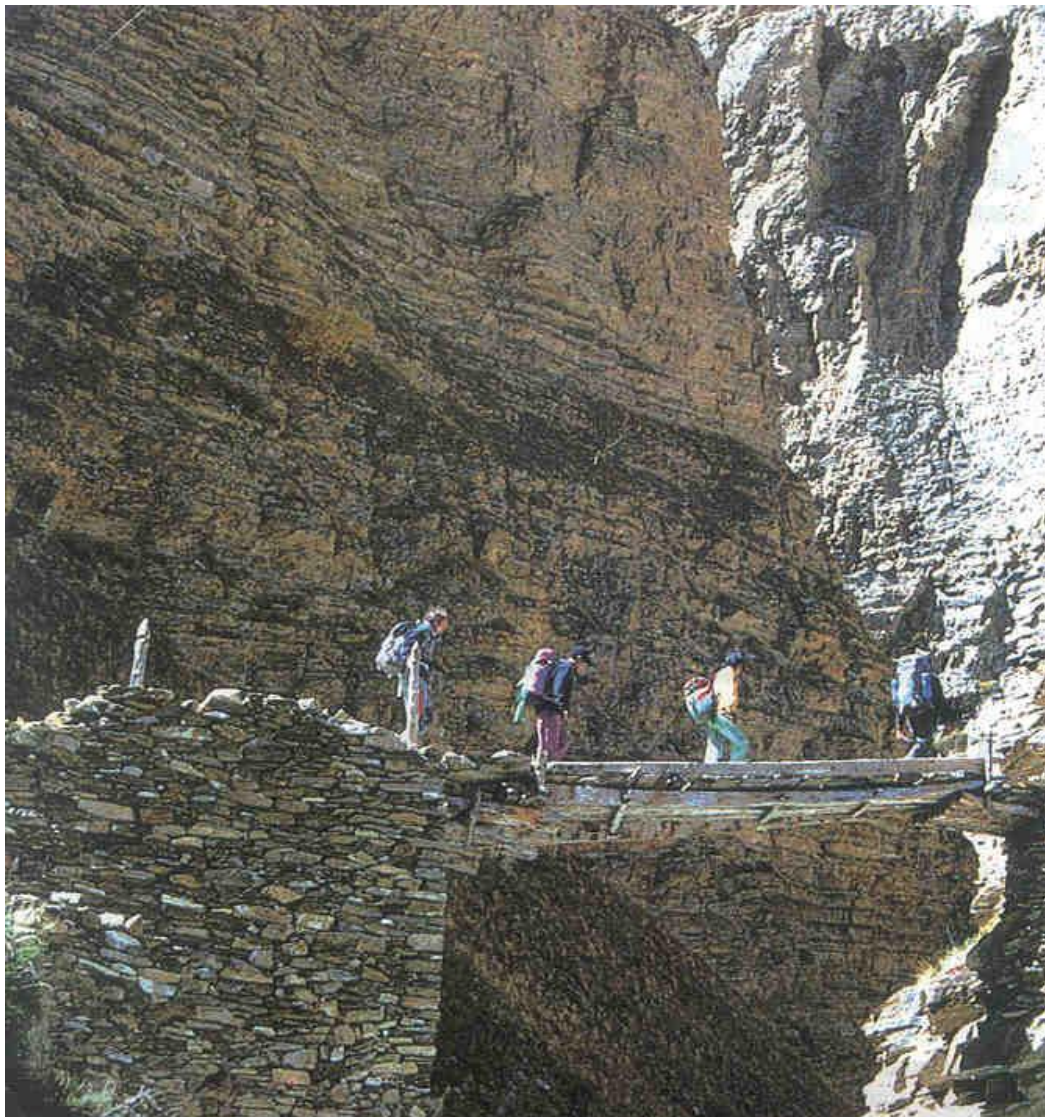


QUATTRO PASSI CON DIO



Kite!

Perché quattro passi con Dio?

Andiamo a fare quattro passi? Beh se a dirmelo è una persona che so volermi bene, non può che essere la promessa di un momento di tenerezza e di confidenza, e la possibilità di un dialogo in libertà e verità.

E se a propormelo è Dio? E se fosse quello che da sempre Dio mi invita a fare? E se fosse lì ad aspettare il mio «Sì dai andiamo!».

Dio vuole camminare con me e allora comincio piano piano a fare quattro passi insieme a Lui, comincio a modulare il mio passo con il Suo. Comincio ad accorgermi che Lui c'è, a rallegrarmi della Sua presenza e a ringraziare per tutto il bello e il buono che c'è nella mia vita.

