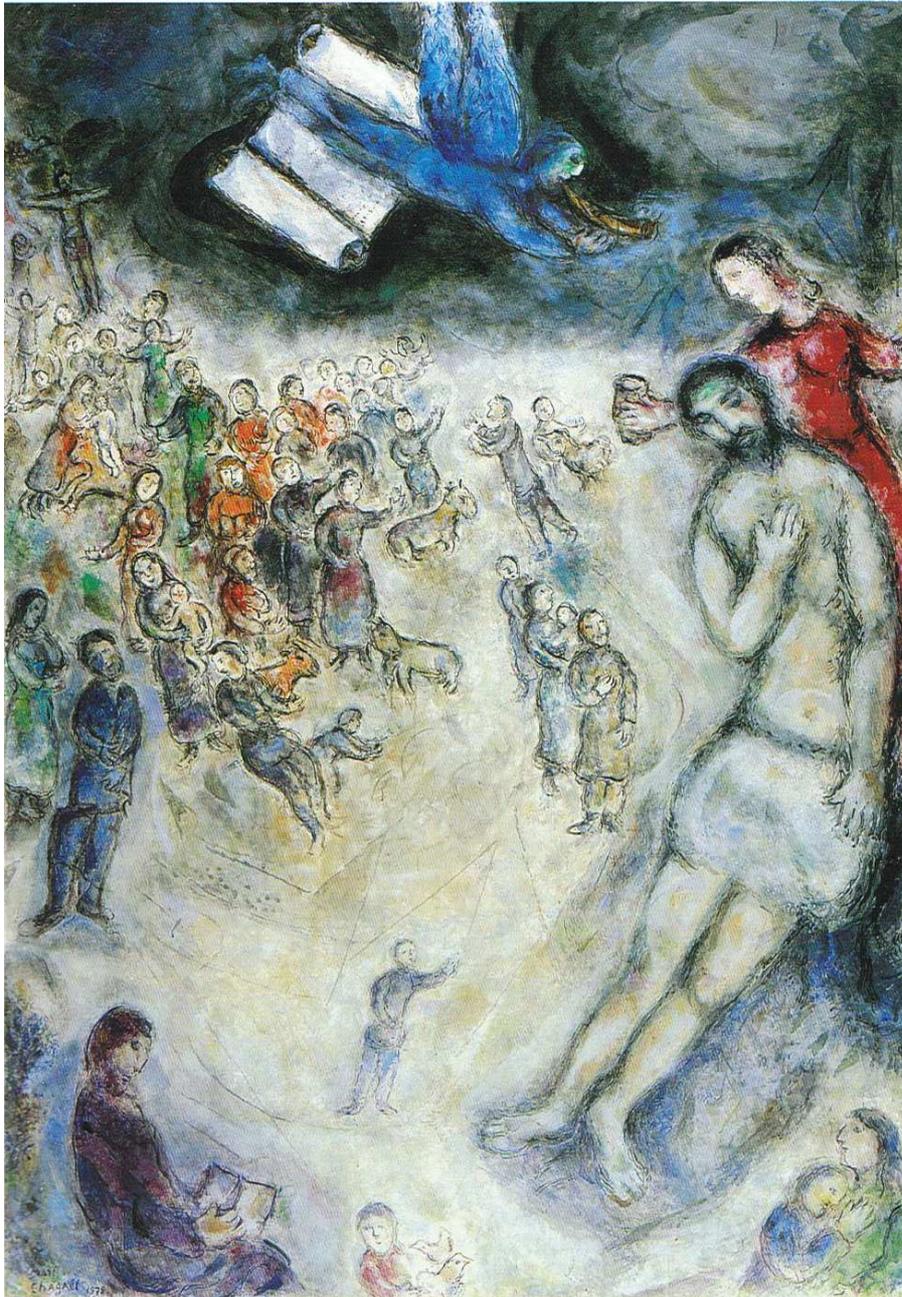


BENEDETTA PAZIENZA...

Il discernimento come luogo dell'incontro con Dio

Campo adulti 2019



"Nostra Signora del Monte Calvario" – Fiuggi
26-28 luglio 2019

VENERDI 26 LUGLIO

8.00 Partenza
10.30 Arrivo a Casamari e catechesi sulla vita cistercense alla luce del libro di Giobbe
13.00 Pranzo
15.30 Visita all'abbazia
16.30 Partenza per Fiuggi
17.00 Arrivo e sistemazione
20.00 Cena
21.00 Gioco di presentazione campo
23.00 Completa

SABATO 27 LUGLIO

8.00 Lodi
8.30 Colazione
9.00 Assemblea
9.30 Laboratorio "Dove sei?"
11.30 Catechesi mons. Marino
13.30 Pranzo
15.30 Partenza per Subiaco
16.00 Visita al Sacro Speco con adorazione eucaristica
18.30 Rientro
20.00 Cena
21.30 Uscita a Fiuggi
23.30 Completa

DOMENICA 28 LUGLIO

8.00 Lodi
8.30 Colazione
9.00 Assemblea
9.30 Laboratorio "Da Hulk a pappece"
11.30 Conclusioni
12.30 Messa
13.30 Pranzo
15.00 Rientro



VENERDÌ 26 LUGLIO

COMPIETA

V. O Dio, vieni a salvarmi.

R. Signore, vieni presto in mio aiuto.

Gloria al Padre e al Figlio....

Esame di Coscienza

Confesso a Dio onnipotente e a voi, fratelli, che ho molto peccato in pensieri, parole, opere e omissioni, per mia colpa mia colpa, mia grandissima colpa. E supplico la beata sempre vergine Maria, gli angeli, i santi e voi, fratelli, di pregare per me il Signore Dio nostro.

Dio onnipotente abbia misericordia di noi perdoni i nostri peccati e ci conduca alla vita eterna.

R Amen.

Inno

Al termine del giorno,
o sommo Creatore,
veglia sul nostro riposo
con amore di Padre.

Dona salute al corpo
e fervore allo spirito,
la tua luce rischiari
le ombre della notte.

Nel sonno delle membra
resti fedele il cuore,
e al ritorno dell'alba
intoni la tua lode.

Sia onore al Padre e al Figlio
e allo Spirito Santo,
al Dio trino ed unico
nei secoli sia gloria. Amen

I Antifona

Giorno e notte grido a te, o Signore.

SALMO 87

Signore, Dio della mia salvezza, *
davanti a te grido giorno e notte.
Giunga fino a te la mia preghiera, *
tendi l'orecchio al mio lamento.

Io sono colmo di sventure, *
la mia vita è vicina alla tomba.
Sono annoverato tra quelli che scendono nella
fossa, *
sono come un uomo ormai privo di forza.

È tra i morti il mio giaciglio, *
sono come gli uccisi stesi nel sepolcro,
dei quali tu non conservi il ricordo *

e che la tua mano ha abbandonato.
Mi hai gettato nella fossa profonda, *
nelle tenebre e nell'ombra di morte.
Pesa su di me il tuo sdegno *
e con tutti i tuoi flutti mi sommergi.

Hai allontanato da me i miei compagni, *
mi hai reso per loro un orrore.
Sono prigioniero senza scampo; *
si consumano i miei occhi nel patire.

Tutto il giorno ti chiamo, Signore, *
verso di te protendo le mie mani.
Compi forse prodigi per i morti? *

O sorgono le ombre a darti lode?

