



## “Ritornate a me con tutto il cuore”

a cura delle Monache Clarisse di San Severino Marche

**Introduzione:** Il mese di febbraio ci chiama a entrare nel tempo forte della Quaresima, tempo per eccellenza di conversione. In greco e in latino, la parola *conversione* ha il significato di cambiamento di mentalità e di direzione, ponendo al centro l'uomo che vive il cambiamento; nella lingua ebraica, invece, il termine *conversione* ha una radice che significa *ritorno*, lasciando intravedere due protagonisti: colui che ritorna e colui che aspetta nell'amore. La conversione è, allora, un ritornare a un cuore che batte, che ama, che aspetta. La parola “conversione” fa pensare, quindi, a una relazione d'amore che era stata infranta ed è ora ristabilita per l'infinita misericordia di quel cuore che aspetta. Iniziamo questo momento di Adorazione, di preghiera con il desiderio di contemplare e sperimentare l'amore immenso di Dio per ciascuno dei suoi figli.

### Canto di esposizione

**Guida:** Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo.

**Tutti:** Amen.



**Guida:** Eleviamo la nostra lode all'Altissimo Signore. Iniziamo il nostro momento di adorazione riflessione contemplando l'amore di Dio narrato dal Salmo 103: chiediamo al Signore la grazia di essere

raggiunti nell'intimo e trasformati nel profondo dalla sua infinita misericordia.

Benedici il Signore, anima mia,  
quanto è in me benedica il suo santo nome.  
Benedici il Signore, anima mia,  
non dimenticare tutti i suoi benefici.

Egli perdona tutte le tue colpe,  
guarisce tutte le tue infermità,  
salva dalla fossa la tua vita,  
ti circonda di bontà e di misericordia,  
sazia di beni la tua vecchiaia,  
si rinnova come aquila la tua giovinezza.

Il Signore compie cose giuste,  
difende i diritti di tutti gli oppressi.  
Ha fatto conoscere a Mosè le sue vie,  
le sue opere ai figli d'Israele.

Misericordioso e pietoso è il Signore,  
lento all'ira e grande nell'amore.  
Non è in lite per sempre,  
non rimane adirato in eterno.  
Non ci tratta secondo i nostri peccati  
e non ci ripaga secondo le nostre colpe.

Perché quanto il cielo è alto sulla terra,  
così la sua misericordia è potente su quelli  
che lo temono;  
quanto dista l'oriente dall'occidente,  
così egli allontana da noi le nostre colpe.

Quanto è tenero un padre verso i figli,  
così il Signore è tenero verso quelli che lo temono,  
perché egli sa bene di che siamo plasmati,  
ricorda che noi siamo polvere.

L'uomo: come l'erba sono i suoi giorni!  
Come un fiore di campo così egli fiorisce.  
Se un vento lo investe, non è più,  
né più lo riconosce la sua dimora.

Ma l'amore del Signore è da sempre,  
per sempre su quelli che lo temono,  
e la sua giustizia per i figli dei figli,  
per quelli che custodiscono la sua alleanza  
e ricordano i suoi precetti per osservarli.

Il Signore ha posto il suo trono nei cieli  
e il suo regno domina l'universo.

Benedite il Signore, angeli suoi,  
potenti esecutori dei suoi comandi,  
attenti alla voce della sua parola.

Benedite il Signore, voi tutte sue schiere,  
suoi ministri, che eseguite la sua volontà.  
Benedite il Signore, voi tutte opere sue,  
in tutti i luoghi del suo dominio.  
Benedici il Signore, anima mia.

### *In ascolto della Parola di Dio*

*“Creiamo in noi e nelle nostre giornate silenzio per ascoltare con efficacia la parola del Signore e conserviamo il silenzio dopo l’ascolto, perché essa continuerà a dimorare, a vivere e a parlare a noi. Facciamola risuonare all’inizio del nostro giorno perché Dio abbia la prima parola e lasciamola echeggiare in noi alla sera perché l’ultima parola sia di Dio”.*



**Guida:** Le parole del Messaggio al popolo di Dio del Sinodo dei vescovi del 2008 ci introducono all'ascolto della Parola di Dio e ci offrono l'orientamento del tempo di Quaresima che si apre davanti a noi: sia realmente un tempo ritmato dall'ascolto della Parola del Signore, sia un'occasione preziosa per lasciarsi nutrire e guidare quotidianamente dal Vangelo. Ascoltiamo ora la famosa parabola del Padre misericordioso e immergiamoci nella contemplazione del cuore di Dio.

