, in mezzo all’adorazione: “Ascolta e perdona”, soltanto quello. Non si può dire di più. Adorare in silenzio con tutta una storia addosso, e chiedere a Dio: «Ascolta e perdona».” (Papa Francesco – dall’omelia a Santa Marta – 5 febbraio 2018)

❖ Incenso Storage

“L’etimologia di adorare è dal latino *ad os*, ossia mettere, portare la mano alla bocca, come segno del tacere in virtù della propria dipendenza e sottomissione. *Mi metto la mano sulla bocca*, dice Giobbe (Gb 40, 4). *A te sia lode il silenzio, dice il salmo*. (Sal 65,1). Come l’aria diventa rarefatta in alta montagna, così la parola, man mano che si avvicina a Dio, diventa sempre più ineffabile e vicina al silenzio, ossia diviene un AMEN. Cristo stesso ha detto: *Io sono l’Amen*, ossia il sì totale. Cristo si dice per quello che è: Io sono il sì del Padre. *E Lui, l’Amen, zitti chiacchiere mie*, scrisse Clemente Reborà. *Cristo non ha*

null'altro da fare se non dirsi. Basta che Lui si dica e tutto è compiuto", parole di Jean-Luc Marion. (S. E. Mons Giuseppe Andrich vescovo emerito di Belluno-Feltre – incontro con Demamah luglio 2019)

❖ Incenso di Ladano

“L’adorazione è degna dell’uomo? Non ci schiaccia? Dio ha bisogno che ci prostriamo dinanzi a Lui?

Noi siamo creature libere, ma riconosciamo una proporzione diversa tra noi e Lui. Lo stesso Gesù si è umiliato con l’obbedienza al Padre, facendosi capo di una umanità che sa adorare.

Il IV Prefazio comune dà una risposta a questa domanda: *«È veramente cosa buona e giusta, nostro dovere e fonte di salvezza, lodarti e ringraziarti sempre per i tuoi benefici, Dio onnipotente ed eterno. Tu non hai bisogno della nostra lode, ma per un dono del tuo amore ci chiami a renderti grazie; i nostri inni di benedizione non accrescono la tua grandezza, ma ci ottengono la grazia che ci salva...».*

San Francesco lo espone con la similitudine dell’acqua, la quale ‘umile, preziosa e casta’, tende alla posizione più bassa davanti al Creatore. All’adorazione bisogna arrivare con libertà, non vi si può costringere nessuno.” (S. E. Mons Giuseppe Andrich vescovo emerito di Belluno-Feltre – incontro con Demamah luglio 2019)

❖ Incenso d'Arabia

*I segreti del suo cuore saranno manifestati
e così, prostrandosi a terra, adorerà Dio,
proclamando: Dio è veramente fra voi!”* (1 Cor 14,25)

“L’Adorazione Eucaristica si è sviluppata dopo l’eresia di Berengario, che metteva in dubbio la presenza reale di Cristo nell’Eucaristia. L’Adorazione Eucaristica è peculiare dei cattolici. I protestanti ‘adorano’ la Parola, mentre gli ortodossi le icone.

Se non ti basta il tabernacolo, non farti prete. Nell'Adorazione Eucaristica ci mettiamo davanti al Sole, come foglie davanti a Lui, grazie al quale avviene in noi la fotosintesi, essenziale per la vita... e *M'illumino d'immenso.* Grande sarà la nostra evangelizzazione, se avremo questa vita profonda che viene dall'Eucaristia." (S. E. Mons Giuseppe Andrich vescovo emerito di Belluno-Feltre – incontro con Demamah luglio 2019)

