

Parrocchia S. Margherita V. e M. – Brusaporto  
Itinerario di preghiera

## **GESÙ CI RENDE LIBERI**



**Quarta corda: LA GOLA**

**QUARTA SETTIMANA DI QUARESIMA 2022**

## 1. ISTRUZIONI PER L'USO

### Quando e dove?

Attorno alla tavola.

Ogni famiglia concordi l'orario in cui è presente tutta la famiglia o la maggior parte di essa.

### Che cosa preparare?

Un crocifisso e una Bibbia al centro della tavola e una candela accesa.

Un foglio e una biro per persona per appuntare la parola o la frase della Parola di Dio o delle riflessioni che ognuno sente "più vicina" a sé.

Al termine della settimana, ognuno cerchi di riprendere personalmente tutte le frasi segnate, giorno per giorno: scoprirà di aver ricevuto un "tesoro" che davvero può illuminare la propria vita!

### Come fare?

Prima di iniziare si guarda insieme la traccia e si dividono le parti da leggere.

## 2. PER LA PREGHIERA

### 1. Inizia facendo il **segno di croce**.

Nel nome del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo. *Amen*

### 2. Quindi **invoca lo Spirito Santo** con questa preghiera:

Vieni, Spirito Santo, scendi su di noi.

Apri le nostre orecchie perché sappiamo ascoltare la Tua Parola,

apri le nostre menti perché possiamo entrare nella Tua Parola.

Tu solo sai sintonizzarci,

Tu solo sai vincere ogni interferenza.

Vieni, Santo Spirito, insegnaci a pregare,

insegnaci a rimanere in contatto,

predisponi il nostro cuore all'incontro con Colui

che ama perdere tempo con noi.

### 3. Prosegui con la **preghiera indicata nel giorno** corrispondente della settimana.

### 4. Concludi con il **Padre nostro** e il **segno di croce**.

Nel nome del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo. *Amen*.

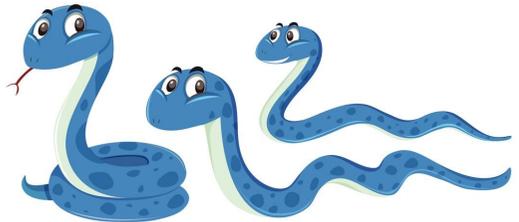
## I SERPENTI NEL DESERTO

### Dal libro dei Numeri (21,4-9)

Gli Israeliti si mossero dal monte Or per la via del Mar Rosso, per aggirare il territorio di Edom. Ma il popolo non sopportò il viaggio. Il popolo disse contro Dio e contro Mosè: "Perché ci avete fatto salire dall'Egitto per farci morire in questo deserto? Perché qui non c'è né pane né acqua e siamo nauseati di questo cibo così leggero". Allora il Signore mandò fra il popolo serpenti brucianti i quali mordevano la gente, e un gran numero d'Israeliti morì. Il popolo venne da Mosè e disse: "Abbiamo peccato, perché abbiamo parlato contro il Signore e contro di te; supplica il Signore che allontani da noi questi serpenti". Mosè pregò per il popolo. Il Signore disse a Mosè: "Fatti un serpente e mettilo sopra un'asta; chiunque sarà stato morso e lo guarderà, resterà in vita". Mosè allora fece un serpente di bronzo e lo mise sopra l'asta; quando un serpente aveva morso qualcuno, se questi guardava il serpente di bronzo, restava in vita.

### LA PAROLA AD UNO DEI SERPENTI...

Ahahahah... mi sto proprio scatenando. Gliela faccio vedere io a quelli lì; chi pensano di essere? Lo so bene che nessuno degli uomini mi guarda con simpatia. D'altra parte io morsico e sono velenoso. Però loro,



quelli del popolo di Israele, non sono stati da meno. Pensa che sono in viaggio, hanno lasciato l'Egitto dove erano schiavi e stanno andando verso una Terra che loro chiamano Promessa. Ebbene, lì nel deserto si sono impuntanti, non camminano più e si sono messi a mormorare contro il loro Dio. Motivo: preferivano essere SCHIAVI CON LA PANCIA PIENA attingendo alle pentole piene di carne e di cipolle dell'Egitto piuttosto che essere LIBERI CON LA PANCIA POCO PIENA, nutriti dalla manna che per loro era cibo leggero. Mormorare è diventato il loro modo di... morsicare e morsicavano Dio stesso, Colui che li stava liberando. Mi viene proprio una domanda da farti: ma tu vuoi essere libero davvero? E se lo vuoi... che prezzo sei disposto a pagare? Comunque, di nuovo Colui che era stato morsicato, il loro Signore, di nuovo ebbe pietà di loro e fece costruire un serpente come me, solo che era fatto di bronzo ed era innalzato. E succedeva una cosa incredibile: 3

quelli del popolo che erano stati morsi da me e dagli altri serpenti, guardando a quel serpente di bronzo innalzato, guarivano. Cioè: quel serpente innalzato era capace di neutralizzare gli effetti negativi dei nostri morsi. Non pensavo che ci fosse anche un serpente buono...

