

Ufficio diocesano

PASTORALE PER LA FAMIGLIA

**ESERCIZI SPIRITUALI
PER COPPIE E FAMIGLIE**

3[^] edizione

sabato 13 e domenica 14 aprile 2002

e i due saranno

una sola carne

(Mt. 19,5)

S. Agata Feltria

(Monastero Clarisse – Istituto di S. Dorotea)

I meditazione

MATTEO 19, 1 - 15

¹Terminati questi discorsi, Gesù partì dalla Galilea e andò nel territorio della Giudea, al di là del Giordano. ²E lo seguì molta folla e colà egli guarì i malati.

³Allora gli si avvicinarono alcuni farisei per metterlo alla prova e gli chiesero: «E' lecito ad un uomo ripudiare la propria moglie per qualsiasi motivo?». ⁴Ed egli rispose: «Non avete letto che il Creatore da principio *li creò maschio e femmina* e disse: ⁵Per questo l'uomo *lascerà sua padre e sua madre e si unirà a sua moglie e i due saranno una carne sola?* ⁶Così che non sono più due, ma una carne sola. Quello dunque che Dio ha congiunto, l'uomo non lo separi». ⁷Gli obiettarono: «Perché allora Mosè ha ordinato *di darle l'atto di ripudio e mandarla via?*». ⁸Rispose loro Gesù: «Per la durezza del vostro cuore Mosè vi ha permesso di ripudiare le vostre mogli, ma da principio non fu così. ⁹Perciò io vi dico: Chiunque ripudia la propria moglie, se non in caso di concubinato, e ne sposa un'altra commette adulterio».

¹⁰Gli dissero i discepoli: «Se questa è la condizione dell'uomo rispetto alla donna, non conviene sposarsi». ¹¹Egli rispose loro: «Non tutti possono capirlo, ma solo coloro ai quali è stato concesso. ¹²Vi sono infatti eunuchi che sono nati così dal ventre della madre; ve ne sono alcuni che sono stati resi eunuchi dagli uomini, e vi sono altri che si sono fatti eunuchi per il regno dei cieli. Chi può capire, capisca».

¹³Allora gli furono portati dei bambini perché imponesse loro le mani e pregasse; ma i discepoli li sgridavano. ¹⁴Gesù però disse loro: «Lasciate che i bambini vengano a me, perché di questi è il regno dei cieli». ¹⁵E dopo avere imposto loro le mani, se ne partì.

TRACCIA DI RIFLESSIONE PER IL LAVORO DI COPPIA E DI GRUPPO

E' importante per il confronto, ricordarsi di riferirsi sempre ad esempi concreti, al vissuto della coppia, nel dare le risposte alle domande.

1° RIFLESSIONE

(Vangelo di Matteo)

- 1- Ciò che abbiamo ascoltato, quali reazioni ha suscitato in noi, o quali associazioni con il nostro vissuto?
- 2 - Viviamo il nostro rapporto di coppia come una realtà affidata alle nostre mani? Oppure facciamo affidamento sulla presenza di Dio nella nostra coppia? Come?
- 3 - Come gestiamo le nostre diversità? Ci provocano un effetto di unione o di divisione? Riusciamo a far diventare le diversità unione, e se si come, oppure sono solo fonte di conflitti? Come superiamo i conflitti?
- 4 - Cos'è che ci unisce di più? Quando abbiamo fatto esperienza di unità? Siamo abituati a vedere di più ciò che ci unisce o ciò che ci divide? Cosa abbiamo sperimentato che di più favorisce la comunione?

Alla luce della parola di Gesù, indaghiamo sulla nostra fedeltà:

- 5 - Perché ci promettiamo di essere fedeli?
La fedeltà è fedeltà dell'uno all'altra e viceversa o è fedeltà dei due verso un "Altro"?