Si celebra forse la tua bontà nel sepolcro, *
la tua fedeltà negli inferi?

Nelle tenebre si conoscono forse i tuoi prodigi, *
la tua giustizia nel paese dell'oblio?

Ma io a te, Signore, grido aiuto, *
e al mattino giunge a te la mia preghiera.
Perché, Signore, mi respingi, *
perché mi nascondi il tuo volto?

Sono infelice e morente dall'infanzia, *

sono sfinito, oppresso dai tuoi terrori.
Sopra di me è passata la tua ira, *
i tuoi spaventati mi hanno annientato,

mi circondano come acqua tutto il giorno, *
tutti insieme mi avvolgono.
Hai allontanato da me amici e conoscenti *
mi sono compagne solo le tenebre.

Gloria al Padre e al Figlio
e allo Spirito Santo. *
Come era nel principio, e ora e sempre,
nei secoli dei secoli. Amen.

I Antifona

Giorno e notte grido a te, o Signore.

Lettura breve *Ger 14, 9*

Tu sei in mezzo a noi Signore, e noi siamo chiamati con il tuo nome: non abbandonarci, Signore Dio nostro.

Responsorio breve

R. Signore, * nelle tue mani affido il mio spirito.

Signore, nelle tue mani affido il mio spirito. *

V. Dio di verità, tu mi hai redento:
nelle tue mani affido il mio spirito.

Gloria al Padre e al Figlio e allo Spirito Santo.
Signore, nelle tue mani affido il mio spirito.

Antifona

Nella veglia salvaci, Signore,
nel sonno non ci abbandonare:
il cuore vegli con Cristo
e il corpo riposi nella pace.

CANTICO DI SIMEONE *Lc 2,29-32*

Ora lascia, o Signore, che il tuo servo *
vada in pace secondo la tua parola;

perché i miei occhi han visto la tua salvezza *
preparata da te davanti a tutti i popoli,

luce per illuminare le genti *
e gloria del tuo popolo Israele.

Gloria al Padre e al Figlio....

Antifona

Nella veglia salvaci, Signore,
nel sonno non ci abbandonare:
il cuore vegli con Cristo
e il corpo riposi nella pace.

Orazione

Donaci o Padre, di unirci nella fede alla morte e sepoltura del tuo Figlio per risorgere con lui alla vita nuova.
Egli vive e regna nei secoli dei secoli.

Benedizione finale

Il Signore ci conceda una notte serena e un riposo tranquillo.
R Amen.



SABATO 27 LUGLIO

LODI

V. O Dio, vieni a salvarmi.

R. Signore, vieni presto in mio aiuto.

Gloria al Padre e al Figlio....

Inno

L'aurora inonda il cielo
di una festa di luce,
e riveste la terra
di meraviglia nuova.

Fugge l'ansia dai cuori,
s'accende la speranza
emerge sopra il caos
un'iride di pace.

Così nel giorno ultimo
l'umanità in attesa
alzi il capo e contempi
l'avvento del Signore.

Sia gloria al Padre altissimo
e a Cristo l'unigenito,
sia lode al Santo Spirito
nei secoli dei secoli. Amen.

I Antifona

E' bello dar lode all'Altissimo,
annunziare al mattino il suo amore.

SALMO 91

E' bello dar lode al Signore *
e cantare al tuo nome, o Altissimo,

annunziare al mattino il tuo amore, *
la tua fedeltà lungo la notte,
sull'arpa a dieci corde e sulla lira, *
con canti sulla cetra.

Poiché mi rallegri, Signore, con le tue meraviglie, *
esulto per l'opera delle tue mani.

Come sono grandi le tue opere, Signore, *
quanto profondi i tuoi pensieri!
L'uomo insensato non intende *
e lo stolto non capisce:

se i peccatori germogliano come l'erba *
e fioriscono tutti i malfattori,
li attende una rovina eterna: *
ma tu sei l'eccelso per sempre, o Signore.

Ecco, i tuoi nemici, o Signore, †
ecco, i tuoi nemici periranno, *
saranno dispersi tutti i malfattori.

Tu mi doni la forza di un bufalo, *
mi cospargi di olio splendente.

I miei occhi disprezzeranno i miei nemici, †
e contro gli iniqui che mi assalgono *
i miei orecchi udranno cose infauste.

Il giusto fiorirà come palma, *
crescerà come cedro del Libano;
piantati nella casa del Signore, *
fioriranno negli atri del nostro Dio.

Nella vecchiaia daranno ancora frutti, *
saranno vegeti e rigogliosi,
per annunziare quanto è retto il Signore: *
mia roccia, in lui non c'è ingiustizia.

Gloria al Padre e al Figlio....

I Antifona

E' bello dar lode all'Altissimo,
annunziare al mattino il suo amore.

II Antifona

Un cuore nuovo donaci, Signore;
entri in noi il tuo Spirito Santo.

CANTICO

Vi prenderò dalle genti, †
vi radunerò da ogni terra *
e vi condurrò sul vostro suolo.

Vi aspergerò con acqua pura e sarete purificati; †
io vi purificherò da tutte le vostre sozzure *
e da tutti i vostri idoli;

vi darò un cuore nuovo, *
metterò dentro di voi uno spirito nuovo,
toglierò da voi il cuore di pietra *
e vi darò un cuore di carne.

II Antifona

Un cuore nuovo donaci, Signore;
entri in noi il tuo Spirito Santo.

III Antifona

Dalla bocca dei bambini
s'innalza la tua lode, Signore.

SALMO 8

O Signore, nostro Dio, †
quanto è grande il tuo nome
su tutta la terra: *
† sopra i cieli si innalza la tua magnificenza.

Con la bocca dei bimbi e dei lattanti †
afferma la tua potenza contro i tuoi avversari, *
per ridurre al silenzio nemici e ribelli.

Se guardo il tuo cielo, opera delle tue dita, *
la luna e le stelle che tu hai fissate,
che cosa è l'uomo perché te ne ricordi, *
il figlio dell'uomo perché te ne curi?

Porrò il mio spirito dentro di voi †
e vi farò vivere secondo i miei precetti *
e vi farò osservare e mettere in pratica
le mie leggi.

Abiterete nella terra che io diedi ai vostri padri; †
voi sarete il mio popolo *
e io sarò il vostro Dio.

Gloria al Padre e al Figlio, *
e allo Spirito Santo.
Come era nel principio e ora e sempre, *
nei secoli dei secoli. Amen .

Eppure l'hai fatto poco meno degli angeli, *
di gloria e di onore lo hai coronato:
gli hai dato potere sulle opere delle tue mani, *
tutto hai posto sotto i suoi piedi;

tutti i greggi e gli armenti, *
tutte le bestie della campagna;
gli uccelli del cielo e i pesci del mare, *
che percorrono le vie del mare.

O Signore, nostro Dio, *
quanto è grande il tuo nome su tutta la terra!

Gloria al Padre e al Figlio.....

III Antifona

Dalla bocca dei bambini
s'innalza la tua lode, Signore.

Lettura Breve 2 Pt 3, 13-14

Secondo la promessa del Signore, noi aspettiamo nuovi cieli e una terra nuova nei quali avrà stabile dimora la giustizia (cfr. Is 65, 17; 66, 22).

Perciò, carissimi, nell'attesa di questi eventi, cercate d'essere senza macchia e irreprensibili davanti a Dio, in pace. La magnanimità del Signore nostro giudicatela come salvezza.