### **Preghiera** (insieme)

Signore, se penso ad un campo  
pieno di serpenti pronti a morsicarci  
mi viene l'ansia e impazzirei.

Invece al popolo di Israele  
è capitato proprio di incontrare tanti serpenti  
che si sono messi a morsicarli.

Ma... c'era un motivo:  
erano diventati loro prima dei serpenti  
che, mormorando, brontolando,  
hanno morsicato proprio Te,  
hanno gettato fango su tutto quello che  
Tu stavi facendo con loro per liberarli.

Come è possibile preferire essere schiavi con la pancia piena  
piuttosto che essere liberi con un po' di fame?

Signore, Ti chiedo perdono per quando  
capita così anche a me:

mentre Tu mi stai guidando  
verso la strada della libertà,  
io preferisco ritornare al passato,  
preferisco essere schiavo, vivere comodamente,  
piuttosto che pagare il prezzo della libertà.

Perdonami, Signore!

Tu sei sempre pronto a rifare nuova  
la Tua alleanza con noi.

Così fai innalzare il serpente di bronzo  
perché, guardandolo, il popolo di Israele possa guarire.

Signore, ci sono i serpenti che mi assaltano:  
sono i vizi che cercano di avvelenare la mia vita.

Fa' che io sappia lottare per non farmi morsi da loro.  
E fa' che, quando mi possiedono e mi avvelenano,  
io sappia guardare a Te che sei il nuovo serpente  
innalzato sul palo della croce per la nostra guarigione.  
Guariscici, Signore, liberaci!

**MARTEDÌ 29 MARZO 2022**

## **FACILI DA AFFERRARE, DIFFICILI DA MOLLARE**

Oggi preghiamo pensando ai vizi come a quei dannati serpenti che cercano di avvelenare la tua vita. Ascolta questo racconto...

**RACCONTO: L'INTERVENTO AL COBRA REALE**

Nello zoo in cui lavoravo c'era un cobra gigante, lungo quasi 4 metri, che mi pareva la personificazione del male. Aveva una cicatrice all'occhio sinistro che lo faceva sembrare cattivo e che, soprattutto, gli impediva di mutare la pelle in maniera normale. Almeno 2 volte all'anno ci chiamavano dal rettilario e ci dicevano: "Il cobra reale ha mutato pelle la scorsa settimana, ma la parte sopra l'occhio non è caduta. Sembra infetta. Potete venire a ripulirla?".

I serpenti non hanno palpebre, ma una squama trasparente sopra gli occhi che li protegge dalla sabbia e dagli oggetti estranei. Dato che la cicatrice del serpente impediva la muta normale, la parte superiore dell'occhio doveva essere tolta chirurgicamente.

Il giorno seguente arrivammo allo zoo, io e il veterinario. Il direttore del rettilario aveva il compito più delicato di afferrare il serpente che è il più letale di tutti. In tutto eravamo in cinque. Due guardiani presero posizione ai lati della porta della grande gabbia dove stava il cobra tenendo in mano delle reti sottili per uccelli. Il direttore del rettilario stava davanti alla porta e noi a fianco. Con un cenno della testa il responsabile fece aprire la porta della gabbia e subito apparve il cobra che si sollevò per fissare noi e poi scelse di attaccare il direttore facendo un balzo di una rapidità sconvolgente. Con la velocità di un lampo di guardiani lanciarono le

reti sottili sulla testa del serpente. Mentre questi lottava per liberarsi, il direttore gli afferrò saldamente il collo, proprio dietro le sacche di veleno. I guardiani agguantarono il corpo che si dimenava. La pressione era incredibile. Io e il veterinario entrammo in azione; al veterinario tremavano le mani mentre il direttore cominciava a sudare. Questi si voltò verso di me e mi chiese: “Hai tagli o graffi sulle mani?": Risposi: “No” e allora mi disse: “Prendi il pacchetto di tovaglioli di carta e



mettiti nella bocca del cobra”. Così feci; il cobra addentò violentemente i tovaglioli e la carta divenne gialla, impregnata di veleno che cominciava a gocciolare. E il direttore che teneva il cobra per il collo mi spiegò: “Sapevi che ogni anno muoiono tantissimi elefanti per il morso di un cobra? Un uomo non potrebbe mai sopravvivere se venisse morso da un cobra quando le