* * *

I meditazione

GENESI 1, 26 - 28 2, 4b - 9 e 18 - 25

²⁶E Dio disse: «Facciamo l'uomo a nostra immagine, a nostra somiglianza, e domini sui pesci del mare e sugli uccelli del cielo, sul bestiame, su tutte le bestie selvatiche e su tutti i rettili che strisciano sulla terra».

²⁷Dio creò l'uomo a sua immagine;
a immagine di Dio lo creò;
maschio e femmina li creò.

²⁸Dio li benedisse e disse loro:
«Siate fecondi e moltiplicatevi,
riempite la terra;
soggiogatela e dominate
sui pesci del mare
e sugli uccelli del cielo
e su ogni essere vivente,
che striscia sulla terra».

^{4b}Quando il Signore Dio fece la terra e il cielo, ⁵nessun cespuglio campestre era sulla terra, nessuna erba campestre era spuntata - perché il Signore Dio non aveva fatto piovere sulla terra e nessuno lavorava il suolo ⁶e faceva salire dalla terra l'acqua dei canali per irrigare tutto il suolo -; ⁷allora il Signore Dio plasmò l'uomo con polvere del suolo e soffiò nelle sue narici un alito di vita e l'uomo divenne un essere vivente.

⁸Poi il Signore Dio piantò un giardino in Eden, a oriente, e vi collocò l'uomo che aveva plasmato. ⁹Il Signore Dio fece germogliare dal suolo ogni sorta di alberi graditi alla vista e buoni da mangiare, tra cui l'albero della vita in mezzo al giardino e l'albero della conoscenza del bene e del male.

¹⁸Poi il Signore Dio disse: «Non è bene che l'uomo sia solo: gli voglio fare un aiuto che gli sia simile». ¹⁹Allora il Signore Dio plasmò dal suolo ogni sorta di bestie selvatiche e tutti gli uccelli del cielo e li condusse all'uomo, per vedere come li avrebbe chiamati: in qualunque modo l'uomo avesse chiamato ognuno degli esseri viventi, quello doveva essere il suo nome. ²⁰Così l'uomo impose nomi a tutto il bestiame, a tutti gli uccelli del cielo e a tutte le bestie selvatiche, ma l'uomo non trovò un aiuto che gli fosse simile. ²¹Allora il Signore Dio fece

scendere un torpore sull'uomo, che si addormentò; gli tolse una delle costole e rinchiuse la carne al suo posto. ²²Il Signore Dio plasmò con la costola, che aveva tolta all'uomo, una donna e la condusse all'uomo. ²³Allora l'uomo disse:

«Questa volta essa
è carne dalla mia carne
e osso dalle mie ossa.
La si chiamerà donna
perché dall'uomo è stata tolta».

²⁴Per questo l'uomo abbandonerà suo padre e sua madre e si unirà a sua moglie e i due saranno una sola carne. ²⁵Ora tutti e due erano nudi, l'uomo e sua moglie, ma non ne provavano vergogna.

Domande per la riflessione in gruppo

2° RIFLESSIONE

(Racconto della Creazione - Genesi)

- 1 - Riusciamo a dominare le preoccupazioni e le cose da fare o ci lasciamo travolgere in modo da non aver mai tempo per coltivare la nostra relazione?

- 2 - "Crescete e moltiplicatevi..." Perché abbiamo deciso di diventare genitori? Lo sentiamo come una cosa affidata al nostro arbitrio?

- 3 - Pensimo che i figli siano i nostri o che ci siano stati affidati?

- 4 - Nella nostra coppia riusciamo a mettere sullo stesso piano le attenzioni per i figli e quelle per le relazioni che ci legano?

- 5 - Riusciamo a "contemplare" l'altro o solo ad usarlo? Riusciamo a vederci l'un l'altro come "immagine di Dio"?

