

PRIMO INCONTRO – CON LO SGUARDO FISSO SU GESÙ

La traccia di preghiera e di riflessione che proponiamo agli ascoltatori è uno stimolo per coltivare speranza in questo tempo ancora così incerto.

L'esperienza della pandemia, i drammi e le sofferenze procurate dalla guerra in Ucraina e da ogni conflitto, la precarietà sociale ed economica che ne derivano e la fragile speranza di una ripartenza ci stimolano a vivere con maggiore agilità e flessibilità il nostro modo di programmare e pensare alla vita, cercando di renderla sempre più spazio di relazioni autentiche aperte alla fraternità, servizio gratuito e disponibile alla prossimità.

Ringraziamo don Rodolfo e gli operatori di Telepace Trento per aver accolto anche il contributo dell'Azione cattolica diocesana all'interno della rubrica "Preghiera di speranza". In questi incontri vi proponiamo un momento di preghiera e riflessione su come la vita si intreccia alla Parola di Dio e dalla Parola trae luce che illumina la coscienza personale e le scelte quotidiane: la vita si racconta, la Parola illumina e la vita cambia.

Inizieremo con una preghiera una provocazione a partire dalla vita quotidiana; seguiranno poi la lettura del Vangelo, un breve commento e alcuni stimoli per tradurre quanto abbiamo ascoltato in scelte di vita; concluderemo con la preghiera del Padre Nostro.

Questo primo appuntamento è "CON LO SGUARDO FISSO SU DI LUI", prendendo spunto dall'icona biblica dell'Azione cattolica per l'anno associativo 2021-2022. Il percorso aiuta a vedere in ogni persona, al di là delle sue capacità e delle sue cadute, un Figlio di Dio da sempre amato, un fratello e una sorella che non si possono ignorare ma con i quali intraprendere un cammino condiviso al servizio della Chiesa e del mondo.

INTRODUZIONE

Segno di croce

L'attenzione cade sugli occhi, fisicamente e simbolicamente, con tutta la gamma di significati e di applicazioni. Il senso della vista e il suo organo sono collegati con la realtà, la verità delle cose, le relazioni, la formazione, il servizio e la fede.

Lo abbiamo imparato tenendo gli occhi fissi su Gesù e sulla sua vita.

Preghiamo con una preghiera del cardinal Martini:

PREGHIERA INIZIALE

O Gesù, tu che risorgerai,
dona a ciascuno di noi di comprendere
che tu sei l'oggetto ultimo, vero,
dei nostri desideri e della nostra ricerca.

Facci capire che cosa c'è
al fondo dei nostri problemi,
che cosa c'è dentro le realtà
che ci danno sofferenza.

Aiutaci a vedere che noi cerchiamo te,
pienezza della vita;
cerchiamo te, pace vera;
cerchiamo una persona
che sei tu Figlio del Padre,
per essere noi stessi figli fiduciosi e sereni.

Mostrati a noi anche oggi
in questa eucaristia,
perché possiamo ascoltare la tua voce
che ci chiama per nome,
perché ci lasciamo attirare da te,
entrando così nella vita trinitaria
dove sei col Padre l'unico Figlio,
nella pienezza dello Spirito. Amen.

LA VITA SI RACCONTA: Nei due ultimi anni abbiamo riscoperto il valore della fisicità. Obbligati al distanziamento, il viso coperto dalla mascherina, abbiamo concentrato gran parte della nostra comunicazione sugli occhi, affidando ai nostri sguardi dei gesti che non potevamo più fare: un abbraccio, una carezza, una parola d'amore e di conforto. Tutto il bene e il buono che abbiamo dentro hanno trovato "casa" negli occhi.

Ripensiamo a queste ultime settimane, alla meraviglia del "rivedersi" e riconoscerci. Allo scoprire i volti dietro la maschera, in particolare di quelle persone che abbiamo conosciuto solo negli ultimi mesi.

LA PAROLA ILLUMINA: Ascoltiamo il Vangelo che ha accompagnato il cammino formativo e l'itinerario di spiritualità dell'Azione cattolica diocesana in quest'anno 2021/2022.

Dal Vangelo di Luca

Gesù ritornò in Galilea con la potenza dello Spirito Santo e la sua fama si diffuse in tutta la regione. Insegnava nelle loro sinagoghe e tutti ne facevano grandi lodi. Si recò a Nazaret, dove era stato allevato; ed entrò, secondo il suo solito, di sabato nella sinagoga e si alzò a leggere. Gli fu dato il rotolo del profeta Isaia; apertolo trovò il passo dove era scritto:

*Lo Spirito del Signore è sopra di me;
per questo mi ha consacrato con l'unzione,
e mi ha mandato per annunziare ai poveri un lieto messaggio,
per proclamare ai prigionieri la liberazione
e ai ciechi la vista;
per rimettere in libertà gli oppressi,
e predicare un anno di grazia del Signore.*

Poi arrotolò il volume, lo consegnò all'inserviente e sedette. Gli occhi di tutti nella sinagoga stavano fissi sopra di lui. Allora cominciò a dire: «Oggi si è adempiuta questa Scrittura che voi avete udita con i vostri orecchi».

COMMENTO AL VANGELO

C'è aria di attesa nella sinagoga di Nazaret, mentre Gesù apre il rotolo delle Scritture e legge l'annuncio di liberazione tratto dal profeta Isaia.

Forse è simile all'atmosfera che abbiamo respirato durante la pandemia, dentro un misto di timore e di speranza: attesa di un futuro migliore, attesa di notizie finalmente buone, attesa di poter superare lo smarrimento, rielaborare i lutti, aiutarci in modo vicendevole a curare, almeno in parte, le ferite della solitudine e di un lavoro sempre meno sicuro.

E quando c'è attesa, immancabilmente gli occhi si spalancano, lasciando che giunga qualcosa di nuovo e ci scuota, ci liberi, ci rimetta in piedi. "Oggi", dice Gesù, si realizza tutto questo, per il fatto che Lui è presente. Da quel momento in poi, chi desidera camminare nella via della prossimità, allargando, come può e dove si trova, lo stile fraterno, sa che può rimboccarsi le maniche, avere fiducia, legittimare la sua speranza.

