



Pellegrini di Speranza

GIUBILEO 2025



*Vivere il Giubileo
con i VOLONTARI*



Dobbiamo tenere accesa la fiaccola della speranza che ci è stata donata, e fare di tutto perché ognuno riacquisti la forza e la certezza di guardare al futuro con animo aperto, cuore fiducioso e mente lungimirante. Il prossimo Giubileo potrà favorire molto la ricomposizione di un clima di speranza e di fiducia, come segno di una rinnovata rinascita di cui tutti sentiamo l'urgenza. Per questo ho scelto il motto *Pellegrini di speranza*. Tutto ciò però sarà possibile se saremo capaci di **recuperare il senso di fraternità universale, se non chiuderemo gli occhi davanti al dramma della povertà** dilagante che impedisce a milioni di uomini, donne, giovani e bambini di vivere in maniera degna di esseri umani. Penso specialmente ai tanti profughi costretti ad abbandonare le loro terre. Le voci dei poveri siano ascoltate in questo tempo di preparazione al Giubileo che, secondo il comando biblico, restituisce a ciascuno l'accesso ai frutti della terra: «Ciò che la terra produrrà durante il suo riposo servirà di nutrimento a te, al tuo schiavo, alla tua schiava, al tuo bracciante e all'ospite che si troverà presso di te; anche al tuo bestiame e agli animali che sono nella tua terra servirà di nutrimento quanto essa produrrà» (Lv 25,6-7).

Pertanto, la dimensione spirituale del Giubileo, che invita alla conversione, si coniughi con questi aspetti fondamentali del vivere sociale, per costituire un'unità coerente.



Introduzione

Il Giubileo ha da sempre rappresentato nella vita della Chiesa un evento di grande rilevanza spirituale, ecclesiale e sociale. Da quando Bonifacio VIII, nel 1300, istituì il primo Anno Santo il popolo cristiano ha vissuto questa celebrazione come uno speciale dono di grazia, caratterizzato dal perdono dei peccati e, in particolare, dall'indulgenza, espressione piena della misericordia di Dio.

Il Giubileo del 2025 "Pellegrini di Speranza" è, quindi, un'occasione nuova ed unica per approfondire la nostra fede e riscoprire, in particolar modo, la speranza cristiana che ci muove e sostiene nel cammino quotidiano. Come ha detto il santo Padre nella Bolla d'indizione del Giubileo:

Speranza invoco in modo accorato per i miliardi di poveri, che spesso mancano del necessario per vivere. Di fronte al susseguirsi di sempre nuove ondate di impoverimento, c'è il rischio di abituarsi e rassegnarsi. Ma non possiamo distogliere lo sguardo da situazioni tanto drammatiche, che si riscontrano ormai ovunque. [...] È scandaloso che, in un mondo dotato di enormi risorse, destinate in larga parte agli armamenti, i poveri siano «la maggior parte [...], miliardi di persone. Oggi sono menzionati nei dibattiti politici ed economici internazionali, ma per lo più sembra che i loro problemi si pongano come un'appendice, come una questione che si aggiunga quasi per obbligo o in maniera periferica, se non li si considera un mero danno collaterale. Di fatto, al momento dell'attuazione concreta, rimangono frequentemente all'ultimo posto». Non dimentichiamo: i poveri, quasi sempre, sono vittime, non colpevoli. (*Spes non confundit*)

E quanto più noi, come Caritas, possiamo sentire il richiamo di queste parole che ci invitano a continuare a guardare, sempre e comunque, al prossimo, al grido di dolore che si alza da più parti della nostra amata Terra e coniugare la dimensione spirituale del Giubileo, con questi aspetti fondamentali del vivere sociale.

Questo sussidio nasce con il desiderio di accompagnare le Caritas diocesane in quest'anno, fornendo strumenti e riflessioni che possano aiutare a far vivere pienamente l'esperienza giubilare ai propri volontari. Accompagnare i pellegrini a sentirsi amati da sempre e per sempre come

figli di Dio ed essere al loro fianco nell'esperienza di popolo in cammino. Il sussidio è una parte di questo cammino, è uno strumento che potrebbe aiutare a prepararsi per vivere questa esperienza dell'incontro personale col Dio Vivente, un incontro capace ancora oggi di interpellare la vita di ciascuno e che chiede una personale adesione, un sì unico e irripetibile.

Ogni Caritas, pertanto, potrà utilizzare liberamente il materiale in esso contenuto per organizzare uno o più incontri sia in vista del Giubileo del Volontariato previsto a marzo, sia nell'arco dell'anno, anche per coloro che non riusciranno a partecipare al pellegrinaggio a Roma.

Per guidarci nella realizzazione di questo sussidio, sono stati individuati alcuni temi, ciascuno portatore di un significato profondo, inerenti alla dimensione giubilare:

la porta

Il simbolo del passaggio verso una nuova vita, un invito alla rinascita, a lasciare l'uomo vecchio, superando dubbi, paure, ostacoli e, così, rinnovarsi

il pellegrinaggio

il viaggio fisico e spirituale verso Dio, il mettersi in cammino verso un oltre e un Altro come dichiarazione di fede e di appartenenza a Dio e alla comunità cristiana

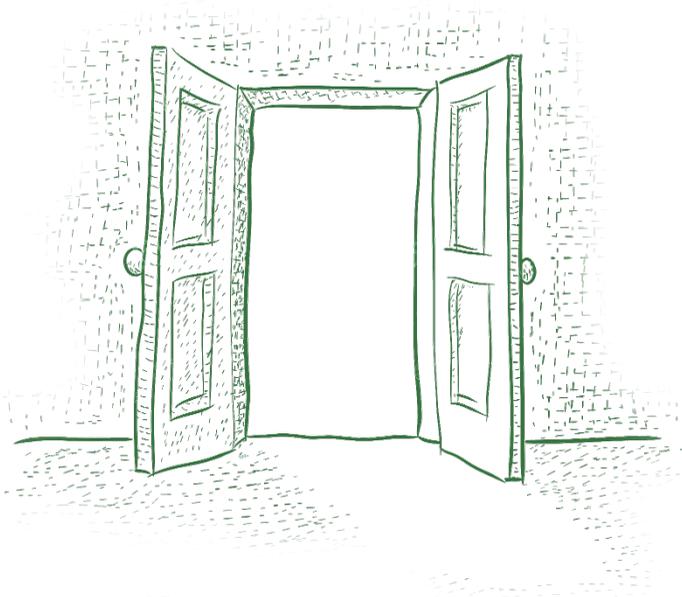
il perdono

il momento di riscoperta della misericordia di Dio e del suo immenso amore per noi che ci risolveva nel cammino e che non ci fa più sentire soli, perché Lui è ad ogni passo della strada.

