



CONTEMPORANIZZAZIONE



*Tenebre
e Luce*



Dal cuore del Monastero *Luce e Tenebre*

Pagina 3

La parola alla Madre

Gesù: Dio abita le nostre tenebre

Pagina 8

RespiriAMO la Parola

Il popolo vide una grande luce...

Pagina 10

Il Simbolo

La luce

Pagina 11

Clausura Live

Tenebre che diventano Luce: uno sguardo dal chiostro monastico.

Pagina 15

Clarisse Eremite's Friends

**SAVE THE DATES!
Contatti e News**

Pagina 16

Buon Natale!



Gesù: Dio abita le nostre tenebre



*«Signore,
tu dai luce alla mia lampada;
il mio Dio rischiara
le mie tenebre»
(Sal 18,29)*

Carissimi amici,

l'Anno Liturgico ci conduce ancora una volta verso la Notte Santa, dove la luce del Verbo eterno entra nella nostra storia come un bambino che nasce. È un mistero che ogni anno ci sorprende, perché rinnova ciò che è al centro della rivelazione: l'incontro tra la luce e le tenebre, tra la presenza di Dio e la nostra fragilità. Tutto parla di un Dio che non entra nel mondo con forza, ma con il respiro di un bambino.

Il Natale ci raggiunge così come una luce che non fa rumore: non irrompe con clamore, non cancella d'un colpo le ombre, ma le attraversa. È una luce fedele, che resta accesa anche quando le tenebre sembrano avere l'ultima parola.

Parlare di luce e di tenebre non significa contrapporre semplicemente il bene e il male, il chiaro e lo scuro. Le tenebre, nella Scrittura, sono spesso il luogo dell'attesa, del silenzio, del grembo. È nella notte che Dio sceglie di farsi vicino, di prendere carne, di abitare le fragilità dell'uomo.

Anche le nostre vite conoscono zone d'ombra: domande senza risposta, fatiche quotidiane, paure che si affacciano, stanchezze che si accumulano. Eppure il salmo ci consegna una promessa semplice e potente: il Signore rischiara le mie tenebre. Non le nega, non le disprezza, ma le illumina dall'interno, un passo alla volta.

La luce che celebriamo a Natale ha un volto: è Cristo, luce mite e perseverante. Non abbaglia, ma accompagna; non giudica, ma orienta; non brucia, ma riscalda. È la fedeltà di Dio che non viene meno quando l'uomo vacilla e che rimane accesa anche quando la notte si prolunga più del previsto. Proprio per questo è una luce vera, capace di aiutare a riconoscere l'essenziale, a ritrovare la strada e a scorgere il bene possibile anche quando tutto sembra confuso.

Anche oggi, forse più che mai, sentiamo parlare di tenebre. Tenebre che attraversano il mondo, segnato da conflitti, ingiustizie, povertà antiche e nuove. Tenebre che abitano le relazioni, ferite da incomprensioni, divisioni, solitudini. Tenebre che ciascuno porta dentro di sé: fragilità non risolte, domande senza risposta, fatiche che sembrano ripetersi senza tregua. Il Natale non ci chiede di negare tutto questo, né di mascherarlo con un ottimismo superficiale. Ci chiede piuttosto di guardarlo alla luce di una Presenza.





La luce che nasce a Betlemme non elimina il dolore, ma gli dona un senso nuovo. Non toglie la fatica del vivere, ma la rende attraversabile. È una luce che insegna a restare, a vegliare, a non fuggire. Come i pastori, siamo chiamati a stare nella notte, ma con il cuore desto; a custodire il silenzio, ma senza chiuderci alla voce; a riconoscere i segni piccoli, fragili, eppure decisivi.

In questo senso, le tenebre non sono solo il luogo della paura, ma anche quello dell'attesa. Nella Bibbia, la notte è spesso il tempo delle grandi visite di Dio, delle rivelazioni decisive, dei passaggi cruciali.

È nella notte che Israele esce dall'Egitto; è nella notte che Samuele ascolta la chiamata; è nella notte che il Figlio di Dio nasce; è nella notte che la risurrezione matura nel silenzio del sepolcro. Le tenebre diventano così spazio di gestazione, di promessa, di speranza nascosta.

Anche nelle nostre comunità, nelle nostre famiglie, nelle nostre storie personali, ci sono notti da attraversare. Non sempre comprendiamo ciò che viviamo; non sempre vediamo chiaramente la strada; non sempre sentiamo consolazione. Eppure il Natale ci ricorda che la luce non dipende dalla nostra capacità di capire tutto, ma dalla nostra disponibilità ad accogliere. Basta una lampada accesa per non smarrirsi del tutto.

