

# INCONTRO ADULTI DI AZIONE CATTOLICA

“CHE TEMPO!”

## 3° INCONTRO – ATTIMO

*Ciascun adulto discepolo di Gesù è sfidato a fare di ogni attimo  
un tempo di crescita e di incontro con Lui*

### CANTO INIZIALE

#### *Preghiera*

*Tu ci passi accanto, Signore.  
Tra un impegno e le mille attività di ogni giorno,  
mentre il passo affannato scandisce il cammino,  
Tu ci passi accanto.  
La nostra vita, Signore,  
è un'impaziente corsa contro il tempo:  
così distratti e sempre di fretta  
da non accorgerci della Tua presenza.  
E quale volto avresti oggi, Signore?  
Quello dell'umanità sofferente,  
quello di chi lotta per la giustizia,  
quello di chi chiede un po' del mio tempo,  
quello di chi è disorientato e cerca un aiuto,  
quello di chi mi guarda negli occhi,  
e nel silenzio invoca una risposta.  
Tu a tutti sei venuto incontro,  
per tutti hai avuto tempo,  
a nessuno hai fatto mancare il Tuo amore.  
Donaci occhi, Signore, per saperti riconoscere  
ogni volta che ci passi accanto  
in ciascuno dei nostri fratelli.*

### INTRODUZIONE

*La vigilanza di Dio sul tempo, il suo essere custode del tempo, da a esso dignità e valore indicibile. Il tempo dell'uomo è il settimo giorno di Dio, di cui nel racconto della creazione si dice che è santo: "Dio benedisse il settimo giorno e lo consacrò". Il tempo non è allora spazio vuoto, bensì partecipazione alla vita divina, quindi cercare di evadere dal tempo è fuggire dal grembo divino che ci avvolge. (Cardinale Martini)*

“Vuoi imparare ad amare? Ad amare Dio, ad amare i fratelli per lui? Non attendere un istante, non pensarci troppo, non fermarti a desiderare di amare, ma ama subito nel momento presente. Ed amare significa fare subito, ora, adesso, in questo minuto, la volontà di Dio, non la tua. La vita non è fatta che di attimi presenti e valgono quelli per chi vuole operare qualcosa. Il passato è già passato e mettiamolo nella misericordia di Dio, il futuro ancora non c'è. Ci sarà quando diverrà “presente”. È il presente che conta, il momento che fugge, che per me, per te, per noi, deve essere colto al volo e vissuto bene, fino in fondo, facendo in quello ciò che Dio vuole da noi: studiare, camminare,

dormire, mangiare, soffrire, godere, giocare... Impara ad ascoltare nel profondo della tua anima la voce di Dio, la voce della coscienza: essa ti dirà ciò che Dio vuole da te in ogni momento. Viviamo bene ciò che Dio vuole nel momento presente; e come un punto accanto a un punto fa la retta, momento accanto a momento fa la vita. Ci sono due modi per noi di vivere ogni attimo: o fare in esso la nostra volontà, o fare quella di Dio. Alleniamoci dunque ogni momento". (Chiara Lubich)

## **LA MIA VITA**

Eventuale condivisione in gruppo di riflessioni personali suscitate dai brani.

## **LA PAROLA INCONTRA LA MIA VITA**

### ***Dal Vangelo di Matteo 2,19-23***

*Dopo la morte di Erode, un angelo del Signore apparve in sogno a Giuseppe, in Egitto, e gli disse: «Alzati, prendi il bambino e sua madre, e va' nel paese d'Israele; perché sono morti coloro che cercavano di uccidere il bambino». Egli, alzatosi, prese il bambino e sua madre, e rientrò nel paese d'Israele. Ma, udito che in Giudea regnava Archelao al posto di Erode, suo padre, ebbe paura di andare là; e, avvertito in sogno, si ritirò nella regione della Galilea, e venne ad abitare in una città detta Nazaret, affinché si adempisse quello che era stato detto dai profeti, che egli sarebbe stato chiamato Nazareno.*

