G.A.M. Gioventù Ardente Mariana

MARIA SEDUTA AI PIEDI DI GESÙ ASCOLTAVA LA SUA PAROLA

20 luglio 2025

XVI domenica del Tempo ordinario

CENACOLO GAM

A Gesù

per Maria

Ave, Mamma, piena di grazia,
Madre di Dio e della Chiesa

INVOCAZIONE ALLO SPIRITO SANTO

La speranza non delude,
perché l'amore di Dio
è stato riversato
nei nostri cuori
per mezzo dello Spirito Santo
che ci è stato dato (Rm 5).

Lo Spirito Santo è l'amore tra il Padre e il Figlio ed è l'amore che Dio ha per noi. - Servo di Dio don Carlo De Ambrogio -

Lettura corale

1 Vieni, Santo Spirito,
manda a noi dal cielo
un raggio della tua luce.
Vieni, padre dei poveri,
vieni, datore dei doni,
vieni, luce dei cuori.

2 Consolatore perfetto
ospite dolce dell'anima,
dolcissimo sollievo.
Nella fatica, riposo,
nella calura, riparo,
nel pianto, conforto.

3 O luce beatissima,
invadi nell'intimo
il cuore dei tuoi fedeli.
Senza la tua forza,
nulla è nell'uomo,
nulla senza colpa.

4 Lava ciò che è sordido,
bagna ciò che è arido,
sana ciò che sanguina.
Piega ciò che è rigido,
scalda ciò che è gelido,
drizza ciò che è sviato.

5 Dona ai tuoi fedeli
che solo in te confidano
i tuoi santi doni.
Dona virtù e premio,
dona morte santa,
dona gioia eterna. Amen.

MARIA SEDUTA AI PIEDI DI GESÙ ASCOLTAVA LA SUA PAROLA

Rosario e Parola di Dio
dal Vangelo secondo Luca 10,38-42

Contempliamo Gesù che va Betania ed entra nella casa dei suoi amici Marta, Maria e Lazzaro.

Padre nostro...

1ª AVE MARIA

Mentre erano in cammino, Gesù entrò in un villaggio.
Gesù e i suoi discepoli sono in cammino verso il villaggio di Betania, che significa casa della povertà. Marta, Maria e Lazzaro che accolgono Gesù sono una famiglia ricca, ma che si è spiritualmente impoverita di sé stessa come piace a Gesù; sono umili di cuore, quelli che dimenticano sé stessi. Gesù entra volentieri quando trova una famiglia, una comunità che è povera in spirito ed è casa di umiltà.
Ave, o Maria...

Clicca sulle parole del canto per ascoltarlo

Canto: Se come Maria la Parola accoglierai,
un fiume d'acqua viva sempre ti disseterà.
Il Padre ti amerà, nella gioia tu sarai,
e l'eterna Primavera nel tuo cuore sboccerà.

2ª AVE MARIA

Una donna, di nome Marta, lo ospitò.
Marta invita Gesù a entrare in casa, gli offre ospitalità, gli prepara tutta l'accoglienza. Anche noi siamo invitati ad accogliere Gesù nella nostra casa, nel nostro cuore. Per accogliere Gesù bisogna mettere tutto a posto, abbellire e preparare questa accoglienza. Come si fa ad accogliere Gesù? Disponendo il nostro cuore all'ascolto. Conoscendo la sua Parola, riempiendoci di lui.
Ave, o Maria... - Canto

3ª AVE MARIA

Ella aveva una sorella, di nome Maria.
Occorre considerare le persone più vicine, come sorelle e fratelli perché siamo figli dello stesso Padre che è nei cieli. E considerarle come persona perché noi siamo un essere-per-l'altro, cioè alterità: unicità e alterità. Come ci si deve comportare per sentire gli altri fratelli e sorelle? Facendo attenzione e amando la persona più vicina, quella che il Signore ci mette accanto; basta guardarla con amore e avvolgerla di preghiera. Modello delle nostre relazioni umane sono le relazioni che intercorrono fra le Tre Persone divine: ognuno è un puro essere per l'altro.
Ave, o Maria... - Canto

4ª AVE MARIA

Maria, seduta ai piedi del Signore.
Sedersi ai piedi è l'atteggiamento del discepolo che si mette in ascolto. Quando una persona ama, vorrebbe stare sempre con la persona amata e allora questo sedersi ai piedi della persona amata diventa un gesto di amore. Sedersi ai piedi di Gesù per essere tutto ascolto, attenzione e contemplazione. *Ave, o Maria... - Canto*