* * *

Lecture per la Santa Messa

Prima Lettura

Dagli Atti degli Apostoli (2,14.22-33)

Nel giorno di Pentecoste, ¹⁴Pietro, levatosi in piedi con gli altri Undici, parlò a voce alta così:
²²«Uomini d'Israele, ascoltate queste parole: Gesù di Nazaret - uomo accreditato da Dio presso di voi per mezzo di miracoli, prodigi e segni, che Dio stesso operò fra di voi per opera sua, come voi ben sapete -,
²³dopo che, secondo il prestabilito disegno e la prescienza di Dio, fu consegnato a voi, voi l'avete inchiodato sulla croce per mano di empì e l'avete ucciso. ²⁴Ma Dio lo ha risuscitato, sciogliendolo dalle angosce della morte, perché non era possibile che questa lo tenesse in suo potere. ²⁵Dice infatti Davide a suo riguardo: "Contemplavo sempre il Signore innanzi a me; poiché egli sta alla mia destra, perché io non vacilli. ²⁶Per questo si rallegrò il mio cuore ed esultò la mia lingua; ed anche la mia carne riposerà nella speranza, ²⁷perché tu non abbandonerai l'anima mia negli inferi, né permetterai che il tuo Santo veda la corruzione te. ²⁸Mi hai fatto conoscere le vie della vita. mi colmerai di gioia con la tua presenza".

²⁹Fratelli, mi sia lecito dirvi francamente, riguardo al patriarca Davide, che egli morì e fu sepolto e la sua tomba è ancora oggi fra noi. ³⁰Poiché però era profeta e sapeva che Dio gli aveva giurato solennemente di far sedere sul suo trono un suo discendente, ³¹previde la risurrezione di Cristo e ne parlò: "questi non fu abbandonato negli inferi, né la sua carne vide corruzione". ³²Questo Gesù, Dio l'ha risuscitato e noi tutti ne siamo testimoni. ³³Innalzato pertanto alla destra di Dio e dopo aver ricevuto dal Padre lo Spirito Santo che egli aveva promesso, lo ha effuso, come voi stessi potete vedere e udire».

Parola di Dio. A - Rendiamo grazie a Dio.

SALMO RESPONSORIALE

Rit. Mostraci, Signore, il sentiero della vita

Proteggimi, o Dio: in te mi rifugio.

Ho detto a Dio: «Sei tu il mio Signore».

Il Signore è mia parte di eredità e mio calice:

nelle tue mani è la mia vita. Rit.

Benedico il Signore che mi ha dato consiglio;

anche di notte il mio cuore mi istruisce.

Io pongo sempre innanzi a me il Signore,

sta alla mia destra, non posso vacillare.

Di questo gioisce il mio cuore, esulta la mia anima. Rit.

Anche il mio corpo riposa al sicuro,

perché non abbandonerai la mia vita nel sepolcro,

né lascerai che il tuo santo veda la corruzione. Rit.

Mi indicherai il sentiero della vita,

gioia piena nella tua presenza,

dolcezza senza fine alla tua destra. Rit.

SECONDA LETTURA

Dalla prima lettera di san Pietro apostoli (1,17-21)

Carissimi, ¹⁷se pregando chiamate Padre colui che senza riguardi personali giudica ciascuno secondo le sue opere, comportatevi con timore nel tempo del vostro pellegrinaggio. ¹⁸Voi sapete che non a prezzo di cose corruttibili, come l'argento e l'oro, foste liberati dalla vostra vuota condotta ereditata dai vostri padri, ¹⁹ma con il sangue prezioso di Cristo, come di agnello senza difetti e senza macchia. ²⁰Egli fu predestinato già prima della fondazione del mondo, ma si è manifestato negli ultimi tempi per voi. ²¹E voi per opera sua credete in Dio, che l'ha risuscitato dai morti e gli ha dato gloria e così la vostra fede e la vostra speranza sono fissate in Dio.

Parola di Dio

A - Rendiamo grazie a Dio

CANTO AL VANGELO

Rit. Alleluia, Alleluia.

Signore Gesù, facci comprendere le Scritture; arde il nostro cuore mentre ci parli

VANGELO

Dal vangelo secondo Luca (24,13-35)

A - Gloria a te, o Signore.

