

Concludiamo in preghiera

Ti abbiamo preparato un albergo,
e Tu vuoi una casa,
la nostra casa,
per abitare la terra.

Ti abbiamo preparato un tempio
e Tu vuoi le strade,
le nostre strade,
per incontrare l'uomo.

Ti abbiamo preparato un altare
e Tu preferisci il cuore,
il nostro cuore
per essere intimo a noi.

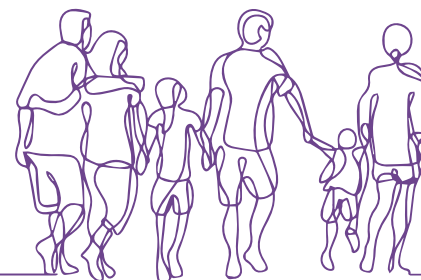
Avevamo pensato ad un calice d'oro
e Tu cercavi un bicchiere,
quelli della nostra cucina,
per festeggiare l'incontro.

Noi cerchiamo il dio che risponda alle nostre aspettative
e Tu nasci in una stalla, in un luogo dimenticato.
Non permettere che manchiamo l'appuntamento con Te,
che vieni ad incontrare noi.

Tracce per la preghiera nei Gruppi Famiglia

a cura di Oliviero e Stefania
Ufficio Pastorale per la Famiglia e gli Anziani

Traccia 1 - Avvento 2024 Quando la famiglia alza il capo



Preghiera

Iniziamo col segno di croce, dopo aver acceso una candela posta accanto alla Parola.

Invocazione allo Spirito

Vieni, Spirito Santo, spalanca i nostri occhi e apri il nostro cuore,
perché diventiamo capaci di immergerci nel presente.
È da qui che vogliamo partire
per guardare con coraggio al nostro futuro.

Rendici disponibili a scorgere le tracce
della tua presenza fedele nella nostra vita
e a non scoraggiarci
quando ci sembra di non sentirti vicino.

Facci assaporare la bellezza del camminare insieme,
e donaci di sentire che non siamo mai soli lungo la strada.
Aiutaci a vedere anche nei piccoli gesti di luce del fratello e della sorella
i segni della tua prossimità ad ogni uomo.

Plasma in noi, Santo Spirito,
un cuore capace di compassione,
capace di fermarsi e contribuire
a curare le ferite dell'altro vicino o lontano.

Donaci la forza di alzare il capo,
per vedere il nuovo che nasce,
per coltivare un cuore leggero e attento,
per vegliare sui germogli del Regno.

Vieni Spirito, scendi su di noi!
Mostraci le vie per sognare e costruire insieme
una famiglia che sia segno del tuo amore.
E sarà Natale anche per noi.

Dalla vita...

Laboratorio

Quali sono le mie preoccupazioni in famiglia?

1.
2.
3.

E quali sono le risorse a cui mi affido per far fronte a queste preoccupazioni?

1.
2.
3.

Lasciamo 5 minuti affinché ciascuno possa scrivere il proprio elenco.

Al termine ciascuno condivide liberamente quanto scritto.

Condividere la nostra vita con altre giovani coppie, in un gruppo di formazione spirituale per famiglie, è stato molto importante per il nostro cammino. La testimonianza viva del Vangelo di altre famiglie ci ispira e ci rafforza. Siamo sposati da 8 anni e siamo molto felici per la scelta che abbiamo fatto. La gioia e le grazie proprie del matrimonio sono per noi una vera scuola di vita, un'entusiasmante opportunità per cercare insieme la santità, costruendo una dinamica infinita di amore, misericordia e gratitudine.

Lasciamo alcuni minuti di silenzio affinché ciascuno possa rileggere la testimonianza e sottolineare le parti di maggiore interesse.

Domande

1. *Quali aspetti della testimonianza mi hanno colpito particolarmente? Perché?*
2. *Quali sono le modalità che aiutano a vivere in famiglia alzando il capo per scorgere il Regno di Dio?*

Il primo anno di matrimonio è stato un periodo di adattamento. Le peculiarità di ciascuno sono venute ancora più in evidenza: una era più attaccata allo stile di vita della famiglia di origine; l'altro, invece, con impazienza chiedeva di fare qualche passo in più verso di lui. I dettagli della casa e l'organizzazione quotidiana erano motivi di disaccordo. Dialogando e coltivando insieme la nostra vita di fede, pregando e seguendo la liturgia quotidiana, ci siamo resi conto che ciascuno di noi doveva imparare a fare più spazio all'altro. Abbiamo compreso che la casa dovrebbe essere espressione del nostro rapporto di donazione reciproca, non l'affermazione intransigente delle nostre individualità. Questa piccola crisi iniziale è stata un'occasione per amarci di più e meglio, attraverso piccoli gesti quotidiani, mettendo in pratica la convinzione che ci aveva portato al matrimonio.

