

**Marzo 2020**

## **TRACCIA PER L'ADORAZIONE EUCARISTICA**



**... RINNEGHI SE STESSO, PRENDA LA SUA CROCE E MI SEGUA ...**

### **Introduzione**

«La Quaresima è il tempo privilegiato del pellegrinaggio interiore verso Colui che è la fonte della misericordia. È un pellegrinaggio in cui Lui stesso ci accompagna attraverso il deserto della nostra povertà, sostenendoci nel cammino verso la gioia intensa della Pasqua. Anche nella “valle oscura” di cui parla il Salmista (Sal 23,4), mentre il tentatore ci suggerisce di disperderci o di riporre una speranza illusoria nell’opera delle nostre mani, Dio ci custodisce e ci sostiene. [...] La Quaresima ci vuole condurre in vista della vittoria di Cristo su ogni male che opprime l’uomo. Nel volgerci al divino Maestro, nel convertirci a Lui, nello sperimentare la sua misericordia, scopriremo uno “sguardo” che ci scruta nel profondo e può rianimare ciascuno di noi.» (*Benedetto XVI*)

### **Canto di esposizione**

#### **Preghiamo insieme:**

Vieni Signore Gesù, con la luce del tuo Spirito vieni dentro di noi. Illumina le zone buie e affollate del nostro essere e, con la potenza del tuo amore, vinci nei nostri cuori ogni nostra chiusura e resistenza. Vieni Signore Gesù, custodiscici nel Tuo Amore.

### **Pausa di silenzio**

#### **Inno, Salmi dei Vespri del giorno**

#### **Lettura breve: Dal Vangelo di Marco (8,34 -9,1)**

In quel tempo, convocata la folla insieme ai suoi discepoli, Gesù disse loro: «Se qualcuno vuol venire dietro a me, rinneghi se stesso, prenda la sua croce e mi segua. Perché chi vuole salvare la propria vita, la perderà; ma chi perderà la propria vita per causa mia e del Vangelo, la salverà. Infatti quale vantaggio c’è che un uomo guadagni il mondo intero e perda la propria vita? Che cosa potrebbe dare un uomo in cambio della propria vita? Chi si vergognerà di me e delle mie parole davanti a questa generazione adultera e peccatrice, anche il Figlio dell’uomo si vergognerà di lui, quando verrà nella gloria del Padre suo con gli angeli santi». Diceva loro: «In verità io vi dico: vi sono alcuni, qui presenti, che non morranno prima di aver visto giungere il regno di Dio nella sua potenza».

## PER LA RIFLESSIONE PERSONALE

... rinneghi se stesso, prenda la sua croce e mi segua... chi perderà la propria vita...

Sono frasi che Gesù stesso ha vissuto concretamente in prima persona. E dopo di lui tanti altri hanno seguito il suo esempio. Con fatica, certo, ma con anche tanto desiderio. Tantissime persone: donne, uomini, bambini hanno vissuto la (propria) croce, hanno perduto la vita come Gesù. Alcune di queste persone le conosciamo tutti, altre meno, altre nemmeno le ricordiamo. Ma tutte loro, attraverso vie differenti, hanno capito il vero senso di quello che Gesù annunciava.

Rinnega te stesso, il tuo egoismo, il tuo istinto di possesso. Vivi appieno la tua croce, fai in modo che le fatiche, le debolezze che incontri ogni giorno non siano la scusa che ti spinge a chiuderti in te stessa, nelle tue ansie e paure! Vivi fino in fondo anche se questo significa “perdere” la vita. Perdere la vita è donarla, gratuitamente, sull’esempio di Gesù.

### Responsorio e antifona al Magnificat del giorno

#### Preghiere di intercessione

Spesso il nostro cuore è diviso tra le preoccupazioni della vita quotidiana e la voce del Signore che ci chiama a seguirlo. Nella comunione con Lui, nell’ascolto della sua volontà, il cuore si fa docile, non si indurisce ma si unifica. Comprendiamo così che l’obbedienza a Dio non ci opprime, ma diventa docilità all’amore; comprendiamo la bellezza della nostra vocazione e rispondiamo al massimo delle nostre possibilità. La Quaresima è il tempo propizio per guardarci dentro, riprendere vigore, unificare le nostre forze in Lui.

