

Rimessi in Piedi - primo incontro

Novembre oppure 8 Dicembre

Nota sul metodo dell'incontro.

L'incontro è strutturato in tre tempi: VITA/PAROLA/VITA.

Per ogni tempo consigliamo di scegliere una delle attività proposte:

- Per VITA : Vite Stellari ovvero l'attività sulla Nebula oppure Dicono di me oppure l'Album della comunità
- Per PAROLA: lettura e commento del brano di Atti facendosi aiutare dall'assistente oppure dalla lettura del dipinto di Caravaggio
- Per VITA: ascolto e commento della canzone di Cricicchi.

LA VITA SI RACCONTA

Vite stellari



L'“Occhio di Dio” (Helix Nebula NGC7293) è uno degli esempi più spettacolari di nebulosa planetaria formata dai resti di stelle morte.

Proprio come una stella, la nostra esistenza è destinata a lasciare nello spazio una firma luminosa, come una costellazione che scrive nel cielo gli snodi più significativi, gli incontri e le occasioni. La nostra esistenza non è ancora compiuta, è in divenire come lo siamo noi: è piena di slanci e regressioni, ma anche di imprevedibili fioriture.

Rileggendo la nostra storia, capita di essere rapiti dalla bellezza a partire dalla semplicità delle cose e dei piccoli gesti, anche laddove con gli *occhi del mondo* si scorgerebbe solo l'opposto.

Nel nostro taccuino proviamo a tracciare la costellazione della nostra vita: individuiamo un numero di stelle che corrispondano ad eventi o persone che hanno dato e danno senso alla nostra vita. Scegliamo una forma e un nome da dare alla costellazione. Raccontiamo in gruppo quanto abbiamo annotato condividendo la rinnovata scoperta di ciò che nella nostra vita ha brillato di particolare significato e/o continua a farlo.

Mettiamoci in gioco: Dicono di me

La percezione che abbiamo di noi stessi e della nostra vita non sempre coincide con quella che gli altri potrebbero avere di noi. Se è vero che l'agire manifesta l'essere, può essere utile e stimolante raccogliere l'impressione di chi ci sta accanto.

Per questo si propone al gruppo il gioco “**Dicono di me**”. Chi lo desidera può introdurre l'attività prendendo spunto dalla prima strofa dell'omonimo brano di Cesare Cremonini, che richiama il tema dello sguardo degli altri su di noi; tuttavia, l'attività può essere svolta **anche senza utilizzare la canzone**, mantenendo intatto il suo valore.

“Dicono di me

Che sono un bastardo, bugiardo e lo fanno senza un perché

Dicono di me

Che sono una strega drogata e truccata e piena di sé

E dicono di me

Che sono una stupida frase da dire davanti a un caffè

E invece no, nessuno sa

E invece no, nessuno sa...”

Ogni partecipante al gruppo avrà attaccato alle spalle un foglio bianco. In un tempo stabilito dall'animatore tutti si muovono nella stanza e ciascuno scrive sul foglio di un'altra frase o aggettivi, partendo da tratti della personalità, del carattere, dell'agire quotidiano fino a

considerazioni più dettagliate (ad esempio, bravo prof! / genitore esigente/ catechista affidabile / liturgista puntiglioso / influencer famoso) che potranno variare in considerazione delle conoscenze e dei legami all'interno del gruppo.

Al termine si condivide in gruppo il contenuto dei fogli, aprendo il confronto.

L'obiettivo dell'attività proposta è quello di far emergere, attraverso il gioco, le impressioni che i componenti del gruppo hanno gli uni degli altri.

L'attenzione dell'animatore sarà quella di accompagnare l'attività in maniera distesa affinché ciascuno si possa sentire libero di esprimere la propria percezione degli altri e, allo stesso tempo, di accoglierla. Sarà opportuno, durante il confronto che seguirà il gioco, soffermarsi su ciò che è emerso e su come ciascun componente del gruppo ha accolto emotivamente ciò che ha trovato scritto nel suo foglio.

In associazione: l'Album della nostra comunità.

