

# **Un impegno comune per vivere nella città**

- *Per una vita di qualità*
- *Dal benessere allo star-bene*

---

## Introduzione

La quotidianità delle nostre città è attraversata contemporaneamente da un sogno e da un incubo: il sogno di un benessere sempre maggiore e più sicuro e l'incubo di volti che portano il segno della violenza e del fallimento e tendono la mano nelle nostre città.

In ambedue i casi sono in gioco l'uomo e la sua dignità.

Un uomo ridotto alla dimensione materiale che pone ogni aspettativa di realizzazione nel benessere economico goduto troppo spesso in modo individualistico; un uomo che difende i diritti acquisiti senza pensare che i diritti sono per tutti o non sono; un uomo che si stacca facilmente dalla trascendenza e si affida alla tecnologia.

Un uomo chiuso in se stesso, impaurito e povero di relazioni.

Di fronte un uomo privo di tutto, famiglia, patria, radici e lavoro, ma che cerca riconoscimento e dignità e sogna una società di liberi e di fratelli.

Questi due estremi caratterizzano il nostro tempo e segnano il nostro vivere quotidiano.

La città, tema già affrontato negli anni precedenti, è il luogo in cui esplodono quotidianamente queste contraddizioni e lo spazio in cui si gioca la nostra coerenza morale e la qualità della nostra fede.

Anche se con gli attuali mezzi di comunicazione assistiamo ad una accelerazione degli eventi e ad una loro eccessiva amplificazione, che induce spesso a rassegnazione e pessimismo, noi di Rinascita Cristiana continuiamo a sognare un futuro diverso, a fare progetti, ad indicare mete, a fare scelte concrete nelle nostre città perchè siano abitabili e accoglienti per tutti.

Terrorismo, migranti, Brexit e la nostra impotenza politica hanno messo in crisi la coesione europea. L'Europa rischia di andare in pezzi, ma proprio ora è necessario restare uniti poiché non è possibile superare la crisi pensando ognuno al proprio orticello. E' infatti in buona parte il virus dell'individualismo e dell'intolleranza religiosa ed etnica che ha contagiato i paesi dell'Unione e reso possibile uno scenario apocalittico al quale forse nessuno di noi pochi mesi fa avrebbe mai creduto.

L'intolleranza religiosa e sociale non è la risposta; la risposta è sempre il dialogo e l'incontro così come ci indica Papa Francesco: “per cooperare serve il rispetto dell'identità altrui, per dialogare serve il rispetto della propria”. Con queste parole Egli ci indica il percorso”; “la pace costruisce i ponti, l'odio i muri. Sta a noi scegliere.” Sapendo che i muri dividono e aumentano l'odio. L'educazione, l'arte, la cultura, di cui la nostra Italia è ricca ci aiuteranno a far vivere luoghi di incontro e di dialogo aperti a tutti.

Tre schede ci aiutano a leggere dall'interno questi aspetti della nostra epoca, questo grande segno dei tempi. Le prime due riguardano la qualità della vita nelle nostre città a partire dalle mentalità che ne sono all'origine. La terza ci aiuta ad entrare seriamente e in modo dettagliato nella tematica della migrazione superando luoghi comuni e pregiudizi.

E' bene svolgere il lavoro sul tema dell'immigrazione attraverso un'informazione corretta e possibilmente con un contatto diretto con chi da anni opera in questo campo: la formazione di una corretta opinione pubblica è caratteristica peculiare dell'evangelizzazione proposta da RC ed è un compito che può essere svolto a qualsiasi età ed in ogni condizione.

Questo nostro tempo chiede a tutti una visione chiara della posta in gioco, progetti per l'avvenire, collaborazione con tutti per stringere alleanze in vista del bene comune.

**Serena Grechi**

# Vita di qualità è

Tenendo presente una situazione di vita scegliamo un punto di partenza indicativo di un disagio, una paura, una difficoltà.

Scegliamo un punto di arrivo attraverso dei passaggi intermedi necessari, mancanti, nascosti.



Questo esercizio ci serve per esprimere i nostri desideri ed esigenze anche inconsapevoli e poterne parlare insieme prima di iniziare la nostra inchiesta.

