Nostra Signora del Cenacolo Europa Togo

SCHEDA

PREGARE CON LA PAROLA DI DIO

La custodia del cuore

Chiamata di nuovo la folla, diceva loro: "Ascoltatemi tutti e intendete bene: non c'è nulla fuori dell'uomo che, entrando in lui, possa contaminarlo; sono invece le cose che escono dall'uomo a contaminarlo". Quando entrò in una casa lontano dalla folla, i discepoli lo interrogarono sul significato di quella parabola. E disse loro: "Siete anche voi così privi di intelletto? Non capite che tutto ciò che entra nell'uomo dal di fuori non può contaminarlo, perché non gli entra nel cuore ma nel ventre e va a finire nella fogna?". Dichiarava così mondi tutti gli alimenti. Quindi soggiunse: "Ciò che esce dall'uomo, questo sì contamina l'uomo. Dal di dentro infatti, cioè dal cuore degli uomini, escono le intenzioni cattive: fornicazioni, furti, omicidi, adultèri, cupidigie, malvagità, inganno, impudicizia, invidia, calunnia, superbia, stoltezza. Tutte queste cose cattive vengono fuori dal di dentro e contaminano l'uomo" (Mc 7,14-23)

La lucerna del corpo è l'occhio; se dunque il tuo occhio è chiaro, tutto il tuo corpo sarà nella luce; ma se il tuo occhio è malato, tutto il tuo corpo sarà tenebroso. Se dunque la luce che è in te è tenebra, quanto grande sarà la tenebra! (Mt 6, 22-23)

Nessuno accende una lampada e la copre con un vaso o la pone sotto un letto; la pone invece su un lampadario, perché chi entra veda la luce. Non c'è nulla di nascosto che non debba essere manifestato, nulla di segreto che non debba essere conosciuto e venire in piena luce. Fate attenzione dunque a come ascoltate; perché a chi ha sarà dato, ma a chi non ha sarà tolto anche ciò che crede di avere (Lc 8, 16-18)

Gesù richiama continuamente l'attenzione sulla conversione del cuore. Ogni uomo è fondamentalmente buono, perché creato a immagine di Dio. Ma è poi quello che entra nella sua mente e nel suo cuore, a sviluppare e far crescere in lui tendenze non buone e lo porta spesso al peccato. E a una lettura distorta di sé e della realtà. Occorre che facciamo attenzione alle immagini che facciamo entrare in noi, alle parole che usiamo nel comunicare, a quello che ascoltiamo. Questa attenzione (non ossessiva) è avere cura di sé e di quanto abbiamo di prezioso, prima di tutto la nostra umanità.

Esercizio

1. Mi metto alla presenza del Signore e chiedo ciò che desidero: rendermi consapevole di quanto faccio entrare nel mio cuore e desiderio di essere più attento e vigilante.
2. Esamino come uso l'ascolto e la vista; l'intelletto nel dare spazio ai ragionamenti; la memoria; cerco di mettere a fuoco a cosa sono più affezionato.
3. Dialogo col Signore su quanto è emerso e scelgo un impegno di attenzione

Proposta da Padre Agostino Caletti, sj

Contattarci