

nascere qualcosa di ancor più bello di quanto ognuno avesse pensato singolarmente. Un compromesso frutto dell'ascolto reciproco, del far spazio nel proprio cuore all'altro e lasciarsi sorprendere da quanto ne scaturirà.

*Tempo di silenzio*

#### 4. CORAGGIO...SONO IO

**Canto: Come la pioggia e la neve**

**Dal Vangelo secondo Matteo (Mt 14,22-33)**

Subito dopo ordinò ai discepoli di salire sulla barca e di precederlo sull'altra sponda, mentre egli avrebbe congedato la folla. Congedata la folla, salì sul monte, solo, a pregare. Venuta la sera, egli se ne stava ancora solo lassù. La barca intanto distava già qualche miglio da terra ed era agitata dalle onde, a causa del vento contrario. Verso la fine della notte egli venne verso di loro camminando sul mare. I discepoli, a vederlo camminare sul mare, furono turbati e dissero: «È un fantasma» e si misero a gridare dalla paura. Ma subito Gesù parlò loro: «Coraggio, sono io, non abbiate paura». Pietro gli disse: «Signore, se sei tu, comanda che io venga da te sulle acque». Ed egli disse: «Vieni!». Pietro, scendendo dalla barca, si mise a camminare sulle acque e andò verso Gesù. Ma per la violenza del vento, s'impaurì e, cominciando ad affondare, gridò: «Signore, salvami!». E subito Gesù stese la mano, lo afferrò e gli disse: «Uomo di poca fede, perché hai dubitato?». Appena saliti sulla barca, il vento cessò. Quelli che erano sulla barca gli si prostrarono davanti, esclamando: «Tu sei veramente il Figlio di Dio!».

**Per meditare**

"...Cristo continua a tendere la sua mano per salvarci e permettere l'incontro con Lui, un incontro che ci salva e ci restituisce la gioia di essere suoi discepoli. Se questa è una valida chiave di lettura della nostra storia di oggi, allora dovremmo cominciare a ringraziare chi ci dà l'occasione di questo incontro, ossia gli "altri" che bussano alle nostre porte, offrendoci la possibilità di superare le nostre paure per incontrare, accogliere e assistere Gesù in persona. Fratelli e sorelle, si tratta di una grazia che porta con sé una missione, frutto di affidamento completo al Signore, che è per noi l'unica vera certezza. Per questo, come singoli e come comunità, siamo chiamati a fare nostra la preghiera del popolo redento: «Mia forza e mio canto è il Signore, egli è stato la mia salvezza» (Es 15,2) ...".

Papa Francesco

**Preghiamo insieme**

O Spirito del Signore, donaci il coraggio:

il coraggio per agire e operare senza temerità,

il coraggio dell'iniziativa e il coraggio della disciplina,

il coraggio della continuità e il coraggio del costante adattamento.

Il coraggio di saper stare soli e quello di ricominciare sempre,

con quelli che restano e con quelli che arrivano.

Il coraggio di non irritarci anche in mezzo agli abbandoni.

Il coraggio di trovare sempre un po' di tempo per meditare e per pregare.

**Benedizione eucaristica**

**Canto: Vieni e seguimi**

## II CORAGGIO: STARE NELLA QUOTIDIANITÀ

**Canto di inizio: Vieni Santo Spirito di Dio**

**Esposizione del Santissimo Sacramento**

**Introduzione**

C'è il coraggio dello straordinario: di chi lascia la propria terra per cercare lavoro altrove, di chi salva una vita, di chi diventa eroe, di chi compie una scelta controcorrente. E c'è un coraggio quotidiano, di azioni silenziose, alle quali spesso non prestiamo attenzione. Il coraggio è una virtù che sperimentiamo in ogni ambito della nostra vita. Che cosa vuol dire stare nella quotidianità, con le sue bellezze e le sue fatiche?