Il lavoro può essere svolto in due momenti:

I momento - un lavoro personale

Il momento - un lavoro di gruppo

# Per una vita di qualità

*Signore, fa di me uno strumento della tua pace:  
dove è odio, fa ch'io porti l'amore,  
dove è offesa, ch'io porti il perdono,  
dove è discordia, ch'io porti l'unione,  
dove è dubbio, ch'io porti la fede,  
dove è errore, ch'io porti la verità,  
dove è disperazione, ch'io porti la speranza,  
dove è tristezza, ch'io porti la gioia,  
dove sono le tenebre, ch'io porti la luce.*

## Osservare

**RACCONTIAMO:**

I nostri desideri e i nostri obiettivi personali in famiglia, nella professione, nelle relazioni sociali

**ASCOLTIAMO:**

I desideri e gli obiettivi di altre persone e realtà

**RIFLETTIAMO:**

Una vita di qualità in famiglia, nella professione, nelle relazioni sociali è fatta di

.....

.....

.....

Gli strumenti a nostra disposizione

.....

.....

*Maestro, fa che io non cerchi tanto  
ad essere consolato, quanto a consolare;  
ad essere compreso, quanto a comprendere.  
Ad essere amato, quanto ad amare  
Poichè così è:  
dando, che si riceve;  
perdonando che si è perdonati;  
morendo che si risuscita a vita eterna.  
(Preghiera semplice - San Francesco)*

## Valutare

- **La qualità della vita per me**
- **La qualità della vita tra me e l'altro**
- **La qualità della vita in famiglia e nel lavoro**
- **La qualità della vita tra noi e le istituzioni**
- **La qualità della vita nella comunità ecclesiale**

### Testi biblici:

Gen 42,15; Is 32,1-8; Es 20,1-21; Dt 15,1-18; Sap 8, 1-7; Sir 6,5-17;  
Gv 2,1-11; Mc 9, 33-37; Mt 10,34-42; Mt 20,1-16; Sal 128,1-6; 2Ts3,10;

### Testi della Chiesa:

Si consiglia la lettura dell'enciclica Laudato sii nn. 124-129, il lavoro;  
nn. 137-162, e Un'ecologia integrale; Amoris laetitia n. 88

## Agire

- **Le attitudini da sviluppare e coltivare per realizzare una vita di qualità**
- **Un progetto di gruppo e cittadino per realizzare obiettivi comuni e nuove alleanze. (Risorse, tempi e metodo)**

# Dal benessere allo star-bene

Prima di iniziare l'inchiesta il gruppo può prendere in esame il capitolo IV della Enciclica Laudato sii "Un'ecologia integrale"

*...Dio d'amore, mostraci il nostro posto in questo mondo  
come strumenti del tuo affetto per tutti gli esseri di questa terra,  
perché nemmeno uno di essi è dimenticato da Te.*

*Illumina i padroni del potere e del denaro  
perché non cadano nel peccato dell'indifferenza,  
amino il bene comune, promuovano i deboli,  
e abbiano cura di questo mondo che abitiamo... Amen  
(Francesco, Laudato sii)*

## Osservare

- **Il benessere per me**

*Portare nel gruppo un fatto o un articolo della stampa locale esemplificativo*

.....

- **Il benessere intorno a me**
- .....

- **Riflettiamo sul rapporto tra benessere e bene comune**
- .....

## Valutare

- **Benessere e vita di qualità**  
**In che cosa sono uguali - In che cosa differiscono**
- **Lo sviluppo proposto dalla cultura attuale, dalla pubblicità, dal sentire comune porta:**
  - **allo star bene di tutti**
  - **a disparità che creano emarginazione**
  - **e conflitti**

- **La ricerca del nostro benessere è: - in sintonia con il Vangelo  
- contrario al Vangelo**

### Testi biblici:

Dt 5-6 (il decalogo) Sal 1; Sal 89,2-6; Mt 6, 19-21; Mt 6,25-34; Mt 13,44-46; Mt 19,16-22; Gv 15,1-11; Gal 5,18-23; 1 Tim 6,6-11; Rm 12,9-21; Rm 14,1-23

### Testi della Chiesa

#### *Gaudium et spes 16. Dignità della coscienza morale.*

Nell'intimo della coscienza l'uomo scopre una legge che non è lui a darsi, ma alla quale invece deve obbedire. Questa voce, che lo chiama sempre ad amare, a fare il bene e a fuggire il male, al momento opportuno risuona nell'intimità del cuore: fa questo, evita quest'altro.

L'uomo ha in realtà una legge scritta da Dio dentro al cuore; obbedire è la dignità stessa dell'uomo, e secondo questa egli sarà giudicato. La coscienza è il nucleo più segreto e il sacrario dell'uomo, dove egli è solo con Dio, la cui voce risuona nell'intimità.