ghiandole sono piene di veleno. Per questo te le ho fatte svuotare. Ho le mani sudate e i crampi alle dita. Quando lascerò andare il cobra, può darsi che non riesca a farlo abbastanza velocemente. Sai: è più facile essere morsi quando si lascia andare un serpente che quando lo si afferra poiché ci si indebolisce rapidamente”. Quel giorno imparai questa lezione per la mia vita: È FACILE AFFERRARLO, È DIFFICILE MOLLARLO. Sì, ci sono tante situazioni della vita che sono dei vizi che è facile afferrare, ma è molto difficile mollare poiché diventano delle dipendenze che ci tolgono le forze.

*(L'aiutante del veterinario, Gary Richmond)*

### **Preghiera (insieme)**

Signore, che impressione fa il cobra:  
se ti morsica, il suo veleno ti fa morire in pochi minuti.

E quando bisogna catturarlo  
occorre essere tanto attenti e veloci.

Non pensavo proprio però  
che fosse più facile catturare il cobra, afferrarlo,  
piuttosto che mollarlo, lasciarlo andare.

Signore, i vizi, come serpenti velenosi,  
cercano di assalire e morsicare la mia vita.

I loro obiettivo è avvelenare la mia vita.  
Certi vizi, una volta entrati nella nostra vita, non la lasciano più  
e diventano delle vere e proprie dipendenze.

Signore, fa' che monti la guardia  
e non mi lasci sorprendere.

Fa' che non permetta ai vizi di saltarmi addosso  
e di prendere casa nella mia vita.

Ho sentito storie di persone che sono cadute  
nell'alcool oppure nella droga: sono diventati dipendenti e...  
quanta lotta hanno dovuto fare per... ritornare ad essere liberi.

Signore, fa' che io dipenda solo da Te,  
solo dal Tuo Amore e non afferri nessun vizio perché  
poi è tanto tanto difficile mollarlo.

MERCOLEDÌ 30 MARZO 2022

## LA QUARTA CORDA - LA QUARTA BESTIACCIA LA GOLA

Ed ora guardiamo da vicino alla quarta bestiaccia, alla quarta corda che cerca di renderci schiavi: LA GOLA. Guarda bene il disegno... Che cosa è la GOLA? Che cosa fa? Cerchiamo di capirlo bene...

### IL VENTRE COME DIO

Dalla lettera di san Paolo apostolo ai Filippesi (3,17-19)

Fratelli, fatevi insieme miei imitatori e guardate quelli che si comportano secondo l'esempio che avete in noi. Perché molti -



ve l'ho già detto più volte e ora, con le lacrime agli occhi, ve lo ripeto - si comportano da nemici della croce di Cristo. La loro sorte finale sarà la perdizione, il ventre è il loro dio. Si vantano di ciò di cui dovrebbero vergognarsi e non pensano che alle cose della terra.

### **Dal libro del Siracide (31,12-24)**

Sei seduto davanti a una tavola sontuosa?  
Non spalancare verso di essa la tua bocca  
e non dire: "Che abbondanza qua sopra!"  
Ricordati che è un male l'occhio cattivo.  
Che cosa è stato creato peggiore dell'occhio?  
Per questo esso lacrima davanti a tutti.  
Non tendere la mano dove un altro volge lo sguardo  
e non precipitarti sul piatto insieme con lui.  
A partire da te intendi i desideri del tuo prossimo  
e su ogni cosa rifletti.  
Mangia da uomo frugale ciò che ti è posto dinanzi,  
non masticare con voracità per non renderti odioso.  
Sii il primo a smettere per educazione,  
non essere ingordo per non incorrere nel disprezzo.  
Se siedi tra molti invitati, non essere il primo a tendere la mano.  
Per un uomo educato il poco è sufficiente;  
quando si corica non respira con affanno.  
Il sonno è salubre se lo stomaco è regolato,  
al mattino ci si alza e si è padroni di sé.  
Il tormento dell'insonnia e della nausea  
e la colica accompagnano l'uomo ingordo.  
Se sei stato forzato a eccedere nei cibi,  
alzati, va' a vomitare e ti sentirai sollevato.  
Ascoltami, figlio, e non disprezzarmi,  
alla fine troverai vere le mie parole.  
In tutte le tue opere sii diligente e nessuna  
malattia ti coglierà.  
Molti lodano chi è sontuoso nei banchetti,  
e la testimonianza della sua munificenza è  
degnata di fede.  
La città mormora di chi è tirchio nel ban-  
chetto,  
e la testimonianza della sua avarizia è  
esatta.