Quegli occhi fissi su di Lui, dunque, esprimono la consapevolezza che qualcosa di diverso deve finalmente succedere tra noi, affinché il rotolo letto da Gesù e realizzato nella sua carne diventi testo vivo in noi: vicinanza che genera fraternità, affinché nessuno sia escluso.

Gli occhi fissi, a questo punto, non possono rimanere immobili: che abbiano incontrato davvero Gesù lo si vedrà da come si muoveranno in modo misericordioso e ospitale verso ogni fratello.

DALLA PAROLA ALLA VITA

I suggerimenti per la vita che cambia:

Anche la lettera pastorale "*Occhi*" del Vescovo Lauro ci ha incoraggiati in questo anno pastorale a mettere al centro gli sguardi.

Proviamo, come ci ha invitato il nostro Vescovo, a cogliere le reazioni dei nostri volti, a soppesare il battito delle ciglia, a saper leggere, in tal senso, anche i segnali deboli. Sarà vitale per la ricchezza di relazioni che si riaprono alla curiosità del nuovo, alla scommessa sull'altro, alla fiducia reciproca.

Il Vangelo ci mostra come lo sguardo di Gesù sia fonte di guarigione e trasformazione, capace di scaldare il cuore raggelato dall'indifferenza e sanare il cuore ferito dal peccato e dalla sofferenza. Siamo chiamati ad essere "sentinelle di speranza", attenti a contemplare i segni del Regno che continuamente cresce nel cuore e nella vita del mondo.

PREGHIERA FINALE

Affidiamo al Signore i nostri desideri di bene, le nostre attese e le nostre fragilità:

Signore Gesù,
i nostri occhi sono fissi su di Te.
Noi contempliamo il tuo Volto.
E scopriamo, con gratitudine,
che è anzitutto il tuo sguardo a raggiungerci.
Tu ci guardi e i tuoi occhi sono fissi su di noi:

il tuo Amore provvidente non ci abbandona mai.
Tu ci ami! E noi desideriamo incontrarti, ascoltarti, seguirti.

Cristo Signore,
il nostro sguardo si ferma spesso
su ciò che non ci piace e che non risponde alle nostre attese.
Vediamo negli altri errori e mancanze;
vediamo di noi ciò che ci fa sentire in colpa.
Rinnova il nostro sguardo, Signore:
su noi stessi, sugli altri, sul mondo.
Ricordaci che “i cieli e la terra
sono pieni della tua gloria”, della tua Presenza.
Aiutaci a riconoscerti in chi ci tende la mano.
Guardandoci attorno, aiutaci a vedere opportunità, non ostacoli.
Donaci occhi nuovi, segni di un cuore nuovo, un cuore di carne!

Signore Gesù,
tu vuoi bene a ciascuno così com'è.
Il tuo Amore è “su misura”
perché ciascuno si scopra riconosciuto, accolto, atteso.
Aiutaci a guardare “a tutto campo”:
per non trascurare nessuno;
per scorgere chi si è allontanato
e colmare ogni distanza;
per amare come Te,
che ti sei avvicinato e ti sei lasciato avvicinare da tutti.

Concludiamo pregando insieme il Padre Nostro, chiedendo che anche i nostri sguardi diventino un abbraccio solidale e fraterno; perché guardare in modo nuovo, lasciandoci coinvolgere dalla vita degli altri, è cura e medicina dell'anima....

SECONDO INCONTRO - SGUARDI CHE RILEGGONO

Il tema di questo secondo incontro è “**SGUARDI CHE RILEGGONO**”, tratto dalla 1ª tappa del sussidio di Azione cattolica per i gruppi adulti “*Questione di sguardi*”, in cui siamo chiamati a diventare consapevoli che lo sguardo amorevole di Gesù cambia il modo con cui ciascuno di noi vede le cose e soprattutto le persone che gli stanno accanto.

In questa puntata vi proponiamo un momento di preghiera iniziale; una provocazione a partire dalla vita quotidiana; la lettura e un breve approfondimento del Vangelo; alcuni stimoli perché la vita cambi dopo aver incontrato la Parola; concluderemo con la preghiera del Padre Nostro.

INTRODUZIONE

Segno di croce

La sera di Pasqua, accompagnando i due verso Emmaus, Gesù con il suo sguardo, la sua capacità di ascolto, le sue parole profonde che scaldano il cuore, permette loro di rileggere l'esperienza di morte e dolore che li ha duramente coinvolti negli ultimi giorni. Questo sguardo capace di rilettura dà la capacità a ogni persona di stare in profondità nella propria vita.

Preghiamo insieme:

PREGHIERA INIZIALE

Con i tuoi occhi, Signore,
guarderò dentro di me,
perché tu mi conosci meglio di me
e non ti sono nascosti i miei pensieri.

Mi stupisci
perché sotto il tuo sguardo
imparo a mettere insieme
i cocci della mia vita
e alla luce dei tuoi occhi
vedo spazi infiniti e terre senza confini,
vedo mani tese e volti che implorano
bene, pace, giustizia, fraternità...

Con i tuoi occhi, Signore,
guarderò dentro di me,
perché non si spenga mai in me
questa sete della tua eterna amicizia
e l'ardore della missione.

LA VITA SI RACCONTA: La nostra vita quotidiana si snoda all'interno di più reti relazionali (famiglia, associazione, amici, lavoro), in ciascuna delle quali assumiamo diverse prospettive e ruoli diversi. Ci accorgiamo di essere ad un tempo figli, sorelle e fratelli, ma anche genitori e nonni. La nostra esistenza, pertanto, ci chiede di vivere i legami dai diversi punti di vista che compongono la nostra identità plurale.

Proviamo a rileggere una nostra giornata-tipo a seconda dei ruoli che occupiamo negli ambienti di vita. Riflettiamo e se possibile condividiamo i diversi sguardi che emergono, evidenziando le gioie e le fatiche.

LA PAROLA ILLUMINA: Ascoltiamo qualche breve passo dell'incontro di Gesù con i discepoli di Emmaus. Anche nella nostra vita lo sguardo di Gesù può dare una chiave di lettura nuova agli avvenimenti.