Responsorio Breve

R. Esultano le mie labbra * cantando le tue lodi.

Esultano le mie labbra cantando le tue lodi.

V. La mia lingua proclama la tua giustizia

cantando le tue lodi.

Gloria al Padre e al Figlio e allo Spirito Santo.

Esultano le mie labbra cantando le tue lodi.

Antifona al Benedictus

Guida i nostri passi, o Signore,
sulla via della pace.

CANTICO DI ZACCARIA

Benedetto il Signore Dio d'Israele, *
perché ha visitato e redento il suo popolo,

e ha suscitato per noi una salvezza potente *
nella casa di Davide, suo servo,

come aveva promesso *
per bocca dei suoi santi profeti d'un tempo:

salvezza dai nostri nemici, *
e dalle mani di quanti ci odiano.

Così egli ha concesso misericordia ai nostri padri *
e si è ricordato della sua santa alleanza,

del giuramento fatto ad Abramo, nostro padre, *
di concederci, liberati dalle mani dei nemici,

di servirlo senza timore, in santità e giustizia *
al suo cospetto, per tutti i nostri giorni.

.

Antifona al Benedictus

Guida i nostri passi, o Signore,
sulla via della pace.

E tu, bambino, sarai chiamato profeta
dell'Altissimo *

perché andrai innanzi al Signore a preparargli le
strade,

per dare al suo popolo la conoscenza della
salvezza *
nella remissione dei suoi peccati,

grazie alla bontà misericordiosa del nostro Dio, *
per cui verrà a visitarci dall'alto un sole che sorge,

per rischiarare quelli che stanno nelle tenebre *
e nell'ombra della morte

e dirigere i nostri passi *
sulla via della pace.

Gloria al Padre e al Figlio

Invocazioni

Adoriamo Dio Padre che nel Cristo, suo Figlio, ha ridato al mondo la speranza e la vita. Animati da questa certezza, diciamo:

Signore, ascolta la nostra preghiera.

Dio, Padre di tutti, che ci hai fatto giungere all'alba del nuovo giorno,
- fa' che viviamo nell'amore del Cristo a lode e gloria del tuo nome.

Rafforza in noi la fede, la speranza e la carità,
- che lo Spirito Santo ha seminato nei nostri cuori.

Il nostro sguardo sia sempre rivolto a te,
- perché rispondiamo prontamente alla tua chiamata.

Salvaci dalle insidie e dalle seduzioni del male;
- difendici da ogni pericolo nel cammino verso la patria del cielo.

Padre nostro

Orazione

O Dio, vera luce e giorno senza tramonto, accogli la lode mattutina del tuo popolo e fa' che il nostro spirito, libero dalle tenebre della colpa, risplenda nel fulgore della tua venuta. Per il nostro Signore.

Il Signore ci benedica, ci preservi da ogni male e ci conduca alla vita eterna.

R. Amen.



IN ASSEMBLEA

HAI UN MOMENTO DIO?

C'ho un po' di traffico nell'anima,
Non ho capito che or'è
C'ho il frigo vuoto,
Ma voglio parlare perciò, paghi te
Che tu sia un angelo od un diavolo,
Ho 3 domande per te
Chi prende l'inter, dove mi porti e poi di,
Soprattutto perché?
Perché ci dovrà essere un motivo, no?
Perché forse la vita la capisce chi è più pratico
Hai un momento Dio?
No, perché sono qua, insomma ci sarei anch'io
Hai un momento Dio?
O te o chi per te, avete un attimo per me?
Li pago tutti io i miei debiti,
Se rompo pago per tre
Quanto mi conta una risposta da te,
Di su, quant'è?
Ma tu sei lì per non rispondere,
E indossi un gran bel gilet
Non bevi niente e io non ti sento com'è?

Perché?
Perché ho qualche cosa in cui credere
Perché non riesco mica a ricordare bene che cos'è
Hai un momento Dio?
No perché sono qua, se vieni sotto offro io
Hai un momento Dio?
Lo so che fila c'è ma tu hai un attimo per me
Nel mio stomaco son sempre solo,
Nel tuo stomaco sei sempre solo
Ciò che sento, ciò che senti,
Non lo sapranno mai
Almeno di se il viaggio è unico e se c'è il sole di là
Se stai ridendo, io non mi offendo però, perché
Perché nemmeno una risposta ai miei perché
Perché non mi fai fare almeno un giro col tuo bel
gilet
Hai un momento Dio?
No perché sono qua , insomma ci sarei anch'io
Hai un momento dio?
O te o chi per te avete un attimo per me?



DOVE SEI?

Sebbene sia immerso nel dolore, Giobbe non si chiede mai «perché soffro?». La domanda che egli ruminava continuamente dentro di sé ed esprime con violenza è un'altra: perché Dio, giusto e buono, non interviene a favore del giusto sofferente? Perché Dio si comporta come un nemico dell'uomo? Dov'è mai la santità di Dio dal momento che Egli inventa le colpe dell'innocente? L'interrogativo di Giobbe è una domanda rivolta direttamente a Dio. Il problema del dolore è vissuto dentro la fede in Dio»

Leggiamo questa lettera pubblicata su Famiglia Cristiana:

Cari di *Famiglia Cristiana*, vi scrivo **in un momento di grande prova, che sta generando in me un enorme conflitto interiore**, nonché dubbi e domande su una fede che pensavo fosse ben assodata. Cerco di continuare a partecipare alla Messa della domenica, pregare, recitare quotidianamente il Rosario, confessarmi periodicamente, leggere i testi sacri, le biografie dei santi, ma **mi rendo conto di essere sempre più fredda, distaccata, quasi “automatica” nelle mie azioni**. Ho rabbia, tanta rabbia verso nostro Signore, che sembra sempre colpire i giusti in questo mondo e lasciare impuniti i superbi, gli arroganti e gli insensibili.

Mi chiedo come può un Padre misericordioso volere e permettere lutti e malattie per i suoi cari figli. Perché sta scritto che «il Padre celeste dà lo Spirito Santo a quelli che glielo chiedono» (Lc 11,5-13) e invece mi sono vista consegnare pietre anziché pane? Il mio padre terreno mai si sognerebbe di farmi patire tutto questo dolore, né mio marito con il nostro adorato figliolo!

«Chiedete e vi sarà dato, cercate e troverete, bussate e vi sarà aperto». Ne siamo sicuri? Penso ai bambini che ogni giorno muoiono di malattia, o nel grembo materno. Davvero non ci sono genitori che hanno assiduamente e costantemente pregato, bussato e chiesto per loro? **Come può Dio non commuoversi per loro, non concedere la grazia della guarigione, il dono della vita?**

Papa Francesco ha detto che «Dio affida le battaglie più difficili ai suoi migliori soldati». Quello che ancora mi è oscuro è il motivo per il quale un essere umano, creato e amato da Dio, venga da Dio caricato di una croce tanto più grande quanto più ha le spalle forti per sostenerla. E questo sarebbe un Padre buono? Possibile che non si possa essere dei buoni cristiani senza soffrire in questa misera vita terrena?

Probabilmente non ho capito nulla del mio essere donna cristiana. Vedo intorno me solo tanta iniquità. Sofferenza e tribolazione per gli umili e le buone persone, successo e trionfo per i prepotenti e i malvagi.

- Proviamo a far finta di essere il redattore incaricato di scrivere la risposta da pubblicare sul giornale... Cosa diremmo alla signora?



