

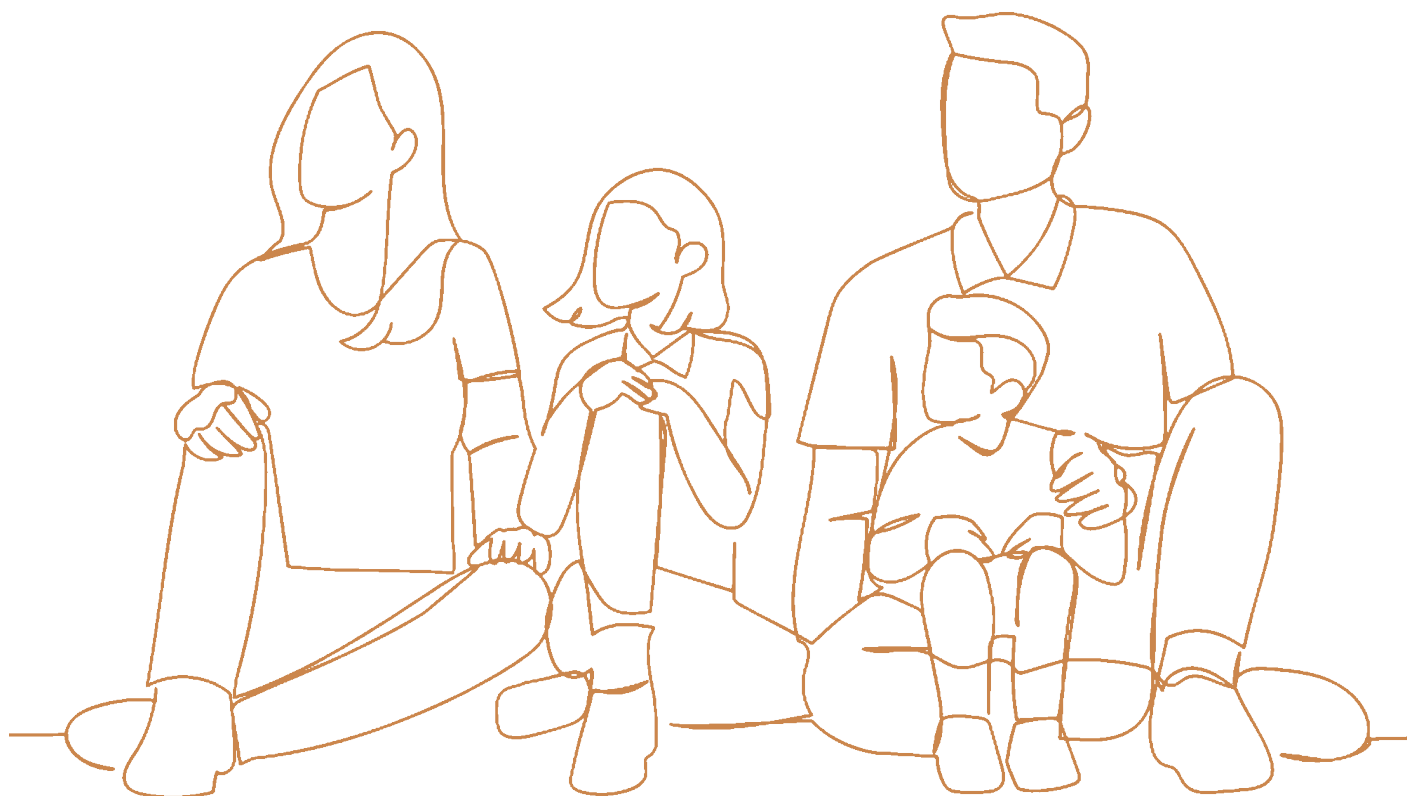
**QUARESIMA E PASQUA 2025**

# **LASCIATEVI riconciliare CON DIO**

**TRACCE PER LA PREGHIERA NEI GRUPPI FAMIGLIA**

*a cura dell'Ufficio Pastorale per la Famiglia e gli Anziani*

**TRACCIA 2 - PASQUA 2025 - QUANDO LA FAMIGLIA VEDE E CREDE**



# PREGHIERA

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

## *Invocazione allo Spirito Santo*

Vieni Spirito di forza  
infondi in noi il coraggio  
di ricercare nella vita  
il volto e la presenza di Gesù che ci salva.

Vieni Spirito di fraternità  
rendici compagni di viaggio  
presenti nella nostra famiglia  
aperti alla nostra comunità.

Vieni Spirito di preghiera  
conservaci in comunione con te  
per poter comprendere e interpretare  
quello che accade a noi e nel mondo.

Vieni Spirito di novità  
aiutaci a scoprire come il Vangelo  
cambia il nostro sguardo sul mondo  
e dona pienezza alla nostra vita.

Vieni Spirito di fiducia  
facci scendere dai nostri piedistalli  
per incontrare Gesù  
che passa nelle pieghe della nostra vita.