## Preghiera (insieme)

Signore, quella bestiaccia che è la gola  
mi assale e mi rende schiavo.

Così non mangio, ma divoro,  
non mi cibo, ma mi abbuffo...

Talvolta sono preoccupato solo di cosa mangiare  
e faccio del mio stomaco un idolo,  
dimenticando, invece,

la direzione che sta prendendo la mia vita.  
Signore, liberami dal mangiare disordinato,  
dal mangiare senza misura.

Fa' che sappia essere sempre al volante della mia vita  
per non essere posseduto dalla gola.

GIOVEDÌ 31 MARZO 2022

## LA TEMPERANZA

Al posto di quella bestiaccia che è la GOLA che ci porta a mangiare a dismisura, ecco la virtù della TEMPERANZA. Che cosa è?

È la virtù di colui che sa DOMINARE SE STESSO, è la virtù del fantino che tiene a bada un puledro scatenato.



## UN RACCONTO: NEL PAESE DI DRAGHERIA



Da tanto tempo, nel paese di Dragheria, regnava Grifagno I. In principio era stato un sovrano gentilissimo, pieno di attenzioni e di bontà nei confronti dei draghi suoi sudditi. Ma, piano piano, gli era venuta una terribile mania. Di tanto in tanto, all'ora di pranzo, i suoi unghioni, che erano re-trattili come quelli dei gatti, cominciarono a prudere in modo irresistibile. Grifagno I si mascherava in modo che nessuno lo potesse riconoscere e poi si nascondeva all'angolo di una strada buia. Sfoderava i suoi artigli e "Ohp!" si mangiava un draghetto qui e un draghetto là. Era una mania veramente terribile, ma Grifagno non riusciva proprio a resistere al prurito dei suoi unghioni. Ogni volta, dopo la vergognosa malefatta, il sovrano di Dragheria si rifugiava in un angolo buio del bosco e piangeva e si disperava: "Sono un idiota della peggiore specie! Perché ho mangiato quei draghetti che non mi avevano fatto niente? La prossima volta non lo farò più". Ma lo faceva di nuovo. Così un bel giorno, Grifagno I decise di farsi tagliare gli unghioni. Furono fabbricate delle forbici speciali (d'oro naturalmente, perché un re è sempre re) con le quali il valletto tagliava gli artigli del sovrano ogni volta che spuntavano. Cominciò un'era nuova per tutta Dragheria. Senza unghie, Grifagno I divenne vegetariano, non usciva più di notte a tendere agguati agli incauti draghetti, imparò a suonare il pianoforte e a bere solo camomilla. La gente era mai stata tanto felice. I draghetti cantavano, danzavano e giocavano per le strade fino al calar del sole e la pioggia cadeva solo di notte.

Ma, ahimè! Un sabato mattina le forbici d'oro che servivano a tagliare le unghie del re non si trovarono più. E le unghie di Grifagno I stavano crescendo quasi a vista d'occhio. Bisognava assolutamente trovarle, altrimenti... Mentre tutta la corte cercava le forbici, il primo ministro mandò il topo di biblioteca a leggere qualche storia per tenere calmo Grifagno I. Ma dopo un'ora... "Basta, topo, ne ho abbastanza!... Ho fame e poi ho uno strano prurito agli artigli...". Arrivò trafelato un valletto con 125 paia di forbici robustissime. Provò e riprovò, ma nessuna tagliava gli unghioni di sua maestà. I cuochi prepararono piatti deliziosi e tutto quello che piaceva a Grifagno I. Ma lui si guardava gli unghioni che spuntavano minacciosi e diceva: "Ahi, ah! Sento che ricomincerò. Ho voglia di un draghetto bello tenero". E gridava: "Trovate le mie forbici o papperò tutti voi!". Proprio in quel momento si spalancò la finestra e un simpatico draghetto saltò nella sala da pranzo. Tutti fecero-

ro: “Ooooooh!” a bocca aperta. Immediatamente gli unghioni di Grifagno I si sfoderarono e le sue zamponi si tesero in avanti. Ma il draghetto senza paura disse al re: “Non capisco. Sei il re e le tue unghie non ti obbediscono?”. “Tutti mi obbediscono, anche le mie unghie, quindi”, rispose seccato il re. “Allora prova a farle rientrare”. “Non ne ho voglia”, disse il re e allungò le zampe. “Vedi, ho ragione io. Le tue unghie non ti obbediscono”. “Ah sì? Guarda!”, disse il re e ritrasse gli artigli. “Bravo! Hai visto che è facile? Basta volerlo. Ora sì che sei un vero re!”, disse il simpatico draghetto.