❖ Incenso cedro

“Adorare il Dio di Gesù Cristo, fattosi pane spezzato per amore, è il rimedio più valido e radicale contro le idolatrie di ieri e di oggi. Inginocchiarsi davanti all'Eucaristia è professione di libertà: chi si inchina a Gesù non può e non deve prostrarsi davanti a nessun potere terreno, per quanto forte. Noi cristiani ci inginocchiamo solo davanti al Santissimo Sacramento, perché in esso sappiamo e crediamo essere presente l'unico vero Dio, che ha creato il mondo e lo ha tanto amato da dare il suo Figlio unigenito (cfr Gv 3,16). Ci prostriamo dinanzi a un Dio che per primo si è chinato verso l'uomo, come Buon Samaritano, per soccorrerlo e ridargli vita, e si è inginocchiato davanti a noi per lavare i nostri piedi sporchi. Adorare il Corpo di Cristo vuol dire credere che lì, in quel pezzo di pane, c'è realmente Cristo, che dà vero senso alla vita, all'immenso universo come alla più piccola creatura, all'intera storia umana come alla più breve esistenza. L'adorazione è preghiera che prolunga la celebrazione e la comunione eucaristica e in cui l'anima continua a nutrirsi: si nutre di amore, di verità, di pace; si nutre di speranza, perché Colui al quale ci prostriamo non ci giudica, non ci schiaccia, ma ci libera e ci trasforma. Ecco perché radunarci, camminare, adorare ci riempie di gioia.” (Papa Benedetto XVI - dall'omelia del 22 maggio 2008)

*Vidi il Signore su di un trono altissimo:
lo adorava una schiera di angeli e cantavano insieme:
«Ecco colui che regna per sempre».*

(Antifona d'ingresso della I settimana del Tempo Ordinario)

vita di Demamah

GLI INCONTRI DI DEMAMAH 2020

UN'OASI DI SPIRITUALITÀ

Pregheiera e liturgia

- ❖ Canto delle Ore dell'**Ufficio Divino**
- ❖ **Santa Messa** con canto gregoriano

Formazione spirituale

- ❖ **Liturgia e vita** - con S.E. Mons. Giuseppe Andrich
- ❖ **Lectio Divina** - con Mons. Giovanni Unterberger
- ❖ **Adorazione silenziosa**
- ❖ **Meditatio** – Imparare a meditare con il canto, i sensi, l'arte, la natura – con Maria Silvia Roveri
- ❖ **Vivere la Chiesa** – lettura e commento di scritti dei Padri e Pastori della Chiesa

Formazione al canto sacro

- ❖ **Studio dell'Ufficio Divino** e lettura musicale cantata – con Tarcisio Tovazzi
- ❖ **Canto gregoriano** – con Maria Silvia Roveri
- ❖ **Voce e Spirito** – Il sottile manifestarsi dello Spirito negli anfratti della voce – con Maria Silvia Roveri

Colloqui spirituali, orientamento di vita e Confessioni

- ❖ Con Mons. Giovanni Unterberger, un padre per tutti.

Passeggiate, condivisione dei pasti

- ❖ Per crescere nell'amore e nella gioia, che ci rendono veri figli della luce.

CALENDARIO DEI PROSSIMI INCONTRI

- 7-8 marzo
- 4-5 aprile
- 9-10 maggio
- 13-14 giugno
- 14-18 luglio - RITIRO ESTIVO
- 5-6 settembre
- 10-11 ottobre
- 7-8 novembre
- 12-13 dicembre



INFORMAZIONI UTILI

- ❖ Gli incontri si svolgono generalmente a **Santa Giustina (BL)**, presso la sede di Demamah in via Statagn, 7 – raggiungibile con il **treno** (fermata Santa Giustina-Cesio della linea Padova-Montebelluna-Belluno), con il **bus** (Dolomitibus – fermata Formegan di Santa Giustina) o in **auto** (SS 50 Feltre-Belluno destra Piave).
- ❖ **Per la partecipazione** è necessario scrivere a info@demamah.it o telefonare al 339-2981446 con alcuni giorni di anticipo.

Hymnalia

19 settembre 2009 – 19 settembre 2019

Il 19 settembre 2019 Demamah ha compiuto i suoi primi dieci anni di vita, e per ringraziare Dio, Demamah ha cantato, registrando un CD di Inni gregoriani e medievali dei vari tempi liturgici dell'anno: Hymnalia.

È sempre possibile richiedere il CD scrivendo a info@demamah.it o telefonando al 339-2981446.

INTENZIONI DI PREGHIERA

La preghiera è uno dei cardini della Regola di Demamah. In essa vengono ricordati tutti i giorni i benefattori, gli Amici e tutti coloro che fanno pervenire particolari necessità di vicinanza umana e spirituale.

Chi lo desidera può chiedere di inserire se stesso o i propri cari nella lista predisposta. Scrivere a info@demamah.it.

I QUADERNI DI DEMAMAH

I Quaderni di Demamah sono pubblicati dal 2012 grazie alle contribuzioni volontarie dei suoi lettori, **una minoranza generosa che ringraziamo per ciò che offre a tutti.**

Sostieni la loro pubblicazione con una donazione!

