movimento dei focolari

Tappe di Spiritualità

Libretto di meditazione per il cammino giubilare

Benvenuti al Giubileo della Speranza 2025!

Ciao! Sei pronto per un viaggio speciale?

Il **Giubileo** è un'opportunità unica per mettersi in cammino, sia **fisicamente a Roma** che **virtualmente ovunque tu sia**. Questo percorso non è solo un viaggio attraverso luoghi, ma soprattutto un'esperienza con Dio e con tante persone che incontreremo che ci aiuterà a crescere nella fede e nella speranza.

Ti accompagneremo in **4 tappe fondamentali**, ognuna con una parola chiave:

- **Pellegrinaggio e Professione della Fede**
- **Porta Santa**
- **Speranza**
- **Riconciliazione**

Per ogni tappa troverai attività e spunti per vivere al meglio questa esperienza:

✓Un momento di riflessione profonda
✓Una preghiera
✓Un approfondimento spirituale legato al **Carisma dell'Unità**
✓Un input di riflessione personale o di gruppo
✓Un' azione concreta
✓Un canto finale

Puoi seguire queste tappe **in qualsiasi ordine**, lasciandoti guidare dallo Spirito e dalle persone che camminano con te. Il nostro obiettivo? **Entrare in relazione con Dio, con i compagni di viaggio e con tutti coloro che incontriamo lungo il cammino.**

Il Pellegrinaggio delle Sette Chiese

Un' antica tradizione per un viaggio nell' oggi

Il nostro percorso segue un **itinerario storico** che ha accompagnato i pellegrini fin dal XVI secolo: il **Pellegrinaggio delle Sette Chiese,** ideato da **San Filippo Neri.** Un cammino di **fede e comunione fraterna,** fatto di preghiera, canti e riflessioni sulla vita cristiana.
Le tappe di questo pellegrinaggio toccano sette luoghi simbolo di Roma:

1. **Basilica di San Sebastiano**
2. **Basilica di San Paolo fuori le Mura**
3. **Basilica di Santa Maria Maggiore**
4. **Basilica di San Pietro in Vaticano**
5. **Basilica di San Lorenzo fuori le Mura**
6. **Basilica di Santa Croce in Gerusalemme**
7. **Basilica di San Giovanni in Laterano**

- **20 km di percorso in totale**
- **Un'esperienza vissuta da secoli da migliaia di giovani e adulti**

Se vuoi seguire il programma speciale che abbiamo preparato per questo pellegrinaggio a Roma clicca qui: Pellegrinaggio delle 7 Chiese

Passaporto del Pellegrino

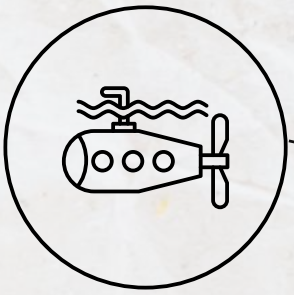
Durante il percorso, avrai a disposizione un **Passaporto del Pellegrino**!
In ogni chiesa visitata, potrai scrivere con **una sola parola** ciò che avete vissuto o che cosa ti ha colpito. Alla fine, avrai un ricordo unico di questa esperienza straordinaria!
Sei pronto a partire? **Buon cammino!**

Pellegrinaggio e Professione della Fede

Il pellegrinaggio è una forte metafora del cambiamento: intraprendi il cammino per cambiare la tua posizione iniziale, per cominciare a vederti in modo diverso e per ripensare la relazione con te stesso e con gli altri. Uscire di casa e iniziare un pellegrinaggio è un atto di coraggio, poiché implica abbandonare la comodità, trovare il proprio cammino e, soprattutto, rispondere a quel desiderio profondo che abita nel cuore di ognuno di noi.

Questo sforzo può essere paragonato alla vita cristiana, un promemoria che la fede non è qualcosa di statico, ma un processo continuo di ricerca, conversione e crescita. Ogni passo fatto nel pellegrinaggio è una chiamata ad avanzare nel cammino della fede.

Così, il pellegrinaggio si trasforma in un atto di "professione viva" della fede, un momento in cui, uniti a tutta la comunità, possiamo esprimere pubblicamente le nostre convinzioni e rinnovare il nostro impegno verso Dio. Un altro momento concreto in cui possiamo professare la nostra fede è nell'Eucaristia, che è al centro della nostra vita cristiana ed è anche un momento fondamentale nel nostro pellegrinaggio di fede. È un atto di comunione con Cristo che rafforza l'unità e l'amore fraterno, spinge la missione e trasforma gli individui per vivere secondo il Vangelo.



IN PROFONDITÀ

"(…) La mia fede, come quella di Pietro e come quella di ognuno di voi, non è soltanto opera mia, adesione mia alla verità di Cristo e della Chiesa. Essa è essenzialmente e anzitutto opera dello Spirito Santo, dono della sua grazia. Il Signore dona a me, come dona a voi, il suo Spirito per farci dire "Credo", servendosi poi di noi per testimoniarlo in ogni angolo della terra.

Carissimi amici, (..) il cammino della fede passa attraverso tutto ciò che viviamo. Dio opera nelle vicende concrete e personali di ciascuno di noi: attraverso di esse, talvolta in modi veramente misteriosi, si presenta a noi il Verbo "fatto carne", venuto ad abitare in mezzo a noi.