Per riflettere facciamoci aiutare da Benedetto XVI

Il momento più tremendo del racconto della Passione è certo quello in cui, al culmine della sofferenza sulla croce, Gesù grida a gran voce: “Dio mio, Dio mio, perché mi hai abbandonato?”. Sono le parole del Salmo con le quali Israele sofferente, maltrattato e deriso a causa della sua fede, grida in faccia a Dio il suo bisogno d’aiuto. Ma questo grido di preghiera di un popolo, la cui elezione e comunione con Dio sembra essere diventata addirittura una maledizione, acquista tutta la sua tremenda grandezza solo sulle labbra di colui che è proprio la vicinanza redentrice di Dio fra gli uomini. Se sa di essere stato abbandonato da Dio lui, allora dove è ancora possibile trovare Dio? Non è forse questa la vera eclissi solare della storia in cui si spegne la luce del mondo? Oggi, tuttavia, l’eco di quel grido risuona nelle nostre orecchie in mille modi: dall’inferno dei campi di concentramento, dai campi di battaglia dei guerriglieri, dagli slums degli affamati e dei disperati: “Dove sei Dio, se hai potuto creare un mondo così, se permetti impassibile che a patire le sofferenze più terribili siano spesso proprio le più innocenti tra le tue creature, come agnelli condotti al macello, muti, senza poter aprire bocca?”.

L’antica domanda di Giobbe si è acuita come mai prima d’ora. A volte prende un tono piuttosto arrogante e lascia trasparire una malvagia soddisfazione. Così, ad esempio, quando alcuni giornali studenteschi ripetono con supponenza quel che in precedenza era stato inculcato loro, e cioè che in un mondo che ha dovuto imparare i nomi di Auschwitz e del Vietnam non è più possibile parlare sul serio di un Dio “buono”. In ogni caso, il tono falso che troppo spesso l’accompagna, nulla toglie all’autenticità della domanda: nell’attuale momento storico è come se tutti noi fossimo posti letteralmente in quel punto della passione di Gesù in cui essa diviene grido d’aiuto al Padre: “Dio mio, Dio mio, perché mi hai abbandonato?”.

Cosa si può dire? Si tratta al fondo di una domanda che non è possibile dominare con parole e argomentazioni, perché arriva a una profondità tale che la pura razionalità e la parola che ne deriva non sono in grado di misurare: il fallimento degli amici di Giobbe è l’ineludibile destino di tutti quelli che pensano di poter risolvere la questione, in modo positivo o negativo che sia, con abili ragionamenti e parole. È una domanda che può solo essere vissuta, patita: con colui e presso colui che sino alla fine l’ha patita per tutti noi e con tutti noi. [...]

Va notato innanzitutto che Gesù non constata l’assenza di Dio, ma la trasforma in preghiera. [...] Si potrebbe subito proseguire la riflessione e dire: è veramente possibile pregare con cuore sincero quando nulla si è fatto per lavare il sangue degli oppressi e per asciugarne le lacrime? Il gesto della Veronica non è il minimo che debba accadere perché sia lecito iniziare a parlare di preghiera? Ma soprattutto: si può pregare solo con le labbra o non è sempre necessario invece tutto l’uomo?

Limitiamoci a questo accenno, per considerare un secondo aspetto: Gesù ha veramente preso parte alla sofferenza dei condannati, mentre in genere noi, la maggior parte di noi, siamo solo spettatori più o meno partecipi delle atrocità di questo secolo. A questo si collega un’osservazione di un certo peso. È curioso infatti che l’affermazione che non può esserci più alcun Dio, che Dio dunque è totalmente scomparso, si levi con più insistenza dagli spettatori dell’orrore, da quelli che assistono a tali mostruosità dalle comode poltrone del proprio benessere e credono di pagare il loro tributo e tenerle lontane da sé dicendo: “Se accadono cose così, allora Dio non c’è”. Per coloro che invece in quelle atrocità sono immersi, l’effetto non di rado è opposto: proprio lì riconoscono Dio. Ancora oggi, in questo mondo, le preghiere si innalzano dalle fornaci ardenti degli arsi vivi, non dagli spettatori dell’orrore. Non è un caso che proprio quel popolo che nella storia più è stato condannato alla sofferenza, che più è stato colpito e ridotto in miseria – e non solo negli anni 1940-1945, ad “Auschwitz” –, sia divenuto il popolo della Rivelazione, il popolo che ha riconosciuto Dio e lo ha manifestato al mondo. E non è un caso che l’uomo più colpito, che l’uomo che più ha sofferto – Gesù di Nazaret – sia il Rivelatore, anzi: era ed è la Rivelazione. Non è un caso che la fede in Dio parta da un capo ricoperto di sangue e ferite, da un Crocifisso; e che invece l’ateismo abbia per padre Epicuro, il mondo dello spettatore sazio.

D’improvviso balena l’inquietante, minacciosa serietà di quelle parole di Gesù che abbiamo spesso accantonato perché le ritenevamo sconvenienti: è più facile che un cammello passi per la cruna di un ago,

che un ricco entri nel regno dei cieli. Ricco vuol dire uno che “sta bene”, uno cioè che è sazio di benessere materiale e conosce la sofferenza solo dalla televisione. [...]

(Joseph Ratzinger-Benedetto XVI, contenuto in Gesù di Nazaret. Scritti di cristologia)

- Giobbe è innanzitutto toccato nei beni. È possibile una fede del tutto disinteressata o la mia fede ha un qualche interesse, ne ho un tornaconto anche solo spirituale, credo perché mi fa comodo, o credo e basta? Si può amare Dio per nulla (1,9)? Si può continuare a credere, ad affidarsi a Dio quando il contesto, le situazioni concrete negano la sua presenza, quando vengono meno i segni della sua benevolenza, della sua cura, della sua promessa, quando si sperimenta la smentita delle convinzioni che a lungo hanno nutrito la vita?

La prova talvolta non unisce, ma divide; la compassione lascia il passo alla recriminazione; la misericordia si deforma in lamentela e persino in disprezzo. Basti pensare alla moglie di Giobbe che ha davanti il marito ridotto a un rudere, colpito da una «piaga maligna, dalla pianta dei piedi alla cima del capo» (2,8). È lì, simile a un rottame umano, mentre si gratta con un coccio, immerso nella cenere e nella sporcizia. La donna non riesce più a trattenerci e con ironia gli grida: «Rimani ancora saldo nella tua integrità? Maledici Dio e poi crepa!» (2,9). Una brutalità che purtroppo spesso si ripete in certe famiglie ove tutto sembra andar male e la tentazione di incolpare l'altro diventa forte. È la rottura della relazione e degli stessi affetti. Giobbe lo esprime con un'immagine incisiva: «Il mio alito è ripugnante per mia moglie e faccio schifo persino ai figli del mio grembo» (19,17). (card. G. Ravasi)

- Come la sofferenza e le prove incidono sulle mie relazioni? Resto fedele o tendo a pensare “Non mi mancano i problemi, non posso stare anche appresso a chi sta male”? Resto accanto, anche solo in silenzio, come fanno inizialmente i tre amici, o mi allontano perché preferisco circondarmi esclusivamente da persone lieti, felici, solari e non da chi mi “appesta” la giornata ed il cuore?

PER APPROFONDIRE

D. Insisto: molte persone proprio in una situazione di bisogno cercano soccorso nella fede. Talvolta funziona, ma talvolta si sente crescere dentro di sé, la domanda: mio Dio, dove sei? Perché non mi aiuti quando ho bisogno di te?