Ogni passo di questi semplici esercizi che faremo sta a sottolineare il bene che c'è. Di solito si evidenzia il male, invece noi vogliamo accorgerci del bene, in particolare del bene che scaturisce quando camminiamo con Dio.

Stimolati da un breve racconto che ci dà la possibilità di riflettere, ci soffermiamo a guardare alcuni aspetti della nostra vita seguendo la scheda e assecondando le riflessioni che ci vengono proposte per poi concludere con un breve ringraziamento personalizzato.

PRIMO PASSO: il bene che vedo attorno a me

Nella nostra vita non c'è niente di confezionato, ogni cosa ce la dobbiamo costruire con i vari colori che formano la realtà.

Il BIANCO è il colore principale che servirà come base. È la quotidianità, il voler costruire, giorno dopo giorno, pezzo dopo pezzo, la tua vita, che è unica e insostituibile.

Poi c'è il ROSSO che ci ricorda il sangue, la lotta, la passione, la sofferenza, i sacrifici. Sì, lo so che quest'ultima parola non va di moda, ma è comunque essenziale.

Ecco l'AZZURRO che ricorda il cielo, la serenità, la gioia, la condivisione, l'allegria dello stare insieme agli altri.

Il GIALLO è il colore del successo, del benessere del pane abbondante che ci viene donato ogni giorno.

Il VIOLA è il colore della riflessione, del silenzio, della meditazione... del trovare noi stessi.

Poi c'è il VERDE il colore della natura, della speranza, dei passaggi, dell'attesa, della risurrezione... della vita.

L' ARANCIONE è la capacità di rinnovarsi, di affrontare le cose in modo nuovo, vincendo la noia e la ripetitività di ogni giorno.

Ecco, prendi tutti questi colori e con essi vedi di dipingere l'affresco della tua vita. Non pensare che sarà un lavoro semplice, e nemmeno che te la caverai facilmente. L'affresco finirà solo con la tua vita; ma è nella sapiente combinazione di questi colori che troverai ciò che hai sempre desiderato.

Come in natura i colori si uniscono formando un unico arcobaleno, così il Dio della vita, fedele alle sue promesse di alleanza, ci invita a divenire UNO in Lui armonizzando le nostre ricchezze, doni, diversità e carismi. Questo è l'affresco che siamo chiamati a dipingere.

Esercizio

(condivisione in gruppo)

Penso ai colori della mia vita, alle realtà belle che mi circondano, quelle in cui mi sento bene, quelle che mi fanno esclamare "che bello!".

Grazie, Signore, perché ti sento in me quando mi accorgo e gusto tutto ciò che di bello e di buono mi circonda. In particolare, questa sera mi viene da ringraziarti perché sono di questo colore.... e mi sto gustando questa realtà della mia vita...

SECONDO PASSO: il bene che gli altri sono per me

La scrittrice Antonia Arslan ricorda così quello che successe quando, dopo un periodo di coma farmacologico, riemerse alla coscienza:

«Io avevo sete, tanta sete. Ogni tanto provavo a farmi capire con gli occhi, perché non riuscivo a muovere le mani e sentivo la gola ostruita da qualcosa di viscido, ma pesante come un sasso. "Ho sete, voglio acqua", cercavo di dire, e mi raschiavo la gola per parlare, ma non ce la facevo a metter fuori la voce. Tentavo e ritentavo continuamente, e mi pareva che la voce uscisse, ma poi non la sentivo, neanche un soffio, neanche raschiante.

Non c'era nessuno intorno, il buio si faceva di momento in momento più intenso, e la sete ancora più acuta.

Riemergevo da un sonno opprimente, ma non potevo chiamare, solo aspettare, e un'acuta nostalgia mi prese, una voglia di piangere sulla mia miseria, sulla mia solitudine, sulla mia sete.

Fu in quel momento che tornarono in due, l'infermiera e un giovane, poco più di un ragazzo. Ogni tanto vengono in coppia, quando ti devono sollevare e cambiare. Mi sprimacciarono il cuscino, mi rassettarono il lenzuolo, controllarono che i piedi fossero coperti e che le lucette sul quadro dei controlli fossero a posto.

Poi l'infermiera andò ad aggiornare il diario. Mentre facevano queste cose, io li seguivo con gli occhi, ansiosa, cercando di parlargli, di farmi capire, che avevo bisogno di acqua.

Non sapevo ancora, allora, di avere un tubo in gola.