Ogni tema è suddiviso, a sua volta, in tre momenti: **preghiera, formazione e contemplazione**. Ogni Caritas potrà scegliere i tempi e i modi per utilizzarli come occasione per pregare insieme o come momento di formazione e condivisione, utili anche come proposte per i volontari che non sono cattolici o sono lontani dalla fede.

Che il cammino giubilare sia per tutti un'opportunità di rinnovo spirituale, di crescita, di percorsi fatti insieme, che ci avvicini sempre di più a Dio e agli altri, nel segno della fede, della speranza, e, per noi in primo luogo, della carità.

La Porta



Ora è giunto il tempo di un nuovo Giubileo, nel quale spalancare ancora la Porta Santa per offrire l'esperienza viva dell'amore di Dio, che suscita nel cuore la speranza certa della salvezza in Cristo.

La comunità cristiana sia sempre pronta a difendere il diritto dei più deboli. Spalanchi con generosità le porte dell'accoglienza, perché a nessuno venga mai a mancare la speranza di una vita migliore.

La Porta è certamente uno dei simboli “più conosciuti” che danno inizio al Giubileo. La Porta Santa è aperta solo durante l’Anno Santo o Giubileo. Passare attraverso di essa è segno di penitenza, perdono e rinnovamento spirituale: è un’opportunità di riconciliazione con Dio e con il prossimo.

La porta rappresenta un approdo: è il segno che il cammino è giunto ad una meta, ad un già e non ancora, che invita a ripartire di nuovo, a proseguire nel viaggio in modo rinnovato. Passare attraverso la Porta Santa può essere visto anche come un atto di carità verso sé stessi, un’opportunità per rinnovare il proprio impegno ad aiutare gli altri. Questo atto simbolico può ispirarci a vivere una vita più caritatevole, un amore incondizionato e generoso verso il prossimo, fatto di gesti di gentilezza, altruismo e servizio, come riflesso dell’amore di Dio per l’umanità.



A noi è chiesto questo:

di essere, tra le quotidiane rovine del mondo,

instancabili costruttori di speranza;

di essere **luce** mentre il sole si oscura;

di essere **testimoni di compassione** mentre attorno regna la distrazione;

di essere **amanti e attenti** nell’indifferenza diffusa.

Noi non potremo mai fare del bene senza passare per la compassione. Al massimo faremo cose buone, ma che non toccano la via cristiana perché non toccano il cuore.

Quello che ci fa toccare il cuore è la compassione: ci avviciniamo, sentiamo la compassione e facciamo gesti di tenerezza.

Proprio lo stile di Dio: vicinanza, compassione e tenerezza.

Questo ci è chiesto oggi.

Invochiamo lo Spirito Santo

San Bernardo

O Spirito Santo, anima dell'anima mia,
in te solo posso esclamare: Abbà, Padre.
Sei tu, o Spirito di Dio,
che mi rendi capace di chiedere
e mi suggerisci che cosa chiedere.
O Spirito d'amore,
suscita in me il desiderio di camminare con Dio:
solo tu lo puoi suscitare.
O Spirito di santità,
tu scruti le profondità dell'anima nella quale abiti,
e non sopporti in lei neppure le minime imperfezioni:
bruciale in me, tutte, con il fuoco del tuo amore.
O Spirito dolce e soave,
orienta sempre Tu la mia volontà verso la tua,
perché la possa conoscere chiaramente,
amare ardentemente e compiere efficacemente.
Amen.

ASCOLTIAMO LA PAROLA DI DIO

Dal Vangelo secondo Giovanni

Gv 10,7-16

⁷Allora Gesù disse loro di nuovo: "In verità, in verità io vi dico: io sono la porta delle pecore. ⁸Tutti coloro che sono venuti prima di me, sono ladri e briganti; ma le pecore non li hanno ascoltati. ⁹Io sono la porta: se uno entra attraverso di me, sarà salvato; entrerà e uscirà e troverà pascolo. ¹⁰Il ladro non viene se non per rubare, uccidere e distruggere; io sono venuto perché abbiano la vita e l'abbiano in abbondanza.

¹¹Io sono il buon pastore. Il buon pastore dà la propria vita per le pecore. ¹²Il mercenario - che non è pastore e al quale le pecore non appartengono - vede venire il lupo, abbandona le pecore e fugge, e il lupo le rapisce e le disperde; ¹³perché è un mercenario e non gli importa delle pecore.

¹⁴Io sono il buon pastore, conosco le mie pecore e le mie pecore conoscono me, ¹⁵così come il Padre conosce me e io conosco il Padre, e do la mia vita per le pecore. ¹⁶E ho altre pecore che non provengono da questo recinto: anche quelle io devo guidare. Ascolteranno la mia voce e diventeranno un solo gregge, un solo pastore.

ENTRIAMO NELLA PAROLA

Le parole di Papa Francesco

Angelus 25 agosto 2013

L'immagine della porta ritorna varie volte nel Vangelo e richiama quella della casa, del focolare domestico, dove troviamo sicurezza, amore, calore. Gesù ci dice che c'è una porta che ci fa entrare nella famiglia di Dio, nel calore della casa di Dio, della comunione con Lui. Questa porta è Gesù stesso (cfr *Gv*10,9). Lui è la porta. Lui è il passaggio per la salvezza. Lui ci conduce al Padre. E la porta che è Gesù non è mai chiusa, questa porta non è mai chiusa, è aperta sempre e a tutti, senza distinzione, senza esclusioni, senza privilegi. Perché, sapete, Gesù non esclude nessuno. Qualcuno di voi forse potrà dirmi: "Ma, Padre, sicuramente io sono escluso, perché sono un gran peccatore: ho fatto cose brutte, ne ho fatte tante, nella vita". No, non sei escluso! Precisamente per questo sei il preferito, perché Gesù preferisce il peccatore, sempre, per perdonarlo, per amarlo. Gesù ti sta aspettando per abbracciarti, per perdonarti. Non avere paura: Lui ti aspetta. Animati, fatti coraggio per entrare per la sua porta. Tutti sono invitati a varcare questa porta, a varcare la porta della fede, ad entrare nella sua vita, e a farlo entrare nella nostra vita, perché Lui la trasformi, la rinnovi, le doni gioia piena e duratura.

Al giorno d'oggi passiamo davanti a tante porte che invitano ad entrare promettendo una felicità che poi noi ci accorgiamo che dura un istante soltanto, che si esaurisce in se stessa e non ha futuro. Ma io vi domando: noi per quale porta vogliamo entrare? E chi vogliamo far entrare per la porta della nostra vita? Vorrei dire con forza: non abbiamo paura di varcare la porta della fede in Gesù, di lasciarlo entrare sempre di più nella nostra vita, di uscire dai nostri egoismi, dalle nostre chiusure, dalle nostre indifferenze verso gli altri. Perché Gesù illumina la nostra vita con una luce che non si spegne più. Non è un fuoco d'artificio, non è un *flash*! No, è una luce tranquilla che dura sempre e ci da pace. Così è la luce che incontriamo se entriamo per la porta di Gesù.