R. Il libro di Giobbe è il classico urlo dell'uomo che sperimenta la miseria dell'esistenza e il silenzio di Dio. E persino un Dio apparentemente ingiusto. Giobbe è disperato e adirato tanto da riversare poi davanti a Dio ciò che lo abbatte e gli fa dubitare della bontà della vita.

Sono le questioni se sia bene vivere, se Dio è davvero buono, se davvero esiste e se ci aiuta veramente. Il tormento di notti assillate da questi interrogativi non ci viene risparmiato. Evidentemente sono necessarie perché nel dolore si apprenda, perché in esso si sviluppi una libertà interiore, una maturità e ancor prima la capacità di condividere la sofferenza altrui.

Una risposta definitiva e razionale, una formula con cui spiegare tutto ciò non esiste. Perché, laddove il dolore penetra sotto la pelle fino al cuore, allora sono tutt'altre le forze in gioco e non si possono più spiegare con formule universali, ma in ultima analisi possono solo essere messe in chiaro se le si attraversa soffrendo in prima persona.

D. «Notti di dolore mi sono state assegnate», lamenta Giobbe, «se mi corico, dico: “Quando mi alzerò?”. Si allungano le ombre e sono stanco di rigirarmi fino all'alba... il mio occhio non rivedrà più il bene». Che cosa si ricava dalla fede se questa non ti risparmia nemmeno questo dolore spirituale ?

R. Questo interrogativo è ammissibile perché, se faccio qualcosa, questo deve avere un senso. Si vuole sapere se è davvero giusto, se significa davvero qualcosa o se è un'illusione. Ma diventa erroneo se si considera tutto ciò che esiste solo dal punto di vista dell'io, solo dall'angolazione dell'utile che posso trarne. Allora ci si pone in una prospettiva di pulsione verso la vita, di chiusura in se stessi che non ci consente più di comprendere e che, in ultima analisi, costituisce la base del nostro fallimento esistenziale. Cristo disse una volta: Chi ama la propria vita, la perderà. E solo chi perde la propria vita, chi è disposto a farne dono, si colloca nella prospettiva giusta e può trovarla. Questo significa che, in ultima analisi, devo rigettare la domanda su ciò che ne ricavo. Devo imparare a riconoscere ciò che è importante, a lasciarmi andare. Devo essere disposto a donare me stesso.

D. Facile a dirsi.

R. Ma l'amore umano è davvero grande e arricchente se comprende la disponibilità a rinunciare a se stessi per amore degli altri, a uscire da sé, a fare dono di sé. E questo vale innanzitutto per il nostro rapporto con Dio, da cui solo scaturiscono alla fin fine tutte le altre relazioni.

Devo iniziare col non concentrare più l'attenzione su me stesso ma a domandarmi cosa *lui* vuole da me. Devo iniziare con l'imparare ad amare, a distogliere cioè lo sguardo da me stesso per rivolgerlo a lui. Se in questa prospettiva cesso di chiedermi cosa posso ottenere, ma mi lascio semplicemente guidare da lui, mi perdo in Cristo, mi lascio andare, dimentico di me stesso, allora noto come la mia vita si riaggiusti perché ho superato la ristrettezza egoistica che mi spingeva a concentrarmi sulla mia persona. Quando, per così dire, esco in campo aperto, solo allora incomincio ad avvertire la grandiosità dell'esistenza.

D. Questo significa che probabilmente questa storia può durare anche a lungo.

R. Questo naturalmente è un percorso che non può essere fatto dall'oggi al domani. Se si ha di mira un rapido raggiungimento della felicità, questo obiettivo è difficilmente compatibile con la fede. E questa è forse una delle ragioni che minano oggi la fede, la fretteolosità con cui vogliamo soddisfare il nostro bisogno di felicità e passione e non abbiamo il coraggio di rischiare quell'avventura che dura tutta una vita; alimentata dalla fiducia che il salto della fede non sfoci nel nulla ma che, per sua essenza, costituisca quell'atto dell'amore per cui siamo stati creati. E che solo mi dà ciò che io desidero: amare ed essere amato e trovare in questo la vera felicità. [tratto da Joseph Ratzinger, *Dio e il mondo. Essere cristiani nel nuovo millennio. In colloquio con Peter Seewald*]

SABATO 27 LUGLIO

COMPIETA

V. O Dio, vieni a salvarmi.

R. Signore, vieni presto in mio aiuto.

Gloria al Padre e al Figlio...

Esame di Coscienza

Confesso a Dio onnipotente e a voi, fratelli, che ho molto peccato in pensieri, parole, opere e omissioni, per mia colpa mia colpa, mia grandissima colpa. E supplico la beata sempre vergine Maria, gli angeli, i santi e voi, fratelli, di pregare per me il Signore Dio nostro.

Dio onnipotente abbia misericordia di noi perdoni i nostri peccati e ci conduca alla vita eterna.

R Amen.

Inno

Al termine del giorno,
o sommo Creatore,
veglia sul nostro riposo
con amore di Padre.

Dona salute al corpo
e fervore allo spirito,
la tua luce rischiari
le ombre della notte.

Nel sonno delle membra
resti fedele il cuore,
e al ritorno dell'alba
intoni la tua lode.

Sia onore al Padre e al Figlio
e allo Spirito Santo,
al Dio trino ed unico
nei secoli sia gloria. Amen

I Antifona

Pietà di me, Signore:
ascolta la mia preghiera.

SALMO 4

Quando ti invoco, rispondimi, Dio, mia giustizia: †
dalle angosce mi hai liberato; *
pietà di me, ascolta la mia preghiera.

Fino a quando, o uomini, sarete duri di cuore? *
Perché amate cose vane e cercate la menzogna?

Sappiate che il Signore fa prodigi per il suo fedele:
*

il Signore mi ascolta quando lo invoco.

Tremate e non peccate, *
sul vostro giaciglio riflettete e placatevi.

Offrite sacrifici di giustizia *
e confidate nel Signore.

Molti dicono: « Chi ci farà vedere il bene? » . *
Risplenda su di noi, Signore, la luce del tuo volto.

Hai messo più gioia nel mio cuore *
di quando abbondano vino e frumento.

In pace mi corico e subito mi addormento: *
tu solo, Signore, al sicuro mi fai riposare.

Gloria al Padre e al Figlio....

I Antifona

Pietà di me, Signore:
ascolta la mia preghiera.

II Antifona

Nella notte, benedite il Signore.

SALMO 133

Ecco, benedite il Signore, *
voi tutti, servi del Signore;

voi che state nella casa del Signore *
durante le notti.

Alzate le mani verso il tempio *
e benedite il Signore.

Da Sion ti benedica il Signore, *
che ha fatto cielo e terra.

Gloria al Padre e al Figlio
e allo Spirito Santo. *
Come era nel principio, e ora e sempre,
nei secoli dei secoli. Amen.

II Antifona

Nella notte, benedite il Signore.

Lettura breveDt 6,4-7

Ascolta, Israele: il Signore è il nostro Dio, il Signore è uno solo. Tu amerai il Signore tuo Dio con tutto il cuore, con tutta l'anima e con tutte le forze. Questi precetti che oggi ti do, ti stiano fissi nel cuore; li ripeterai ai tuoi figli, ne parlerai quando sarai seduto in casa tua, quando camminerai per via, quando ti coricherai e quando ti alzerai.