### *Proclamazione del Vangelo: Lc 15,11-32*

*«Gesù disse: Un uomo aveva due figli. Il più giovane disse al padre: “Padre, dammi la parte del patrimonio che mi spetta”. E il padre divise tra loro le sostanze. Dopo non molti giorni, il figlio più giovane, raccolte le sue cose, partì per un paese lontano e là sperperò le sue sostanze vivendo da dissoluto.*

*Quando ebbe speso tutto, in quel paese venne una grande carestia ed egli cominciò a trovarsi nel bisogno. Allora andò e si mise a servizio di uno degli abitanti di quella regione, che lo mandò nei campi a pascolare i porci. Avrebbe voluto saziarsi con le carrube che mangiavano i porci; ma nessuno gliene dava. Allora rientrò in se stesso e disse: “Quanti salariati in casa di mio padre hanno pane in abbondanza e io qui muoio di fame! Mi leverò e andrò da mio padre e gli dirò: Padre, ho peccato contro il Cielo e contro di te; non sono più degno di essere chiamato tuo figlio. Trattami come uno dei tuoi garzoni”. Partì e si incamminò verso suo padre. Quando era ancora lontano il padre lo vide e com-*

*mosso gli corse incontro, gli si gettò al collo e lo baciò. Il figlio gli disse: “Padre, ho peccato contro il Cielo e contro di te; non sono più degno di esser chiamato tuo figlio”. Ma il padre disse ai servi: “Presto, portate qui il vestito più bello e rivestitelo, mettetegli l’anello al dito e i calzari ai piedi. Portate il vitello grasso, ammazzatelo, mangiamo e facciamo festa, perché questo mio figlio era morto ed è tornato in vita, era perduto ed è stato ritrovato”. E cominciarono a far festa.*

*Il figlio maggiore si trovava nei campi. Al ritorno, quando fu vicino a casa, udì la musica e le danze, chiamò un servo e gli domandò che cosa fosse tutto ciò. Il servo gli rispose: “È tornato tuo fratello e il padre ha fatto ammazzare il vitello grasso, perché lo ha riavuto sano e salvo”. Egli si arrabbiò, e non voleva entrare. Il padre allora uscì a pregarlo. Ma lui rispose a suo padre: “Ecco, io ti servo da tanti anni e non ho mai trasgredito un tuo comando, e tu non mi hai dato mai un capretto per far festa con i miei amici. Ma ora che questo tuo figlio che ha divorato i tuoi averi con le prostitute è tornato, per lui hai ammazzato il vitello grasso”. Gli rispose il padre: “Figlio, tu sei sempre con me e tutto ciò che è mio è tuo; ma bisognava far festa e rallegrarsi, perché questo tuo fratello era morto ed è tornato in vita, era perduto ed è stato ritrovato”».*

## Silenzio

**Guida:** O Dio, Padre buono e grande nel perdono, accogli nell’abbraccio del tuo amore tutti i figli che tornano a te con animo pentito; ricoprili delle splendide vesti di salvezza, perché possano gustare la tua

gioia nella cena pasquale dell'Agnello. Egli è Dio e vive e regna con te nell'unità dello Spirito Santo per tutti i secoli dei secoli.

