

ESERCIZI SPIRITUALI NELLA QUOTIDIANITÀ

San Fedele, Milano - 21 novembre 2013

Canto iniziale

*Bonum est confidere in Domino,
bonum sperare in Domino*

Primo libro dei Re 19, 1-13a

1 Acab riferì a Gezabele ciò che Elia aveva fatto e che aveva ucciso di spada tutti i profeti. 2 Gezabele inviò un messaggero a Elia per dirgli: «Gli dèi mi facciano questo e anche di peggio, se domani a quest'ora non avrò reso te come uno di quelli». 3 Elia, impaurito, si alzò e se ne andò per salvarsi. Giunse a Bersabea di Giuda. Là fece sostare il suo ragazzo. 4 Egli si inoltrò nel deserto una giornata di cammino e andò a sedersi sotto un ginepro. Desideroso di morire, disse: «Ora basta, Signore! Prendi la mia vita, perché io non sono migliore dei miei padri». 5 Si coricò e si addormentò sotto il ginepro. Allora, ecco un angelo lo toccò e gli disse: «Alzati e mangial!». 6 Egli guardò e vide vicino alla sua testa una focaccia cotta su pietre roventi e un orcio d'acqua. Mangiò e bevve, quindi tornò a coricarsi. 7 Venne di nuovo l'angelo del Signore, lo toccò e gli disse: «Su mangia, perché è troppo lungo per te il cammino». 8 Si alzò, mangiò e bevve. Con la forza datagli da quel cibo, camminò per quaranta giorni e quaranta notti fino al monte di Dio, l'Oreb.

9 Ivi entrò in una caverna per passarvi la notte, quand'ecco il Signore gli disse: «Che fai qui, Elia?». 10 Egli rispose: «Sono pieno di zelo per il Signore degli eserciti, poiché gli Israeliti hanno abbandonato la tua alleanza, hanno demolito i tuoi altari, hanno ucciso di spada i tuoi profeti. Sono rimasto solo ed essi tentano di togliermi la vita». 11 Gli fu detto: «Esci e fermati sul monte alla presenza del Signore». Ecco, il Signore passò. Ci fu un vento impetuoso e gagliardo da spaccare i monti e spezzare le rocce davanti al Signore, ma il Signore non era nel vento. Dopo il vento ci fu un terremoto, ma il Signore non era nel terremoto. 12 Dopo il terremoto ci fu un fuoco, ma il Signore non era nel fuoco. Dopo il fuoco ci fu il mormorio di un vento leggero. 13 Come l'udì, Elia si coprì il volto con il mantello, uscì e si fermò all'ingresso della caverna.



Vangelo di Giovanni 1, 35-39

35 Il giorno dopo Giovanni stava ancora là con due dei suoi discepoli 36 e, fissando lo sguardo su Gesù che passava, disse: "Ecco l'agnello di Dio!". 37 E i suoi due discepoli, sentendolo parlare così, seguirono Gesù. 38 Gesù allora si voltò e, osservando che essi lo seguivano, disse loro: "Che cosa cercate?". Gli risposero: "Rabbì - che, tradotto, significa Maestro -, dove dimori?". 39 Disse loro: "Venite e vedrete". Andarono dunque e videro dove egli dimorava e quel giorno rimasero con lui; erano circa le quattro del pomeriggio.

Grazia da chiedere

Signore che io sia pronto ad ascoltare la tua parola e affidarmi a te.

Altri brani suggeriti per la preghiera dei prossimi giorni:

Sal 23: Il Signore è il mio pastore: non manco di nulla.

Sal 131: Signore, non si esalta il mio cuore

Spirito ispiratore della Parola

Spirito Santo

Tu sei l'ispiratore e il primo autore
di tutta la Scrittura;

fa' che la meditiamo, secondo il senso,
che tu le hai dato.

Ponendo sotto i nostri occhi il testo
in cui imprimi il messaggio divino,
fa' penetrare in noi i profondi pensieri,
che tu vi hai rinchiusi.

Facci soprattutto comprendere,
attraverso il Vangelo,
ciò che Gesù ha detto, ciò che Gesù ha
fatto,

ciò che ha apportato al nostro destino.

Facci gustare il testo,
trovare in esso il sapore, la seduzione
divina,

scoprire l'amore che si è offerto a noi
nella rivelazione.

Che la tua parola illumini e guidi la
preghiera,
nutra il suo slancio.

Che essa faccia scaturire
il desiderio d'essere presi da Colui che ci
parla.

Jean Galot sj