RESPONSORIO BREVE

R. Signore, * nelle tue mani affido il mio spirito.

Signore, nelle tue mani affido il mio spirito.

V. Dio di verità, tu mi hai redento:

nelle tue mani affido il mio spirito.

Gloria al Padre e al Figlio e allo Spirito Santo.

Signore, nelle tue mani affido il mio spirito.

Antifona

Nella veglia salvaci, Signore,
nel sonno non ci abbandonare:
il cuore vegli con Cristo
e il corpo riposi nella pace.

CANTICO DI SIMEONE

Ora lascia, o Signore, che il tuo servo *
vada in pace secondo la tua parola;

perché i miei occhi han visto la tua salvezza *
preparata da te davanti a tutti i popoli,

luce per illuminare le genti *

e gloria del tuo popolo Israele.

Gloria al Padre e al Figlio....

Antifona

Nella veglia salvaci, Signore,
nel sonno non ci abbandonare:
il cuore vegli con Cristo
e il corpo riposi nella pace.

Orazione

Veglia su di noi in questa notte, o Signore: la tua mano ci ridesti al nuovo giorno perché possiamo celebrare con gioia la risurrezione del tuo Figlio, che vive e regna nei secoli dei secoli.

Benedizione finale

Il Signore ci conceda una notte serena e un riposo tranquillo.
R Amen.

**Ho fallito la prova
costume.. Ma in quella
pigiamama sono imbattibile.
Buona
notte.**



DOMENICA 28 LUGLIO

LODI

V. O Dio, vieni a salvarmi.

R. Signore, vieni presto in mio aiuto.

Gloria al Padre e al Figlio...

Inno

O giorno primo ed ultimo,
giorno radioso e splendido
del trionfo di Cristo!

Il Signore risorto
promulga per i secoli
l'editto della pace.

Pace fra cielo e terra,
pace fra tutti i popoli,
pace nei nostri cuori.

L'alleluia pasquale
risuoni nella Chiesa
pellegrina nel mondo;

e si unisca alla lode,
armoniosa e perenne,
dell'assemblea dei santi.

A te la gloria, o Cristo,
la potenza e l'onore,
nei secoli dei secoli. Amen.

1^ Antifona

Dall'aurora io ti cerco, o Dio:
che io veda la tua potenza e la tua gloria, alleluia.

SALMO 62

O Dio, tu sei il mio Dio, all'aurora ti cerco, *
di te ha sete l'anima mia,
a te anela la mia carne, *
come terra deserta, arida, senz'acqua.

Così nel santuario ti ho cercato, *
per contemplare la tua potenza e la tua gloria.
Poiché la tua grazia vale più della vita, *
le mie labbra diranno la tua lode.

Così ti benedirò finché io viva, *
nel tuo nome alzerò le mie mani.
Mi sazierò come a lauto convito, *
e con voci di gioia ti loderà la mia bocca.

Nel mio giaciglio di te mi ricordo, *
penso a te nelle veglie notturne,
tu sei stato il mio aiuto; *
esulto di gioia all'ombra delle tue ali.

A te si stringe *
l'anima mia.
La forza della tua destra *
mi sostiene.

Gloria al Padre e al Figlio, *
e allo Spirito Santo.
Come era nel principio e ora e sempre, *
nei secoli dei secoli. Amen.

1^ Antifona

Dall'aurora io ti cerco, o Dio:
che io veda la tua potenza e la tua gloria, alleluia.

2^ Antifona

Nel fuoco, con voce unanime,
i tre giovani cantavano:
Benedetto Dio, alleluia.

CANTICO

Benedite, opere tutte del Signore, il Signore, *
lodatelo ed esaltatelo nei secoli.
Benedite, angeli del Signore, il Signore, *
benedite, cieli, il Signore.

Benedite, acque tutte, che siete sopra i cieli, il
Signore, *
benedite, potenze tutte del Signore, il Signore.
Benedite, sole e luna, il Signore, *
benedite, stelle del cielo, il Signore.

Benedite, piogge e rugiade, il Signore. *
benedite, o venti tutti, il Signore.
Benedite, fuoco e calore, il Signore, *
benedite, freddo e caldo, il Signore.

Benedite, rugiada e brina, il Signore, *
benedite, gelo e freddo, il Signore.
Benedite, ghiacci e nevi, il Signore, *
benedite, notti e giorni, il Signore.

Benedite, luce e tenebre, il Signore, *
benedite, folgori e nubi, il Signore.
Benedica la terra il Signore, *
lo lodi e lo esalti nei secoli.

2^ Antifona

Nel fuoco, con voce unanime,
i tre giovani cantavano:
Benedetto Dio, alleluia.

3^ Antifona

I figli della Chiesa
esultino nel loro Re, alleluia.

Benedite, monti e colline, il Signore, *
benedite, creature tutte che germinate sulla terra,
il Signore.
Benedite, sorgenti, il Signore, *
benedite, mari e fiumi, il Signore.

Benedite, mostri marini
e quanto si muove nell'acqua, il Signore, *
benedite, uccelli tutti dell'aria, il Signore.
Benedite, animali tutti, selvaggi e domestici, il
Signore, *
benedite, figli dell'uomo, il Signore.

Benedica Israele il Signore, *
lo lodi e lo esalti nei secoli.
Benedite, sacerdoti del Signore, il Signore, *
benedite, o servi del Signore, il Signore.

Benedite, spiriti e anime dei giusti, il Signore, *
benedite, pii e umili di cuore, il Signore.
Benedite, Anania, Azaria e Misaele, il Signore, *
lodatelo ed esaltatelo nei secoli.

Benediciamo il Padre e il Figlio con lo Spirito
Santo, *
lodiamolo ed esaltiamolo nei secoli.
Benedetto sei tu, Signore, nel firmamento del
cielo, *
degnò di lode e di gloria nei secoli.

SALMO 149

Cantate al Signore un canto nuovo; *
la sua lode nell'assemblea dei fedeli.
Gioisca Israele nel suo Creatore, *
esultino nel loro Re i figli di Sion.

Lodino il suo nome con danze, *
con timpani e cetre gli cantino inni.
Il Signore ama il suo popolo, *
incorona gli umili di vittoria.

Esultino i fedeli nella gloria, *
sorgano lieti dai loro giacigli.
Le lodi di Dio sulla loro bocca *
e la spada a due tagli nelle loro mani,

3^a Antifona

I figli della Chiesa
esultino nel loro Re, alleluia.

Lettura Breve Ap 7, 10.12

La salvezza appartiene al nostro Dio seduto sul trono e all'Agnello. Amen! Lode, gloria, sapienza, azione di grazie, onore, potenza e forza al nostro Dio nei secoli dei secoli. Amen.

Responsorio Breve

R. Cristo, Figlio del Dio vivo, * abbi pietà di noi.
Cristo, Figlio del Dio vivo, abbi pietà di noi.
V. Tu che siedi alla destra del Padre,
abbi pietà di noi.
Gloria al Padre e al Figlio e allo Spirito Santo.
Cristo, Figlio del Dio vivo, abbi pietà di noi.

Antifona al Benedictus

Se voi, che siete cattivi,
date cose buone ai figli,
quanto più il Padre celeste
darà lo Spirito Santo
a quelli che lo chiedono!

