



Puoi amare
chi non conosci?

QUALCHE SUGGERIMENTO PERCHÉ LA LETTURA MEDITATA DEL VANGELO SIA FRUTTUOSA:

- **Invoca Lo Spirito Santo**, invocalo di cuore, invocalo con desiderio, sapendo che non è un'energia impersonale, ma è Dio. Egli tutto vede, tutto ascolta ed è datore di vita. Se lo **Spirito Santo** non illumina, il Vangelo rimane lettera morta per cui invocalo!

- **Leggi e medita la Parola di Dio con vero desiderio di incontrare il Signore.**

Senza un reale desiderio di conoscere **Dio come Bellezza che salva**, non potrai permettere alla Parola di Dio di parlarti.

- **Allontana da te ogni menzogna, rinuncia a vivere una vita doppia, rinuncia all'ipocrisia, alla furbi- zia, cerca di essere una persona amante della verità, disposta a pagare per la verità, a vivere da persona sincera, senza mai disgiungere la verità dalla carità.**

La Parola di Dio ti conduce a **Dio che è Verità**, se nella tua vita sei attaccato alla menzogna, potrai comprendere ciò che leggi al massimo ad un livello letterale, non a quello spirituale.

- **Sii paziente e umile nella vita di tutti i giorni e mentre leggi la Sacra Scrittura.**

Se mediterai la Bibbia senza **umiltà**, traviserai tutto. L'umiltà si manifesterà nel chiedere a Dio luce, nel renderGli grazie per ciò che ti vorrà concedere, nel non pretendere di capire tutto e subito, ma nel continuare a leggere con **COSTANZA**, e quando qualche cosa non riuscirai a comprenderla, non fa nulla, aspetta umilmente e senza pretese, accetta che Dio ti illumi quando lui vorrà.

L'umiltà si manifesta anche nel diffidare di se stessi ossia di non pensare di poter da soli comprendere tutto senza cadere nell'errore. **Fidati della Chiesa del suo patrimonio spirituale, dei santi che ha generato nei secoli**, appoggiati ad essa per

essere aiutato ad interpretare i testi, nello specifico puoi chiedere aiuto ad un sacerdote o a qualche altra persona esperta.

- **Nel leggere il Vangelo, metti da parte tutti i dubbi**

(li potrai affrontare in un secondo momento ossia prima leggi tutto il Vangelo e meditalo senza farti frenare dai dubbi, quando avrai finito potrai affrontarli).

- Finito di leggere e meditare in spirito di preghiera tutto il Vangelo, **domandati: “ma se le cose stanno realmente così, il Vangelo cosa dice alla mia vita? Cambia il mio modo di vedere la realtà?”** Se la risposta è che non ti cambia nulla, puoi anche smettere di cercare il Dio di Gesù Cristo, sarebbe una perdita di tempo investire su di una cosa che non ti reca alcun giovamento, ma se invece senti che il tuo modo di vivere viene arricchito, allora continua a cercare Dio e i dubbi che sono sorti cerca di affrontarli con lo studio, l'umiltà, la preghiera e il confronto.

- **Leggi senza fretta dall'inizio alla fine tutti e 4 i Vangeli.**

Leggi poco, ma soffermati molto su ogni parte, basta **leggere un solo paragrafo (giornalmente) e domandati:**

“ Cosa mi invita a credere, cosa mi invita a sperare, cosa mi invita a fare?” Vedi quali pensieri e sentimenti la lettura del Vangelo ti suscita e parti da lì per dialogare con Dio che è sempre presente. **Noi non siamo sempre con Lui, ma Lui è sempre con noi.**

• Ogni volta che mediti un capitolo del Vangelo,
cerca di vivere questi 3 momenti:

1) Cerca di **capire cosa letteralmente il testo dice**

(non è scontato capire il senso letterale senza ingannarsi), magari puoi farti aiutare da un commentario.

2) Usando la forza dell'immaginazione **cerca di ricreare nella tua mente ciò che hai letto** del Vangelo o se non è ricreabile perché sono ad esempio delle massime, soffermati su di esse e vedi che sentimenti sorgono nel tuo cuore. Soffermati soprattutto su quelli di lode, di ringraziamento, di ammirazione per il Signore Gesù, vero Dio e vero uomo. Se invece senti dei sentimenti negativi, delle resistenze, cerca di risalire alle cause.

3) Se durante la lettura del testo, senti il desiderio di praticare determinate virtù che hai percepito essere belle e di seguire il Signore Gesù, perché ne hai colto la bellezza, **formula un proposito**, ossia deciditi su cosa puoi fare concretamente nel tuo futuro per vivere secondo quanto hai scoperto leggendo il Vangelo e chiedi aiuto al Signore per realizzare il tuo proposito.

• **Affidati alla Madonna**, colei che generò il Figlio di Dio per opera dello Spirito Santo, lo genererà in te sempre per opera dello Spirito Santo se glielo chiederai. Buona pratica è la recita quotidiana del Rosario da accompagnare (anche in momenti differenti) alla meditazione quotidiana del Vangelo.

Buona lettura, anzi buon cammino verso Dio



Per una spiegazione di quanto scritto, puoi visionare il video "Puoi amare chi non conosci? Come meditare il Vangelo" sul mio canale **YOUTUBE "Fede pensata, Fede amata e Fede vissuta"**