

## Intorno a noi

### Diocesi di Gaeta "Di te ha sete l'anima mia" Vademecum per la preghiera (sesta parte)

#### La meditazione "cristiana" e altri tipi di orazione

Non si può non iniziare con un accenno all'**Adorazione eucaristica**, una preghiera molto diffusa nelle nostre comunità parrocchiali, ma che forse richiede la riscoperta della sua natura per viverla con autenticità.

Il termine **adorare** (dal Latino ad più orare) è composto da una preposizione che indica moto a luogo, ad, e dal verbo orare (pregare) il quale però, nella sua radice, contiene il termine os - oris, cioè bocca. Quindi la traduzione letterale **alla preghiera** si può tradurre anche con l'espressione **alla bocca**. Questo dice la natura profonda dell'Adorazione: è un bacio, dove nel silenzio dice un'infinità di cose; dove c'è scambio di sentimenti, di amicizia, di amore, di sguardi eloquenti, di profonda e intensa complicità. Ma il termine adorare dice anche un andare verso la bocca di qualcuno per ascoltarlo, come mettere il mio orecchio alla bocca di Gesù Eucaristia, per ascoltarne i sussurri.

Da tale interpretazione nasce la comprensione di questa preghiera: anche quando è comunitaria esige silenzio; si svolge in un clima di silenzio, richiede una Chiesa unita dall'orecchio attento che come popolo si mette in

ascolto del suo Signore! E questo ascolto è dinamico e mai passivo, un ascoltare che mette in moto la Chiesa rinnovata e trasformata perché rigenerata dall'Amore. Ecco che l'Adorazione diventa preghiera contemplativa (o orazione) alla quale ben si adatta la definizione che ne dà il Catechismo della Chiesa Cattolica «La preghiera contemplativa è silenzio, «simbolo del mondo futuro» o «silenzioso amore». Nella preghiera contemplativa le parole non sono discorsi, ma come ramoscelli che alimentano il fuoco dell'amore. È in questo silenzio, insopportabile all'uomo «esteriore», che il Padre ci dice il suo Verbo incarnato, sofferente, morto e risorto, e che lo Spirito filiale ci fa partecipare alla preghiera di Gesù»

«I **metodi** di meditazione sono tanti quanti i maestri spirituali. Un cristiano deve meditare regolarmente, altrimenti rassomiglia ai tre primi terreni della parabola del seminatore. Ma un metodo non è che una guida; l'importante è avanzare, con lo Spirito Santo, sul l'unica via della preghiera: Cristo Gesù». Di seguito vengono proposti quattro metodi di preghiera più strutturati, da usare solo tanto quanto ci aiutano a entrare e progredire nella preghiera.

(segue)

# Notiziario

della Confraternita del SS. Rosario di Gaeta



Anno XXIX - N. 4 - Dicembre 2025

#### *Carissimi Associati e Benefattori,*

il Natale ci invita ogni anno a contemplare il mistero più grande: l'Eterno che entra nel tempo, il Creatore che si fa creatura. È la logica disarmante di un Dio che non sceglie la potenza, ma la piccolezza; che si manifesta nella fragilità di un neonato per ricordarci quanto sia preziosa la nostra umanità. In quel Bambino deposto nella mangiatoia scopriamo che Dio non si è limitato a guardarci dall'alto, ma ha voluto condividere fino in fondo la nostra condizione. Ha conosciuto la fatica del crescere, le gioie e le ferite delle relazioni, perfino il mistero della sofferenza e della morte.

Gesù non è venuto per cancellare la nostra umanità, ma per mostrarci come viverla in pienezza. In Lui l'uomo riscopre se stesso, comprende di essere immagine viva del Dio invisibile, chiamato a lasciarsi illuminare dalla Sua presenza e a vivere il comandamento nuovo dell'amore.



Oggi più che mai sentiamo il bisogno di ritrovare questa vocazione alla pienezza umana. Viviamo in un mondo che spesso ci spinge a nascondere la nostra fragilità, cercando rifugio in illusioni virtuali o in un individualismo che ci isola. Eppure è proprio nella nostra umanità condivisa che Dio si rivela: non altrove, non in un altrove astratto, ma nella concretezza della vita quotidiana, nella trama delle nostre relazioni, nei gesti di accoglienza, di cura e di perdono.

Il presepe, semplice e silenzioso, ci ricorda che Dio è vicino, che abita nelle nostre povertà e nelle nostre speranze. Anche quando il mondo sembra ferito — tra guerre, divisioni sociali e arroganze che minacciano il futuro del pianeta — il Bambino di Betlemme continua a dirci che Dio non ha smesso di credere nell'uomo. Al contrario, continua a scommettere su di noi, chiamandoci a riconoscerci fratelli e sorelle, a custodire insieme la vita e il creato.

Accogliamo allora il Bambino Gesù che anche quest'anno bussa dolcemente al cuore di ciascuno di noi. Non lasciamoci vincere dalla rassegnazione o dal disincanto, ma lasciamoci trasformare dalla grazia di questo Natale. Diventiamo portatori di quella "rivoluzione della tenebrezza" di cui il nostro tempo ha un bisogno urgente: una tenerezza che nasce da Dio e che passa attraverso le nostre mani, i nostri sguardi, le nostre parole.

A tutti voi e alle vostre famiglie auguro un

*Santo Natale  
colmo di pace e di speranza.*

Renato Satriano Priore

## Vita Associativa

CHIESA DEL ROSARIO

### CELEBRAZIONE EUCARISTICA NATALIZIA

LUNEDÌ 29 DICEMBRE 2025

Ore 17,00 - Preghiera comunitaria del Rosario

Ore 17,30 - Celebrazione Eucaristica

Continua la raccolta fondi a favore dei lavori di rifacimento del lastrico solare della nostra Chiesa del Rosario, eseguiti nel mese di ottobre del 2024. L'intervento è costato € 17.000,00 totalmente a carico della Confraternita. Faccio appello pertanto a quanti hanno a cuore la Chiesa e la Madonna del Rosario ivi custodita invitandovi ad aderire in modo generoso all'iniziativa:

*UN CONTRIBUTO PER SOSTENERE LE SPESE DI MANUTENZIONE STRAORDINARIA DELLA CHIESA DEL ROSARIO*

Le offerte possono essere versate sul conto corrente postale n. 12427043 o conto corrente bancario: Unicredit Ag. Gaeta, c.so Cavour 24, IBAN: IT 79 H 02008 73990 000400324735, o ai responsabili dell'Associazione che rilasceranno regolare ricevuta. L'Ufficio Amministrativo è sito presso la Cattedrale di S. Erasmo e precisamente nella sala esterna posta sul lato sinistro della facciata, aperto al pubblico il mercoledì ore 17,00 - 18,30 ed il sabato ore 11,00 - 12,00.



### NELLA PACE DEL SIGNORE

Francesco Caridi  
Claudio Madonna  
Antonio Padula

iscritto nel 2017 + 17.12.2024  
iscritto nel 2002 + 02.06.2025  
iscritto nel 2006 + 05.06.2025

## Intorno a noi

*Il nostro Giubileo Diocesano  
Basilica Cattedrale - 18 settembre 2025*

