

grazie anche alle persone che, martiri, hanno donato la loro vita per noi. Amen.

### INTENZIONI DI PREGHIERA MENSILI

Scrivete in una lettera suor Maria De Coppi: *“Molte volte davanti al Signore mi veniva spontanea la preghiera: ‘Signore, perché mi hai portato fin qui?’, e la risposta che sentivo era: ‘Perché ti voglio bene’”*.

Con la stessa confidenza presentiamo anche noi le nostre preghiere al Signore che ci vuole bene e che ci guida sempre al Bene.

#### **Guidaci tu, o Signore!**

- Assisti papa Francesco, che in questo mese ricorda il decimo anniversario di elezione e di inizio del Ministero apostolico, affinché continui a ricordare alla Chiesa Universale la sua chiamata alla missione. Ti preghiamo:
- Accompagna il cammino sinodale delle Chiese in Italia, affinché si possano trovare vie nuove per continuare l’opera di annuncio del Vangelo in ogni tempo e in ogni luogo. Ti preghiamo:
- Dona il riposo eterno ai missionari uccisi nello scorso anno e a tutti i cristiani morti nella persecuzione: il loro sacrificio generi una rinnovata passione e un ritrovato entusiasmo nella vita di tutti i cristiani. Ti preghiamo:
- Sostieni con il tuo Spirito l’opera dei missionari in tutto il mondo, affinché il buon profumo della carità fraterna si diffonda e il desiderio di conoscerti si accresca. Ti preghiamo:
- Incoraggia i giovani che ancora oggi chiami a seguirti in una vocazione di speciale consacrazione, affinché siano capaci di fare della loro vita un dono d’amore, libero e incondizionato. Ti preghiamo:
- Consola quanti stanno attraversando un tempo di crisi vocazionale o stanno vacillando nella fedeltà alle loro promesse, sia nel matrimonio che nella consacrazione, affinché possano ritrovare la gioia del “primo amore”. Ti preghiamo:

### PADRE NOSTRO...

### CANTO DI ADORAZIONE

### ORAZIONE

Per la forza di questo sacramento, o Padre, conferma i tuoi figli nella verità, e concedi ai tuoi fedeli che, portando la croce sulle orme del tuo Figlio, possano sempre, in mezzo alle prove, gloriarsi del nome cristiano. Per Cristo nostro Signore. **Amen.**

### BENEDIZIONE - DIO SIA BENEDETTO... - CANTO DI REPOSIZIONE

## DIOCESI DI VITTORIO VENETO

CENTRO DIOCESANO VOCAZIONI

SEMINARIO VESCOVILE



## “UNA RELAZIONE DI AMICIZIA CON IL SIGNORE”

SUSSIDIO DI PREGHIERA PER LE VOCAZIONI – MARZO 2023

*Il 24 marzo 1980 veniva ucciso mons. Oscar Romero: da quel tragico avvenimento, pochi anni più tardi nasceva in Italia la Giornata dei Missionari Martiri (il 24 marzo di ogni anno), proposta dai giovani missionari come segno e germoglio di speranza. Quest’anno tra i 18 missionari uccisi nel 2022 ricorderemo in particolare Luisa Dell’Orto, Piccola Sorella del Vangelo di Charles de Foucauld, uccisa ad Haiti in un’aggressione armata mentre si trovava in strada a Port-au-Prince e la nostra diocesana suor Maria De Coppi, missionaria comboniana, morta in un barbaro attentato nella missione di Chipene, in Mozambico: il card. Zuppi, presidente della Conferenza Episcopale Italiana, l’ha definita “figlia grande delle nostre Chiese in Italia”, “piccola sorella universale”.*

*Oltre a pregare per loro, come pure per i Paesi e le Chiese che hanno servito con passione e dedizione, in questo mese vorremmo affidarci alla loro preghiera e intercessione per chiedere al Padre il dono di risposte generose alla sua chiamata, in special modo alla vita missionaria.*

### CANTO DI ESPOSIZIONE

### PREGHIERA DI ADORAZIONE

Credo, Signore Gesù, di essere alla tua presenza:

**augmenta la nostra fede.**

Credo, Signore Gesù, che tu mi parli nel silenzio:

**apri il nostro cuore all’ascolto e alla contemplazione.**

Credo, Signore Gesù, che tu vuoi guidarmi con la tua Parola:

**aiutami a conformare la mia vita alla tua volontà.**

### INVOCAZIONE ALLO SPIRITO SANTO

Siamo qui dinanzi a te, Spirito Santo: siamo tutti riuniti nel tuo nome.

