



4c

Lc 1,26-38) La presenza di Dio nella nostra vita

1. INTRODUZIONE E SENSIBILIZZAZIONE

- **Accoglienza dei partecipanti**

Accoglienza di ognuno e introduzione...

-Tema: “Oggi il tema del nostro incontro sarà LA PRESENZA DI DIO NELLA NOSTRA VITA: vogliamo guardare a questo mistero, di un Dio che sta con noi, lasciandoci liberi”.

-La Metodologia. “Non staremo solo seduti ad ascoltare ma vivremo questo incontro con tutto di noi stessi: non solo mente ma soprattutto cuore, immaginazione, sentimenti...”

-Regole di partecipazione: “Per vivere questo incontro dobbiamo accettare delle regole di gruppo: ognuno sarà libero di eseguire le consegne, senza sentirsi costretto o condizionato dagli altri; ognuno parla in prima persona, evitando di rispondere ad altri o creare discussioni; D’altra parte, ognuno si impegna ad accogliere ciò che gli altri dicono senza giudicare, ridere o commentare; Ciò che ci diremo deve rimanere solo tra noi”.

- **Invocazione dello Spirito Santo**

Il facilitatore accende una candela ponendola al centro: “Accendiamo una candela, rappresentando simbolicamente la presenza dello Spirito che non rimane fermo, statico, ma ci muove, ci illumina, come questa fiamma... Chiudi allora gli occhi e guarda dentro il tuo cuore, ripensa a quanto vissuto oggi, in questa ... come lo Spirito Santo ha agito in te? Come ti ha mostrato il volto di un Dio che vuole avvicinarsi a noi, che vuole entrare a far parte della nostra storia personale? Riconosci nella tua vita di oggi questo Dio che è con te... e parla con Lui nel profondo del tuo cuore”.

Concludiamo con un Gloria: Gloria al Padre...

- **Presentazione con prima associazione al tema**

“Vorremmo ora presentarci nel gruppo, esprimendo, oltre al nome (se ci sono nuovi) l’emozione o il sentimento che sentiamo in noi davanti a questo tema, a questa verità: la presenza di Dio nella nostra vita, un Dio che sta vicino a noi, con noi...” (tutti si esprimono, nel senso del cerchio).

- **Gioco di ruolo a coppie**

Camminata: “Ora vi invito ad alzarvi e camminare nello spazio che abbiamo a disposizione, con una camminata introspettiva e silenziosa, rispettando lo spazio dell’altro... Pensa a questa presenza di Dio nella tua vita ...”.

-A coppie: “Ora avvicinati alla persona che ti è prossima ... e iniziate a camminare insieme... non tenendovi per mano, ma camminando fianco a fianco... Il tema di oggi ci immette in questo mistero, che non siamo soli, ma siamo accompagnati da Qualcuno... che cammina al nostro fianco... Cosa sento percependo questa presenza silenziosa al mio fianco? Possiamo esprimere a voce alta... “. Mentre camminano, il facilitatore mette alcuni teli al centro della stanza.

-Con simbolo: “Ora fermatevi, e tutti quelli che si trovano a destra della coppia possono prendere un telo dal centro. Questo telo rappresenta simbolicamente la presenza di Dio. Ognuno può chiudere gli occhi e, al tre, li riaprirà e chi ha il telo in mano diventerà lo strumento di Dio, l’angelo, per far sentire la Sua presenza al nostro compagno... Puoi usare questo telo come desideri, mentre chi è al tuo fianco cammina sulle strade della vita... 1, 2, 3”.

(rivolgendosi a chi non è l’angelo): “Ora inizia a camminare, immaginando un fatto della tua vita... Nota questa presenza di Dio accanto a te, mentre con la tua immaginazione cammini dentro gli eventi più importanti della tua storia... Anche in quelli in cui non sentivi la Sua presenza... Immagina questa presenza anche in quei momenti... Ora puoi esprimere ad alta voce l’emozione che senti nel tuo cuore mentre stai percependo questa presenza di Dio al tuo fianco... “. Dopo che si sono espressi far fermare, far chiudere gli occhi per tornare ad essere sé stessi, e ripetere l’esperienza invertendo i ruoli e passandosi il telo. Alla fine chiedere a chi ha il telo di appoggiarlo sulla sedia.

