



1. La forma

gli occhi ci aiutano a trovare il nostro modo di attendere



*Tempo d'attesa,
è tempo che si apra questa nostra
corazza di spine ai profumi del mondo,
ogni spina è un pensiero,
in questi tempi difficili e dolorosi,
così incomprensibili,
eppure così nostri.*

*Tempo d'attesa,
in ascolto,
per spingere lo sguardo oltre queste spine,
per aprire tutti i sensi
e maturare pazientemente il desiderio.
Serena partecipazione al Tuo disegno.*



Attesa di felicità

Prima settimana di Avvento

Dalla prima lettera di san Paolo apostolo ai Corinzi Cor 1, 3-9

Fratelli, grazia a voi e pace da Dio Padre nostro e dal Signore Gesù Cristo! Rendo grazie continuamente al mio Dio per voi, a motivo della grazia di Dio che vi è stata data in Cristo Gesù, perché in lui siete stati arricchiti di tutti i doni, quelli della parola e quelli della conoscenza. La testimonianza di Cristo si è stabilita tra voi così saldamente che non manca più alcun carisma a voi, che aspettate la manifestazione del Signore nostro Gesù Cristo. Egli vi renderà saldi sino alla fine, irriprensibili nel giorno del Signore nostro Gesù Cristo. Degno di fede è Dio, dal quale siete stati chiamati alla comunione con il Figlio suo Gesù Cristo, Signore nostro!

SPUNTI DI RIFLESSIONE

Quando compare la notifica di una mail inviata da un caro amico che non sentiamo da tempo, oltre alla gioia proviamo molte altre emozioni: curiosità, attesa, gratitudine di essere stati ricordati, forse anche trepidazione, se pensiamo che possa contenere notizie importanti. Alcuni aprono subito la mail; altri attendono di essere tranquilli a casa per poterla leggere con calma; altri ancora si prendono del tempo per gustare quel momento, di gioia e attesa, perché già in sé quei sentimenti ci appagano e nutrono il nostro cuore. E poi arriva finalmente il tempo di aprirla e leggerla. Forse è accaduto qualcosa di analogo alla comunità di Corinto quando ha ricevuto la lettera di San Paolo.

- Fin dalla prima frase Paolo si rivolge ai suoi destinatari scegliendo due termini rilevanti e non banali: **“grazia”** e **“pace”**, che insieme costituiscono un binomio con cui esprime il suo augurio di pienezza di vita per i Corinti, una compiutezza desiderata e invocata su di loro e per loro, rivelando la generosità e la grandezza di cuore dell’Apostolo.
- Seguono altre parole, piene di tenerezza e rispetto: **“Rendo grazie continuamente al mio Dio per voi”**, ossia **“Ringrazio Dio perché ci siete, per quello che siete, per i doni che possedete, per i vostri talenti e le vostre abilità”**. Due in particolare danno gioia a San Paolo, i doni della parola e della conoscenza. **“Ringrazio il Signore per ciò che comprendete, per come lo comprendete, per come sapete parlarne e sapete dividerlo tra voi e con altri”**.
- Paolo sceglie poi una “terza” parola, che ci sembra significativa per il tempo che ci apprestiamo a vivere: **attesa**. Per lui è l’attesa del Signore che viene, che viene nelle vite, nelle comunità, nei giorni di lavoro e di festa, di intensa attività e di riposo; un’attesa, che non sfibra e consuma gli animi, come talvolta può accadere, ma riempie di forza ed energia, in vista del dono più bello e grande: la comunione con il Signore Gesù, l’intimità e l’amicizia con lui. La comunità di Corinto ieri, le nostre comunità oggi, sono in attesa di un amico!
- A volte ci viene chiesto o ci chiediamo quale sia la nostra **vocazione**. È la quarta parola. Qui Paolo lo esprime chiaramente: la nostra vocazione è ad essere amici di Gesù.

2. La Parola

quella di Dio prima di tutto
e altri contributi per la riflessione

Questa lettera giunge alle nostre Comunità capi oggi, all’inizio di un nuovo anno liturgico e all’inizio del percorso della RN24 che ci porterà all’evento dell’estate 2024. Come risuonano nella nostra vita concreta di capo e capi in servizio queste **4 parole**?

