

Pranzo Ri-Costituente

Solidi perché solidali
PRANZO DIFFUSO DI COMUNITÀ
A SOSTEGNO DELLE FAMIGLIE PIÙ BISOGNOSE DI CAMPAGNOLA

martedì 2 giugno

Prendiamo tutti insieme, ciascuno a casa propria, contribuendo al bilancio di alcune delle nostre famiglie con il progetto **FAMIGLIA ADOTTA FAMIGLIA**.

Prenota una pizza tra quelle elencate sotto e una bibita entro il **31 maggio** alla email parocchiacampagnola@it o con un sms o whatsapp a Giusi: **329 214293**. Sono i teloni delle pizze e delle bibite, nome indirizzo e contatto telefonico.

Dalle 12 alle 13 riceverai il pranzo a casa direttamente dalla pizzeria Portofino al costo di € 10 per ogni pizzerabilità consegnata.

Unica eccezione possibile: riceverete **senza lattine**

ACI Bergamo
Mangherita
Proclatito e Funghi
Venduro
Salatino
Naschi

Grazie a
portofino
MIO PARROCCHIALE BERGAMO



Nell'era del Covid-19

PRATICHE e PENSIERI di Ri- COSTRUZIONE IN COMUNITÀ

RICOSTRUIRE LA COMUNITÀ E L'ADULTITÀ. Ritessere il filo, riannodare la relazione. L'ascolto ci calma e raccoglie, rintraccia il disegno che unisce e valorizza i punti di distanza tra le generazioni. **1. Un quaderno rosso in chiesa** piccola dove ogni passante può lasciare scritto un pensiero, una preghiera, un'esperienza vissuta **2. Scrivere un diario personale** Essere vigili e vulnerabili nella speranza. Farsi presenti al non elaborabile è preghiera. Registrare le emozioni, risvegliare la coscienza. **3. Uno sguardo che genera comunità** «DALLA SOCIETÀ DELLE PAROLE ALLA COMUNITÀ DEGLI SGUARDI» Condividiamo i nostri sguardi. Una pratica, un pensiero di ricostruzione che proponiamo in comunità si concentra sul tema **DELLO SGUARDO**, visto che gireremo per tanto tempo con mascherine e visto che vogliamo tenere gli occhi aperti al futuro. Potremo condividere e riunire i nostri sguardi: **cerchiamo uno sguardo** perché in fondo ognuno di noi ha **bisogno di essere guardato** e perché **cerchiamo ogni giorno uno sguardo buono** verso il mondo. «Io mi sento responsabile appena un uomo posa il suo sguardo su di me» (Fëdor Dostoevskij) **4. La corona della memoria** Per dare loro una corona invece della cenere. Nel mese di giugno si avvierà un percorso in comunità di ascolto e rielaborazione del tempo di pandemia e del lutto in collaborazione con l'Ufficio di Mediazione di Giustizia riparativa di Bergamo. **QUANTI DELLA COMUNITÀ E DELLE FAMIGLIE CHE HANNO VISSUTO UN LUTTO VOGLIONO PARTECIPARVI** chiediamo di segnalare la propria adesione di massima presso la Segreteria Parrocchiale lasciando i propri dati così da essere ricontattati per i dettagli della proposta. **5. Dentro e fuori le mura Bergamo** RACCONTARE PER CERCARE UN SENSO a ciò che accade il primo modo di fare alleanza e comunità consegnare alla storia la propria storia. **SABATO 27 GIUGNO** alle ore 18:00 **Solenne celebrazione in memoria di tutte le nostre sorelle e fratelli defunti**. La comunità si raccoglierà insieme a tutti i loro famigliari.