5ª AVE MARIA

Ascoltava la sua parola.
Ognuno di noi dovrebbe essere un'anima di puro, purissimo ascolto. L'attenzione cos'è? Ascoltare l'altro, guardare l'altro, che in questo caso vuol dire in fondo fare attenzione a Gesù. *"Qualunque cosa avrete fatto a uno dei miei fratelli più piccoli è a me che l'avete fatto".* Non è facile mettersi in ascolto degli altri, perché è istintivo ascoltare se stessi. È

importante ascoltare la Parola di Gesù, inciderla nell'anima per poterla ritrasmettere; ecco il discepolato: ascoltare la Parola per ritrasmetterla. Questo è stato il programma della Vergine Maria che è stata l'anima più in ascolto.
Ave, o Maria... - Canto

6ª AVE MARIA

Marta invece era distolta per i molti servizi.
Marta si prodigava molto. Ma aveva un guaio, che si lasciava catturare dai servizi; invece di dominare le cose, ne era dominata, talmente dominata che a un certo momento diventa nevrotica. Quando subentra la nevrosi non si riesce più a padroneggiare le cose e le cose non ci lasciano più stare. L'episodio insegna come l'uomo non deve perdersi nel puro attivismo. Deve avere dei tempi dedicati al raccoglimento, all'unione con Dio, per attingere nuove forze per il servizio degli uomini.
Ave, o Maria... - Canto

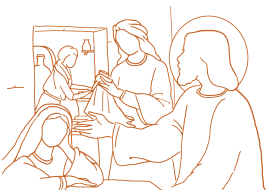
7ª AVE MARIA

Allora si fece avanti e disse: «Signore, non t'importa nulla che mia sorella mi abbia lasciata sola a servire? Dille dunque che mi aiuti».
A un certo momento Marta rompe il silenzio di amore tra Maria e Gesù: *Signore, non t'importa nulla che mia sorella mi abbia lasciata sola?* È un rimprovero che prima fa a Gesù e poi alla sorella. *Mi ha lasciata sola.* Quando siamo dominati dalle cose sentiamo la solitudine; quando si è in ascolto della Parola di Dio allora ci si sente solidali, in comunione fraterna con tutti. Quando il lavoro ci domina così tanto da esaurirci, si sente la solitudine del cuore ed è il momento in cui si è vulnerabili a tutto.
Ave, o Maria... - Canto

8ª AVE MARIA

Ma il Signore le rispose: «Marta, Marta, tu ti affanni e ti agiti per molte cose.

Il fatto di ripetere il nome, nella lingua di Gesù, è indice di tenerezza: *Marta, Marta!* Gesù amava Marta, amava Maria e amava Lazzaro. "Simone, Simone; Gerusalemme, Gerusalemme...". *Tu ti affanni e ti agiti per molte cose:* Marta è stressata perché si preoccupa. Le parole che Gesù rivolge a Marta sono un invito a non lasciarsi irretire da un'attività falsa, eccessiva e frettolosa, che ignora o raccorcia i tempi della preghiera, che impedisce di ascoltare la voce di Dio che ci parla nel silenzio.



Ave, o Maria... - Canto

9ª AVE MARIA

Di una cosa sola c'è bisogno.

Proprio perché la vita significa essere in cammino, l'uomo deve inserirvi di tanto in tanto delle pause, dei momenti di silenzio, di rifornimento, di contatto con il soprannaturale e delle tregue, allo scopo di riprendere il cammino con più slancio e rapidità. Qual è l'unica cosa di cui c'è bisogno? Ascoltare Gesù. Perché la Parola di Gesù è vita, è Parola che illumina, è Parola che crea, è Parola che vi apre orizzonti, che vi dà pace, che vi dà gioia.

Ave, o Maria... - Canto

10ª AVE MARIA

Maria ha scelto la parte migliore, che non le sarà tolta».

La parte migliore è ascoltare Gesù, è dirgli: *Parla Signore, che ti ascolto.* Quando Gesù parla, l'unica occupazione è ascoltarlo: allora il servizio reso è più bello, diventa un servizio che non assorbe, ma diventa un vero servizio. *La parte migliore non le sarà tolta:* Dio non gliela toglierà mai, anzi continuerà di là, in Paradiso. La parte migliore è l'ascolto della Parola di Gesù per ritrasmetterla.

Ave, o Maria... - Canto - Gloria.

