

ITINERARIO CON GLI ADOLESCENTI
IL TEMPO DELLA METAMORFOSI

DIOCESI DI MONDOVI
pastorale giovanile - centro vocazioni
ufficio catechistico

VOGLIA DI VIVERE

SUSSIDIO PER ANIMATORI

PRESENTAZIONE

Queste pagine vogliono **aiutare gli educatori-animatori a stimolare e orientare il cammino esistenziale degli adolescenti (14-18enni)** per condurli a testimoniare Gesù Cristo, Signore della vita, e il suo amore per gli uomini. L'itinerario fa riferimento al Catechismo dei Giovani/1 "Io ho scelto voi" della Conferenza Episcopale Italiana.

Si è pensato di percorrere **questo cammino formativo per giovanissimi in un arco di quattro anni**, toccando le aree esistenziali più vicine ai destinatari (la relazione con se stessi, il rapporto con gli altri, la presenza nel mondo, la chiamata ad amare):

- primo anno: **"VOGLIA DI VIVERE"**
- secondo anno: **"INSIEME AGLI ALTRI"**
- terzo anno **"NEL MONDO"**
- quarto anno **"PER AMARE"**.

L'itinerario completo – di quattro anni – **fa riferimento alla VITA.**

- ✓ La vita è un CAMMINO bello e insieme faticoso, con momenti di gioia e momenti di sofferenza. Un cammino non verso la morte ma verso la pienezza della vita.
- ✓ È un cammino INTELLIGENTE comporta sapiente orientamento verso la mèta e scelta motivata delle strade da percorrere, delle tappe da fare, delle cadenze da dare alla marcia, dei compagni di viaggio e dell'eventuale guida. Ma soprattutto il cammino della vita esige fiducia, entusiasmo e coraggio, insieme a realismo, lealtà e spirito di sacrificio. È sostenuto dalla fede, dalla speranza e dall'amore.
- ✓ È un'AVVENTURA: niente in esso è scontato; per questo richiede duttilità, fantasia, creatività e richiede revisione seria e permanente. È dunque un procedere non garantito, ma neppure spregiudicato e pazzo; non matematicamente calcolato e rigidamente programmato, ma aperto alla sorpresa, all'imprevisto e al rischio. Nel segno del gioioso stupore e della trepidazione si pone come esperienza viva, profondamente partecipata, assolutamente originale, unica.
- ✓ È pienamente PERSONALE ma non individualistico: ammette compagni di viaggio e guide; anzi li esige. Tutto però nel rispetto e nella valorizzazione massima della persona, orientando ogni cosa al suo servizio. Questi compagni di viaggio e queste guide, visibili e non visibili, sono depositari e dispensatori di preziosi messaggi ed esperienze, testimoni della verità e della vita.
- ✓ È da vivere IN COMPAGNIA DI GESÙ CRISTO, guida pienamente affidabile. Egli è l'*Uomo* che manifesta pienamente chi è l'uomo ed è il *Figlio di Dio* che viene a conformare l'uomo a-somiglianza-di-Dio mediante l'azione dello Spirito Santo.
- ✓ La vita nasce da un atto di amore e si realizza IMMERGENDOCI NELLA RELAZIONE D'AMORE che il Signore ha iniziato con noi.
- ✓ Scopo di questo "itinerario di fede" è propriamente quello di aiutare l'adolescente ad **acquisire consapevolezza dell'Amore con il quale Dio si prende cura di lui** (e di ogni uomo) *dal primo vagito all'ultimo respiro* e a **vivere una buona relazione filiale con Dio Padre e fraterna con gli uomini.**

Questo itinerario è autonomo e può, perciò, essere seguito nella sua interezza dagli animatori dei gruppi parrocchiali, ma può anche essere ripreso e rielaborato creativamente in base alle loro esigenze. Di anno in anno, la Pastorale Giovanile Diocesana avrà cura di produrre un libretto con l'illustrazione del tema annuale e alcuni suggerimenti per collegare le attività qui proposte con il tema prescelto, così da camminare, per quanto possibile, in una stessa direzione. Invitiamo comunque tutti gli animatori a liberare la loro fantasia e a sfruttare questo sussidio come un punto di partenza per costruire percorsi personalizzati e adatti alla specifica realtà delle loro parrocchie o unità pastorali.

don Pucci S., Simone M., don Marco G. e don GCarlo C.

N.B.

Per l'anno pastorale 2016-2017 questo sussidio è l'unico già disponibile.

Sul libretto della Pastorale Giovanile "Lascia la tua impronta!" si possono trovare i collegamenti tra le attività proposte in questo volume e l'itinerario annuale diocesano.

1° incontro DI FRONTE ALLA VITA

OBIETTIVO

Gli animatori accompagnano i giovanissimi a confrontarsi con **sensazioni, atteggiamenti e valutazioni di persone che vivono la quotidianità** nei diversi ambienti (scuola, casa, parrocchia, amici...). E aiutano i giovanissimi ad **ascoltare e a raccontare le proprie sensazioni, i propri atteggiamenti e le proprie valutazioni** che nascono dalla vita di tutti i giorni.

L'obiettivo è quello di **rendere consapevoli i giovanissimi di come – loro stessi – si pongono (e si potrebbero porre) di fronte alla "VITA"**.

Il materiale preparato in questa scheda è appositamente abbondante, per consentire agli animatori l'eventuale possibilità di "spalmarlo" in due incontri di gruppo.

CI GUARDIAMO INTORNO

- o **Gli animatori fanno leggere alcune TESTIMONIANZE di adolescenti** (distribuire il testo a ciascuno, vedi ALLEGATO 1):

❖ **La lettera di Jessica**

"È il primo anno che le materie scolastiche mi interessano. Penso di sapere il perché... è da un po' di settimane che mi sento più libera dentro. Prima ero sempre impedita, bloccata da un malessere che mi opprimeva. In questi ultimi due mesi è scattata una maggior fiducia in me stessa... Sento di poter vivere la scuola e non più subirla come prima..."

Mi stimo di più, grazie anche ad alcuni professori che hanno saputo ascoltarmi quando ero in crisi e capirmi..."

Anche la scuola la puoi sentire importante... anche le giornate incominci a viverle in modo diverso, più felice, se trovi qualcuno che si occupa di te, che ti tratta da persona e non ti usa come uno straccio..."

❖ **La lettera di Luca**

"Uffà che stress! Ho partecipato al gruppo in oratorio: soliti discorsi del c...! Per essere buoni animatori con i più piccoli bisogna dare buon esempio, essere persone motivate, essere disponibili... bla, bla, bla."

Ma chi se ne frega! Io vado in oratorio così come mi sento e finché ne ho voglia: quando mi scapperà del tutto la voglia andrò per i fatti miei. Io non devo niente a nessuno!..."

La vita è mia e me la voglio vivere come piace a me: io lascio gli altri liberi di fare quello che vogliono, ma pretendo che lascino libero anche me di fare ciò che voglio..."

❖ **La lettera di Valeria**

"Mi sono chiesta molte volte perché stavo ancora qui... Alzarmi, andare a scuola, uscire di casa con le amiche, stare davanti al computer, buttarmi sul letto a piangere, andare a dormire e sognare a occhi aperti... Ero come morta, come uno zombi che si trascina da un'esperienza all'altra..."

Poi, un bel giorno, mi sono trovata improvvisamente in un ambiente nuovo, dove le persone erano vere e contente di stare lì insieme ad altre persone..."

Ci torno spesso in questo gruppo: parliamo di noi, riflettiamo su tutto e diciamo le nostre impressioni... Dopo un anno che frequento quell'ambiente sono diversa, sono cambiata e sto meglio: ho voglia di stare con gli altri, sono contenta della vita, cantiamo, giochiamo, aiutiamo anche altre persone... mi sento viva e felice".

- Dopo aver letto le lettere di Jessica, Luca e Valeria, **gli animatori stimolano la CONDIVISIONE nel gruppo con queste – o altre – domande:**
 - «Abbiamo letto queste tre testimonianze di giovanissimi (Jessica, Luca e Valeria): **tu in cosa somigli loro e in cosa ti differenzi?**».
 - «Questi tre giovani come ti sembrano: **ottimisti o pessimisti? E tu**, quando ti metti di fronte alla vita, sei ottimista o pessimista?»...
- **Gli animatori possono scegliere** - sul tema "Stare di fronte alla vita" - **una CANZONE moderna**, conosciuta dai giovanissimi, e farla ascoltare in gruppo.
Dopo aver letto la canzone, **gli animatori stimolano una condivisione tra i giovanissimi sul testo stesso...**

ASCOLTIAMO IL SIGNORE

- Gli animatori propongono al gruppo di **ascoltare la testimonianza del VANGELO per scoprire come Gesù si pone - e invita a porsi - "di fronte alla vita"**.
«Gesù - quando si pone di fronte alla vita - è ottimista o pessimista?».

Per rispondere alla domanda, gli animatori invitano i giovanissimi ad ascoltare **una riflessione di Gesù**, che ci aiuta a capire come Egli si pone di fronte alla vita di ogni giorno (vedi ALLEGATO 2 da distribuire a ogni componente del gruppo):

«Io vi dico: non preoccupatevi per la vostra vita, di quello che mangerete o berrete, né per il vostro corpo, di quello che indosserete; la vita non vale forse più del cibo e il corpo più del vestito?»

Guardate gli uccelli del cielo: non seminano e non mietono, né raccolgono nei granai; eppure il Padre vostro celeste li nutre. Non valete forse più di loro?...

E per il vestito, perché vi preoccupate? Osservate come crescono i gigli del campo: non faticano e non filano. Eppure io vi dico che neanche Salomone, con tutta la sua gloria, vestiva come uno di loro.

Ora, se Dio veste così l'erba del campo, che oggi c'è e domani si getta nel forno, non farà molto di più per voi, gente di poca fede?»

Non preoccupatevi dunque dicendo: Che cosa mangeremo? Che cosa berremo? Che cosa indosseremo?... Il Padre vostro celeste, infatti, sa che ne avete bisogno».

(Vangelo secondo Matteo 6,25-32)

- **Gli animatori orientano la RIFLESSIONE** partendo da questo brano del Vangelo:
 - **«Gesù come invita l'uomo a porsi di fronte alla vita e alle sue occupazioni?»**
...*«Non preoccupatevi»*...
 - **«Perché Gesù invita a non preoccuparsi? Qual è il "motivo" che spinge Gesù a dire agli uomini "non preoccupatevi" della vita e delle sue vicende liete o tristi?»**
...il motivo è dato dal fatto che esiste un Dio che è *Padre provvidente* nei confronti dell'uomo e sa ciò di cui ha bisogno l'uomo...
«Ma come si fa a sapere che esiste un Dio che si prende cura dell'uomo?»
...Gesù dice che è sufficiente *"guardare gli uccelli del cielo"* e *"osservare come crescono i gigli del campo"* e si capisce che esiste un Dio che *si prende cura* e *si prende a cuore* perfino le sue creature più piccole!... Se Dio provvede a queste creature più piccole, vuoi che non provveda a te che sei la sua *meraviglia*, il suo *figlio tanto amato*...
 - **«Gesù è ottimista o pessimista di fronte alla vita?»**... **«Perché?»**...

DECIDIAMO INSIEME

- Ora gli animatori possono **insegnare “LA STRADA DELLA GIOIA” facendo questo esperimento:**

mettono davanti al gruppo **un grande foglio bianco**
con **una macchia nera al centro.**

Si rivolgono ai giovanissimi e domandano:

«Che cosa vedete?»... (o la macchia o il foglio)...

Poi domandano ancora:

«In genere la gente di fronte a questo foglio che cosa vede?»... (la macchia nera!)...

Capite la differenza che c'è tra la “strada della tristezza” e la “strada della gioia”?

Molta gente vede soltanto la piccola macchia nera

e non vede il grande e stupendo foglio bianco che è LA VITA!

«DECIDIAMO INSIEME

- per una settimana -

di prestare più attenzione al “foglio bianco” (=la vita!)

meno attenzione alla “macchia nera” (= i problemi e... le paturnie!)?»

- Gli animatori ricordano che **il prossimo incontro ci si confronterà insieme sulla riuscita o meno di questo impegno.**

PREGHIAMO

- Si può eseguire **insieme il CANTO “Vivere la vita”** (o un altro canto conosciuto).
- **Si legge insieme questa PREGHIERA di supplica: “Quando sono a terra...”** (distribuirla a ogni giovanissimo, vedi ALLEGATO 3):

Signore,

ho il cuore che perde i giri,

il cervello che non carbura bene,

le braccia grippate.

Sono proprio a terra!

Per questo sono qui:

perché ho bisogno di Te!

Lubrificami con l'olio del tuo Spirito

perché senta il tuo amore per me.

Ricaricami la batteria con la forza della tua parola

perché riprenda a correre sulla strada della vita.

Fammi il pieno di Te,

che sei gioia infinita,

che sei vita traboccante,

che sei tenerezza travolgente,

che sei... “cotto” di me!

allegato 1 - TESTIMONIANZE di adolescenti

(stampare e distribuire ai giovanissimi)

❖ **La lettera di Jessica**

“È il primo anno che le materie scolastiche mi interessano. Penso di sapere il perché... è da un po' di settimane che mi sento più libera dentro. Prima ero sempre impedita, bloccata da un malessere che mi opprimeva. In questi ultimi due mesi è scattata una maggior fiducia in me stessa... Sento di poter vivere la scuola e non più subirla come prima...”

Mi stimo di più, grazie anche ad alcuni professori che hanno saputo ascoltarmi quando ero in crisi e capirmi...

Anche la scuola la puoi sentire importante... anche le giornate incominci a viverle in modo diverso, più felice, se trovi qualcuno che si occupa di te, che ti tratta da persona e non ti usa come uno straccio...”

❖ **La lettera di Luca**

“Uffà che stress! Ho partecipato al gruppo in oratorio: soliti discorsi del c...! Per essere buoni animatori con i più piccoli bisogna dare buon esempio, essere persone motivate, essere disponibili... bla, bla, bla.

Ma chi se ne frega! Io vado in oratorio così come mi sento e finché ne ho voglia: quando mi scapperà del tutto la voglia andrò per i fatti miei. Io non devo niente a nessuno!...”

La vita è mia e me la voglio vivere come piace a me: io lascio gli altri liberi di fare quello che vogliono, ma pretendo che lascino libero anche me di fare ciò che voglio...”

❖ **La lettera di Valeria**

“Mi sono chiesta molte volte perché stavo ancora qui... Alzarmi, andare a scuola, uscire di casa con le amiche, stare davanti al computer, buttarmi sul letto a piangere, andare a dormire e sognare a occhi aperti... Ero come morta, come uno zombi che si trascina da un'esperienza all'altra...”

Poi, un bel giorno, mi sono trovata improvvisamente in un ambiente nuovo, dove le persone erano vere e contente di stare lì insieme ad altre persone...

Ci torno spesso in questo gruppo: parliamo di noi, riflettiamo su tutto e diciamo le nostre impressioni...

Dopo un anno che frequento quell'ambiente sono diversa, sono cambiata e sto meglio: ho voglia di stare con gli altri, sono contenta della vita, cantiamo, giochiamo, aiutiamo anche altre persone... mi sento viva e felice”.

❖ **La lettera di Jessica**

“È il primo anno che le materie scolastiche mi interessano. Penso di sapere il perché... è da un po' di settimane che mi sento più libera dentro. Prima ero sempre impedita, bloccata da un malessere che mi opprimeva. In questi ultimi due mesi è scattata una maggior fiducia in me stessa... Sento di poter vivere la scuola e non più subirla come prima...”

Mi stimo di più, grazie anche ad alcuni professori che hanno saputo ascoltarmi quando ero in crisi e capirmi...