Grazia e pace Grazie per Attesa Vocazione

LE VIE DI FELICITÀ CHE EMERGO DAL TESTO

1. Beati gli uomini e le donne di pace
2. Beati i grati
3. Beati coloro che sanno attendere
4. Beati coloro che scelgono di essere amici

DOMANDE

1. Beati gli uomini e le donne di pace - Grazia e pace...

Qual è il gesto concreto o l’attitudine che può aiutare la pienezza di vita dei ragazzi ai quali presti servizio? Inizi mai la riunione “benedicendoli” silenziosamente, con le parole di San Paolo: “Abbiate una vita piena e di pace”?

2. Beati i grati - Grazie per...

Quali sono i doni di cui pensi che la tua Comunità capi sia ricca?

Ciascun membro della tua Comunità capi è unico e speciale. Scorri i nomi e i volti di chi presta servizio insieme a te, quali doni riconosci a ciascuno di loro?

3. Beati coloro che sanno attendere - Attesa...

Ti viene in mente un episodio concreto o un momento speciale in cui la Comunità capi ti ha aiutato nel tuo cammino di fede e di conoscenza del Signore?

4. Beati coloro che scelgono di essere amici - Vocazione...

Qual è la parola e/o la testimonianza di una capo/un capo della tua Comunità capi che ti ha dato gioia e ha accresciuto il tuo desiderio di metterti al servizio dei ragazzi, riconoscendo in essi la presenza concreta del Signore nella tua vita?

NB

Le domande che abbiamo proposto dopo il brano sono uno strumento. Sentiti libera/o di usarle solo nella misura in cui aiutano a focalizzare la tua riflessione e preghiera. Scegli quelle che ti aiutano in questo momento.

Non usarle se ti rendi conto che il brano che hai letto ti spinge a riflettere su altri aspetti della tua vita e del tuo servizio. Inoltre, non preoccuparti di considerare tutto il testo della Parola di Dio. Se trovi una frase, un’immagine o anche solo una parola che ti “danno gusto”, rimani lì per tutto il tempo che ritieni, non andare oltre, ma vai in profondità!





Attesa di felicità

Prima settimana di Avvento

3. Lo stile

anche il “come” è importante

UN PO' DI TEMPO PRIMA DI INIZIARE A PREGARE

Scegli un momento della giornata in cui pensi di non essere disturbata/o e non sei troppo stanca/o da addormentarti.

Scegli quanto tempo dedicare alla preghiera: 15, 20, 30 minuti. Una volta scelto, all'inizio della preghiera ricordati di impostare la sveglia del cellulare, così potrai stare con il Signore e con te stessa/o senza essere distratta/o dal guardare l'orologio.

Scegli un LUOGO dove pregare, dove tu ti senti al sicuro e a tuo agio. Sceglilo pensando di non essere interrotta/o o distratta/o eccessivamente.

SUBITO PRIMA DI INIZIARE A PREGARE

Leggi il brano, anche due o tre volte, lentamente. Con una lettura lenta alcune parole, un'immagine, un'espressione “emergeranno” dal testo, le sentirai di più e ti colpiranno. Sottolineale e segnale.

Scegli una posizione del corpo, seduta/o o sdraiata/o (se sei nella tua camera). Scegli una posizione che puoi tenere per tutto il tempo della preghiera, che sia comoda e non ti distraiga.

PREGHIERA

1. Inizia facendo un **segno di croce**.
2. Per qualche secondo concentrati sul **respiro**: l'aria che entra e che esce dalle narici...
3. Poi **visualizza il volto del Signore Gesù**, che ti guarda con amore, rispetto, amicizia e stima.
4. Ora **prendi le parole che ti hanno colpito nella lettura** che hai fatto poco prima e ripetile silenziosamente dentro di te, riflettendo su di esse, pensando a come possono essere legate alla tua vita, a cosa ti fanno venire in mente: quali ricordi suscitano? Quali intuizioni favoriscono? Quali desideri fanno emergere? Come ti aiutano ad amare di più?
5. Quando senti suonare la sveglia che hai impostato e avviato prima del segno di croce, termina la preghiera, **rivolgiti a Gesù come un amico ad un amico**, dandogli del tu, ringraziandolo per il tempo che avete trascorso insieme, per qualche intuizione ricevuta, per una luce interiore.
6. Chiudi la preghiera con altro **segno di croce**. È un gesto semplice, che come una parentesi (o **un abbraccio**), segna l'inizio e il termine del tempo che hai dedicato al Signore.

