

Spazio per appunti personali



2° GIORNATA (martedì)

**La luce del mattino:
alzarsi, lavarsi, nutrirsi
e prepararsi al lavoro
nella mistica vigna**

(Lodi del martedì)

Premessa: A volte, dopo l'irruzione dei primi raggi, si può non essere solerti nell'aprire gli occhi e desiderare di riaddormentarsi. Oppure ci si può svegliare ma è forte la tentazione di rimanere a letto. La luce del sole, oltre che illuminare, porta calore e attiva la vita sulla terra. Così la luce del mattino, sempre più intensa rispetto i primi bagliori dell'aurora, è un invito ad alzarci e a vivere.

Is 60,1-3

Alzati, rivestiti di luce, perché viene la tua luce,
la gloria del Signore brilla sopra di te.
Poiché, ecco, le tenebre ricoprono la terra,
nebbia fitta avvolge le nazioni;
ma su di te risplende il Signore,
la sua gloria appare su di te.
Cammineranno i popoli alla tua luce,
i re allo splendore del tuo sorgere.



Mc 1,29-31

E, usciti dalla sinagoga, si recarono subito in casa di Simone e di Andrea, in compagnia di Giacomo e di Giovanni. La suocera di Simone era a letto con la febbre e subito gli parlarono di lei. Egli, accostatosi, la sollevò prendendola per mano; la febbre la lasciò ed essa si mise a servirli.

Riflessione

Non è sufficiente svegliarsi, occorre alzarsi e decidere di affrontare la giornata. Chi è depresso, può anche svegliarsi, ma decidere di rimanere a letto e di non affrontare ciò che sta davanti. Tanti giorni possiamo svegliarci al mattino, ma non alzarci con lo spirito. Il nostro corpo si è alzato ma il nostro spirito è pieno di paure, diffidenza. Viviamo la scuola, il lavoro, gli impegni, per forza, per dovere, per abitudine, diamo il minimo o il peggio di noi, siamo intrattabili ed insofferenti... Nella Scrittura il rialzarsi è associato alla Risurrezione, è il verbo della risurrezione. Il battesimo, che ci ha uniti alla morte e risurrezione di Gesù, ci permette ogni mattino di affrontare la giornata dritti, in piedi, di veder rinnovato in noi il miracolo della risurrezione. La luce splende perché possiamo alzarci e camminare, della luce della risurrezione vogliamo rivestirci prima di uscire da casa. Prima di uscire ci si lava: non siamo contaminati dalle cose che toccheremo, dal nostro lavoro, dall'impegno sociale e politico che vivremo, ma un cuore puro e purificato renderà tutto puro. Prima di uscire si fa colazione: abbiamo bisogno di energie per sostenere il peso della giornata. In questa settimana di esercizi ci saziamo della Parola al mattino per affrontare il giorno che ci sta davanti con la stessa forza di Cristo risorto.

Testimonianza



Da anni ormai, come fanno bene quelli che hanno raggiunto una "certa età", il mio orologio biologico m'impone un risveglio obbligato alle sei del mattino. A quest'ora sono irrimediabilmente sveglia, che sia domenica o lunedì, non sempre però ho la necessità di alzarmi. Allora, ancora comodamente nel letto, ne approfitto per cominciare a recitare il rosario del giorno. Dieci Ave Marie per Silvia, dieci per Francesco, dieci per Caterina, dieci per Diego, e le ultime dieci per la nostra coppia, "perché il Signore ci aiuti

a volerci sempre più bene".

Il centro della mia vita è la mia famiglia: la giornata comincia affidandoli tutti al Signore, ed è ritmata dalla cura per tutti i loro bisogni, i loro pensieri, le loro attese.

Ogni nuova giornata che si apre si prospetta con il suo carico di pesantezza, di problemi, non sempre spontaneamente si avverte l'entusiasmo di ripartire per una nuova avventura.

Per fortuna, anzi, per dono di Dio, c'è Diego di otto anni. Alle otto di mattina avere in casa un bimbo ancora piccolo dona la possibilità di uno sguardo divertito e pieno di stupore per la vita: "mamma, esiste il ghepardo delle nevi?".

È tardi, come sempre si guarda freneticamente l'orologio, devo partire: la scuola, la giornata mi attende. Ogni classe un argomento importante, ogni classe tanti alunni, tante persone, tanti colleghi a cui voler bene, accogliere con un sorriso, ascoltare. È il momento delle raccomandazioni: "Fai il tuo meglio", "Comportati bene", "Sii apostolo di gioia". Per uscire da casa si passa vicino al comò dell'entrata, dove accanto al telefono, l'agenda di lavoro di mio marito, le foto dei figli bambini, c'è la Bibbia, con la Parola di Dio in bella vista. Gabriele ha preparato sei foglietti con la Parola del giorno: ciascuno di noi passando la prende, la legge, la mette in tasca. Ci accompagnerà per tutta la giornata. In macchina, con la figlia che va al liceo, recitiamo le preghiere per tutti, e per chi ci sembra oggi averne più bisogno; con Diego non si dimenticano mai i bambini poveri, o abbandonati dalla famiglia, o l'ultima catastrofe vista al telegiornale. E ci buttiamo nella vita, qualche volta col cuore leggero, altre col cuore pesante, ma sempre con "Il Signore ci benedica, ci preservi da ogni male, ci conduca alla vita eterna".

Lucia Filipponi -socia adulta Diocesi di Macerata-Tolentino- Recanati-Cingoli e Treia

Esercizi:



Oggi una **colazione "speciale"**. La colazione rappresenta un pasto fondamentale per vivere bene la giornata; ognuno, nel rispetto delle proprie abitudini alimentari prepara una ricca colazione (magari il giorno prima ogni membro della famiglia pensa cosa gli piacerebbe mangiare ... poi, spesa e buon lavoro a chi prepara la colazione al mattino!!).

Cercare di vivere ogni cosa con letizia, con il sorriso, richiamando alla memoria la Parola del giorno.