Comunità parrocchiale di San Giovanni Battista Campagnola in Bergamo

VII. DOMENICA DI PASQUA ASCENSIONE DEL SIGNORE

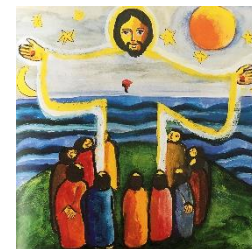
BEN-RITROVATI e CONVOCATI
Ri-cominciamo a sperare
Un nuovo inizio... il contagio della cura
Riprendiamo contatto con il mondo
Generiamo visioni sociali e vicinanza
solidale Una nuova presenza nel mondo

At 1,1-11; Sal 46; Ef 1,17-23; Mt 28,16-20

In quel tempo, gli undici discepoli andarono in Galilea, sul monte che Gesù aveva loro indicato. Quando lo videro, si prostrarono. Essi però dubitarono. Gesù si avvicinò e disse loro: «A me è stato dato **ogni potere in cielo e sulla terra. Andate dunque e fate discepoli tutti i popoli**, battezzandoli nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo, insegnando loro a osservare tutto ciò che vi ho comandato. Ed **ecco, io sono con voi** tutti i giorni, fino alla fine del mondo».

I discepoli andarono in Galilea... là dove tutto era iniziato

Ricominciare Ha scritto qualcuno che dovremmo evitare di parlare di un semplice "ritorno" alla normalità o di un "ripartire" da dove abbiamo lasciato. Dobbiamo invece augurarci che tutto non sia più come prima, perché prima non era affatto "normale". Dobbiamo invece "ricominciare". Iniziare un percorso nuovo, un modo nuovo di essere e di amare, un cominciare nuovamente. «**Sul monte che Gesù aveva loro indicato**» La ripartenza è in risalita? La ripresa incerta? C'è una energia che ci sprigiona, che ci viene data dalla risurrezione del Signore. È Gesù che, ci conduce di nuovo sul monte da cui tutto era iniziato, così come aveva fatto con i suoi primi discepoli. Qui li riconvoca, dà loro l'appuntamento e rinnova il suo mandato: Andate. **Quando lo videro, si prostrarono. Essi però dubitarono.** Alzare la testa il potere dello sguardo ... Ci affideremo a ciò che gli occhi possono vedere ed esprimere. Bisogna rialzare la testa per vederci negli occhi; occhi che vedono il Signore, rispettando cioè stando di fronte ai nostri sguardi timidi, incerti e timorosi; occhi che non nascondono, ma sanno vedere i nostri dubbi, le nostre perplessità i timori, le paure che in noi permangono; ma insieme le attese, le speranze che ci abitano a cui non ci rassegniamo e rinunciamo. Saper vedere le cose visibili e invisibili; ciò che è nel cielo e va custodito nel cuore di ogni uomo e costruito in terra. «**A me è stato dato ogni potere in cielo e sulla terra**». Ogni potere è riconsegnato nella fede/fiducia del maestro ai suoi e per il mondo in cui li invia. La prima parola per ricominciare è fiducia. **Il potere della fiducia è di togliere potere alla paura.** Fiducia in noi stessi, fiducia nella fedeltà di Dio agli uomini. La fiducia è anzitutto una risorsa che abita dentro noi: possiamo riuscire a confidare e a restare aggrappati a una fiducia di fondo, perfino quando la situazione è compromessa e ci



appare del tutto senza risoluzione. Ciò dipende dal fatto che il nostro vero io non è solo quello di cui abbiamo percezione e che mostriamo all'esterno ma, invece, il suo fondamento è quell'io spirituale che abita dentro di noi, un nucleo originario che Dio ha creato e in cui Egli abita e agisce. Nell'attuale situazione, la prima via per recuperare la fiducia nel ricominciare deve essere quella di compiere questo viaggio **dall'esterno all'interno**: se mi fermo rimanendo bloccato sulla paura del contagio, sul drammatico numero delle vittime, sulla situazione economica, sulla crisi che mi investe, non ho nessuna fiducia di poter ricominciare; se vengo a contatto con la fonte interiore della mia vita, prendo consapevolezza delle mie risorse e capacità, inizio a fidarmi che non sono da solo ma altri lottano con me e anche le istituzioni si occupano della mia situazione, allora lo sguardo cambia. Le cose restano difficili, ma penso di poterci provare e sento di dover comunque lottare per rialzarmi.