LA PAROLA DI DIO MI INTERROGA

- Come mi preparo a ricevere Gesù nell'Eucaristia e nei Sacramenti?
- Mi lascio assorbire e dominare dal lavoro e dall'attività?
- Trovo dei tempi dedicati al silenzio, per rimanere seduto ai piedi di Gesù, in ascolto-contemplazione del Maestro, per rigenerare la mia anima?
- Come discepolo-missionario, mi impegno a testimoniare e ritrasmettere la Parola ascoltata?

SALMO 14
CHI È DEGNO DI STARE DAVANTI AL SIGNORE?

SPUNTO DI MEDITAZIONE

Voi vi siete accostati al monte di Sion, alla città del Dio vivente (Ebrei 12,22).

Clicca sulle parole del canto per ascoltarlo

CANTO Chi abiterà nella tua tenda?
Chi dimorerà sul monte santo?
Colui che cammina, Signore, senza colpa.
Una donna Vergin fu la tenda
fu la Madre tutta del Signore.
Aveva il cuore puro: era l'Immacolata.

TESTO DEL SALMO

Signore, chi abiterà nella tua tenda?
Chi dimorerà sul tuo santo monte?
Colui che cammina senza colpa,
agisce con giustizia e parla lealmente,
non dice calunnia con la lingua,
non fa danno al suo prossimo
e non lancia insulto al suo vicino. *(Canto) - selà -*
Ai suoi occhi è spregevole il malvagio,
ma onora chi teme il Signore.
Anche se giura a suo danno, non cambia;
presta denaro senza fare usura,
e non accetta doni contro l'innocente.
Colui che agisce in questo modo
resterà saldo per sempre. *(Canto) - selà -*

DOSSOLOGIA

Gloria al Padre e al Figlio e allo Spirito Santo...

LETTURA CON ISRAELE

* Il salmo 14 è un salmo di pellegrinaggio. I Giudei di Palestina «salivano a Gerusalemme» almeno una volta all'anno. Tali pellegrinaggi ritmavano la vita di Gesù: era l'avvenimento dell'anno. Arrivando a Gerusalemme, la prima visita era al Tempio. Il salmo 14 faceva parte della catechesi alle porte. La domanda rituale dei pellegrini era: «Chi può entrare nella casa del Signore?». I leviti davano la risposta con un decalogo di semplici norme umane.
* Ecco il piccolo Decalogo dell'ospite di Dio. Lo si potrebbe anche intitolare: «Il cammino che conduce a Dio»:
  1° Fare il bene «camminare senza colpa»
  2° Essere giusto «agire con giustizia»
  3° Dire la verità «parlare lealmente»

4° Essere riguardoso «non fare danno al prossimo»
5° Essere rispettoso «non lanciare insulti»
6° Discernere i valori divini «onorare chi teme il Signore»
7° Fuggire le cattive compagnie «i malvagi»
8° Essere fedele alla parola data «anche se giura a suo danno»
9° Non idolatrare i soldi «se presta denaro, non fa usura»
10° Non lasciarsi corrompere «non accettare bustarelle».

- Canto -

LETTURA CON GESÙ

* *«Signore, chi abiterà nella tua tenda?».* Un giorno ci fu chi pose a Gesù una domanda equivalente: «Maestro, che devo fare per entrare nella vita eterna?». E Gesù rispose: «Tu conosci i comandamenti: Non uccidere, non commettere adulterio, non dire falsa testimonianza, non frodare, onora tuo padre e tua madre» (Marco 10,17.19). Ciò che ci prepara a incontrare Dio è il rispettare la nostra natura umana, creata da Dio.
* Nelle prescrizioni concrete del Vangelo, si trova spesso l'eco di questo salmo 14: «Cercate anzitutto il Regno di Dio e la sua giustizia» (Matteo 6,33) - «Il vostro linguaggio sia sì quando è sì, no quando è no» (Matteo 5,37) - «Voi non potete servire Dio e il denaro» (Matteo 6,24). *- Canto -*