Tramite la coscienza si fa conoscere in modo mirabile quella legge che trova il suo compimento nell'amore di Dio e del prossimo. Nella fedeltà alla coscienza i cristiani si uniscono agli altri uomini per cercare la verità e per risolvere secondo verità numerosi problemi morali, che sorgono tanto nella vita privata quanto in quella sociale.

#### *Laudato sii - Il principio del bene comune*

**n. 157** - Il bene comune presuppone il rispetto della persona umana in quanto tale, con diritti fondamentali e inalienabili ordinati al suo sviluppo integrale. ... Tutta la società – e in essa specialmente lo stato – ha l'obbligo di difendere e promuovere il bene comune.

**n. 158** – Nelle condizioni attuali della società mondiale, dove si riscontrano tante iniquità e sono sempre più numerose le persone che vengono scartate, private dei diritti fondamentali, il principio del bene comune si trasforma immediatamente, come logica e ineludibile conseguenza, in un appello alla solidarietà e in una opzione preferenziale per i più poveri. (Cfr. *Evangeli gaudium nn. 186, 189*)

**n. 160** - Quando ci interroghiamo circa il mondo che vogliamo lasciare ci riferiamo soprattutto al suo orientamento generale, al suo senso, ai suoi valori.

### Agire

- **Attraverso quali prese di coscienza trasformare la nostra mentalità e la nostra cultura**
- **Del mio benessere rinuncerei a**
- .....
- **Per star bene tutti mi impegnerei a**
- .....



# La Parola della domenica

## AVVENTO

*Il tempo dell'avvento con la sua ricchezza umana e cristiana ci fa fare un percorso di attesa, e insieme riviviamo i verbi che progressivamente ci rendono aperti all'incontro. Sono verbi imperativi e perciò inviti pressanti che la Parola ci fa ad aprirci alla Vita*

### **VEGLIATE - I domenica 27 novembre – Matteo 24, 37-44**

“Vegliare” è l’inizio di questo percorso, un invito pressante. Stare attenti, non distrarsi, coltivare la paziente attitudine a rimanere svegli per scorgere i segni, i passi, i rumori, le anticipazioni di una presenza che ci rinnova.

#### **Per il confronto nel gruppo**

Che cosa deve cambiare nella vita e nella storia di oggi?

Che fare perché ci sia una manifestazione di segnali positivi?

### **CONVERTITEVI – II domenica 4 dicembre – Matteo 3, 1-12**

Convertirsi è un secondo invito. Cambiare il cuore, la mente, gli occhi è necessario per scorgere l'azione di Dio in noi e nella nostra storia umana.

#### **Per il confronto nel gruppo**

Che cosa sta maturando in me in questo tempo?

Come aprire il cuore per essere nuovi?

### **ESULTA – III domenica 11 dicembre - Matteo 11,2-11**

Essere nella gioia è il movimento successivo alla conversione, che porta a gioire di tutto ciò che sta per nascere e rinascere, perché è cambiata la visione e Dio sta per incontrarci.

#### **Per il confronto nel gruppo**

Che cosa facciamo per dare continuità alla via santa aperta dal Signore?

Come leggi, tu, la realtà? Come ti chiede di leggerla l'Evangelo?

### **NON TEMERE – IV domenica 18 dicembre - Matteo 1,18-24**

L'incontro con Dio potrebbe portare timore, ma il quarto verbo ci dona la certezza che la sua presenza nella nostra vita è apertura a un futuro di speranza.

Possiamo fidarci anche noi dell'opera di Dio come fecero Maria e Giuseppe

**Per il confronto nel gruppo**

L'essere in relazione quali attenzioni apre alla tua vita?

Quando il dubbio è forte che strade percorriamo?

## TEMPO DI NATALE

*Se i verbi dell'attesa ci hanno messo in movimento interiore, ora Dio è vicino, è in mezzo a noi: percorriamo in questo tempo liturgico le parole della vicinanza che ci aiutano a trovare in noi le attenzioni per stare con lui.*

### **DIO CON NOI - Natale messa della notte - Luca 2, 1-14**

La sua presenza in ciascuno di noi oggi si fa più evidente, è rivisitata, perché è in noi che il Signore Gesù si fa carne e se spalanco gli occhi del cuore lo riconosco.

**Per il confronto nel gruppo**

Quali sono gli elementi di gioia di questo Natale?

Che cosa porta di nuovo nella tua vita la nascita di Cristo Gesù?

### **ALCUNI MAGI VENNERO – 6 gennaio Epifania del Signore – Matteo 2. 1-12**

Con i Magi e con tutti i cercatori di Dio e dell'uomo anche noi continuiamo il cammino. La Parola di vicinanza di questa festa ci pone ancora sulla via per non fermarci nella ricerca.