Certo quella di Gesù è una porta stretta, non perché sia una sala di tortura. No, non per quello! Ma perché ci chiede di aprire il nostro cuore a Lui, di riconoscerci peccatori, bisognosi della sua salvezza, del suo perdono, del suo amore, di avere l'umiltà di accogliere la sua misericordia e farci rinnovare da Lui. Gesù nel Vangelo ci dice che l'essere cristiani non è avere un'«etichetta»! Io domando a voi: voi siete cristiani di etichetta o di verità? E ciascuno si risponda dentro! Non cristiani, mai cristiani di etichetta! Cristiani di verità, di cuore. Essere cristiani è vivere e testimoniare la fede nella preghiera, nelle opere di carità, nel promuovere la giustizia, nel compiere il bene. Per la porta stretta che è Cristo deve passare tutta la nostra vita.

Riflettiamo

- Cosa rappresenta per te l'immagine della porta in relazione alla tua vita spirituale?
- Quali sono le emozioni che provi all'idea che la porta di Gesù sia sempre aperta per tutti?
- Quali criteri usi per decidere quale porta varcare nella tua vita? Quali persone o fattori influenzano le tue decisioni?

Preghiera del Giubileo

Papa Francesco

Padre che sei nei cieli,
la *fede* che ci hai donato nel
tuo figlio Gesù Cristo, nostro fratello,
e la fiamma di *carità*
effusa nei nostri cuori dallo Spirito Santo,
ridestino in noi, la beata *speranza*
per l'avvento del tuo Regno.

La tua grazia ci trasforma
in coltivatori operosi dei semi evangelici
che lievitano l'umanità e il cosmo,
nell'attesa fiduciosa
dei cieli nuovi e della terra nuova,
quando vinte le potenze del Male,
si manifesterà per sempre la tua gloria.

La grazia del Giubileo
ravvivi in noi *Pellegrini di Speranza*,
l'anelito verso i beni celesti
e riversi sul mondo intero
la gioia e la pace
del nostro Redentore.
A te Dio benedetto in eterno
sia lode e gloria nei secoli.
Amen

Video testimonianza

Don Tonino Bello

Ascoltiamo l'intervista a don Tonino Bello dopo la *Marcia dei Cinquecento* a Sarajevo. L'11 dicembre 1992 un gruppo di cinquecento uomini e donne entrò pacificamente in una città sotto assedio, portando un segno di speranza e un appello alla pace in uno dei conflitti più sanguinosi del Novecento. Attraversare Sarajevo in guerra fu come varcare una porta santa: un passaggio che lasciò cicatrici di dolore, ma anche tracce di speranza.

Don Tonino descrive le strade minate, le case distrutte e i pianti incessanti delle donne e dei bambini, che convivono con la consapevolezza che esistono alternative alla violenza. Egli racconta di aver donato un Tao, simbolo di pace, a una ragazza che rispose: "Avrei preferito un fucile". Questa affermazione rivela quanto sia lungo il cammino verso la pace e quanto sia necessario educarci per costruirla.

La vera pace, infatti, si trova cercando dentro di noi quella porta interiore che ci permette di diventare operatori di pace, abbracciando una povertà morale e spirituale che ci rende capaci di ascolto, preghiera e impegno per un mondo più giusto.

<https://youtu.be/j8fyhYy0NqA?feature=shared>



La leggenda

La canzone "La leggenda" dei *The Sun*, racconta come sia possibile trovare un senso alla propria vita. Tramite sonorità decise, il testo affronta il tema del cammino verso la ricerca di senso, verso la vittoria del bene sul male. E la porta d'accesso a questa vittoria non è altro che l'amore all'altro, il dono di sé puro e gratuito, del proprio cuore, delle proprie mani, dei propri piedi per farsi viandante insieme al fratello che con noi cammina sul mondo.

Cammini a passi svelti mi piace la tua ombra
Danza sulla sabbia e lascia un segno sulla terra
Da lungo tempo viaggi ma la tua meta è certa
Hai fatto scelte audaci e ho visto quanto conta

Non so come m'hai cambiato
Mi sento acceso come mai prima
E il sole m'illumina la via e il viso
Ho scelto il mio destino

Tutta la mia vita è una folle storia
E tutta questa voce canta una vittoria
Il fuoco nelle vene che cambia il male in bene
Questa è la mia luce e spezza le catene

È più di una leggenda
La gente ancora sogna
Resiste a chi la inganna
Non si rassegna a chi le impone una vita fasulla
Lo senti il sole che illumina la via e il viso?
È questo il mio destino

Tutta la mia vita è una folle storia
E tutta questa voce canta una vittoria
Il fuoco nelle vene che cambia il male in bene
Questa è la mia luce e spezza le catene

Tutta la mia vita è una folle storia
E tutta questa voce canta una vittoria
Il fuoco nelle vene che cambia il male in bene
Questa è la mia luce e spezza le catene

Da giovane volevo una vita speciale
Qualcosa che mi desse la spinta a continuare
Di certo non pensavo a questa mia missione
Ma tutto ora ha un senso, mi dono per amore

Tutta la mia vita è una folle storia
E tutta questa voce canta una vittoria
Il fuoco nelle vene che cambia il male in bene
Questa è la mia luce e spezza le catene

Tutta la mia vita è una folle storia
E tutta questa voce canta una vittoria
Il fuoco nelle vene che cambia il male in bene
Questa è la mia luce e spezza le catene
E spezza le catene

<https://www.youtube.com/watch?v=zemkljWoyiY>



Obiettivo

L'attività mette al centro la riflessione sul simbolo della porta, sul ruolo di accoglienza che ogni volontario svolge, ma anche di quanto riceve nell'incontro con il povero. L'obiettivo è creare un ambiente di fiducia per incoraggiare la sincerità e l'ascolto reciproco, attraverso un confronto profondo tra coppie di volontari.

Materiale

Cartellone, pennarelli

Attività

- L'attività inizia con una breve riflessione sul simbolo della porta come segno di accoglienza reciproca: *“La porta è un simbolo che richiama apertura, passaggio, accoglienza. Ma è anche un passaggio che va in entrambe le direzioni: noi siamo porte per gli altri, ma allo stesso tempo gli altri sono porte per noi. Quando accogliamo, possiamo anche ricevere e imparare. Oggi, esploreremo insieme come il nostro ruolo di volontari ci rende “porte” per chi serviamo, ma anche come possiamo aprirci a chi ci sta accanto, nei momenti di condivisione, crescita e riflessione.*
- L'attività prevede una riflessione a coppie, tra due volontari, sul proprio servizio in Caritas e sul significato della porta come simbolo di accoglienza (si consiglia di scegliere volontari di diverse età tra loro e/o facenti servizi diversi).
Alcune tracce per aiutare lo scambio e la riflessione:

- Nel proprio servizio, come ci si sente nel ruolo di “porta” verso gli altri?
 - Gli altri, compresi colleghi e volontari, sono anche “porta” per se stessi?
 - Come ci si può aprire di più agli altri ed essere più accoglienti nelle relazioni?
 - Può la porta rappresentare anche una possibilità di crescita spirituale? In che modo?
- Successivamente, i due volontari condividono le proprie esperienze di servizio in Caritas.
Alcune possibilità di racconto:
 - un’esperienza di accoglienza, particolarmente significativa, in cui ci si è sentiti grati per il servizio svolto
 - le sfide che si devono affrontare durante il servizio e che “bloccano” il proprio essere “porta” per gli altri
 - come la tua fede guida nell’essere “porta” e come aiuta nella crescita interiore.
 - Infine, si condivide in plenaria un pensiero, una riflessione, una frase o una parola significativa (scrivendola su di un cartellone) che è emersa durante il momento di confronto.