## **LA PAROLA ILLUMINA LA MIA VITA**

Commento del sacerdote e spazio per eventuale condivisione

Nei Vangeli non ci viene raccontato quasi nulla dei primi trent'anni di Gesù a Nazaret, ma quasi tutto degli ultimi tre, segnati da eventi straordinari. Il fatto, però, che di quegli anni non abbiamo il racconto, non significa che essi siano stati banali; anzi, in questo modo Gesù ha salvato la quotidianità, l'ha resa degna di essere vissuta, preziosa. Grazie ai trent'anni di Nazaret, Gesù ha sviluppato un intuito particolare per la condizione di vita delle persone che incontrava, per cui la predicazione del Regno non è mai calata dall'alto. La vita nascosta di Gesù a Nazaret ci interpella ad essere consapevoli del valore della vita feriale in cui siamo inseriti, dove la routine quotidiana rischia di farci vivere di attimi tutti uguali e senza senso. Solo a confronto con il tempo eterno di Dio acquista significato il mio tempo finito. *La vita è come un mosaico dove ogni tessera rappresenta un giorno; anche quelle meno apparentemente significative o importanti servono a formare il disegno, il tutto.*

### **Cosa dice la Parola alla mia vita**

- Quale significato assumono per me i piccoli gesti, le persone che incontro anche occasionalmente e fugacemente, quali tratti del volto di Dio mi rivelano?
- Cosa mi aiuta a fare discernimento nelle piccole cose, felici o spiacevoli, come negli eventi straordinari che mi riguardano?
- Quali strumenti mi aiutano a cogliere la grazia della presenza di Dio in ogni attimo della vita?
- Come vivo la fedeltà al Signore nella complessità della vita di ogni giorno?

## ESERCIZI DI LAICITÀ

“E’ proprio così che si deve fare, o si dovrebbe fare nella vita: vivere momento per momento la situazione che si presenta, vivere l’oggi nella sua pienezza confidando in Dio per il domani, affidando a Lui il nuovo giorno.” Laura Vincenzi

### Ritrovare insieme la “saggezza del tempo”

Uomini, donne e persino bambini: ormai tutti, senza distinzione, viviamo di corsa e con affanno, sempre protesi in avanti, sbilanciati verso ciò che accadrà “dopo”. Abbiamo la sensazione che il tempo sia sempre insufficiente, e che si sia fatto troppo affollato e troppo stretto. Il tempo ci appare sempre più prezioso e insieme sempre più ostile. Ma come si entra nella percezione del tempo? Gli animali non conoscono il tempo, ma sperimentano il ripetersi ritmico degli eventi; in natura infatti la ritmicità è una costante: c’è un ritmo nel rincorrersi delle stagioni, nelle fasi lunari, nell’istinto riproduttivo degli animali, nel respiro. Questa ritmicità che ci trascende e che non ha bisogno del nostro controllo costituisce un sottofondo rassicurante e affidabile e rappresenta un fondamentale organizzatore della vita.

Anche l’uomo alla nascita non ha cognizione del tempo: la vita del neonato è scandita da un flusso di bisogni e di sensazioni alle quali da solo non sa e non può dare significato né risposta. Si tratta di un flusso che potrebbe sopraffarlo e disorganizzarlo; solo la cura attenta e “sufficientemente buona” di un adulto è in grado di introdurlo in un ritmo più ordinato, nel quale riconoscere e regolare il tempo della fame e della sazietà, come quello del sonno e della veglia. Da sempre è soprattutto la donna a curarsi del tempo e della ritmicità, perché in lei più che nell’uomo la natura ha legato il corpo a precise finestre temporali; il tempo è una variabile centrale nella vita delle donne: sia in senso orizzontale (il ripetersi mensile del mestruo e dei giorni fertili) che longitudinale (il menarca, l’età fertile, la menopausa). È un tempo che, lo si voglia o no, ruota attorno al tema concreto e simbolico del figlio; che si tratti di un figlio da accettare, da cercare o da evitare le cose non cambiano: la domanda sul figlio rimane per le donne cruciale e ineludibile, modificando il loro modo di percepire il tempo.