Andate dunque c'è un tempo per restare in casa e c'è un tempo per uscire ed andare ... **Rompere gli specchi dei nostri narcisismi, delle nostre brame**; lo specchio del "tutto il mondo ruota attorno a te" si è rotto; è andato in frantumi; Ora siamo noi chiamati dal Signore Gesù ad andare nel mondo. I discepoli non rimarranno sul monte dove Gesù oggi li convoca, dovranno ridiscendere - così come a loro era già stato dato di compiere nella discesa dal monte quando Gesù fu trasfigurato davanti ai loro occhi... **Bisogna ritornare in città, ridiscendere nelle cose umane**; dopo questo tempo di *distanziamento* fisico occorre **riappropriarci dello spazio pubblico riguadagnarci la socialità, investire sulla solidarietà**.

Fate discepoli tutti i popoli Dopo i giorni della passione e della morte... **Dopo i giorni di pandemia**, una seconda partenza tra memoria delle cose patite, senza rimanere imprigionati nell'emozione; l'accensione di un pensiero critico, la coscienza non immobile, ma in movimento nel mandato a **fare nuove tutte le cose**. Non con la durezza del dolore, ma con la dolcezza della cura, non con la forza di chi per difesa s'impone sull'altro o vuole prevalere sull'altro, ma con la mitezza di chi si propone disarmato e va incontro con dolcezza, non con sospetto ma con credito nei confronti di altri. Ciò non significa che sarà facile, ma la fiducia in noi stessi, negli altri, nella società, nelle istituzioni civili e politiche e soprattutto in Dio, farà sì che non restiamo paralizzati sul letto semplicemente lamentandoci della disgrazia: ci facciamo prendere per mano e tentiamo di rialzarci. Tornare in città rinnovare la nostra fiducia nel mondo, aprirci alla relazione con altri, riprendere in mano i fili, ricucire gli strappi, sanare le ferite, spegnere la paura e accendere il lume della ragione, e c'è dell'altro di cui prenderci cura: rendere ragione della nostra speranza a fronte della rabbia e risentimento, della rassegnazione e dell'istinto della rinuncia e ritirata; testimoni della forza rigenerante e risorgente del Vangelo. **Egli si mostrò ad essi vivo. Non**

allontanatevi, attendete... Considerando tutto ciò **Egli si mostrò a essi vivo**, dopo la sua passione, con molte prove, durante quaranta giorni, apparendo loro e parlando delle cose riguardanti il regno di Dio. Mentre si trovava a tavola con essi, ordinò loro di **non allontanarsi**, ma di **attendere l'adempimento della promessa**. Distanziati non basta più; attendere, tendere a.... essere dediti, solidi e solidali con tutti. **Il coraggio è proprio di chi ha fiducia**. Chi ha meno fiducia è più esposto e in preda alla paura. Chi ha fede coltiva la speranza, ha più slancio sull'avvenire. E l'amico dell'Amico ci dice: «Per avere coraggio occorre qualcuno che

ci dia coraggio». **È questo il tempo in cui ricostituirai il tuo popolo?** «Signore, è questo il tempo nel quale ricostituirai il regno per Israele?». Ma egli rispose: «Non spetta a voi conoscere tempi o momenti che il Padre ha riservato al suo potere, ma riceverete la forza dallo Spirito Santo che scenderà su di voi, e di me sarete testimoni. **C'è da ricostruire la comunità e l'adulità di una comunità per una nuova alleanza tra le generazioni. Ed ecco, io sono con voi tutti i giorni fino alla fine del tempo** è su questa promessa che possiamo muovere i nostri passi, affrontare questo tempo lungo con prudenza e perseveranza facendo fronte ad ogni paura. **Il Padre vi dia uno spirito di sapienza e di rivelazione** per una profonda conoscenza di lui; illumini gli occhi del vostro cuore per farvi comprendere **a quale speranza vi ha chiamati**.