Scegliamo alcune fotografie che rappresentano momenti significativi della storia della nostra **associazione parrocchiale**: eventi, incontri, cammini formativi, esperienze di servizio, iniziative vissute insieme. Possiamo includere anche immagini simboliche che richiamano passaggi importanti del nostro percorso comunitario. A partire da queste immagini, proviamo a far emergere ricordi, sentimenti e decisioni che hanno segnato quei momenti, riconoscendo sia gli aspetti positivi sia le fatiche o le difficoltà che hanno accompagnato il cammino.

Per ogni scena scegliamo poi un titolo, che nasca dal riconoscere in che modo il Signore è stato presente e ci ha accompagnato in quella particolare tappa della vita associativa: un incontro che ci ha guidati, un gesto che ci ha sostenuti, una luce che ha orientato le nostre scelte.

In questo modo, "l'album" della nostra associazione diventa una memoria viva: non un semplice ricordo del passato, ma un'occasione per rileggere il cammino alla luce della fede e ritrovare la gratitudine, la coesione e la direzione verso cui il Signore continua a chiamarci oggi.

LA PAROLA ILLUMINA

brano At 26, 4-18

4La mia vita, fin dalla giovinezza, vissuta sempre tra i miei connazionali e a Gerusalemme, la conoscono tutti i Giudei; 5essi sanno pure da tempo, se vogliono darne testimonianza, che, come fariseo, sono vissuto secondo la setta più rigida della nostra religione. 6E ora sto qui sotto processo a motivo della speranza nella promessa fatta da Dio ai nostri padri, 7e che le nostre dodici tribù sperano di vedere compiuta, servendo Dio

notte e giorno con perseveranza. A motivo di questa speranza, o re, sono ora accusato dai Giudei! 8Perché fra voi è considerato incredibile che Dio risusciti i morti?

9Eppure anche io ritenni mio dovere compiere molte cose ostili contro il nome di Gesù il Nazareno. 10Così ho fatto a Gerusalemme: molti dei fedeli li rinchiusi in prigione con il potere avuto dai capi dei sacerdoti e, quando venivano messi a morte, anche io ho dato il mio voto. 11In tutte le sinagoghe cercavo spesso di costringerli con le torture a bestemmiare e, nel colmo del mio furore contro di loro, davo loro la caccia perfino nelle città straniere.

12In tali circostanze, mentre stavo andando a Damasco con il potere e l'autorizzazione dei capi dei sacerdoti, 13verso mezzogiorno vidi sulla strada, o re, una luce dal cielo, più splendente del sole, che avvolse me e i miei compagni di viaggio. 14Tutti cademmo a terra e io udii una voce che mi diceva in lingua ebraica: «Saulo, Saulo, perché mi perséguiti? È duro per te rivoltarti contro il pungolo». 15E io dissi: «Chi sei, o Signore?». E il Signore rispose: «Io sono Gesù, che tu perséguiti. 16Ma ora àlzati e sta' in piedi; io ti sono apparso infatti per costituirti ministro e testimone di quelle cose che hai visto di me e di quelle per cui ti apparirò. 17Ti libererò dal popolo e dalle nazioni, a cui ti mando 18per aprire i loro occhi, perché si convertano dalle tenebre alla luce e dal potere di Satana a Dio, e ottengano il perdono dei peccati e l'eredità, in mezzo a coloro che sono stati santificati per la fede in me».

Per farsi aiutare nella meditazione del brano, è possibile visualizzare l'opera "**Conversione di san Paolo**" di Caravaggio inquadrando il qr code. Tra i materiali online, invece troverai il commento.