Cari giovani e ragazze, non permettete che il tempo che il Signore vi dona trascorra come se tutto fosse un caso. San Giovanni ci ha detto che ogni cosa è stata fatta in Cristo. Credete dunque fortemente in Lui. Egli conduce la storia dei singoli come quella dell'umanità.

Certamente Cristo rispetta la nostra libertà, ma in tutte le vicende gioiose o amare della vita non cessa di chiederci di credere in Lui, nella sua Parola, nella realtà della Chiesa, nella vita eterna!

Non pensate mai, perciò, di essere ai suoi occhi degli sconosciuti, come numeri di una folla anonima. Ognuno di voi è prezioso per Cristo, è conosciuto personalmente, è amato teneramente, anche quando non se ne rende conto.

Cari amici, (…). Lasciatevi plasmare dallo Spirito Santo. Fate esperienza di preghiera, lasciando che lo Spirito parli al vostro cuore. Pregare significa concedere un po' del proprio tempo a Cristo, affidarsi a Lui, rimanere in silenzioso ascolto della sua Parola, farla risuonare nel cuore.

In questi giorni (…). Chiedete allo Spirito Santo di illuminare le vostre menti, chiedetegli il dono di una fede viva, che dia per sempre un senso alla vostra vita, incardinandola in Gesù, il Verbo fatto carne.

Maria Santissima, che ha generato Cristo per opera dello Spirito Santo, Maria Salus Populi Romani e Madre di tutti i popoli, i Santi Pietro e Paolo e tutti gli altri Santi e Martiri di questa Chiesa e delle vostre Chiese, sostengano il vostro cammino." [1]

PREGHIERA

Signore, Tu che conosci ciò che c'è nel mio cuore, Ti chiedo di guidarmi in questo pellegrinaggio. Rinforza la mia fede, affinché, nonostante le difficoltà, la mia anima sia sempre orientata verso di Te. Concedimi la certezza che, in ogni momento, Tu sei con me, e che ogni azione, parola e pensiero siano indirizzati verso la Tua volontà, per vivere in unità con Te e con gli altri. Che la mia vita, Signore, sia un riflesso del Tuo amore che unisce, accoglie e trasforma, manifestando la Tua bontà in ogni passo che faccio.

Amen.

[1] Discorso del Santo Padre Giovanni Paolo II, Giornata Mondiale della Gioventù, durante la Cerimonia di accoglienza (2000)

DAL CARISMA DELL' UNITÀ

Nella generale desolazione che la guerra portava, affiorò un interrogativo nella nostra mente: ma ci sarà un ideale che nessuna bomba può far crollare? E subito una luce: sì, un ideale c'è. Per questo possiamo veramente spendere la nostra vita. Quest'ideale è Dio. Abbiamo deciso allora di far di Dio l'ideale della nostra vita.

E Dio si è manifestato in certo modo a noi durante l'odio della guerra, per quello che realmente è: Amore. Dio ama, Dio ci ama, Dio ci amava. Abbiamo fatto di lui l'ideale della vita.
(…)
Ed è stata un'avventura straordinaria perché, con l'amore, viene Dio in mezzo a noi. Dove c'è la carità e l'amore, lì è Dio. E Dio si manifestava. E noi sentivamo nel nostro cuore una gioia che non avevamo mai provato. Avevamo una luce nel vedere il perché della vita che non avevamo mai avuto. Avevamo un ardore e una forza che non avevamo mai avuto. Prima eravamo fiacche, poi eravamo forti. Era Dio in mezzo a noi che ci dava questa forza.
Ma, proprio perché avevamo Gesù in mezzo a noi, perché avevamo Dio in mezzo a noi, proprio per questo avevamo con noi quella che Gesù dice l'unità, realizzavamo veramente l'unità. E nell'unità, lo si sa, avviene un fenomeno straordinario che io auguro a tutti voi: provare la presenza di Gesù in mezzo a noi, perché lui dice: "Dove due o tre sono uniti nel mio nome, lì sono io in mezzo a loro". **E capite, giovani carissimi, che con Gesù tutto è possibile.**
(...)
Ma io mi domando e domando a voi: dov'è il segreto di questo sviluppo? dov'è il segreto, appunto, di questa vita?
Noi diciamo sempre che è duplice il segreto di questa vita che è Gesù: perché abbiamo avuto Gesù fra noi sempre, il più possibile, che è la Vita, e perché abbiamo tenuto sempre all'unità più profonda con la gerarchia della Chiesa, col Papa e con i vescovi, come tralci uniti alla vite, e in loro c'è Gesù. E quindi Gesù di qua, Gesù di là, Gesù la Vita, Gesù esplode, Gesù invade.
(…)
Ecco, noi pensiamo che, se noi trabocchiamo la nostra vita, la nostra piccola vita in confronto a tutta la grande Chiesa, nella Chiesa, noi possiamo contribuire all'unità delle Chiese e contribuire all'unità del mondo. Questo vogliamo.
E tutto, dicevo, è partito perché abbiamo scelto Dio.