Cristo, luce del mondo, non viene a risolvere ogni problema, ma a rivelare un modo nuovo di stare dentro la realtà. La sua luce insegna la pazienza, la perseveranza, la mitezza. Insegna a credere che il bene è possibile anche quando sembra fragile; che la verità non ha bisogno di gridare; che l'amore può nascere nei luoghi più impensati. Insegna a riconoscere l'essenziale e a lasciare cadere ciò che appesantisce il cammino.

In questo tempo di Natale desidero raggiungere ciascuno di voi condividendo una certezza semplice e profonda: nessuna tenebra è definitiva quando è abitata da Dio. Anche una luce piccola può cambiare il volto della notte; anche un gesto semplice può diventare luogo di rivelazione; anche una parola buona può aprire un varco dove tutto sembrava chiuso. Che la luce che nasce nella notte di Betlemme trovi spazio nel vostro cuore e nella vostra vita concreta, così com'è, con le sue gioie e le sue fatiche. Non abbiate timore delle ombre che talvolta attraversano il cammino: il Signore non le evita, ma le abita e le trasforma in luogo di incontro.

Auguro a ciascuno di voi di lasciarvi incontrare e illuminare, in questi giorni, dalla luce mite e fedele che il Signore accende per ciascuno: nella preghiera, nel silenzio e nell'ascolto della Parola, ma anche nella vita quotidiana, nei volti incontrati, nelle relazioni custodite e nelle fatiche offerte. Una luce che non promette scorciatoie, ma accompagna passo dopo passo, consola senza illudere e dona pace anche quando le domande restano aperte.





Che il Natale non sia solo una celebrazione, ma un orientamento nuovo del cuore, capace di custodire l'essenziale, riconoscere il bene possibile e vivere ogni giorno con fiducia rinnovata.

E mentre il mondo continua il suo cammino spesso incerto, ci accompagni questa promessa antica e sempre nuova: il Signore rischiara le nostre tenebre. Non tutte in una volta, ma quanto basta per fare il

prossimo passo. Questo è il dono del Natale. Questa è la luce che non si spegne.

Vi affido al Signore Gesù, luce vera venuta nel mondo, e vi accompagno con la mia preghiera e il mio affetto, perché possiate essere anche voi, là dove vivete, segno di luce per altri.

Buon Natale a tutti.

Madre Chiara



Il popolo vide una grande luce...

*Il popolo che camminava nelle tenebre
vide una grande luce;
su coloro che abitavano in terra tenebrosa
una luce rifulse. (Isaia 9,1)*

Quella notte sembrava essere come tutte le altre, eravamo andati a dormire, si stava stretti in quella stanza affollata, tutti i bimbi e alcuni parenti venuti per il censimento romano a Betlemme, loro patria natale. io non riuscivo a riposare, il mio cuore era inquieto, come se dovesse accadere qualcosa da un momento all'altro. Anche gli animali nella zona con la paglia respiravano pesantemente e ogni tanto emettevano dei versi di irrequietezza. Intorno alla mezzanotte decisi di alzarmi, non resistevo oltre a stare fermo e temevo di svegliare tutti. Riuscii ad avvicinarmi alla piccola finestrella, spostai un po' la tendina, c'era un grande cielo denso di stelle, ma all'improvviso mi colpì molto:



ci fu un bagliore intenso a poca distanza da noi, un po' più alla periferia di Betlemme, nella parte dove si trovano diverse mangiatoie per gli animali. Fu un attimo, si rischiarò tutto il buio della notte, mi apparvero chiaramente tutti i tetti delle altre case, poi di nuovo buio.



La quiete della notte era tornata nella sua normalità. Solo le fiammelle delle varie lanterne in ogni abitazione.

C'era ancora qualcuno in movimento, qualche forestiero ancora in cerca di alloggio, ma le locande erano già tutte stracolme.

Non sapevo di quale straordinaria notte ero stato testimone

grazie alla mia inquietudine, lo capii solo nel tempo, ma tornai a dormire con una pace che mai avevo sperimentato, come se quell'evento che doveva accadere si fosse realizzato e nulla più c'era da attendere!

Quella luce nelle tenebre aveva rischiarato anche la notte dello Spirito e nella Betlemme ignara di tutto il Salvatore era nato, la luce vera era venuta nel mondo, il Dio di Israele stava visitando il Suo popolo!

Un pio Israelita abitante di Betlemme

*Nella notte, o Dio, noi veglieremo, con le lampade.
vestiti a festa. presto arriverai e sarà giorno!*



IL SIMBOLO



LA LUCE

Quando guarderemo una qualsiasi luce: candela, lampada, sole, stelle, ricordiamoci che c'è Qualcuno che vuole abitare le nostre tenebre e che non ha paura di venire a prenderci nel nostro buio!