«L'importante non è stabilire se uno ha paura o meno, è saper convivere con la propria paura e non farsi condizionare dalla stessa. Ecco, il coraggio è questo, altrimenti non è più coraggio, è incoscienza»

Giovanni Falcone

Canti per la celebrazione

Seguiamo sul foglietto i ritornelli e cantiamo, aiutati dai solisti, le parti che sappiamo
Ingresso: PERCHÉ TU SEI CON ME (500)

**Solo tu sei il mio pastore, niente mai mi mancherà,
solo tu sei il mio pastore, o Signore**

KYRIE cantato/ GLORIA parlato
SALMO SU ALI D'AQUILA (638)

**E ti rialzerà, ti solleverà su ali d'aquila, ti reggerà sulla brezza
dell'alba ti farà brillar come il sole, così nelle sue mani vivrai**

ALLELUIA ED OGGI ANCORA (37); Offertorio: FRUTTO DELLA NOSTRA TERRA (253)

**E sarò pane e sarò vino, nella mia vita, nelle tue mani. Ti accoglierò
dentro di me, farò di me un'offerta viva, un sacrificio gradito a te.**

SANTO / AGNELLO DI DIO

COMUNIONE Tu sei la mia vita 671

Dopo 1 strofa TUTTI: Credo in te Signore nato da Maria, figlio eterno e santo, uomo come noi. Morto per amore, vivo in mezzo a noi, una cosa sola con il padre e con i tuoi, fino a quando, io lo so, tu ritornerai, per aprirci il regno di Dio.

Dopo 2 strofa TUTTI: Padre della vita, noi crediamo in te. Figlio Salvatore, noi speriamo in te. Spirito d'amore, vieni in mezzo a noi. Tu da mille strade ci raduni in unità, e per mille strade poi, dove tu vorrai, noi saremo il seme di Dio.

Congedo SPIRITO SANTO SOFFIO DI VITA (632)

**Spirito Santo, soffio di vita, Spirito Santo, soffio di fuoco,
Spirito Santo, consolatore, scendi su di noi**

Orazione Esulti di santa gioia la tua Chiesa, o Padre, per il mistero che celebra in questa liturgia di lode, poiché nel tuo Figlio asceso al cielo la nostra umanità è innalzata accanto a te, e noi, membra del suo corpo, viviamo nella speranza di raggiungere Cristo, nostro capo, nella gloria. Amen

1. Leggo la Parola con tutto il mio corpo

**SURREXIT DOMINUS VERE, ALLELUIA, ALLELUIA.
SURREXIT CHRISTUS GLORIAE, ALLELUIA, ALLELUIA.**

Dagli Atti degli Apostoli

Nel primo racconto, o Teòfilo, ho trattato di tutto quello che Gesù fece e insegnò dagli inizi fino al giorno in cui fu assunto in cielo, dopo aver dato disposizioni agli apostoli che si era scelti per mezzo dello Spirito Santo. Egli **si mostrò a essi vivo**, dopo la sua passione, con molte prove, durante quaranta giorni, aparendo loro e parlando delle cose riguardanti il regno di Dio. Mentre si trovava a tavola con essi, ordinò loro di **non allontanarsi** da Gerusalemme, ma di **attendere l'adempimento** della promessa del Padre, «quella - disse - che voi avete udito da me: Giovanni battezzò con acqua, voi invece, tra non molti giorni, sarete battezzati in Spirito Santo». Quelli dunque che erano con lui gli domandavano: «Signore, è questo il tempo nel quale ricostituirai il regno per Israele?». Ma egli rispose: «Non spetta a voi conoscere tempi o momenti che il Padre ha riservato al suo potere, ma **riceverete la forza dallo Spirito** Santo che scenderà su di voi, e **di me**

sarete testimoni a Gerusalemme, in tutta la Giudea e la Samaria e fino ai confini della terra». Detto questo, mentre lo guardavano, fu elevato in alto e una nube lo sottrasse ai loro occhi. Essi stavano fissando il cielo mentre egli se ne andava, quand'ecco **due uomini in bianche vesti** si presentarono a loro e dissero: «Uomini di Galilea, perché state a guardare il cielo? Questo Gesù, che di mezzo a voi è stato assunto in cielo, verrà allo stesso modo in cui l'avete visto andare in cielo».