Dal Vangelo di Luca

Ed ecco in quello stesso giorno due di loro erano in cammino per un villaggio distante circa sette miglia da Gerusalemme, di nome Emmaus, e conversavano di tutto quello che era accaduto. Mentre discorrevano e discutevano insieme, Gesù in persona si accostò e camminava con loro. Ma i loro occhi erano incapaci di riconoscerlo. Ed egli disse loro: «Che sono questi discorsi che state facendo fra voi durante il cammino?». Si fermarono, col volto triste; uno di loro, di nome Clèopa, gli disse: «Tu solo sei così forestiero in Gerusalemme da non sapere ciò che vi è accaduto in questi giorni?». [...]

Ed egli disse loro: «Sciocchi e tardi di cuore nel credere alla parola dei profeti! Non bisognava che il Cristo sopportasse queste sofferenze per entrare nella sua gloria?». E cominciando da Mosè e da tutti i profeti spiegò loro in tutte le Scritture ciò che si riferiva a lui. [...]

Quando furono vicini al villaggio dove erano diretti, egli fece come se dovesse andare più lontano. Ma essi insistettero: «Resta con noi perché si fa sera e il giorno già volge al declino». Egli entrò per rimanere con loro. Quando fu a tavola con loro, prese il pane, disse la benedizione, lo spezzò e lo diede loro. Allora si aprirono loro gli occhi e lo riconobbero.

COMMENTO AL VANGELO

Questo episodio si snoda nel “primo giorno dopo il sabato”: è il giorno del ritorno alla quotidianità per il popolo di Israele e questi fatti straordinari avvengono in un tempo ordinario. I discepoli che stanno tornando a Emmaus sono delusi dalla fine di una vicenda nella quale avevano investito tanto della loro vita e delle loro speranze. Il loro conversare sembra quasi una ricerca di senso di quanto era accaduto.

I discepoli sono tristi, i loro occhi “erano impediti”: lo avevano seguito fino a Gerusalemme, ma ora tornano alla loro vita di prima. Il Maestro si avvicina loro nel cammino, li interroga e, anzitutto, li ascolta, fa emergere il loro vissuto. Ritornare sugli avvenimenti li aiuta ad interpretarli, a vederli in un'ottica nuova.

A sua volta Gesù, spiegando loro le Scritture, li introduce a una nuova comprensione dell'esperienza: recuperare una lettura autentica della vita attraverso la Parola di Dio consente loro di rielaborare la delusione per l'apparente fine di tante speranze.

È interessante sottolineare che l'annuncio della Salvezza avviene lungo la via, mentre il Pane viene spezzato in casa: l'evangelizzazione dunque è lungo la strada, è fuori, in uscita, mentre l'Eucaristia si vive insieme, riuniti attorno alla mensa.

Risvegliata in loro la fede, Gesù scompare allo sguardo. Ora quei discepoli, dopo aver letto dentro se stessi con uno sguardo rinnovato, sono pronti a tornare per un nuovo inizio accanto alla comunità che avevano lasciato, annunciando a tutti la gioia del Risorto.

DALLA PAROLA ALLA VITA

La Parola di Dio parla di me: Lasciamoci interrogare:

- In quali situazioni ho sperimentato che la tristezza, la paura, la rabbia mi hanno chiuso gli occhi e indurito il cuore, impedendomi di riconoscere il Signore nella mia vita? Quando invece ho vissuto, come i due di Emmaus, momenti di intimità con Lui che “mi hanno fatto ardere il cuore”, occasioni particolari in cui ho sperimentato la presenza del Signore?
- Come può la comunità cristiana camminare accanto alle sofferenze e alle paure delle persone in questo tempo?

Dalle parole di Papa Francesco: Riportiamo un breve approfondimento a partire dalla *Gaudete et Exultate*, in cui il Santo Padre evidenzia la ferialità e la singolarità della santità di ciascuno. L'ascolto delle persone è il primo passo per aprire gli occhi, imparando a rileggere la realtà alla luce della Parola di Dio.

«Occorre ricordare che il discernimento orante richiede di partire da una disposizione ad ascoltare: il Signore, gli altri, la realtà stessa che sempre ci interpella in nuovi modi. Solamente chi è disposto ad ascoltare ha la libertà di rinunciare al proprio punto di vista parziale e insufficiente, alle proprie abitudini, ai propri schemi. Così è realmente disponibile ad accogliere una chiamata che rompe le sue sicurezze ma che lo porta a una vita migliore, perché non basta che tutto vada bene, che tutto sia tranquillo. Può essere che Dio ci stia offrendo qualcosa di più, e nella nostra pigra distrazione non lo riconosciamo» (172)

«Tale atteggiamento di ascolto implica, naturalmente, obbedienza al Vangelo come ultimo criteri [...] Non si tratta di applicare ricette o di ripetere il passato, poiché le medesime soluzioni non sono valide in tutte le circostanze e quello che era utile in un contesto può non esserlo in un altro» (173)

I suggerimenti per la vita che cambia: Lasciamoci ora interpellare dalle nuove emergenze e opportunità che scopriamo nella nostra parrocchia e nel nostro territorio. Proviamo a rileggerle, interpretarle e collaborare con altri su iniziative specifiche.

PREGHIERA FINALE

Concludiamo questo momento con la preghiera del Padre Nostro. Chiediamo insieme che illumini il nostro sguardo sulla vita quotidiana.

TERZO INCONTRO - SGUARDI CHE GIOISCONO

Il tema di questo terzo incontro è “**SGUARDI CHE GIOISCONO**”, tratto dalla 2^a tappa del sussidio di Azione cattolica per i gruppi adulti “*Questione di sguardi*”, in cui siamo chiamati a diventare consapevoli che lo sguardo amorevole di Gesù cambia il modo con cui ciascuno di noi vede le cose e soprattutto le persone che gli stanno accanto.

In questa puntata vi proponiamo un momento di preghiera iniziale; una provocazione a partire dalla vita quotidiana; la lettura e un breve approfondimento del Vangelo; alcuni stimoli perché la vita cambi dopo aver incontrato la Parola; concluderemo con una preghiera.

INTRODUZIONE

Segno di croce

Lo sguardo meravigliato di Maria e Giuseppe è attraente per la vita degli adulti. Nei genitori di Gesù si ritrova l'apprensione e la preoccupazione che ogni adulto vive dentro le situazioni familiari o lavorative. Ma ancor più attraente è l'incanto di questa coppia dinanzi al bene, al buono, al bello che scoprono già presenti e all'opera nel loro figlio dodicenne. Un bene che contagia gli altri verso un'uscita da se stessi per affidare la vita a Dio Padre e alla sua volontà.

