

Sabato Santo – 11 aprile

Il Sabato Santo è il giorno del grande silenzio. In tutta la Chiesa non ci sono liturgie fino alla Veglia Pasquale. È un giorno di preparazione. È consigliato continuare l'astinenza e il digiuno.

Tempo di silenzio

Viene proposto un esercizio molto difficile... Fissate un'ora in cui vivere un tempo di silenzio in casa, spegnendo la televisione, silenziando i telefoni, liberandovi da impegni e cose da fare, così da commemorare la discesa di Gesù nel regno dei morti, nelle estreme solitudini degli uomini, per portare la sua salvezza. All'inizio dell'ora di silenzio chi guida la preghiera può dire:

G. O Padre, nel mistero del tuo Figlio disceso agli inferi, ci riveli che non c'è luogo dove non sia possibile fare esperienza di Dio. Fa' che in quest'ora, guardandoci dentro, nel silenzio del cuore, possiamo veramente accoglierlo come balsamo di vita.

Durante il tempo di silenzio si possono leggere questi testi...

Il significato del Sabato Santo

Dalla Meditazione di papa Benedetto XVI in occasione della venerazione della santa Sindone di Torino - 2 maggio 2010

Gesù Cristo è “disceso agli inferi”. Che cosa significa questa espressione? Vuole dire che Dio, fattosi uomo, è arrivato fino al punto di entrare nella solitudine estrema e assoluta dell'uomo, dove non arriva alcun raggio d'amore, dove regna l'abbandono totale senza alcuna parola di conforto: “gli inferi”. Gesù Cristo, rimanendo nella morte, ha oltrepassato la porta di questa solitudine ultima per guidare anche noi ad oltrepassarla con Lui. Tutti abbiamo sentito qualche volta una sensazione spaventosa di abbandono, e ciò che della morte ci fa più paura è proprio questo, come da bambini abbiamo paura di stare da soli nel buio e solo la presenza di una persona che ci ama ci può assicurare. Ecco, proprio questo è accaduto nel Sabato Santo: nel regno della morte è risuonata la voce di Dio. È successo l'impensabile: che cioè l'Amore è penetrato “negli inferi”; anche nel buio estremo della solitudine umana più assoluta noi possiamo ascoltare una voce che ci chiama e trovare una mano che ci prende e ci conduce fuori. L'essere umano vive per il fatto che è amato e può amare; e se anche nello spazio della morte è penetrato l'amore, allora anche là è arrivata la vita. Nell'ora dell'estrema solitudine non saremo mai soli.

Il valore del silenzio

da E. Bianchi, Lettera ad un amico sulla vita spirituale.

Rientrare in se stessi significa anche entrare nel silenzio e nella solitudine. Cosa tutt'altro che facile questa, abituati come siamo a vivere immersi nel rumore e nel continuo contatto con gli altri. E tuttavia il silenzio e la solitudine sono essenziali per mettere ordine in se stessi; hanno, infatti, un meraviglioso potere di semplificazione, di riduzione all'essenziale, di chiarificazione, di concentrazione. Ti sarà forse capitato di sperimentare come il ritirarsi da solo nel silenzio porti a "sentire" il corpo in maniera diversa, più lucida e intensa, e porti anche a una coscienza più acuta del tempo. Quel tempo che normalmente fugge e vola via quando sei immerso nel quotidiano viavai e nelle molteplici attività, appare molto più lungo quando resti nel silenzio e nella solitudine.

Oggi, come sai bene, i ritmi della vita sociale sono talmente velocizzati e stressanti che ci ritroviamo a correre per arrivare sempre in ritardo: più siamo impegnati, più abbiamo attività da svolgere e "cose da fare", e più ci sembra di essere vivi. Ma così rischiamo di dimenticare quell'arte della cura di noi stessi e della nostra interiorità che è essenziale per sapere chi siamo e perché facciamo quel che facciamo. Un po' di lentezza, di tempo speso stando seduto in camera senza far nulla, semplicemente restando presente a te stesso, lasciando emergere le emozioni che si sedimentano in te, ti aiuta a ritrovare unità, a dare il nome ai sentimenti che provi, a esercitare la tua memoria nel ricordo. Questo ti aiuta soprattutto a entrare in una pacificazione e unificazione interiori da cui uscirai rinnovato e disponibile per le relazioni quotidiane.