Grifagno I riflette un attimo: “Ha ragione il piccoletto. Ma come è difficile essere re delle proprie unghie!”. Il draghetto tirò fuori dalla bisaccia le forbici d'oro e disse: “Le ho trovate, maestà, ma ora non ne hai più bisogno”. Da quel giorno il re aspettava sempre un po' prima di farsi tagliare le unghie. Le faceva rientrare dicendo: “Io sono il re delle mie unghie! Obbedite e rientrate, marsch!”. Così tutto andava bene nel paese di Dragheria.

### Preghiera (insieme)

Signore, chi è dominato dalla gola è schiavo, non è libero.  
Chi invece sa essere temperante è signore dei propri istinti.

Dammi, Signore, di allenarmi per essere temperante,  
dammi di essere “re di me stesso”,  
“re dei miei istinti”, “fantino della mia persona”.

Ciò che fa parte di me obbedisca a me  
e non ci sia nulla che mi domina.

Fa' che impari a vivere il digiuno non come disprezzo del cibo,  
ma come allenamento per imparare a mangiare,  
come disciplina del desiderio.

VENERDÌ 1 APRILE 2022

## UN EROE DELLA LIBERTÀ: JOY EZEKIEL

JOY EZEKIEL RACCONTA LA SUA VITA...

Ciao, mi chiamo Joy, di cognome Ezekiel. Prima che io nascessi, la mia famiglia abitava in un villaggio della Nigeria meridionale, in una regione molto povera in cui era difficile sopravvivere. Poi, a causa del lavoro di mio padre, la mia famiglia



si trasferì a Benin City. Mia madre sperava di cambiare l'estrema povertà in cui eravamo costretti a vivere. A Benin City vivevamo in una zona molto affollata e chiacchiosa in cui il rumore era talmente forte che non ci permetteva di dormire; inoltre le strade della città erano invase da cumuli di rifiuti che emanavano un odore nauseante. Noi bambini trascorrevamo le giornate in strada perché nessuno di noi andava a scuola; non avevamo molto da mangiare, dovevamo accontentarci di ciò che le persone

buttavano in terra di ritorno dal mercato. Poi, all'età di tre anni, ci siamo trasferiti in un altro quartiere più grande e pulito. Vicino a casa nostra c'era una chiesa evangelica pentecostale che aveva anche una scuola; la moglie del pastore, che era una maestra, mi voleva molto bene; siccome non aveva potuto avere figli aveva particolare cura di me, amava insegnarmi, tanto che, quando ci siamo nuovamente trasferiti, si è preoccupata che io potessi continuare a frequentare la scuola. Io ero una bambina sempre allegra e pronta ad aiutare tutti; quando vedevo che qualcuno aveva dei problemi cercavo di consolarlo. Non mi spiegavo da dove arrivassero queste parole, mi stupivo anche io per quanto dicevo. Sì, fin da quando ero piccola ho avvertito dentro di me la presenza di Dio e andavo nelle famiglie a raccontare il Vangelo. Dio per me era Qualcuno di cui mi fidavo, che mi voleva bene e anche io gli volevo bene. Capitava spesso che non avevamo nulla da mangiare; così andavamo a dormire soltanto con un bicchiere d'acqua perché mio padre guadagnava pochissimo. Comunque gli anni della mia infanzia e adolescenza sono stati belli. Durante la mia adolescenza andare a scuola non era semplice. Così, con delle amiche, abbiamo recuperato le divise scolastiche di alcuni ragazzi che avevano terminato gli studi e ci siamo mescolati al gruppo degli allievi delle prime classi. Quando però ci hanno scoperto siamo state picchiate e questa cosa nel corso degli anni si è ripetuta anche altre volte. Ma il mio amore per lo studio era superiore ai maltrattamenti che subivo quando venivo smascherata. Per due anni poi mio papà riuscì a pagarmi la scuola, ma alla sua morte dovetti interrompere gli studi per aiutare mia mamma e le mie sorelle nel lavoro al mercato. Negli anni successivi, per pagarmi la scuola, ho scelto di trasferirmi con un'amica a lavorare in un bar-discoteca: era un lavoro molto faticoso, ero sempre in mezzo a un frastuono che mi perforava la testa, non avevo mai un momento per rilassarmi ed avere pace.