CANTICO DI ZACCARIA

Benedetto il Signore Dio d'Israele, *
perché ha visitato e redento il suo popolo,

e ha suscitato per noi una salvezza potente *
nella casa di Davide, suo servo,

come aveva promesso *
per bocca dei suoi santi profeti d'un tempo:

per compiere la vendetta tra i popoli *
e punire le genti;
per stringere in catene i loro capi, *
i loro nobili in ceppi di ferro;

per eseguire su di essi *
il giudizio già scritto:
questa è la gloria *
per tutti i suoi fedeli.

Gloria al Padre e al Figlio, *
e allo Spirito Santo.
Come era nel principio e ora e sempre, *
nei secoli dei secoli. Amen.

salvezza dai nostri nemici, *
e dalle mani di quanti ci odiano.

Così egli ha concesso misericordia ai nostri padri *
e si è ricordato della sua santa alleanza,

del giuramento fatto ad Abramo, nostro padre, *
di concederci, liberati dalle mani dei nemici,

di servirlo senza timore, in santità e giustizia *
al suo cospetto, per tutti i nostri giorni.

E tu, bambino, sarai chiamato profeta
dell'Altissimo *
perché andrai innanzi al Signore a preparargli le
strade,

per dare al suo popolo la conoscenza della
salvezza *
nella remissione dei suoi peccati,

grazie alla bontà misericordiosa del nostro Dio, *
per cui verrà a visitarci dall'alto un sole che sorge,

per rischiarare quelli che stanno nelle tenebre *
e nell'ombra della morte

e dirigere i nostri passi *
sulla via della pace.

Gloria al Padre e al Figlio ...

Antifona al Benedictus

Se voi, che siete cattivi,
date cose buone ai figli,
quanto più il Padre celeste
darà lo Spirito Santo
a quelli che lo chiedono!

Invocazioni

Acclamiamo Cristo, sole di giustizia apparso all'orizzonte dell'umanità:
Signore, tu sei la vita e la salvezza nostra.

Creatore degli astri, noi ti consacriamo le primizie di questo giorno,
- nel ricordo della tua gloriosa risurrezione.

Il tuo Spirito ci insegni a compiere la tua volontà,
- e la tua sapienza ci guidi oggi e sempre.

Donaci di partecipare con vera fede all'assemblea del tuo popolo,
- intorno alla mensa della tua parola e del tuo corpo.

La tua Chiesa ti renda grazie, Signore,
- per i tuoi innumerevoli benefici.

Padre nostro

Orazione

O Dio, nostra forza e nostra speranza, senza di te nulla esiste di valido e di santo; effondi su di noi la tua misericordia perché, da te sorretti e guidati, usiamo saggiamente dei beni terreni nella continua ricerca dei beni eterni. Per il nostro Signore.

Il Signore ci benedica, ci preservi da ogni male e ci conduca alla vita eterna.
R. Amen.

DOMENICA 28 LUGLIO

ASSEMBLEA

“Hai permesso al primo fesso che arrivava di farti dire che non eri bravo. Sono cresciute le difficoltà, ti sei messo alla ricerca del colpevole e l'hai trovato in un'ombra... Ora ti dirò una cosa scontata: guarda che il mondo non è tutto rose e fiori, è davvero un postaccio misero e sporco e per quanto forte tu possa essere, se glielo permetti ti mette in ginocchio e ti lascia senza niente per sempre. Né io, né tu, nessuno può colpire duro come fa la vita, perciò andando avanti non è importante come colpisci, l'importante è come sai resistere ai colpi, come incassi e se finisci al tappeto hai la forza di rialzarti... così sei un vincente! E se credi di essere forte lo devi dimostrare che sei forte! Perché un uomo vince solo se sa resistere! Non se ne va in giro a puntare il dito contro chi non c'entra, accusando prima questo e poi quell'altro di quanto sbaglia! I vigliacchi fanno così e tu non lo sei! Non lo sei affatto!”

tratto da *Rocky Balboa*



DA HULK A PAPPECE

Indica secondo te il grado di pazienza necessaria nelle situazioni proposte

Personaggio	Grado pazienza	Perchè
Un genitore che rimprovera un figlio		
Un assassino che aspetta la vittima nascosto di notte		
Un insegnante con un alunno indisciplinato		
Una moglie con il marito raffreddato		
Un fidanzato che aspetta la ragazza mentre si prepara		

La grande pazienza dei cattivi

I pazienti preferiscono sopportare il male per non commetterlo piuttosto che commetterlo per non sopportarlo; così facendo rendono più leggeri i mali che soffrono con pazienza ed evitano mali peggiori in cui cadrebbero con l'impazienza. [...]

E che dire di quelle persone che sopportano molti e gravissimi disagi per crimini conclamati, e non per punirli ma per commetterli? Non parlano forse gli storici pagani di quel tale, famigerato assassino della patria, dicendo che era capace di sopportare la fame, la sete, il freddo; il suo corpo era in grado di tollerare digiuni, freddi e veglie oltre ogni immaginazione? E che dire dei briganti? Per tendere insidie ai passanti trascorrono notti insonni, e per sequestrare viandanti incolpevoli irrigidiscono sotto ogni genere di intemperie il loro animo e il loro corpo, dediti al male. Si racconta pure che alcuni di loro si torturano l'un l'altro, al segno che l'allenamento per sottrarsi alla pena non si differenzia per nulla dalla pena stessa. È probabile infatti che dal giudice non sarebbero torturati così atrocemente quanto lo si fa dai loro complici per impedire che vengano denunciati dal correo sottoposto a torture. In questi casi tuttavia la pazienza è, se mai, da ammirare, non da lodare; anzi, non è né da lodare né da imitare, poiché non si tratta di pazienza. Si potrà parlare di straordinaria insensibilità, ma non si trova nulla della pazienza; e quindi non c'è niente che possa essere giustamente lodato e niente che possa essere utilmente imitato. E quindi farai bene a giudicare quell'anima degna di tanto maggiore condanna quanto più dedica ai vizi le risorse destinate all'acquisto delle virtù. La pazienza è socia della sapienza, non schiava della concupiscenza; la pazienza è amica della buona coscienza, non avversaria dell'innocenza. Quando vedi qualcuno che soffre qualche male, non metterti subito a lodarne la pazienza, che è messa in luce solo dalla motivazione della pazienza. Se la motivazione è buona, la pazienza è vera. Se la motivazione non è resa impura dalla cupidigia, allora la pazienza si distingue da quella falsa. Quando la motivazione mira a un crimine, si fa un grande errore a chiamarla

pazienza. Infatti non tutti coloro che sanno qualcosa posseggono la scienza; così non tutti coloro che patiscono qualcosa posseggono la pazienza. Solo chi della passione si serve per il bene merita l'elogio della vera pazienza e riceve la corona per la virtù della pazienza. (S. Agostino)

Gc 5,7-11

Siate dunque costanti, fratelli, fino alla venuta del Signore. Guardate l'agricoltore: egli aspetta con costanza il prezioso frutto della terra finché abbia ricevuto le prime e le ultime piogge. Siate costanti anche voi, rinfrancate i vostri cuori, perché la venuta del Signore è vicina. Non lamentatevi, fratelli, gli uni degli altri, per non essere giudicati; ecco, il giudice è alle porte. Fratelli, prendete a modello di sopportazione e di costanza i profeti che hanno parlato nel nome del Signore. Ecco, noi chiamiamo beati quelli che sono stati pazienti. Avete udito parlare della pazienza di Giobbe e conoscete la sorte finale che gli riserbò il Signore, perché il Signore è ricco di misericordia e di compassione.