Ora questo lo potete fare anche voi. Potete condurre una vita così, magra magra, secondo la vostra volontà, e poi morire: in un cimitero come tutti, poche rose e poche lacrime. Potete invece fare qualche cosa di serio su questa terra e seguire Gesù, Gesù che è la Vita. Allora vedrete la vita esplodere intorno a voi.[2]

INPUT DI RIFLESSIONE

- Cosa significa per te iniziare un pellegrinaggio nella tua vita di fede?
- In quali aree della tua vita senti che Dio ti sta chiamando a crescere e a cambiare?
- Quali cambiamenti pratici puoi fare affinché Gesù sia davvero l'ideale della tua vita?
- Come puoi vivere la tua fede in modo autentico, anche in un ambiente che non sempre la comprende o la sostiene?
- Credi che con Gesù tutto sia possibile? Come sperimenti questa realtà nella tua vita?
- Cosa significa per te essere una testimonianza dell'unità in Cristo?

AZIONE

Oggi ti invitiamo a vivere il tuo pellegrinaggio in modo concreto. Impegnati a dedicare un momento di intimità con Dio, se possibile attraverso l'Eucaristia, e a compiere almeno un atto di servizio durante la giornata (aiutando un compagno stanco o collaborando alla pulizia del luogo). Questi piccoli gesti sono un modo per vivere la tua fede. Alla fine della giornata, rifletti su come questi atti ti abbiano avvicinato a Dio e agli altri.
Infine, non dimenticate di scrivere la parola sul tuo passaporto del pellegrino! È uno strumento che ti permetterà fisare nel cuore i momenti forti di questo percorso.

[2] Chiara Lubich ai giovani spagnoli. IV Giornata Mondiale della Gioventù: "Testimonianza su Gesù-Vita" (1989)

CANZONE

Clicca qui

Ci vuole coraggio[3]

G - D - Am – C

Anche se a volte è difficile
Camminare in questo mondo
Ogni istante della vita
È una scelta, un traguardo, una strada in salita
C' è qualcosa che ci lega
Ci muove dentro, Ci spinge a uscire fuori da noi
Proprio quando ci sentiamo fragili.
Perché ci vuole coraggio
Per cambiare le cose, per chiedere aiuto
Per alzare lo sguardo e dire a qualcuno
"Ci sarò per te"
Ci vuole coraggio
Per sporcarsi le mani e cominciare da zero
Fare un piccolo gesto
Ma farlo davvero, davvero, davvero!
Mai nessuno potrà spegnere
Quello che sentiamo dentro
Noi continueremo sempre
A guardare negli occhi chi ci passa accanto
C' è qualcosa che ci lega
Ci muove dentro
Ci spinge a dare il meglio di noi
Anche nelle cose semplici
Perché ci vuole coraggio
Per cambiare le cose,
per chiedere aiuto
Per alzare lo sguardo e dire a qualcuno
"Ci sarò per te"
Y hay que ser valiente
Para ensuciarse las manos y empezar desde cero
Hacer un gesto sencillo
Pero realmente hacerlo, hacerlo, hacerlo
Siamo stati chiamati
Questo è il nostro viaggio
Cambieremo il buio in luce,
I dubbi in coraggio
Per le ingiustizie alzeremo la voce
Abbatteremo i muri e cercheremo la pace
Una città non basta!
Solo l' amore resta!
Lasceremo una traccia,
Anche un solo bagliore
Un segno di speranza per un mondo migliore
Cause we need to be braver
Let' s go out there and try
To change all things all around
Ask for help and look up now
And tell someone
"I'll be there for you"
Una città non basta!
Solo l' amore resta!
Fare un piccolo gesto
Ma farlo davvero, davvero, davvero!

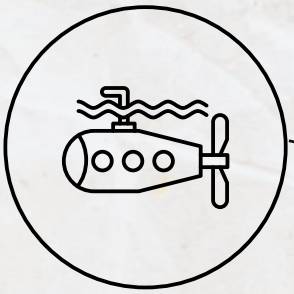
Porta Santa

La Porta Santa è un invito a una nuova vita. La vita è fatta di passaggi: momenti di ombra e luce, di dolore e gioia, di dubbi e certezze. Ognuno di questi momenti ci sfida, ma può anche essere un'opportunità per confidare, per avanzare, per riconoscere le nostre cadute e sentire l'abbraccio misericordioso di Dio.

Attraversare la Porta Santa è un simbolo che si può tradurre nella decisione di camminare con una nuova disposizione, lasciando indietro il passato. Ci ricorda che il cammino verso Dio non è mai bloccato per chi cerca il suo amore. Per questo motivo, più che un atto fisico, è un atto di fede.

Una fede libera, non imposta da norme esterne, ma vissuta come un cammino personale dove scopriamo il sentiero che Dio ha sognato per ciascuno di noi. La fede non è un limite, ma un orizzonte che ci chiama a scoprire l'immensità dell'amore di Dio.

In questo cammino, la gioia è una compagna inseparabile, non è una semplice emozione passeggera o superficiale, ma la certezza profonda di sapere di essere amati da Dio, di sperimentare la sua misericordia e di vivere con la fiducia che Lui sostiene ogni passo nostro.