Il Vangelo invita a riconoscere il bene che ricama il tessuto della vita e a imparare a meravigliarsene.

Preghiamo insieme:

PREGHIERA INIZIALE

Con i tuoi occhi, Signore,
guarderò attorno a me,
perché tu colmi ogni distanza,
e rischiari gli angoli
più oscuri e nascosti dei cuori.

Il tuo, Signore, è uno sguardo che abbraccia,
non giudica,
ma risana, risollewa,
cura le debolezze,
raggiunge i dimenticati,
apre a inedite possibilità
e gioisce del bene ritrovato.

La luce dei tuoi occhi
si posi anche su di me, Signore,
raggiunga i segreti del mio essere
perché io fiorisca

di quel bene che tu conosci in me.

Con i tuoi occhi, Signore,
guarderò ancora attorno a me
e il cammino ricomincerà
nella gioia di sapersi amati da te
da sempre e per sempre.

LA VITA SI RACCONTA: facciamo memoria e ripensiamo a quando nella nostra vita abbiamo vissuto momenti in cui siamo riusciti a cogliere un aspetto positivo inatteso nelle persone che abbiamo accanto.

Poniamo l'attenzione sullo stupore e la meraviglia che ha suscitato lo scoprire il bene attorno a noi.

LA PAROLA ILLUMINA: Ascoltiamo il racconto di Luca conosciuto come l'episodio della perdita e del ritrovamento di Gesù dodicenne al Tempio. Nell'approfondimento del brano l'attenzione è posta sullo sguardo di meraviglia e di stupore sia dei dottori della Legge sia di Maria e Giuseppe. La Parola, quindi, forma nei discepoli uno sguardo capace di cogliere il buono che è già all'opera: in particolare, nel rapporto tra genitori e figli.

Dal Vangelo di Luca

I suoi genitori si recavano tutti gli anni a Gerusalemme per la festa di Pasqua. Quando egli ebbe dodici anni, vi salirono di nuovo secondo l'usanza; ma trascorsi i giorni della festa, mentre riprendevano la via del ritorno, il fanciullo Gesù rimase a Gerusalemme, senza che i genitori se ne accorgessero. Credendolo nella carovana, fecero una giornata di viaggio, e poi si misero a cercarlo tra i parenti e i conoscenti; non avendolo trovato, tornarono in cerca di lui a Gerusalemme. Dopo tre giorni lo trovarono nel tempio, seduto in mezzo ai dottori, mentre li ascoltava e li interrogava. E tutti quelli che l'udivano erano pieni di stupore per la sua intelligenza e le sue risposte. Al vederlo restarono stupiti e sua madre gli disse: «Figlio, perché ci hai fatto così? Ecco, tuo padre e io, angosciati, ti cercavamo». Ed egli rispose: «Perché mi cercavate? Non sapevate che io devo occuparmi delle cose del Padre mio?». Ma essi non compresero le sue parole.

COMMENTO

La famiglia di Gesù si recava ogni anno in pellegrinaggio a Gerusalemme per le feste pasquali. Trascorsi i giorni della festa, Gesù dodicenne comincia ad assumere la sua autonomia e responsabilità personale rispetto alla famiglia di origine e sceglie di rimanere nella Città Santa. Maria e Giuseppe camminano un giorno con la carovana prima di accorgersi che Gesù non è con loro e, tornati indietro, lo trovano nel tempio, seduto in mezzo ai maestri.

Posizione curiosa, perché di solito i discepoli si sedevano ai piedi del maestro, mentre invece il dodicenne è seduto “alla pari” dei maestri, per sottolineare la straordinaria sapienza di cui era dotato. Una sapienza che non è dare risposta alla totalità delle domande umane, ma saper ascoltare le domande e le storie degli altri, saper porre domande, saper sollevare i giusti interrogativi. Con questo metodo, Gesù si sta svelando quale Messia e Salvatore.

È attraverso gli occhi di Maria e Giuseppe che si può cogliere lo stupore di tutti i presenti davanti alla capacità di Gesù di leggere la vita e la storia con lo sguardo della fede. Così anche loro si aprono alla meraviglia, che è un vero e proprio sbalordimento, nel constatare ciò che il figlio sta realizzando in quel momento. Vedono ciò che Gesù è già, il bene all'opera, che in lui e attraverso di lui, si sta diffondendo, il loro sguardo è capace di fare spazio al buono, al positivo, al bello che è già in atto in quel figlio, prima di posarsi su quello che potrebbe diventare o fare nel futuro. Uno sguardo capace di cogliere le risorse presenti anziché le mancanze da colmare.

DALLA PAROLA ALLA VITA

La Parola di Dio parla di me. Lasciamoci interrogare:

- Quali atteggiamenti e modi di fare possono favorire la capacità di cogliere prima di tutto il bene e il bello che sono già all'opera nelle persone con cui condividiamo la quotidianità, con i nostri figli, con i colleghi, con le persone che frequentiamo?
- Quali sguardi di altre persone ricordo con riconoscenza nella mia vita? Come mai sono rimasti impressi nella mia memoria del cuore?

Dalle parole di Papa Francesco: riportiamo un breve approfondimento a partire dall'*Evangelii gaudium*, in cui Papa Francesco, dopo aver parlato della gioia e dell'amore, insiste nel precisare che l'incontro autentico con la Parola di Dio porta dei frutti nella vita: frutti di pace, di giustizia e di fraternità.

Anche Gesù dodicenne al tempo, con la sua sapienza, suscita domande nelle persone: domande che mettono in cammino, che spingono a uscire dai propri schemi e iniziare nuovi percorsi generati dalla gioia del Vangelo.

«Il tempo è superiore allo spazio. Questo principio permette di lavorare a lunga scadenza, senza l'ossessione dei risultati immediati. Aiuta a sopportare con pazienza situazioni difficili e avverse, o i cambiamenti dei piani che il dinamismo della realtà impone. È un invito ad assumere la tensione tra pienezza e limite, assegnando priorità al tempo. Uno dei peccati che a volte si riscontrano nell'attività socio-politica consiste nel privilegiare gli spazi di potere al posto dei tempi dei processi.