L’uomo e la donna vivono il tempo in modo diverso. Nella percezione maschile, le età si susseguono senza soluzione di continuità e i compiti vitali vanno sommandosi l’uno all’altro, portandolo a crescere sul piano umano e professionale secondo un ordine di tipo lineare, in direzione di una meta “forte” e unificata. La donna invece percepisce il tempo in modo circolare e ciclico; la sua vita non è concentrata su un unico obiettivo principale, ma piuttosto su compiti vitali che si accavallano, si intersecano, si aprono e si chiudono secondo “anelli di senso” che sono “fase-specifici”, perché ritmati da passaggi e trasformazioni legate alla ciclicità del suo corpo. Per questo la donna più dell’uomo avverte con urgenza il tema del tempo e più di lui soffre per la mancanza di ritmi vitali buoni. E sempre per questo la madre percepisce istintivamente l’importanza di ritmare la vita del suo bambino: sente che si tratta di un compito primario e sa che il figlio sta bene quando trova finalmente un ritmo ordinato, che è il contrario dell’affanno.

A causa di queste differenze, può sembrare che l’uomo sappia guardare più lontano o che la donna non sappia avere obiettivi forti; per non perdere occasioni preziose, le donne hanno cercato perciò di adattarsi al modo maschile di vivere il tempo, rinunciando a battersi per salvaguardare i propri ritmi. Ma perdere il contatto con la propria dimensione temporale danneggia le donne, che hanno bisogno della flessibilità necessaria ad “aggiustare” continuamente il tempo alle esigenze concrete e mutevoli della vita propria e delle persone che amano, e di dare ad ogni fase l’energia necessaria al compito centrale di quel momento. Stiamo diventando sempre più simili a pipistrelli senza radar, affannate e insieme scontente, perché l’ordine della vita è andato perduto, con pesanti conseguenze per noi e per le persone che amiamo. Lottare perché sia salvaguardata la ritmicità buona della vita non è un obiettivo femminile, ma un obiettivo necessario per tutti: dobbiamo ritrovare insieme la “saggezza del tempo”, prendendo consapevolezza del suo limite e tornando a valorizzare uno per uno tutti i preziosi momenti che ci è dato vivere. (Mariolina Ceriotti Migliarese)

## **PREGHIERA FINALE**

### **Salmo 89**

*Preghiera. Di Mosè, uomo di Dio.*

Signore, tu sei stato per noi un rifugio  
di generazione in generazione.  
Prima che nascessero i monti  
e la terra e il mondo fossero generati,  
da sempre e per sempre tu sei, Dio.  
Tu fai ritornare l'uomo in polvere  
e dici: «Ritornate, figli dell'uomo».  
Ai tuoi occhi, mille anni  
sono come il giorno di ieri che è passato,  
come un turno di veglia nella notte.  
Li annienti: li sommergi nel sonno;  
sono come l'erba che germoglia al mattino:  
al mattino fiorisce, germoglia,  
alla sera è falciata e dissecca.  
Perché siamo distrutti dalla tua ira,  
siamo atterriti dal tuo furore.  
Davanti a te poni le nostre colpe,  
i nostri peccati occulti alla luce del tuo volto.  
Tutti i nostri giorni svaniscono per la tua ira,  
finiamo i nostri anni come un soffio.  
Gli anni della nostra vita sono settanta,  
ottanta per i più robusti,  
ma quasi tutti sono fatica, dolore;  
passano presto e noi ci dileguiamo.  
Chi conosce l'impeto della tua ira,  
tuo sdegno, con il timore a te dovuto?  
Insegnaci a contare i nostri giorni  
e giungeremo alla sapienza del cuore.  
Volgiti, Signore; fino a quando?  
Muoviti a pietà dei tuoi servi.  
Saziaci al mattino con la tua grazia:  
esulteremo e gioiremo per tutti i nostri giorni.  
Rendici la gioia per i giorni di afflizione,  
per gli anni in cui abbiamo visto la sventura.  
Si manifesti ai tuoi servi la tua opera  
e la tua gloria ai loro figli.  
Sia su di noi la bontà del Signore, nostro Dio:  
rafforza per noi l'opera delle nostre mani,  
l'opera delle nostre mani rafforza.

## **CANTO FINALE**