



# GETTA UN SEME...

traccia mensile di adorazione per le vocazioni

## ADORAZIONE EUCARISTICA

A.P. 2022/2023 n° 3 – Marzo 2023



**“Gli elementi del discernimento. Il libro della propria vita.”**

Nel nostro impegno mensile di pregare per l’Opera don Calabria, con grande spirito di unità e comunione, preghiamo per tutte le comunità dell’Opera che riceveranno la mostra itinerante intitolata “Terra&Sangue. St. John Calabria in the world” durante il suo



lungo viaggio partito l’8 febbraio da San Zeno in Monte durante una solenne celebrazione il Casante don Massimiliano Parrella ha consegnato lo zaino con le reliquie al Delegato della Delegazione Europea don Valdecir Tressoldi. Mostra itinerante realizzata per celebrare i 150 anni dalla nascita del



fondatore della nostra Opera. La mostra è composta da sette reliquie e oggetti appartenuti a don Giovanni Calabria e nei prossimi mesi verrà allestita in tutti i territori dove la Famiglia Calabriana è presente nel mondo. Il ritorno a Verona è previsto verso la fine di settembre, quando la mostra accompagnerà le iniziative che si svolgeranno in città per celebrare il giubileo calabriano vero e proprio durante la novena e la festa liturgica di don Calabria (8 ottobre 2023).

Gli oggetti della mostra itinerante per il giubileo calabriano sono:

SCARPE, OCCHIALI, LETTERA, STOLA, PORTAFOGLI, OROLOGIO, FARO CHE CONTIENE UN'AMPOLLA CON IL SANGUE DI DON CALABRIA E HA COME BASE LA TERRA DI SAN ZENO IN MONTE (DON CALABRIA DEFINIVA "TERRA SANTA E BENEDETTA" SAN ZENO IN MONTE E TUTTE LE CASE DELL'OPERA).

**Terra & Sangue**

### DAL VANGELO DI MATTEO (Mt 5,1-11)



<sup>1</sup>Vedendo le folle, Gesù salì sul monte: si pose a sedere e si avvicinarono a lui i suoi discepoli. <sup>2</sup>Si mise a parlare e insegnava loro dicendo: <sup>3</sup>“Beati i poveri in spirito, perché di essi è il regno dei cieli. <sup>4</sup>Beati quelli che sono nel pianto, perché saranno consolati. <sup>5</sup>Beati i miti, perché avranno in eredità la terra. <sup>6</sup>Beati quelli che hanno fame e sete della giustizia, perché saranno saziati. <sup>7</sup>Beati i misericordiosi, perché troveranno misericordia. <sup>8</sup>Beati i puri di cuore, perché vedranno Dio. <sup>9</sup>Beati gli operatori di pace, perché saranno chiamati figli di Dio. <sup>10</sup>Beati i perseguitati per la giustizia, perché di essi è il regno dei cieli. <sup>11</sup>Beati voi quando vi insulteranno, vi perseguiteranno e, mentendo, diranno ogni sorta di male contro di voi per causa mia. <sup>12</sup>Rallegratevi ed esultate, perché grande è la vostra ricompensa nei cieli. Così infatti perseguirono i profeti che furono prima di voi.



### RIFLESSIONE

**Catechesi sul Discernimento: 6. Gli elementi del discernimento. Il libro della propria vita.**

**(Udienza Generale – Piazza San Pietro, 19/10/2022 – fonte [www.vatican.va](http://www.vatican.va))**

Dopo questo Vangelo che ci da le indicazioni da seguire nella nostra vita, lasciamoci guidare dalla catechesi di Papa Francesco di mercoledì 19/10/2022, sull’importanza della *conoscenza della propria storia di vita*, in linea col tema di questo anno pastorale: “Un sogno di Dio... PRENDE FORMA!