Anche la scuola la puoi sentire importante... anche le giornate incominci a viverle in modo diverso, più felice, se trovi qualcuno che si occupa di te, che ti tratta da persona e non ti usa come uno straccio...”

❖ **La lettera di Luca**

“Uffà che stress! Ho partecipato al gruppo in oratorio: soliti discorsi del c...! Per essere buoni animatori con i più piccoli bisogna dare buon esempio, essere persone motivate, essere disponibili... bla, bla, bla.

Ma chi se ne frega! Io vado in oratorio così come mi sento e finché ne ho voglia: quando mi scapperà del tutto la voglia andrò per i fatti miei. Io non devo niente a nessuno!...”

La vita è mia e me la voglio vivere come piace a me: io lascio gli altri liberi di fare quello che vogliono, ma pretendo che lascino libero anche me di fare ciò che voglio...”

❖ **La lettera di Valeria**

“Mi sono chiesta molte volte perché stavo ancora qui... Alzarmi, andare a scuola, uscire di casa con le amiche, stare davanti al computer, buttarmi sul letto a piangere, andare a dormire e sognare a occhi aperti... Ero come morta, come uno zombi che si trascina da un'esperienza all'altra...”

Poi, un bel giorno, mi sono trovata improvvisamente in un ambiente nuovo, dove le persone erano vere e contente di stare lì insieme ad altre persone...

Ci torno spesso in questo gruppo: parliamo di noi, riflettiamo su tutto e diciamo le nostre impressioni...

Dopo un anno che frequento quell'ambiente sono diversa, sono cambiata e sto meglio: ho voglia di stare con gli altri, sono contenta della vita, cantiamo, giochiamo, aiutiamo anche altre persone... mi sento viva e felice”.

allegato 2 - IL VANGELO: Come porsi di fronte alla vita?

(stampare e distribuire ai giovanissimi)

“Io vi dico: non preoccupatevi per la vostra vita, di quello che mangerete o berrete, né per il vostro corpo, di quello che indosserete; la vita non vale forse più del cibo e il corpo più del vestito? Guardate gli uccelli del cielo: non seminano e non mietono, né raccolgono nei granai; eppure il Padre vostro celeste li nutre. Voi non valete forse più di loro?... E per il vestito, perché vi preoccupate?. Osservate come crescono i gigli del campo: non faticano e non filano. Eppure io vi dico che neanche Salomone, con tutta la sua gloria, vestiva come uno di loro. Ora, se Dio veste così l'erba del campo, che oggi c'è e domani si getta nel forno, non farà molto di più per voi, gente di poca fede?. Non preoccupatevi dunque dicendo: Che cosa mangeremo? Che cosa berremo? Che cosa indosseremo?... Il Padre vostro celeste, infatti, sa che ne avete bisogno.”

(Vangelo secondo Matteo 6,25-32)

“Io vi dico: non preoccupatevi per la vostra vita, di quello che mangerete o berrete, né per il vostro corpo, di quello che indosserete; la vita non vale forse più del cibo e il corpo più del vestito? Guardate gli uccelli del cielo: non seminano e non mietono, né raccolgono nei granai; eppure il Padre vostro celeste li nutre. Voi non valete forse più di loro?... E per il vestito, perché vi preoccupate?. Osservate come crescono i gigli del campo: non faticano e non filano. Eppure io vi dico che neanche Salomone, con tutta la sua gloria, vestiva come uno di loro. Ora, se Dio veste così l'erba del campo, che oggi c'è e domani si getta nel forno, non farà molto di più per voi, gente di poca fede?. Non preoccupatevi dunque dicendo: Che cosa mangeremo? Che cosa berremo? Che cosa indosseremo?... Il Padre vostro celeste, infatti, sa che ne avete bisogno.”

(Vangelo secondo Matteo 6,25-32)

“Io vi dico: non preoccupatevi per la vostra vita, di quello che mangerete o berrete, né per il vostro corpo, di quello che indosserete; la vita non vale forse più del cibo e il corpo più del vestito? Guardate gli uccelli del cielo: non seminano e non mietono, né raccolgono nei granai; eppure il Padre vostro celeste li nutre. Voi non valete forse più di loro?... E per il vestito, perché vi preoccupate?. Osservate come crescono i gigli del campo: non faticano e non filano. Eppure io vi dico che neanche Salomone, con tutta la sua gloria, vestiva come uno di loro. Ora, se Dio veste così l'erba del campo, che oggi c'è e domani si getta nel forno, non farà molto di più per voi, gente di poca fede?. Non preoccupatevi dunque dicendo: Che cosa mangeremo? Che cosa berremo? Che cosa indosseremo?... Il Padre vostro celeste, infatti, sa che ne avete bisogno.”

(Vangelo secondo Matteo 6,25-32)

allegato 3 - LA PREGHIERA: "Quando sono a terra" (stampare e distribuire ai giovanissimi)

QUANDO SONO A TERRA

Signore,
 ho il cuore che perde i giri,
 il cervello che non carbura bene,
 le braccia grippate.
 Sono proprio a terra!
 Per questo sono qui:
 perché ho bisogno di Te!
 Lubrificami con l'olio del tuo Spirito
 perché senta il tuo amore per me.
 Ricaricami la batteria
 con la forza della tua parola
 perché riprenda a correre
 sulla strada della vita.
 Fammi il pieno di Te,
 che sei gioia infinita,
 che sei vita traboccante,
 che sei tenerezza travolgente,
 che sei... "cotto" di me!

QUANDO SONO A TERRA

Signore,
 ho il cuore che perde i giri,
 il cervello che non carbura bene,
 le braccia grippate.
 Sono proprio a terra!
 Per questo sono qui:
 perché ho bisogno di Te!
 Lubrificami con l'olio del tuo Spirito
 perché senta il tuo amore per me.
 Ricaricami la batteria
 con la forza della tua parola
 perché riprenda a correre
 sulla strada della vita.
 Fammi il pieno di Te,
 che sei gioia infinita,
 che sei vita traboccante,
 che sei tenerezza travolgente,
 che sei... "cotto" di me!

QUANDO SONO A TERRA

Signore,
 ho il cuore che perde i giri,
 il cervello che non carbura bene,
 le braccia grippate.
 Sono proprio a terra!
 Per questo sono qui:
 perché ho bisogno di Te!
 Lubrificami con l'olio del tuo Spirito
 perché senta il tuo amore per me.
 Ricaricami la batteria
 con la forza della tua parola
 perché riprenda a correre
 sulla strada della vita.
 Fammi il pieno di Te,
 che sei gioia infinita,
 che sei vita traboccante,
 che sei tenerezza travolgente,
 che sei... "cotto" di me!

QUANDO SONO A TERRA

Signore,
 ho il cuore che perde i giri,
 il cervello che non carbura bene,
 le braccia grippate.
 Sono proprio a terra!
 Per questo sono qui:
 perché ho bisogno di Te!
 Lubrificami con l'olio del tuo Spirito
 perché senta il tuo amore per me.
 Ricaricami la batteria
 con la forza della tua parola
 perché riprenda a correre
 sulla strada della vita.
 Fammi il pieno di Te,
 che sei gioia infinita,
 che sei vita traboccante,
 che sei tenerezza travolgente,
 che sei... "cotto" di me!

2° incontro

LE TUE EMOZIONI COLORANO LA VITA

OBIETTIVO

Le emozioni danno colore alla vita: senza di esse la nostra esistenza sarebbe grigia, monotona. Capire qualcosa di più del nostro mondo emotivo significa comprendere meglio noi stessi. Ogni emozione è importante: se impariamo a utilizzarla bene - senza lasciarci travolgere - essa, come un'onda, ci muoverà, ci trasporterà e ci permetterà di navigare nel mare della vita.

Gli animatori guidano i giovanissimi a **entrare in contatto con il proprio "mondo emotivo"** e a **diventare consapevoli dell'importanza di gestire bene le proprie EMOZIONI** per non finire con l'essere travolti e sbattuti da esse un po' qui e un po' là..

Il materiale contenuto in questa scheda è appositamente abbondante e ulizzabile per due incontri di gruppo.

CI GUARDIAMO INTORNO

- o **Gli animatori** dividono i giovanissimi a coppie - oppure a gruppetti di tre persone -, gli danno un foglietto e una biro; poi **prendono un cartellone e al centro scrivono** una parola in stampatello: **"EMOZIONI"**. A questo punto chiedono ai giovanissimi di **scrivere immediatamente sul foglietto (senza pensarci troppo su) le prime parole che vengono loro in mente sentendo la parola "emozioni"**... Terminato di scrivere le parole, il gruppo si ritrova insieme per **condividere quello che è emerso...** È importante prestare attenzione alle parole che vengono ripetute di più...
- o Gli animatori invitano ad ascoltare **alcune TESTIMONIANZE di giovanissimi** (vedi ALLEGATO 1a da distribuire a ciascuno) che raccontano il vissuto delle proprie emozioni in particolari contesti di vita (è importante evitare una discussione sull'innamoramento o sui giochi pericolosi, che porterebbe lontano dall'obiettivo... Bisogna invece concentrare l'attenzione e la riflessione sulle dinamiche emotive che vivono Tipa e Ciro)...

❖ **La storia di Tipa**

"Ho continuato a guardarlo per tutta la mattinata... non riesco proprio più a staccargli gli occhi di dosso... Mi piace un casino! Vorrei gridargli: «A l e s s i o s e i m i o !»...

Fino all'altro giorno sfottevo le mie amiche perché si sono prese tutte una cotta mentre io mi sono salvata; dicevo loro che è meglio girare al largo dai maschi: sono tutti uguali...! Se arriverà il giorno anche per me, sarà lui a venire a cercarmi e a supplicarmi in ginocchio di uscire. Allora vedrò come gestire la situazione... Io non mi faccio infinocchiare come le mie amiche che alla prima emozione hanno gli ormoni che partono in picchiata fino a sfracellarsi contro un maschio...

Io so gestirmi... a me non mi frega nessuno!

Così pensavo fino a ieri. E oggi ci sto cascando anch'io come una pera cotta!...

Perché non riesco più a gestirmi le emozioni come prima? Sto diventando anch'io una femminuccia dall'emozione facile... È proprio una malattia contagiosa che fa anche star male".

❖ **La storia di Ciro raccontata da Valery**

"Ciro ha da poco compiuto 18 anni. Per i suoi amici è il più coraggioso del gruppo, eppure nella storia che mi racconta di sé non intravedo nulla di coraggioso: non il coraggio di studiare, non quello d'innamorarsi, non quello di credere in qualcosa; sentendolo parlare mi sembra un ragazzo vuoto, insignificante e immaturo; mi chiedo come è possibile che nella sua comitiva sia un leader.

E' sera, in un angolo di provincia un po' isolato, dove si aspetta mezzanotte per andare in discoteca; uno propone di andare a prendere un gelato in un bar poco distante che si può raggiungere a piedi,



ma la proposta risulta banale e tutti ne ridono, lo sfontano...

Per *Ciro*, io sono un'attrazione... Mi racconta con piglio orgoglioso quello che succederà più tardi, sulla statale che congiunge il posto dove siamo a Ferrara. Questo sabato sera tocca a lui... Ogni sabato sera, a turno, quei ragazzi giocano con la vita alla roulette russa, attraversando in perpendicolare al senso di marcia la strada statale, alla ricerca di un'emozione che dia senso alla loro vita, facendogliela perdere... Guardo *Ciro* tentando di strappargli una verità, una cosa che davvero sia sua, al di là delle maschere che usa con me come con tanti altri per tentare di sentirsi interessante. Gli chiedo se è innamorato di qualcuno; mi risponde di no, ma abbassa gli occhi... Peccato si vergogni dell'unica emozione sana che lo aiuterebbe a crescere!".

- o **Dopo aver letto le due storie di Tipa e *Ciro*, gli animatori stimolano la CONDIVISIONE nel gruppo** con queste o altre domande:
 - «Abbiamo letto queste due storie di giovanissimi, **cosa vi ha colpito di più?**».
 - «In quale di queste due storie **vi ritrovate di più?**»
 - «**Cosa condividete** di Tipa e di *Ciro*? E **cosa contestate** loro?»
 - «Se tu avessi la possibilità di **cambiare il finale** di queste due storie, cosa inventeresti?»
 - «Ti consideri una persona che si lascia trascinare dalle proprie emozioni?»
 - «Quando nella tua giornata devi fare una scelta, il criterio "mi piace/non mi piace" quanto ti condiziona (poco, molto, moltissimo)?»...
- o **Gli animatori scelgono una CANZONE** (o due canzoni di autori diversi) conosciuta dal gruppo **che affronta il tema delle "emozioni"**, fotocopianano il testo e lo distribuiscono a ciascun adolescente. Poi **si legge insieme e ci si confronta**...
- o Successivamente gli animatori – se lo ritengono opportuno - possono **accostare il gruppo a questi due STUDI di specialisti**, che fanno riferimento al **"mondo delle emozioni nell'età dell'adolescenza"** (vedi **ALLEGATO 1b** da distribuire a tutti):

❖ **lo psichiatra Vittorino Andreoli**, che per anni ha studiato molti casi di giovani italiani protagonisti di omicidi sanguinosi, afferma:

"Senza stimoli sensoriali un giovane d'oggi perde coscienza, come se non esistesse... Basta poco per stimolare i giovani, ma lo stimolo è sempre esterno, come per un cane da guardia in perfetto stato di difesa al primo rumore. La vita nel giovane d'oggi non è mai elaborazione mentale, ma sempre movimento, risposta a emozioni e sensazioni...

Il futuro non viene percepito e non può fare paura... Lo stile di vita giovanile si avvicina a quello che scriveva Plinio il Giovane, descrivendo alcune persone della sua epoca: «Coloro che, dediti ai piaceri, vivono - per così dire - alla giornata ed esauriscono ogni giorno le motivazioni della vita». Quando la vita è ridotta a sensazioni, muore al cessare di ogni stimolo...

I giovani d'oggi semplicemente consumano una vita senza attività di pensiero. Solo gli stimoli muovono il corpo e accendono le emozioni: paura, simpatia, rabbia. Non appena si spegne la sensazione, tutto finisce

(V.Andreoli, GIOVANI, Rizzoli, Milano 1995, pp.60-61)

❖ **lo psicoterapeuta Luciano Cian**, che ha lavorato a contatto con gli adolescenti per molti anni, dice:

"L'emozione è una reazione affettiva particolarmente intensa, ma transitoria e immediata, che ha origine da stimoli percepiti in modo intenso..."

Le emozioni sono legate ai bisogni fondamentali della persona: bisogno di sicurezza, di protezione, di amore, di autonomia. A questi bisogni sono legate le reazioni di paura, collera, gioia, piacere, dispiacere, tristezza, sorpresa...

Le emozioni si possono individuare perché si esprimono anche visibilmente con una serie di effetti esteriori, che assumono le forme: dello smarrimento, della sorpresa, dell'enormità, della novità, dell'irregolarità. Le principali emozioni studiate sono: di stupore, di gioia, di tristezza, di paura, di rabbia.

Le emozioni sono molto importanti per il comportamento: quelle piacevoli vengono ripetute e apprese, mentre quelle spiacevoli tendono ad essere dimenticate...

L'adolescente è capace di gesti anche eroici; spesso è un vile che si ritira di fronte a un impegno che chiede coerenza. È capace di affermarsi rischiando anche la reputazione; a volte è incapace di mantenere una parola data a un amico o di prestare le proprie energie per un servizio che chiede un po' di gratuità. Insomma, la sua realtà interiore assomiglia ad un torrente tempestoso e selvaggio, ricco di risorse energetiche ma impulsive, che attendono di essere canalizzate, sostenute, rese utili da un clima di ottimismo, di pazienza, di rettitudine, di ascolto e dialogo, di ragionevolezza e molto amore.