Dare priorità allo spazio porta a diventar matti per risolvere tutto nel momento presente, per tentare di prendere possesso di tutti gli spazi di potere e di autoaffermazione. Significa cristallizzare i processi e pretendere di fermarli.

Dare priorità al tempo significa occuparsi *di iniziare processi più che di possedere spazi...* Senza ansietà, però con convinzioni chiare e tenaci.» (223)

I suggerimenti per la vita che cambia: Proviamo a compiere piccoli gesti di gentilezza verso chi incontriamo abitualmente, anche se non fa parte della cerchia delle nostre conoscenze. Praticare gentilezza e compiere atti di bellezza ha sicuramente un impatto forte, sia per chi li compie, sia per chi li riceve.

Impariamo attraverso queste piccole azioni ad essere adulti che sanno meravigliarsi e sanno cogliere la meraviglia offerta dall'altro.

PREGHIERA FINALE

Concludiamo questo momento recitando insieme il Salmo 8, in cui si loda Dio per la meraviglia del creato, dinanzi al quale si scopre che la persona è ancora più bella, motivo di stupore per la sua bellezza che scaturisce dall'essere fatta a immagine e somiglianza di Dio.

O Signore, Signore nostro,
quanto è mirabile il tuo nome su tutta la terra!

Voglio innalzare sopra i cieli la tua magnificenza,
con la bocca di bambini e di lattanti:
hai posto una difesa contro i tuoi avversari,
per ridurre al silenzio nemici e ribelli.

Quando vedo i tuoi cieli, opera delle tue dita,
la luna e le stelle che tu hai fissato,
che cosa è mai l'uomo perché di lui ti ricordi,
il figlio dell'uomo, perché te ne curi?

Davvero l'hai fatto poco meno di un dio,
di gloria e di onore lo hai coronato.

Gli hai dato potere sulle opere delle tue mani,
tutto hai posto sotto i suoi piedi:
tutte le greggi e gli armenti
e anche le bestie della campagna,
gli uccelli del cielo e i pesci del mare,
ogni essere che percorre le vie dei mari.

O Signore, Signore nostro,
quanto è mirabile il tuo nome su tutta la terra!

QUARTO INCONTRO - SGUARDI CHE RIDANNO DIGNITÀ

Il tema di questo quarto incontro è “**SGUARDI CHE RIDANNO DIGNITÀ**”, tratto dalla 3^a tappa del sussidio di Azione cattolica per i gruppi adulti “*Questione di sguardi*”, in cui siamo chiamati a diventare consapevoli che lo sguardo amorevole di Gesù cambia il modo con cui ciascuno di noi vede le cose e soprattutto le persone che gli stanno accanto.

In questa puntata vi proponiamo un momento di preghiera iniziale; una provocazione a partire dalla vita quotidiana; la lettura e un breve approfondimento del Vangelo; alcuni stimoli perché la vita cambi dopo aver incontrato la Parola; concluderemo con una preghiera.

INTRODUZIONE

segno di croce

Lo sguardo di Gesù, di fronte all'uomo di Gerasa tormentato dal male, è uno sguardo che rimette in piedi, che vede la persona e le offre la dignità che le spetta. Lo sguardo dei suoi compaesani, invece, schiaccia e isola quell'uomo facendo prevalere paure e interessi economici. Alle persone che lo seguono, il Signore offre la stessa opportunità di vita al posto della morte, di fraternità, invece di competizione e prevaricazione, sguardi che mettano persone e cose nella giusta posizione.

Preghiamo insieme

PREGHIERA INIZIALE

Con i tuoi occhi, Signore,
guarderò i miei fratelli e le mie sorelle
compagni di strada che hai posto accanto a me.

Tu, Signore, ami ognuno di noi
e noi siamo creature tue, le più belle.
Tu hai posto un riflesso eterno della tua vita
in ogni cuore umano
perché sia immagine di te, che sei l'Amore.

Non vuoi che tra noi ci siano contese,
non vuoi che alcuno sia disprezzato.
Tu vuoi che tutti siamo fratelli,
ci riconosciamo figli di uno solo Padre
e a ciascuno sia riconosciuta la sua dignità.

Con i tuoi occhi, Signore,
guarderò i miei fratelli e le mie sorelle,
e riconoscerò in ognuno di loro
la tua misteriosa presenza.

LA VITA SI RACCONTA: Il racconto della vita ci porta a scoprire le diverse occasioni in cui abbiamo sperimentato la differenza che può fare uno sguardo nelle nostre vite, o nelle vite degli altri se siamo noi che osserviamo.

L'immagine della fotografia a "figura intera" ci porta a riflettere proprio su questo: ci comportiamo come l'obiettivo che riporta in modo puntuale la persona così come si presenta o ci lasciamo guidare dal cuore per coglierne gli stati d'animo e i sentimenti? Ci limitiamo ad osservare, o ci spinge l'empatia e il desiderio di incontrare davvero l'altro?

L'obiettivo coglie ciò che definisce il soggetto e lo caratterizza, mentre l'osservatore coglie lo stato d'animo, i sentimenti e le sensazioni suscitate dallo scatto. Anche nella vita è così: a volte scrutiamo gli altri come attraverso una fotografia, senza alcun coinvolgimento; osserviamo e giudichiamo avendo noi e i nostri interessi come unico punto di riferimento. C'è però anche lo sguardo che accoglie, che valorizza, che è grato, che sa vedere negli altri occasioni da valorizzare. Siamo invitati a ripensare agli sguardi che abbiamo ricevuto o dato, a cosa ci impedisce di essere empatici e di cosa abbiamo paura.

LA PAROLA ILLUMINA: Ascoltiamo il racconto di Luca della liberazione dell'uomo di Gerasa. Lo sguardo di Gesù restituisce dignità, mentre lo sguardo dei compaesani vede solo il danno economico causato dalla guarigione.