*Cari fratelli e sorelle, benvenuti e buongiorno!*

*Nelle catechesi di queste settimane stiamo insistendo sui presupposti per fare un buon discernimento. Nella vita dobbiamo prendere delle decisioni, sempre, e per*

*prendere le decisioni dobbiamo fare un cammino, una strada di discernimento. Ogni attività importante ha le sue "istruzioni" da seguire, che vanno conosciute perché possano produrre gli effetti necessari. Oggi ci soffermiamo su un altro ingrediente indispensabile per il discernimento: la propria storia di vita. Conoscere la propria storia di vita è un ingrediente – diciamo così – indispensabile per il discernimento.*

*La nostra vita è il "libro" più prezioso che ci è stato consegnato, un libro che tanti purtroppo non leggono, oppure lo fanno troppo tardi, prima di morire. Eppure, proprio in quel libro si trova quello che si cerca inutilmente per altre vie. Sant'Agostino, un grande cercatore della verità, lo aveva compreso proprio rileggendo la sua vita, notando in essa i passi silenziosi e discreti, ma incisivi, della presenza del Signore. Al termine di questo percorso noterà con stupore: «Tu eri dentro di me, e io fuori. E là ti cercavo. Deforme, mi gettavo sulle belle forme delle tue creature. Tu eri con me, ma io non ero con te» (Confessioni X, 27.38). Da qui il suo invito a coltivare la vita interiore per trovare ciò che si cerca: «Rientra in te stesso. Nell'uomo interiore abita la verità» (La vera religione, XXXIX, 72). Questo è un invito che io farei a tutti voi, anche lo faccio a me stesso: "Rientra in te stesso. Leggi la tua vita. Leggiti dentro, come è stato il tuo percorso. Con serenità. Rientra in te stesso".*

*Molte volte abbiamo fatto anche noi l'esperienza di Agostino, di ritrovarci imprigionati da pensieri che ci allontanano da noi stessi, messaggi stereotipati che ci fanno del male: per esempio, "io non valgo niente" – e tu vai giù; "a me tutto va male" – e tu vai giù; "non realizzerò mai nulla di buono" – e tu vai giù, e così è la vita. Queste frasi pessimiste che ti buttano giù! Leggere la propria storia significa anche riconoscere la presenza di questi elementi "tossici", ma per poi allargare la trama del nostro racconto, imparando a notare altre cose, rendendolo più ricco, più rispettoso della complessità, riuscendo anche a cogliere i modi discreti con cui Dio agisce nella nostra vita. Io conobbi una volta una persona di cui la gente che la conosceva diceva che meritava il Premio Nobel alla negatività: tutto era brutto, tutto, e sempre cercava di buttarsi giù. Era una persona amareggiata eppure aveva tante qualità. E poi questa persona ha trovato un'altra persona che l'ha aiutata bene e ogni volta che si lamentava di qualcosa, l'altra diceva: "Ma adesso, per compensare, di qualcosa buona di te". E lui: "Ma, sì, ... io ho anche questa qualità", e poco a poco lo ha aiutato ad andare avanti, a leggere bene la propria vita, sia le cose brutte sia le cose buone. Dobbiamo leggere la nostra vita, e così vediamo le cose che non sono buone e anche le cose buone che Dio semina in noi.*

*Abbiamo visto che il discernimento ha un approccio narrativo: non si sofferma sull'azione puntuale, la inserisce in un contesto: da dove viene questo pensiero? Questo che sento adesso, da dove viene? Dove mi porta, questo che sto pensando adesso? Quando ho avuto modo di incontrarlo in precedenza? È una cosa nuova che mi viene adesso, o altre volte l'ho trovata? Perché è più insistente di altri? Cosa mi vuole dire la vita con questo?*

*Il racconto delle vicende della nostra vita consente anche di cogliere sfumature e dettagli importanti, che possono rivelarsi aiuti preziosi fino a quel momento rimasti nascosti. Per esempio, una lettura, un servizio, un incontro, a prima vista ritenuti cose di poca importanza, nel tempo successivo trasmettono una pace interiore, trasmettono la gioia di vivere e suggeriscono ulteriori iniziative di bene. Fermarsi e riconoscere questo è indispensabile. Fermarsi è riconoscere: è importante per il discernimento, è un lavoro di raccolta di quelle perle preziose e nascoste che il Signore ha disseminato nel nostro terreno.*