Stavano per andarsene, l'infermiera uscì per prima. Ma, come se avesse sentito l'intensità disperata del mio sguardo, il ragazzo si voltò lentamente, mi guardò con attenzione e sorrise.

Poi disse, con semplicità: "Cosa stai pensando, cara, forse hai bisogno di un'acquata?".

E, come fra sé, si rispose: "Certo che ne ha bisogno!", e uscì svelto, per ritornare dopo un momento con larghi teli bianchi e un catino d'acqua appena tiepida.

Cominciò a bagnare i teli, e me li appoggiava sul corpo, dappertutto, con meticolosa attenzione, rimettendoli nell'acqua ogni tanto, tamponandomi con un angolo di tela la fronte e le labbra.

Un senso di frescura infinita mi si diffondeva per le membra e perfino l'arsura in gola si attenuava e il buio sembrava meno denso.

Per mezz'ora ci parlammo con gli occhi; ogni tanto mi guardava, scuoteva la testa e diceva: "Ancora un po', vero? Ti fa star meglio, si vede". Quando lo vennero a chiamare, rispose: "Non la posso ancora lasciare" e continuò a darmi acqua sul corpo.

Così mi addormentai di nuovo, e lui se ne andò piano piano, silenziosamente, e per qualche ora dormii tranquilla.

Speravo di rivederlo il giorno dopo, speravo che mi facesse un'altra acquata, volevo dirgli ancora grazie con gli occhi. Ma non lo rividi né il giorno dopo né in quelli seguenti.

E quando finalmente mi tolsero il tubo e potevo parlare, cominciai a chiedere di lui, ma nessuno lo conosceva, né le infermiere né i dottori; e mi accorsi che tutti loro pensavano che avessi avuto un'allucinazione, che m'immaginavo di ricordare qualche cosa che invece era stato solo un desiderio, una visione interiore dovuta alla troppa sete, ai tanti farmaci, chissà.

Allora smisi di chiedere.

Ma, molti giorni dopo, proprio lui entrò verso sera nella mia stanza, portando un bicchiere. Lo riconobbi immediatamente, ma lui no. Io cominciai a parlargli dell'acquata, sorridendo nervosa, accavallando le parole; e finalmente si ricordò di me.

Ma non gli pareva di aver fatto nulla di speciale, disse. Lui quella sera faceva un turno per caso, faceva una sostituzione. Io insistevo, gli dicevo quanto avesse significato per me quel suo darmi l'acqua, bagnarmi tutta, contro i fantasmi notturni. E solo allora arrossì tutto in viso, come un ragazzino».

Ci sono quelli che hanno poco e lo danno tutto. Essi credono nella vita e nella sua munificenza e il loro forziere non è mai vuoto.
Ci sono quelli che danno con gioia e la gioia è la loro ricompensa.

Esercizio

(condivisione a coppie)

Ricordo una persona che mi è stata vicina quando stavo male e il modo in cui mi è stata vicina.

Grazie, Signore, perché quando vivevo questo problema, questa sofferenza, questa difficoltà:

- mi sei stato vicino in:
- in questo modo: (mi ha detto... / mi ha fatto... / mi ha dato...)

TERZO PASSO: il bene che io sono per gli altri

"Due uomini, entrambi gravemente malati, condividevano la stessa stanza d'ospedale. Uno dei due doveva sedersi sul letto un'ora al giorno durante il pomeriggio per espellere delle secrezioni polmonari. Il suo letto si trovava accanto all'unica finestra nella stanza. L'altro uomo, invece, era costretto a trascorrere tutto il suo tempo supino.

I due, col passare del tempo, si ritrovavano a parlare per ore. Parlavano delle loro mogli, delle loro famiglie, delle loro case, del loro lavoro, della loro esperienza al servizio militare e dei luoghi dov'erano stati in vacanza. Ogni pomeriggio, quando l'uomo nel letto vicino alla finestra si poteva sedere, passava il tempo a descrivere al suo compagno di stanza tutto ciò che vedeva fuori dalla finestra.

L'uomo nell'altro letto cominciò a vivere nient'altro che per questi periodi di un'ora durante i quali il suo mondo si apriva ed arricchiva di tutte le attività e di tutti i colori del mondo esterno. La finestra dava su di un parco con un bel lago, le anatre ed i cigni giocavano nell'acqua, mentre i bambini facevano navigare i loro modellini di battelli. I giovani innamorati camminavano a braccetto in mezzo a fiori multicolori e si poteva vedere in lontananza un bel panorama del profilo della città. Mentre l'uomo alla finestra descriveva tutti questi dettagli, l'altro chiudeva gli occhi e immaginava la scena pittoresca.