- **Sociometria**

-Isole: “Abbiamo sperimentato simbolicamente una presenza che ci accompagna... Ma nella nostra vita reale può darsi che non riusciamo a sperimentarla. Creiamo allora tre isole, che rappresentano il nostro sentire di questo tempo, in questo periodo della nostra vita, del nostro ‘oggi’:

- Sento sempre presente Dio (telo giallo)
- Qualche volta sento che Lui è con me (telo blu)
- Non sento la Sua presenza (telo grigio).

Al tre, ti posizionerai sull’isola che senti corrisponde al tuo sentire in questo momento della tua vita. 1, 2, 3 “.

Segue una condivisione nei gruppi. Far attenzione a riprendere la regola iniziale riguardo la condivisione: non creeremo discussioni o dibattiti, ma ognuno parla della propria esperienza, non partendo da ciò che l’altro dice, ma dalla propria scelta personale.

- **Espressione del bisogno/desiderio**

“Ti invito, in questo momento, ovunque tu sia, a chiudere gli occhi e a pensare a questa scelta che hai fatto, all’isola. E ti chiedo di entrare nel tuo cuore e di chiederti: di cosa ho bisogno per accogliere questo Dio che vuole stare con me? Come posso crescere nella coscienza di questo Dio che è al mio fianco? “.

Dopo che tanti si sono espressi: “Ora possiamo aprire gli occhi ed accogliere la Parola di Dio”.

2. INCONTRO CON LA PAROLA

Lettura di Lc 1,26-38

In quel tempo, l'angelo Gabriele fu mandato da Dio in una città della Galilea, chiamata Nazareth, a una vergine, promessa sposa di un uomo della casa di Davide, di nome Giuseppe. La vergine si chiamava Maria. Entrando da lei, disse: «Rallegrati, piena di grazia: il Signore è con te».

A queste parole ella fu molto turbata e si domandava che senso avesse un saluto come questo. L'angelo le disse: «Non temere, Maria, perché hai trovato grazia presso Dio. Ed ecco, concepirai un figlio, lo darai alla luce e lo chiamerai Gesù. Sarà grande e verrà chiamato Figlio dell'Altissimo; il Signore Dio gli darà il trono di Davide suo padre e regnerà per sempre sulla casa di Giacobbe e il suo regno non avrà fine».

Allora Maria disse all'angelo: «Come avverrà questo, poiché non conosco uomo?». Le rispose l'angelo: «Lo Spirito Santo scenderà su di te e la potenza dell'Altissimo ti coprirà con la sua ombra. Perciò colui che nascerà sarà santo e sarà chiamato Figlio di Dio. Ed ecco, Elisabetta, tua parente, nella sua vecchiaia ha concepito anch'essa un figlio e questo è il sesto mese per lei, che era detta sterile: nulla è impossibile a Dio».

Allora Maria disse: «Ecco la serva del Signore: avvenga per me secondo la tua parola». E l'angelo si allontanò da lei.

- **Una Presenza che coinvolge le relazioni**

Schematizzazione simbolica

“Il Vangelo non inizia dicendo che l'angelo è andato da Maria: c'è una descrizione prima, del luogo in cui si trovava **Maria**, ma anche di chi era in relazione con Maria. Poniamo quindi Maria, indicata come una vergine, al centro (**telo rosa**). Attorno a lei, mettiamo altri personaggi”.

“Viene nominata **Elisabetta**, e con questo **telo marrone** rappresentiamo tutto ciò che Elisabetta rappresenta per Maria: la famiglia di sangue, i parenti. Marrone perché simbolizza le radici, possiamo dire, il passato di Maria, da dove viene... “.

