

1. CHIEDI LO SPIRITO SANTO

Prima di iniziare la lettura delle Scritture prega lo Spirito Santo che scenda in te, che apra gli occhi del tuo cuore e che ti riveli il volto di Dio non nella visione ma nella luce della fede. prega con la certezza di essere esaudito, perché Dio dona sempre lo Spirito Santo a chi lo invoca con umiltà e docilità.

Dio nostro padre, tu hai inviato nel mondo il tuo Figlio, parola fatta carne per mostrarti a noi uomini. Invia ora il tuo Spirito santo su di noi, affinché possiamo incontrare Gesù Cristo in questa Parola che viene da te, affinché lo conosciamo più intensamente e conoscendolo lo amiamo più intensamente pervenendo così alla beatitudine del Regno. Amen

2. PRENDI LA BIBBIA, LEGGI

La Bibbia è davanti a te: non è un libro qualsiasi ma il libro che contiene la Parola di Dio: attraverso di essa Dio vuole parlare a te oggi, personalmente. Leggi attentamente, più volte il testo, cercando di ascoltarlo con tutto il cuore, con tutta la tua intelligenza, con tutto il tuo essere. Silenzio interiore e concentrazione accompagnino la tua lettura e la rendano ascolto.

Dal Vangelo secondo Marco

Giunsero a Cafàrnao e subito Gesù, entrato di sabato nella sinagoga, insegnava. Ed erano stupiti del suo insegnamento: egli infatti insegnava loro come uno che ha autorità, e non come gli scribi. Ed ecco, nella loro sinagoga vi era un uomo posseduto da uno spirito impuro e cominciò a gridare, dicendo: «Che vuoi da noi, Gesù Nazareno? Sei venuto a rovinarci? Io so chi tu sei: il santo di Dio!». E Gesù gli ordinò severamente: «Taci! Esci da lui!». E lo spirito impuro, straziandolo e gridando forte, uscì da lui. Tutti furono presi da timore, tanto che si chiedevano a vicenda: «Che è mai questo? Un insegnamento nuovo, dato con autorità. Comanda persino agli spiriti impuri e gli obbediscono!». La sua fama si diffuse subito dovunque, in tutta la regione della Galilea.

E subito, usciti dalla sinagoga, andarono nella casa di Simone e Andrea, in compagnia di Giacomo e Giovanni. La suocera di Simone era a letto con la febbre e subito gli parlarono di lei. Egli si avvicinò e la fece alzare prendendola per mano; la febbre la lasciò ed ella li serviva. Venuta la sera, dopo il tramonto del sole, gli portavano tutti i malati e gli indemoniati. Tutta la città era riunita davanti alla porta. Guarì molti che erano affetti da varie malattie e scacciò molti demoni; ma non permetteva ai demoni di parlare, perché lo conoscevano. Al mattino presto si alzò quando ancora era buio e, uscito, si ritirò in un luogo deserto, e là pregava. Ma Simone e quelli che erano con lui si misero sulle sue tracce. Lo trovarono e gli dissero: «Tutti ti cercano!». Egli disse loro: «Andiamocene altrove, nei villaggi vicini, perché io predichi anche là; per questo infatti sono venuto!». E andò per tutta la Galilea, predicando nelle loro sinagoghe e scacciando i demoni.

3. CERCA ATTRAVERSO LA MEDITAZIONE

Rifletti con la tua intelligenza illuminata dalla luce di Dio sul testo. Aiutati eventualmente con alcuni strumenti, le concordanze bibliche, i commenti patristici, spirituali, esegetici.

Rileggi eventualmente il testo cercando un'evocazione profonda del messaggio in te. Fai risuonare le parole nel tuo cuore e applica a te, alla tua situazione il messaggio del testo senza finire in un esame di coscienza. Guarda a Cristo e non guardare troppo a te stesso: è Lui che ti trasfigura.

«Tutti i Vangeli ci mostrano Gesù in atteggiamento di preghiera, mistico della vita e contemplativo nell'azione. Marco in particolare ci mostra un Gesù orante fin dall'inizio della sua missione, condotto dallo Spirito nel deserto (Mc 1,12-13). L'attività missionaria di Gesù comincia molto per tempo, con il primo annuncio in Galilea, luogo della prigionia di Giovanni Battista (1,14-15). Da lì alla formazione della prima comunità di discepoli passa molto poco tempo, poi subito comincia l'attività sistematica di evangelizzazione in tutta la regione che confina con il lato occidentale del lago di Galilea (1,21-34). Il ritmo dell'attività aumenta a tal punto che la piccola casa dei pescatori diventa insufficiente (2,1-12) e il tempo è così scarso che non riescono neppure a mangiare (3,20). Ma in mezzo a tale frenesia di

evangelizzazione Gesù si prende una pausa e si porta in luoghi deserti per dedicarsi alla preghiera (1,35-39). Il Vangelo di Marco ci mostra come il Maestro alterna l'impegno missionario radicale alla preghiera più intensa e assidua. Mistica e impegno di evangelizzazione, azione e contemplazione nella sua giornata si alternano. E danno coerenza alla vita quotidiana di Gesù e della comunità dei suoi seguaci.