**Tutti:** Amen.

### *Il padre: rivelazione del cuore di Dio*

**“Il padre divide tra loro le sue sostanze”.** Raccontando questa parabola, Gesù ci ha voluto rivelare il volto e il cuore di Dio. La parabola ci fa intravedere alcune caratteristiche di Dio Padre. La prima è *l'umiltà*: quando il figlio gli chiede di dargli la sua parte del patrimonio, il padre avrebbe potuto obiettare, invece rispetta con umiltà la libertà della sua creatura. Il Dio di Gesù è umile, è capace di piegarsi fino al suolo per amore. L'umiltà è la virtù che è nascosta nel più profondo del cuore di Dio creatore: la creazione è l'auto-limitazione di Dio, è contrazione d'amore, è un riti-



rarsi di Dio per far spazio all'uomo. Dio ha creato il mondo facendo spazio alla sua creatura: l'Onnipotente, l'infinito, si è fatto piccolo perché la creatura amata potesse esistere, perché ciascuno di noi potesse avere la sua libertà. L'umiltà di Dio è l'altro nome della sua misericordia: Dio è umile perché è amore infinito, è amore che accetterà tutto, anche il rifiuto e l'umiliazione più grande, la croce, perché noi potessimo dire liberamente il nostro sì o il nostro no. Dio abita dovunque gli si apre la porta del cuore: ecco l'umiltà di Dio. Ecco il Dio rivelato da Gesù: un Padre che è alla nostra porta e aspetta unicamente che noi decidiamo di aprire, un Padre che non farà mai violenza alla nostra libertà, che non irromperà mai nel cuore forzandolo perché è un Dio talmente innamorato di noi da stare a piedi scalzi davanti a noi.

## **Meditazione silenziosa**

***“Quando era ancora lontano, suo padre lo vide”.***

Questo padre che ha visto partire suo figlio, aspetta pieno di speranza e di desiderio il ritorno del figlio. Lo si capisce dall'avverbio “lontano”: se non ci fosse stato questo avverbio, non avremmo potuto capire la *speranza* di Dio. Il nostro Dio è un Dio che ci vede quando ancora siamo lontani, che scruta l'orizzonte: il cuore di Dio è un cuore pieno di speranza, di desiderio. Non siamo noi a desiderare Dio, è Dio che desidera noi! C'è una speranza di Dio per ognuno di noi. Quando ci disperiamo e pensiamo che non ci sia più niente da fare, neghiamo la fede di Dio, la fiducia che

Dio ha verso la sua creatura. Dio continuerà a sperare sempre, perdutamente: è il Padre che sta alla finestra e scruta, aspettando e desiderando l'abbraccio con ognuno di noi. Dio aspetta perché ama. La speranza è l'amore proiettato al futuro. La speranza di Dio è l'altro nome del suo amore paterno e materno, è la rivelazione del suo cuore amante: Dio ama di un amore perduto, viscerale, che non conosce ritorno.



### **Meditazione silenziosa**

**“Commosso, gli corse incontro”.** Il termine “commosso” dice la sofferenza di *amore*: Dio soffre per amore, soffre per la nostra lontananza. Egli non ci ama perché siamo buoni, non abbiamo nessun titolo per essere amati da Lui: l'unico titolo è quello di esistere davanti a Lui che mai può scordarsi delle sue creature, come è scritto nel libro del profeta Isaia: *“Si dimentica forse una donna del suo bambino, così da non commuoversi per il figlio delle sue viscere? Anche se costoro si dimenticassero, io non ti dimenticherò mai. Ecco, sulle palme delle mie mani ti ho disegnato”*. Anche il gesto di correre incontro esprime e racconta l'amore di Dio: nella cultura semitica, il padre è l'autorità e non si china verso il figlio, né gli va incontro. Il nostro Dio invece con noi lo fa sempre: Lui non aspetta che noi prendiamo l'iniziativa, ma ci



corre incontro e ci si getta al collo. Secondo la logica umana è un Dio che perde la faccia, ma lo fa perché il suo amore è audace e coraggioso, libero e liberante.