“Il vangelo narra di una vergine promessa a un uomo di nome **Giuseppe**: con questo **telo rosso** rappresentiamo non solo Giuseppe, ma la nuova famiglia, gli affetti, in un certo senso il suo futuro: ciò che lei progetta, sogna...”.

“Si parla anche di una famiglia più numerosa: la città di Nazareth. Il luogo in cui Maria è nata, è cresciuta... con questo **telo verde** rappresentiamo queste relazioni che Maria ha con la sua gente. Che rappresentano, in un certo senso, il suo presente. Dove vive, agisce, nella sua vita di tutti i giorni... “.

“Rapporti... questo angelo che arriva, quindi, non raggiunge solo lei, ma raggiunge tutte le sue relazioni. E immaginiamo ciò che questo Dio, che si avvicina a Maria, ha fatto con Elisabetta... o con Giuseppe... o con la città di Nazareth, che sarà ricordata nei secoli... Questo Dio raggiunge non solo Maria, ma tutto ciò che è intorno a lei... Simbolicamente, mettiamo allora questo **telo**

bianco, che rappresenta l'angelo Gabriele, che rappresenta questo segno di Dio che si fa prossimo, non solo su Maria, ma anche su tutte le sue relazioni...

“Rispecchiamento: disegno delle mie relazioni

Il facilitatore invita a rappresentare simbolicamente, su un foglio, se stessi, con intorno le proprie relazioni (consegna fogli e matite colorate a tutti). Quindi invita

- a dare un titolo al disegno
- a esprimere l'emozione provata facendolo.

Simbolo vissuto

Dopo che tutti hanno finito, mettete altri teli al centro: “Ora vogliamo vivere un momento esperienziale, e invito quelli che hanno il telo a prenderlo in mano, e chi non ce l'ha a prendere uno di questi teli al centro, che rappresenteranno, come gli altri, questa presenza di Dio... “.

“Ti invito a mettere il tuo disegno a terra, di fronte a te... Tieni questo telo, simbolo della presenza di Dio, nelle tue mani, guardando le tue relazioni... Dio vuole raggiungere anche queste... Quando ti senti pronto, puoi vivere questo gesto che ho compiuto prima: fai scendere questo simbolo della presenza di Dio anche nelle tue relazioni. Lascia che Dio sia possa entrare in ogni luogo relazionale, ovunque tu sia... “.

Lasciare un tempo per vivere questo gesto, con una musica di sottofondo soave; volendo, far esprimere ad ogni persona l'emozione sperimentata nel farlo.

- **L'incontro tra Maria e l'angelo**

Tutti diventano Maria

“Ora ti chiedo di chiudere gli occhi... e quando li riaprirai, al tre, non sarai più te stesso ma sarai Maria, davanti a questa presenza dell'angelo che hai appena posto di fronte a te. E, essendo Maria, ti metterai davanti all'angelo nel modo che pensi più adeguato a vivere questo momento: 1, 2, 3” (attendere che *tutti si posizionino*).

Visualizzazione guidata dell'incontro, essendo Maria

Il facilitatore chiede di chiudere gli occhi e aiuta a immaginare l'incontro: “Maria, una presenza misteriosa, indescrivibile, che ti dà un senso di paura, di timore... è di fronte a te... Non capisci, non sai cosa sta succedendo, ma percepisci questa voce che arriva dal cuore: ‘*Maria, piena di grazia, il Signore è con tè... È una voce ti dà fiducia: ‘Maria, non temere’... Con il cuore ancora turbato, ascolti queste parole... ‘concepirai e partorirai un figlio... e lo chiamerai Gesù... Sarà grande... verrà chiamato Figlio dell’Altissimo... il Signore Dio gli darà il trono di Davide suo padre. Regnerà per sempre... sulla casa di Giacobbe... e il suo regno non avrà fine...’... Tu madre...! di un re...! di un grande...! del Figlio dell’Altissimo...! Cosa provi, ora, Maria, di fronte a tutto questo? Di fronte a questo nuovo futuro che si apre davanti a te, madre di un re!? Puoi esprimere ad alta voce l'emozione che provi di fronte a tutto ciò”.*

Dopo che molti hanno espresso, tutti possono chiudere di nuovo gli occhi per essere sé stessi.

