

## SEGUIRE GESÙ NELLA CITTÀ

### Introduzione

Talvolta abbiamo bisogno di staccarci dai ritmi stressanti della città per poterci ritrovare. Questa breve fuga di noi due è stata una medicina, e non solo per noi. Entriamo in una trattoria e ci sediamo un po' appartati. Di fronte a noi un'altra coppia: la loro bimba di circa tre anni li sta mettendo alla prova. È incontenibile nella sua allegra vivacità. Lo sguardo stanco e rassegnato dei due giovani genitori rivela e rispecchia un'esperienza già vissuta. È davvero facile immedesimarsi... Nella borsa ritrovo qualche foglio sparso che inizio a piegare: il gioco antico delle barchette di carta. La curiosità è catturata. La bimba si avvicina a noi, osserva, le mette in fila, le chiama per nome. Più in là i due genitori hanno ritrovato il sorriso e qualche minuto di tregua. Ora non sanno più come ringraziare. Si raccontano: è il loro anniversario e fanno festa anche con noi.

Non so se vi è mai capitato di riconoscere quando la stanchezza e la fatica travalicano il nostro agire e chi abbiamo accanto diventa bersaglio incolpevole. È allora che sperimentiamo il nostro limite, finalmente riconosciamo che non siamo onnipotenti e che abbiamo bisogno di riposo. Spesso i ritmi frenetici ci portano a rincorrere le cose da fare così che viviamo tutto con affanno. Fermarsi per rimettere ordine non è un esercizio facile, servono quelle giornate in cui riusciamo a buttare le cose superflue senza cadere nella facile tentazione di tenere tutto "perché un giorno potrebbe servire". Abbiamo il coraggio di fermarci e fare un serio discernimento sulle cose che facciamo? Quello che faccio deriva da un mio bisogno o è indotto dagli altri? Quante volte ci fermiamo a rimettere in ordine queste cose? Abbiamo il coraggio di tagliare qualcosa di quello che appesantisce la nostra vita?

In un foglietto ognuno scriva le tre situazioni che pesano di più nella sua vita e risponda per ognuna alle domande: questa situazione è un mio bisogno o un bisogno indotto? Potrei farne a meno?

Al termine dell'attività si può iniziare la discussione.

### Vangelo...

*dal Vangelo secondo Marco (5,25-34)*

«Ora una donna, che da dodici anni era affetta da emorragia e aveva molto sofferto per opera di molti medici, spendendo tutti i suoi averi senza nessun vantaggio, anzi peggiorando, udito parlare di Gesù, venne tra la folla, alle sue spalle, e gli toccò il mantello. Diceva infatti: «Se riuscirò anche solo a toccare il suo mantello, sarò guarita». E subito le si fermò il flusso di sangue, e sentì nel suo corpo che era stata guarita da quel male.

Ma subito Gesù, avvertita la potenza che era uscita da lui, si voltò alla folla dicendo: «Chi mi ha toccato il mantello?». I discepoli gli dissero: «Tu vedi la folla che ti si stringe attorno e dici: Chi mi ha toccato?». Egli intanto guardava intorno, per vedere colei che aveva fatto questo. E la donna impaurita e tremante, sapendo ciò che le era accaduto, venne, gli si gettò davanti e gli disse tutta la verità. Gesù rispose: «Figlia, la tua fede ti ha salvata. Va' in pace e sii guarita dal tuo male»

In questo brano del Vangelo di Marco troviamo descritto un miracolo: una donna ammalata da lungo tempo si avvicina a Gesù, facendosi largo tra la folla, per cercare di toccarlo. La muove la convinzione che basterà un semplice gesto, un breve contatto per ottenere la guarigione. Pesano sulle sue spalle la fatica di sentirsi impura, isolata, sola, senza prospettive e speranze. Il desiderio di questa donna, vale più di ogni cosa, è potentissimo, pieno di amore e di fede. Davanti ad esso Gesù si ritrova ad esaudire la richiesta della donna restituendogli la vita e la sua dignità di figlia amata da Dio.

Anche noi, spesso, siamo come questa donna: affaticati, delusi, stanchi e senza prospettive. Anche arrivare a Gesù ci sembra difficile: la folla, gli impegni, le fatiche si frappongono e solo una forte volontà ci avvicina al Padre. Ma Gesù sa leggere tutto questo e diventare rifugio e sollievo a chi lo ricerca con fede. Nella sua Natura divina sa essere Padre sempre presente per i suoi figli, Figlio che conosce la fatica di riconoscersi bisognosi di aiuto, Spirito d'amore che ci restituisce dignità e speranza.

### Per la discussione:

1. Ho il coraggio di fare tutte le peripezie che ha fatto questa donna per incontrare Gesù?
2. Concentriamoci sul comportamento di Gesù: sono capace di accorgermi dei bisogni dei membri della mia famiglia anche quando sono molto preso e distratto dalle vicende della vita quotidiana?

## SEGUIRE GESÙ NEL TEMPIO

### Preghiera

Signore Gesù aumenta la nostra fede.

Vogliamo stare alla tua sequela, seguirti per toccare il lembo del tuo mantello ed essere avvolti dalla Tua Parola.

Padre buono, tu sei fonte della vita:

ti ringraziamo per il dono della tua Parola, vero pane per il nostro cammino e vivo nutrimento del nostro impegno.

Fa' che dopo aver ascoltato siamo capaci di realizzare la tua Parola che abbiamo letto e accolto in noi, perché sappia trasformare la nostra vita e renderci testimoni credibili del tuo amore.

**Preghiere spontanee:**

- Signore io ti prego per ...

### Ricetta

#### Le polpette

*Associo le polpette ai tanti momenti dove occorre consumare un pasto veloce che soddisfi lo stomaco e... il cuore. Riescono meglio se si utilizzano gli avanzi di carne (arrosto, bollito, brasato, pollo...) e di affettati vari (mortadella, prosciutti...).*

#### Ingredienti:

- carne avanzata cotta
- mortadella
- 3 patate
- abbondante formaggio grana grattugiato
- 2 uova
- prezzemolo
- pane grattato
- sale, pepe, noce moscata

Lessare e schiacciare le patate. Tritare la carne, la mortadella e il prezzemolo. Unire le patate, le uova, il formaggio e i sapori. Impastare bene e a lungo. Formare le polpette rotolandole nel palmo delle mani. Passarle nel pane grattato e friggerle. È subito festa per tutti!