Pochi mesi dopo il matrimonio, abbiamo scoperto che la nostra famiglia sarebbe cresciuta. Era stata una gioia enorme! Un'esperienza di luce per tutti! Essere diventati genitori ha raffinato il nostro amore, l'ha reso incondizionato. Richiedeva anche la capacità di ricominciare in modo ancora più dinamico e immediato, per essere sempre pronti a sostenerci a vicenda negli innumerevoli compiti che avrebbe comportato l'arrivo di un bambino. Nel 2020 è arrivato il nostro secondo figlio. Nonostante le sfide imposte dalla pandemia di Covid-19, è stato un altro momento di immensa gioia, ora condiviso anche con il nostro figlio maggiore. Il rapporto con i bambini è stato impegnativo quanto gratificante, sempre entusiasmante. Spesso, alla fine di una giornata estenuante, ci troviamo a sorridere insieme prima di dormire, pieni di gratitudine per i momenti trascorsi con loro. Uno dei fattori che favoriscono la moltiplicazione e la qualità di questi momenti in famiglia è la decisione di limitare l'accesso alla TV e ai giochi elettronici (nessun accesso fino all'età di due anni e pochi minuti al giorno dopo). Questo richiede da parte nostra una disponibilità ancora maggiore, ma crea innumerevoli occasioni di gioco, lettura, dialogo. Nonostante la tipica confusione di una famiglia con due bambini, i pasti sono momenti sacri di gioiosa convivenza. Cerchiamo sempre di pregare insieme a loro. Con il nostro figlio più grande cerchiamo di cogliere ogni occasione per parlare di brani del Vangelo, di chiacchierare sulla vita quotidiana e di riflettere su come vivere le virtù nel rapporto con i compagni di scuola e con gli altri amici.

... alla Parola ...

Dal vangelo secondo Luca (21,25-28.34-36)

In quel tempo, Gesù disse ai suoi discepoli:

«Vi saranno segni nel sole, nella luna e nelle stelle, e sulla terra angoscia di popoli in ansia per il fragore del mare e dei flutti, mentre gli uomini moriranno per la paura e per l'attesa di ciò che dovrà accadere sulla terra. Le potenze dei cieli infatti saranno sconvolte. Allora vedranno il Figlio dell'uomo venire su una nube con potenza e gloria grande. Quando cominceranno ad accadere queste cose, risollevatevi e alzate il capo, perché la vostra liberazione è vicina».

«State bene attenti che i vostri cuori non si appesantiscano in dissipazioni, ubriachezze e affanni della vita e che quel giorno non vi piombi addosso improvviso; come un laccio esso si abatterà sopra tutti coloro che abitano sulla faccia di tutta la terra. Vegliate e pregate in ogni momento, perché abbiate la forza di sfuggire a tutto ciò che deve accadere, e di comparire davanti al Figlio dell'uomo».

Commento

Con la prima domenica d'Avvento inizia l'anno liturgico e il cammino di quattro settimane che conduce a Natale. Desideriamo vivere l'Avvento di quest'anno come un vero e proprio itinerario della speranza, raccogliendo l'invito di Papa Francesco per l'anno giubilare a diventare sempre più pellegrini di speranza.

L'inizio dell'anno liturgico porta con sé la gioia dell'attesa, la speranza in tempi nuovi... E il Vangelo della prima domenica ci parla di segni nel sole, nella luna e nelle stelle, e sulla terra angoscia di popoli in ansia per ciò che dovrà accadere... Il Vangelo ci suggerisce l'atteggiamento fondamentale per muoverci e progredire in questo orizzonte. Al versetto 28 Gesù si rivolge ai discepoli con questi due imperativi: *«risollevatevi e alzate il capo»*. È il movimento di chi non si accontenta di vivere orizzontalmente ma sceglie di assumere la postura eretta del vero uomo, che ben piantato con i piedi per terra tende il suo sguardo verso il cielo. Non si tratta tanto e solo di una tensione esteriore ma di un moto dell'anima, di un anelito interiore che eleva tutto il nostro essere.

Segue l'invito accorato di Gesù a porre attenzione a non lasciarci schiacciare e appesantire dagli affanni e dalle molteplici distrazioni della vita (versetto 34), ma a vigilare.