#### 1. UN CORAGGIO IMPROVVISO

**Dal libro "Il buio su Parigi" di G. Pancheri**

[...] Ecco perché non mi stupisco inizialmente quando vedo che ci sono dei rallentamenti per accedere alla piazza, fin quando il tassista non abbassa il finestrino per parlare con un suo collega che va nell'altro senso di marcia. «Che succede amico?». «Fai inversione e vattene, è pericoloso, c'è qualcuno che spara sulla piazza!». Quasi non credo alle mie orecchie, per un istante dubito del mio francese: «Ho sentito bene? Ha detto veramente *tirer?* Sparare?...». L'autista mi riporta alla realtà, si gira verso di noi e ci guarda con la faccia deformata dalla paura: «Io me ne vedo o restate in macchina o scendete subito, ma SUBITO!». Non ha neanche finito di parlare e Valerio ha già aperto la portiera, lui non sa il francese, ma la sua reazione è istintiva: ci sono delle persone che stanno correndo verso di noi, scappano dalla piazza in lacrime. Lancio i soldi della corsa al tassista che quasi sgommando fa inversione e ancora una volta come a gennaio mi ritrovo ad andare nella direzione opposta a quella della folla. Loro si allontanano dal pericolo, noi dobbiamo andargli in pancia.

**Per meditare**

Nel libro citato, la giornalista di skytg24 Giovanna Pancheri ripercorre tutti i dolorosi eventi del 2015 avvenuti durante gli attentati tra Parigi e Bruxelles e a cui lei, da inviata proprio in quei luoghi, ha assistito in presa diretta. Questo brano mi ha colpito molto per la sua dinamicità, sembra un film più che cronaca vera. Sembra un qualcosa che non può capitare nella vita reale di tutti i giorni. Eppure è successo. Anche a me è capitato. Volevo scappare dai miei impegni e responsabilità quando mio padre è venuto a mancare ed ero chiamato a sostituirlo alla guida dell'azienda di famiglia. Il pensiero di

non essere all'altezza del compito mi paralizzava, la paura delle conseguenze e del fallimento mi opprimevano e così ero tentato di agire come il tassista e sgommare in direzione opposta. E invece sono rimasto. Giorno dopo giorno, insieme agli operai, abbiamo aperto i portoni dell'azienda e abbiamo confermato la nostra scelta di immergerci nelle sfide quotidiane. Ho imparato che non sono un tipo che affronterà i pericoli andando dritto in pancia, ma li guarderò negli occhi e li risolverò un passo alla volta.

*Tempo di silenzio*

**Canto: Vivere la vita**

## 2. UN CORAGGIO SOLITARIO

Dalla newsletter "Altre/Storie" di M. Calabresi

Immaginate le onde dell'Oceano Atlantico che si frangono su una spiaggia della costa nord dell'Irlanda. Di fronte il mare aperto, oltre l'orizzonte soltanto le isole scozzesi del whisky.

Immaginate di essere lì in pieno inverno, con la sabbia ghiacciata che scricchiola sotto i piedi.

Immaginate che sia notte, il buio è totale e si sente soltanto il rumore del mare. Immaginate un uomo, Al Mennie, che si mette una muta e si tuffa tra le onde, per nuotare nella corrente, per sfidare i fantasmi e le paure. «Sono molto attratto dalle condizioni selvagge del mare, non ho bisogno che le onde siano perfette o immense, ma mi piace particolarmente l'energia e il caos del mare d'inverno». Durante la pandemia la spiaggia del suo paese si è riempita di persone che avevano lasciato le città per rifugiarsi tra le scogliere erbose, punteggiate da castelli in rovina e pecore. E questo gli ha fatto scoprire il nuoto notturno.

**Questa esperienza che cosa ti ha insegnato su te stesso?**

«Preferisco starmene da solo o in gruppi piccoli piuttosto che con tante persone. Mi piace l'anonimato che deriva dal nuotare al buio e la sensazione di libertà che lo accompagna. Ho imparato che l'amore che provo per il surf, in realtà, è amore per il mare. Ho scoperto che quando uno dei sensi è limitato, tutti gli altri si rafforzano. Ogni suono mi incuriosiva e il buio mi portava a chiedermi che cosa ci fosse in agguato. Sentivo il terrore dell'ignoto ogni notte ma quando devi fare una cosa, la devi fare e basta. Ho sempre trovato un modo per non desistere e giorno dopo giorno ho scoperto che la chiave era l'accettazione. Ho dovuto accettare il fatto che, per quanto mi sforzassi di vedere nel buio, non ci sarei riuscito. E ho iniziato a sentirmi molto a mio agio là fuori, nonostante l'ignoto».