DOPO LA PREGHIERA

Fermati un attimo e **segna su un quaderno**, un taccuino – non su un foglio volante, che appunto rischia di volare via...) – **l'immagine o la parola** che ti hanno colpita/o, sia in senso positivo dandoti gioia e pace, sia turbandoti. In ogni caso quell'immagine e/o quella parola è significativa per te. Se lo vorrai, potrai partire da ciò che ti sei segnata/o sul taccuino **per condividere il frutto della tua preghiera**, se si creasse l'occasione di farlo.

Perché scrivere subito dopo? Perché viviamo vite molto intense e dopo mezza giornata ciò che era chiaro terminata la preghiera può sfumare e anche essere dimenticato.

IL LUOGO

Siamo donne e uomini in relazione con tutto ciò che ci circonda, con ogni essere vivente che attraversa il nostro cammino, con ogni paesaggio che i nostri occhi fotografano in maniera più o meno indelebile. Da sempre, anche nella Bibbia, l'uomo ha cercato, trovato, desiderato, il luogo della presenza di Dio: un monte, un rovetto ardente, la città santa, il tempio... un luogo dove due presenze, l'io e Dio potessero entrare in relazione. Ancora oggi il nostro cuore lo cerca. Cerchiamo un luogo che possa aiutare la nostra sensibilità a toccare il mantello dell'infinito di Dio, dove la bellezza e il Bello siano una cosa sola, dove il respiro possa rallentare dalla frenesia del mondo, dove le nostre orecchie possano ascoltare il silenzio della voce di Dio, la brezza leggera della Sua presenza, dove i nostri occhi sono portati in alto. Curiamo questo luogo, facciamolo nostro secondo la nostra sensibilità. Ricordiamoci però che il “tempio di Dio” siamo noi e, come san Francesco, “alziamo il nostro cappuccio” e mettiamoci alla Sua presenza, perché qui il Signore ci aspetta.

questa prima parte non prende più di un paio di minuti

è la parte più consistente del tempo di preghiera

questa parte prende due tre minuti

NB

Il metodo che ti proponiamo è una possibilità. Non sentirti in dovere di usarlo, se lo avverti come una forzatura. Altri prima di te lo hanno trovato utile, ma ciascuno di noi è diverso. Il metodo può apparire un po' meccanico le prime volte che viene applicato, con la ripetizione ciascuno di noi lo adatta e lo personalizza. Ciò che ci piacerebbe ti arrivasse è l'invito all'attenzione, il nostro incoraggiamento a “preparare” il momento di preghiera, che si compone di un prima, di un durante e di un dopo. Abbi cura della tua preghiera e usa di questo metodo, o di altri che conosci, ciò che ti aiuta a gustare il tempo con il Signore. Siamo convinti che questo sia ciò che conta.





*Colora, il sole al crepuscolo,
le nubi che corrono nel cielo.*

*Sono un segno grande della bellezza che il Signore,
su questa terra che ci ha affidato, ha seminato a piene mani.*

*Osservo, con attenzione, ciò che mi circonda,
le ombre allungate, i contrasti della luce che cambia.*

*Cammino,
a passi lenti,*

è silenzio in me e ascolto,

*ricordo la giornata appena passata: rumori, suono di voci e parole,
e il canto della mia anima.*

Chi oggi ha chiamato? Chi ha pronunciato il mio nome?

Con fiducia,

attendo ciò che verrà per me, senza timore.

Il crepuscolo è tempo d'attesa, come sospeso nel tempo.

Attendo,

immagino cosa sarà della mia vita, del mio impegno, dei giorni futuri.

Attendo,

so che se mi lascio guidare dalla voce di Dio,

che ascolto nella Natura,

e che è in me,

più vicino è l'amore.

Attendo.