Vieni Spirito di conversione  
donaci di riconoscere in te  
l'amore che salva,  
e di testimoniarlo a chi ci vive accanto.

Amen

## DALLA VITA ... *Laboratorio*

Nella mia famiglia, quali sono i momenti in cui vedo e quali sono i momenti in cui guardo? Che differenza c'è?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Quali sono gli atteggiamenti che mi aiutano a guardare, andando oltre il vedere?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Si lasciano 10 minuti affinché ciascuno possa scrivere le proprie riflessioni.  
Al termine ciascuno condivide liberamente quanto scritto.

## ... ALLA PAROLA ...

### *Dal vangelo secondo Giovanni (20, 1-9)*

Il primo giorno della settimana, Maria di Màgdala si recò al sepolcro di mattino, quando era ancora buio, e vide che la pietra era stata tolta dal sepolcro. Corse allora e andò da Simon Pietro e dall'altro discepolo, quello che Gesù amava, e disse loro: «Hanno portato via il Signore dal sepolcro e non sappiamo dove l'hanno posto!».

Pietro allora uscì insieme all'altro discepolo e si recarono al sepolcro. Correivano insieme tutti e due, ma l'altro discepolo corse più veloce di Pietro e giunse per primo al sepolcro. Si chinò, vide i teli posati là, ma non entrò. Giunse intanto anche Simon Pietro, che lo seguiva, ed entrò nel sepolcro e osservò i teli posati là, e il sudario - che era stato sul suo capo - non posato là con i teli, ma avvolto in un luogo a parte.

Allora entrò anche l'altro discepolo, che era giunto per primo al sepolcro, e vide e credette. Infatti non avevano ancora compreso la Scrittura, che cioè egli doveva risorgere dai morti.

### *Commento*

Quante corse riempiono le nostre giornate. Corriamo il rischio di attraversare la vita, gli eventi e le persone senza neanche vederle. Tutto ci scorre davanti, come sequenza di fotogrammi senza capo né coda. Passano i giorni e le stagioni e ci scivolano via tra le mani. Anche se siamo consapevoli che per accorgerci di quanto avviene e viviamo è necessario fermarsi. Sì, fermarsi, e non tanto e solo per vedere, ma soprattutto per guardare, e guardare in profondità. Penetrare, andare in profondo, leggere i dettagli, gustare l'insieme.

Nel Vangelo odierno è tutta una corsa. A muovere i piedi e i passi di Maria, Pietro e Giovanni è la forza dell'amore. È il non arrendersi all'evidenza, a quanto i nostri occhi vedono. È la tenace volontà di guardare oltre, di non accontentarsi, di non arrendersi, di continuare a cercare, di conoscere meglio e di più, di camminare sperando.

È fermarsi sulla soglia del sepolcro vuoto, il simbolo delle nostre disillusioni, delle nostre paure, dei nostri vuoti, delle nostre incomprensioni, delle nostre preoccupazioni di non farcela per accogliere i segni di una novità, di una risurrezione, di uno sguardo graziato capace di affidarsi e di credere («e vide e credette»).

È imparare, nelle nostre giornate piene e affaticate, a fermarsi a guardare i dettagli, a custodire il mistero, ad assaporare la vita, a dare senso ad ogni cosa, ad accorgersi dei bisogni, a risollevare, a dare speranza. In una parola, è guardare per credere e, nello stesso tempo, credere per guardare tutto e tutti con lo stesso sguardo di Gesù.

In due corrono al sepolcro, Pietro e Giovanni. Ma solo di Giovanni è detto che vide e credette. E che cosa vede Giovanni? Un corpo assente, teli e sudario diventati vuoti. Le stesse cose che vede Pietro. Ma Giovanni crede che Gesù è vivo, ancora prima di vederlo. Perché? Giovanni è «l'altro discepolo, quello che Gesù amava». È oggetto di amore, si è lasciato amare, una esperienza che gli rivela il segreto vitale del Cristo. Come il girasole cerca con ogni forza la luce, così il discepolo amato crede per primo nella resurrezione.

Guardare con gli occhi dell'amore permette di credere. Non perché amiamo molto, non perché siamo amabili, ma perché siamo amati. Pasqua è il tempo del vedere guardando, del credere perché ci riconosciamo amati.