Vieni a noi, assistici, scendi nei nostri cuori.

Insegnaci tu ciò che dobbiamo fare,

mostraci tu il cammino da seguire tutti insieme.

Non permettere che da noi peccatori sia lesa la giustizia,

non ci faccia sviare l'ignoranza, non ci renda parziali l'umana simpatia,  
perché siamo una sola cosa in te e in nulla ci discostiamo dalla verità.

Lo chiediamo a Te, che agisci in tutti i tempi e in tutti i luoghi,  
in comunione con il Padre e con il Figlio,  
per tutti i secoli dei secoli. Amen.

*(preghiera per il Sinodo dei Vescovi 2021-2024, adattata dall'originale di S. Isidoro di Siviglia)*

## **ORAZIONE**

O Dio, che hai voluto la tua Chiesa sacramento di salvezza per tutte le genti per continuare l'opera salvifica di Cristo sino alla fine dei secoli, ridesta i cuori dei tuoi fedeli e concedi loro di sentirsi chiamati a operare per la salvezza di ogni creatura, fino a quando da tutti i popoli sorga e cresca una sola famiglia, un solo popolo che ti appartenga. Per il nostro Signore Gesù Cristo, tuo Figlio, che è Dio, e vive e regna con te, nell'unità dello Spirito Santo, per tutti i secoli dei secoli. **Amen.**

## **IN ASCOLTO DELLA PAROLA DI DIO**

DAL LIBRO DEL SIRACIDE (17,1-14)

<sup>1</sup>Il Signore creò l'uomo dalla terra e ad essa di nuovo lo fece tornare. <sup>2</sup>Egli assegnò loro giorni contati e un tempo definito, dando loro potere su quanto essa contiene. <sup>3</sup>Li rivestì di una forza pari alla sua e a sua immagine li formò. <sup>4</sup>In ogni vivente infuse il timore dell'uomo, perché dominasse sulle bestie e sugli uccelli. <sup>5</sup>Ricevettero l'uso delle cinque opere del Signore, come sesta fu concessa loro in dono la ragione e come settima la parola, interprete delle sue opere. <sup>6</sup>Discernimento, lingua, occhi, orecchi e cuore diede loro per pensare. <sup>7</sup>Li riempì di scienza e d'intelligenza e mostrò loro sia il bene che il male. <sup>8</sup>Pose il timore di sé nei loro cuori, per mostrare loro la grandezza delle sue opere, e permise loro di gloriarsi nei secoli delle sue meraviglie.

<sup>10</sup>Loderanno il suo santo nome <sup>9</sup>per narrare la grandezza delle sue opere. <sup>11</sup>Pose davanti a loro la scienza e diede loro in eredità la legge della vita, affinché riconoscessero che sono mortali coloro che ora esistono.

<sup>12</sup>Stabili con loro un'alleanza eterna e fece loro conoscere i suoi decreti. <sup>13</sup>I loro occhi videro la grandezza della sua gloria, i loro orecchi sentirono la sua voce maestosa. <sup>14</sup>Disse loro: «Guardatevi da ogni ingiustizia!» e a ciascuno ordinò di prendersi cura del prossimo.

## **TEMPO DI SILENZIO**

**PREGHIERA** (DAL SAL 103)

Benedici il Signore, anima mia,  
quanto è in me benedica il suo santo nome.

alla gente, a stare con loro e con i ragazzi ai quali, come sempre, vogliamo offrire un luogo di crescita ancora più necessario in questo momento di confusione e di tensione che destabilizza la scuola, chiusa già la settimana scorsa e sicuramente la prossima settimana, se si realizza l'annuncio fatto di sciopero. L'inflazione è grande e tutti i beni di prima necessità sono rincarati. Tutto quanto la vostra generosità mi ha donato lo sto redistribuendo piano piano per l'alimentazione, la scuola e la malattia.