¹³In quello stesso giorno, il primo della settimana, due dei discepoli erano in cammino per un villaggio distante circa sette miglia da Gerusalemme, di nome Emmaus, ¹⁴e conversavano di tutto quello che era accaduto. ¹⁵Mentre discorrevano e discutevano insieme, Gesù in persona si accostò e camminava con loro. ¹⁶Ma i loro occhi erano incapaci di riconoscerlo. ¹⁷Ed egli disse loro: «Che sono questi discorsi che state facendo fra voi durante il cammino? ». Si fermarono, col volto triste; ¹⁸uno di loro, di nome Clèopa, gli disse: «Tu solo sei così forestiero in Gerusalemme da non sapere ciò che vi è accaduto in questi giorni?». ¹⁹Domandò: «Che cosa?». Gli risposero: «Tutto ciò che riguarda Gesù Nazareno, che fu profeta potente in opere e in parole, davanti a Dio e a tutto il popolo; ²⁰come i sommi sacerdoti e i nostri capi lo hanno consegnato per farlo condannare a morte e poi l'hanno crocifisso. ²¹Noi speravamo che fosse lui a liberare Israele; con tutto ciò son passati tre giorni da quando queste cose sono accadute.

«²²Ma alcune donne, delle nostre, ci hanno sconvolti; recatesi al mattino al sepolcro ²³e non avendo trovato il suo corpo, son venute a dirci di aver avuto anche una visione di angeli, i quali affermano che egli è vivo. ²⁴Alcuni dei nostri sono andati al sepolcro e hanno trovato come avevan detto le donne, ma lui non l'hanno visto».

²¹Ed egli disse loro: «Stolti e tardi di cuore nei credere alla parola dei profeti! ²⁶Non bisognava che il Cristo sopportasse queste sofferenze per entrare nella sua gloria?». ²⁷E cominciando da Mosè e da tutti i profeti spiegò loro in tutte le Scritture ciò che si riferiva a lui. ²⁸Quando furon vicini al villaggio dove erano diretti, egli fece come se dovesse andare più lontano. ²⁹Ma essi insistettero: «Resta con noi perché si fa sera e il giorno già volge al declino». Egli entrò per rimanere con loro. ³⁰Quando fu a tavola con loro, prese il pane, disse la benedizione, lo spezzò e lo diede loro. ³¹Ed ecco si aprirono loro gli occhi e lo riconobbero. Ma lui sparì dalla loro vista. ³²Ed essi si dissero l'un l'altro: «Non ci ardeva forse

il cuore nel petto mentre conversava con noi lungo il cammino, quando ci spiegava le Scritture?». ³³E partirono senz'indugio e fecero ritorno a Gerusalemme, dove trovarono riuniti gli Undici e gli altri che erano con loro, ³⁴i quali dicevano: «Davvero il Signore è risorto ed è apparso a Simone». ³⁵Essi poi riferirono ciò che era accaduto lungo la via e come l'avevano riconosciuto nello spezzare il pane.

Parola dei Signore.

A - Lode a te, o Cristo.

Lodi mattutine

Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo. Amen.

Noi ti lodiamo, o Dio creatore,
che nell'acqua e nello Spirito Santo
hai dato forma e volto all'uomo e all'universo

Gloria a te, Signore!

Noi ti benediciamo, o Cristo,
che dal petto squarciato sulla croce
hai fatto scaturire i sacramenti che ci salvano.

Gloria a te, Signore!

Noi ti glorifichiamo, o Spirito Santo,
che dal grembo battesimale della Madre Chiesa
ci hai fatto rinascere come figli.

Gloria a te Signore!

ANTIFONA: Grande è il Signore:
è bello cantare al suo nome

SALMO 146 (147)

Lodate il Signore:
è bello cantare al nostro Dio,
dolce è lodarlo come a lui conviene.

Il Signore ricostruisce Gerusalemme,
raduna i dispersi d'Israele.

Risana i cuori affranti
e fascia le loro ferite;

egli conta il numero delle stelle

e chiama ciascuna per nome.