L'adolescente ha bisogno di avere vicino educatori capaci a far emergere i suoi bisogni profondi, le domande irresistibili che toccano il cuore della vita profonda." (L.Cian, CAMMINO VERSO LA MATURITÀ E L'ARMONIA, elledici, Torino 1986, pp.194-195)

- **Gli animatori ascoltano le IMPRESSIONI a caldo** del gruppo su questi due studi, aiutando il confronto con questi due interrogativi:
 - «Su che cosa **sei d'accordo?**»,
 - «E su che cosa **non sei d'accordo?**»...

ASCOLTIAMO IL SIGNORE

- **Gli animatori aprono all'ascolto del VANGELO e pongono una domanda:**

«Se proviamo a pensare **GESÙ CRISTO**: egli **come si muove con le proprie emozioni?**»...

Per trovare una possibile risposta, **gli animatori**:

 - **dividono i giovanissimi** a coppie (o gruppetti di tre),
 - **consegnano loro un foglio con alcuni episodi della vita di Gesù** (vedi **ALLEGATO 2**),
 - **invitano a leggere** il foglio per capire **come Gesù gestisce le proprie emozioni** (non è il caso di entrare nei dettagli dei diversi brani evangelici, semplicemente cercare di cogliere la situazione che vive Gesù e la sua conseguente *dinamica emotiva*)...

1° episodio: Gesù di fronte alla possibilità di diventare un uomo di successo, ricco e potente, ammirato e invidiato da tutti...

“Gesù fu condotto dallo Spirito (Santo) nel deserto, per essere tentato dal diavolo... Il tentatore gli si avvicinò e gli disse: «Se tu sei Figlio di Dio, di' che queste pietre diventino pane». Ma egli gli rispose: Sta scritto: Non di solo pane vivrà l'uomo ma di ogni parola che esce dalla bocca di Dio.

Allora il diavolo lo portò nella città santa (Gerusalemme), lo pose sul punto più alto del Tempio e gli disse: Se tu sei Figlio di Dio, gettati giù; sta scritto infatti: Ai suoi angeli darà ordini a tuo riguardo, ed essi ti porteranno sulle loro mani.

Gesù gli rispose: «Sta scritto anche: Non metterai alla prova il Signore Dio tuo».

Di nuovo il diavolo lo portò sopra un monte altissimo e gli mostrò tutti i regni del mondo e la loro gloria e gli disse: «Tutte queste cose io ti darò se, gettandoti ai miei piedi, mi adorerai». Allora Gesù gli rispose: «Vattene, Satana! Sta scritto infatti: Il Signore, Dio tuo, adorerai: a lui solo renderai culto». (Vangelo secondo Matteo 4,1-11)

“C'era molta gente il quel luogo... erano circa cinquemila uomini.

Allora Gesù prese i pani e, dopo aver reso grazie, li diede a quelli che erano seduti...

Allora la gente, visto il segno che egli aveva compiuto, diceva: «Questi è davvero il profeta, colui che viene nel mondo!». Ma Gesù, sapendo che venivano a prenderlo per farlo re, si ritirò di nuovo sul monte, lui da solo.» (Vangelo secondo Giovanni 6,10-15)

2° episodio: Gesù di fronte alle calunnie e al disprezzo...

“Spogliarono Gesù, gli fecero indossare un mantello scarlatto, intrecciarono una corona di spine, gliela posero sul capo e gli misero una canna nella mano destra. Poi inginocchiandosi davanti a lui, lo deridevano: «Salve, re dei Giudei!» Sputandogli addosso, gli tolsero di mano la canna e lo percuotevano sul capo.» (Vangelo secondo Matteo 27,28-29)

“Quando giunsero sul luogo chiamato Cranio, vi crocifissero lui e i malfattori...

Gesù diceva: «Padre, perdona loro perché non sanno quello che fanno.»

(Vangelo secondo Luca 23,33-34)

3° episodio: Gesù di fronte a persone bisognose...

“Gesù chiamò a sé i suoi discepoli e disse: «Sento compassione per la folla. Ormai da tre giorni stanno con me e non hanno da mangiare. Non voglio rimandarli digiuni, perché non vengano meno lungo il cammino.» (Vangelo secondo Matteo 15,32)



«Gesù disse loro: «Lazzaro, il nostro amico, si è addormentato; ma io vado a svegliarlo»... Maria (sorella di Lazzaro), appena vide Gesù, si gettò ai suoi piedi dicendogli: «Signore, se tu fossi stato qui, mio fratello non sarebbe morto!». Gesù allora, quando la vide piangere, e piangere anche i Giudei che erano venuti con lei, si commosse profondamente e, molto turbato, domandò: «Dove lo avete posto?». Gli dissero: «Signore, vieni a vederlo!». Gesù scoppiò in pianto.»
(Vangelo secondo Giovanni 11,11.32-35)

4° episodio: Gesù di fronte all'abbandono e alla solitudine...

«Gesù insegnava nella sinagoga a Cafarnaò. Molti dei suoi discepoli, dopo aver ascoltato, dissero: «Questa parola è dura! Chi può ascoltarla?»... Da quel momento molti dei suoi discepoli tornarono indietro e non andavano più con lui. Disse allora Gesù ai Dodici: «Volete andarvene anche voi?»».
(Vangelo secondo Giovanni 6,59-60.66-67)

«Venuta la sera, Gesù si mise a tavola con i Dodici. Mentre mangiavano, disse: «In verità io vi dico: uno di voi mi tradirà»...

Ora, Gesù prese il pane, recitò la benedizione, lo spezzò e, mentre lo dava ai discepoli, disse: «Prendete, mangiate: questo è il mio corpo». Poi prese il calice...: «Bevetene tutti, perché questo è il mio sangue dell'alleanza, che è versato per molti per il perdono dei peccati.»

«Questa notte per tutti voi sarò motivo di scandalo. Sta scritto infatti: Percuoterò il pastore e saranno disperse le pecore del gregge. Ma, dopo che sarò risorto, vi precederò in Galilea».

Allora Gesù andò in un podere chiamato Getsemani... cadde faccia a terra e pregava, dicendo: «Padre mio, se è possibile, passi via da me questo calice! Però non come voglio io, ma come vuoi tu!».
(Vangelo secondo Matteo 26,20-21.26-28.31-32.36-39)

NOTIZIE UTILI PER GLI ANIMATORI.

Da tutto il Vangelo emerge una figura umana di Gesù ricca di sensibilità e di controllo emotivo. Egli sa che le emozioni hanno una grande rilevanza nella vita di ogni persona, ma senza un'igiene mentale adeguata danno origine ad alterazioni e disturbi.

Gesù è una persona che ama: calda, solida, sempre presente a se stessa, distesa, abitata dal Padre e da tutti.

Gesù è un uomo abitato da una ricchezza umana enorme, coltivata, educata, abituata a porsi di fronte all'altro con attenzione e con un'infinito amore-tenerezza.

- Dopo alcuni minuti, **gli animatori riuniscono il gruppo dei giovanissimi per RIFLETTERE** con queste domande:
 - «Dopo aver letto questi episodi tratti dal Vangelo, cosa vi sentite di dire **a proposito di Gesù e delle sue emozioni?** Si lascia dominare da esse? Le reprime? Le gestisce in una certa maniera?»...
 - «**Quale criterio segue Gesù nel gestire queste emozioni:** forse è attento a se stesso e cerca di "stare bene lui"? Oppure è attento al vero bene del prossimo e accoglie nella giusta misura le emozioni che gli dà il suo "amare gli altri"?»...

DECIDIAMO INSIEME

- Gli animatori rimettono **al centro del gruppo il cartellone con la scritta "EMOZIONI"**. E chiedono:

«DECIDIAMO INSIEME
- per una settimana -
di fare attenzione all'EMOZIONE
che ritorna di più nelle nostre giornate
e ci impegniamo a dominarla?»
- **La settimana successiva si verificherà** come è andato l'impegno personale.

PREGHIAMO

- Si può eseguire insieme un **CANTO** che richiami le “beatitudini evangeliche”...
- **Si legge insieme questa PREGHIERA di consapevolezza e riconoscenza: “Signore, tu sei affidabile!”** (distribuire a tutti, vedi ALLEGATO 3):

Tu sei grande, o Dio:

*grande è il mistero della vita
con cui riempi il mondo.*

*Noi siamo opera delle tue mani
e tutto dobbiamo al tuo amore.*

*Con tutta la nostra vita
vogliamo dirti grazie.*

*Riconosciamo davanti a Te che la vita,
anche la nostra giovane vita,
è già scossa da problemi, da sofferenze
e dall'esperienza amara del peccato.*

Ma Tu non ci lasci soli.

*Ci hai mandato il tuo Figlio, Gesù,
che ha amato la vita delle persone che incontrava
e ha condiviso le gioie e i dolori.*

*In Lui, noi riconosciamo la via
che conduce alla vita.*

Di Lui ci fidiamo.

E la via è questa:

*non vivere da egoisti, chiusi in se stessi,
ma, sull'esempio di Gesù e in profonda amicizia con Lui,
vivere aperti a te, o Padre,
e aperti agli altri.*

Pieni di stupore,

*ogni giorno scopriamo che tu, o Dio,
ci doni la luce e la forza*

*per credere che la nostra piccola esistenza
fa parte di un progetto d'amore più grande,
che abbraccia l'intero universo.*

allegato 1a - TESTIMONIANZE di adolescenti

(stampare e distribuire ai giovanissimi)

❖ **La storia di Tipa**

“Ho continuato a guardarlo per tutta la mattinata... non riesco proprio più a staccargli gli occhi di dosso... Mi piace un casino! Vorrei gridargli: «Alessio sei mio!»...

Fino all'altro giorno sfottevo le mie amiche perché si sono prese tutte una cotta mentre io mi sono salvata; dicevo loro che è meglio girare al largo dai maschi: sono tutti uguali...! Se arriverà il giorno anche per me, sarà lui a venire a cercarmi e a supplicarmi in ginocchio di uscire. Allora vedrò come gestire la situazione... Io non mi faccio infinocchiare come le mie amiche che alla prima emozione hanno gli ormoni che partono in picchiata fino a sfracellarsi contro un maschio...

Io so gestirmi... a me non mi frega nessuno! Così pensavo fino a ieri. E oggi ci sto cascando anch'io come una pera cotta!.. Perché non riesco più a gestirmi le emozioni come prima? Sto diventando anch'io una femminuccia dall'emozione facile... È proprio una malattia contagiosa che fa anche star male”.

❖ **La storia di Ciro raccontata da Valery**

“Ciro ha da poco compiuto 18 anni. Per i suoi amici è il più coraggioso del gruppo, eppure nella storia che mi racconta di sé non intravedo nulla di coraggioso: non il coraggio di studiare, non quello d'innamorarsi, non quello di credere in qualcosa; sentendolo parlare mi sembra un ragazzo vuoto, insignificante e immaturo; mi chiedo come è possibile che nella sua comitiva sia un leader.

E' sera, in un angolo di provincia un po' isolato, dove si aspetta mezzanotte per andare in discoteca; uno propone di andare a prendere un gelato in un bar poco distante che si può raggiungere a piedi, ma la proposta risulta banale e tutti ne ridono, lo sfottono...

Per Ciro, io sono un'attrazione... Mi racconta con piglio orgoglioso quello che succederà più tardi, sulla statale che congiunge il posto dove siamo a Ferrara. Questo sabato sera tocca a lui... Ogni sabato sera, a turno, quei ragazzi giocano con la vita alla roulette russa, attraversando in perpendicolare al senso di marcia la strada statale, alla ricerca di un'emozione che dia senso alla loro vita, facendogliela perdere... Guardo Ciro tentando di strappargli una verità, una cosa che davvero sia sua, al di là delle maschere che usa con me come con tanti altri per tentare di sentirsi interessante. Gli chiedo se è innamorato di qualcuno; mi risponde di no, ma abbassa gli occhi... Peccato si vergogni dell'unica emozione sana che lo aiuterebbe a crescere!”.

❖ **La storia di Tipa**

“Ho continuato a guardarlo per tutta la mattinata... non riesco proprio più a staccargli gli occhi di dosso... Mi piace un casino! Vorrei gridargli: «Alessio sei mio!»...

Fino all'altro giorno sfottevo le mie amiche perché si sono prese tutte una cotta mentre io mi sono salvata; dicevo loro che è meglio girare al largo dai maschi: sono tutti uguali...! Se arriverà il giorno anche per me, sarà lui a venire a cercarmi e a supplicarmi in ginocchio di uscire. Allora vedrò come gestire la situazione... Io non mi faccio infinocchiare come le mie amiche che alla prima emozione hanno gli ormoni che partono in picchiata fino a sfracellarsi contro un maschio...

Io so gestirmi... a me non mi frega nessuno! Così pensavo fino a ieri. E oggi ci sto cascando anch'io come una pera cotta!... Perché non riesco più a gestirmi le emozioni come prima? Sto diventando anch'io una femminuccia dall'emozione facile... È proprio una malattia contagiosa che fa anche star male”.

❖ **La storia di Ciro raccontata da Valery**

“Ciro ha da poco compiuto 18 anni. Per i suoi amici è il più coraggioso del gruppo, eppure nella storia che mi racconta di sé non intravedo nulla di coraggioso: non il coraggio di studiare, non quello d'innamorarsi, non quello di credere in qualcosa; sentendolo parlare mi sembra un ragazzo vuoto, insignificante e immaturo; mi chiedo come è possibile che nella sua comitiva sia un leader.

E' sera, in un angolo di provincia un po' isolato, dove si aspetta mezzanotte per andare in discoteca; uno propone di andare a prendere un gelato in un bar poco distante che si può raggiungere a piedi, ma la proposta risulta banale e tutti ne ridono, lo sfottono...

Per Ciro, io sono un'attrazione... Mi racconta con piglio orgoglioso quello che succederà più tardi, sulla statale che congiunge il posto dove siamo a Ferrara. Questo sabato sera tocca a lui... Ogni sabato sera, a turno, quei ragazzi giocano con la vita alla roulette russa, attraversando in perpendicolare al senso di marcia la strada statale, alla ricerca di un'emozione che dia senso alla loro vita, facendogliela perdere... Guardo Ciro tentando di strappargli una verità, una cosa che davvero sia sua, al di là delle maschere che usa con me come con tanti altri per tentare di sentirsi interessante. Gli chiedo se è innamorato di qualcuno; mi risponde di no, ma abbassa gli occhi... Peccato si vergogni dell'unica emozione sana che lo aiuterebbe a crescere!”.

allegato 1b - Due STUDI di specialisti: "Il mondo delle emozioni nell'adolescenza"

(stampare e distribuire ai giovanissimi)

❖ **lo psichiatra Vittorino Andreoli**, che per anni ha studiato molti casi di giovani italiani protagonisti di omicidi sanguinosi, afferma:

"Senza stimoli sensoriali un giovane d'oggi perde coscienza, come se non esistesse..."

Basta poco per stimolare i giovani, ma lo stimolo è sempre esterno, come per un cane da guardia in perfetto stato di difesa al primo rumore. La vita nel giovane d'oggi non è mai elaborazione mentale, ma sempre movimento, risposta a emozioni e sensazioni...

Il futuro non viene percepito e non può fare paura... Lo stile di vita giovanile si avvicina a quello che scriveva Plinio il Giovane, descrivendo alcune persone della sua epoca: «Coloro che, dediti ai piaceri, vivono - per così dire - alla giornata ed esauriscono ogni giorno le motivazioni della vita». Quando la vita è ridotta a sensazioni, muore al cessare di ogni stimolo...

