



IN ATTESA DI UN DIO CHE SI FA TOCCARE

ESERCIZI SPIRITUALI DI AVVENTO E NATALE - UN DIO INCARNATO CHE CI RAGGIUNGE ATTRAVERSO I NOSTRI SENSI

Cieli stellati da guardare
Per rimettersi in cammino

Mi preparo

Chiudo gli occhi,
mi concentro sul momento presente,
libero la mente da preoccupazioni e pensieri,
esprimo interiormente il mio desiderio di stare alla
presenza del Signore



Entro nella preghiera

Mi chiamasti, e il tuo grido sfondò la mia sordità;
balenasti, e il tuo splendore dissipò la mia cecità;
diffondesti la tua fragranza, e respirai e anelo verso di te,
gustai e ho fame e sete;
mi toccasti, e arsi di desiderio della tua pace.
(Sant'Agostino, *Le Confessioni*, X, 29)

Sant'Agostino ci rende partecipi di come il suo incontro col Signore sia accaduto "fisicamente" attraverso i 5 sensi, di come il Signore lo abbia concretamente raggiunto attraverso queste 5 "porte" che ci tengono in contatto fra noi e col mondo esterno.

Il testo: Genesi 15, 1-6

¹Dopo tali fatti, fu rivolta ad Abram, in visione, questa parola del Signore: «Non temere, Abram. Io sono il tuo scudo; la tua ricompensa sarà molto grande». ²Rispose Abram: «Signore Dio, che cosa mi darai? Io me ne vado senza figli e l'erede della mia casa è Elièzer di Damasco». ³Soggiunse Abram: «Ecco, a me non hai dato discendenza e un mio domestico sarà mio erede». ⁴Ed ecco, gli fu rivolta questa parola dal Signore: «Non sarà costui il tuo erede, ma uno nato da te sarà il tuo erede». ⁵Poi lo condusse fuori e gli disse: «**Guarda in cielo e conta le stelle, se riesci a contarle**»; e soggiunse: «Tale sarà la tua discendenza». ⁶Egli credette al Signore, che glielo accreditò come giustizia.

La grazia da chiedere

Donami, Signore, di guardare con fiducia nella notte per lasciarmi orientare nel cammino



Entro nel testo

Provo a visualizzare la scena, il luogo in cui avviene, i personaggi principali, le parole che si scambiano, il tono delle voci, i gesti. E lascio affiorare il mio sentire, senza censure, senza giudizi.

Domande per la riflessione

Abram è un uomo che si è messo in cammino, attirato da una doppia promessa: una discendenza e una terra in cui abitare, ma si ritrova senza figli. Dio lo invita ad uscire per alzare lo sguardo e contare le stelle. Dio lo conduce, esce con lui, lo accompagna, insieme contemplano il cielo, la notte e la promessa ed inizia per Abram un nuovo cammino.

- Ricordando la Parola/promessa che mi ha messo in cammino, oggi cosa desidero dire di me a Dio e cosa dico di Lui?
- Guardando alla mia vita, alle mie fatiche esistenziali, relazionali... a quale passaggio mi sento chiamato?
- Contemplando la notte in compagnia del Signore quale luce illumina, orienta il mio cammino?

Dialogo con Dio e mi congedo

Come un amico fa con un amico, parlo con il Signore su ciò che sto vivendo nella preghiera. Recito un "Padre nostro" per congedarmi e uscire dalla preghiera.

Pregare con le parole di un Salmo

Salmo 121 (120)

Alzo gli occhi verso i monti:
da dove mi verrà l'aiuto?
Il mio aiuto viene dal Signore:
egli ha fatto cielo e terra.

Non lascerà vacillare il tuo piede,
non si addormenterà il tuo custode.
Non si addormenterà, non prenderà sonno
il custode d'Israele.

Il Signore è il tuo custode,
il Signore è la tua ombra
e sta alla tua destra.
Di giorno non ti colpirà il sole,
né la luna di notte.

Il Signore ti custodirà da ogni male:
egli custodirà la tua vita.
Il Signore ti custodirà quando esci e quando entri,
da ora e per sempre.