Solitudine e silenzio sono il tempo delle radici, della profondità, in cui ricevi la forza per essere te stesso, per pensare, per coniare una parola tua che magari può essere in contrasto con quelle che tutti ripetono. Silenzio e solitudine sono dunque i mezzi privilegiati della vita interiore, che ti consentono di prendere confidenza con te stesso e di osare te stesso, anche a costo di arrivare a "cantare fuori dal coro", a rompere con le logiche omologanti che tutto appiattiscono. Ti consentono inoltre di sfuggire alla superficialità e di dare profondità alle parole e senso alle relazioni. La solitudine, infatti, purifica lo sguardo che porti sugli altri. Se pensi agli altri quando sei da solo, scopri in essi un volto inedito, che ti sfugge quando stai fisicamente accanto a loro. Non è affatto vero che comunichi bene chi parla molto o sempre e che sia una persona capace di relazioni quella che vive continuamente in mezzo agli altri, senza mai concedersi un momento di tregua, di faccia a faccia con se stessa. Questo sarebbe uno scambiare la quantità con la qualità. È vero, invece, il contrario: la capacità di comunicazione e di relazione è proporzionale alla capacità di silenzio e solitudine.

Al termine dell'ora di silenzio si conclude pregando il Padre nostro.

Preghiera per i pasti

Pranzo - Ti ringraziamo Signore Gesù perché possiamo continuare insieme la Settimana Santa. Il cibo che prendiamo rinsaldi la nostra famiglia, rallegri la nostra casa e ci renda attenti alle fragilità dei nostri fratelli e a coloro che non hanno il pane. Per Cristo nostro Signore. R. Amen.

Cena – Signore, venga a noi la fame della tua Parola, perché più nutriente del pane è il vangelo, più gioioso del vino è il tuo amore. La condivisione del cibo attorno a questa tavola, ci faccia assaporare un po' la comunione che sperimentiamo nell'eucarestia, di cui adesso abbiamo fame. Sii benedetto nei secoli dei secoli. **Amen.**



Veglia Pasquale

Questa è la notte più importante per noi cristiani: celebriamo Gesù che vince la morte e risorge. Poi ricordiamo tutte le cose buone che Dio ha fatto per noi: dalla creazione fino ad averci donato la Comunità cristiana e il Battesimo che ci fa fratelli di Gesù e tra noi.

Celebrazioni alla TV o in streaming

Ore 21.00 Papa Francesco da S. Pietro (TV 2000 o RAI)

Ore 21.30 vescovo Carlo dalla Cattedrale di Gorizia - streaming

Ore 22.15 le campane di tutta la diocesi suonano

Per chi non segue la Veglia Pasquale alla TV o in streaming

Quando è diventato buio, dopo cena, si spengono le luci in casa; la famiglia è riunita attorno all'angolo bello al buio, uno della famiglia entra nella stanza buia con una candela accesa e, se possibile, ognuno accende da questa una sua candelina. Si accende una candela che rimane accesa accanto al Libro dei Vangeli aperto sulla pagina del racconto della Risurrezione (secondo l'evangelista Matteo 28,1-10) e un secondo lume verrà posto sul davanzale di casa a indicare il Signore risorto che passa per le case e illumina con la sua risurrezione la vita degli uomini.

Con le candele accese e al buio si ascolti l'annuncio della risurrezione col canto "Cristo è risorto veramente" (RnS) <https://youtu.be/4fUo13NUQ-M>.

Si può leggere il racconto del passaggio del Mar Rosso (Es 14,15-15,1); se è possibile si canti l'Alleluia; si legga il Vangelo della Risurrezione (Mt 28,1-10).

Si consiglia di avere una breve condivisione in famiglia aiutati da semplici domande quali: «Come stiamo? Come stiamo vivendo questo tempo difficile? In chi e dove riconosciamo oggi la presenza del Signore Risorto?».

Si conclude con la Preghiera del Signore (Padre nostro).

Si conclude tracciando, reciprocamente, il segno di croce sulla fronte, dicendo:

Il Signore Gesù, risorto e vivo, ti benedica e ti protegga, faccia risplendere la sua luce sul tuo volto e ti dia pace. Amen

Per chi segue la Veglia Pasquale alla TV o in streaming

Prima dell'inizio della Veglia si consiglia di avere una breve condivisione in famiglia aiutati da semplici domande quali: «Come stiamo? Come stiamo vivendo questo tempo difficile? In chi e dove riconosciamo oggi la presenza del Signore Risorto?».

Quando comincia la trasmissione della Veglia Pasquale si spengono le luci in casa; ciascuno può avere in mano una candela; all'accensione del cero si accende anche la propria candela. Si accende una candela che rimane accesa accanto al Libro dei Vangeli e un secondo lume verrà posto sul davanzale di casa a indicare il Signore risorto che passa per le case e illumina con la sua risurrezione la vita degli uomini.

Le candele si possono riaccendere al momento della professione di fede (dopo l'omelia).

Si seguono le letture che si possono trovare facilmente online al link: <https://www.chiesacattolica.it/liturgia-del-giorno/?data-liturgia=20200412>

Al momento dello scambio della pace, anche se in chiesa non avviene questo segno, in famiglia ci si può scambiare un segno di pace.

Dopo la benedizione finale

Si conclude tracciando, reciprocamente, il segno di croce sulla fronte, dicendo:

Il Signore Gesù, risorto e vivo, ti benedica e ti protegga, faccia risplendere la sua luce sul tuo volto e ti dia pace. Amen