Il Pellegrinaggio



Da questo intreccio di speranza e pazienza appare chiaro come la vita cristiana sia un cammino, che ha bisogno anche di momenti forti per nutrire e irrobustire la speranza, insostituibile compagna che fa intravedere la meta: l'incontro con il Signore Gesù.

Mettersi in cammino è tipico di chi va alla ricerca del senso della vita. Il pellegrinaggio a piedi favorisce molto la riscoperta del valore del silenzio, della fatica, dell'essenzialità.

Il fulcro di ogni pellegrinaggio risiede nella decisione di “iniziare il cammino” e di abbracciare il ruolo del pellegrino, accettando tutte le rinunce che esso comporta. Si diventa pellegrini attraverso una scelta profonda e personale di partire, una scelta che coinvolge l'intera persona. Questa è la prima condizione testimoniata dalle narrazioni bibliche. La tradizione cristiana, consapevole della ricchezza spirituale e biblica dei secoli passati, non riduce il pellegrinaggio a un'esperienza momentanea, limitata all'eccezionalità dell'evento vissuto, ma invita a entrare in un'autentica dimensione itinerante, accettando l'imprevedibilità e le sfide del percorso. In questo contesto, “farsi pellegrino” significa adottare un atteggiamento di fiducia, di affidamento e rispondere con fede e apertura alla speranza.

Per questo non è indispensabile mettersi in viaggio verso Roma per poter essere un pellegrino, quanto il riconoscersi in un cammino di approfondimento della fede.

L'invito che vi rivolgo è quello di mettervi in cammino, alla scoperta della vita, sulle tracce dell'amore, alla ricerca del volto di Dio. Ma ciò che vi raccomando è questo: mettetevi in viaggio non da meri turisti, ma da pellegrini. Il vostro camminare, cioè, non sia semplicemente un passare per i luoghi della vita in modo superficiale, senza cogliere la bellezza di ciò che incontrate, senza scoprire il senso delle strade percorse, catturando brevi momenti, esperienze fugaci da fissare in un *selfie*. Il turista fa così. Il pellegrino invece si immerge con tutto sé stesso nei luoghi che incontra, li fa parlare, li fa diventare parte della sua ricerca di felicità. Il pellegrinaggio giubilare, allora, vuole diventare il segno del *viaggio interiore* che tutti noi siamo chiamati a compiere, per giungere alla mèta finale.

Invochiamo lo Spirito Santo

Adsumus Sancte Spiritus

Siamo davanti a Te, Spirito Santo,
mentre ci riuniamo nel Tuo nome.
Con Te solo a guidarci,
fa' che tu sia di casa nei nostri cuori;
Insegnaci la via da seguire
e come dobbiamo percorrerla.
Siamo deboli e peccatori;
non lasciare che
promuoviamo il disordine.
Non lasciare che l'ignoranza
ci porti sulla strada sbagliata
né che la parzialità
influenzi le nostre azioni.
Fa' che troviamo in Te la nostra unità
affinché possiamo camminare insieme
verso la vita eterna
e non ci allontaniamo
dalla via della verità
e da ciò che è giusto.
Tutto questo chiediamo a te,
che sei all'opera in ogni luogo
e in ogni tempo,
nella comunione del Padre e del Figlio,
nei secoli dei secoli.
Amen.

ASCOLTIAMO LA PAROLA DI DIO

Dal libro dell'Esodo

Gv 10,7-16

¹²Mosè disse al Signore: "Vedi, tu mi ordini: "Fa' salire questo popolo", ma non mi hai indicato chi manderai con me; eppure hai detto: "Ti ho conosciuto per nome, anzi hai trovato grazia ai miei occhi". ¹³Ora, se davvero ho trovato grazia ai tuoi occhi, indicami la tua via, così che io ti conosca e trovi grazia ai tuoi occhi; considera che questa nazione è il tuo popolo". ¹⁴Rispose: "Il mio volto camminerà con voi e ti darò riposo". ¹⁵Riprese: "Se il tuo volto non camminerà con noi, non farci salire di qui. ¹⁶Come si saprà dunque che ho trovato grazia ai tuoi occhi, io e il tuo popolo, se non nel fatto che tu cammini con noi? Così saremo distinti, io e il tuo popolo, da tutti i popoli che sono sulla faccia della terra".

¹⁷Disse il Signore a Mosè: "Anche quanto hai detto io farò, perché hai trovato grazia ai miei occhi e ti ho conosciuto per nome".

ENTRIAMO NELLA PAROLA

Il pellegrinaggio di un popolo

mons. Antonio Maurizio Valentino

Ci troviamo nel libro dell'Esodo, dove è narrata la traversata nel deserto del popolo d'Israele. Questo cammino rappresenta non solo un percorso fisico (dall'Egitto alla terra promessa), ma è anche e soprattutto un cammino spirituale. È il pellegrinaggio fondativo di un popolo composto da schiavi liberati, da emarginati dell'umanità, da ultimi in cerca di riscatto. Durante questo pellegrinaggio, Mosè si troverà più volte nella condizione di dover convincere gli Israeliti e sé stesso che le fatiche e i pericoli del viaggio possono essere superati, poiché Dio è con loro.

In questi versetti Mosè si trova all'interno del santuario, collocato fuori dall'accampamento del popolo a seguito della crisi del vitello d'oro e,

in questo momento, è in dialogo con il Signore. La sua è una domanda alquanto audace! Egli desidera sapere quale sarà la «via», cioè quale sorte il Signore ha in mente per il suo popolo e se lo accompagnerà ancora nel cammino verso la terra promessa, quella del «riposo». Siamo in un momento di crisi e di superamento di questa crisi nel rapporto fra Dio e il suo popolo, poiché Israele è stato infedele. Israele era giunto a chiedersi: "Il Signore è in mezzo a noi, sì o no?" (*Es 17,7*); forse anche noi oggi ci poniamo questa domanda.