Dal Vangelo di Luca

Era appena sceso a terra, quando gli venne incontro un uomo della città posseduto dai demòni. Da molto tempo non portava vestiti, né abitava in casa, ma nei sepolcri. Alla vista di Gesù gli si gettò ai piedi urlando e disse a gran voce: «Che vuoi da me, Gesù, Figlio del Dio Altissimo? Ti prego, non tormentarmi!». Gesù infatti stava ordinando allo spirito immondo di uscire da quell'uomo. Molte volte infatti s'era impossessato di lui; allora lo legavano con catene e lo custodivano in ceppi, ma egli spezzava i legami e veniva spinto dal demonio in luoghi deserti. Gesù gli domandò: «Qual è il tuo nome?». Rispose: «Legione», perché molti demòni erano entrati in lui. E lo supplicavano che non ordinasse loro di andarsene nell'abisso. Vi era là un numeroso branco di porci che pascolavano sul monte. Lo pregarono che concedesse loro di entrare nei porci; ed egli lo permise. I demòni uscirono dall'uomo ed entrarono nei porci e quel branco corse a gettarsi a precipizio dalla rupe nel lago e annegò. Quando videro ciò che era accaduto, i mandriani fuggirono e portarono la notizia nella città e nei villaggi. La gente uscì per vedere l'accaduto, arrivarono da Gesù e trovarono l'uomo dal quale erano usciti i demòni vestito e sano di mente, che sedeva ai piedi di Gesù; e furono presi da spavento. Quelli che erano stati spettatori riferirono come l'indemoniato era stato guarito. Allora tutta la popolazione del territorio dei Geraseni gli chiese che si allontanasse da loro, perché avevano molta paura. Gesù, salito su una barca, tornò indietro. L'uomo dal quale erano usciti i demòni gli chiese di restare con lui, ma egli lo congedò dicendo: «Torna a casa tua e racconta quello che Dio ti ha fatto». L'uomo se ne andò, proclamando per tutta la città quello che Gesù gli aveva fatto.

COMMENTO AL VANGELO

Gesù ha appena calmato il lago in tempesta e il cuore dei discepoli, agitato e turbato da paure e preoccupazioni, e ora raggiunge la riva pagana del lago e del loro cuore, dirigendosi verso il territorio dei geraseni.

Appena approdato, gli viene incontro un uomo posseduto da molti demoni. La potenza del male, devastatrice e indomabile, lo fa girare nudo, cioè spoglio della sua dignità umana; abita in mezzo alle tombe, in un luogo di solitudine, isolamento e morte. È il potere del peccato e del male, che lo porta, prigioniero di se stesso e del suo egoismo, a diventare una tomba. L'essere umano, creato per abitare, custodire e coltivare un giardino – come raccontato nella Genesi – si trova invece a vivere in luoghi di desolazione quando pensa solo a sé e ai suoi interessi.

Gesù si presenta a quest'uomo come potenza che libera e porta vita: libera definitivamente e alla radice l'uomo di Gerasa dal potere dello spirito cattivo.

Il Signore ha uno sguardo che vede oltre il male presente, vede la sua umanità degna di essere amata e così, una volta guarito, l'uomo è descritto seduto, vestito e sano di mente. È seduto in atteggiamento di ascolto di Gesù. È vestito perché, come il figliol prodigo, gli è riconsegnata la sua dignità di figlio del Padre. È sano, non più in preda all'istintività, ma libero. Per questo ogni persona è creata piena dello Spirito di Dio: per stare seduta ad ascoltare come discepolo, per rivestirsi della dignità divina, per essere libera.

Ma in questo racconto di liberazione sorprende, alla fine, lo sguardo dei compaesani: vedono quanto è accaduto e hanno paura, al punto di chiedere a Gesù di andarsene. Nella sua opera non riconoscono la liberazione di un uomo, perché i loro interessi materiali sono più importanti della persona umana. Tutto ciò dà fastidio e scomoda: per questo chiedono che il maestro si allontani. L'uomo guarito, invece, chiede a Gesù di poterlo seguire e restare con lui. Il Signore non acconsente, ma lo invia come apostolo tra i suoi compaesani.

DALLA PAROLA ALLA VITA

La Parola di Dio parla di me. Riflettiamo:

- Sono io il guarito, il liberato, il rivestito dalla potenza amorevole di Gesù. Ho sperimentato la vicinanza potente del Signore che mi rimette in piedi, mi riveste, mi sostiene nel fare unità dentro di me?
- Sono io gli abitanti di Gerasa che mettono i loro interessi e le loro paure prima delle altre persone, della loro felicità e dignità. Quali sono i miei interessi che vengono prima di tutto? Chi sono le persone che calpesto per paura o interesse con le mie scelte economiche, politiche, esistenziali?

Dalle parole di Papa Francesco: riportiamo un breve approfondimento a partire dall'enciclica *Fratelli tutti*, in cui Papa Francesco parla della necessità di una "amicizia sociale" come terapia in un mondo caratterizzato da ineguaglianze e ingiustizie, dove vige la cultura dello scarto. L'intenzione del Papa è di suscitare il sogno di un'altra umanità, più fraterna e pacifica, seguendo la logica della solidarietà e della sussidiarietà, secondo il modello del Buon Samaritano. Cogliamo l'invito ad essere imitatori del Buon samaritano e non dimentichiamo l'esortazione di Papa Francesco ad essere "artigiani di fraternità".

«Questa parabola [del Buon samaritano] è un'icona illuminante, capace di mettere in evidenza l'opzione di fondo che abbiamo bisogno di compiere per ricostruire questo mondo che ci dà pena. Davanti a tanto dolore, a tante ferite, l'unica via di uscita è essere come il buon samaritano. Ogni altra scelta conduce o dalla parte dei briganti oppure da quella di coloro che passano accanto senza avere compassione del dolore dell'uomo ferito lungo la strada. La parabola ci mostra con quali iniziative si può rifare una comunità a partire da uomini e donne che fanno propria la fragilità degli altri, che non lasciano edificare una società di esclusione, ma si fanno prossimi e rialzano e riabilitano l'uomo caduto, perché il bene sia comune. Nello stesso tempo, la parabola ci mette in guardia da certi atteggiamenti di persone che guardano solo a sé stesse e non si fanno carico delle esigenze ineludibili della realtà umana. (67)»

I suggerimenti per la vita che cambia

Ci sentiamo provocati a pensare alla “responsabilità sociale del consumatore”, invitando a conoscere la filiera produttiva di quei beni che fanno parte della lista della nostra spesa quotidiana e a valutare modalità alternative di acquisto.

