

SGUARDO CONTEMPLATIVO SULLA REALTÀ

Per educarci al dono della meraviglia non si può fare a meno di **ritornare al libro delle Scritture**, che hanno la capacità di condurci ad uno sguardo diverso. La prima pagina della Bibbia si apre con queste parole: «In principio Dio creò il cielo e la terra. (...) Dio disse e la luce fu». Quel principio di cui parla la Bibbia non vuole riferirsi ad un inizio cronologico, ma a ciò che costituisce il fondamento di tutto il reale.

Obiettivo fondamentale:

Saper accogliere ed amare la vita di tutte le persone a noi affidate, guardare all'altro con occhi misericordiosi, saper leggere la realtà con occhi grati e riconoscere in tutto e tutti l'operare di Dio.

SPUNTI PER LA RIFLESSIONE PERSONALE

- Con che occhi guardo al mondo che mi circonda?
- Ho cura e rispetto di quanto è intorno a me o vedo tutto con fini utilitaristici che giovano soltanto a me stesso?
- Papa Francesco tante volte ci ha spronato a unire contemplazione e azione per vivere con gioia, ad agire con occhi e cuore contemplativi. Quando il mio sguardo ed il mio cuore possono dirsi contemplativi?



SPUNTI PER LA RIFLESSIONE DI GRUPPO

- Nel nostro cammino siamo chiamati a guardare la realtà con occhi sempre nuovi, ma soprattutto “veri e attuali”. Proviamo a guardarci intorno, cosa vediamo?
- La nostra associazione ha uno sguardo contemplativo sulla realtà?
- Riusciamo a scorgere la bellezza nelle relazioni che viviamo e nei passi che compiamo insieme o tutto ci sembra scontato?



Esercizi di Vita buona

Provo ad avere uno sguardo contemplativo verso l'altro e verso il mondo che mi circonda, provo a custodire nel cuore la vita dell'altro e la realtà in cui vivo e a mettermi in ascolto cercando di capire quale Parola il Signore sta cercando di dire alla mia vita attraverso di essi.

...dal Progetto Formativo

Per approfondire questo aspetto ti consigliamo di prenderti un po' di tempo per leggere:

- Introduzione
- Cap. 4.

Canzoni:

Abbiamo pensato per te alcune canzoni che potranno aiutarti nella riflessione personale e di gruppo. Puoi sceglierne una o decidere di ascoltarle tutte, anche in momenti diversi. Mettiti in ascolto di ogni singola parola per capire cosa possono dire alla tua vita in questo momento, come possono aiutarti ad avere uno sguardo contemplativo sulla realtà...



Lucio Battisti, *Emozioni*

Seguir con gli occhi un airone sopra il fiume e poi
Ritrovarsi a volare
E sdraiarsi felice sopra l'erba ad ascoltare
Un sottile dispiacere
E di notte passare con lo sguardo la collina per scoprire
Dove il sole va a dormire
Domandarsi perché quando cade la tristezza in fondo al cuore
Come la neve non fa rumore



Lucio Dalla, *La sera dei miracoli*

È la notte dei miracoli fai attenzione
Qualcuno nei vicoli di Roma
Ha scritto una canzone



Ivana Spagna, *Il cerchio della vita*

Poi un raggio di sole ti abbraccia
I tuoi occhi si tingon di blu
E ti basta così, ogni dubbio va via
E i perché non esistono più
E' una giostra che va, questa vita che
Gira insieme a noi e non si ferma mai
E ogni vita lo sa che rinascerà
In un fiore che fine non ha



Antonello Venditti, *Che fantastica storia è la vita*

E quando penso che sia finita,
è proprio adesso che comincia la salita.
Che fantastica storia è la vita.



Immagini:

- Arcabas, *La guarigione del cieco*
- Claude Monet, *Passeggiata sulla scogliera*

Abbiamo pensato anche a delle immagini, speriamo possano approfondire la tua riflessione e darti nuovi input nel cammino di conversione dello sguardo. Prova a vedere di cosa si tratta!