*Il bene è nascosto, sempre, perché il bene ha pudore e si nasconde: il bene è nascosto; è silenzioso, richiede uno scavo lento e continuo. Perché lo stile di Dio è discreto: a Dio piace andare nascosto, con discrezione, non si impone; è come l'aria che respiriamo, non la vediamo ma ci fa vivere, e ce ne accorgiamo solo quando ci viene a mancare.*

*Abituarsi a rileggere la propria vita educa lo sguardo, lo affina, consente di notare i piccoli miracoli che il buon Dio compie per noi ogni giorno. Quando ci facciamo caso, notiamo altre direzioni possibili che rafforzano il gusto interiore, la pace e la creatività. Soprattutto ci rende più liberi dagli stereotipi tossici. Saggiamente è stato detto che l'uomo che non conosce il proprio passato è condannato a ripeterlo. È curioso: se noi non conosciamo la strada fatta, il passato, lo ripetiamo sempre, siamo circolari. La persona che cammina circolarmente non va avanti mai, non c'è cammino, è come il cane che si morde la coda, va sempre così, e ripete le cose.*

*Possiamo chiederci: io ho mai raccontato a qualcuno la mia vita? Questa è un'esperienza bella dei fidanzati, che quando fanno sul serio raccontano la propria vita... Si tratta di una delle forme di comunicazione più belle e intime, raccontare la propria vita. Essa permette di scoprire cose fino a quel momento sconosciute,*

*piccole e semplici, ma, come dice il Vangelo, è proprio dalle piccole cose che nascono le cose grandi (cfr Lc 16,10).*

*Anche le vite dei santi costituiscono un aiuto prezioso per riconoscere lo stile di Dio nella propria vita: consentono di prendere familiarità con il suo modo di agire. Alcuni comportamenti dei santi ci interpellano, ci mostrano nuovi significati e nuove opportunità. È quanto accadde, per esempio, a Sant'Ignazio di Loyola. Quando descrive la scoperta fondamentale della sua vita, aggiunge una precisazione importante, e dice così: «Dall'esperienza aveva dedotto che alcuni pensieri lo lasciavano triste, altri allegro; e a poco a poco imparò a conoscere la diversità dei pensieri, la diversità degli spiriti che si agitavano in lui» (Autob., n. 8). Conoscere cosa succede dentro di noi, conoscere, stare attenti.*

*Il discernimento è la lettura narrativa dei momenti belli e dei momenti bui, delle consolazioni e delle desolazioni che sperimentiamo nel corso della nostra vita. Nel discernimento è il cuore a parlarci di Dio, e noi dobbiamo imparare a comprendere il suo linguaggio. Chiediamoci, alla fine della giornata, per esempio: cosa è successo oggi nel mio cuore? Alcuni pensano che fare questo esame di coscienza è fare la contabilità dei peccati che hai fatto - ne facciamo tanti -, ma è anche chiedersi "Cosa è successo dentro di me, ho avuto gioia? Cosa mi ha portato la gioia? Sono rimasto triste? Cosa mi ha portato la tristezza? E così imparare a discernere cosa succede dentro di noi.*

Signore Gesù, dopo quest'insegnamento di Papa Francesco sull'importanza della *conoscenza della propria storia di vita*, tu che scruti i cuori e conosci ogni cosa, accogli la nostra preghiera per tutte le vocazioni e donaci la grazia, attraverso di essa, la capacità di imparare a discernere cosa succede dentro di noi e fare la Tua volontà.