Il brano di questa lectio ci porta a capire in che modo la preghiera aiuta Gesù ad ampliare l'orizzonte della sua azione missionaria e a mantenere un opportuno atteggiamento di ascolto e di dialogo continuo con il Padre. Gesù si apparta dal gruppo, ma al tempo stesso si lascia di nuovo incontrare. Il brano ci mostra un singolare dinamismo di vita, in cui si alternano il deserto come simbolo della preghiera, e le strade della Galilea come simbolo dell'incessante attività evangelizzatrice. Il suo incontro con Pietro e gli altri, dopo la preghiera, li predispone e li spinge a rendere universale l'azione missionaria della comunità evangelizzante (1,38).

La dinamica di questo brano va colta in tre momenti successivi:

- Uscire verso il deserto. Mentre il gruppo dei suoi amici dorme, Gesù si reca sollecito all'incontro con suo Padre nella preghiera: *Al mattino tu ascolti la mia voce* (Sal 5,4).
- Lasciarsi incontrare. L'incontro tra Gesù e i suoi amici è occasione di apertura verso nuovi gruppi, magari in attesa di una parola di incoraggiamento e di una mano amica (1,40-45).
- Uscire verso la missione. L'invito di Gesù, sintetizzato nella parola *Andiamo*, è perentorio, e il gruppo esce con lui verso tutta la Galilea, incontro a tutti quelli che sono disponibili all'ascolto.

Il brano chiude con una puntuale indicazione metodologica (v.39) segnalando le tre attività messe in atto da Gesù: percorrere l'intera regione, annunciare il Vangelo, e liberare dal male. Queste tre attività sono come la conseguenza del rinnovato fervore che è stato prodotto in lui dalla preghiera»

«È il racconto di una giornata passata da Gesù a contatto con la gente, immerso nei problemi di tutti. Gesù, va detto subito, non si atteggia a eroe o superuomo. Tutto è naturale in lui. Anche se c'è molta attesa nei suoi confronti, non perde la sua abituale compostezza e non patisce stati di ansietà. Sa che non può essere dappertutto e che non può fare miracoli per tutti. E sa inoltre che, a fare il bene, non c'è mai da aspettarsi un consenso unanime. Le riserve non mancano mai. Perfino i sospetti. Quel miracolo, per esempio, a favore della suocera di Pietro, volete che non abbia sollevato qualche obiezione? Ma Gesù non si preoccupa. Fa quello che ritiene giusto.

Il colloquio con il Padre, che apre la giornata, spiega tutto. Che cosa abbia detto al Padre non lo sappiamo. Possiamo solo immaginarlo. Quei volti incontrati alle porte della città, quegli occhi pieni di speranza, quelle infermità, quelle miserie certamente avranno trovato in questo colloquio un ricordo, una parola di intercessione, un accorato sentimento di pietà. E dal Padre Gesù doveva ricevere l'incoraggiamento a rendere visibile il volto di Dio attraverso gesti di tenerezza, di solidarietà, di umanissima pietà. La sua giornata, dopo il colloquio col Padre, è un incessante prodigarsi a favore degli altri, una continua occasione di bene. È una giornata difficile da imitare? In realtà non è un'impresa impossibile. Ciò che conta è affrontare ogni giornata con grande naturalezza, collegando quello che si vive, attraverso qualche momento di preghiera, con un senso più alto. E si tratta di capire che il tempo speso per gli altri è un tempo guadagnato ed è già una testimonianza a favore del Vangelo. Tutto dipende dallo spirito giusto, uno spirito che ignori la febbre della riuscita, la ricerca del consenso, il bisogno della riconoscenza e sappia affidare tutto a colui che ci dona ogni mattina una nuova giornata, la benedice e la custodisce nella memoria del suo cuore».

4. PREGA IL SIGNORE CHE TI HA PARLATO

Ora, ripieno di Parola di Dio, parla al tuo Signore o meglio rispondi a Lui, agli inviti, alle ispirazioni, ai richiami, ai messaggi, alle vocazioni che egli ti ha rivolto nella sua Parola compresa nello Spirito Santo. prega con franchezza, fiducia. È il momento della lode, del ringraziamento, dell'intercessione.

5. NON DIMENTICARE CHE ASCOLTO È OBBEDIENZA

Se hai ascoltato veramente la Parola devi metterla in pratica realizzando nel mondo, tra i fratelli ciò che Dio ti ha detto. Ascoltare è obbedire. Impegnati dunque a realizzare la Parola di Dio!

L'opera che ti attende è credere e per la fede mostrare in te il frutto dello Spirito: «amore, gioia, pace, pazienza, benevolenza, bontà, fedeltà, mitezza, dominio di sé (Gal 5,22).