Letture:

Per questi ci vorrà un po' di tempo in più ma ti assicuriamo che ne vale davvero la pena... prova a lasciarti accompagnare dalla lettura lungo le sere di questo inverno... fallo con l'aiuto di una matita: sottolinea, scrivi, ricorda, agisci...



Laudato si', cap. 2.

Un'Enciclica sull'ecologia integrale in cui la preoccupazione per la natura, l'equità verso i poveri, l'impegno nella società, ma anche la gioia e la pace interiore risultano inseparabili.



A. GRÜN, Bellezza. Una nuova spiritualità della gioia di vivere, Queriniana 2015.

Quando ci sfiora, la bellezza del cosmo apre il nostro sguardo al Creatore. È espressione della gioia che ci è concesso di provare ogni giorno in modo nuovo. In questo libro arricchente e ottimista Grün sviluppa una nuova spiritualità della bellezza, tanto intima quanto lieta. Scorre le pagine dei grandi testi dell'estetica filosofica e teologica. Propone un percorso culturale di straordinaria forza evocativa. Indica insomma - senza pretese di esaustività - le strade per scoprire la bellezza nella forza delle immagini, per sviluppare l'attenzione necessaria a recepire la bellezza del creato e di ogni singola persona. Nella contemplazione estetica e nel piacere, nella curiosità e nella gratitudine, nella scoperta della propria bellezza, nella fusione con il bello che è dentro di noi e intorno a noi e, infine, nell'atto di plasmare la nostra vita e il nostro mondo, Grün fornisce le indicazioni per arrivare a sette atteggiamenti interiori per una spiritualità della bellezza: perché la bellezza possa sprigionare dentro di noi la sua forza benefica. E perché troviamo il luogo in cui il nostro cuore vuole sentirsi a casa, confortato e guarito.



PAOLO ALLIATA, *Dove Dio respira di nascosto*, Ponte alle Grazie 2018.

Siamo al mondo per respirare. Per fare gesti ampi, per riempire lo sguardo di futuro. Per rispondere alla chiamata della libertà, che ci invita a uscire dalle trincee e camminare a testa alta, a levare pesi e sciogliere nodi, ad attingere alla sorgente sepolta dentro di noi e farla fiorire. Di questo parla il Mistero cristiano in un linguaggio non sempre immediato ai nostri giorni. Eppure la Parola di Dio respira in ogni angolo della Terra, nella cultura popolare e in quella alta, nei film da cineteca e in quelli d'animazione, nei miti classici e nella letteratura di ogni tempo, nel nostro immaginario sempre in divenire. È lì che don Paolo Alliata, un sacerdote innamorato delle parole che nutrono, insegue questo respiro, così umano, così divino. E lo trova in Rilke come in Buzzati, in Oscar Wilde come in Ridley Scott, in Calvino e in Karen Blixen, in Darwin, Primo Levi, Gianni Rodari... Lungo il suo cammino, evangelisti e profeti dialogano con poeti e scrittori, Gesù va a braccetto con Babette, Lazzaro esce dal sepolcro come i Croods escono dalla loro caverna, van Gogh incontra la Samaritana ai bordi del pozzo, e insieme vincono la solitudine. Perché la vita, nei suoi lati di sole e in quelli di ombra, nel suo imprevedibile, imponderabile mistero, chiede di essere vissuta fino in fondo. E celebrata, in ogni suo respiro.



E. RONCHI - M. MARCOLINI, *Innamorarsi della realtà*, Santa Maria del Cengio, 2019.

Come si affronta la sfiducia che pervade il nostro tempo? Come si trasforma il sentimento di delusione verso il presente in cui viviamo? Con uno sguardo innamorato. Il primo passo per trasformare la realtà è innamorarsene.

Link:

Ti suggeriamo, infine, alcuni link utili ad approfondire quanto detto fino ad ora.



Articolo di don Marco Ghiazza (assistente ACR) sulla contemplazione

- <https://azionecattolica.it/spiritualita/la-contemplazione-apre-alla-speranza>



Discorso del santo padre Francesco alla veglia con i giovani in occasione della XXXIV Giornata Mondiale della Gioventù, Panama 2019

- http://www.vatican.va/content/francesco/it/speeches/2019/january/documents/papa-francesco_20190126_panama-veglia-giovani.html