Dalla lettera di san Paolo apostolo agli Efesini

Fratelli, il Dio del Signore nostro Gesù Cristo, il Padre della gloria, vi dia uno spirito di sapienza e di rivelazione per una profonda conoscenza di lui; illumini gli occhi del vostro cuore per farvi comprendere **a quale speranza vi ha chiamati**, quale tesoro di gloria racchiude la sua eredità fra i santi e qual è la straordinaria grandezza della sua potenza verso di noi, che crediamo, secondo l'efficacia della sua forza e del suo vigore. Egli la manifestò in Cristo, quando lo risuscitò dai morti e lo fece sedere alla sua destra nei cieli, al di sopra di ogni Principato e Potenza, al di sopra di ogni Forza e Dominazione e di ogni nome che viene nominato non solo nel tempo presente ma anche in quello futuro. Tutto infatti egli ha messo sotto i suoi piedi e lo ha dato alla Chiesa come **capo** su tutte le cose: essa è il **corpo** di lui, la pienezza di colui che è il perfetto compimento di tutte le cose.

Acclamate al Signore, voi tutti della terra, e servitelo con gioia Andate a lui con esultanza, acclamate voi tutti al Signore

Popoli tutti, battete le mani! Acclamate Dio con grida di gioia, perché terribile è il Signore, l'Altissimo, grande re su tutta la terra.

Ascende Dio tra le acclamazioni, il Signore al suono di tromba.
Cantate inni a Dio, cantate inni, cantate inni al nostro re, cantate inni.

Perché Dio è re di tutta la terra, cantate inni con arte.
Dio regna sulle genti, Dio siede sul suo trono santo.

Dopo la pandemia 5 parole per ricominciare: Fiducia

Un ospite inquietante si è aggirato negli spazi più quotidiani della nostra vita. Non lo avremmo potuto prevedere ma, intanto, ha sconvolto la nostra vita, ci ha costretti a una battuta d'arresto improvvisa, ha messo in discussione i criteri del nostro mondo, ci ha obbligati a un innaturale e sofferto distanziamento sociale che, in alcune forme, dovrà continuare ancora per un po'.

In questo tempo difficile, le domande sono state tante e, si spera, anche le riflessioni. Molti concordano: niente sarà più come prima. Non è un canto di ottimismo e neanche un semplice auspicio; anzitutto è una constatazione, perché alcune cose avvengono senza il nostro permesso. Semplicemente ci cambiano dentro, come fu dopo il dopoguerra per la coscienza personale e collettiva. Da certe crisi, ci si risveglia cambiati e diversi anche se non te ne accorgi o te ne renderai conto dopo.

Ma se questo cambiamento potrà orientarsi al "meglio" per quanto riguarda le nostre relazioni, gli stili di vita, la professione di fede, il nostro stare al mondo e in generale il rapporto generale con noi stessi e con la nostra esistenza, questo dipende anche da noi.

Qualcosa si è rotto, qualcosa si frantuma, qualcosa si evolve in modo naturale; ma "dove vogliamo andare" dobbiamo deciderlo noi.

Ha scritto qualcuno che dovremmo evitare di parlare di un semplice "ritorno" alla normalità o di un "ripartire" da dove abbiamo lasciato. Dobbiamo invece augurarci che tutto non sia più come prima, perché prima non era affatto "normale". Dobbiamo invece "ricominciare". Iniziare un percorso nuovo, un modo nuovo di essere e di amare, un cominciare nuovamente. In questo breve viaggio, allora, ci proponiamo dei brevi esercizi spirituali per il dopo pandemia: vogliamo contemplare cinque grandi "parole", prese in prestito dalla ricchezza della Parola di Dio, che possano servirci come bussola di orientamento per il nostro ricominciare.