**Per il confronto nel gruppo**

Che azioni metti in atto per avvicinarti maggiormente al Signore?

C'è qualcosa che ti appassiona dell'universalità della Chiesa?

## TEMPO DI QUARESIMA

*La Quaresima aiuta a scoprire che non si è mai raggiunto il traguardo, perché la vita è un percorso che spinge sempre a trovare nuove motivazioni e nuovi modi di essere.*

### **NON DI SOLO PANE – I domenica 5 marzo – Matteo 4,1-11**

Il primo invito è ad accogliere una Parola nuova che crea fraternità e condivisione. Non di solo pane...: l'itinerario inizia accogliendo qualche cosa che fa gustare altro nella vita. Questo primo passo può essere compiuto e vissuto in

modo personale e nel gruppo che inizia a cercare nella Parola quegli inviti che trasformano la vita.

### **Per il confronto nel gruppo**

Che cosa fai per combattere il male?

In questo tempo che cosa ti distoglie maggiormente dai tuoi progetti?

### **NON TEMETE – II domenica 12 marzo – Matteo 17,1-9**

Il secondo invito va dritto al cuore delle paure umane che tutti sperimentiamo nel viaggio della vita. Non temere ciò che non conosci, non temere la fatica del procedere, non temere di perdere anche la vita. È un passo decisivo per procedere nel cammino.

### **Per il confronto nel gruppo**

Le prove della vita che cosa provocano in te?

Nel tuo cammino con Cristo Gesù ci sono aspetti che ti creano difficoltà?

### **DAMMI DA BERE – III domenica 19 marzo – Giovanni 4,5-42**

Quando si sperimenta la sete possiamo cercare in molte direzioni, ma qui l'invito è ad andare alla sorgente. Dammi da bere è richiesta umile e chiara alla fonte della vita per rinascere.

### **Per il confronto nel gruppo**

Le tue sicurezze in che cosa sono più forti delle proposte di cambiamento?

Quando la tua vita è riarata, dove trovi la tua fonte per dissetarti?

### **GUARDO IL CUORE – IV domenica 26 marzo – Giovanni 9,1-41**

È l'invito a lasciarsi guardare da Gesù, il solo che vede nel cuore il percorso di fede e di conversione continua con l'accoglienza della luce, sapendo che lui guarda il cuore.

### **Per il confronto nel gruppo**

Che cosa vede di bello nella tua vita Cristo Gesù?

Tu come guardi le realtà di povertà presenti nella vita dei fratelli?

### **VIENI FUORI – V domenica 2 aprile – Giovanni 11,1-45**

L'invito a venir fuori, a uscire da ogni chiusura e tomba è l'invito conclusivo del cammino quaresimale che fa emergere tutta la nostra capacità di dono, che ci permette di capire che più forte della morte è l'amore, e così di gustare già la vita piena.

**Per il confronto nel gruppo**

Per ogni nostra scelta siamo chiamati a decidere. Dove si annidano le difficoltà? Da che cosa ti piacerebbe essere liberato oggi?

**DIO MIO – Domenica delle palme 9 aprile – Matteo 26,14-27,66**

Il primo dono che riceviamo nella Settimana Santa è un Dio che cammina anche dentro il non senso e la sconfitta, che assume su di sé tutto di noi e tutto dona. Dal dono libero e per amore della sua vita scaturiscono tutti gli altri doni. Contempliamo il compimento della vicenda di Gesù e sentiamo il suo immedesimarsi in tutte le sofferenze dell'uomo.

**Per il confronto nel gruppo**

In che cosa ti senti utile per il progetto di salvezza di Dio?

Il corpo maltrattato e senza vita del Cristo che senso ha per te, a che cosa ti fa pensare?

## TEMPO DI PASQUA

*Il cammino quaresimale ci conduce a vivere con Cristo Gesù, e in lui la morte e la vita, il mistero dell'abbassamento e della glorificazione. L'entrata nel mistero pasquale attraverso la domenica delle Palme ci conduce a vivere la gioia della risurrezione e ad accogliere in noi i doni del Risorto. La Parola ci accompagna nell'accoglienza di questi doni che sempre ci sorprendono.*

**VIDE E CREDETTE – Pasqua 16 aprile – Giovanni 20,1-9**

Il dono della vita è il primo regalo che la Pasqua di Gesù ci offre, un dono che nasce dal vedere la vita che vince ogni forma di morte, dal credere che niente e nessuno alla fine è fuori dall'Amore di Dio, che riconduce a sé ogni sconfitta e dolore.