Perché restare qui? Perché esporsi al 'rischio'? Che senso vivere in tale disagio? Non sarebbe meglio che la gente risolvesse da solo i suoi problemi? "Non possiamo tacere quello che abbiamo visto e ascoltato" (At 4, 20). Stamattina l'impiegato che legge il contatore della corrente elettrica è venuto per la sua lettura e abbiamo parlato un pochino della situazione del paese, a un certo punto mi ha detto: "Suor Luisa, tu qui nel quartiere puoi 'kouche a tè', cioè dormire in terra in mezzo alla strada tranquillamente e nessuno ti farà niente perché tutti sanno che fai qualcosa per loro e che possono contare su di te in caso di bisogno". Mi sono commossa.

Poter contare su qualcuno è importante per vivere! E testimoniare che si può contare sulla solidarietà che nasce dalla fede e dall'amore per Dio e dall'amore di Dio è il più grande dono che possiamo offrire. Ma quanto il signore dell'elettricità ha detto, non lo ha detto solo per me ma per ciascuno di voi perché siete voi che aiutate, è su di voi che possono contare, attraverso la vostra condivisione e il vostro dono.

Sì, missionari lo si è insieme, nella quotidianità della vita, nei gesti di presenza e di attenzione, nella preghiera. Che la nostra intercessione aiuti questo popolo a trovare una via d'uscita degna e piena di umanità. Buona giornata a noi, tutti missionari! Con affetto, ricordandovi nella preghiera

*(suor Luisa Dell'Orto, ottobre 2021)*

## **TEMPO DI SILENZIO**

### **PREGHIERA**

Gesù, pastore che dai la vita per le tue pecorelle  
e tutti ci chiami per nome;  
anche per me solo, come per ognuno,  
tu saresti venuto sulla terra.  
Noi siamo sempre più smarriti,  
erranti per pascoli sempre più aridi.  
Fa' che torniamo a te,  
unico pastore delle nostre vite.  
Fa' che torniamo a te,

a lode e gloria del tuo nome.  
Aiutami a mettere ordine nella mia vita,  
fammi conoscere ciò che vuoi io faccia  
perché lo compia bene per l'utilità e la salvezza della mia anima.  
Fa', o Signore, che io venga incontro a te  
su una strada sicura, diritta e senza asperità,  
che conduca alla mèta e non mi perda tra prosperità o avversità.  
Che io ti possa ringraziare nella gioia e cercare pazientemente nella sofferenza.  
Allontana da me lo spirito di esaltazione o di abbattimento.

*(San Tommaso d'Aquino)*

## PER LA RIFLESSIONE

Carissimi, in molti vi siete preoccupati per ciò che sta succedendo ad Haiti e per come ho potuto riprendere le attività rientrando nel paese. Vi ringrazio per tanta attenzione e sollecitazione e ne sono certa, di tanta preghiera e intercessione. Qui è fine pomeriggio e sono rientrata da poco dalla spesa al supermercato che si trova sull'arteria principale, non lontano da dove sono, una decina di minuti in macchina, quarantacinque a piedi e dai lontani tempi del terremoto ho dovuto fare la strada a piedi perché non c'è né benzina né diesel nelle pompe di distribuzione. Ho comperato qualche scatolame di scorta visto che nella zona non stanno dando corrente e quindi non si può conservare niente in frigo.

Mi direte che sono un po' folle... [...] Pazzesco, ma questa è la logica in cui il paese è caduto o è stato condotto; la sola cosa certa è che i sequestri continueranno in quanto le gang non fanno sciopero.

Ecco il paese dislocato che ho trovato! La popolazione è lasciata a sé stessa e cerca di trovare il modo di vivere, di fare un po' di commercio, di lavorare. Una capacità di resilienza che affonda le sue radici in quella sofferenza stravolgente dell'essere stati sradicati dalla propria e trasportati in una terra sconosciuta per lavorare come schiavi. Da parte mia, per ora riesco ad andare a insegnare all'istituto dei padri Salesiani a una mezz'ora di macchina da casa (è il solo spostamento che faccio); il resto degli impegni sono nel quartiere e il Centro occupa tutte le giornate. Se i ragazzi a fine settembre non erano tanti, in queste ultime settimane sono venuti più numerosi per le lezioni e i due ultimi venerdì pomeriggio sono ritornati in tanti (e scatenati) per giocare, segno che i genitori considerano il Centro ancora un luogo sicuro per i ragazzi e che si impegnano a proteggerlo.