IN PROFONDITÀ

Dal Vangelo San Giovanni 10, 7-10.

Allora Gesù disse loro di nuovo: "In verità, in verità vi dico: io sono la porta delle pecore.
Tutti coloro che sono venuti prima di me, sono ladri e briganti; ma le pecore non li hanno ascoltati.
Io sono la porta: se uno entra attraverso di me, sarà salvo; entrerà e uscirà e troverà pascolo.
Il ladro non viene se non per rubare, uccidere e distruggere; io sono venuto perché abbiano la vita e l'abbiano in abbondanza.

PREGHIERA

Signore Gesù, in questo Anno Giubilare, ci avviciniamo alle Porte Sante con cuori pieni di speranza e desiderio di rinnovamento. Sappiamo che queste porte simboleggiano un passaggio, un'opportunità per lasciare alle spalle il passato e abbracciare la tua misericordia.

Ti preghiamo di guidarci attraverso questo cammino, aiutandoci a liberarci da ciò che ci appesantisce e ci allontana da te. Concedici la forza di superare le difficoltà, di trovare rifugio nella tua presenza e di sperimentare la pienezza della tua grazia.

Che questo passaggio sia un momento di profonda trasformazione, un'occasione per riscoprire la gioia e la pace che solo tu puoi donare.

Amen.

DAL CARISMA DELL'UNITÀ

"Il primo passo sarà quello di riconoscerci peccatori e bisognosi del perdono di Dio, in un atteggiamento di illimitata fiducia nei suoi confronti.

Può accadere che i nostri ripetuti errori ci scoraggino, ci chiudano in noi stessi. Occorre allora lasciare socchiusa, almeno un po', la porta del nostro cuore. Scrive Chiara Lubich nei primi anni '40 a qualcuno che si sentiva incapace di andare oltre le proprie miserie: «Occorre levarsi dall'anima ogni altro pensiero. E credere che Gesù è attirato a noi dall'esposizione umile e confidente ed amorosa dei nostri peccati. Noi, per noi, null'altro abbiamo e facciamo che miserie. Lui, per Lui, a riguardo nostro, non ha che una sola qualità: la Misericordia. L'anima nostra si può unire a Lui soltanto offrendogli in dono, come unico dono, non le proprie virtù ma i propri peccati! [···] se Gesù è venuto sulla terra, se s'è fatto uomo, se qualcosa brama [···] è soltanto: Far da Salvatore. Far da Medico! Null'altro desidera»". [4]

[4] PAROLA DI VITA Marzo 2024 «Crea in me, o Dio, un cuore puro, rinnova in me uno spirito saldo» (Sal 51[50],12). A cura di Augusto Parody Reyes e del team della Parola di Vita.

INPUT DI RIFLESSIONE

- “È necessario allontanare dall’anima ogni altro pensiero. E credere che Gesù sia attirato da noi attraverso l’esposizione umile, fiduciosa e amorevole dei nostri peccati”. - Chiara Lubich

Domanda: C’è una parte di voi che esita a fidarsi completamente di Dio? Come sarebbe varcare la Porta Santa con piena fiducia nel Suo amore

- “Ci ricorda che il cammino verso Dio non è mai bloccato per chi cerca il suo amore”.

Domanda: In quale punto della mia vita sento che il cammino verso Dio è bloccato e come posso cercare attivamente il Suo amore per liberare la strada?

- “Attraversare la Porta Santa è un simbolo che si può tradurre nella decisione di camminare con una nuova disposizione, lasciando indietro il passato”.

Domanda: Quali specifici fardelli o abitudini del passato sono chiamato a lasciarmi alle spalle mentre varco questa porta simbolica?

AZIONE

Pensate alle diverse transizioni della vita (ad esempio, dall’infanzia all’adolescenza, all’inizio di una nuova scuola, alle decisioni importanti). Disegnate una linea del tempo e segnate i momenti di esitazione, paura, eccitazione, coraggio e crescita. Dove vedete la presenza di Dio?

Se potete, attraversate una Porta Santa, a Roma, o più vicina a voi nelle vostre diocesi, in gruppo o individualmente, pensando a una preghiera intenzionale.

CANZONE

Clicca qui <u>Con Te Camminerò</u> [5]

La- Sol Do La- Fa+7 Sol

Mi hai chiamato ed ora sono qui
La mia vita ormai Signore
Trova senso solo in te
Cerco nel profondo e tu ci sei
Guardo intorno e poi ti trovo accanto a me
Insieme a te camminerò
In ogni volto, in ogni pianto
Io ti riconoscerò
Ti seguirò ovunque andrai
Io con te camminerò
Come servo sei venuto qui
Per chi è solo e chi è ferito
Per chi vive in povertà
Ora oh Signore, manda me
Segno del tuo amore per l' umanità
Insieme a te camminerò
In ogni volto, in ogni pianto
Io ti riconoscerò
Ti seguirò ovunque andrai
Io con te camminerò

Tu sei qui, sei con noi,
Sempre accanto a noi
Nel dolore di chi non ha più una casa
Tu sei lì
Nel silenzio di chi ha perso ogni speranza
Tu sei lì
Nei rimpianti, nei miei dubbi
E nel buio delle mie fragilità
Tu sei lì
And I will walk on holy ground
I' ll hear your voice, I' ll see your face
I will find you in the crowd
Lord, I will go where you will lead me
I will walk on holy ground
Et avec toi, j' irai Seigneur,
J' entends ta voix, et je te vois
Dans les pauvres autour de moi
Je te suivrai où tu me conduis
Je te vois auprès de moi
You are near, you are here
Io con te Camminerò

[5] Gen verde

Speranza

Il Giubileo del 2025, dal tema **“Pellegrini di Speranza”**, è un’opportunità speciale per riscoprire la nostra fede e riaccendere la speranza!