L'giovani d'oggi semplicemente consumano una vita senza attività di pensiero. Solo gli stimoli muovono il corpo e accendono le emozioni: paura, simpatia, rabbia. Non appena si spegne la sensazione, tutto finisce"

(V.Andreoli, GIOVANI, Rizzoli, Milano 1995, pp.60-61)

❖ **lo psicoterapeuta Luciano Cian**, che ha lavorato a contatto con gli adolescenti per molti anni, dice:

"L'emozione è una reazione affettiva particolarmente intensa, ma transitoria e immediata, che ha origine da stimoli percepiti in modo intenso..."

Le emozioni sono legate ai bisogni fondamentali della persona: bisogno di sicurezza, di protezione, di amore, di autonomia. A questi bisogni sono legate le reazioni di paura, collera, gioia, piacere, dispiacere, tristezza, sorpresa...

Le emozioni si possono individuare perché si esprimono anche visibilmente con una serie di effetti esteriori, che assumono le forme: dello smarrimento, della sorpresa, dell'enormità, della novità, dell'irregolarità. Le principali emozioni studiate sono: di stupore, di gioia, di tristezza, di paura, di rabbia.

Le emozioni sono molto importanti per il comportamento: quelle piacevoli vengono ripetute e apprese, mentre quelle spiacevoli tendono ad essere dimenticate...

L'adolescente è capace di gesti anche eroici; spesso è un vile che si ritira di fronte a un impegno che chiede coerenza. È capace di affermarsi rischiando anche la reputazione; a volte è incapace di mantenere una parola data a un amico o di prestare le proprie energie per un servizio che chiede un po' di gratuità. Insomma, la sua realtà interiore assomiglia ad un torrente tempestoso e selvaggio, ricco di risorse energetiche ma impulsive, che attendono di essere canalizzate, sostenute, rese utili da un clima di ottimismo, di pazienza, di rettitudine, di ascolto e dialogo, di ragionevolezza e molto amore.

L'adolescente ha bisogno di avere vicino educatori capaci a far emergere i suoi bisogni profondi, le domande irresistibili che toccano il cuore della vita profonda."

(L.Cian, CAMMINO VERSO LA MATURITÀ E L'ARMONIA, elledici, Torino 1986, pp.194-195)

allegato 2 - VANGELO: "Gesù e le sue emozioni"

(stampare e distribuire ai giovanissimi)

1° episodio: Gesù di fronte alla possibilità di diventare un uomo di successo, ricco e potente, ammirato e invidiato da tutti...*"Gesù fu condotto dallo Spirito (Santo) nel deserto, per essere tentato dal diavolo..."**Il tentatore gli si avvicinò e gli disse: «Se tu sei Figlio di Dio, di' che queste pietre diventino pane». Ma egli gli rispose: Sta scritto: Non di solo pane vivrà l'uomo ma di ogni parola che esce dalla bocca di Dio. Allora il diavolo lo portò nella città santa (Gerusalemme), lo pose sul punto più alto del Tempio e gli disse: Se tu sei Figlio di Dio, gettati giù; sta scritto infatti: Ai suoi angeli darà ordini a tuo riguardo, ed essi ti porteranno sulle loro mani. Gesù gli rispose: «Sta scritto anche: Non metterai alla prova il Signore Dio tuo».**Di nuovo il diavolo lo portò sopra un monte altissimo e gli mostrò tutti i regni del mondo e la loro gloria e gli disse: «Tutte queste cose io ti darò se, gettandoti ai miei piedi, mi adorerai». Allora Gesù gli rispose: «Vattene, Satana! Sta scritto infatti: Il Signore, Dio tuo, adorerai: a lui solo renderai culto».*

(Vangelo secondo Matteo 4,1-11)

*"C'era molta gente il quel luogo... erano circa cinquemila uomini. Allora Gesù prese i pani e, dopo aver reso grazie, li diede a quelli che erano seduti..."**Allora la gente, visto il segno che egli aveva compiuto, diceva: «Questi è davvero il profeta, colui che viene nel mondo!». Ma Gesù, sapendo che venivano a prenderlo per farlo re, si ritirò di nuovo sul monte, lui da solo."*

(Vangelo secondo Giovanni 6,10-15)

2° episodio: Gesù di fronte alle calunnie e al disprezzo...*"Spogliarono Gesù, gli fecero indossare un mantello scarlatto, intrecciarono una corona di spine, gliela posero sul capo e gli misero una canna nella mano destra. Poi inginocchiandosi davanti a lui, lo deridevano: «Salve, re dei Giudei!» Sputandogli addosso, gli tolsero di mano la canna e lo percuotevano sul capo."*

(Vangelo secondo Matteo 27,28-29)

*"Quando giunsero sul luogo chiamato Cranio, vi crocifissero lui e i malfattori..."**Gesù diceva: «Padre, perdona loro perché non sanno quello che fanno»." (Vangelo di Luca 23,33-34)***3° episodio: Gesù di fronte a persone bisognose...***"Gesù chiamò a sé i suoi discepoli e disse: «Sento compassione per la folla. Ormai da tre giorni stanno con me e non hanno da mangiare. Non voglio rimandarli digiuni, perché non vengano meno lungo il cammino»."*

(Vangelo secondo Matteo 15,32)

*"Gesù disse loro: «Lazzaro, il nostro amico, si è addormentato; ma io vado a svegliarlo»..."**Maria (sorella di Lazzaro), appena vide Gesù, si gettò ai suoi piedi dicendogli: «Signore, se tu fossi stato qui, mio fratello non sarebbe morto!». Gesù allora, quando la vide piangere, e piangere anche i Giudei che erano venuti con lei, si commosse profondamente e, molto turbato, domandò: «Dove lo avete posto?». Gli dissero: «Signore, vieni a vederlo!». Gesù scoppiò in pianto."*

(Vangelo secondo Gv 11,11.32-35)

4° episodio: Gesù di fronte all'abbandono e alla solitudine...*"Gesù insegnava nella sinagoga a Cafarnaò."**Molti dei suoi discepoli, dopo aver ascoltato, dissero: «Questa parola è dura! Chi può ascoltarla?». Da quel momento molti dei suoi discepoli tornarono indietro e non andavano più con lui. Disse allora Gesù ai Dodici: «Volete andarvene anche voi?»."*

(Vangelo secondo Giovanni 6,59-60.66-67)

*"Venuta la sera, Gesù si mise a tavola con i Dodici. Mentre mangiavano, disse: «In verità io vi dico: uno di voi mi tradirà»..."**Ora, Gesù prese il pane, recitò la benedizione, lo spezzò e, mentre lo dava ai discepoli, disse:**«Prendete, mangiate: questo è il mio corpo». Poi prese il calice...: «Bevetene tutti, perché questo è il mio sangue dell'alleanza, che è versato per molti per il perdono dei peccati»."**"«Questa notte per tutti voi sarò motivo di scandalo. Sta scritto infatti: Percuoterò il pastore e saranno disperse le pecore del gregge. Ma, dopo che sarò risorto, vi precederò in Galilea»."**Allora Gesù andò in un podere chiamato Getsemani... cadde faccia a terra e pregava, dicendo: «Padre mio, se è possibile, passi via da me questo calice! Però non come voglio io, ma come vuoi tu!»."*

(Vangelo secondo Matteo 26,20-21.26-28.31-32.36-39)

allegato 3 - LA PREGHIERA: "Signore, tu sei affidabile!"

(stampare e distribuire ai giovanissimi)

SIGNORE, TU SEI AFFIDABILE!

*Tu sei grande, o Dio:
grande è il mistero della vita
con cui riempi il mondo.
Noi siamo opera delle tue mani
e tutto dobbiamo al tuo amore.
Con tutta la nostra vita
vogliamo dirti grazie.*

*Riconosciamo davanti a Te che la vita,
anche la nostra giovane vita,
è già scossa da problemi, da sofferenze
e dall'esperienza amara del peccato.*

*Ma Tu non ci lasci soli.
Ci hai mandato il tuo Figlio, Gesù,
che ha amato la vita delle persone
che incontrava
e ha condiviso le gioie e i dolori.
In Lui, noi riconosciamo la via
che conduce alla vita.
Di Lui ci fidiamo.*

*E la via è questa:
non vivere da egoisti, chiusi in se stessi,
ma, sull'esempio di Gesù
e in profonda amicizia con Lui,
vivere aperti a te, o Padre,
e aperti agli altri.*

*Pieni di stupore,
ogni giorno scopriamo che tu, o Dio,
ci doni la luce e la forza
per credere che la nostra piccola esistenza
fa parte di un progetto d'amore più grande,
che abbraccia l'intero universo.*

SIGNORE , TU SEI AFFIDABILE!

*Tu sei grande, o Dio:
grande è il mistero della vita
con cui riempi il mondo.
Noi siamo opera delle tue mani
e tutto dobbiamo al tuo amore.
Con tutta la nostra vita
vogliamo dirti grazie.*

*Riconosciamo davanti a Te che la vita,
anche la nostra giovane vita,
è già scossa da problemi, da sofferenze
e dall'esperienza amara del peccato.*

*Ma Tu non ci lasci soli.
Ci hai mandato il tuo Figlio, Gesù,
che ha amato la vita delle persone
che incontrava
e ha condiviso le gioie e i dolori.
In Lui, noi riconosciamo la via
che conduce alla vita.
Di Lui ci fidiamo.*

*E la via è questa:
non vivere da egoisti, chiusi in se stessi,
ma, sull'esempio di Gesù
e in profonda amicizia con Lui,
vivere aperti a te, o Padre,
e aperti agli altri.*

*Pieni di stupore,
ogni giorno scopriamo che tu, o Dio,
ci doni la luce e la forza
per credere che la nostra piccola esistenza
fa parte di un progetto d'amore più grande,
che abbraccia l'intero universo.*

3° incontro IL TUO CORPO PER VIVERE

OBIETTIVO

IL CORPO UMANO è una meraviglia unica: una realtà formata da centomila chilometri di arterie, vene e capillari che alimentano centomilamiliardi di cellule; il cuore, nell'arco della vita, ripete i suoi battiti circa tre miliardi di volte; il cervello può ricevere e trasmettere trenta miliardi di informazioni al secondo...

È solo attraverso il corpo che il bambino prende coscienza del proprio "io".

L'io e il corpo viaggiano sempre insieme: nessuno può uscire dalla propria pelle!

Il corpo non va idolatrato perché è anche limitato e fragile. Va però curato, rispettato, nutrito, tenuto in esercizio perché è "sacro".

Gli animatori aiutano i giovanissimi a **prendere consapevolezza del proprio "CORPO"** e dei suoi **linguaggi** antichi e moderni; li guidano anche a **conoscere le MANIFESTAZIONI DEL CORPO più problematiche** in questi anni.

CI GUARDIAMO INTORNO

- I giorni che precedono l'incontro, gli animatori si procurano alcune RIVISTE PER ADOLESCENTI, in cui vengono mostrati modelli diversi di corpi maschili e femminili, scelgono alcune foto e le portano al gruppo.

All'inizio dell'incontro gli animatori:

- **dividono i giovanissimi in gruppetti di 2-3 persone,**
- **danno loro due foto** che ritraggono diversi corpi maschili e femminili,
- chiedono a ogni gruppetto di **scrivere le caratteristiche di quei corpi e preparare una frase che pubblicizzi** quei "corpi" immortalati nelle foto.

Dopo ci si ritrova per la condivisione...

- Gli animatori fanno ascoltare ai giovanissimi alcune **TESTIMONIANZE raccolte dal mondo giovanile** (distribuire a ognuno, vedi ALLEGATO 1a):

❖ **L'intervista a Erik, 22enne.**

«Perché vai ogni sera in palestra?» domando a Eric, un ventenne che esibisce i suoi muscoli, nonostante il freddo di una nebbiosa giornata milanese.

Mi risponde: «Faccio body building».

«Esteticamente ti stai deformando».

«Sarà! Però finalmente ho un corpo di cui vado fiero. Non me lo lascio rubare da nessuno! Un corpo così scattante fa impazzire le ragazze... e io sono pronto a qualunque avventura!».

❖ **L'intervista a Lucia, 17enne.**

«Che importanza dai al tuo corpo?».

«Per me è indispensabile curare nei minimi particolari il mio corpo quando vado in giro con gli amici...

I perché possono essere tanti, ma penso che il principale sia per esibizionismo. L'esibizionismo è fondamentale. Più ti esponi e più attiri l'attenzione degli altri e, ovviamente, per poterlo fare devi essere perfetta in ogni senso. Per essere impeccabile devi essere esattamente secondo le regole del momento... A me piace anche crearmi un trucco personalizzato che mi faccia sentire diversa».



❖ **Dal diario di Martina, 20enne.**

“«Devo fare in fretta...

Alle 9 palestra. Alle 10,15 appuntamento al centro benessere per la sauna, l'idromassaggio e la cura del viso e del corpo.

Alle 13,15 pranzo: 1 yogurt e 1 frutto. Alle 15 passeggiata dimagrante.

Alle 17,15 appuntamento dal dietologo.

Alle 20 cena a base di riso scotto+verdure crude+150 grammi di pesce»”.

- Terminato l'ascolto delle testimonianze, gli animatori guidano **la CONDIVISIONE** in gruppo, domandando: «**Cosa condividiamo e cosa non-condividiamo** delle idee di Erik, Lucia e Martina?»...
- **Gli animatori** - se lo ritengono utile per il gruppo – **possono fare ascoltare una CANZONE**, conosciuta dai giovanissimi, **che affronta il tema del “corpo”... e raccogliere le considerazioni che i giovanissimi vogliono fare** sulle parole della canzone...
- Vengono riportati di seguito **alcuni STUDI di esperti sui “linguaggi del corpo” e sulle “manifestazioni problematiche del corpo”** (vedi ALLEGATO 1b)...

❖ **Un sondaggio** riconosce:

“Vogliono dimagrire, e non basta mai. Vogliono corpi da dèi, muscoli e curve, addominali.

Vogliono assomigliare ai divi della tv, costi quel che costi, non importano i soldi spesi, i trucchi, i ritocchi persino.

Le ricerche parlano chiaro: l'età media in cui si manifestano i primi sintomi della dismorfobia (la paura di essere brutti) è scesa agli 11 anni, con otto ragazzi su dieci che pensano già a questa età di dover dimagrire, il 33% che usa già stabilmente prodotti di bellezza, frequenta profumerie e beauty center, il 16% delle ragazze è a dieta anche se non ne avrebbero bisogno.

Ampliando la forbice dai 12 ai 19 anni, nel 2010 un'indagine dell'Eurispes insieme a Telefono Azzurro ha fotografato anche di peggio: vale a dire il 19,9% dei ragazzi e il 10,4% delle ragazze con il piercing, il 7% con un tatuaggio e il 5,3% con un intervento di chirurgia estetica alle spalle...

L'impressione è che gli adolescenti siano drammaticamente in balia di esempi sbagliati, d'una corrente materialista che riconosce come legge solo l'apparenza e si nutre dell'idea che per emergere e far successo basti 'mostrare', essere belli, essere appetibili, essere in linea con la moda”.

(da NOI, GENITORI E FIGLI del 27.03.2011)

❖ **Lo psichiatra Vittorino Andreoli** afferma:

“Lo specchio è il confidente più segreto di ciascun giovane, maschio o femmina. Si tratta di una delle invenzioni che hanno cambiato la storia dell'umanità. Con lo specchio sono nati i complessi psichici, i desideri e persino la chirurgia estetica.

I giovani del tempo presente hanno specchi dappertutto e di dimensioni tali da riflettere tutto il corpo...

La “società degli specchi”: non solo perché ne produce tanti, ma perché si modella sulle immagini irraggiungibili dei divi. E così si generano le frustrazioni, le delusioni oppure, all'opposto, si hanno i narcisismi. Il resto non conta: l'intelligenza, la bontà, la sensibilità sono pietosi compensi, maschere che coprono un volto deformato”.