Grande è il Signore, onnipotente,
la sua sapienza non ha confini.
Il signore sostiene gli umili
ma abbassa fino a terra gli empi.

Cantate al Signore un canto di grazie,
intonate sulla cetra inni al nostro Dio.

Egli copre il cielo di nubi,
prepara la pioggia per la terra,
fa germogliare l'erba sui monti.

Provvede il cibo al bestiame,
ai piccoli del corvo che gridano a lui.
Non fa conto del vigore del cavallo,
non apprezza l'agile corsa dell'uomo.

Il Signore si compiace di chi lo teme,
di chi spera nella sua grazia.

Gloria la Padre. Come era nel principio.

ANTIFONA: Grande è il Signore:
è bello cantare al suo nome.

LETTURA BREVE

Mettimi come sigillo sul tuo cuore, come sigillo sul tuo braccio; perché forte come la morte è l'amore, tenace come gli inferi è la passione: le sue vampe son vampe di fuoco, una fiamma del Signore! Le grandi acque non possono spegnere l'amore né i fiumi travolgerlo. Se uno desse tutte le ricchezze della sua casa in cambio dell'amore, non ne avrebbe che dispregio.

CANTICO DELLE FAMIGLIA

Benedetto sei tu, Signore,

Dio dei nostri giorni!

Con gesti di stupenda tenerezza,
delicatamente ci hai plasmati:
la terra era intrisa di bellezza,
e l'uno all'altra ci hai donati.

Benedetto sei Tu che benedici,
nel tuo Verbo umano che non mente;
benedetto sei tu che benedici,
nello Spirito di vita onnipresente.

Benedetto sei tu nello stupore,
nel tuffo eterno in cui la gioia
al turbine dei tempi si rivela:
nell'amore forte in cui ritorni

Per offrirti ancora al mondo umano,
dove un segno vivo ti richiama.
Siamo noi, Signore: amici e sposi,
uniti stretti alla tua mano.

Benedetto sei tu nella tua casa:
è questa nostra, aperta e chiara.
Nel tuo abbraccio, vedi, nulla è vano,
e tra noi la gioia non è rara.

Benedetto sei tu nel nostro patto,
che ci dona l'uno all'altra in ogni
tempo: il tuo figlio, Cristo sposo,
prende carne ancora in chi si ama.

Benedetto sei tu nei nostri giorni:
ci affidiamo a te, ti ringraziamo.
Siamo spighe d'ondeggiante, puro grano.
Il pane che prepari è gioia eterna.

Ti chiediamo rugiada senza fine
Che rifletta al mondo la tua luce:
ora e sempre, in ogni istante,
ovunque il tempo noi conduce.

Amen.

E ora, animati dallo Spirito del Signore che dona la vita, osiamo dire:

Padre nostro...

Ti benediciamo nel nome
Dell'unico Padre, Creatore,
del Figlio, Parola Vivente
e dello Spirito Santo, luce e amore.
Amen

BENEDIZIONE DEL PRANZO

Ti ringrazio, o Dio, Padre nostro,
per il cibo che ci fai gustare
a questa mensa di famiglia;
fa' che condividendo fraternamente
i tuoi doni e i tuoi benefici,
possiamo partecipare tutti insieme al banchetto eterno.
Per Cristo nostro Signore.
Amen.

Canti per la S .Messa

CAMMINERO'

Rit. **Camminerò, camminerò**

nella tua strada, Signor,

dammi la mano voglio restar

per sempre insieme a Te.

Quando ero solo,

solo e stanco nel mondo.

Quando non c'era l'amor

tante persone vidi intorno a me,

sentivo cantare così.

Rit.

Io non capivo

ma rimasi a sentir

quando anch'io vidi il Signor.

Lui mi chiamava, chiamava anche me

ed io gli risposi così ...

Rit.

Or non m' importa

se uno ride di me

lui certamente non sa

del grande tesoro che trovai quel dì,

e dissi al Signore così ...

Rit.