Schematizzazione simbolica delle emozioni di Maria (sociometria)

“Maria in questo momento, davanti all’angelo, ha vissuto varie emozioni. Rappresentiamo, qui in mezzo, quelle che il Vangelo menziona (porre, al centro, come isole, i vari teli che rappresentano le emozioni di Maria):

- Si turbò (viola)
- Temeva (blu scuro)
- si domandava (grigio)
- aveva dubbi, interrogava (giallo)
- ha provato la determinazione, ha detto il sì (verde)
- Infine, non nominata come l’emozione di Maria ma augurata dall’Angelo con il suo saluto, e certamente Maria l’ha vissuta: la gioia (rosa).

Rispecchiamento: la mia emozione... davanti a questa presenza di Dio

“Pensando alla mia vita, pensando che Dio si sta avvicinando a me, qual è l’emozione, tra queste, che sento più forte? Posso avvicinarmi al telo che la rappresenta...” (attendere che tutti si avvicinino all’emozione che sente di più).

- ***Il Sì di Maria e la discesa dello Spirito Santo***

Guida in diretta all’azione della Parola

“Qualunque sia la tua emozione, sappiamo che Maria le ha sperimentate tutte, ma alla fine ha detto di sì... Ora ti chiedo di chiudere gli occhi, e di assumere una posizione comoda, se vuoi puoi sedere o sdraiarti sul pavimento, rimanendo vicino al telo della tua emozione... “.

“Anche tu, di fronte ai fatti della vita, davanti alla volontà di Dio che ti si presenta, sperimenti paura, confusione, dubbio, desiderio di capire di più, sorpresa... ma ora puoi, come Maria, dire un nuovo sì a seguire la Sua volontà... lascia che Dio, allora, esprima ciò che vuole chiederti oggi, in questo speciale momento di incontro con lui... Vuole raggiungerti con il suo angelo, e anche tu, come Maria, puoi dire un sì, rinnovato, nuovo... Nel tuo cuore rispondi, di questo sì a Dio, e accogli lo Spirito, l’ombra, che oggi vuole coprirti per darti forza, coraggio, creatività... per affrontare la vita... Dicendo questo sì, apri le tue braccia per accogliere lo Spirito”.

Esperienza percettiva

Mentre ognuno vive questo momento nel silenzio nel cuore, e nella misura in cui i partecipanti aprono le braccia come segno del sì detto, il facilitatore passa sopra di loro un telo azzurro, lieve, simbolizzando l’ombra dello Spirito che copre ciascuno di essi. Alla fine, chiedere di esprimere un’emozione. Quindi tutti riaprono gli occhi.

Condivisione

Se c’è tempo, ogni gruppo condivide una parola o una frase dell’esperienza vissuta.

3. PREGHIERA CONCLUSIVA

Ambiente

Il facilitatore pone al centro la candela, il telo bianco dell'angelo di Dio Padre, il telo blu dello Spirito, il telo rosso che normalmente rappresenta Gesù ... (Trinità). Invita tutti a rimettersi accanto al disegno che hanno fatto prima, ancora coperto con il simbolo della presenza di Dio, ancora sul pavimento.

Pregchiere spontanee

“Ognuno ha davanti a sé ancora il simbolo della presenza di Dio, l'angelo, le sue relazioni... Chiunque desideri può ora offrire una preghiera spontanea a Dio per dirgli qualcosa che sente nel cuore in questo momento, davanti a questa Presenza sperimentata... “.

Concludere con la preghiera del Padre nostro

Alla fine, invita a congedarsi dal simbolo della Presenza di Dio con un gesto e poi a piegare il telo. Ognuno può portare a casa il disegno delle proprie relazioni