

2° INCONTRO CAMMINO ADULTI DI AZIONE CATTOLICA 2020-2021
“DA CORPO A CORPO”

SFIORARE

CANTO INIZIALE

E sono solo un uomo

1. Io lo so Signore, che vengo da lontano;
prima nel pensiero e poi nella tua mano.
Io mi rendo conto che Tu sei la mia vita
e non mi sembra vero di pregarti così
Padre di ogni uomo e non ti ho visto mai;
Spirito di vita e nacqui da una donna;
Figlio mio fratello e sono solo un uomo;
eppure io capisco che Tu sei verità

2. E imparerò a guardare tutto il mondo
con gli occhi trasparenti di un bambino;
e insegnerò a chiamarti Padre nostro
ad ogni figlio che diventa uomo.

3. Io lo so Signore, che Tu mi sei vicino;
luce alla mia mente, guida al mio cammino,
mano che sorregge, sguardo che perdona;
e non mi sembra vero che Tu esista così.
Dove nasce amore, Tu sei la sorgente;
dove c'è una croce, Tu sei la speranza;
dove il tempo ha fine, Tu sei vita eterna;
e so che posso sempre contare su di te!

4. E accoglierò la vita come un dono;
e avrò il coraggio di morire anch'io.
E incontro a Te verrò col mio fratello
che non si sente amato da nessuno.

SALMO 131

Signore, non si inorgoglisce il mio cuore
e non si leva con superbia il mio sguardo;
non vado in cerca di cose grandi,
superiori alle mie forze.

Io sono tranquillo e sereno
come bimbo svezzato in braccio a sua madre,
come un bimbo svezzato è l'anima mia.

Speri Israele nel Signore,
ora e sempre.

LA VITA SI RACCONTA

Sfiorare è delicatezza, rispetto, vicinanza all'altro, soprattutto a chi fa fatica e ha bisogno di sollievo. Capita di sfiorare in un altro senso, passando oltre senza accorgersi delle necessità di chi è lì accanto. Sperimentando la carezza leggera e tenera di Dio che ci accompagna nel trascorrere della vita, anche noi adulti credenti impariamo a prenderci cura degli altri.

(dal materiale on line materialiguide.azionecattolica.it)

Spesso perdiamo di vista la tenerezza, preferendo mostrarci duri anziché bisognosi di affetto, eppure la tenerezza è la carezza dell'amore. Evoca, infatti, nei nostri ricordi, la memoria di attimi vissuti, di nostalgie incancellabili, a volte anche di momenti dolorosi. La parola "tenerezza" risveglia quello che più profondamente ci caratterizza come esseri creati a immagine e somiglianza

di Dio: il desiderio di amare e di essere amati. Deriva dal verbo “tendere”, per cui significa tendere verso l’altro, accogliere l’altro, farsi spazio ospitale per l’altro. La mostra chi sa ascoltare senza guardare l’orologio o il cellulare. Appartiene a chi crede che il bene e il bello siano ancora possibili. Chi è abitato dalla tenerezza, sa tirare fuori i talenti, i doni di chi gli sta attorno. Mette a proprio agio l’altro e riesce a dire: permesso, scusa, grazie... come ci suggerisce Papa Francesco. La tenerezza è saper dire “ti voglio bene” e ancor di più “avrò cura di te”. E’ un programma di vita.

(Percorso formativo per Gruppi Adulti “Da corpo a corpo”, pag. 67)

ABBIAMO FAME DI TENEREZZA DI ALDA MERINI

Abbiamo fame di tenerezza,
in un mondo dove tutto abbonda
siamo poveri di questo sentimento
che è come una carezza
per il nostro cuore
abbiamo bisogno di questi piccoli gesti

che ci fanno stare bene,
la tenerezza
è un amore disinteressato e generoso,
che non chiede nient’altro
che essere compreso e apprezzato.

Per un confronto personale

Proponiamo di seguito quattro immagini contrapposte. Le prime due rappresentano la solitudine e la mancanza di relazione autentiche, nonostante la presenza dell’altro o addirittura della folla, le seconde esprimono tenerezza, contatto: un tocco leggero che genera amore tra diverse generazioni e salvezza nello sfiorare il manto del Maestro. Siamo invitati ad accogliere le due diverse situazioni e a richiamare alla memoria episodi simili ed esperienze vissute.



LA PAROLA ILLUMINA

Dal Vangelo secondo Marco (10, 13-16)

In quel tempo, presentavano a Gesù dei bambini perché li accarezzasse, ma i discepoli li sgridavano.

Gesù, al vedere questo, s'indignò e disse loro: "Lasciate che i bambini vengano a me e non glielo impedito, perché a chi è come loro appartiene il regno di Dio. In verità vi dico: Chi non accoglie il regno di Dio come un bambino, non entrerà in esso".

E prendendoli fra le braccia e imponendo loro le mani, li benediceva.

Dal Catechismo per gli adulti

[1015] L'uomo vale per se stesso. La mentalità materialistica celebra la vita solo nella misura in cui raggiunge il successo, l'efficienza, la ricchezza, il piacere. Non le riconosce un valore in sé e per sé. Perciò finisce per alimentare una cultura di morte, che trova le sue manifestazioni nel disprezzo e nell'emarginazione dei più deboli, nell'aborto, nell'eutanasia, nell'omicidio anche per futili motivi.