(V.Andreoli, GIOVANI, Rizzoli, Milano 1995, pp.106-107)

❖ **Il giornalista Carlo Climati** scrive:

“Viviamo in un'epoca in cui tutti si preoccupano per la salute e per la cura del corpo. Tanti giovani trascorrono ore in palestra per modellare i muscoli e sembrare più belli. Le donne sono terrorizzate dalla cellulite e molte finiscono sotto i ferri del chirurgo estetico.

C'è insomma un'attenzione esagerata per il corpo, che viene curato e idolatrato come fosse un tesoro prezioso. Così, mentre ci preoccupiamo delle diete e della palestra, trascuriamo la nostra anima”

(C.Climati, IL POPOLO DELLA NOTTE, ed. Paoline, Milano 2002, pp.36-37)

❖ **Lo psicologo Ezio Aceti** scrive:

“Le pubblicità non riguardano solo il corpo femminile, ma anche quello maschile... Questo fenomeno non è marginale ma si sta allargando a macchia d'olio in moltissimi Paesi, dove l'attenzione alla cura della persona risulta essere spesso al primo posto tra le preoccupazioni dei cittadini.

Essere magri, belli, muscolosi, rappresenta oggi - per molti Paesi occidentali - un'ambizione e un desiderio preponderanti.



Se ci mettiamo davanti allo schermo e proviamo a fare zapping da un canale televisivo all'altro, abbiamo la possibilità di verificare come la pubblicità sul corpo occupi gran parte dello spazio comunicativo, plagiando lentamente le nostre menti. Diete di ogni genere, creme dimagranti, rassodanti, attrezzi ginnici per rinforzare la corporatura, i muscoli, i glutei, per sollevare e rassodare il seno, compaiono ogni giorno davanti ai nostri teleschermi accompagnati da donne e uomini sorridenti a testimonianza dell'efficacia dei prodotti" (E.Aceti, I LINGUAGGI DEL CORPO, ed. Città Nuova, Roma 2007, pp.13-14)

- o Gli animatori possono **animare la CONDIVISIONE** in gruppo:
 - «Quali di queste considerazioni **condividi?**»... «**Perché?**»...
 - «Con quali **non sei d'accordo?**»... «**Perché?**»...
 - «Secondo te, **esiste un modello di corpo** maschile e femminile che sia **il migliore di tutti e piaccia a tutti?**»...
 - «Con un punteggio da 1 a 10, indica **quanto tempo dedichi** al tuo corpo?»...
 - ecc...
- o Viene anche offerto **un RACCONTO sul "corpo"** che può essere utilizzato a discrezione degli animatori: **"Bella e la bestia"** (vedi ALLEGATO 2)...

ASCOLTIAMO IL SIGNORE

- o **A questo punto** – dopo aver sentito alcune testimonianze di giovanissimi e aver ascoltato il parere di qualche esperto – **gli animatori pongono una domanda al gruppo:**

«Secondo voi, **GESÙ CRISTO come si relaziona con il "corpo"?**
Lo ritiene buono o cattivo, importante o banale?»
- o Quindi **invitano il gruppo a cercare una risposta nel VANGELO** rileggendo la vicenda umana di **Gesù Cristo** (vedi ALLEGATO 3, da distribuire):

Gesù ASSUME un corpo per volontà di Dio Padre e per azione dello Spirito Santo.

"L'angelo disse a Maria: «Non temere, Maria, perché hai trovato grazia presso Dio. Ed ecco, concepirai un figlio, lo darai alla luce e lo chiamerai Gesù... Lo Spirito Santo scenderà su di te»."
(Vangelo secondo Luca 1,31-35)

Gesù GUARISCE il corpo degli uomini e non solo il corpo.

*"Ecco, si avvicinò un lebbroso, si prostrò davanti a Gesù e disse: «Signore, se vuoi, puoi purificarmi». Gesù tese la mano e lo toccò dicendo: «Lo voglio, sii purificato!»
E subito la sua lebbra fu guarita."*
(Vangelo secondo Matteo 8,2-3)

"Entrato a Cafarnao, venne incontro a Gesù un centurione che lo scongiurava e diceva:

«Signore, il mio servo è in casa, a letto, paralizzato e soffre terribilmente».

Gli disse: «Verrò e lo guarirò»."

(Vangelo secondo Matteo 8,5-7)

"Entrato nella casa di Pietro, Gesù vide la suocera di lui che era a letto con la febbre.

Le toccò la mano e la febbre la lasciò; poi ella si alzò e lo serviva." (Vangelo secondo Mt 8,14-15)

"Venuta la sera, portarono a Gesù molti indemoniati ed egli scacciò gli spiriti con la parola e guarì tutti i malati, perché si compisse ciò che era stato detto per mezzo del profeta Isaia: egli ha preso le nostre infermità e si è caricato delle malattie." (Vangelo secondo Matteo 8,16-17)

Gesù AMA con il suo corpo.

"Ora, mentre mangiavano, Gesù prese il pane, recitò la benedizione, lo spezzò e, mentre lo dava ai discepoli, disse: «Prendete, mangiate: questo è il mio corpo»"

(Vangelo secondo Matteo 26,26)

NOTIZIE UTILI PER GLI ANIMATORI.**Gesù "assume" un corpo.**

Nel momento che Dio decide di rivelarsi agli uomini, "assume un corpo" simile a quello degli uomini mediante l'azione dello Spirito Santo.

Con questa scelta, Dio ci mostra che il "corpo" viene da Lui ed è qualcosa di bello, di sacro e di importante per vivere con gli altri.

In più decide di assumere questo corpo umano – cioè d'incarnarsi - attraverso la cooperazione di un altro corpo, quello di Maria.

Gesù "guarisce" il corpo degli uomini e non solo il corpo..

Egli vuole liberare e guarire tutto l'uomo nel corpo, nella psiche e nell'anima per condurlo alla vita piena e abbondante di Dio. Attraverso queste guarigioni Gesù mostra l'amore vivificante del Padre che si dona gratuitamente all'uomo malato che cerca aiuto.

Gesù "ama" con il suo corpo.

Egli non conserva il suo corpo curandosi che non vada sciupato, ma lo dona gratuitamente alla violenza e all'umiliazione da parte degli uomini, perché sia "segno-sacramento" efficace dell'amore salvifico di Dio (pensa le parole di Gesù all'Ultima Cena).

- Dopo aver ascoltato questa narrazione evangelica, **gli animatori avviano la CONDIVISIONE in gruppo**::
 - «Per Gesù Cristo il "corpo" ha valore?»...
 - «Quale attenzione rivolge Gesù al "corpo" degli uomini e al proprio "corpo"?»...
 - «Per Gesù che cosa è il "corpo"?»...
 - «Gesù che cosa fa con il corpo?»...

DECIDIAMO INSIEME

- Gli animatori invitano il gruppo a **individuare un IMPEGNO** da vivere nei prossimi giorni:
 - «DECIDIAMO INSIEME
 - per una settimana -
 - di individuare alcuni gesti del CORPO**
 - per manifestare accoglienza, solidarietà, vicinanza, aiuto**
 - verso il prossimo?».**
- **Al prossimo incontro di gruppo si farà una verifica** dell'impegno personale.

PREGHIAMO

- Si legge in gruppo questa **PREGHIERA di invocazione: “Nelle tue mani, Signore”** (distribuire a ciascuno, vedi ALLEGATO 4):

O Signore,

fa' di me uno strumento della tua pace:

*dove è odio che io porti l'amore,
dove è offesa che io porti il perdono,
dove è discordia che io porti l'unione,
dove è dubbio che io porti la fede,
dove è errore che io porti la verità,
dove è disperazione che io porti la speranza,
dove è tristezza che io porti la gioia,
dove sono le tenebre che io porti la luce.*

Fa' che io non cerchi tanto:

*di essere consolato quanto di consolare,
di essere compreso quanto di comprendere,
di essere amato quanto di amare...*

*Perché è donando che si riceve,
è perdonando che si è perdonati,
è morendo che si risuscita alla Vita.*

allegato 1a - TESTIMONIANZE di adolescenti

(stampare e distribuire ai giovanissimi)

❖ **L'intervista a Erik, 22enne.**

“«Perché vai ogni sera in palestra?» domando a Eric, un ventenne che esibisce i suoi muscoli, nonostante il freddo di una nebbiosa giornata milanese.

Mi risponde: «Faccio body building».

«Esteticamente ti stai deformando».

«Sarà! Però finalmente ho un corpo di cui vado fiero. Non me lo lascio rubare da nessuno! Un corpo così scattante fa impazzire le ragazze... e io sono pronto a qualunque avventura!»”.

❖ **L'intervista a Lucia, 17enne.**

“«Che importanza dai al tuo corpo?».

«Per me è indispensabile curare nei minimi particolari il mio corpo quando vado in giro con gli amici...

I perché possono essere tanti, ma penso che il principale sia per esibizionismo. L'esibizionismo è fondamentale. Più ti esponi e più attiri l'attenzione degli altri e, ovviamente, per poterlo fare devi essere perfetta in ogni senso. Per essere impeccabile devi essere esattamente secondo le regole del momento... A me piace anche crearmi un trucco personalizzato che mi faccia sentire diversa»”.

❖ **Dal diario di Martina, 20enne.**

“«Devo fare in fretta...

Alle 9 palestra. Alle 10,15 appuntamento al centro benessere per la sauna, l'idromassaggio e la cura del viso e del corpo.

Alle 13,15 pranzo: 1 yogurt e 1 frutto. Alle 15 passeggiata dimagrante.

Alle 17,15 appuntamento dal dietologo.

Alle 20 cena a base di riso scotto+verdure crude+150 grammi di pesce»”.

❖ **L'intervista a Erik, 22enne.**

“«Perché vai ogni sera in palestra?» domando a Eric, un ventenne che esibisce i suoi muscoli, nonostante il freddo di una nebbiosa giornata milanese.

Mi risponde: «Faccio body building».

«Esteticamente ti stai deformando».

«Sarà! Però finalmente ho un corpo di cui vado fiero. Non me lo lascio rubare da nessuno! Un corpo così scattante fa impazzire le ragazze... e io sono pronto a qualunque avventura!»”.

❖ **L'intervista a Lucia, 17enne.**

“«Che importanza dai al tuo corpo?».

«Per me è indispensabile curare nei minimi particolari il mio corpo quando vado in giro con gli amici...

I perché possono essere tanti, ma penso che il principale sia per esibizionismo. L'esibizionismo è fondamentale. Più ti esponi e più attiri l'attenzione degli altri e, ovviamente, per poterlo fare devi essere perfetta in ogni senso. Per essere impeccabile devi essere esattamente secondo le regole del momento... A me piace anche crearmi un trucco personalizzato che mi faccia sentire diversa»”.

❖ **Dal diario di Martina, 20enne.**

“«Devo fare in fretta...

Alle 9 palestra. Alle 10,15 appuntamento al centro benessere per la sauna, l'idromassaggio e la cura del viso e del corpo.

Alle 13,15 pranzo: 1 yogurt e 1 frutto. Alle 15 passeggiata dimagrante.

Alle 17,15 appuntamento dal dietologo.

Alle 20 cena a base di riso scotto+verdure crude+150 grammi di pesce»”.

allegato 1b - Alcuni STUDI di esperti

(stampare e distribuire ai giovanissimi)

❖ **Un sondaggio** riconosce:

“Vogliono dimagrire, e non basta mai. Vogliono corpi da dèi, muscoli e curve, addominali.

Vogliono assomigliare ai divi della tv, costi quel che costi, non importano i soldi spesi, i trucchi, i ritocchi persino.

Le ricerche parlano chiaro: l'età media in cui si manifestano i primi sintomi della dismorfobia (la paura di essere brutti) è scesa agli 11 anni, con otto ragazzi su dieci che pensano già a questa età di dover dimagrire, il 33% che usa già stabilmente prodotti di bellezza, frequenta profumerie e beauty center, il 16% delle ragazze è a dieta anche se non ne avrebbero bisogno.

Ampliando la forbice dai 12 ai 19 anni, nel 2010 un'indagine dell'Eurispes insieme a Telefono Azzurro ha fotografato anche di peggio: vale a dire il 19,9% dei ragazzi e il 10,4% delle ragazze con il piercing, il 7% con un tatuaggio e il 5,3% con un intervento di chirurgia estetica alle spalle...

L'impressione è che gli adolescenti siano drammaticamente in balia di esempi sbagliati, d'una corrente materialista che riconosce come legge solo l'apparenza e si nutre dell'idea che per emergere e far successo basti 'mostrare', essere belli, essere appetibili, essere in linea con la moda”. (da NOI, GENITORI E FIGLI del 27.03.2011)

❖ **Lo psichiatra Vittorino Andreoli** afferma:

“Lo specchio è il confidente più segreto di ciascun giovane, maschio o femmina. Si tratta di una delle invenzioni che hanno cambiato la storia dell'umanità. Con lo specchio sono nati i complessi psichici, i desideri e persino la chirurgia estetica.

I giovani del tempo presente hanno specchi dappertutto e di dimensioni tali da riflettere tutto il corpo...

La “società degli specchi”: non solo perché ne produce tanti, ma perché si modella sulle immagini irraggiungibili dei divi. E così si generano le frustrazioni, le delusioni oppure, all'opposto, si hanno i narcisismi. Il resto non conta: l'intelligenza, la bontà, la sensibilità sono pietosi compensi, maschere che coprono un volto deformato”.

(V.Andreoli, GIOVANI, Rizzoli, Milano 1995, pp.106-107)

❖ **Il giornalista Carlo Climati** scrive:

“Viviamo in un'epoca in cui tutti si preoccupano per la salute e per la cura del corpo. Tanti giovani trascorrono ore in palestra per modellare i muscoli e sembrare più belli. Le donne sono terrorizzate dalla cellulite e molte finiscono sotto i ferri del chirurgo estetico.

C'è insomma un'attenzione esagerata per il corpo, che viene curato e idolatrato come fosse un tesoro prezioso. Così, mentre ci preoccupiamo delle diete e della palestra, trascuriamo la nostra anima”

(C.Climati, IL POPOLO DELLA NOTTE, ed. Paoline, Milano 2002, pp.36-37)

❖ **Lo psicologo Ezio Aceti** scrive:

“Le pubblicità non riguardano solo il corpo femminile, ma anche quello maschile... Questo fenomeno non è marginale ma si sta allargando a macchia d'olio in moltissimi Paesi, dove l'attenzione alla cura della persona risulta essere spesso al primo posto tra le preoccupazioni dei cittadini.

Essere magri, belli, muscolosi, rappresenta oggi - per molti Paesi occidentali - un'ambizione e un desiderio preponderanti.

Se ci mettiamo davanti allo schermo e proviamo a fare zapping da un canale televisivo all'altro, abbiamo la possibilità di verificare come la pubblicità sul corpo occupi gran parte dello spazio comunicativo, plagiando lentamente le nostre menti.

Diete di ogni genere, creme dimagranti, rassodanti, attrezzi ginnici per rinforzare la corporatura, i muscoli, i glutei, per sollevare e rassodare il seno, compaiono ogni giorno davanti ai nostri teleschermi accompagnati da donne e uomini sorridenti a testimonianza dell'efficacia dei prodotti” (E.Aceti, I LINGUAGGI DEL CORPO, ed. Città Nuova, Roma 2007, pp.13-14)

allegato 2 - Il RACCONTO: "Bella e la bestia"

(da leggere in gruppo)

Bella e la bestia

C'era una volta un uomo molto ricco che aveva tre figlie. Un brutto giorno, l'uomo perse di punto in bianco quasi tutto il suo denaro. Così fu costretto a vendere la villa in cui abitava e ritirarsi in una casupola in campagna.