La risposta breve e positiva di Dio «*camminerò con voi e vi farò riposare*» non convince del tutto Mosè, che replica in modo impacciato e confuso. Rinnova la richiesta di quella presenza divina: la differenza tra Israele e gli altri popoli consiste proprio nel fatto che il Signore cammina con il suo popolo. Mosè è incerto, Israele è ormai uscito dall'Egitto, ha ricevuto i dieci comandamenti, ma è stato infedele, e a causa di questa infedeltà ora Mosè ha perso la sua sicurezza. Dio ha perdonato il suo popolo e ha nuovamente detto a Mosè di guidarlo verso la terra promessa, ma Dio sarà presente?

L'Onnipotente ripresenta la sua promessa di essere vicino a Israele per merito di Mosè, che «ha trovato grazia ai suoi occhi». In seguito al peccato del vitello d'oro, il Signore riprende la sua funzione di guida del popolo d'Israele, di suo pastore e salvatore.

Riflettiamo

- Quali persone sono e sono state al tuo fianco durante il cammino della tua vita?
- Hai mai vissuto un momento in cui la paura ti ha paralizzato? Come hai trovato la forza per andare avanti?
- Quando ti senti perso o sopraffatto, come riesci a riconoscere la presenza di Dio nella tua vita?

Preghiera del Giubileo

Papa Francesco

Padre che sei nei cieli,
la *fede* che ci hai donato nel
tuo figlio Gesù Cristo, nostro fratello,
e la fiamma di *carità*
effusa nei nostri cuori dallo Spirito Santo,
ridestino in noi, la beata *speranza*
per l'avvento del tuo Regno.

La tua grazia ci trasforma
in coltivatori operosi dei semi evangelici
che lievitano l'umanità e il cosmo,
nell'attesa fiduciosa
dei cieli nuovi e della terra nuova,
quando vinte le potenze del Male,
si manifesterà per sempre la tua gloria.

La grazia del Giubileo
ravvivi in noi *Pellegrini di Speranza*,
l'anelito verso i beni celesti
e riversi sul mondo intero
la gioia e la pace
del nostro Redentore.
A te Dio benedetto in eterno
sia lode e gloria nei secoli.
Amen

Video testimonianza

Niccolò Govoni

Questa testimonianza è un esempio concreto di come un cammino possa trasformare la percezione di sé e rivelare il proprio valore. È la storia di un ragazzo che, nonostante fosse considerato un fallito nella sua comunità, ha avuto il coraggio di cercare un significato più profondo nella propria vita. Niccolò, partendo da una realtà che non gli offriva opportunità, ha deciso di mettersi in viaggio, sia fisicamente che interiormente. Durante questo pellegrinaggio, ha scoperto che il suo desiderio più grande è aiutare gli altri. Lontano dai giudizi e dalle etichette che lo riducevano a "poco", ha trovato il suo scopo: diventare un educatore, una persona capace di fare la differenza mettendosi al servizio della comunità. La sua esperienza ci insegna che il cammino, se vissuto con fiducia e apertura, può portare non solo a un miglioramento personale, ma anche alla scoperta di un'identità più autentica e ricca di significato.

<https://www.youtube.com/watch?v=LYjApGAIzE>



Testimonianza

Ettore Castiglioni

Il testo presentato è tratto dal diario di Ettore Castiglioni, alpinista e Giusto tra le Nazioni per aver salvato, durante la Seconda Guerra Mondiale, numerosi ebrei conducendoli oltre il confine attraverso le Alpi. In questo brano, l'autore racconta l'esperienza del cammino in montagna, descrivendo le sue sensazioni in modo intimo e profondo. Il testo offre uno sguardo che va oltre il semplice spostamento fisico, abbracciando una trasformazione interiore. Attraverso le sue parole, emerge un legame viscerale con la montagna, simbolo di autenticità, forza e rifugio dalla complessità e dall'ipocrisia della vita civile. Il pellegrinaggio descritto non è solo un percorso geografico, ma un cammino spirituale e umano, in cui il

contatto con la natura e la solitudine diventano strumenti di riconciliazione con sé stessi e con una dimensione di sincerità spesso smarrita nella quotidianità. Il Fitz Roy, maestoso e familiare al tempo stesso, rappresenta una guida e un conforto, un punto fermo in un mondo percepito come distante e contraddittorio. Questo brano invita a riflettere sul senso del pellegrinaggio come ricerca di verità, radici e forza interiore. La montagna, con la sua imponenza e la sua purezza, diventa il luogo privilegiato per riscoprire la bellezza della semplicità e della solidarietà, valori che illuminano il cammino di chi è in cerca di significato e autenticità.

«Le montagne son sempre eguali in tutto il mondo. Avvicinandomi alla Cordillera, trovandomi già in mezzo ad essa, mi sentivo a casa mia, *at home*. Un giorno dopo esser arrivato qui, anche il Fitz Roy non aveva più nulla di straordinario: era la mia montagna, la montagna meravigliosa, che guardavo ormai con familiarità, con confidenza, con sicurezza. Ieri vagavo solo attraverso la landa sconfinata alla ricerca di un'estancia (***ndr. una stanza, un soggiorno***) ***che*** non sapevo dov'era: il Fitz Roy sempre più vicino mi faceva dimenticare con la sua imponenza la stanchezza del lungo cammino. Ma mi pareva così strano il pensare di essere in America, di esser tanto lontano dal mondo e di sentirmi così bene, così padrone di me e delle mie montagne, così felice nella solitudine sconfinata.

Sì, felicità: non pensare più nulla, non sapere più nulla del mondo tanto lontano; vivere della vita vera di queste montagne, di questa gente forte e rude, di un'onestà e di una serietà morale tutta montanara. Questa è sincerità, solidarietà e spontaneità; questa è la gente ch'io ho sempre amato e che tanto raramente ho potuto trovare nell'ipocrisia della vita civile. Come avrei potuto credere che da tanta felicità, sarei di colpo ripiombato nell'ipocrisia dei miei compagni cittadini? [...]

Non so cosa avverrà, né dove troverò la soluzione: intanto il Fitz Roy che ieri vedevo già così vicino e sentivo già così mio, ora è fuggito lontano.

L'ipocrisia è l'unico nemico contro cui non ho armi per combattere, ma la sincerità della montagna mi darà la forza e la volontà di vincere».

21 gennaio, Campo al Rio de Las Vueltas.

Nella canzone "Imparare dal vento", i Tiromancino vanno alla ricerca di una meta, senza riuscire spesso a trovarla. Il continuo camminare, pertanto, li fa sentire persi, senza un senso da perseguire, tanto da fingere che tutto vada bene. Tuttavia, è normale che le strade che abbiamo scelto possano essere difficili, ma di fronte a ciò occorre avere la pazienza del vento e delle onde che nel seguire il proprio corso, nel loro andare e venire, ci indicano una nuova possibilità di mettersi in cammino, apprezzando gli istanti della vita.