La posizione cristiana è decisamente diversa. Gesù, con la sua attenzione preferenziale per i peccatori, i malati e gli emarginati, ha rivelato che il Padre considera importanti tutti gli uomini, quale che sia la loro condizione. La Chiesa insegna che l'uomo, immagine vivente di Dio, vale per se stesso, non per quello che sa, che produce o che possiede.

Il primato della persona (dal Progetto Formativo di Azione Cattolica)

Fa parte della tradizione più viva dell'Azione Cattolica una forte attenzione alla persona, espressa attraverso vigorosi cammini formativi e la presenza forte di educatori, laici e sacerdoti.

LA VITA CAMBIA

Esercizi di laicità

Nel Vangelo che abbiamo meditato Gesù ricorre a dei gesti profondamenti umani: abbraccia, accarezza, si avvicina, sfiora. Ci ricorda quanto essi siano importanti nella vita di ciascuno, spesso più significativi delle parole, indipendentemente dall'età e dalle condizioni di vita. Le carezze sono occasioni di calore, tramite esse impariamo che la fragilità può essere piena di forza, che la bellezza non è solo bei volti, ma che la vecchiaia e la malattia possono essere una straordinaria occasione per assicurare, confortare, amare.

... l'incontro vero parte dal desiderio di entrare in una relazione profonda, della quale non si è né 'dominatori' né 'proprietari'. La consapevolezza di una reciprocità necessaria ci fa comprendere che l'altro è lo 'strumento' che il Signore ci mette accanto con tenerezza, per farci scoprire la parte più vera di noi stessi.

[#sfiorare](#) è il gesto di chi sa di avere davanti a sé dei 'tesori' a volte fragili, da avvicinare con profondo rispetto. È chiedere il permesso di poter entrare in relazione, ancor prima che questa si realizzi. Questa delicatezza, da conservare per tutta la vita, vuole essere lo stile che gli adulti imparano dal Signore e con cui accompagnano i fratelli e, fra questi, soprattutto quelli che fanno più fatica.

(pagina FB Settore Adulti Azione Cattolica Italiana, post del 27-08-2020)

Per la riflessione:

Mettiamo a confronto questi brani con le immagini con le quali abbiamo riflettuto. A quale situazione ci sentiamo più aderenti? Nel nostro vivere quotidiano riusciamo o quantomeno proviamo a trasmettere il "tocco di Dio" nella vita dei fratelli? Riconosciamo e rispettiamo la fragilità dell'altro o diventa piuttosto occasione di prevaricazione?

Esercizi di popolarità

Avere cura dell'altro e accoglierlo. Un momento fondamentale della vita del cristiano che, come Gesù, abbraccia e riconosce la dignità dei più piccoli ed indifesi. Ecco la proposta del **Progetto SAFE**, nato dalla collaborazione tra Centro Sportivo Italiano, Azione Cattolica Italiana, l'Associazione Comunità Papa Giovanni XXIII e l'Università di Bologna. Un progetto di formazione volto alla tutela di minori e di tutte le persone vulnerabili. In quest'anno associativo vengono proposti dei seminari che coinvolgono la nostra Associazione Diocesana, grazie al coinvolgimento dell'ACR. Di seguito il link per vedere il video di presentazione su YouTube https://www.youtube.com/watch?v=T55hlgWNllw&feature=youtu.be&fbclid=IwAR22SA9QE4GYE2FQOCRfQZ85qcsr6eGgufiZY9yIk8oXuG_JXKFgVLDxsGI

PREGHIERA

Tu, o Signore.

Mi hai sedotto con la tua tenerezza

Perché sei un eterno innamorato di ognuno di noi

E mi ami di un amore infinitamente più grande

Di quello che una madre ha per il proprio bambino

Con la tua tenerezza, o Padre,
hai trasformato il mio cuore di pietra in cuore di carne,
perché solo l'amore è più forte della morte,
solo l'amore è il vero senso della vita,
solo l'amore mai tramonterà.

CANTO FINALE

Su ali d'aquila

Tu che abiti al riparo del Signore
E che dimori alla sua ombra
E al Signore mio Rifugio
Mia roccia in cui confido
Ti rialzerà, ti solleverà
Su ali d'aquila ti reggerà
Sulla brezza dell'alba ti farà brillar
Come il sole, così nelle sue mani vivrai
Dal laccio del cacciatore ti libererà
E dalla carestia che distrugge
Poi ti coprirà con le sue ali

E rifugio troverai
Ti rialzerà, ti solleverà
Su ali d'aquila ti reggerà
Sulla brezza dell'alba ti farà brillar
Come il sole, così nelle sue mani vivrai
Non devi temere i terrori della notte
Né freccia che vola di giorno
Mille cadranno al tuo fianco
Ma nulla ti colpirà
Ti rialzerò, ti solleverò
Su ali d'aquila ti reggerò
Sulla brezza dell'alba ti farò brillar