



FAMIGLIE per la SPIRITUALITÀ della TENEREZZA

PISA

Unità Pastorale Barbaricina – CEP - Sacro Cuore

Il Gruppo propone una riflessione sul Vangelo della domenica orientata alla vita di coppia.

La riflessione viene letta e commentata nell'incontro di preghiera che si svolge ogni venerdì sera nella chiesa di Sant'Apollinare in Barbaricina.

Prossimo incontro di preghiera: venerdì 13 marzo 2026, ore 19.00

VANGELO del 8 marzo 2026

*Dal Vangelo secondo Giovanni
(Gv 4,5-42)*

In quel tempo, Gesù giunse a una città della Samaria chiamata Sicar, vicina al terreno che Giacobbe aveva dato a Giuseppe suo figlio: qui c'era un pozzo di Giacobbe. Gesù, dunque, affaticato per il viaggio, sedeva presso il pozzo. Era circa mezzogiorno. Giunge una donna samaritana ad attingere acqua. Le dice Gesù: «Dammi da bere». I suoi discepoli erano andati in città a fare provvista di cibi. Allora la donna samaritana gli dice: «Come mai tu, che sei giudeo, chiedi da bere a me, che sono una donna samaritana?». I Giudei, infatti, non hanno rapporti con i Samaritani.

Gesù le risponde: «Se tu conoscessi il dono di Dio e chi è colui che ti dice: "Dammi da bere!", tu avresti chiesto a lui ed egli ti avrebbe dato acqua viva». Gli dice la donna: «Signore, non hai un secchio e il pozzo è profondo; da dove prendi dunque quest'acqua viva? Sei tu forse più grande del nostro padre Giacobbe, che ci diede il pozzo e ne bevve lui con i suoi figli e il suo bestiame?». Gesù le risponde: «Chiunque beve di quest'acqua avrà di nuovo sete; ma chi berrà dell'acqua che io gli darò, non avrà più sete in eterno. Anzi, l'acqua che io gli darò diventerà in lui una sorgente d'acqua che zampilla per la vita eterna». «Signore – gli dice la donna –, dammi quest'acqua, perché io non abbia più sete e non continui a venire qui ad attingere acqua». Le dice: «Va' a chiamare tuo marito e ritorna qui». Gli risponde la donna: «Io non ho marito». Le dice Gesù: «Hai detto bene: "Io non ho marito". Infatti, hai avuto cinque mariti e quello che hai ora non è tuo marito; in questo hai detto il vero».

Gli replica la donna: «Signore, vedo che tu sei un profeta! I nostri padri hanno adorato su questo monte; voi invece dite che è a Gerusalemme il luogo in cui bisogna adorare». Gesù le dice: «Credimi, donna, viene l'ora in cui né su questo monte né a Gerusalemme adorerete il Padre. Voi adorarete ciò che non conoscete, noi adoriamo ciò che conosciamo, perché la salvezza viene dai Giudei. Ma viene l'ora – ed è questa – in cui i veri adoratori adoreranno il Padre in spirito e verità: così infatti il Padre vuole che siano quelli che lo adorano. Dio è spirito, e quelli che lo adorano devono adorare in spirito e verità». Gli rispose la donna: «So che deve venire il Messia, chiamato Cristo: quando egli verrà, ci annuncerà ogni cosa». Le dice Gesù: «Sono io, che parlo con te».

In quel momento giunsero i suoi discepoli e si meravigliavano che parlasse con una donna. Nessuno tuttavia disse: «Che cosa cerchi?», o: «Di che cosa parli con lei?». La donna intanto lasciò la sua anfora, andò in città e disse alla gente: «Venite a vedere un uomo che mi ha detto tutto quello che ho fatto. Che sia lui il Cristo?». Uscirono dalla città e andavano da lui.

Intanto i discepoli lo pregavano: «Rabbì, mangia». Ma egli rispose loro: «Io ho da mangiare un cibo che voi non conoscete». E i discepoli si domandavano l'un l'altro: «Qualcuno gli ha forse portato da



FAMIGLIE per la SPIRITUALITÀ della TENEREZZA

PISA

Unità Pastorale Barbaricina – CEP - Sacro Cuore

mangiare?». Gesù disse loro: «Il mio cibo è fare la volontà di colui che mi ha mandato e compiere la sua opera. Voi non dite forse: ancora quattro mesi e poi viene la mietitura? Ecco, io vi dico: alzate i vostri occhi e guardate i campi che già biondeggiano per la mietitura. Chi miete riceve il salario e raccoglie frutto per la vita eterna, perché chi semina gioisce insieme a chi miete. In questo, infatti, si dimostra vero il proverbio: uno semina e l'altro miete. Io vi ho mandati a mietere ciò per cui non avete faticato; altri hanno faticato e voi siete subentrati nella loro fatica».

Molti Samaritani di quella città credettero in lui per la parola della donna, che testimoniava: «Mi ha detto tutto quello che ho fatto». E quando i Samaritani giunsero da lui, lo pregavano di rimanere da loro ed egli rimase là due giorni. Molti di più credettero per la sua parola e alla donna dicevano: «Non è più per i tuoi discorsi che noi crediamo, ma perché noi stessi abbiamo udito e sappiamo che questi è veramente il salvatore del mondo».