Un caldo pomeriggio, l'uomo alla finestra descrisse una parata che passava lì davanti. Nonostante l'altro uomo non potesse udire l'orchestra, riuscì a vederla con gli occhi della propria immaginazione, talmente il suo compagno la descrisse nei minimi dettagli.

I giorni e le settimane passavano. Una mattina, l'infermiera, entrata nella loro stanza per portare l'acqua per il bagno, trovò il corpo senza vita dell'uomo vicino alla finestra, serenamente morto nel sonno. Rattristata, chiamò gli addetti della camera mortuaria affinché venissero a ritirare il corpo. Non appena sentì che il momento fosse più appropriato, l'altro uomo chiese se poteva essere spostato in prossimità della finestra. L'infermiera, felice di poter gli accordare questo piccolo favore, si assicurò del suo comfort e lo lasciò solo.

Lentamente l'uomo si sollevò un poco, appoggiandosi su di un sostegno, per gettare un primo colpo d'occhio all'esterno. Si allungò per girarsi lentamente verso la finestra vicina al letto... e tutto ciò che vide fu un muro bianco. L'uomo allora domandò all'infermiera cosa avesse spinto il suo defunto compagno di stanza a descrivergli cose così meravigliose al di là della finestra. L'infermiera gli rispose che quell'uomo era cieco, e che non poteva nemmeno vedere il muro. E aggiunse: Forse voleva solamente incoraggiarvi.

Vi è una felicità straordinaria nel rendere felici gli altri, malgrado le nostre situazioni personali. L'angoscia condivisa dimezza il dolore, ma la felicità, quando viene condivisa, si raddoppia. Se volete sentirvi ricchi, contate tutte le cose che possedete che non possono essere comprate dal denaro. L'oggi è un dono, ed è per questo che è chiamato presente."

Esercizio

(condivisione in gruppo)

Penso a come le difficoltà della vita mi hanno plasmato. Quali caratteristiche positive, quali doti hanno scolpito in me? Che cosa gli altri dicono di bello di me?

Grazie Signore perché io sono..... (elenco, senza false modestie, le qualità, dono di Dio per me e per gli altri, che ho scoperto in me). Grazie perché attraverso questo mio modo di essere posso contribuire anche al bene di chi è vicino a me.

QUARTO PASSO: il bene che Dio è per me

Che cos'è che mi dà questa serenità?
Sai perché il cuore è gonfio di felicità?
Sei Tu, amico mio, Gesù,
sei Tu, sei Tu.

Tu che abiti nel mio abbraccio,
che vuoi essere in me ad amare,
che ti fidi di quel che faccio,
So che sei con me.
Mi fido di Te!

Tu che m'ami per quel che sono,
che mi chiami a rialzarmi ancora,
che al mio errore dai il tuo perdono,
So che sei con me.
Mi fido di Te!

Tu che l'ansia fai scomparire,
dal timore liberi il cuore,
e m'attiri con te a gioire,
So che sei con me.
Mi fido di Te!

Tu che accogli il mio preoccuparmi,
e lo apri a speranza nuova,
che m'aspetti per consolarmi,
So che sei con me.
Mi fido di Te!

Tu che parli con tenerezza,
che rimproveri e non umili,
che mi fai ritrovar saggezza,
So che sei con me.
Mi fido di Te!

Tu che sempre mi dai la mano,
che m'inviti ad alzar lo sguardo,
che mi spingi a cercar lontano,
So che sei con me.
Mi fido di Te!

Esercizio (lavoro personale e condivisione in gruppo)

Nel testo sottolinea quegli atteggiamenti di Cristo nei miei confronti di cui sento maggiormente il bisogno, che più mi colmano il cuore.

Grazie Signore perché attraverso questi atteggiamenti... (quelli che ho sottolineato nel testo) sto scoprendo il volto di un Dio (quale volto?)... che mi fa sentire... (sentimenti).

Concludiamo il nostro cammino

Alla fine di questa serata ci facciamo dono reciproco delle parole di questa benedizione. Ognuno la legge al suo vicino lentamente gustandone le parole. Chi la riceve la gusta e ringrazia.

Possa la strada alzarsi per venirti incontro.
Possa il vento soffiare sempre alle tue spalle.
Possa il sole splendere sempre sul tuo viso
e la pioggia cadere soffice sul tuo giardino.
E fino a che non ci incontreremo di nuovo,
possa Dio tenerti nel palmo della Sua mano.

(Benedizione irlandese)