LETTURA GAM, OGGI

* Giovane Gam, ti accorgi pregando questo salmo 14 dell'importanza che assumono i peccati che toccano le relazioni interpersonali e il denaro? Occorre dominare le nostre parole e le nostre finanze... è qui il luogo decisivo per sapere se si ama il prossimo veramente.
* Come cambierebbe la terra se tutti gli uomini conformassero la loro vita alle esigenze di questo salmo di istruzione!
* Se agissero «con giustizia» nelle relazioni politiche, economiche, sociali e vegliassero a un'equa ripartizione dei beni della terra;
* Se amassero «la verità», la ricercassero, la difendessero, la rispettassero nei processi, nella stampa, nelle conversazioni quotidiane;
* Se mettessero «un freno alla loro lingua»;
* Se non facessero «torti» ai loro fratelli, rispettando il diritto alla vita, alla libertà di opinione, all'eguaglianza razziale;
* Se mantenessero «fede alla parola data» nel matrimonio, nel sacerdozio o nella vita religiosa e consacrata, negli impegni per Dio e nelle promesse fatte a Dio, nei contratti sociali e nei trattati di pace! *- Canto -*

LA PAGINA DEI BUCANEVE

IL VANGELO PER I RAGAZZI

IL VANGELO DELLA DOMENICA • Lc 10, 38-42 •

Cosa mi insegna il Vangelo

Marta e Maria dimostrano il loro amore per Gesù in modo diverso: la prima facendo tante cose e l'altra, stando con lui e ascoltandolo. Entrambe fanno cose buone.

Maria, stando ai piedi di Gesù: rappresenta la preghiera e l'ascolto della sua Parola.

Marta, invece nel darsi da fare per gli altri, lo spirito di servizio e l'aiuto.

Ti piace il linguaggio in codice? Traducilo e scopri la bellissima frase-chiave di Gesù.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
A	B	C	D	E	F	G	H	I	L	M	N

13	14	15	16	17	18	19	20	21
O	P	Q	R	S	T	U	V	Z

11 1 16 9 1 8 1

17 3 5 10 18 13 10 1

14 1 16 18 5

11 9 7 10 9 13 16 5

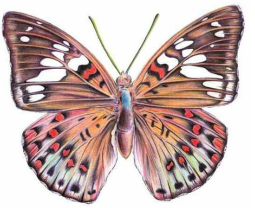
3 8 5 12 13 12

10 5 17 1 16 1

18 13 10 18 1

Un racconto per te
LA PREGHIERA È L'ONNIPOTENZA DI DIO MESSA NELLE NOSTRE MANI

Maggio, un prato pieno di fiori, vicino ad un cimitero. Una fanciulla sta giocando. Ci sono tante farfalle. È riuscita a prenderne una. La stringe per un'ala. Poi pensa: *«Chissà come sarà feleice questa farfalla se la lascio volare libera, nel sole».* Apre le sue dita, pollice e indice... e quella vola via felice...



Guarda i polpastrelli: c'è ancora la polvere d'oro delle ali della farfalla. Poi pensa: *«Qui accanto c'è un cimitero. Quante anime attendono di essere liberate per volare subito nella gioia eterna di Dio».*

La fanciulla decide di pregare per loro. La preghiera è l'onnipotenza di Dio messa nelle nostre mani.

Da grande, questa fanciulla fonderà una Congregazione di suore, le Ausiliatrici delle anime del Purgatorio.

Racconta: Quando ero in Collegio c'era l'usanza che solo le bambine vestite dell'abito bianco della Comunione potessero partecipare nei primi banchi alle funzioni che si svolgevano solenni. E un giorno Eugenia, appena rientrata da casa, si accorse che non aveva l'abito bianco, per cui sarebbe stata relegata in fondo alla chiesa, non avrebbe potuto seguire bene, come desiderava, quella celebrazione. Dopo le preghiere della sera, mentre saliva in dormitorio, fece questa richiesta: *"Signore, procurami l'abito bianco della Comunione".*

La sua casa era distante molti chilometri, ma essa fiduciosamente rivolse al Signore questa preghiera. Entrò in dormitorio, vide che alcune compagne sue sul copriletto avevano già il loro abito bianco steso, arrivò al suo posto e trovò che meravigliosamente e misteriosamente il suo Angelo Custode era andato a casa, l'aveva tirato fuori dal guardaroba e gliel'aveva portato. Ecco lì.

Da allora ripeteva sempre: *"Ottenevo tutto ciò che volevo",* tanto che la definiranno: *"la bambina viziata del Cuore di Gesù".*

Tu sei Pietro e su questa pietra edificherò la mia chiesa

La parola di Papa Leone XIV

Giubileo delle famiglie, dei bambini e dei nonni

Come tu, Padre, sei in me e io in te, siano anch'essi in noi una cosa sola

Tutti noi viviamo grazie a una relazione, cioè a un legame libero e liberante di umanità e di cura vicendevole.