Fede e Speranza sono una coppia inseparabile! Papa Francesco, nella bolla **“Spes non confundit”**, ci ricorda che la speranza, nella Bibbia, è strettamente legata alla fede: senza fede non c’è speranza, e senza speranza la fede rischia di spegnersi.

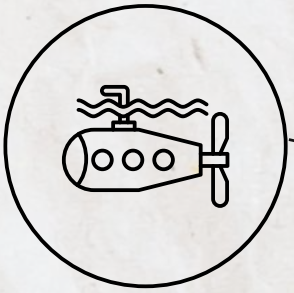
Oggi, nel mondo in cui viviamo, ci troviamo spesso a fare i conti con la mancanza di speranza, ed è proprio qui che il Giubileo diventa un’occasione unica: un momento per ritrovare Dio e rimetterlo al centro della nostra vita. Ci sono, diversi tipi di speranza: quella comune a tutti gli uomini, credenti o non credenti, che riguarda cose o avvenimenti che dovranno accadere, e questa è già una forma di speranza, ed è un sentimento positivo per tutti. C’é la speranza cristiana che è quella che non tutto finisce con la morte, crediamo che la vita non finisce perché Gesù é risorto. Ecco la nostra Speranza si basa su questa roccia e su questa Parola di verità e ha la dimensione dell’eternità. C’è veramente da farsi venire le vertigini. Noi non speriamo in qualcosa di misurabile, ma il nostro sguardo vola così lontano da incontrare quello di Dio perchè Dio è l’Eterno. Camminare nella speranza, significa credere che l’amore è più forte di tutto e che ogni gesto d’amore che facciamo rimane per sempre: perché Dio è Amore e Gesù ci ha rivelato questa verità. Sperare, significa amare e mettersi in cammini per un viaggio, ricco di scoperte che dura tutta la vita.

Un amico che incontreremo in questa tappa del viaggio e il Cardinale Van Thuan.
François-Xavier Nguyễn Văn Thuận (1928-2002) è stato un uomo straordinario, un testimone di **fede, speranza e riconciliazione**, anche nei momenti più difficili della sua vita.

È nato in Vietnam e nel 1975 è stato nominato **arcivescovo coadiutore di Saigon**, proprio poco prima che la città cadesse sotto il regime comunista. È stato **arrestato senza processo** e ha passato **13 anni in prigione**, di cui **9 in isolamento**. Nonostante tutto, ha continuato a **pregare, sperare e amare**: ha celebrato la Messa di nascosto, scrivendo messaggi di incoraggiamento su pezzetti di carta che riusciva a far arrivare fuori dalla prigione. Una volta liberato, nel 1988, si è trasferito a **Roma** ed è diventato Presidente del **Pontificio Consiglio della Giustizia e della Pace**, impegnandosi per costruire un mondo più giusto.

Questo nostro compagnio di viaggio, Cardinale Van Thuận ha avuto un rapporto speciale con il **Movimento dei Focolari** e con **Chiara Lubich**. Si è sentito profondamente in sintonia con la spiritualità dell'unità e della fraternità e ha partecipato a diversi incontri internazionali dei Focolari, portando la sua **testimonianza di perdono e speranza**. Ha visto nel **Carisma dell'Unità** una strada concreta per la riconciliazione tra i popoli e ha vissuto con gioia la fraternità con tante persone.

Chiara Lubich lo ha sempre considerato un esempio di **Vangelo vissuto**, capace di trasformare il dolore in amore per gli altri. Oggi, la sua vita continua a ispirare tantissimi giovani e il suo **processo di beatificazione** è stato aperto nel 2007. La sua storia ci ricorda che, anche nelle situazioni più difficili, **la speranza è più forte di qualsiasi prigione!**
Continuiamo il viaggio del nostro pellegrinaggio con questo nuovo amico!



IN PROFONDITÀ

"Noi, invece, in virtù della speranza nella quale siamo stati salvati, guardando al tempo che scorre, abbiamo la certezza che la storia dell'umanità e quella di ciascuno di noi non corrono verso un punto cieco o un baratro oscuro, ma sono orientate all'incontro con il Signore della gloria [···] Davanti alla morte, dove tutto sembra finire, si riceve la certezza che, grazie a Cristo, alla sua grazia che ci è stata comunicata nel Battesimo, «la vita non è tolta, ma trasformata», per sempre [···] Il Giubileo ci offrirà l'opportunità di riscoprire, con immensa gratitudine, il dono di quella vita nuova ricevuta nel Battesimo in grado di trasfigurarne il dramma". [6]

PREGHIERA

Signore, quando il cammino si fa incerto,
donami la luce della Tua speranza.
Quando la paura mi blocca,
fammi sentire che Tu sei accanto a me.