Non tutto ciò che definiamo pazienza, perciò, è “pazienza”.

S. Agostino ci aiuta a capire che esiste una pazienza “vera” (votata al bene) ed una falsa (spinta dalla ricompensa).

Giacomo, invece, nell'invitarci alla pazienza non parla di rassegnazione, come talvolta si intende, perché usa un termine, *ypomonè*, che in realtà significa «perseveranza». Pazienza è un concetto passivo: Giobbe ha subito le disgrazie peggiori, ma le ha sopportate e alla fine il Signore ha restituito tutto ciò che ha perduto. Ciò non rende, però, la profondità del racconto e anzi introduce un elemento semplicistico e problematico. Giacomo, invece, annovera Giobbe tra i profeti, e utilizza un termine che indica lo stare sotto: è la capacità di resistere sotto i colpi, di resistere al male con anche una sfumatura di attesa: si persevera perché si sa che alla fine si vince. Si tratta, perciò, di resistere sotto i colpi del male attendendo qualcosa di più grande. Per questo Giobbe è un profeta, perché con la sua perseveranza (che è una virtù attiva) va al di là della sua sofferenza. Giacomo, dunque, suggerisce acutamente quale tema del libro il problema di come porsi di fronte al male e di come vedere oltre il male. L'idea della “rassegnazione cristiana” è del tutto assente. Contrariamente alla tenacia, nella perseveranza cogliamo uno sguardo di fede, perché essa non è soltanto ostinazione o caparbieta a resistere, ma consistente fermezza che presuppone la forza. Questa virtù, che viene dallo Spirito Santo, è capacità di ricercare sempre il bene e di farlo avanzare nelle nostre fragilità e nelle nostre contraddizioni. La forza diviene così il primo anello di un'aurea catena che aggancia a sé le altre virtù: la prudenza, la temperanza e la giustizia.

La prudenza è discernimento del bene, sapienza che dimora nell'uomo saggio rimanendo salda nell'amore perché nutrita dalla Parola.

La temperanza è la capacità di ridimensionare, assottigliare i nostri difetti. Proprio come si fa temperando una matita, smusso le mie spigolature e mi rinnovo.

- Ripercorri la tua vita, pensa alle varie prove che hai dovuto superare o con cui ti stai confrontando: che atteggiamento hai avuto? Ti ritrovi sempre nello stesso personaggio o dipende dalla situazione (e dal grado
- di difficoltà della prova)?

	Caratteristiche	Quando mi sono sentito così
Buddha 	Tradizionalmente associato all'indifferenza rispetto a ciò che gli è intorno. Sembra non soffrire perché non prova più emozioni, desideri, sogni.	

<p>Calimero</p> 	<p>Il vittimismo per eccellenza: capitano tutte a lui solo perchè è piccolo e nero... Si lamenta, non è mai colpa sua, gli altri sono fortunati o raccomandati.</p>	
<p>Rocky</p> 	<p>Prova a resistere e restituire i colpi se ci riesce. E' un grande incassatore e alla lunga, rimanendo in piedi fino alla fine, spesso riesce ad avere la meglio.</p>	
<p>Giobbe</p> 	<p>Soffre, si interroga e interroga, si mette in discussione, resta fedele ma non immobile durante la prova.</p>	
<p>Mr. Wolf</p> 	<p>Lui è quello che risolve i problemi. Lavora con una mente fredda tipica di un serial killer e con una fermezza nell'affrontare situazioni delicate come un agente segreto, come uno 007.</p>	

- Ripensa alle situazioni precedenti: cosa hai imparato nell'affrontarle? Riprendendo l'immagine della matita da temperare, quanto e in cosa ti senti smussato, rinnovato, migliorato?

- Quali impegni posso prendermi per migliorare la mia perseveranza ed evitare di diventare Hulk?
 Prova a pensare a situazioni precise e reali, evitando teorie astratte, per poter prendere impegni veri

Contesto	Situazione	Livello Hulk	Come migliorarmi
Famiglia			
Lavoro			
AC			
Parrocchia			
Città/Bene comune			
Amici			
Dio			

CANTI

TI ESALTO DIO MIO RE

*Ti esalto Dio mio re,
canterò in eterno a Te.
Io voglio lodarti, Signor,
e benedirti, Alleluia.*

Il Signore è degno di ogni lode,
non si può misurar la sua grandezza.
Ogni vivente proclami la sua gloria,
la sua opera è giustizia e verità.

Ti esalto Dio mio re...

Il Signore è paziente e pietoso,
lento all'ira e ricco di grazia;
tenerezza ha per ogni creatura,
il Signore è buono verso tutti.

Ti esalto Dio mio re...

Il Signore sostiene chi vacilla,
e rialza chiunque è caduto.
Gli occhi di tutti ricercano il suo volto,
la sua mano provvede loro il cibo.

Ti esalto Dio mio re...

Il Signore protegge chi lo teme
ma disperde i superbi di cuore;
Egli ascolta il grido del suo servo,
ogni lingua benedica il suo nome.

ECCO QUEL CHE ABBIAMO

*Ecco quel che abbiamo nulla ci appartiene
ormai*

ecco i frutti della terra che tu moltiplicherai.

*Ecco queste mani, puoi usarle se lo vuoi
per dividere nel mondo il pane che tu hai dato
a noi*

Solo una goccia hai messo fra le mani mie
solo una goccia che tu ora chiedi a me,
una goccia che, in mano a Te,
una pioggia diventerà e la terra feconderà

Ecco quel che abbiamo...

Le nostre gocce, pioggia fra le mani tue,
saranno linfa di una nuova civiltà
e la terra preparerà la festa del pane che
ogni uomo dividerà

Ecco quel che abbiamo...

Sulle strade, il vento da lontano porterà
il profumo del frumento, che tutti avvolgerà.
E sarà l'amore che il raccolto spartirà
e il miracolo del pane in terra si ripeterà

PANE DEL CIELO

Pane del Cielo

sei Tu, Gesù,

via d'amore:

Tu ci fai come Te. (x2)

No, non è rimasta fredda la terra:
Tu sei rimasto con noi
per nutrirci di Te,
Pane di Vita;
ed infiammare col tuo amore
tutta l'umanità.

Pane del Cielo...

Sì, il Cielo è qui su questa terra:

Tu sei rimasto con noi
ma ci porti con Te
nella tua casa

dove vivremo insieme a Te
tutta l'eternità.

Pane del Cielo...

No, la morte non può farci paura:

Tu sei rimasto con noi.

E chi vive in Te
vive per sempre.

Sei Dio con noi, sei Dio per noi,

Dio in mezzo a noi.

Pane del Cielo...

AVE MARIA (VERBUM PANIS)

Ave Maria, Ave.

Ave Maria, Ave.

Donna dell'attesa e madre di speranza, ora pro
nobis.

Donna del sorriso e madre del silenzio, ora pro
nobis.

Donna di frontiera e madre dell'ardore, ora pro
nobis.

Donna del riposo e madre del sentiero, ora pro
nobis.

Ave Maria, Ave.

Donna del deserto e madre del respiro, ora pro
nobis.

Donna della sera e madre del ricordo, ora pro
nobis.

Donna del presente e madre del ritorno, ora pro
nobis.

Donna della terra e madre dell'amore, ora pro
nobis.

Ave Maria, Ave.