Un giorno, all'età di 18 anni, sono rientrata a casa a trovare la mia famiglia a Benin City e lì c'era Imade, un'amica di mia sorella, che mi ha fatto una proposta che

mi avrebbe cambiato la vita: mi disse che sua mamma in Italia era alla ricerca di una persona che potesse stare con lei per farle compagnia ed in cambio lei avrebbe provveduto a farmi avere un lavoro. Cosa fare? C'era qualcosa che non mi lasciava tranquilla. Il mio lavoro al bar non mi piaceva, ma mi permetteva di aiutare la mia famiglia. Poi avevo letto che raggiungere l'Italia era molto rischioso e che durante il viaggio erano tante le persone partite che avevano subito maltrattamenti e violenze. Imade mi rassicurò dicendomi che sarei stata accompagnata nel viaggio da una persona di fiducia e che poi in Italia avrei avuto la protezione e l'aiuto di sua madre. Nonostante le mie perplessità e le mie paure, incoraggiata dal parere favorevole di mia mamma, mi decisi a partire. Pensavo che, forse, questa era veramente un'opportunità che Dio mi stava dando. Era l'11 febbraio 2016 quando partii con altre 20 persone. Con noi c'era una guida, Sunday, che inizialmente era molto gentile e si preoccupava che tutti stessimo bene. Poi però le cose cambiarono: la voce del nostro "accompagnatore" si era fatta aggressiva, dovevamo ubbidire ad ogni suo ordine. Passavamo da un mezzo di trasporto all'altro ed eravamo costretti a vivere in condizioni disumane, senza cibo, senza nemmeno poter soddisfare i nostri bisogni primari. Sentivo di non essere più padrona della mia vita. Se poi durante il viaggio mi fosse successo qualcosa, la mia famiglia non lo avrebbe nemmeno saputo. Avevamo a disposizione per tutto il viaggio solo un contenitore di acqua e un sacchetto di farina di manioca: niente di più. Viaggiavamo in condizioni terribili, ammassati e schiacciati; spesso qualcuno stava male a causa del calore del deserto e delle condizioni igieniche terribili e disumane. Quando poi arrivammo al confine tra Niger e Libia, i soldati ci perquisirono: ci hanno derubato di tutto; siamo rimasti solo con i vestiti che avevamo addosso. Ormai ero certa di essere stata tradita da Imade e di essere stata venduta da Sunday e mi chiedevo "Come avevo potuto a 22 anni cadere in un simile tranello?". Venni violentata da un mio compagno di viaggio; ero disperata, mi sentivo tradita anche da Dio. Dentro di me sentivo tanta rabbia, ma ho sempre pensato che la vendetta non era la strada da prendere. Non avevo perso la speranza, continuavo a credere che una volta arrivata in Italia tutto sarebbe cambiato. Contattai, prima di partire dalla Libia alla volta dell'Italia, la mamma di Imade per chiedere aiuto poiché non avevo più soldi, ma fu fred-



da e distaccata. Nei giorni precedenti alla partenza per l'Italia eravamo stati in un campo migranti: una cosa terribile, senza cibo, senza poterci lavare, senza riuscire a dormire. Chi cercava di scappare faceva una brutta fine. Nel mio piccolo, quando vedevo qualcuno in difficoltà, cercavo di portare una parola di consolazione e di procurare qualche medicinale. Finalmente, dopo 3 settimane, il 25 maggio, alle tre di notte, siamo partiti per l'Italia in 150 su di un'imbarcazione. Il viaggio fu terribile: ad un certo punto il nostro barcone ha avuto dei problemi al motore; quando pensavamo di non farcela, arrivò un'imbarcazione più grande sulla quale siamo stati trasferiti sani e salvi. Arrivati in Sicilia, sono stata registrata e portata nel centro di accoglienza di Bari. Mi hanno dato vestiti, cibo, la possibilità di lavarmi. Sono riuscita anche a sentire mia madre in Nigeria. Poi ho chiamato la mamma di Imade che, sempre molto fredda, mi ha solo detto che nei giorni successivi sarebbe venuta a prendermi. Così è stato. Dal primo momento in cui ho visto "madame", cioè la mamma di Imade, ho capito che non era esattamente la "seconda mamma" che mi aspettavo di trovare in Italia. Mi ha condotto all'alloggio che avrei condiviso con altre ragazze. Poi mi ha detto la verità sul lavoro che avrei dovuto fare: la prostituta cioè usare il mio corpo per guadagnare soldi e saldare il mio debito con lei che aveva pagato per permettermi di arrivare in Italia. Tutto mi è crollato addosso e mi sono sentita "morire". Un lungo e tremendo viaggio per diventare... prigioniera, in gabbia. In quel momento ho sentito forte il bisogno di rivolgermi a Dio, Gli ho parlato come ad amico, sentivo che era l'Unico al quale potevo abbandonarmi per lenire il mio senso di fallimento. Mi avevano rubato tutto: il nome, la dignità, il corpo, l'anima, la libertà, il futuro. Ero una delle migliaia di schiave, vittime della tratta, che vivono e spesso muoiono, nella generale indifferenza. Quante volte ho pensato di non tornare più a casa della mia "madame"; sapevo però che sarei stata riportata sulla strada a fare quel lavoro perché non avevo ancora estinto il mio debito. Mi chiedevo come scappare da questa situazione di schiavitù? Così arrivò il giorno in cui sono riuscita a chiedere aiuto, ho raccontato tutto quanto avevo subito ai poliziotti della Questura di Caserta. Poi mi hanno accompagnato alla comunità di Casa Rut dove ho trovato tante persone che mi hanno accolto e che, fin da subito, mi hanno fatto sentire a casa. Finalmente ho ripreso a sentirmi la Joy piena di speranza e libera che era partita da Benin City. È stato in quel momento che ho risentito forte la presenza di Dio, Lui c'è sempre stato anche quando mi è sembrato lontano o assente... I nostri tempi non sono quelli di Dio. La mia nuova vita è stata una continua rinascita, una risalita dal buio verso la luce. Ho ripreso ben presto gli studi e nelle ore libere lavoravo nella Cooperativa Sociale New Hope, una sartoria etnica. Ora sogno di laurearmi in psicolo-