Vorrei imparare dal vento a respirare
Dalla pioggia a cadere
Dalla corrente a portare le cose
Dove non vogliono andare
E avere
La pazienza delle onde
E andare e venire
Ricominciare a fluire
Un aereo passa veloce
E io mi fermo a pensare
A tutti quelli che partono, scappano
O sono sospesi
Per giorni, mesi, anni
In cui ti senti come uno che si è perso
Tra obiettivi ogni volta più grandi
Succede perché
In un istante tutto il resto
Diventa invisibile
Privo di senso
E irraggiungibile per me
Succede perché
Fingo che va sempre tutto bene
Ma non lo penso

In fondo
Torneremo ad avere più tempo
E a camminare
Per le strade che abbiamo scelto
Che a volte fanno male
Per avere la pazienza delle onde
E andare e venire
E non riesci a capire
Succede perché
In un istante tutto il resto
Diventa invisibile
Privo di senso
E irraggiungibile per me
Succede anche se
Il vento
Porta tutto via con sé
Vivendo
Ricominciare a fluire
Ricominciare a fluire
Ricominciare a fluire
Ricominciare a fluire

https://www.youtube.com/watch?v=wEli7g1Jx_Y



Obbiettivo

L'attività proposta offre un'opportunità di riflessione, attraverso un piccolo pellegrinaggio fisico (per esempio, dalla Caritas diocesana ad una chiesa), sul proprio percorso di vita, invitando i volontari a esplorare il passato, il presente e le aspettative per il futuro.

Materiali

Candele, sassolini

Attività

A ciascuno viene consegnato un sassolino, che porterà con sé durante il pellegrinaggio, segno del bagaglio personale che accompagna il cammino. Ognuno è consapevole, infatti, che questo peso non è soltanto fisico, ma anche interiore. Il sassolino rappresenta le sfide, le difficoltà e le esperienze che ognuno di noi porta nel cuore, ma è anche simbolo di trasformazione e crescita spirituale. Così, diventa metafora del cammino che, attraverso la fede e l'accoglienza, ci trasforma e ci guida verso una maggiore consapevolezza e serenità.

Durante la prima tappa, i volontari sono invitati a individuare un momento significativo della loro vita che ha rappresentato un punto di svolta o una lezione importante.

Domanda sul passato:

- Qual è un momento fondamentale del tuo passato che ti ha cambiato o che ricordi come importante nel tuo cammino di vita?

Durante la seconda tappa, i volontari sono invitati ad esplorare il loro percorso attuale per riflettere sulla propria posizione nel "cammino" della vita.

Domanda sul presente:

- Quali sono le tue sfide oggi? Cosa senti che ti sta spingendo avanti verso la tua meta?

Durante la terza tappa, i volontari sono invitati a riflettere sul futuro e a visualizzare le loro speranze, sogni o paure. Focalizzandosi su ciò che desiderano raggiungere o evitare.

Domanda sul futuro:

- Cosa speri di trovare nel tuo futuro? Qual è la tua meta ideale?

Al termine del pellegrinaggio, viene proposto un momento di condivisione e dialogo, durante il quale i volontari condivideranno le loro storie e i loro percorsi di vita, offrendo spunti e consigli utili agli altri. Liberamente, come gesto simbolico, si può anche donare il proprio sassolino a chi si vuole, come se si donasse il proprio bagaglio di esperienze, in modo che sia da aiuto e supporto all'altro.

Al termine, ai partecipanti sarà distribuita una piccola candela (tea light), che rappresenta il lume della speranza e l'opportunità di un nuovo inizio nella propria vita.

Il Perdono



Papa Francesco *Spes non confundit*

Perdonare non cambia il passato, non può modificare ciò che è già avvenuto; e, tuttavia, il perdono può permettere di cambiare il futuro e di vivere in modo diverso, senza rancore, livore e vendetta. Il futuro rischiarato dal perdono consente di leggere il passato con occhi diversi, più sereni, seppure ancora solcati da lacrime.

Il Giubileo rappresenta un'occasione propizia per meditare sulla misericordia di Dio e ricevere il dono del perdono. Non è soltanto un atto spirituale, ma anche un modo per guarire le ferite del corpo e dell'anima, proprie e degli altri.

Il perdono è un incontro con l'Amore divino, che ci abbraccia nonostante le nostre vulnerabilità. Aprirsi al perdono implica accettare la misericordia di Dio e trasformarla in un dono per gli altri. Il perdono non è una debolezza, così come alcune volte è percepito, ma una grande forza, è un atto capace di liberare e rinnovare. Perdonare non è un gesto isolato, ma una scelta che facciamo ogni giorno, costruendo relazioni più genuine e significative. In questo Giubileo, ogni gesto di riconciliazione è una prova tangibile della nostra fede. Viviamolo, quindi, come un'opportunità per perdonare, ricevere perdono e contribuire a un mondo più giusto e pieno di compassione.

 Il “giubileo” risale a un'antica tradizione giudaica, quando il suono di un corno di ariete ogni quarantanove anni ne annunciava uno di clemenza e liberazione per tutto il popolo. Questo solenne appello doveva idealmente riecheggiare per tutto il mondo, per ristabilire la giustizia di Dio in diversi ambiti della vita: nell'uso della terra, nel possesso dei beni, nella relazione con il prossimo, soprattutto nei confronti dei più poveri e di chi era caduto in disgrazia. Il suono del corno ricordava a tutto il popolo, a chi era ricco e a chi si era impoverito, che nessuna persona viene al mondo per essere oppressa: siamo fratelli e sorelle, figli dello stesso Padre, nati per essere liberi secondo la volontà del Signore. Anche oggi, il Giubileo è un evento che ci spinge a ricercare la giustizia liberante di Dio su tutta la terra.

Preghiamo con il Salmo 130

Attesa del perdono e della salvezza del Signore

Dal profondo a te grido, o Signore;
Signore, ascolta la mia voce.
Siano i tuoi orecchi attenti
alla voce della mia supplica.

Se consideri le colpe, Signore,
Signore, chi ti può resistere?
Ma con te è il perdono:
così avremo il tuo timore.

Io spero, Signore.
Spera l'anima mia,
attendo la sua parola.

L'anima mia è rivolta al Signore
più che le sentinelle all'aurora.
Più che le sentinelle l'aurora,
Israele attenda il Signore,

perché con il Signore è la misericordia
e grande è con lui la redenzione.
Egli redimerà Israele
da tutte le sue colpe.

Dal Vangelo secondo Matteo

Mt 18,21-35

²¹Allora Pietro gli si avvicinò e gli disse: "Signore, se il mio fratello commette colpe contro di me, quante volte dovrò perdonargli? Fino a sette volte?". ²²E Gesù gli rispose: "Non ti dico fino a sette volte, ma fino a settanta volte sette.