Questa è la forza e la speranza della nostra zona: tutto l'ampio territorio della parrocchia sembra ancora abbastanza protetto per i sequestri, bisogna fare più attenzione per le manifestazioni e i disordini. È così che riesco a essere presente

<sup>2</sup>Benedici il Signore, anima mia,  
non dimenticare tutti i suoi benefici.

<sup>13</sup>Come è tenero un padre verso i figli,  
così il Signore è tenero verso quelli che lo temono,

<sup>14</sup>perché egli sa bene di che siamo plasmati,  
ricorda che noi siamo polvere.

<sup>15</sup>L'uomo: come l'erba sono i suoi giorni!  
Come un fiore di campo, così egli fiorisce.

<sup>16</sup>Se un vento lo investe, non è più,  
né più lo riconosce la sua dimora.

<sup>17</sup>Ma l'amore del Signore è da sempre,  
per sempre su quelli che lo temono,  
e la sua giustizia per i figli dei figli,  
<sup>18</sup>per quelli che custodiscono la sua alleanza  
e ricordano i suoi precetti per osservarli.

*Gloria...*

## UDIENZA GENERALE DI PAPA FRANCESCO (5 ottobre 2022)

### 4. Gli elementi del discernimento. Conoscere sé stessi

*Cari fratelli e sorelle, buongiorno!*

Continuiamo a trattare il tema del discernimento. La volta scorsa abbiamo considerato come suo elemento indispensabile quello della preghiera, intesa come familiarità e confidenza con Dio. Preghiera, non come i pappagalli, ma come familiarità e confidenza con Dio; preghiera dei figli al Padre; preghiera con il cuore aperto. Questo lo abbiamo visto nell'ultima Catechesi. Oggi vorrei, in maniera quasi complementare, sottolineare che un buon discernimento richiede anche la conoscenza di sé stessi. Conoscere sé stesso. E questo non è facile. Il discernimento infatti coinvolge le nostre facoltà umane: la memoria, l'intelletto, la volontà, gli affetti. Spesso non sappiamo discernere perché non ci conosciamo abbastanza, e così non sappiamo che cosa veramente vogliamo. Avete sentito tante volte: "Ma quella persona, perché non sistema la sua vita? Mai ha saputo quello che vuole ...". Senza arrivare a quell'estremo, ma anche a noi succede che non sappiamo bene cosa vogliamo, non ci conosciamo bene.

Alla base di dubbi spirituali e crisi vocazionali si trova non di rado un dialogo insufficiente tra la vita religiosa e la nostra dimensione umana, cognitiva e affettiva. Un autore di spiritualità notava come molte difficoltà sul tema del discernimento rimandano a problemi di altro genere, che vanno riconosciuti ed esplorati. Così scrive questo autore: «Sono giunto alla convinzione che

l'ostacolo più grande al vero discernimento (e ad una vera crescita nella preghiera) non è la natura intangibile di Dio, ma il fatto che non conosciamo sufficientemente noi stessi, e non vogliamo nemmeno conoscerci per come siamo veramente. Quasi tutti noi ci nascondiamo dietro a una maschera, non solo di fronte agli altri, ma anche quando ci guardiamo allo specchio» (Th. Green, *Il grano e la zizzania*, Roma, 1992, 25). Tutti abbiamo la tentazione di essere mascherati anche davanti a noi stessi.

La dimenticanza della presenza di Dio nella nostra vita va di pari passo con l'ignoranza su noi stessi – ignorare Dio e ignorare noi -, ignoranza sulle caratteristiche della nostra personalità e sui nostri desideri più profondi.

Conoscere sé stessi non è difficile, ma è faticoso: implica un paziente lavoro di scavo interiore. Richiede la capacità di fermarsi, di “disattivare il pilota automatico”, per acquistare consapevolezza sul nostro modo di fare, sui sentimenti che ci abitano, sui pensieri ricorrenti che ci condizionano, e spesso a nostra insaputa. Richiede anche di distinguere tra le emozioni e le facoltà spirituali. “Sento” non è lo stesso di “sono convinto”; “mi sento di” non è lo stesso di “voglio”. Così si arriva a riconoscere che lo sguardo che abbiamo su noi stessi e sulla realtà è talvolta un po' distorto. Accorgersi di questo è una grazia! Infatti, molte volte può accadere che convinzioni errate sulla realtà, basate sulle esperienze del passato, ci influenzano fortemente, limitando la nostra libertà di giocarci per ciò che davvero conta nella nostra vita.