[6] Spes non confundit, Papa Francesco 2024, nn 19-20

Quando il mondo sembra buio,
aiutami a vedere con gli occhi della fede.
Signore, insegnami a sperare anche nelle difficoltà,
a fidarmi di Te senza esitazione,
a credere che il bene vince sempre,
anche quando non lo vedo subito.
Riempi il mio cuore di coraggio,
fammi essere testimone di speranza per chi mi sta accanto,
e aiutami a portare luce e amore ovunque vada.
Amen.

DAL CARISMA DELL' UNITÀ

In prigione per Cristo

"Gesù,
ieri pomeriggio, festa di Maria Assunta,
sono stato arrestato.
Trasportato durante la notte da Saigon
fino a Nhatrang
quattrocentocinquanta chilometri di distanza
in mezzo a due poliziotti,
ho cominciato l'esperienza di una vita di carcerato.
Tanti sentimenti confusi nella mia testa:
tristezza, paura, tensione,
il mio cuore lacerato
per essere allontanato dal mio popolo.
Umiliato, ricordo le parole della Sacra Scrittura:
'E' stato annoverato tra i malfattori' (Lc 22,37).
Ho attraversato in macchina le mie tre diocesi,
Saigon, Phanthiet, Nhatrang
con tanto amore verso i miei fedeli;
ma nessuno di loro sa che il loro Pastore
sta passando
la prima tappa della sua Via crucis.
Ma in questo mare di estrema amarezza,
mi sento più che mai libero. Non ho niente con me,

neanche un soldo, eccetto il mio rosario
e la compagnia di Gesù e Maria.
Sulla strada della prigionia ho pregato:
'Tu sei il mio Dio e il mio tutto'.
Gesù,
ormai posso dire come san Paolo:
'Io Francesco, a causa di Cristo,
ora sono in prigione' (Ef 3,1).
Nel buio della notte
in mezzo a questo oceano di ansietà, d' incubo,
piano piano mi risveglio:
'Devo affrontare la realtà'.
Sono in prigione:
se aspetto il momento opportuno
per fare qualcosa di veramente grande,
quante volte nella vita mi si presenteranno
simili occasioni?
No, afferro le occasioni che si presentano ogni
giorno,
per compiere azioni ordinarie in un modo
straordinario'.
Gesù,
io non aspetterò: vivo il momento presente,
colmandolo di amore.
La linea retta è fatta di milioni di piccoli punti
uniti uno all' altro.
Anche la mia vita è fatta di milioni di secondi
e di minuti uniti uno all' altro.
Dispongo perfettamente ogni singolo punto
e la linea sarà retta.
Vivo con perfezione ogni minuto
e la vita sarà santa.
Il cammino della speranza è lastricato di piccoli
passi di speranza.
La vita di speranza è fatta di brevi minuti
di speranza.
Come tu, Gesù, che hai fatto sempre
ciò che piace al Padre tuo.
Ogni minuto voglio dirti:
Gesù, ti amo,
la mia vita è sempre una 'nuova ed eterna
alleanza' con te.
Ogni minuto voglio cantare con tutta la Chiesa:
Gloria al Padre e al Figlio e allo Spirito Santo…"[7]

[7] François-Xavier Nguyễn Văn Thuận. Residenza obbligatoria a Cay-Vong. (Nhatrang, Centro Viet Nam), 16 agosto 1975, all' indomani dell' Assunzione di Maria

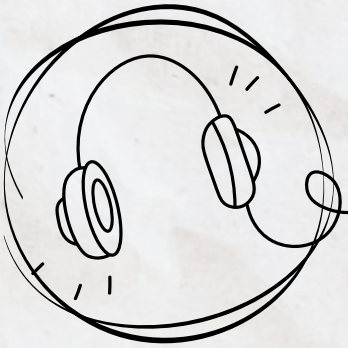
INPUT DI RIFLESSIONE

- Cosa significa per me “guardare avanti” con fiducia, anche quando le cose non vanno come vorrei?
- Quali esperienze personali o testimonianze di altri mi hanno mostrato che Dio può davvero trasformare ogni cosa?

AZIONE

- Scegli una frase del Cardinale Van Thuan che ti è piaciuta di più.
- Condividi questa frase con qualcuno che sta facendo il cammino del Giubileo con te e, se vuoi, spiega perché è significativa per te
- Scrivi su una striscia di carta un’ azione concreta con cui può portare speranza nella tua vita o nella vita degli altri (es. un gesto di gentilezza, una parola di incoraggiamento, un impegno di servizio, una scelta di fiducia in Dio ...).
- Invita i tuoi amici che fanno il cammino giubilare con te a fare lo stesso
- Durante un momento di gruppo, costruite una catena con le strisce di carta che avete scritto, ognuno può leggere quello che ha scritto.
- Riflettete su come le piccole scelte personali possano trasformarsi in un movimento di speranza più grande.
- Riflettete su queste domande:
  Come mi sono sentito/a nel vedere la mia azione unirsi a quelle degli altri?
  In che modo questa esperienza mi motiva a essere più portatore di speranza ogni giorno?