### **Meditazione silenziosa**

***“Il padre disse ai servi: Mangiamo e facciamo festa”***. Il vestito più bello, l’anello, i sandali, il vitello grasso, la festa, sono i segni della *gioia* infinita che vive il padre. Il motivo è il ritorno del figlio, che era perduto ed è stato ritrovato, era morto e ora è tornato alla vita. Il cuore di Dio è colmo di gioia: al centro di questo cuore gioioso non c’è anzitutto se stesso, ma l’altro, il figlio che è tornato alla vita. Dio ci vuole felici: la nostra gioia è la sua gioia. Dio Padre è il collaboratore della nostra gioia. Se noi non vorremo amarlo e gli chiuderemo le porte del cuore, Lui non forzerà, ma soffrirà per amore nostro; se invece gli apriremo la porta, Lui farà festa come promette il profeta Sofonia: “Non temere. Il Signore, tuo Dio, in mezzo a te è un salvatore potente. Gioirà per te, ti rinnoverà con il suo amore, esulterà per te con grida di gioia”.

## Canto

**Guida:** Ecco il volto di Dio che il Signore Gesù ci insegna. In questo silenzio che si apre, ciascuno scruti il suo cuore e si interroghi nel profondo: crediamo in un Dio che è Padre di misericordia, che ama di un amore umile, speranzoso, infinito, capace di gioire per noi e di soffrire perdutamente per la sua creatura?

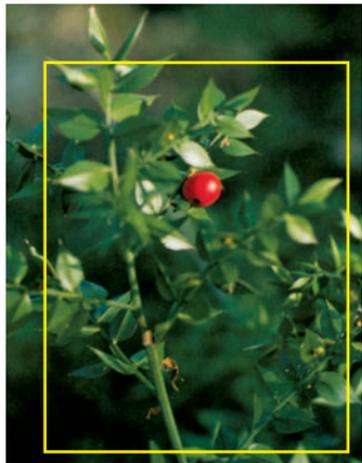
## Silenzio

*Padre mio  
io mi abbandono a Te, fa' di me ciò che ti piace.  
Qualunque cosa tu faccia di me, ti ringrazio.  
Sono pronto a tutto, accetto tutto.  
La tua volontà si compia in me, in tutte le tue creature.  
Non desidero altro, mio Dio.  
Affido l'anima mia alle tue mani.  
Te la dono mio Dio, con tutto l'amore del mio cuore  
perché ti amo,  
ed è un bisogno del mio amore di donarmi,  
di pormi nelle tue mani senza riserve,  
con infinita fiducia,  
perché Tu sei mio Padre.*

(Charles de Foucauld)

## *I due figli: simbolo del nostro cuore*

**Il figlio minore.** È il figlio che vuole costruire la vita da sé, essere autonomo e gestire la sua esistenza. Ma, lontano dal padre e dopo aver vissuto la vita facile e



aver finito i soldi, sperimenta la solitudine e la fame. Il suo cuore allora si ridesta e compie il movimento di ritorno in cui possiamo riconoscere la storia di ciascuno di noi e della conversione che anche in questa quaresima siamo chiamati a compiere. Il suo ritorno, e ogni autentica conversione, parte da una ferita dell'anima, dalla percezione della condizione di male nella quale ci troviamo, unita al ricordo della casa lontana, alla nostalgia della patria perduta, di un amore che ci aspetta, di una mensa imbandita per tutti. La conversione è inoltre un cammino che tocca il nulla, che chiama per nome il peccato e la sua forza devastante: è da qui che si rinasce alla vita. La conversione poi è una decisione, un mistero di grazia che ci porta a dire: Mi alzerò e andrò... Questo movimento ci fa approdare alla gioia dell'incontro, dell'abbraccio, alla festa del perdono che rigenera, a quell'ora di grazia che viviamo nel sacramento della Riconciliazione.

## **Meditazione silenziosa**

***Il figlio maggiore.*** È il figlio che sta nel cuore del padre, ma si ingelosisce e giudica il padre. È bellissimo vedere il padre che esce e gli corre incontro, insegnandogli con la sua umiltà la forza dell'amore che perdona. Il padre lo invita a giudicare non con il metro del torto e della ragione, ma con la misericor-

dia. Il figlio maggiore è sempre stato vicino al padre, ma il suo cuore si è allontanato dal padre. Ci mostra che la conversione non è un istante di un tempo speciale, ma il cammino di tutta la vita. L'amore o è l'impegno di ogni giorno, o il rimpianto di una vita. Il figlio maggiore ci insegna è il bisogno di un ritorno profondo, non appariscente, di un cuore che si pente perché si accorge di amare troppo poco.