Vivendo nell'era dell'informatica, sappiamo quanto sia importante conoscere le password per poter entrare nei programmi dove si trovano le informazioni più personali e preziose. Ma anche la vita spirituale ha le sue “password”: ci sono parole che toccano il cuore perché rimandano a ciò per cui siamo più sensibili. Il tentatore, cioè il diavolo, conosce bene queste parole-chiave, ed è importante che le conosciamo anche noi, per non trovarci là dove non vorremmo. La tentazione non suggerisce necessariamente cose cattive, ma spesso cose disordinate, presentate con una importanza eccessiva. In questo modo ci ipnotizza con l'attrattiva che queste cose suscitano in noi, cose belle ma illusorie, che non possono mantenere quanto promettono, e così ci lasciano alla fine con un senso di vuoto e di tristezza. Quel senso di vuoto e tristezza è un segnale che abbiamo preso una strada che non era giusta, che ci ha disorientato. Possono essere, per esempio, il titolo di studio, la carriera, le relazioni, tutte cose in sé lodevoli, ma verso le quali, se non siamo liberi, rischiamo di nutrire aspettative irreali, come ad esempio la conferma del nostro valore. Tu, per esempio, quando pensi a uno studio che stai facendo, tu lo pensi soltanto per promuovere te stesso, per il tuo interesse, o anche per servire la comunità? Lì, si può vedere qual è l'intenzionalità di ognuno di noi. Da questo fraintendimento

derivano spesso le sofferenze più grandi, perché nessuna di quelle cose può essere la garanzia della nostra dignità.

Per questo, cari fratelli e sorelle, è importante conoscersi, conoscere le password del nostro cuore, ciò a cui siamo più sensibili, per proteggerci da chi si presenta con parole suadenti per manipolarci, ma anche per riconoscere ciò che è davvero importante per noi, distinguendolo dalle mode del momento o da slogan appariscenti e superficiali. Tante volte quello che si dice in un programma in televisione, in qualche pubblicità che si fa, ci tocca il cuore e ci fa andare da quella parte senza libertà. State attenti a quello: sono libero o mi lascio andare ai sentimenti del momento, o alle provocazioni del momento?

Un aiuto in questo è l'esame di coscienza, ma non parlo dell'esame di coscienza che tutti facciamo quando andiamo alla confessione, no. Questo è: “Ma ho peccato di questo, quello ...”. No. Esame di coscienza generale della giornata: cosa è successo nel mio cuore in questa giornata? “Sono accadute tante cose ...”. Quali? Perché? Quali tracce hanno lasciato nel cuore? Fare l'esame di coscienza, cioè la buona abitudine a rileggere con calma quello che capita nella nostra giornata, imparando a notare nelle valutazioni e nelle scelte ciò a cui diamo più importanza, cosa cerchiamo e perché, e cosa alla fine abbiamo trovato. Soprattutto imparando a riconoscere che cosa sazia il mio cuore. Perché solo il Signore può darci la conferma di quanto valiamo. Ce lo dice ogni giorno dalla croce: è morto per noi, per mostrarci quanto siamo preziosi ai suoi occhi. Non c'è ostacolo o fallimento che possano impedire il suo tenero abbraccio. L'esame di coscienza aiuta tanto, perché così vediamo che il nostro cuore non è una strada dove passa di tutto e noi non sappiamo. No. Vedere: cosa è passato oggi? Cosa è successo? Cosa mi ha fatto reagire? Cosa mi ha fatto triste? Cosa mi ha fatto gioioso? Cosa è stato brutto e se ho fatto del male agli altri. Si tratta di vedere il percorso dei sentimenti, delle attrazioni nel mio cuore durante la giornata. Non dimenticatevi! L'altro giorno abbiamo parlato della preghiera; oggi parliamo della conoscenza di sé stessi.

La preghiera e la conoscenza di sé stessi consentono di crescere nella libertà. Questo, è per crescere nella libertà! Sono elementi basilari dell'esistenza cristiana, elementi preziosi per trovare il proprio posto nella vita. Grazie.

## **TEMPO DI SILENZIO**

### **PREGHIERA**

Dio di misericordia,  
fa' che io desideri ardentemente ciò che ti piace,  
lo ricerchi con prudenza,  
lo riconosca nella verità e lo compia perfettamente