Cercate di mettere in pratica l’ azione scritta nei giorni successivi e, se possibile, condividete la vostra esperienza su questo durante un altro incontro di gruppo.



CANZONE

Clicca qui 👉 **Resta qui con noi**[8]

INTRO: Re Re7 Sol Re Sib7 Mi -7/4 Re

Re Sol
Le ombre si distendono, scende ormai la sera
Re Mi - Si - Fa# -
e s'allontanano dietro i monti i riflessi di un giorno che non finirà,
Mi Sol Re
di un giorno che ora correrà sempre,
Fa# - Sol Mi - Re Sol La4
perché sappiamo che una nuova vita da qui è partita e mai più si fermerà.
Re La Sol Re
Resta qui con noi, il sole scende già.
Mi - La Sol La Re
Resta qui con noi, Signore, è sera ormai.
La Sol Re
Resta qui con noi, il sole scende già.
Mi - La Sol La Re
se Tu sei fra noi, la notte non verrà.
Sol
S'allarga verso il mare il tuo cerchio d'onda,
Re Mi - Si - Fa# -
che il vento spingerà fino a quando giungerà ai confini di ogni cuore,
Mi Sol Re
alle porte dell'amore vero.
Fa# - Sol Mi - Re Sol La4
Come una fiamma che dove passa brucia, così il tuo amore tutto il mondo invaderà.

Re La Sol Re
Resta qui con noi, il sole scende già.
Mi - La Sol La Re
Resta qui con noi, Signore, è sera ormai.
La Sol Re
Resta qui con noi, il sole scende già.
Mi - La Sol La Re
se Tu sei fra noi, la notte non verrà.

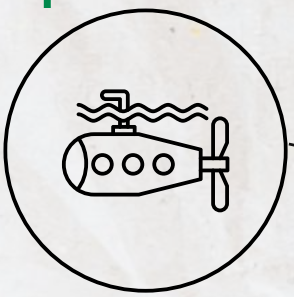
Sol
Davanti a noi l'umanità lotta, soffre e spera,
Re Mi - Si - Fa# -
come una terra che nell'arsura chiede l'acqua da un cielo senza nuvole,
Mi Sol Re
ma che sempre le può dare vita.
Fa# - Sol Mi - Re Sol La4
Con Te saremo sorgente d'acqua pura, con Te fra noi il deserto fiorirà.

Re La Sol Re
Resta qui con noi, il sole scende già.
Mi - La Sol La Re
Resta qui con noi, Signore, è sera ormai.
La Sol Re
Resta qui con noi, il sole scende già.
Mi - La Sol La Re
se Tu sei fra noi, la notte non verrà.

[8] Gen Rosso

Riconciliazione

Esploreremo il profondo significato della riconciliazione attraverso diverse dimensioni, concentrandoci su Abbraccio, Promessa, Riscatto e Coscienza. Attraverso alcuni passi del Vangelo, domande e attività, approfondiremo il tema della riconciliazione. Speriamo che, alla fine, possiate sentire una chiamata all'azione che vi incoraggi a mettere in pratica questi insegnamenti.



IN PROFONDITÀ

- **L'abbraccio** è il tema centrale della parabola del figliol prodigo (Lc 15, 11-24) è l'amore incondizionato e l'accettazione. (Lc 15, 11-24)

L'abbraccio è un gesto che accoglie una persona per quella che è. Questo gesto ha il potere di guarire e lenire. Dio abbraccia il suo popolo ogni volta che ristabilisce l'alleanza, facendolo sentire più vicino a Lui nonostante le proprie fragilità e mancanze. Ci si abbraccia perché ci si sente accompagnati nel cammino della vita e questo è in contatto con la grazia di Dio, ma anche con l'altro per me e io per lui.

- **Il riscatto** sottolinea la liberazione dal senso di colpa e dal fallimento personale, mostrando come la misericordia di Dio possa redimere e guarire. (Isaia 43:1-7)

Ciò implica riconoscere la propria fragilità, ma anche ricordare che siamo fatti per amare e non per identificarci con il nostro fallimento, per andare avanti e non lasciarci sopraffare dalle ferite delle nostre cadute. Significa anche abbracciare il potere trasformativo della misericordia di Dio. La vera riconciliazione non consiste semplicemente nel rimediare a un errore o nel cancellare il passato, ma nell'essere redenti, rinnovati e liberati dai fardelli che ci opprimono.

- **Promessa** riflette sulla fedeltà e sulla speranza, ispirandosi alla storia della fiducia di Abramo nell'alleanza di Dio (Genesi 12, 1-4).

Abramo è chiamato a lasciare tutto ciò che è familiare per intraprendere un viaggio verso una destinazione sconosciuta, guidato solo dalla promessa di Dio. Questo richiede fiducia e ci fa scoprire che Dio è un compagno costante nel nostro viaggio. Siamo chiamati a lasciare indietro gli errori, le ferite e i dubbi del passato e ad affidarci al cammino che porta alla guarigione e al rinnovamento. Un cammino in cui scopriamo che la promessa di Dio è viva, che la sua presenza è con noi e che la trasformazione è sempre possibile.