#### Lodiamo insieme Dio e invochiamolo: *Donaci Signore un cuore nuovo.*

L. Signore, che ci chiami a ritornare a te, accresci in ognuna di noi il desiderio del bene e della pace, aiutaci a custodire nelle nostre giornate del tempo per stare davanti a Te in silenzio e in ascolto della Tua Parola.

T. *Donaci Signore un cuore nuovo.*

L. I nostri passi sono spesso incerti e impauriti dalla nostra debolezza e dai nostri peccati e faticiamo a credere al tuo amore fedele, manda sulla nostra strada uomini e donne che ci aiutino ad accogliere il dono della tua salvezza.

T. *Donaci Signore un cuore nuovo.*

L. Signore Gesù hai abbracciato la croce, hai sperimentato la sofferenza, il tradimento, la solitudine, a quanti chiami a portare il peso di una grave malattia o di una profonda sofferenza, dona il Tuo spirito di consolazione e di forza.

T. *Donaci Signore un cuore nuovo.*

L. Signore Gesù, hai consegnato la tua parola di salvezza a uomini e donne inviati in tutto il mondo, non manchino mai missionari tra tutti i popoli, testimoni trasparenti del Vangelo.

## **T. Donaci Signore un cuore nuovo.**

L. Posa il tuo sguardo sui sacerdoti e i consacrati malati e su quanti di loro vivono un periodo di prova e di scoraggiamento, metti al loro fianco fratelli e sorelle che sappiano averne cura e che con delicatezza restituiscano loro fiducia con gesti di umanità e amicizia.

## **Padre nostro.**

### **Preghiamo insieme**

Fà che guardiamo a te, Signore Dio. La tua perfezione sta nell'essere misericordioso, la tua grandezza sta nella gratuità. Fà che possiamo essere riconosciuti come tue vere figlie in questa vita e per tutta l'eternità.

## **Canto di riposizione**

### ***TESTIMONE DEL MESE***



## **MON FILOMENA YAMAMOTO (1930-2014)**

Mon Filomena Yamamoto, missionaria di Maria, saveriana, giapponese, ha lasciato questa terra il 28 aprile 2014 a Miyazaki. Aveva 83 anni. Una decina di anni prima, aveva raccontato per il giornalino delle saveriane il suo incontro con Cristo: «Pensando all'ambiente in cui sono cresciuta e agli avvenimenti che hanno preceduto la grazia del battesimo, vedo chiaramente la mano amorosa di Dio che mi ha guidato in modo silenzioso e nascosto. Sono nata in una famiglia buddista della corrente Zen. In casa c'era un altarino dove erano venerate le tavolette mortuarie dei nostri antenati. Ogni mattina offrivamo una tazzina di tè e una coppetta di riso e ci fermavamo a pregare con le mani giunte. Quando passavano dei pellegrini diretti a qualche tempio o venivano dei poveri, offrivamo loro del riso da mangiare. Avevamo un profondo legame con il tempio. Da bambina andavo spesso a visitarlo, ascoltavo i sermoni del Bonzo e mi chiedevo perché mai l'uomo nasce e poi muore, perché c'è la sofferenza e come mai capita nel mondo che chi fa il bene spesso soffre, mentre chi fa il male ha successo e vive negli agi. Mi soffermavo spesso su questi pensieri, ma non osavo interrogare gli adulti, perché avevo l'impressione che non avrebbero saputo rispondermi. Attraverso la natura, con lo spettacolo meraviglioso del cambio delle stagioni, credo che il Signore mi parlasse. Sentivo che, al di sopra delle divinità delle antiche religioni del Giappone, doveva esserci un Dio creatore del cielo e della terra e che dovevo cercare la religione vera. Pregavo per scoprirla, ma non sapevo dove trovarla. A 23 anni lasciai la mia città per andare a Miyazaki. Invitata da un'amica, cominciai a frequentare la Chiesa cattolica e delle lezioni di catechesi. All'inizio provai una certa resistenza nei confronti della fede in un unico Dio, perché la cultura giapponese è impregnata della presenza di numerose divinità che non si escludono fra loro. Tuttavia, proseguendo lo studio del cristianesimo, **quando potei ascoltare il brano della Passione e della Risurrezione del Signore e capire l'opera meravigliosa della redenzione, sentii dentro di me la ferma convinzione che finalmente avevo trovato ciò che cercavo da anni**».