Fare la spesa è un gesto abitudinario, ma conosciamo la storia di ciò che compriamo? Ci chiediamo perché un chilo di banane provenienti dall'Ecuador costa meno di un chilo di mele trentine? Qualcuno è stato sfruttato lungo la filiera produttiva?

Conoscere le caratteristiche del mercato equo-sostenibile, dei gruppi di acquisto solidale, dei venditori di prodotti a KM 0... può essere un modo concreto per sostenere e incentivare un cambio di stile di vita, rispettoso del lavoro altrui e anche dell'ambiente.

PREGHIERA FINALE

Concludiamo questo momento recitando insieme il Salmo 113, in cui si loda Dio per la sua grandezza. Nella sua onnipotenza Dio non schiaccia nessuno, anzi innalza l'umanità, soprattutto chi è povero e privato della dignità.

Alleluia.

Lodate, servi del Signore,
lodate il nome del Signore.
Sia benedetto il nome del Signore,
da ora e per sempre.

Dal sorgere del sole fino al suo tramonto
sia lodato il nome del Signore.
Su tutte le genti eccelso è il Signore,
più alta dei cieli è la sua gloria.

Chi è come il Signore, nostro Dio,
che siede nell'alto
e si china a guardare
sui cieli e sulla terra?

Solleva dalla polvere il debole,
dall'immondizia rialza il povero,
per farlo sedere tra i principi,
tra i principi del suo popolo.

Fa abitare nella casa la sterile,
come madre gioiosa di figli.
Alleluia.

QUINTO INCONTRO - SGUARDI CHE CONTEMPLANO

Il tema di questo ultimo incontro è “**SGUARDI CHE CONTEMPLANO**”, tratto dalla 4^a tappa del sussidio di Azione cattolica per i gruppi adulti “*Questione di sguardi*”, in cui siamo chiamati a diventare consapevoli che lo sguardo amorevole di Gesù cambia il modo con cui ciascuno di noi vede le cose e soprattutto le persone che gli stanno accanto.

In questa puntata vi proponiamo un momento di preghiera iniziale; una provocazione a partire dalla vita quotidiana; la lettura e un breve approfondimento del Vangelo; alcuni stimoli perché la vita cambi dopo aver incontrato la Parola; concluderemo con una preghiera.

INTRODUZIONE

Segno di croce

Nel contemplare i fiori e gli uccelli, Gesù mostra uno sguardo limpido e libero dal possesso, che scorge negli altri viventi e in tutto ciò che lo circonda un mondo di bene, da custodire e rispettare, perché sia il luogo in cui la fraternità può svilupparsi pienamente. Ogni credente, approfondendo questo sguardo, si apre a uno stile di sobrietà e fiducia, che modifica non solo le scelte personali, ma anche la vita sociale, politica ed economica.

Preghiamo insieme

PREGHIERA INIZIALE

Con i tuoi occhi, Signore,
guarderò questo meraviglioso universo
circondato dalla tua tenerezza.

Insegnami il valore di ogni creatura
e conducimi, Signore,
allo stupore della contemplazione
di quel legame che tiene tutto
misteriosamente unito a te e in te.

Sana il mio sguardo,
tocca il mio cuore,
perché io non cerchi vantaggio
dall'accumulo dei beni
a spese dei poveri della terra
che tanto valgono davanti a te.

Con i tuoi occhi, Signore,
guarderò ogni vivente
e gioirò di quella bellezza
della quale tu ti rallegrasti all'aurora del mondo.

LA VITA SI RACCONTA: Un passo del diario di Etty Hillesum mette in evidenza il suo stupore davanti allo splendore del bene e del bello in un mondo dominato dalla malvagità e dall'orrore della guerra. La vitalità e la tenacia del gelsomino di fiorire attraverso i muri "scrosticciati" rappresenta la forza del bene, che si fa strada anche tra le situazioni più oscure nonostante la sua fragilità.

Il 1° luglio del 1942, Hetty scrive: «Com'è possibile, mio Dio, è intrappolato tra il muro scrosticcato dei vicini e il garage. [...] Eppure in mezzo a tutto quel grigio e a quel fango, è così splendente, così esuberante e così fragile, una giovane sposa temeraria, sperduta in un quartiere malfamato. Non capisco niente del gelsomino.»

Una settimana dopo, il 12 luglio, riprende: «Il gelsomino dietro casa mia è completamente deturpato dalle piogge e dalle burrasche degli ultimi giorni, i suoi fiori bianchi galleggiano sparpagliati nelle nere pozzanghere [...] . Ma in qualche parte di me il gelsomino, indisturbato, prospera ancora, non meno delicato e rigoglioso, come fosse pieno di fiori. E diffonde la sua fragranza tutt'intorno, nella tua dimora, mio Dio»

Proviamo ad identificarci con quel gelsomino e ricordiamo un'occasione in cui siamo riusciti a farci strada in mezzo al male.

LA PAROLA ILLUMINA: Il Vangelo che leggeremo parla degli uccelli e dei gigli e contiene l'invito di Gesù ad assumere uno sguardo nuovo nei confronti del creato. Uno sguardo contemplativo che consenta di leggere in esso i segni misteriosi della bontà e della bellezza di Dio, per trarne l'insegnamento ad accrescere la nostra fiducia nella Provvidenza Divina, che si prende cura di ogni sua creatura, e ad assumere una relazione con i beni meno possessiva e più solidale.

Dal Vangelo di Luca

Poi disse ai discepoli: «Per questo io vi dico: Non datevi pensiero per la vostra vita, di quello che mangerete; né per il vostro corpo, come lo vestirete. La vita vale più del cibo e il corpo più del vestito. Guardate i corvi: non seminano e non mietono, non hanno ripostiglio né granaio, e Dio li nutre. Quanto più degli uccelli voi valete! Chi di voi, per quanto si affanni, può aggiungere un'ora sola alla sua vita? Se dunque non avete potere neanche per la più piccola cosa, perché vi affannate del resto? Guardate i gigli, come crescono: non filano, non tessono: eppure io vi dico che neanche Salomone, con tutta la sua gloria, vestiva come uno di loro. Se dunque Dio veste così l'erba del campo, che oggi c'è e domani si getta nel forno, quanto più voi, gente di poca fede? Non cercate perciò che cosa mangerete e berrete, e non state con l'animo in ansia: di tutte queste cose si preoccupa la gente del mondo; ma il Padre vostro sa che ne avete bisogno. Cercate piuttosto il regno di Dio, e queste cose vi saranno date in aggiunta.