È vero, a volte questa umanità viene tradita. Ad esempio, ogni volta che s'invoca la libertà non per donare la vita, bensì per toglierla, non per soccorrere, ma per offendere. Tuttavia, anche davanti al male, che contrappone e uccide, Gesù continua a pregare il Padre per noi, e la sua preghiera agisce come un balsamo sulle nostre ferite, diventando per tutti annuncio di perdono e di riconciliazione.

Tale preghiera del Signore dà senso pieno ai momenti luminosi del nostro volerci bene, come genitori, nonni, figli e figlie. Ed è questo che vogliamo annunciare al mondo: siamo qui per essere "uno" come il Signore ci vuole "uno", nelle nostre famiglie e là dove viviamo, lavoriamo e studiamo: diversi, eppure uno, tanti, eppure uno, sempre, in ogni circostanza e in ogni età della vita.

Carissimi, se ci amiamo così, sul fondamento di Cristo, che è *«l'alfa e l'omega», «il principio e la fine»* (cfr Ap 22,13), saremo segno di pace per tutti, nella società e nel mondo. E non dimentichiamo: dalle famiglie viene generato il futuro dei popoli.

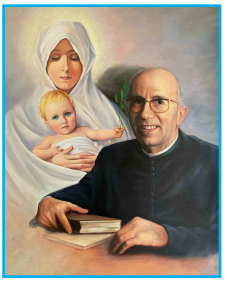
Negli ultimi decenni abbiamo ricevuto un segno che dà gioia e al tempo stesso fa riflettere: mi riferisco al fatto che sono stati proclamati Beati e Santi dei coniugi, e non separatamente, ma insieme, in quanto coppie di sposi. Penso a Louis e Zélie Martin, i genitori di Santa Teresa di Gesù Bambino; come pure i Beati Luigi e Maria Beltrame Quattrocchi, la cui vita familiare si è svolta a Roma nel secolo scorso. E non dimentichiamo la famiglia polacca Ulma: genitori e bambini uniti nell'amore e nel martirio.

Dicevo che si tratta di un segno che fa pensare. Sì, additando come testimoni esemplari degli sposi, la Chiesa ci dice che il mondo di oggi ha bisogno dell'alleanza coniugale per conoscere e accogliere l'amore di Dio e superare, con la sua forza che unifica e riconcilia, le forze che disgregano le relazioni e le società.

IL SERVO DI DIO DON CARLO DE AMBROGIO

UNA LAMPADA CHE ARDE E CHE SPLENDE

ALLORA MI DEVO PREPARARE



Con i malati don Carlo aveva delle attenzioni uniche perché sottolineava come nel Vangelo emergeva la predilezione di Gesù per loro e come fosse urgente portar loro l'annuncio dell'amore del Padre in un'ora in cui è così facile piombare nello sconforto e nell'abbandono. *«Per chi soffre* - diceva - *la sua sofferenza è sempre eccezionale; la carità deve perciò prepararci ad accogliere continuamente lo stesso dolore e non dire all'altro che fa troppo la vittima, che si rende noioso, che ci secca con le sue eterne lamentele».*

Più volte, quando poteva, faceva visita a persone malate e si offriva a vegliare di notte dei confratelli gravemente malati. Un giorno uno di questi gli chiese la verità sul suo stato di salute. Don Carlo gli si sedette accanto e cercò di dilazionare la risposta attendendo l'ultimo referto medico. Ma il Sacerdote insisteva. Allora gli suggerì di aprire il Vangelo di san Giovanni per ricevere da Gesù stesso la risposta. Aperto il Vangelino l'occhio cadde proprio sulla frase di Gesù: «Io vado al Padre» (Gv 16,10).

Il Sacerdote comprese, posò il Vangelo. Qualche lacrima rigò il suo volto e dopo qualche istante di silenzio mormorò: «Allora mi devo preparare...». Don Carlo gli rimase vicino parlandogli della gioia del Cielo che l'attendeva. Qualche tempo dopo quel Sacerdote si spense sereno, con il vivo desiderio di tornare a Casa.

CONSACRAZIONE ALLA MAMMA CELESTE

Ave Mamma, piena di grazia,
Madre di Dio e della Chiesa,
noi ci consacriamo
al tuo Cuore Immacolato e addolorato.
Tienici sempre amorosamente per mano.

Edizione digitale su testi del Servo di Dio don Carlo De Ambrogio (1921-1979) a cura delle Figlie della Madre di Gesù del Movimento G.A.M. - Todocco - www.gamfmgtodocco.it