Le due figlie maggiori non facevano che lamentarsi perché nessuno le invitava più alle feste. Ma la più giovane, chiamata Bella per il bel viso e il carattere dolce, affrontava serenamente la cattiva sorte.

Un giorno, il padre andò in città a cercar lavoro. Montando a cavallo, chiese alle figlie cosa avrebbero desiderato in dono, caso mai avesse guadagnato bene.

«Per me un bel vestito», disse la maggiore. «Una collana d'argento», fece la seconda.

«A me basta che tu torni sano e salvo», fu il commento di Bella. «Ma Bella, ci deve pur essere qualcosa che tu desideri!». «Una rosa rossa da mettere fra i capelli allora», rispose sorridendo. «Ma è inverno e se non la trovi pazienza».

«Farò del mio meglio», disse il padre e si allontanò al galoppo.

Ma purtroppo le cose non gli andarono bene in città. Non c'era lavoro da nessuna parte. I soli doni che poté permettersi furono frutta e cioccolata per le figlie maggiori, ma non trovò nemmeno un fiore da portare a Bella. Per di più, nel viaggio di ritorno il suo cavallo si azzoppò ed egli dovette proseguire a piedi.

Stava infuriando una tormenta di neve e il poveretto si trovò completamente sperduto in mezzo ad un bosco scuro.

All'improvviso, distinse nel nevischio una grande casa dalle finestre illuminate.

«Ah, se solo potessi rifugiarmi là dentro!».

Aveva appena finito di parlare che il cancello si spalancò: il vento lo sospinse per il viale fino all'ingresso della casa. La porta si aprì cigolando e rivelò una tavola illuminata da candele e riccamente imbandita.

Si volse indietro verso il cancello e, attraverso i mulinelli di neve, lo vide chiudersi silenziosamente.

Entrò titubante nella casa e la porta si rinchiuso dietro di lui.

Mentre si guardava intorno nervosamente, una delle seggiole si staccò da sola dal tavolo: era un invito a sedersi! «Beh, non c'è dubbio che sono il benvenuto», pensò. «Tanto vale che ne approfitti».

Dopo aver mangiato e bevuto a sazietà, il letto lo invitò a dormire, mentre le coperte si sistemavano da sole. Si risvegliò, fresco e riposato, il mattino dopo. La tavola gli aveva preparato una ricca colazione. In un vaso d'argento splendeva persino una bella rosa rossa. «Una rosa rossa!», esclamò. «Che fortuna! Bella avrà il suo regalo, nonostante tutto».

Si preparava a partire, con la rosa sotto il mantello, quando il silenzio fu rotto da un ruggito terrificante. Il fuoco del camino sprizzò alte scintille e le fiamme della candela tremolarono. La porta d'ingresso si spalancò di colpo e apparve una figura mostruosa.

Era un uomo o una bestia? Era vestito come un uomo, ma aveva zampe pelose al posto delle mani e la testa era un intrico di pelo arruffato.

«Così rubi la mia roba, eh?», ringhiò la Bestia, mostrando le sue poderose zanne. «Bel ringraziamento dopo l'ospitalità che ti ho dato!».

L'uomo era mezzo morto di paura.

«La prego di perdonarmi, signore. Era per mia figlia Bella. Ma gliela restituisco subito, naturalmente».

«Troppo tardi!» grugni la Bestia. «Ora tientela... e portami in cambio tua figlia».

«No!» ansimò il povero padre. «No!».

«E allora ti mangerò subito», ruggì il mostro.

«Mangia pure me, ma non far del male a mia figlia», replicò il poveretto.

«Se la mandi qui, non le torcerò un capello», disse la Bestia. «Ti do la mia parola. Ora scegli».

Il padre della fanciulla accettò il terribile patto e la Bestia gli diede un anello magico che, se girato tre volte sul dito, avrebbe condotto Bella al suo palazzo. Il pover'uomo ritrovò il cavallo guarito, ma il suo viaggio verso casa fu pieno di tristezza. Raccontò tutto alle figlie, con aria desolata.

«Ha proprio detto che non mi farà del male, papà?» chiese Bella.

«Ha dato la sua parola».

«Allora dammi l'anello», disse Bella, «e, vi prego, non dimenticatemi».

Li baciò uno per uno, si mise l'anello e lo girò tre volte. In un attimo, si trovò nella dimora della Bestia.



Il mostro non era lì ad aspettarla, e non lo vide per parecchi giorni, ma la casa incantata badava a lei con molta cura: le porte si aprivano da sole, i candelieri fluttuavano su per le scale guidandola verso la sua camera, il cibo compariva magicamente. Bella non era intimorita da tutti quei misteri, soltanto si sentiva un po' sola.

Un giorno, mentre passeggiava nel giardino, incontrò la Bestia. Bella non poté fare a meno di gettare un grido e di coprirsi gli occhi.

«Non avere paura, Bella», mormorò la Bestia, cercando di rendere più gradevole la propria voce. «Sono venuto solo per salutarti e per sapere se ti piace stare in casa mia».

«Beh», rispose Bella con un profondo sospiro, «Preferirei essere a casa... ma qui vengo trattata molto bene».

«Allora non ti dispiace se passeggio un po' con te?», chiese la Bestia.

E così da quel giorno la Bestia venne spesso a trovare Bella, ma non si sedette mai alla grande tavola con lei, per non spaventarla troppo.

Piano piano, Bella si accorse che la Bestia aveva in realtà un cuore buono e generoso e cominciò ad aspettare con ansia il momento di vederlo.

«Ci sono degli uomini più mostri di te», gli diceva Bella. «E io preferisco mille volte te, così come sei, a quelli che, pur avendo aspetto umano, nascondono un cuore falso, corrotto e ingrato».

Una sera che Bella stava leggendo vicino al fuoco, la Bestia le si avvicinò e le disse all'improvviso: «Sposami, Bella». Aveva un'aria così trepidante che Bella provò pietà per lui.

«Tu mi piaci davvero molto, Bestia, ma non posso sposarti. Sarò sempre una buona amica per te». La Bestia le ripeté spesso la sua proposta. Lei rispondeva sempre «no» con la maggior grazia possibile.

Ma un giorno, Bella vide nello specchio magico, che la Bestia le aveva donato, che suo padre era gravemente ammalato e chiese il permesso di andare a visitarlo.

«Puoi andare a casa per otto giorni, se prometti di tornare», le concesse la Bestia.

Bella promise e, in un attimo, si trovò nella sua casa. Raccontò la sua storia e, solo vedendola, il padre cominciò a star meglio. Le sue sorelle si erano sposate, ma erano infelici. La prima aveva sposato un uomo vanitoso e vuoto che passava le giornate a curare la propria bellezza. La seconda aveva sposato un uomo acuto, ma cattivo, che si divertiva a punzecchiarla e mortificarla per dimostrare la sua intelligenza. Bella parlava invece della gentilezza e della bontà della Bestia.

La settimana trascorse in un baleno. Un po' per invidia e un po' per curiosità, le sorelle cominciarono a inventare pretesti su pretesti per trattenere Bella e farle dimenticare la promessa di tornare dalla Bestia. Un'altra settimana passò e niente accadde. Ma una sera, mentre Bella si stava spazzolando i capelli davanti allo specchio, la sua immagine scomparve e al suo posto vide la Bestia. Giaceva vicino alla fontana quasi sepolto dalle foglie cadute. Lontano da lei, la Bestia stava morendo.

«Oh!», esclamò Bella in lacrime. «Ti prego, non morire. Torno subito da te!».

Girò l'anello intorno al dito per tre volte e si trovò al suo fianco nel giardino.

«Ti prego, perdonami», singhiozzò, prendendo in grembo quell'enorme testone. Io non volevo ucciderti: ti voglio bene!».

Non appena Bella ebbe pronunciato queste parole, la casa si illuminò di infinite luci. Bella le vide attraverso gli occhi pieni di lacrime.

Ad un tratto la Bestia parlò, ma la sua voce era diversa. «Guardami, Bella e guarda che cosa ha fatto il tuo amore».

Bella si asciugò gli occhi e vide che stava accarezzando una testa di capelli biondi. La Bestia non c'era più e al suo posto c'era un bellissimo giovane.

«Chi sei?», mormorò. Egli le prese il viso tra le mani. «Sono un principe», rispose. «Una strega mi aveva tramutato per sempre in mostro e solo l'amore sincero di una fanciulla mi avrebbe potuto salvare. Sono così contento che tu sia tornata. Ora, vorrai sposarmi?».

«Certo, mio principe». E vissero per sempre felici e contenti.

allegato 3 - Brani di VANGELO: "Gesù e il corpo" (stampare e distribuire ai giovanissimi)

Gesù ASSUME un corpo per volontà di Dio Padre e per azione dello Spirito Santo:

"L'angelo disse a Maria: «Non temere, Maria, perché hai trovato grazia presso Dio. Ed ecco, concepirai un figlio, lo darai alla luce e lo chiamerai Gesù... Lo Spirito Santo scenderà su di te»."

(Vangelo secondo Luca 1,31-35)

Gesù GUARISCE il corpo degli uomini e non solo il corpo.

"Ecco, si avvicinò un lebbroso, si prostrò davanti a Gesù e disse: «Signore, se vuoi, puoi purificarmi». Gesù tese la mano e lo toccò dicendo: «Lo voglio, sii purificato!». E subito la sua lebbra fu guarita."

(Vangelo secondo Matteo 8,2-3)

"Entrato a Cafarnao, venne incontro a Gesù un centurione che lo scongiurava e diceva: «Signore, il mio servo è in casa, a letto, paralizzato e soffre terribilmente» Gli disse: «Verrò e lo guarirò»."

(Vangelo secondo Matteo 8,5-7)

"Entrato nella casa di Pietro, Gesù vide la suocera di lui che era a letto con la febbre.

Le toccò la mano e la febbre la lasciò; poi ella si alzò e lo serviva."

(Vangelo secondo Matteo 8,14-15)

"Venuta la sera, portarono a Gesù molti indemoniati ed egli scacciò gli spiriti con la parola e guarì tutti i malati, perché si compisse ciò che era stato detto per mezzo del profeta Isaia: Egli ha preso le nostre infermità e si è caricato delle malattie."

(Vangelo secondo Matteo 8,16-17)

Gesù AMA con il suo corpo.

"Ora, mentre mangiavano, Gesù prese il pane, recitò la benedizione, lo spezzò e, mentre lo dava ai discepoli, disse: «Prendete, mangiate: questo è il mio corpo»"

(Vangelo secondo Matteo 26,26)

Gesù ASSUME un corpo per volontà di Dio Padre e per azione dello Spirito Santo:

"L'angelo disse a Maria: «Non temere, Maria, perché hai trovato grazia presso Dio. Ed ecco, concepirai un figlio, lo darai alla luce e lo chiamerai Gesù... Lo Spirito Santo scenderà su di te»."

(Vangelo secondo Luca 1,31-35)

Gesù GUARISCE il corpo degli uomini e non solo il corpo.

"Ecco, si avvicinò un lebbroso, si prostrò davanti a Gesù e disse: «Signore, se vuoi, puoi purificarmi». Gesù tese la mano e lo toccò dicendo: «Lo voglio, sii purificato!». E subito la sua lebbra fu guarita."

(Vangelo secondo Matteo 8,2-3)

"Entrato a Cafarnao, venne incontro a Gesù un centurione che lo scongiurava e diceva: «Signore, il mio servo è in casa, a letto, paralizzato e soffre terribilmente» Gli disse: «Verrò e lo guarirò»."

(Vangelo secondo Matteo 8,5-7)

"Entrato nella casa di Pietro, Gesù vide la suocera di lui che era a letto con la febbre.

Le toccò la mano e la febbre la lasciò; poi ella si alzò e lo serviva."

(Vangelo secondo Matteo 8,14-15)

"Venuta la sera, portarono a Gesù molti indemoniati ed egli scacciò gli spiriti con la parola e guarì tutti i malati, perché si compisse ciò che era stato detto per mezzo del profeta Isaia: Egli ha preso le nostre infermità e si è caricato delle malattie."

(Vangelo secondo Matteo 8,16-17)

Gesù AMA con il suo corpo.

"Ora, mentre mangiavano, Gesù prese il pane, recitò la benedizione, lo spezzò e, mentre lo dava ai discepoli, disse: «Prendete, mangiate: questo è il mio corpo»"

(Vangelo secondo Matteo 26,26)

allegato 4 - LA PREGHIERA: "Nelle tue mani, Signore!"

(stampare e distribuire ai giovanissimi)

NELLE TUE MANI, SIGNORE!

*O Signore,
fa' di me uno strumento della tua pace:
dove è odio che io porti l'amore,
dove è offesa che io porti il perdono,
dove è discordia che io porti l'unione,
dove è dubbio che io porti la fede,
dove è errore che io porti la verità,
dove è disperazione che io porti la speranza,
dove è tristezza che io porti la gioia,
dove sono le tenebre che io porti la luce.*

*Fa' che io non cerchi tanto:
di essere consolato quanto di consolare,
di essere compreso quanto di comprendere,
di essere amato quanto di amare...*

*Perché è donando che si riceve,
è perdonando che si è perdonati,
è morendo che si risuscita alla Vita.*

NELLE TUE MANI, SIGNORE!

*O Signore,
fa' di me uno strumento della tua pace:
dove è odio che io porti l'amore,
dove è offesa che io porti il perdono,
dove è discordia che io porti l'unione,
dove è dubbio che io porti la fede,
dove è errore che io porti la verità,
dove è disperazione che io porti la speranza,
dove è tristezza che io porti la gioia,
dove sono le tenebre che io porti la luce.*

*Fa' che io non cerchi tanto:
di essere consolato quanto di consolare,
di essere compreso quanto di comprendere,
di essere amato quanto di amare...*

*Perché è donando che si riceve,
è perdonando che si è perdonati,
è morendo che si risuscita alla Vita.*

NELLE TUE MANI, SIGNORE!

*O Signore,
fa' di me uno strumento della tua pace:
dove è odio che io porti l'amore,
dove è offesa che io porti il perdono,
dove è discordia che io porti l'unione,
dove è dubbio che io porti la fede,
dove è errore che io porti la verità,
dove è disperazione che io porti la speranza,
dove è tristezza che io porti la gioia,
dove sono le tenebre che io porti la luce.*

*Fa' che io non cerchi tanto:
di essere consolato quanto di consolare,
di essere compreso quanto di comprendere,
di essere amato quanto di amare...*

*Perché è donando che si riceve,
è perdonando che si è perdonati,
è morendo che si risuscita alla Vita.*

NELLE TUE MANI, SIGNORE!

*O Signore,
fa' di me uno strumento della tua pace:
dove è odio che io porti l'amore,
dove è offesa che io porti il perdono,
dove è discordia che io porti l'unione,
dove è dubbio che io porti la fede,
dove è errore che io porti la verità,
dove è disperazione che io porti la speranza,
dove è tristezza che io porti la gioia,
dove sono le tenebre che io porti la luce.*

*Fa' che io non cerchi tanto:
di essere consolato quanto di consolare,
di essere compreso quanto di comprendere,
di essere amato quanto di amare...*

*Perché è donando che si riceve,
è perdonando che si è perdonati,
è morendo che si risuscita alla Vita.*

4° incontro LA TUA VITA "MANIPOLATA"

OBIETTIVO

Viviamo in un mondo in cui **ci vogliono far credere che tutto è provvisorio e tutto si compra**.

L'uomo è valutato come un "prodotto" in mezzo ad una miriade di prodotti, con una data di scadenza.

I giovani sono bombardati di spot che stimolano i loro *desideri* e li orientano all'*acquisto* dei prodotti, ma nessuno di questi prodotti dona una goccia di felicità, anzi... fa crescere la frustrazione.