COMMENTO AL VANGELO

Gesù invita a guardare, a liberare il nostro sguardo dalla sete di possesso delle cose, per ammirarle piuttosto nella loro gratuità. A comprendere e a vedere aspetti nuovi e insoliti che si celano dietro l'esistenza dei gigli del campo e degli uccelli del cielo: egli invita ad un "guardare" diverso.

Che cosa fanno i corvi? Come tutti gli uccelli, “non seminano, non mietono, non hanno dispense né granai”, eppure il Padre provvede a loro. Questa immagine ci spinge a ripensare la frenesia del produrre e dell’ammassare i beni, accatastando il superfluo, in un affanno continuo del fare; ci spinge a riflettere sulla preoccupazione costante del nutrimento, sfruttando la terra più del necessario per trarne vantaggi sempre più abbondanti e solo per pochi.

Anche per i gigli del campo le considerazioni sono equivalenti, ma secondo una logica diversa: essi non tessono, non filano, eppure la loro bellezza risplende perché Dio provvede a loro. L’atteggiamento dell’affannarsi per abiti ricercati e lussuosi e la vanità dell’apparire agli occhi degli altri per quello che si vuole far credere di essere è insensato. Le parole di Gesù richiamano alla bellezza della nobile semplicità, che può essere paragonata alle forme variegata e ai tanti colori dei fiori spontanei della campagna.

Da qui l’invito di Gesù ad avere uno sguardo di contemplazione delle cose attorno a noi: nel libro della natura possiamo leggere i segni misteriosi della bontà e della bellezza di Dio. E se il Padre ha cura di queste piccole creature, nutrendole e vestendole, tanto più bisogna confidare che egli avrà cura di noi e non ci farà mancare il necessario. Ogni cosa ci è data gratuitamente non per essere depredata, ma per dividerla: dono ricevuto e donato a sua volta per la gioia di tutti.

DALLA PAROLA ALLA VITA

La Parola di Dio parla di me:

- La responsabilità di “custodire” il creato non sta nel lasciarlo tale e quale, così com’è, ma portare a termine l’opera della creazione attraverso un uso intelligente e solidale dei beni che possiamo trarne, avendo cura del suo sviluppo per il bene di tutti e accogliendo ogni essere vivente come creatura di Dio. In che modo posso convertire il mio sguardo dalla sete di possesso allo stupore di un dono dato per tutti?
- Che valore hanno per me la sobrietà e la semplicità? E la fiducia nella provvidenza di Dio che posto hanno nella mia vita?

Dalle parole di Papa Francesco: riportiamo un breve approfondimento a partire dall’enciclica *Laudato Si’* in cui Papa Francesco ci ricorda che la cura del creato è impegno di tutti. La logica “usa e getta” indica che la radice della crisi ecologica si trova nell’uomo occorre allora rimettere al centro la dignità della persona umana.

«Nessuna persona può maturare in una felice sobrietà se non è in pace con sé stessa. E parte di un’adeguata comprensione della spiritualità consiste nell’allargare la nostra comprensione della pace, che è molto più dell’assenza di guerra. La pace interiore delle persone è molto legata alla cura dell’ecologia e al bene comune, perché, autenticamente vissuta, si riflette in uno stile di vita equilibrato unito a una capacità di stupore che conduce alla profondità della vita. La natura è piena di parole d’amore, ma come potremo ascoltarle in mezzo al rumore costante, alla distrazione permanente e ansiosa, o al culto dell’apparire? Molte persone sperimentano un profondo squilibrio che le spinge a fare le cose a tutta velocità per sentirsi occupate, in una fretta costante che a sua volta le porta a travolgere tutto ciò che hanno intorno a sé.

Questo incide sul modo in cui si tratta l'ambiente. Un'ecologia integrale richiede di dedicare un po' di tempo per recuperare la serena armonia con il creato, per riflettere sul nostro stile di vita e i nostri ideali, per contemplare il Creatore, che vive tra di noi e in ciò che ci circonda.» (225)

I suggerimenti per la vita che cambia

La *Settimana Laudato Si'* che si è tenuta dal 22 al 29 maggio 2022 ha celebrato il settimo anniversario dell'enciclica di Papa Francesco sulla cura del creato e della casa comune.

Questa celebrazione globale unisce i cattolici per ascoltare e rispondere insieme al grido della creazione, pone l'attenzione sulle problematiche ambientali che affliggono il territorio e promuove la sensibilizzazione e l'informazione su stili di vita sostenibili e consapevoli verso il creato. Il tema della settimana è stato "*In ascolto e in cammino insieme*" e ha approfondito la citazione del Papa "*Riunire la famiglia umana per proteggere la nostra casa comune*". Impegniamoci anche noi a coltivare sguardi rispettosi e solidali e a seminare gesti di pace.

PREGHIERA FINALE

Concludiamo questo momento recitando insieme il Salmo 103, che è una lode dell'eterna misericordia divina, segno della cura materna di Dio verso il singolo fedele e verso tutta la creazione. Chiediamo la grazia dell'"apertura degli occhi" per imparare a vedere le cose, il volto dei fratelli e il volto del Padre con i suoi stessi occhi.

Benedici il Signore, anima mia!
Sei tanto grande, Signore, mio Dio!
Sei rivestito di maestà e di splendore,
avvolto di luce come di un manto.

Quanto sono grandi, Signore, le tue opere!
Tutto hai fatto con saggezza,
la terra è piena delle tue creature.

Tutti da te aspettano
Che tu dia loro cibo a tempo opportuno.
Tu lo provvedi, esso lo raccolgono;
apri la tua mano, si saziano di beni.

La gloria del Signore sia per sempre;
gioisca il Signore delle sue opere.

Voglio cantare al Signore finché ho vita,
cantare al Signore finché esisto.
A lui sia gradito il mio canto;
la mia gioia è nel Signore.