Fin dalla prima giovinezza, Mon desiderava una vita tutta dedicata agli altri, ma fu quando incontrò Cristo che trovò la risposta. Ancora catecumena, era affascinata dall'idea di consegnare tutta la sua vita alla Misericordia di Dio: «Quand'ero ancora catecumena, il missionario saveriano padre Sandro Danieli mi prestò l'autobiografia di Santa Teresa di Lisieux, e lessi dell'offerta che ella aveva fatto di se stessa all'Amore misericordioso. Fu la prima volta che mi imbattei in tale idea. In seguito, entrando fra le missionarie saveriane fui sorpresa di scoprire che il fondatore, padre Giacomo Spagnolo, aveva una profonda devozione verso l'Onnipotenza e la Misericordia di Dio e che tutte noi, alla professione perpetua, affidavamo la nostra vita all'Onnipotenza misericordiosa del Signore». L'amore a Maria contribuì a orientare la sua scelta. Quando Mon entrò nella Congregazione delle Missionarie di Maria, nel 1961, le saveriane erano in Giappone da soli due anni. Ricorda Maddalena, una di loro: «Mon è stata una sorella fedele alla scelta della sua vita. Creava armonia in qualsiasi comunità dove l'obbedienza l'aveva destinata. La sua serenità, il suo umorismo, la sua semplicità davano a ciascuno la possibilità di essere accolto. Era una persona "vera", evangelica, di quelle persone cui appartiene il Regno dei cieli. Tutto accettava, e viveva il momento presente, tutto offrendo con Gesù e nella preghiera. Era in pace e diffondeva pace». «Di mentalità aperta, sapeva affrontare le situazioni nuove e imprevedute magnificamente, con un pizzico di umorismo – aggiunge un'altra saveriana in Giappone –. Si teneva aggiornata sui problemi mondiali e nazionali per portarli nella preghiera e per condividerli con noi e con le persone che incontrava. Ella dimostrava una sensibilità acuta per le sofferenze fisiche degli altri, ma il suo sguardo penetrava fin nei più profondi recessi del loro cuore e desiderava prepararli ad accogliere l'opera salvifica del Medico divino».

La preghiera era molto importante nella sua vita. Era sobria e semplice e rifuggiva da inutili chiacchiere, laboriosa e molto diligente nel compiere il lavoro che le era affidato». Nel 2011, le fu diagnosticato un tumore. «Andai a visitarla in ospedale – scrive un amico missionario saveriano –. Anche allora mi ricordo della sua preoccupazione per gli altri. Aveva fatto della sua stanza una "piccola chiesa" dove era in compagnia di Gesù. Facendo la chemio ha avuto modo di prepararsi alla morte e ne parlava con quanti andavano a trovarla, lasciando dietro di sé una testimonianza di fede e di serenità che le venivano dalla sua fiducia incondizionata in Gesù». Al vederla sorridente ci si chiedeva se fosse davvero ammalata. Aveva per tutti parole di ringraziamento: «È grazie alle vostre preghiere...», diceva sempre. Durante i vari ricoveri, la sua serenità ha colpito molte persone: «Le persone che hanno la fede sono diverse», dicevano. Negli ultimi giorni pregava continuamente: «Signore, vieni presto a prendermi».

«Ogni santo – ha scritto Papa Francesco nell'Esortazione apostolica *Gaudete et Exsultate* – è una missione; è un progetto del Padre per riflettere e incarnare, in un momento determinato della storia, un aspetto del Vangelo. Tale missione trova pienezza di senso in Cristo e si può comprendere solo a partire da Lui. In fondo, la santità è vivere in unione con Lui i misteri della sua vita. Consiste nell'unirsi alla morte e risurrezione del Signore in modo unico e personale, nel morire e risorgere continuamente con Lui» (nn. 19-20).