²³Per questo, il regno dei cieli è simile a un re che volle regolare i conti con i suoi servi. ²⁴Aveva cominciato a regolare i conti, quando gli fu presentato un tale che gli doveva diecimila talenti. ²⁵Poiché costui non era in grado di restituire, il padrone ordinò che fosse venduto lui con la moglie, i figli e quanto possedeva, e così saldasse il debito. ²⁶Allora il servo, prostrato a terra, lo supplicava dicendo: "Abbi pazienza con me e ti restituirò ogni cosa". ²⁷Il padrone ebbe compassione di quel servo, lo lasciò andare e gli condonò il debito.

²⁸Appena uscito, quel servo trovò uno dei suoi compagni, che gli doveva cento denari. Lo prese per il collo e lo soffocava, dicendo: "Restituisci quello che devi!". ²⁹Il suo compagno, prostrato a terra, lo pregava dicendo: "Abbi pazienza con me e ti restituirò". ³⁰Ma egli non volle, andò e lo fece gettare in prigione, fino a che non avesse pagato il debito.

³¹Visto quello che accadeva, i suoi compagni furono molto dispiaciuti e andarono a riferire al loro padrone tutto l'accaduto. ³²Allora il padrone fece chiamare quell'uomo e gli disse: "Servo malvagio, io ti ho condonato tutto quel debito perché tu mi hai pregato. ³³Non dovevi anche tu aver pietà del tuo compagno, così come io ho avuto pietà di te?". ³⁴Sdegnato, il padrone lo diede in mano agli aguzzini, finché non avesse restituito tutto il dovuto. ³⁵Così anche il Padre mio celeste farà con voi se non perdonerete di cuore, ciascuno al proprio fratello".

Non secondo l'uomo ma secondo Dio

Pietre Vive

Gesù va oltre la legge (non sette, settanta volte sette!) e ci chiede di perdonare non secondo l'uomo ma secondo Dio. Pietro non riesce a capire, come il servo della parabola non comprende la portata del dono che ha appena ricevuto: il suo sguardo rimane ripiegato su di sé.

Dio invece non si stanca mai di guardare a noi, di perdonarci e lo fa con modalità ben precise: dimenticando e con misericordia. La misericordia è la carezza di Dio sulle nostre ferite, sulle nostre cicatrici che ci fanno rimanere ricurvi su noi stessi, ci impediscono guardar fuori. Mentre il Signore ci chiede solo di lasciargli guardare e solo così, proprio in quel luogo si aprirà un varco attraverso il quale passa il Suo amore.

Il perdono del Signore è perdono vero, perdono che dimentica i nostri peccati. I peccati non dicono l'ultima parola su di noi, non raccontano la nostra bravura o le nostre virtù, non definiscono la nostra identità – opera di un Dio che ha scelto l'uomo come luogo in cui perdono e misericordia si manifestano.

Solo lasciandoci perdonare, lasciandogli con misericordia toccare le nostre ferite, aprendoci a questo passaggio, abbattendo le nostre resistenze riusciremo ad alzare il nostro sguardo da noi stessi e aprirlo verso l'altro; includendo l'altro nel Suo abbraccio misericordioso, nel Suo sguardo di Padre che non esclude mai, che guarisce, che dono la vita, una vita nuova che riapre all'altro.

Riflettiamo

- In quali occasioni il mio prossimo mi ha deluso? Quali sono le ferite e le lacerazioni che non riescono a rimarginarsi o che stentano a guarire?
- Sono una persona di perdono? Quante volte sono disposto a farlo con sincerità?

- Mi sono mai permesso di far emergere, dal profondo del mio essere, quella supplica, quella richiesta di perdono, quell'appello alla pazienza?

PREGHIAMO

Pregiera del Giubileo

Papa Francesco

Padre che sei nei cieli,
la *fede* che ci hai donato nel
tuo figlio Gesù Cristo, nostro fratello,
e la fiamma di *carità*
effusa nei nostri cuori dallo Spirito Santo,
ridestino in noi, la beata *speranza*
per l'avvento del tuo Regno.

La tua grazia ci trasformi
in coltivatori operosi dei semi evangelici
che lievitano l'umanità e il cosmo,
nell'attesa fiduciosa
dei cieli nuovi e della terra nuova,
quando vinte le potenze del Male,
si manifesterà per sempre la tua gloria.

La grazia del Giubileo
ravvivi in noi *Pellegrini di Speranza*,
l'anelito verso i beni celesti
e riversi sul mondo intero
la gioia e la pace
del nostro Redentore.
A te Dio benedetto in eterno
sia lode e gloria nei secoli. Amen

Video testimonianza

Giovanni Brusca

Questa testimonianza racconta l'esperienza di un pentito di mafia, focalizzandosi sul percorso di riconciliazione che nasce dalla consapevolezza delle proprie azioni e dalla volontà di affrontare il dolore causato agli altri. Per lui, chiedere perdono non è un semplice atto formale, ma una riflessione profonda sul suo passato e sul peso delle sue scelte. La sua voce sincera esprime il rimorso, distinguendolo dal senso di colpa, e diventa il motore di un cambiamento autentico.

Pur consapevole che non può cancellare ciò che ha fatto, sceglie di collaborare con la giustizia, come segno tangibile della sua intenzione di rimediare e contribuire al bene comune. Questo gesto non è solo un obbligo morale, ma una dimostrazione concreta della sua volontà di affrontare le conseguenze delle sue azioni.

Il suo percorso di cambiamento non si limita alla giustizia formale. Attraverso una trasformazione interiore, cerca di ricostruire il rapporto con la comunità e con sé stesso. La sua storia dimostra che la strada verso la riconciliazione non è solo un atto individuale, ma un cammino che coinvolge anche gli altri, portando a un rinnovamento profondo e duraturo.

<https://www.youtube.com/watch?v=FzcWEYien-k>



Testimonianza

Anna Frank

Anna Frank è un esempio potente di come un atto di misericordia possa trasformare chi lo riceve. Il suo racconto esplora le dinamiche familiari durante un periodo di grande sofferenza, evidenziando come il perdono possa andare oltre le aspettative di giustizia e punizione.

Nel brano, Anna si sente inizialmente in colpa per quello che ha fatto e si aspetta una "romanzina", ma ciò che la sorprende è che il padre non la rimproveri, bensì la perdoni. Questo gesto inaspettato la lascia scioccata, poiché si trova di fronte a gentilezza e premura anziché rabbia.

Il comportamento del padre riflette una verità universale: quando si sbaglia, ci si aspetta una punizione severa. Tuttavia, il perdono può avere un impatto più profondo, portando a riflessione e cambiamento. La sua esperienza dimostra che, a volte, il perdono è più potente della giustizia, poiché apre alla comprensione e al pentimento. In questo modo, la testimonianza di Anna Frank diventa simbolo di come il perdono, più che la punizione, possa essere un atto di grande umanità e trasformazione.