### **Dal Salmo 23 – Rit. Ecco la generazione che cerca il tuo volto, Signore.**

Del Signore è la terra e quanto contiene:  
il mondo, con i suoi abitanti.  
È lui che l'ha fondato sui mari  
e sui fiumi l'ha stabilito. **Rit.**

Egli otterrà benedizione dal Signore,  
giustizia da Dio sua salvezza.  
Ecco la generazione che lo cerca,  
che cerca il tuo volto, Dio di Giacobbe. **Rit.**

Chi potrà salire il monte del Signore?  
Chi potrà stare nel suo luogo santo?  
Chi ha mani innocenti e cuore puro,  
chi non si rivolge agli idoli. **Rit.**



Fermiamoci qualche minuto e leggiamo i sentimenti che fin ora sono emersi nel cuore...

### **IN ASCOLTO DI SAN GIOVANNI CALABRIA...**

Dalle parole di San Giovanni Calabria a un seminarista abbiamo un grande insegnamento sulla storia della nostra vita "ricamata" da Signore.

#### **18 agosto 1947 - Buon Seminarista, Gabrieli Alessandro**



La grazia, la benedizione e la pace del Signore siano sempre nei nostri cuori. Stia allegro e dica la bella giaculatoria: sia benedetto Iddio quando le cose non vanno a modo mio. Il diavoletto cerca tutti i modi per disanimarlo, ma ricordiamoci che il Signore sta ricamando, e, per giudicare un ricamo, si deve guardare non dal rovescio, come ci troviamo noi, ma dal diritto come lo vedremo quando saremo in Paradiso.

Il Signore ha permesso una ferita in un'ala, ma è una ferita di amore. Sia fatta la tua volontà, e quanto bene all'anima sua e alle altre anime.

Fin d'ora preghi e accetti le prove, per le anime con le quali avrò relazione. Preghi per me e per le anime che il Signore mi ha affidato. Si riposi e poi studi, ma con calma e tranquillità. Che il diavoleto non le rovini la salute, per lui sarebbe già una vittoria. La benedico con tutti i suoi cari. In C. J. Sac. J. Calabria

Concludiamo la nostra preghiera per tutte le vocazioni affidandola al cuore immacolato della nostra cara mamma celeste, Maria, Madre di tutte le vocazioni, recitando questa preghiera per le vocazioni

di Papa Giovanni Paolo II

(XXXII Giornata mondiale per le vocazioni - 1995)



O Vergine di Nazareth,  
il «sì» pronunciato nella  
giovinanza  
ha segnato la tua esistenza  
ed è divenuto grande come la tua  
stessa vita.

O Madre di Gesù,  
nel tuo «sì» libero e gioioso  
e nella tua fede operosa  
tante generazioni e tanti  
educatori  
hanno trovato ispirazione e forza  
nell'accogliere la Parola di Dio  
e nel compiere la sua volontà.

O Maestra di vita,  
insegna ai giovani  
a pronunciare il «sì»

che dà significato all'esistenza  
e fa scoprire il «nome» nascosto  
da Dio nel cuore di ogni persona.

O Regina degli Apostoli,  
donaci educatori sapienti,  
che sappiano amare i giovani e  
farli crescere, guidandoli  
all'incontro con la Verità  
che rende liberi e felici.  
Amen!



### **“SALVE O REGINA”**

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

#### **Note:**

- Chiunque volesse ricevere la traccia di adorazione mensile sulla propria casella di posta elettronica può richiederla al seguente indirizzo: [gettaunseme@gmail.com](mailto:gettaunseme@gmail.com)
- Inoltre la traccia è pubblicata anche sul:
  - ✓ canale Telegram “gettaunseme” (link: [t.me/gettaunseme](https://t.me/gettaunseme)) dove oltre alla traccia potrebbero essere pubblicati anche approfondimenti, notizie e altro ancora...
  - ✓ sito della Delegazione Europea San Giovanni Calabria all’indirizzo: [www.delegazioneoncalabria.it](http://www.delegazioneoncalabria.it)
  - ✓ sito dell’Oasi San Giacomo all’indirizzo: [www.oasisangiacomo.com](http://www.oasisangiacomo.com)
- Giovedì 9 marzo alle ore 21.00 adorazione “Getta un seme” per tutte le vocazioni nel Tempio dell’Euarestia dell’Oasi San Giacomo.