gia per aiutare le persone a vivere bene con se stesse e con gli altri e a trovare uno spazio nel mondo in cui tirare fuori tutta la bellezza che hanno dentro.

### **Preghiera (insieme)**

Signore, Joy pensava di partire per l'Italia  
e finalmente trovare condizioni di vita migliori  
per realizzare i suoi sogni.

Invece si è ritrovata schiava,  
costretta a vendere il proprio corpo  
per ricavare soldi da consegnare alla sua padrona.  
Signore, tante sono oggi le ragazze che fanno la fine di Joy:  
vengono tradite e si ritrovano schiave.

Dona loro, Signore, di essere liberate  
per ritornare a coltivare i loro sogni,  
per riprendere una vita dignitosa,  
per fare della propria vita un'opera d'arte.

In particolare, Signore, Ti preghiamo per le donne:  
finisca il tempo della loro discriminazione,  
finisca il tempo della violenza su di loro,  
finisca il tempo dell'essere soggiogate dalla prepotenza maschi,  
finisca il tempo delle molestie nascoste,  
finisca il tempo dei silenzi obbligati dalla paura.  
Signore, fa' che anche noi ci ribelliamo di fronte  
all'ingiustizia, alla violenza, alla negazione dei diritti  
e a tutte le nuove forme di schiavitù.

**SABATO 2 APRILE 2022**

## **L'ARTE DI MANGIARE UMANAMENTE**

La GOLA ti porta a mangiare a dismisura e ti porta a non mangiare in maniera umana. Gli uomini non mangiano come gli ANIMALI. Gli uomini mangiano sapendo che c'è chi ha preparato da mangiare, che c'è chi

mangia con noi e passa dal consumo alla comunione, che c'è il Signore che dona il cibo e che è da ringraziare.



### **Dalla prima lettera di san Paolo apostolo ai Corinzi (11,17-22)**

Mentre vi do queste istruzioni, non posso lodarvi, perché vi riunite insieme non per il meglio, ma per il peggio. Innanzi tutto sento dire che, quando vi radunate in assemblea, vi sono divisioni tra voi, e in parte lo credo. È necessario infatti che sorgano fazioni tra voi, perché in mezzo a voi si manifestino quelli che hanno superato la prova. Quando dunque vi radunate insieme, il vostro non è più un mangiare la cena del Signore. Ciascuno infatti, quando siete a tavola, comincia a prendere il proprio pasto e così uno ha fame, l'altro è ubriaco. Non avete forse le vostre case per mangiare e per bere? O volete gettare il disprezzo sulla Chiesa di Dio e umiliare chi non ha niente? Che devo dirvi? Lodarvi? In questo non vi lodo!

### **L'ARTE DEL MANGIARE UMANO: LA COMUNIONE**

Non mangi da solo, ma con altri.

Sei alla stessa tavola. Passa dal consumo alla comunione...

### **UN RACCONTO: IL PEZZO DI LEGNO**

Sei persone, colte dal caso nel buio di una gelida nottata, su un'isola deserta, si ritrovarono ciascuna con un pezzo di legno in mano. Non c'era altra legna nell'isola persa nelle brume del mare del Nord. Al centro un piccolo fuoco moriva lentamente per mancanza di combustibile. Il freddo si faceva sempre più insopportabile.

le. La prima persona era una donna, ma un guizzo della fiamma illuminò il volto di un immigrato dalla pelle scura. La donna se ne accorse. Strinse il pugno intorno al suo pezzo di legno. Perché consumare il suo legno per scaldare uno scansafatiche venuto a rubare pane e lavoro?