«Oh, ho fatto uno sbaglio enorme, è la peggiore azione che io abbia commesso nella mia vita. Volevo darmi del tono, colle mie lacrime e i miei pianti, e metter su pretese da persona adulta, perché egli mi rispettasse. Certamente, ho avuto molti dispiaceri, ma accusare quel buon Pim, che tanto ha fatto e continua a fare per me, è stata un'infamia. E' bene che una volta tanto io sia tirata giù dal mio irraggiungibile piedistallo, che il mio orgoglio sia un pochino schiacciato, perché cominciavo a essere troppo piena di me. Non è detto che ciò che la signorina Anna fa sia sempre ben fatto! Chi reca un tal dispiacere, e appositamente, a una persona a cui dice di voler bene, è vile, vilissimo! E soprattutto mi vergogno della maniera con cui il babbo mi ha perdonato; getterà la lettera nella stufa. E ora è così amabile con me come se fosse stato "lui" a trattarmi male. No, Anna, comincia col rimetterti a studiare, ché ne hai un bisogno enorme».

In Musica

Il peso del coraggio

Fiorella Mannoia

Nella canzone "Il peso del coraggio" Fiorella Mannoia affronta il tema del perdono in modo molto concreto, descrivendo come nel corso della vita possano esserci grandi scogli nei rapporti con l'altro. Di fronte a ciò siamo chiamati a sopportare ogni scelta e a gestire ogni passo perché tutti, parte

di "questa grande scena", possiamo essere in grado di fare passi di perdono piuttosto che di chiusura, verso i fratelli che incontriamo sulla nostra strada.

Sono questi i vuoti d'aria
Questi vuoti di felicità
Queste assurde convinzioni
Tutte queste distrazioni
A farci perdere

Sono come buchi neri
Questi buchi nei pensieri
Si fa finta di niente
Lo facciamo da sempre
Ci si dimentica

Che ognuno ha la sua parte in questa grande scena
Ognuno ha i suoi diritti
Ognuno ha la sua schiena
Per sopportare il peso di ogni scelta
Il peso di ogni passo
Il peso del coraggio
E ho capito che non sempre il tempo cura le ferite
Che sono sempre meno le persone amiche
Che non esiste resa senza pentimento
Che quello che mi aspetto è solo quello che pretendo
E ho imparato ad accettare che gli affetti tradiscono
Che gli amori anche i più grandi poi finiscono
Che non c'è niente di sbagliato in un perdono
Che se non sbaglio non capisco io chi sono

Sono queste devozioni
Queste manie di superiorità
C'è chi fa ancora la guerra

Chi non conosce vergogna
Chi si dimentica

Che ognuno ha la sua parte in questa grande scena
Che ognuno ha i suoi diritti e ognuno ha la sua schiena
Per sopportare il peso di ogni scelta
Il peso di ogni passo Il peso del coraggio

E ho capito che non serve il tempo alle ferite
Che sono sempre meno le persone unite
Che non esiste azione senza conseguenza
Chi ha torto e chi ha ragione quando un bambino muore

E allora stiamo ancora zitti perché così ci preferiscono
Tutti zitti come cani che obbediscono
Ci vorrebbe più rispetto
Ci vorrebbe più attenzione
Se si parla della vita Se parliamo di persone

Siamo il silenzio che resta dopo le parole
Siamo la voce che può arrivare dove vuole
Siamo il confine della nostra libertà
Siamo noi l'umanità
Siamo il diritto di cambiare tutto e di ricominciare
Ricominciare
Ognuno gioca la sua parte in questa grande scena
Ognuno ha i suoi diritti
Ognuno ha la sua schiena
Per sopportare il peso di ogni scelta
Il peso di ogni passo Il peso del coraggio

<https://www.youtube.com/watch?v=tkXnS9BL6e4>



Obiettivo

L'attività proposta invita a riflettere sul concetto di perdono e su quei momenti della nostra vita in cui non siamo riusciti a perdonare. Pensando al nostro passato, a una situazione particolare, a una persona o persino a noi stessi, possiamo riconoscere che il perdono è stato difficile da concedere, o che, forse, non siamo ancora riusciti a farlo.

Materiale

Bigliettini piccoli, penne, braciere con carboncini accesi (in alternativa una candela e/o qualcosa per bruciare o una pietra "da mettere sopra").

Attività

- Si propone ai volontari un momento di riflessione, dove si invitano a scavare nel proprio passato, individuando una situazione difficile in cui qualcuno ha inferto un dolore.
- Si chiede di dare un nome alla ferita, alla cicatrice, che ancora provoca sofferenza e quindi diffidenza, freddezza, rancore, nei confronti di alcune persone, scrivendola su un bigliettino.
- Si propone un gesto simbolico, segno del voler cancellare, perdonare, mettere una "pietra sopra": ognuno può recarsi a bruciare (o a deporre sotto la pietra) il proprio bigliettino. Si consiglia, comunque, di trovare un modo per bruciare i bigliettini (che sia un braciere, una candela, all'esterno) proprio come un vero e autentico segno di liberazione. Questo gesto simboleggia il desiderio di liberare le paure e le difficoltà legate al perdono, il desiderio di aprire il nostro cuore per essere capaci di perdonare.
- Alla fine tra i partecipanti ci può essere un abbraccio di pace e il proposito di ricucire la relazione ferita. Per risultare più efficace, si consiglia di far durare l'abbraccio almeno 20 secondi. Perché, in questo modo, il nostro corpo alza i livelli di ossitocina, un ormone che induce rilassamento e riduce l'ansia, e si ottengono effetti benefici sulla salute. Rimanere abbracciati per tutto questo tempo è un gesto molto forte, ed anche difficile, che si spera venga accolto seriamente dai volontari e porti loro ad una profonda riflessione.



Vi lascio ancora un'immagine suggestiva per il vostro percorso.

Arrivando alla Basilica di San Pietro a Roma, si attraversa la piazza che è circondata dal colonnato. Il colonnato, nel suo insieme, appare come un grande abbraccio: sono le due braccia aperte della Chiesa, nostra madre, che accoglie tutti i suoi figli!

In questo Anno Santo della Speranza, **invito tutti voi a sperimentare l'abbraccio di Dio misericordioso, a sperimentare il suo perdono**, la remissione di tutti i nostri "debiti interiori", come era tradizione nei giubilei biblici. **E così, accolti da Dio e rinati in Lui, diventate anche voi braccia aperte per i tanti** che hanno bisogno di sentire, attraverso la vostra accoglienza, l'amore di Dio Padre.

Ognuno di voi doni «anche solo un sorriso, un gesto di amicizia, uno sguardo fraterno, un ascolto sincero, un servizio gratuito, sapendo che, nello Spirito di Gesù, ciò può diventare per chi lo riceve un seme fecondo di speranza»,
e così diventiate

INSTANCABILI MISSIONARI DELLA GIOIA.





www.caritas.it

Via Aurelia 796
00165 - Roma
tel: +39 06 661 771

volontariato@caritas.it