Il Vangelo dell'incontro tra Gesù e la Samaritana al pozzo offre spunti profondi per la vita familiare e matrimoniale. È una pagina che parla di relazioni, ferite, accoglienza e della sete di un amore vero che possa dissetare la vita di coppia e familiare.

La samaritana incontra Gesù al pozzo, un luogo della routine, del faticoso lavoro quotidiano (attingere acqua).

Il pozzo rappresenta il "quotidiano" della famiglia: la casa, i pasti, le preoccupazioni per i figli, il lavoro. Gesù entra proprio lì, nelle fatiche di tutti i giorni. Non cerca la famiglia "ideale", ma quella reale, stanca e talvolta prosciugata dalla routine. La famiglia è il luogo dove si attinge la vita dove la nostra sete si placa, ma a volte l'acqua finisce e la sete diventa ancora più forte.

Notiamo che Gesù chiede da bere, ma in realtà è lui a offrire "acqua viva". Gesù conosce bene la storia di questa donna che ha avuto cinque mariti e l'attuale non è suo marito. Questa sua condizione storica rappresenta la ricerca disperata di un amore, di un senso, che lei ha cercato in legami sbagliati o effimeri.

Ma Gesù non giudica la Samaritana e invece tocca la sua ferita: la "sete" di amore vero che spinge a cercare riparo in relazioni che lasciano di nuovo sete. Nella famiglia, a volte, si cerca l'uno nell'altro una "pienezza" che solo Dio può dare, trasformando il coniuge in un idolo. L'acqua viva di Gesù è l'amore che non cerca il proprio interesse, e quindi diventa capace di rinnovare l'amore coniugale e familiare.

Alla richiesta di Gesù di chiamare il marito, la donna risponde con verità: "Non ho marito". Gesù accoglie questa verità e le svela la sua storia, offrendole una prospettiva molto diversa, una prospettiva evangelica.

L'incontro con il Vangelo richiede di portare alla luce le verità scomode delle nostre famiglie: le incomprensioni, i divorzi, le nuove unioni, le mancanze di perdono. Gesù non condanna la "storia complicata" della samaritana, ma entra in essa per risanarla. È un invito rivolto a tutti gli sposi a



FAMIGLIE per la SPIRITUALITÀ della TENEREZZA

PISA

Unità Pastorale Barbaricina – CEP - Sacro Cuore

guardarsi in famiglia con verità, superando i giudizi, per lasciarsi guarire dal Signore. In questo passo del vangelo Gesù è il maestro di eccellenza per noi sposi dell'ascolto attivo che è quella modalità di comunicazione in cui l'altro si sente realmente visto, sentito e accolto. Non è solo ascoltare le parole, ma è entrare in relazione con tutto ciò che l'altro è, compresi i suoi bisogni emotivi e le sue ferite.

Gesù non si limita ad ascoltare il racconto superficiale della Samaritana. Va più in profondità, senza invadere. Le restituisce con delicatezza ciò che intuisce: le sue fatiche, le sue relazioni fallite, la sua solitudine. Da una parte accoglienza, empatia, protezione; dall'altra chiarezza, rispetto dei dati di realtà, comunicazione autentica.

Spesso noi sposi ci troviamo a oscillare tra due estremi: dire la verità senza preoccuparci dell'altro, o al contrario accogliere l'altro senza mai avere il coraggio di dire la verità. Gesù ci insegna un equilibrio perfetto: dire la verità in modo accogliente. È la sintesi dell'ascolto attivo: non negare ciò che è, ma comunicarlo in modo che l'altro possa sentirsi amato e non distrutto.

Infatti, a questo punto la donna "lasciò la sua anfora, andò in città...". Questo gesto simbolico indica che lei ha trovato in Gesù una pienezza tale da non aver più bisogno di cercare acqua in quel modo e di non essere più dipendente da quel tipo di sete. E "Lasciare l'anfora" significa non dipendere più dai falsi bisogni, dalle abitudini stanche o dalle ricerche di felicità materiali. I coniugi e la loro famiglia sono chiamati a non lasciare che le preoccupazioni materiali (l'anfora) soffochino la gioia della fede. Il desiderio di condividere la gioia dell'incontro con Gesù diventa più forte della necessità di "portare acqua".

La samaritana diventa testimone: corre in città e dice: "Venite a vedere un uomo che mi ha detto tutto quello che ho fatto". Sì, perché una famiglia che incontra Gesù non tiene questa gioia per sé, ma diventa "missionaria". La testimonianza più bella non è una teoria, ma dire "venite a vedere" come il Signore ha salvato la nostra storia, ha risanato i nostri rapporti, ha unito ciò che era diviso. La famiglia, come la samaritana, diventa testimone di gioia e speranza per la comunità. E questa samaritana ci fa vedere che il Signore incontra le nostre famiglie tutte le volte che ci sentiamo assetati, e che la vera acqua viva è la presenza di Cristo che trasforma il pozzo del quotidiano in una fonte di vita eterna e di reciproco amore.

Impegno della settimana: cerchiamo di essere attenti quando vediamo il nostro coniuge lasciarsi prendere da una situazione che rischia di allontanarlo dalla sorgente viva di Cristo