**Si lasciano alcuni minuti di silenzio affinché ciascuno possa rileggere la Parola offerta e farla propria.**

## ... PER TORNARE ALLA VITA

### *Testimonianza di vita*

Mia moglie e io siamo della Chiesa copta ortodossa. In Egitto il 90% della popolazione è musulmana e il 10% cristiana di varie Chiese, la maggior parte della Chiesa copta ortodossa. Nell'appartamento davanti a noi viveva una coppia di musulmani. Alcune volte lui ci perseguitava. Buttava ogni giorno la spazzatura davanti alla nostra porta e ascoltava le preghiere del Corano a volume alto. Un giorno abbiamo udito dei colpi e tanto rumore nel loro appartamento e ci siamo resi conto che stavano litigando. A un certo punto, lui ha aperto la porta, l'ha buttata fuori di casa, ha chiuso l'appartamento e se n'è andato via. Sua moglie era seduta sulle scale e piangeva. Vedendo quella situazione mia moglie l'ha invitata entrare da noi, e lei ha subito accettato, perché non aveva nessun altro posto dove andare. All'inizio ero preoccupato di accoglierla, perché era una donna musulmana e indossava il velo; viviamo in un quartiere popolare e questo avrebbe potuto causarci grandi problemi. Allo stesso tempo ho pensato che quella donna era Gesù che aveva bisogno, che dovevamo amarla, anche correndo rischi. Così, abbiamo deciso di accoglierla, lasciandole la stanza di nostro figlio. Questo voleva dire fare cambiamenti in casa; per esempio, nostro figlio e io non potevamo restare a casa da soli con lei, mi sono quindi messo d'accordo con mia moglie di aspettarla al lavoro per poter rientrare insieme. Poi, quando pregavamo prima di mangiare, non parlavamo di Gesù ma di Dio; le abbiamo assicurato che tutto il cibo era senza carne di maiale. Era una persona fedele alle sue preghiere e leggeva sempre il Corano: quando mi sono accorto che il suo libro del Corano era piccolo, gliene ho comperato uno scritto con caratteri grandi. Dopo un paio di giorni che era con noi, ci siamo resi conto che certamente la stavamo aiutando, ma anche lei ci dava l'opportunità di amare, riconoscendo Gesù nell'altro, una persona sconosciuta, che non praticava la nostra religione. È stata da noi una settimana, in cui abbiamo vissuto tante cose difficili da raccontare in poche parole. Passata una settimana, suo marito è tornato a casa e ha saputo da un vicino che sua moglie era a casa nostra, custodita bene. Un giorno abbiamo sentito bussare alla porta... era suo marito. In un primo momento ho avuto paura di lui, ma dentro di me ero sicuro che avevamo fatto la cosa giusta. L'ho invitato a entrare, lo vedevo tranquillo e subito dopo si è riconciliato con sua moglie. Ci ha ringraziato tanto e non dimenticherò mai le parole che ci ha detto mentre ci salutava: «Non sarò mai un cristiano, ma amerò tutti i cristiani, perché siete persone buone». Mentre sua moglie usciva, ci ha chiesto se era possibile dargli il nostro piccolo Vangelo. Le abbiamo detto di sì e glielo abbiamo donato. Le ho chiesto il piccolo Corano come ricordo. Alla fine ci ha domandato: «Ma perché state facendo questo proprio con noi?». Le abbiamo risposto che siamo stati educati a casa, nelle nostre famiglie e nelle nostre chiese, ad amare le persone, ad aiutare sempre chiunque abbia bisogno. Ci ha chiesto scusa per tutto il male che lei e suo marito ci avevano fatto in passato. Ci ha ringraziato perché si era sentita molto amata da noi e non avrebbe mai dimenticato quello che avevamo fatto per lei. Circa tre mesi dopo, improvvisamente suo marito è morto. Siamo stati al suo funerale e abbiamo cercato di stare vicini a questa signora. Da allora lei vive a casa da sola, ha tre figli grandi che vivono fuori città. Noi cerchiamo di continuare ad amarla, aiutandola nelle cose pratiche, per esempio con la spesa. È un atto d'amore che continua!

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

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

## *Domande*

Quali aspetti della testimonianza mi hanno colpito particolarmente?  
Perché?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Quali sono le modalità che aiutano a vedere e credere in famiglia?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## CONCLUDIAMO CON LA PREGHIERA

Fa' o Signore che nella nostra casa  
quando si parla  
sempre ci si guardi negli occhi.

Non si sia mai soli o nell'indifferenza o nella noia;  
i problemi degli altri non siano sconosciuti o ignorati;  
chi abbia bisogno possa entrare e sia il benvenuto.

Il lavoro sia importante, ma non più importante della gioia;  
il cibo sia il momento di gioia insieme e di parola;  
il riposo sia la pace del cuore oltre che del corpo.

La ricchezza più grande sia la gioia di essere insieme,  
il più debole sia al centro della casa;  
il più piccolo e il più vecchio siano i più amati.

Si renda grazie a Dio per tutto ciò che la vita offre  
e che il Suo amore ci ha dato;  
non si abbia paura di essere onesti e di soffrire per gli altri.

Il crocifisso esposto in casa non sia un portafortuna;  
la parrocchia e la chiesa siano l'orizzonte più ampio;  
il domani non faccia paura, perché Dio è sempre vicino.

La volontà di Dio sia fatta,  
così che ciascuno segua la sua vocazione,  
la strada indicata dal Signore.  
Amen.