Possiamo scegliere di farci irradiare dalla luce di Cristo che viene ad abitare in mezzo a noi, e possiamo essere anche noi luce di vita per gli altri!



- Quanto sono disposto a lasciare abitare Dio nelle mie parti più buie?**



- Quanto riesco ad aprirmi a relazioni vere permettendo all'altro di entrare nelle mie pieghe più intime?**



Tenebre che diventano Luce: uno sguardo dal chiostro monastico.

Clausura LIVE

Nel silenzio del nostro chiostro, quando la notte stende il suo manto sulla città e l'unica luce è quella della lampada che arde davanti al Tabernacolo, mi ritrovo a meditare sulle parole di Gesù riguardo alle **tenebre**.

Non sono – ci ricorda il Vangelo – un'ombra poetica o un'immagine drammatica, ma una realtà che inquieta il cuore dell'uomo di ogni tempo, un buio interiore che toglie orientamento. E proprio Giovanni dice di Giuda, nel momento in cui tradisce Gesù: «Ed era notte». **(Gv 13,30)**



Non parla dell'ora, ma dell'anima. Le tenebre sono anche il regno del male, che opera nel segreto. Quando rifiutiamo la verità, siamo noi stessi a scendere nel buio voltando le spalle alla luce. Ma Cristo entra nel nostro buio non per giudicare, ma per liberare.

E in un mondo che sembra illuminato da mille luci artificiali, risuonano ancora oggi con forza le parole rivolte a Nicodemo: «La luce è venuta nel mondo, ma gli uomini hanno amato più le tenebre che la luce». **(Gv 3,19)** Parole dure, ma vere. Le tenebre non sono un destino

imposto, bensì una preferenza, una volontà di sottrarsi allo sguardo di Dio per custodire ciò che preferiremmo non fosse visto. Ogni volta che scegliamo la falsità alla verità, la comodità del male alla fatica del bene, il rancore al perdono, stiamo scegliendo l'isolamento, stiamo assumendo l'atteggiamento del fratello maggiore (della parabola del figliol prodigo di **Lc 15, 11-32**) che vive alla luce del sole, ma dentro ha un cuore in ombra, colmo di rancore, perché dove manca l'amore, la vita perde colore. Ecco perché Gesù continua a metterci in guardia: chi cammina nelle tenebre non sa dove va! E quante volte lo sperimentiamo! Sì perché le tenebre non indicano solo il peccato in senso stretto, ma manifestano anche la confusione, l'angoscia del non capire il senso delle cose, lo smarrimento che ci fa sentire soli anche se siamo circondati da persone. Per non parlare di tutte quelle volte in cui vediamo con gli occhi ma non con il cuore!

Eppure Gesù è venuto affinché i ciechi vedano! E noi? E noi continuiamo a preferire la cecità ogni volta che non riconosciamo la presenza di Dio proprio quando Egli ci è più vicino: negli incontri, negli imprevisti, nei piccoli segni quotidiani che attendono di essere letti alla luce della fede.

Per non parlare della tenebra più profonda, quella che Marco annota mentre Gesù è in croce: «*Si fece buio su tutta la terra*». (**Mc 15,33**)



È l'ombra dell'apparente assenza di Dio, quella che attraversa anche la vita dei santi e talvolta la nostra. Ma proprio lì, nel punto più scuro, si prepara l'alba della Risurrezione, perché la notte non è mai l'ultima parola in quanto l'apice della predicazione di Gesù è **LA LUCE** che mai tramonta!

«Io sono la luce del mondo». (Gv 8,12)

«La luce splende nelle tenebre e le tenebre non l'hanno vinta». (Gv 1,5)

Queste parole risuonano nella nostra vita ad ogni risveglio, perché ogni nuovo giorno manifesta un nuovo tempo di salvezza fondato su Gesù che non accende una lampada ma **diventa Lui stesso luce per ciascuno di noi**. E questa luce non è conquistata, ma donata. Nel Vangelo troviamo due frasi che, lette insieme, sono un piccolo trattato di teologia:

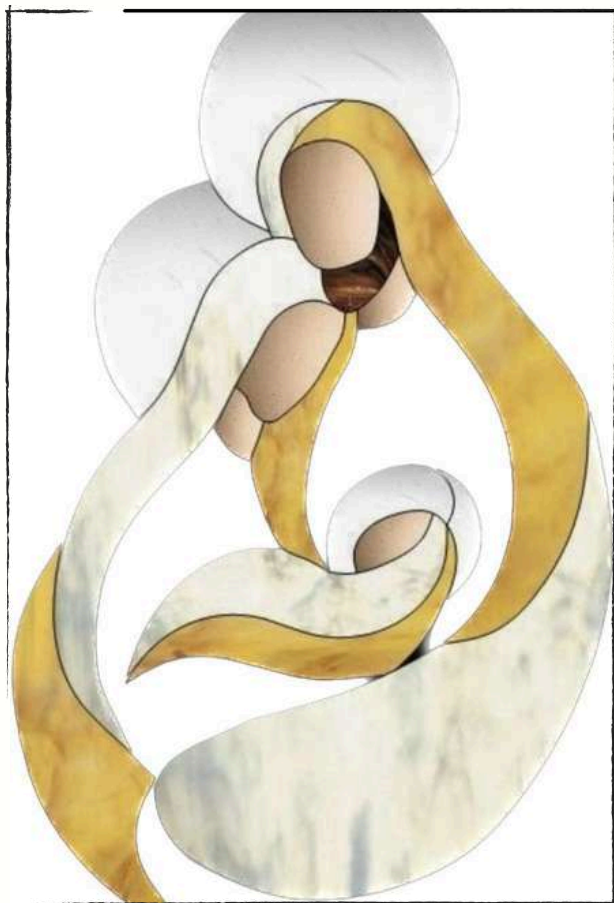
«Io sono la luce del mondo». (Gv 8,12)

«Voi siete la luce del mondo.» (Mt 5,14)

Il cristiano è come la luna: non brilla di luce propria, ma riflette la luce del Sole divino, e la luce cristiana è fatta di gesti semplici:

- una parola buona al momento giusto,
- un perdono che ricuce,
- una mano tesa,
- la verità detta con dolcezza.

Ma per riflettere la luce bisogna **stare alla fonte**: la Parola quotidiana, l'Eucaristia, il silenzio dell'adorazione, la riconciliazione. E occorre lasciarsi purificare perché ciò che nascondiamo Cristo in realtà lo vuole guarire perché siamo chiamati - come esorta San Paolo - : «Comportatevi come figli della luce». (Efesini 5,8)





Essere figli della luce significa allora scegliere la verità senza durezza, la misericordia senza debolezza, la franchezza unita alla pace.

Non è moralismo, ma **un modo di essere**, sapendo che la luce non fa rumore, ma permette di vedere. Ed è proprio così che dovrebbe essere la testimonianza del cristiano.

«CRISTO, È NOSTRA LUCE».

Da quella fiamma si accendono tutte le altre. La luce non si divide, si moltiplica, e così avviene quando un cuore illuminato illumina altri cuori.

Per questo forse oggi ciascuno di noi può domandarsi:

- Quali ombre abitano ad oggi il mio cuore?
- Dove ho già riconosciuto la luce di Cristo nella mia vita?
- In quali relazioni o situazioni il Signore mi chiede di essere luce?
- Quale passo concreto posso compiere per vivere alla presenza della Verità che orienta?

Il Bambino di Betlemme viene ancora una volta ad illuminare ogni tenebra della nostra esistenza, ricordandoci che la sua venuta non è un rimprovero, ma una carezza; non un giudizio, ma una guarigione. Egli entra nelle nostre oscurità non con clamore, ma con la dolcezza di una fiamma che non si spegne ma che piuttosto si moltiplica affinché gli uomini vedendo le nostre opere buone possano rendere gloria al Padre nostro che è nei cieli.

Suor Maria Barbara





CLARISSE EREMITES'S FRIENDS



 **Sito Web**
www.clarisseremite.com

 **Facebook**
Monastero Clarisse Eremite

 **E-Mail**
clarisse.farasabina@libero.it

 **Instagram**
[@clarisseremite](https://www.instagram.com/clarisseremite)

 **YouTube**
Monastero Clarisse Eremite

 **Twitter**
ClarisseEremite

Whatsapp

 **ACCOGLIENZA, VISITE GUIDATE
ESPERIENZA VOCAZIONALE**
SR BARBARA 380.7937055

 **ESERCIZI SPIRITUALI
PERSONALIZZATI CON COLLOQUI**
SR CHIARA FRANCESCA 349.3017703
SR DANIELA 329.6061580

 **ACCOGLIENZA E TESTIMONIANZE GRUPPI SCOUT,
LABORATORI GIOVANI, GRUPPI SCOUT,
CATECHISTI, EDUCATORI, INSEGNANTI**
SR MARCELLA 349.7922612





Il popolo vede una grande luce!



Un Santo Natale A ciascuno di voi!

La Comunità delle
Clarisse Eremitte di Fara in Sabina