L'uomo che stava al suo fianco vide uno che non era del suo partito. Mai e poi mai avrebbe sprecato il suo bel pezzo di legno per un avversario politico.

La terza persona era vestita malamente e si avvolse ancora di più nel giaccone bisunto, nascondendo il suo pezzo di legno. Il suo vicino era certamente ricco. Perché doveva usare il suo ramo per un ozioso riccone?

Il ricco sedeva pensando ai suoi beni, alle due ville, alle quattro automobili e al sostanzioso conto in banca. Le batterie del suo telefonino erano scariche, doveva conservare il suo pezzo di legno a tutti i costi e non consumarlo per quei pigri e inetti.

Il volto scuro dell'immigrato era una smorfia di vendetta nella fievole luce del fuoco ormai spento. Stringeva forte il pugno intorno al suo pezzo di legno. Sapeva bene che tutti quei bianchi lo disprezzavano. Non avrebbe mai messo il suo pezzo di legno per alimentare quel fuoco. Era arrivato il momento della vendetta.

L'ultimo membro di quel mesto gruppetto era un tipo gretto e diffidente. Non faceva nulla se non per profitto. Dare soltanto a chi dà, era il suo motto preferito. Me lo devono pagare caro questo pezzo di legno, pensava.

Li trovarono così, con i pezzi di legno stretti nei pugni, immobili nella morte per assideramento.

Non erano morti per il freddo di fuori, erano morti per il freddo di dentro. E TU CHE NE FAI DEL PEZZO DI LEGNO CHE HAI IN MANO?

Il rischio di stringerlo e tenerlo per sé è grande!

### **Preghiera (insieme)**

Signore, che brutto mangiare da soli.

Non è nemmeno umano mangiare da soli.

È bello, invece, mangiare condividendo e facendo comunione.

Il Tuo Spirito Santo soffi, Signore,

perché passiamo dal consumo alla comunione,

dal nutrirci al fare comunione,

perché a tavola mangiamo non solo il cibo preparato,  
ma anche le parole e le attenzioni che ci scambiamo.

Signore, siano le nostre tavole  
vere esperienze di condivisione e di comunione.  
Fa' che vinciamo quel "tenere per noi" il pezzo di legno,  
quel "mangiare in un cantuccio tenendo il cibo solo per noi".  
Fa' che dall'Eucarestia  
impariamo a mangiare e a vivere da fratelli.

## **L'ARTE DEL MANGIARE UMANO: LA GRATITUDINE**

Mangi perché il cibo ti è donato e c'è chi te lo prepara.

E... c'è Chi è all'origine di ogni dono.

Prova ad inserire nella tua famiglia LA PREGHIERA A TAVOLA, prima di iniziare a mangiare...

Scegline una fra queste.

**PADRE NOSTRO**  
Sii benedetto,  
Signore nostro Dio,  
che nutri i tuoi figli  
con amore di Padre;  
benedici noi e questi doni  
che stiamo per ricevere  
come segno della tua bontà  
e fa' che tutte le genti  
godano dei benefici  
della tua Provvidenza.  
Per Cristo nostro Signore.  
Amen.

**PADRE NOSTRO**  
O Dio, che provvedi  
il cibo ai tuoi figli  
con il continuo prodigio  
della creazione,  
accogli la nostra  
preghiera di lode  
e fa' che mentre  
ritempriamo il corpo,  
anche la nostra fede,  
alimentata dalla tua Parola,  
cresca sempre più  
nella ricerca del tuo Regno.  
Per Cristo nostro Signore.  
Amen.

**PADRE NOSTRO**  
Dio di infinita bontà,  
che nell'unico pane spezzato  
rendi più salda l'unità dei tuoi figli,  
benedici noi e questi tuoi doni  
e fa' che raccolti con gioia  
a questa tavola di famiglia,  
alimentiamo sempre più  
la carità fraterna.  
Per Cristo nostro Signore.  
Amen.



**PADRE NOSTRO**  
O Signore, amante della vita,  
ti benediciamo per tutte le creature  
e per questo cibo che ci doni;  
tu che nutri gli uccelli del cielo  
e vesti i gigli del campo,  
non permettere che ad alcuno dei tuoi figli  
manchi il pane quotidiano.  
Per Cristo nostro Signore. Amen.