Gli animatori accompagnano il gruppo ad **acquisire la consapevolezza del fatto che "qualcuno" guarda a loro** con gli stessi occhi con cui *il lupo* - nella favola - *guardava a cappuccetto rosso*, cioè **con l'intenzione di ipnotizzarli-stordirli-usarli-spremerli-gettarli**, dopo aver raccolto uno splendido "bottino di guerra".

I Giovanissimi sono posti **di fronte alla "dèa" PUBBLICITA'** per conoscerne il volto più nascosto.

CI GUARDIAMO INTORNO

- **Nel giorni precedenti l'incontro, gli animatori scaricano alcune VIDEO-PUBBLICITA' significative** (è bene anche cercare la pubblicità che "sfrutta" il corpo umano per vendere prodotti visto che abbiamo affrontato - nell'incontro precedente - proprio il tema del "corpo") e possono anche raccogliere la pubblicità sulla carta stampata...
- L'incontro può iniziare con **la visione degli spot** che gli animatori hanno raccolto (video e carta stampata)... È importante che gli animatori aiutino il gruppo a **esaminare i particolari di ogni spot** per scoprire:
 - **le immagini** scelte dallo spot,
 - **i valori** richiamati,
 - **i gesti** delle persone presenti nello spot,
 - **le parole** impiegate,
 - **il messaggio** che lo spot vuole far passare...
- Ora gli animatori invitano il gruppo ad **ascoltare la TESTIMONIANZA di una coetanea** (distribuire a ciascuno, vedi ALLEGATO 1a)
 - ❖ **Dal tema di Federica, 3° ITPA:**
*"Nella società di oggi prevale l'importanza delle cose sulla persona, e questo vale a qualsiasi età.
 «Se vuoi essere "in" devi essere alla moda... se no sei "out"!».*
Il mercato odierno sfrutta l'emotività delle persone tanto da far sì che uno trovi nei beni una certa fonte di rassicurazione, di conforto, di sicurezza: solo così sembra di stare bene, sentirsi bene con se stessi e in pace con il mondo.
E così ci sembra di essere dentro una gara a chi più possiede, a chi è più alla moda e al passo con i tempi. Appena esce qualcosa di nuovo in commercio scatta un meccanismo per cui nelle persone nasce un misto di egoismo e di insicurezza, che spinge a comprare, comprare..."
- **Si apre una RIFLESSIONE in gruppo** su quello che ha scritto Federica...
- Gli animatori invitano i giovanissimi a **compilare un TEST** (vedi ALLEGATO 2)...
- Gli animatori - se lo ritengono opportuno - possono **accostare il gruppo a questi due STUDI di specialisti**, che fanno riferimento al **"mondo della pubblicità"** (vedi ALLEGATO 1b):

❖ **Il critico letterario Frederic Beigbeder** ha scritto un libro in cui ha svelato il mondo segreto delle agenzie pubblicitarie, suscitando un grande scalpore e procurandosi così il licenziamento dalla propria agenzia pubblicitaria in cui lavorava. Udite, udite:

“Sono un pubblicitario: ebbene sì, inquinò l’universo. Io sono quello che vi vende tutta quella m... Quello che vi fa sognare cose che non avrete mai. Cielo sempre blu, ragazze sempre belle, una felicità perfetta ritoccata in Photoshop. Immagini leccate, musiche nel vento. Quando voi - a forza di risparmi - riuscirete a pagarvi l’auto dei vostri sogni, quella che ho lanciato nella mia ultima campagna, io l’avrò già fatta passare di moda. Sarò già tre tendenze più avanti, riuscendo così a farvi sentire sempre insoddisfatti.

Io vi drogo di novità, e il vantaggio della novità è che non resta mai nuova. C’è sempre una novità più nuova che fa invecchiare la precedente. Farvi sbavare è la mia missione. Nel mio mestiere nessuno desidera la vostra felicità, perché la gente felice non consuma...

Vi proibisco di annoiarvi. Vi impedisco di pensare. Il terrorismo della novità mi serve a vendere il vuoto. Io stabilisco cos’è Vero, cos’è Bello, cos’è Bene. Più io gioco con il vostro subconscio, più voi mi obbedite... Mmm, è bellissimo penetrarvi nel cervello. Godo nel vostro emisfero destro. Il vostro desiderio non vi appartiene più: io vi impongo il mio. Vi proibisco di desiderare a caso. Il vostro desiderio è il risultato di un investimento calcolato in miliardi di euro. Sono io che decido oggi quello che voi vorrete domani... Cosa ci posso fare se l’umanità ha scelto di sostituire Dio con prodotti di largo consumo?”

(F.Beigbeder, LIRE 26.900, Feltrinelli, Milano 2004, pp.17-20)

❖ **Lo psichiatra Vittorino Andreoli** dichiara in un suo famoso libro sulla realtà giovanile:

“I giovani sono riempiti di desideri da spot e vogliono ciò che lo spot impone di consumare. Sono giovani normali ma idioti, sepolti dagli oggetti del mercato: un grande imbroglio a vantaggio della produzione.

Se non hai quell’oggetto, ti copri di vergogna. Non sei nulla se non gli oggetti che acquisti, che il produttore deve vendere. Una logica perversa che arricchisce uccidendo. I corpi sono cadaveri, ma consumano e ciò basta per la produzione che non ha bisogno di persone.

I giovani tendono ad essere tutti uguali, omologati, perché scelgono gli identici oggetti. La televisione è un sistema inserito nella produzione: uno strumento per vendere telespettatori alle aziende. Il mercato dell’inutile è troppo vasto, sta oscurando la percezione del necessario e così uno non sa più che cosa veramente serve. Gli oggetti hanno stravolto il senso dell’uomo: ciò che egli è, si confonde con quanto egli ha. I giovani in questo modo chiedono cose, non affetti. Sposano abbigliamenti, non donne!”

(V.Andreoli, GIOVANI, Rizzoli, Milano 1994, pp.171-173)

- o Finita la lettura, **gli animatori stimolano il DIBATTITO nel gruppo:**
 - «In cosa **siete d’accordo?**», «Cosa **non accettate?**»,
 - «**Quanto pensi influisca la pubblicità su di te?** Per scoprire questo aspetto, prova a pensare tutte le volte che acquisti un prodotto (cellulare, abbigliamento, occhiali...) **a quali criteri ti rifai** (“deve piacere a me”, “mi deve essere utile”, “deve piacere agli altri”, “devo farmi notare”...)?»...

ASCOLTIAMO IL SIGNORE

- o Gli animatori invitano il gruppo a volgere l’attenzione ad una persona che è vissuta felice e libera di nome **GESÙ di Nazaret:**
«Ci accostiamo all’uomo Gesù che ha vissuto su questa terra con un totale affidamento al Padre del cielo e una piena dedizione agli uomini e al loro vero bene, e che continua a insegnarci a vivere e...a non farci fregare da chi vende fumo!
Ascoltiamo alcune sue espressioni famose che “pubblicizzano” la vera vita e la vera libertà» (distribuire il testo a ciascuno, vedi ALLEGATO 3):

“Non accumulate tesori per voi sulla terra, dove torma e ruggine consumano e dove ladri scassinano e rubano; accumulate invece per voi tesori in cielo, dove né torma né ruggine consumano e dove ladri non scassinano e non rubano. Perché dov’è il tuo tesoro, là sarà anche il tuo cuore”

(Vangelo secondo Matteo 6,19-21)

“Entrate per la porta stretta, perché larga è la porta e spaziosa la via che conduce alla perdizione, e molti sono quelli che vi entrano. Quanto stretta è la porta e angusta la via che conduce alla vita, e pochi sono quelli che la trovano!”

(Vangelo secondo Matteo 7,13-14)



"Guardatevi dai falsi profeti, che vengono a voi in veste di pecore, ma dentro sono lupi rapaci!"
(Vangelo secondo Matteo 7,15)

*"Chi avrà tenuto per sé la propria vita la perderà,
e chi avrà perduto la propria vita per causa mia la troverà"*
(Vangelo secondo Matteo 10,39)

*"Chi vuole diventare grande tra voi, sarà vostro servitore e chi vuole essere il primo tra voi,
sarà vostro schiavo. Come il Figlio dell'uomo che non è venuto per farsi servire, ma per
servire e dare la propria vita"*
(Vangelo secondo Matteo 20,26-28)

- Dopo la lettura, gli animatori invitano alla **RIFLESSIONE**: «Ognuno di voi **scelga la frase di Gesù che lo ha incuriosito di più... la legge** ad alta voce nel gruppo e **spiega il motivo** di tale scelta»...
- Gli animatori possono **richiamare l'attenzione del gruppo su alcune di queste parole di Gesù...**
- **Poi domandano** al gruppo:
 - «**Quali criteri guidano** queste parole di Gesù che abbiamo ascoltato?»
 - «**Quale logica** si nasconde nelle parole di Gesù?»...
 - «**La logica che anima la pubblicità** è la stessa che guida Gesù nelle sue azioni?»...

DECIDIAMO INSIEME

- Gli animatori invitano i giovanissimi a **individuare un IMPEGNO da vivere nella prossima settimana**:
«DECIDIAMO INSIEME - per una settimana - **di.....**»
- **Al prossimo incontro si verificherà** l'impegno preso dal gruppo.

PREGHIAMO

- **Si legge insieme questa PREGHIERA d'invocazione: "Desiderio di felicità"** (vedi ALLEGATO 4):
*Signore,
 quanti desideri portiamo dentro di noi!
 Essere simpatici, liberi,
 sani, belli, diversi,
 forti, grandi...
 Tu hai messo in noi il desiderio della felicità
 che ci spinge sempre a cercare
 per non fermarci in braccio alla pigrizia.
 Il guaio è che noi ci lasciamo incantare dalla pubblicità
 che ci propone di comperare i suoi prodotti
 illudendo di farci stare meglio,
 ma non è così...
 Aiutaci, Signore, a cercare te,
 per imparare a conoscere la via
 che porta alla gioia vera e duratura
 e non farci più fregare dalla pubblicità!*

allegato 1a - TESTIMONIANZA di una coetanea

(stampare e distribuire ai giovanissimi)

❖ **Dal tema di Federica, 3° ITPA:**

*“Nella società di oggi prevale l'importanza delle cose sulla persona, e questo vale a qualsiasi età.
«Se vuoi essere “in” devi essere alla moda... se no sei “out”!».*

Il mercato odierno sfrutta l'emotività delle persone tanto da far sì che uno trovi nei beni una certa fonte di assicurazione, di conforto, di sicurezza: solo così sembra di stare bene, sentirsi bene con se stessi e in pace con il mondo.

E così ci sembra di essere dentro una gara a chi più possiede, a chi è più alla moda e al passo con i tempi. Appena esce qualcosa di nuovo in commercio scatta un meccanismo per cui nelle persone nasce un misto di egoismo e di insicurezza, che spinge a comprare, comprare...”

❖ **Dal tema di Federica, 3° ITPA:**

*“Nella società di oggi prevale l'importanza delle cose sulla persona, e questo vale a qualsiasi età.
«Se vuoi essere “in” devi essere alla moda... se no sei “out”!».*

Il mercato odierno sfrutta l'emotività delle persone tanto da far sì che uno trovi nei beni una certa fonte di assicurazione, di conforto, di sicurezza: solo così sembra di stare bene, sentirsi bene con se stessi e in pace con il mondo.

E così ci sembra di essere dentro una gara a chi più possiede, a chi è più alla moda e al passo con i tempi. Appena esce qualcosa di nuovo in commercio scatta un meccanismo per cui nelle persone nasce un misto di egoismo e di insicurezza, che spinge a comprare, comprare...”

❖ **Dal tema di Federica, 3° ITPA:**

*“Nella società di oggi prevale l'importanza delle cose sulla persona, e questo vale a qualsiasi età.
«Se vuoi essere “in” devi essere alla moda... se no sei “out”!».*

Il mercato odierno sfrutta l'emotività delle persone tanto da far sì che uno trovi nei beni una certa fonte di assicurazione, di conforto, di sicurezza: solo così sembra di stare bene, sentirsi bene con se stessi e in pace con il mondo.

E così ci sembra di essere dentro una gara a chi più possiede, a chi è più alla moda e al passo con i tempi. Appena esce qualcosa di nuovo in commercio scatta un meccanismo per cui nelle persone nasce un misto di egoismo e di insicurezza, che spinge a comprare, comprare...”

❖ **Dal tema di Federica, 3° ITPA:**

*“Nella società di oggi prevale l'importanza delle cose sulla persona, e questo vale a qualsiasi età.
«Se vuoi essere “in” devi essere alla moda... se no sei “out”!».*

Il mercato odierno sfrutta l'emotività delle persone tanto da far sì che uno trovi nei beni una certa fonte di assicurazione, di conforto, di sicurezza: solo così sembra di stare bene, sentirsi bene con se stessi e in pace con il mondo.

E così ci sembra di essere dentro una gara a chi più possiede, a chi è più alla moda e al passo con i tempi. Appena esce qualcosa di nuovo in commercio scatta un meccanismo per cui nelle persone nasce un misto di egoismo e di insicurezza, che spinge a comprare, comprare...”

allegato 1b - Alcuni STUDI: "Il mondo della pubblicità"

(stampare e distribuire ai giovanissimi)

❖ **Il critico letterario Frederic Beigbeder** ha scritto un libro in cui ha svelato il mondo segreto delle agenzie pubblicitarie, suscitando un grande scalpore e procurandosi così il licenziamento dalla propria agenzia pubblicitaria in cui lavorava. Udite, udite:

"Sono un pubblicitario: ebbene sì, inquinò l'universo. Io sono quello che vi vende tutta quella m... Quello che vi fa sognare cose che non avrete mai. Cielo sempre blu, ragazze sempre belle, una felicità perfetta ritoccata in Photoshop. Immagini leccate, musiche nel vento.

Quando voi - a forza di risparmi - riuscirete a pagarvi l'auto dei vostri sogni, quella che ho lanciato nella mia ultima campagna, io l'avrò già fatta passare di moda. Sarò già tre tendenze più avanti, riuscendo così a farvi sentire sempre insoddisfatti.

Io vi drogo di novità, e il vantaggio della novità è che non resta mai nuova. C'è sempre una novità più nuova che fa invecchiare la precedente. Farvi sbavare è la mia missione. Nel mio mestiere nessuno desidera la vostra felicità, perché la gente felice non consuma...

Vi proibisco di annoiarvi. Vi impedisco di pensare. Il terrorismo della novità mi serve a vendere il vuoto. Io stabilisco cos'è Vero, cos'è Bello, cos'è Bene. Più io gioco con il vostro subconscio, più voi mi obbedite... Mmm, è bellissimo penetrarvi nel cervello. Godo nel vostro emisfero destro. Il vostro desiderio non vi appartiene più: io vi impongo il mio. Vi proibisco di desiderare a caso. Il vostro desiderio è il risultato di un investimento calcolato in miliardi di euro. Sono io che decido oggi quello che voi vorrete domani...

Cosa ci posso fare se l'umanità ha scelto di sostituire Dio con prodotti di largo consumo?"

(F.Beigbeder, LIRE 26.900, Feltrinelli, Milano 2004, pp.17-20)

❖ **Lo psichiatra Vittorino Andreoli** dichiara in un suo famoso libro sulla realtà giovanile:

"I giovani sono riempiti di desideri da spot e vogliono ciò che lo spot impone di consumare. Sono giovani normali ma idioti, sepolti dagli oggetti del mercato: un grande imbroglio a vantaggio della produzione.

Se non hai quell'oggetto, ti copri di vergogna. Non sei nulla se non gli oggetti che acquisti, che il produttore deve vendere. Una logica perversa che arricchisce uccidendo. I corpi sono cadaveri, ma consumano e ciò basta per la produzione che non ha bisogno di persone.