**Per il confronto nel gruppo**

La Pasqua quale novità ti aiuta a scoprire?

La tua ricerca del Cristo è intimistica o aperta sulle problematiche del mondo?

**PACE A VOI – II di Pasqua 23 aprile – Giovanni 20,19-31**

Gesù risorto appare ai suoi e dona la pace. Questo dono così prezioso, cercato e invocato viene da Dio. Gesù, che ha attraversato la morte e la sconfitta umana, ritorna a noi offrendoci la pace che è riconciliazione tra gli uomini, perché lui stesso ci ha riconciliati.

### **Per il confronto nel gruppo**

La pace è un dono da accogliere: è per te occasione di rinnovamento?  
Per credere in Cristo Gesù hai bisogno di qualche evento importante?

### **SPEZZÒ IL PANE – III di Pasqua 30 aprile – Luca 24,13-35**

Cristo Gesù spezza il pane e in questo gesto è riconosciuto, perché questo esprime tutta la vita di dono e di offerta. Ecco il dono che in questa tappa del cammino accogliamo: la condivisione che arriva allo spezzare tutto. Il pellegrino si accosta a noi condivide il nostro smarrimento e ancora una volta illumina la nostra vita con la sua Parola e i suoi gesti.

### **Per il confronto nel gruppo**

Con quale atteggiamento vivi l'Eucarestia domenicale?  
È motivo di festa, rispetto di un precetto, semplice tradizione?  
La Parola che valore ha nella tua vita?

### **IO SONO LA PORTA – IV di Pasqua 7 maggio – Giovanni 10,1-10**

Il Cristo risorto ci dona di passare da morte a vita, di uscire, di compiere con lui e in lui quei passaggi che ci guidano verso una vita libera e aperta. Con lui, porta che ci conduce fuori, andiamo verso il Bene, la Vita e il Padre.

### **Per il confronto nel gruppo**

Descrivi il tuo modo di essere “porta”.  
Verso dove ti conduce il cammino di fede che stai compiendo?  
Ci sono aspetti di Gesù verso cui senti di dover “passare”? Perché?

### **IO SONO LA VIA – V di Pasqua 14 maggio – Giovanni 14,1-12**

Dove andiamo, dove ci conduce il Signore Risorto: non solo ci indica la vita ma ci dona la strada sulla quale camminare sicuri. È Lui strada di vita, possibilità di cammino che non delude nonostante le fatiche e le difficoltà.

### **Per il confronto nel gruppo**

Come la Parola sta segnando la tua vita?  
Quale strada percorri per alimentare la tua fede?

### **VERRÒ DA VOI – VI di Pasqua 21 maggio – Giovanni 14,15-21**

In attesa del dono del suo stesso Spirito, Gesù, il vivente, ci assicura la sua vicinanza, la Parola di questa domenica ci regala il suo amore che è vicinanza assoluta a tutta la nostra vicenda umana, a tutta la nostra storia.

Egli viene da noi, prende “casa” presso di noi e non temiamo più.

**Per il confronto nel gruppo**

La tua fede la senti sufficientemente adulta? Sai dare ragione alla tua speranza?  
Ami abbastanza per giocare in pienezza la tua vita?

**SONO CON VOI – Ascensione 28 maggio – Matteo 28,16-20**

Il Risorto è con noi, ma non solo ci è vicino, è in noi, è dentro di noi, è la nostra stessa vita, la sua presenza diventa la sua vita in noi, vita che, donata nel Battesimo, si esprime e cresce nei giorni della nostra esistenza. Questo dono è presenza di Dio in me, negli altri e negli ultimi: invece di guardare in cielo il Risorto ci dona di guardare in modo nuovo in terra.

**Per il confronto nel gruppo**

I dubbi di fede che a volte si manifestano ti destabilizzano?  
Come realizzi l’invito ad andare per annunciare?

**RICEVETE LO SPIRITO – Pentecoste 4 giugno – Giovanni 20,19-23**

Il dono dello Spirito di Gesù è il culmine della Pasqua: nel nostro cammino accogliamo questa presenza che è forza e vita in noi.

**Per il confronto nel gruppo**

In te lo Spirito come sta operando e quale dono ti rivela maggiormente presente?  
In quali manifestazioni vedi operante lo Spirito nella tua comunità?

*Le indicazioni di meditazione sono tratte da Rinaldo Paganelli - Entrare nella domenica dalla porta della Parola. Anno A - Elledici*