- **Coscienza** approfondisce l'autoconsapevolezza e il discernimento morale, utilizzando la storia di Zaccheo per illustrare la trasformazione che avviene attraverso l'incontro con Cristo. (Lc 19, 1-10)

Nonostante la vita di Zaccheo sia stata caratterizzata dalla corruzione, non ha mai perso completamente la sua coscienza. L'incontro con Gesù ha risvegliato in lui il desiderio di cambiare. Questo ci sprona a non giudicare gli altri né noi stessi. Dobbiamo ricordare che la riconciliazione non consiste solo nel guadagnarsi la dignità, ma anche nel riscoprire l'amore di Dio che è sempre stato lì, pronto a trasformarci.

PREGHIERA

Padre Celeste, tu sei il Dio dei nuovi inizi e ci chiami a lasciarci alle spalle i nostri fardelli, le nostre paure e le nostre delusioni, per confidare che tu cammini con noi e ci guidi verso la guarigione e il rinnovamento.

Signore, dacci il coraggio di riconciliarci, di lasciar andare le ferite del passato, di perdonare come abbiamo ricevuto il perdono. Guarisci le ferite che portiamo dentro di noi e apri i nostri cuori per vedere oltre il giudizio, riconoscendo il dolore e il desiderio negli altri. Rendici strumenti di pace, testimoni del Tuo amore indefettibile e riflessi della Tua promessa che nulla è al di là della redenzione e che in Te tutte le cose sono fatte nuove.

Padre nostro..

Amen.

DAL CARISMA DELL' UNITÀ

Fate tutto il possibile per ricomporre l'unità. (A questo link potete trovare un breve video di Chiara che parla di riconciliazione, come ricostruire Gesù in mezzo quando è perduto).

INPUT DI RIFLESSIONE

- Tutti noi portiamo dentro di noi delle ferite, cose dette, cose fatte, cose lasciate irrisolte. Prima di andare avanti, dobbiamo riconoscerle. Prendetevi un momento per identificare una relazione nella vostra vita in cui è necessaria la riconciliazione.

Domande: a quale ferita mi aggrappo? Mi sono mai sentito prigioniero dei miei errori passati?

- Gesù ci chiama a perdonare, non perché sia facile, ma perché ci rende liberi. La riconciliazione inizia con il desiderio di guarire. Come il padre del figliol prodigo, Dio si muove sempre per primo verso di noi. Ma ci invita a fare un passo, anche piccolo, verso la guarigione.

Domande: Cosa mi impedisce di perdonare? Quale piccolo passo posso compiere verso la riconciliazione?

- La misericordia di Dio è illimitata. Quando ci avviciniamo a Lui, ci accoglie come figli amati. La riconciliazione è in definitiva una questione d'amore".

Domanda: posso confidare nella grazia di Dio per ottenere la guarigione di ciò che non posso risolvere da solo?

- Abramo ha seguito la chiamata di Dio senza conoscere la destinazione finale.

Domanda: In che modo questo sfida il mio bisogno di certezze in ambito religioso e nelle relazioni interpersonali?

AZIONE

- Vi sfidiamo a compiere un atto di riconciliazione. Per esempio: Scrivere un messaggio o una lettera di scuse, visitare una persona con cui non ci si sente di avere un rapporto, impegnarsi a cambiare un atteggiamento negativo.
- Vi chiediamo di fare un esame di coscienza e poi di confessarvi.

CANZONE

Clicca qui 👉 **Ritornando**[9]

Ea Sol_m Mi♭ Si♭
Cosa dirò ritornando così
Miserabile relitto
D' una vita che ho distrutto
Sulla piaga cartavetro
Di rimorso e di rimpianto
La mia casa non mi è mai mancata tanto
Cosa dirà a vedermi così
Dopo il tempo che è passato
E il Suo amore calpestato
Alla porta mi presento
Con i morsi della fame
Da randagio che s' aspetta le sassate
Neanche il tempo di bussare
Né di chiedere perdono
Che mi corre incontro e sento quasi gridare
Ti ho aspettato così tanto
Nel tuo pianto anch' io ho pianto
Io non vedo questo fango
Io vedo te
Stavo giorno dopo giorno
A sperare il tuo ritorno
Quella luce alla finestra
Era per te
Era per te

Cosa dirò di un Amore così
Grande più di tutto il mondo
Ti travolge nel profondo
Più di quanto l' hai sognato
Questo amore esagerato
Che ti cerca quanto più tu sei fallito
Cosa dirò di un Amore così
Scioglie secoli di ghiaccio
Nella fiamma d' un abbraccio
Forza dolce che accarezza
Forza fonda d' infinito
E più grande quanto più tu l' hai ferito
Neanche il tempo di bussare
Né di chiedere perdono
Che mi corre incontro e sento quasi gridare
Ti ho aspettato così tanto…
…era per te
Oggi è festa grande festa
Era per te
La tua casa è sempre questa
È festa per te
Oggi è festa grande festa
La tua casa è sempre questa
Quella luce alla finestra
Era per te
Era per me

[9] Gen Verde

movimento dei
focolari

Ser