**Per meditare**

Alla parola coraggio viene spesso associato un gesto eroico, un evento straordinario.

Quando nella nostra vita di coppia e personale abbiamo sperimentato il coraggio? Il coraggio sta nello stile con il quale affrontiamo la vita. Il primo atto di coraggio è probabilmente quello che si vive nei confronti di sé stessi. Quando riusciamo a guardarci dentro per riscoprire la vera essenza di noi,

quella che ci permette di vivere una relazione trasparente e sincera con l'altro. Ci vuole coraggio per fare questo, vuol dire in certi casi saper rinunciare al "si è sempre fatto così", accogliere la fatica di gestire la novità che vive in noi e decidere di sostare e lavorare in ciò che risulta poco chiaro e comprensibile. È in questi momenti che ci siamo affidati al Signore consegnando le nostre paure, le nostre fragilità e le nostre conquiste.

*Tempo di silenzio*

**Canto: Con te faremo cose grandi**

**Preghiamo (alternando voci femminili a voci maschili) con il Salmo 31**

*In te, Signore, mi sono rifugiato,  
mai sarò deluso;*

*per la tua giustizia salvami.*

*Porgi a me l'orecchio,*

*vieni presto a liberarmi.*

*Sii per me la rupe che mi accoglie,*

*la cinta di riparo che mi salva.*

Tu sei la mia roccia

il mio baluardo,

per il tuo nome dirigi i miei passi.

Scioglimi dal laccio che

mi hanno teso,

perché sei tu la mia difesa.

*Mi affido alle tue mani;*

*tu mi riscatti, Signore, Dio fedele.*

*Tu detesti chi serve idoli falsi,*

*ma io ho fede nel Signore.*

Esulterò di gioia per la tua grazia,  
perché hai guardato

alla mia miseria,

hai conosciuto le mie angosce;

non mi hai consegnato

nelle mani del nemico,

hai guidato al largo i miei passi.

*Io dicevo nel mio sgomento:*

*"Sono escluso dalla tua presenza".*

*Tu invece hai ascoltato la voce  
della mia preghiera*

*quando a te gridavo aiuto.*

*Amate il Signore,*

*voi tutti suoi santi;*

*il Signore protegge i suoi fedeli*

*e ripaga oltre misura l'orgoglioso.*

*Siate forti, riprendete coraggio,*

*o voi tutti che sperate nel Signore.*

## 3. VIVERE IL CORAGGIO DA PROTAGONISTA

Dal podcast "Il trequartista" intervista ad I. Zaytsev

«Coraggio è una bella parola. Spesso abusata, perché spesso la si confonde con arroganza o incoscienza. Coraggio è una cosa analizzata, è una cosa pensata, è la fiducia che hai in te stesso nel fare una cosa, lì è sentirsi coraggiosi. È il pensare: ce la faccio, lo voglio fare perché mi sento convinto di farlo. Il coraggio non è andare in battuta sul match point per gli avversari e pensare di tirarla fortissimo perché faccio vedere che sono coraggioso. No, lì è incoscienza perché dipende da come ti senti in quel momento. Il coraggio è saper scegliere la cosa più utile e giusta, nel momento giusto».

**Per meditare**

Il capitano della nazionale italiana di pallavolo Ivan Zaytsev ci ha regalato una bella riflessione sul coraggio! Ci è piaciuta perché ci ricorda che il coraggio è un movimento: da sé stessi verso l'altro, ma non contro l'altro. Le scelte che abbiamo affrontato come singoli e come famiglia sono sempre state guidate da una stella polare: il riuscire a mettersi nei panni dell'altro per capire cosa è meglio per entrambi. Non di rado queste riflessioni hanno portato a rivedere completamente progetti e sogni, a posticiparli o addirittura a cancellarli. Abbiamo scoperto che dal compromesso può