La prima parola per ricominciare è fiducia. La fiducia è anzitutto una risorsa che abita dentro noi: possiamo riuscire a confidare e a restare aggrappati a una fiducia di fondo, perfino quando la situazione è compromessa e ci appare del tutto senza risoluzione. Ciò dipende dal fatto che il nostro vero io non è solo quello di cui abbiamo percezione e che mostriamo all'esterno ma, invece, il suo fondamento è quell'io spirituale che abita dentro di noi, un nucleo originario che Dio ha creato e in cui Egli abita e agisce. Nell'attuale situazione, la prima via per recuperare la fiducia nel ricominciare deve essere quella di compiere questo viaggio dall'esterno all'interno: se mi fermo sulla paura del contagio, sul drammatico numero delle vittime, sulla situazione economica, sulla crisi che mi investe, non ho nessuna fiducia di poter ricominciare; se vengo a contatto con la fonte interiore della mia vita, prendo consapevolezza delle mie risorse e capacità, inizio a fidarmi che non sono da solo ma altri lottano con me e anche le istituzioni si occupano della mia situazione, allora lo sguardo cambia. Le cose restano difficili, ma penso di poterci provare e sento di dover comunque lottare per rialzarmi.

Il Vangelo di Marco ci racconta di un padre che vive nella paura che sua figlia non guarisca più. Gesù gli dice: Non temere, non avere paura, soltanto abbi fede (Mc 5,36). Le paure fanno parte della nostra vita, per certi versi sono anche preziose e necessarie, altre volte sono inevitabili perché situazioni come la pandemia non possono che far nascere in noi diverse paure: la paura di ammalarsi, di non ritornare alle cose belle di prima, di perdere il lavoro, di non riuscire a realizzare i propri progetti. Tuttavia, se si rimane intrappolati sono dentro queste paure, la nostra vita rimane ferma e noi restiamo senza forze; perderemo la voglia di lottare perché avremo rinunciato in partenza. Così, quelle paure, si trasformeranno davvero in realtà.

Gesù invita questo padre a credere che sua figlia vivrà; lui le ha donato la vita, ma la vita di sua figlia non dipende solo da lui e da ciò che gli ha donato. Deve fidarsi, deve credere che la vita di sua figlia dipende anche da altro e soprattutto da un altro. Penso sia un grande insegnamento anche per noi: i progetti, il lavoro, le relazioni, tutte le cose che ho concepito, sognato, realizzato fino ad ora non dipendono solo da me; in questo momento ho paura di perderle, ma è possibile che esse vivano in modo diverso e che sarò sostenuto a portarle avanti da altre persone e da nuove circostanze che il mondo e la società mi offriranno. Devo aver fiducia e cercare di tenerle in vita. Devo soprattutto confidare in Dio, che considera la mia vita più preziosa di quella dei passeri e non permette che la nostra esistenza vacilli. Anche nel cuore della notte, Egli si fa luce e ci viene incontro in qualche modo.

Così, Gesù risveglia la fanciulla, la prende per mano e la rialza. E ordina di darle da mangiare, deve cioè nutrirsi e riprendere forza. Ha fiducia che ce la può fare. Allo stesso modo, dobbiamo fidarci di noi stessi e confidare in Dio che, in questa situazione, ci prende per mano e ci darà il cibo per rimetterci in piedi: sarà un nuovo modo di affrontare la vita, sarà qualche nuovo progetto, sarà una nuova

creatività lavorativa, sarà un altro modo di vivere le relazioni importanti da cui dipenderà il resto, e così via.

Ciò non significa che sarà facile, ma la fiducia in noi stessi, negli altri, nella società, nelle istituzioni civili e politiche e soprattutto in Dio, farà sì che non restiamo paralizzati sul letto semplicemente lamentandoci della disgrazia: ci facciamo prendere per mano e tentiamo di rialzarci. Qualcosa, prima o dopo, succederà.