Decisivo per accendere questo moto è la dinamica della preghiera che attraversa il Vangelo di Luca come unico e vero filo rosso che colora la missione di Colui che viene a noi come Speranza dell'Umanità: «Vegliate e pregate in ogni momento» (versetto 36).

Ci aiuta ad entrare in questa prospettiva un bel commento di padre Ermes Ronchi:

«Il Vangelo non anticipa la fine del mondo, racconta il segreto del mondo: ci prende per mano e ci porta fuori, a guardare in alto, a sentire il cosmo pulsare attorno a noi; ci chiama ad aprire le finestre di casa per far entrare i grandi venti della storia, a sentirci parte viva di una immensa vita. La terra risuona di un pianto mai finito, ma il Vangelo ci domanda di non smarrire il cuore, di non camminare a capo chino, a occhi bassi. Risollevatevi, alzate il capo, guardate in alto e lontano, la liberazione è vicina. Siamo tentati di guardare solo alle cose immediate, forse per non inciampare nelle macerie che ingombrano il terreno, ma se non risolleviamo il capo non vedremo mai nascere arcobaleni».

In famiglia e attorno alla nostra famiglia lo sguardo troppo basso finisce inevitabilmente per privilegiare l'ascolto di ciò che fa più rumore, il senso di soffocamento per le incombenze che non finiscono mai, la visione di un mondo che appare sempre più nemico.

Gesù ci chiede di alzare il capo per alzare lo sguardo e cogliere il nuovo che avanza. Ci chiede attenzione ai piccoli dettagli della vita per cogliere ciò che ci supera infinitamente. Ci chiede un cuore leggero e attento, per vegliare sui germogli, sul nuovo che nasce, sui primi passi della pace. Ci chiede di generare vita nel quotidiano, perché nella vita troviamo l'infinito.

La preghiera in famiglia e la preghiera per la famiglia sono gli spazi in cui Dio coltiva questa consapevolezza. Percorriamo con speranza questo cammino che ci porta al Natale.

Lasciamo alcuni minuti di silenzio affinché ciascuno possa rileggere la parola offerta e farla propria.

... per tornare alla vita

Testimonianza di vita

(Tratta da "Famiglie in azione, un mosaico di vita. Esperienze di famiglie in tutto il mondo su Amoris Laetitia")

Fin dall'inizio della nostra amicizia, abbiamo visto l'uno nell'altra qualcuno con cui sarebbe stato possibile costruire una famiglia. L'esempio dei nostri genitori aveva radicato in noi la convinzione che il matrimonio potesse essere un'esperienza di amore, resilienza e felicità. Dopo un periodo di maturazione e discernimento vocazionale, abbiamo iniziato a frequentarci. Eravamo già rientrati in Brasile e, di conseguenza, il nostro rapporto è stato prevalentemente a distanza. Ci incontravamo un fine settimana sì e uno no, e parlavamo ogni giorno al telefono. Questa circostanza ha ulteriormente rafforzato una caratteristica che ci aveva colpito molto fin dai tempi in cui eravamo solo amici: il dialogo profondo e sincero tra di noi. Oltre alle tante difficoltà e al fascino reciproco, sono emerse anche le differenze. Ci sono state anche tante sfide condivise, come la malattia dei genitori. In questo periodo di dolore e incertezza, la complicità e l'amore sono cresciuti molto, perché sentivamo di poter contare l'una sull'altro, dando su supporto emotivo, aiutandoci nei piccoli compiti quotidiani o accompagnando la mamma nelle sedute di chemioterapia.

Poco a poco, abbiamo capito che i nostri progetti di vita erano gli stessi: volevamo sposarci per continuare quella dinamica di amore, perdono e disponibilità a ricominciare che era già iniziata. Guardando le nostre famiglie di origine e ad altre famiglie della comunità, non avevamo dubbi che il nostro cammino avrebbe fatto i conti anche con il dolore, ma eravamo sicuri che, con la volontà di ricominciare sempre, Dio ci avrebbe aiutato a superare ogni ostacolo. Il periodo di fidanzamento è stato segnato da nuove sfide legate alle famiglie di origine, che hanno causato instabilità e incertezze. Come poter andare via di casa nel momento in cui apparentemente i nostri genitori avevano più bisogno di noi? In quel momento è stato fondamentale ricordare l'esperienza che una coppia aveva condiviso durante un incontro per fidanzati: le numerose difficoltà sorte nel periodo prematrimoniale non erano state prese come i segni di una scelta sbagliata, ma come occasioni per crescere, una chiamata ad avere più maturità e fede di fronte alle circostanze.