[https://it.wikipedia.org/wiki/Conversione_di_san_Paolo_\(Caravaggio\)#/media/File:Conversion_on_the_Way_to_Damascus-Caravaggio_\(c.1600-1\).jpg](https://it.wikipedia.org/wiki/Conversione_di_san_Paolo_(Caravaggio)#/media/File:Conversion_on_the_Way_to_Damascus-Caravaggio_(c.1600-1).jpg)

Alcuni spunti sulla Parola

Il Brano di *Atti* narra del processo in cui Paolo prende la parola per difendersi. In realtà non si tratta di una vera difesa, ma del racconto della sua stessa vita. Una storia trasformata dall'incontro con Cristo sulla via di Damasco. Quel momento è il centro incandescente della sua biografia: una luce che non acceca ma avvolge, che cambia il modo di vedere sé stessi e il mondo. Paolo viene "rimesso in piedi" da Gesù: non più sostenuto dalle proprie sicurezze, ma dalla grazia. Da qui scaturisce la sua nuova identità: **ministro**, cioè servitore e "rematore della Parola", e **testimone**, chiamato ad aprire gli occhi degli altri alla luce che ha cambiato lui stesso. La conversione non è solo illuminazione, ma un cambio di direzione: passare dalle tenebre alla luce, ricevere

perdono ed eredità.

Questo parla anche alla *mia vita*. La trasfigurazione riguarda lo sguardo, il pensiero, l'agire. Come Paolo, anche noi siamo persone rimesse in piedi dalla grazia: chi mi ha rialzato? Chi oggi mi tiene in piedi? Essere ministri e testimoni significa lasciarsi trasformare e riconoscersi servitori della Parola nella quotidianità: quali ostacoli me lo impediscono? Quale stile narra la mia fede? La conversione è apertura dello sguardo al bene, al dono di Dio in noi e negli altri. Dove vedo nella mia storia questo passaggio alla luce? Come posso raccontarlo, come Paolo?

Infine, la Parola parla anche alla *nostra vita comunitaria*. Il battesimo inaugura un processo di trasformazione che dura nel tempo: siamo credenti "in costruzione", sempre tra pienezza e fragilità, tesoro e argilla. Rematori della Parola, a volte con energia, altre con fatica, ma sempre dentro un cammino che ricomincia. La storia della nostra comunità è il luogo in cui questa grazia prende forma, si rafforza e si rinnova.

FINALE

Proponiamo l'ascolto del brano *Dalle tenebre alla luce* in cui Simone Cristicchi canta la storia di un incontro che ha cambiato il modo di vedere e di leggere la propria vita.

«Le canzoni che ho qui raccolto raccontano la mia vita in questi anni, i miei cambiamenti, la mia personale evoluzione. Sono il mio sguardo ancora stupito. Il mio luminoso occhio sul mondo. La mia piccola firma di luce nell'oscurità». L'album da cui è tratto il brano è ricco di domande sui nostri destini, sullo spirito, su Dio. Proviamo a riprendere la nostra costellazione, a rileggerla alla luce della Parola ascoltata e ad immaginare dove è possibile una evoluzione, una espansione potenziando altre stelle o nuove forme.

<https://www.youtube.com/watch?v=wTOqrwD3kcA>

[Dalle tenebre alla luce](#), S. Cristicchi, *Dalle tenebre alla luce*, 2024.

Nel lungo viaggio dalle tenebre alla luce

Ho attraversato dubbi e terre desolate

Seguendo traiettorie sconosciute

Perdendo la mia essenza chissà dove

La vetta è solo l'altra faccia dell'abisso
Per sprofondarci dentro basta solo un passo
Ma quando ero sul punto di precipitare
Mi camminavi accanto senza far rumore
E ho cercato di raggiungerti ovunque senza riuscire a possederti mai
Nella perfezione dei dettagli e nelle coincidenze
Ho provato a vivere nel mondo senza dovergli appartenere mai
Evitando la mediocrità e le inutili apparenze
Se il buio è solo allontanarsi dalla luce
Nel mare del silenzio sento la tua voce
Se tutto si trasforma e nulla muore
Dal seme che marcisce nasce il nuovo fiore
E ho imparato a riconoscerti ovunque senza riuscire ad afferrarti mai
Ma ho capito che non c'è distanza né separazione
Ho imparato ad essere nel mondo senza per questo appartenergli mai
Ma ho trovato amore in ogni cellula della creazione
Nel lungo viaggio dalle tenebre alla luce
Camminerai al mio fianco senza far rumore