## Canto

**Guida:** Quando si conosce l'amore di Dio, quando Lui ci tocca il cuore, la vera grande lode e il vero grande rendimento di grazie è spendersi per Lui, regalarli tutto di noi: parole, gesti, scelte. In noi ci sono entrambi i figli, quello lontano da casa e quello che non ha capito l'infinita misericordia. Chiediamo al Signore di infondere nel nostro cuore la sua grazia affinché in questa quaresima possiamo tornare a Lui con tutto il cuore e donarci a Lui come il Signore Gesù, facendoci pane spezzato per i fratelli. Invochiamo il Signore con la preghiera di Francesco d'Assisi.

***O santissimo Padre nostro:** creatore, redentore, consolatore e salvatore nostro.*

***Che sei nei cieli:** negli angeli e nei santi, e li illumini alla conoscenza, perché tu, Signore, sei luce; li infiammi all'amore, perché tu, Signore, sei amore; poni in loro la tua dimora e li riempi di beatitudine, perché tu, Signore, sei il sommo bene, eterno, dal quale proviene ogni bene e senza il quale non esiste alcun bene.*

**Sia santificato il tuo nome:** si faccia luminosa in noi la conoscenza di te, perché possiamo conoscere qual è l'ampiezza dei tuoi benefici, l'estensione delle tue promesse, la sublimità della tua maestà e la profondità dei tuoi giudizi.

**Venga il tuo regno:** affinché tu regni in noi per mezzo della grazia e ci faccia giungere nel tuo regno, dove la visione di te è senza veli, l'amore di te è perfetto, la comunione con te è beata, il godimento di te senza fine.

**Sia fatta la tua volontà, come in cielo, così in terra:** affinché ti amiamo con tutto il cuore, sempre pensando te; con tutta l'anima, sempre desiderando te; con tutta la mente, indirizzando a te tutte le nostre intenzioni e in ogni cosa cercando il tuo onore; e con tutte le forze, spendendo tutte le nostre energie e i sensi dell'anima e del corpo in offerta di lode al tuo amore e non per altro; e affinché amiamo i nostri prossimi come noi stessi, attirando tutti secondo le nostre forze al tuo amore, godendo dei beni altrui come se fossero nostri e nei mali soffrendo insieme con loro e non recando alcuna offesa a nessuno.

**Il nostro pane quotidiano:** il tuo Figlio diletto, il Signore nostro Gesù Cristo.

**Dà a noi oggi:** in memoria e comprensione e venerazione dell'amore che egli ebbe per noi e di tutto quello che per noi disse, fece e patì.

**E rimetti a noi i nostri debiti:** per la tua ineffabile misericordia, per la potenza della passione del tuo Figlio diletto e per i meriti e l'intercessione della beatissima Vergine e di tutti i tuoi eletti.

**Come noi li rimettiamo ai nostri debitori:** e quello



*che noi non rimettiamo pienamente, tu, Signore, fa' che pienamente perdono, cosicché per amor tuo amiamo sinceramente i nemici e devotamente intercediamo per loro presso di te, non rendendo*

*a nessuno male per male e impegnandoci in te ad essere di giovamento in ogni cosa.*

***E non ci indurre in tentazione:*** nascosta o manifesta, improvvisa o persistente.

***Ma liberaci dal male:*** passato, presente e futuro.

***Gloria al Padre e al Figlio e allo Spirito Santo...***

**Guida:** Dio di misericordia, tu non smetti di cercare chi si è allontanato da te e, attraverso il perdono, ci inviti ad essere in comunione con te. Con il tuo perdono dissolvi le nostre colpe come la nebbia del mattino e ci inondi una inesauribile benevolenza: fa' che nel nostro cuore si aprano le porte dello stupore e della lode affinché ti possiamo riconoscere come Padre. Per Cristo nostro Signore.

**Tutti:** Amen.

**Canto finale**