Le offerte possono essere consegnate a mano, spedite via posta con assegno non trasferibile, o versate tramite bonifico bancario all'Associazione **DEMAMAH** IBAN IT 32 0030 6961 2771 0000 0002 370 - Banca Intesa San Paolo – Agenzia di Santa Giustina (BL), ricordando di indicare nella causale il **proprio nominativo e recapito** oppure inviando mail a info@demamah.it.

Spediremo i Quaderni a casa tua per un intero anno!

I benefattori vengono ricordati nella preghiera quotidiana della comunità e per tutti loro viene celebrata una Santa Messa la prima domenica di ogni mese.

SANTA MESSA NEL RITO ANTICO

Alle ore 8.30 di tutte le domeniche e le feste di precetto, presso la Chiesa di San Pietro, a pochi passi dal Duomo di **Belluno**, è possibile partecipare alla celebrazione della Santa Messa nella forma straordinaria del rito romano.

IL PADRE SPIRITUALE

Mons. Giovanni Unterberger, sacerdote della diocesi di Belluno-Feltre, già padre spirituale del Seminario Vescovile e insegnante di Sacra Scrittura presso l'Istituto Superiore di Scienze Religiose, è disponibile per **colloqui spirituali individuali** e Confessioni. Telefonargli direttamente al n. 329-7441351.

Le sue **omelie settimanali** sono scaricabili dal sito di Demamah al link <http://demamah.it/?cat=13> e le troverai nella pagina Facebook di Demamah il sabato.

L'ASSOCIAZIONE DEMAMAH

19 settembre 2009

Quando siamo nati non avevamo un nome. Cercavamo Dio, e volevamo cercarlo attraverso il canto.

Scoprimmo il testo del capitolo 19 del 1 Libro dei Re, quello in cui Elia incontra il Signore.

Ci attirò la voce di una brezza leggera con la quale il Signore si manifestò. Corrispondeva alla nostra esperienza di voce, di suono e di Dio.

Ci piacque il suono della frase ***Qòl demamah daqqah***; ci piacque il suono e i suoi molti significati.

Demamah iniziò così il suo cammino di piccola realtà umana guidata da un grande nome divino, affinché non ci fosse mai possibile dimenticare che è attraverso le cose apparentemente piccole, insignificanti, deboli, leggere, silenziose e invisibili, che Dio ama manifestarsi, Onnipotente nell'apparente Nulla.

Demamah è associazione riconosciuta dalla Diocesi di Belluno-Feltre con decreto vescovile del 24 luglio 2014.

I Quaderni di Demamah - La Spiritualità del Quotidiano

A piccoli passi, si muove la vita.

Di piccole cose è fatta: lavoro, relazioni, fatiche e gioie quotidiane.

Anche Dio "cammina a piedi", con i nostri piedi e i nostri piccoli passi.

I *Quaderni di Demamah* sono diari di vita.

Sono la prova che lo Spirito ci è accanto in ogni momento.

Sono un aiuto prezioso

per chi vuole incontrarlo nella propria quotidianità.

Grandi temi, incarnati nelle nostre umili vite.

דַּמָּמָה

Demamah

Ecco, il Signore passò.

Ci fu un vento impetuoso e gagliardo da spaccare i monti e

spezzare le rocce davanti al Signore,

ma il Signore non era nel vento.

Dopo il vento ci fu un terremoto,

ma il Signore non era nel terremoto.

²Dopo il terremoto ci fu un fuoco,

ma il Signore non era nel fuoco.

*Dopo il fuoco ci fu il **mormorio di un vento leggero***

qòl demamah daqqah.

dal Primo libro dei Re 19,11-13

* * *

Demamah è parola centrale di *Qòl demamah daqqah*, frase che nella Bibbia esprime l'Essenza Divina nel suo manifestarsi all'uomo e profeta.

Qòl è la voce umana, ma anche il tuono o un rumore fragoroso.

Demamah è la calma, il silenzio, il divenire silenzioso e immobile.

Daqqah è il ridurre in polvere, lo svuotare, l'alleggerire...

In caso di mancato recapito si prega di restituire al mittente Ass. Demamah, Via Statagn, 7 - 32035 Santa Giustina (BL), che corrisponderà il dovuto