A volte son triste

ma mi guardo intorno,

scopro il mondo e l'amor

son questi i doni che Lui fa a me,

felice ritorno a cantare...

Rit.

COME MARIA

Vogliamo vivere, Signore,

offrendo a te la nostra vita,
con questo pane e questo vino
accetta quello che noi siamo.

Vogliamo vivere, Signore,
abbandonati alla tua voce,
staccati dalle cose vane,
fissati nella vita vera.

Vogliamo vivere come Maria,
l'irraggiungibile,
la madre amata
che vince il mondo con l'amore,
e offrire sempre la tua vita
che viene dal cielo.

Accetta dalle nostre mani
come un'offerta a te gradita
i desideri d'ogni cuore,
le ansie della nostra vita.
Vogliamo vivere, Signore,
accesi dalle tue parole
per riportare in ogni uomo
la fiamma viva del tuo amore. Rit.

E sono solo un uomo

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 d'ogni uomo" / e non
t'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

E impererò a guardare tutto Il mondo
con gli occhi trasparenti di un bambino
e insegnerò a chiamarti "Padre Nostro"
ad ogni figlio, che diventa uomo.
,B ~ora a guardare tutto Il mondo
con gli occhi trasparenti di un bambino
o, insegnerò a chiamarti padre nostro".
Ad ogni figlio che diventa uomo

Io lo so Signore /
che Tu mi sei vicino luce
alla mia mente / guida
il mio cammino
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
finisce / Tu sei vita
eterna e so che posso
sempre / contare su di
Te!

E accoglierò la vita come *un dono* e avrò il
coraggio di morire anch'io e incontro a Te vorrò col
mio fratello che non si sente amato da nessuno.(2v.)

GIOVANE DONNA

Giovane Donna, attesa dell'umanità,
un desiderio d'amore e pura libertà.
Il Dio lontano è qui, vicino a Te,
voce e silenzio, annuncio di novità.

Rit. Ave Maria
Ave Maria

Dio t'ha scelta qual Madre piena di bellezza,
ed il suo amore t'avvolgerà con la sua ombra.
Grembo per Dio venuto sulla terra
Tu sarai Madre di un uomo nuovo. Rit.

Ecco l'ancella che vive della sua parola,
libero il cuore perché l'amore trovi casa.
Ora l'attesa è densa di preghiera
e l'Uomo nuovo è qui in mezzo a noi. Rit.

RESURREZIONE

Che gioia ci hai dato Signore del cielo
Signore del grande universo,
che gioia ci hai dato, vestito di luce,
vestito di gloria infinita,
vestito di gloria infinita.

Vederti risorto, vederti Signore
il cuore sta per impazzire
Tu sei ritornato, Tu sei qui fra noi
e adesso ti avremo per sempre,
e adesso ti avremo per sempre.

Chi cercate, donne, quaggiù,
chi cercate, donne, quaggiù,
quello ch'era morto non è qui
è risorto! Sì, come aveva detto anche a voi.
Voi gridate a tutti che è risorto Lui,
tutti che è risorto Lui.

Tu hai vinto il mondo, Gesù,
Tu hai vinto il mondo, Gesù,
liberiamo la felicità e la morte,
no, non esiste più, l'hai vinta tu e hai salvato
tutti noi, uomini con Te,
tutti noi, uomini con Te.

SE MI ACCOGLI

Tra le mani non ho niente.
spero che mi accoglierai;
chiedo solo di restare accanto a te.
Sono ricco solamente
dell'amore che mi dai:
è per quelli che non l'hanno avuto tnaì!

Se mi accogli, mio Signore,
altro non ti chiederò
e per sempre la tua strada
la mia strada resterà.
Nella gioia, nel dolore
fino a quando tu vorrai,
con la mano nella tua camminerò.

Io ti prego con il cuore,
so che tu mi ascolterai.
Rendi forte la mia fede più che mai!
Tieni accesa la tua luce fino al giorno che tu sai.
Con i miei fratelli incontro a te verrò.