I giovani tendono ad essere tutti uguali, omologati, perché scelgono gli identici oggetti. La televisione è un sistema inserito nella produzione: uno strumento per vendere telespettatori alle aziende. Il mercato dell'inutile è troppo vasto, sta oscurando la percezione del necessario e così uno non sa più che cosa veramente serve.

Gli oggetti hanno stravolto il senso dell'uomo: ciò che egli è, si confonde con quanto egli ha. I giovani in questo modo chiedono cose, non affetti. Sposano abbigliamenti, non donne!"

(V.Andreoli, GIOVANI, Rizzoli, Milano 1994, pp.171-173)

allegato 2 - Il TEST

(stampare e distribuire ai giovanissimi)

Prova a preparare una lista di cose strettamente necessarie per vivere:

Restringi ora il campo e prova a individuare i 5 oggetti che porteresti con te sulla zattera in caso di naufragio.

allegato 3 - Brani di VANGELO: "La vera vita e la vera libertà"

(stampare e distribuire ai giovanissimi)

"Non accumulate tesori per voi sulla terra, dove tarma e ruggine consumano e dove ladri scassinano e rubano; accumulate invece per voi tesori in cielo, dove né tarma né ruggine consumano e dove ladri non scassinano e non rubano.

Perché dov'è il tuo tesoro, là sarà anche il tuo cuore"

(Vangelo secondo Matteo 6,19-21)

"Entrate per la porta stretta, perché larga è la porta e spaziosa la via che conduce alla perdizione, e molti sono quelli che vi entrano. Quanto stretta è la porta e angusta la via che conduce alla vita, e pochi sono quelli che la trovano!"

(Vangelo secondo Matteo 7,13-14)

"Guardatevi dai falsi profeti, che vengono a voi in veste di pecore, ma dentro sono lupi rapaci!"

(Vangelo secondo Matteo 7,15)

"Chi avrà tenuto per sé la propria vita la perderà, e chi avrà perduto la propria vita per causa mia la troverà"

(Vangelo secondo Matteo 10,39)

"Chi vuole diventare grande tra voi, sarà vostro servitore e chi vuole essere il primo tra voi, sarà vostro schiavo. Come il Figlio dell'uomo che non è venuto per farsi servire, ma per servire e dare la propria vita"

(Vangelo secondo Matteo 20,26-28)

"Non accumulate tesori per voi sulla terra, dove tarma e ruggine consumano e dove ladri scassinano e rubano; accumulate invece per voi tesori in cielo, dove né tarma né ruggine consumano e dove ladri non scassinano e non rubano.

Perché dov'è il tuo tesoro, là sarà anche il tuo cuore"

(Vangelo secondo Matteo 6,19-21)

"Entrate per la porta stretta, perché larga è la porta e spaziosa la via che conduce alla perdizione, e molti sono quelli che vi entrano. Quanto stretta è la porta e angusta la via che conduce alla vita, e pochi sono quelli che la trovano!"

(Vangelo secondo Matteo 7,13-14)

"Guardatevi dai falsi profeti, che vengono a voi in veste di pecore, ma dentro sono lupi rapaci!"

(Vangelo secondo Matteo 7,15)

"Chi avrà tenuto per sé la propria vita la perderà, e chi avrà perduto la propria vita per causa mia la troverà"

(Vangelo secondo Matteo 10,39)

"Chi vuole diventare grande tra voi, sarà vostro servitore e chi vuole essere il primo tra voi, sarà vostro schiavo. Come il Figlio dell'uomo che non è venuto per farsi servire, ma per servire e dare la propria vita"

(Vangelo secondo Matteo 20,26-28)

allegato 4 - LA PREGHIERA: "Desiderio di felicità" (stampare e distribuire ai giovanissimi)

DESIDERIO DI FELICITÀ

Signore,
 quanti desideri portiamo dentro di noi!
 Essere simpatici, liberi,
 sani, belli, diversi, forti, grandi...
 Tu hai messo in noi
 il desiderio della felicità
 che ci spinge sempre a cercare
 per non fermarci in braccio alla pigrizia.
 Il guaio è che noi
 ci lasciamo incantare dalla pubblicità
 che ci propone di comperare i suoi prodotti
 illudendo di farci stare meglio,
 ma non è così...
 Aiutaci, Signore, a cercare te,
 per imparare a conoscere la via
 che porta alla gioia vera e duratura
 e non farci più fregare dalla pubblicità!

DESIDERIO DI FELICITÀ

Signore,
 quanti desideri portiamo dentro di noi!
 Essere simpatici, liberi,
 sani, belli, diversi, forti, grandi...
 Tu hai messo in noi
 il desiderio della felicità
 che ci spinge sempre a cercare
 per non fermarci in braccio alla pigrizia.
 Il guaio è che noi
 ci lasciamo incantare dalla pubblicità
 che ci propone di comperare i suoi prodotti
 illudendo di farci stare meglio,
 ma non è così...
 Aiutaci, Signore, a cercare te,
 per imparare a conoscere la via
 che porta alla gioia vera e duratura
 e non farci più fregare dalla pubblicità!

DESIDERIO DI FELICITÀ

Signore,
 quanti desideri portiamo dentro di noi!
 Essere simpatici, liberi,
 sani, belli, diversi, forti, grandi...
 Tu hai messo in noi
 il desiderio della felicità
 che ci spinge sempre a cercare
 per non fermarci in braccio alla pigrizia.
 Il guaio è che noi
 ci lasciamo incantare dalla pubblicità
 che ci propone di comperare i suoi prodotti
 illudendo di farci stare meglio,
 ma non è così...
 Aiutaci, Signore, a cercare te,
 per imparare a conoscere la via
 che porta alla gioia vera e duratura
 e non farci più fregare dalla pubblicità!

DESIDERIO DI FELICITÀ

Signore,
 quanti desideri portiamo dentro di noi!
 Essere simpatici, liberi,
 sani, belli, diversi, forti, grandi...
 Tu hai messo in noi
 il desiderio della felicità
 che ci spinge sempre a cercare
 per non fermarci in braccio alla pigrizia.
 Il guaio è che noi
 ci lasciamo incantare dalla pubblicità
 che ci propone di comperare i suoi prodotti
 illudendo di farci stare meglio,
 ma non è così...
 Aiutaci, Signore, a cercare te,
 per imparare a conoscere la via
 che porta alla gioia vera e duratura
 e non farci più fregare dalla pubblicità!

5° incontro IL TUO DESIDERIO DI LIBERTÀ'

OBIETTIVO

Nessuna parola, forse, è così carica di risonanze come la parola “LIBERTÀ”.

Ci si scopre ogni giorno più gelosi della nostra libertà. Guai a chi vuole intromettersi nelle nostre decisioni, a chi tenta di introdursi nei nostri sentimenti! **Non si sopportano leggi e imposizioni esterne** che sembrano soffocare e limitare impulsi e gioia di vivere.

Ma, allo stesso tempo, la libertà è una forza dirompente, che può provocare incertezze, paure ed anche angoscia.

Gli animatori accompagnano i giovanissimi ad **ascoltare il DESIDERIO DI LIBERTÀ** che portano in cuore e a **confrontarsi con le ESPERIENZE DI LIBERTÀ (autentiche e false)** che incontrano nella loro vita.

CI GUARDIAMO INTORNO

- **Gli animatori chiedono a ogni giovanissimo di scrivere sopra un foglietto una DEFINIZIONE di “libertà”...**
- **Si potrebbe invitare nel gruppo un TESTIMONE** a raccontare la propria “scelta di libertà” controcorrente che sta portando avanti nella sua vita quotidiana...
- Si possono leggere **tre TESTIMONIANZE di giovanissimi che raccontano la loro esperienza di “libertà”** (distribuire il testo a ognuno, vedi ALLEGATO 1a):

❖ **La testimonianza di Riccardo**, 16enne:

“La scorsa estate mi è capitato di passare una settimana in montagna con un gruppo di ragazzi tra i 16 e i 19 anni.

Eravamo felicissimi di poter stare alcuni giorni senza i genitori tra i piedi ed eravamo convinti che insieme saremmo riusciti a cavarcela facilmente e a divertirci come matti.

Dopo due giorni abbiamo visto che – anche se potevamo fare tutto quello che volevamo perché non c'erano i genitori a sgridarci – non era facile organizzare la giornata, cercando di svolgere bene gli impegni che ci eravamo distribuiti.

Qualcuno di noi ha provato a fare il furbo, trascurando il proprio impegno e lasciando che altri lo svolgessero; questo ha generato tensioni e sono volate parole pesanti...

Questo fatto ci ha aiutato a comprendere che non potevamo fare tutto quello che ci piaceva fregandocene degli altri; se volevamo passare una bella settimana insieme, dovevamo vivere accettando alcune regole fondamentali che ci aiutassero a vivere insieme da amici.

Dopo aver discusso a lungo, siamo riusciti a correggere alcuni comportamenti sbagliati che ci avrebbero portati a rovinare la vacanza...

È proprio vero che essere liberi non è per niente facile!!!”.

❖ **Dal diario di Gloria**, 15enne:

“Sono qui in camera mia e, in teoria, dovrei studiare matematica, ma non ne ho voglia... sono stufo della scuola! Mia madre rompe sempre: «Gloria, studia, studia, studia!!!».

Ne ho le palle piene di fare sempre quello che hanno deciso gli altri! In casa mi comanda mia madre, a scuola mi comandano i prof, in oratorio mi comandano gli animatori... sono mica una deficiente! Arrivo a capire da sola cosa devo fare...



*Come sarebbe bello se potessi obbedire a quello che io-mi-sento-di-fare!
Potessi fregarmene di tutto e di tutti... ed essere finalmente LIBERA !!!!!”.*

❖ **La testimonianza di Gigi**, 17enne:

“Certe volte mi sento addosso un desiderio folle di fare quello che mi piace. Vorrei piegarmi al mio umore del momento, lasciarmi andare senza problemi, non c'è niente di male, lo fanno tutti!

Ma poi riesco a frenarmi, a resistere, perché incomincio a pensare alle conseguenze... Se mi lascio andare cosa ne ricavo? Come mi sento il giorno dopo?...

Non è giusto, non è bene lasciarmi andare a soddisfare le mie voglie fregandomene degli altri...

Se voglio vivere l'amicizia con gli altri, se desidero che gli altri mi vogliano bene, non posso ridurmi a fare quello che piace a me... Devo essere libero dalle mie voglie, capace di controllarle e dominarle!”.

- Gli animatori aprono **la RIFLESSIONE su queste tre testimonianze**:
 - «In quale di queste tre storie ti ritrovi meglio?»,
 - «Quale dei tre ragazzi ammiri di più? E perché?»,
 - «Quali sono le parole ascoltate in queste tre storie di ragazzi che non accetti?»...
- Si può invitare il gruppo (se è numeroso si può dividere in due o tre) a **scrivere un DECALOGO in cui indicare le caratteristiche del “giovane libero”** (vedi ALLEGATO 2)...
- **Gli animatori possono fare riferimento a due STUDI** che prendono in esame il *desiderio di libertà* presente negli adolescenti di oggi (vedi ALLEGATO 1b)

❖ **Il giornalista Carlo Climati** - parlando di molti giovani ai quali piace “vivere la notte” - scrive:

“Un aspetto importante da prendere in considerazione, parlando di educazione, è quello del «Fa' ciò che vuoi». Tanti giovani, oggi, sono invitati a vivere all'insegna dell'imperativo: «Puoi fare ciò che ti pare».

Spesso sono gli stessi genitori a proporre ai ragazzi questo tipo di insegnamento. A volte – quando parlano dei loro figli - li sentiamo dire: «Io lo lascio libero, deciderà lui quando sarà maggiorenne», oppure: «Non voglio condizionarlo, deve essere lui a scegliere liberamente».

Tutto questo può sembrare un'opportunità. Ma i ragazzi sono costantemente bombardati dai messaggi commerciali e non solo... Di conseguenza il vuoto lasciato dai genitori sarà colmato inevitabilmente dalla spazzatura proposta da internet, dalla TV e dagli altri nuovi mezzi di comunicazione”.

Se i giovani non vengono educati a scegliere, non potranno diventare capaci-di-scegliere; quindi non cresceranno liberi ma fragili, disorientati e schiavi, facili prede di lupi rapaci che se li mangiano in un boccone. (C.Climati, IL POPOLO DELLA NOTTE, ed. Paoline, Milano 2002, pp.24-26)

❖ **Un docente di psicologia e studioso di fenomeni giovanili, Giorgio Tonolo**, scrive:

“A questa età i ragazzi e le ragazze aumentano fortemente i comportamenti di fatto più autonomi. Hanno più libertà di uscire alla sera (dal 19% verso i 14 anni, al 56% verso i 19 anni). Scelgono più frequentemente loro stessi i propri amici; risentono di un controllo meno rigoroso quanto a scelte di letture, persone e luoghi di frequenza; usano il denaro in modo più personale e riconoscono in misura crescente l'opportunità e anche la capacità di cavarsela da soli quando si trovino in situazioni nuove e impreviste (dal 23,5% a 14 anni, al 39% a 19 anni)”.

(G.Tonolo, ADOLESCENZA E IDENTITÀ', ed. il Mulino, Bologna 1999, p.150)

- **La RIFLESSIONE** nel gruppo prosegue facendo riferimento all’**“esperienza di libertà”** che i **giovanissimi stanno facendo nella loro quotidianità**:
 - «Quali sono le esperienze più belle di libertà che stai vivendo?»,
 - «In quali esperienze invece ti sei sentito ingannato e deluso?»,
 - «Quando devi prendere una decisione importante, ti senti sicuro? Decidi da solo o chiedi aiuto a qualcuno? E a chi?»...

ASCOLTIAMO IL SIGNORE

- o Gli animatori orientano il gruppo ad **ascoltare l'esperienza di un "Uomo" veramente libero**, che si è **AFFIDATO tutto al Padre** e si è **DEDICATO tutto agli uomini: GESÙ, il Figlio di Dio** (vedi ALLEGATO 3):

Gli occhi di Gesù.

Un uomo si riconosce dal suo sguardo. Degli occhi di Gesù non conosciamo il colore, ma dovevano possedere una forza magnetica se i pescatori del lago di Galilea lasciano tutto e gli vanno dietro. Anche le folle ne restano ammaliato: lo seguono a fiamme e si dimenticano addirittura di mangiare.

Quello del Nazareno doveva essere uno sguardo penetrante e avvolgente. Sguardo di tenerezza che si appunta sul giovane ricco, ma si vela subito di tristezza per la risposta abortita; sguardo percorso da lampi di collera nei confronti dei farisei ostinati che cercano di coglierlo in fallo: sguardo che si stampa per sempre nella memoria di Pietro che lo ha rinnegato.

Incontrare un personaggio simile doveva essere un'esperienza fortissima. L'evangelista Giovanni era molto giovane quando si trovò per la prima volta davanti a Gesù, sulle rive del Giordano. Diventato ormai vecchio, il discepolo prediletto amava ripensare al momento in cui lo aveva guardato per la prima volta. Più di cinquant'anni dopo ricordava addirittura l'ora di quell'incontro che aveva sconvolto la sua vita: *"Erano circa le quattro del pomeriggio"* (Vangelo secondo Giovanni 1,39).

Le sue mani.

Un uomo si riconosce dalle sue mani. Forti e tenere, quelle di Gesù: potrebbe essere diversamente per quelle di un carpentiere che hanno dovuto sostenere un duro lavoro fino a trent'anni, e che poi vediamo continuamente modulare gesti di grande delicatezza?

Sembra che queste mani a lui servano solo per dare, mai per prendere. E quando le usa per prendere – ad esempio il pane – è solo per darlo alle folle affamate o ai discepoli nella sera del tradimento. Non solo egli dà il pane, ma si fa pane per darsi tutto a tutti: *"«Prendete, mangiate, questo è il mio corpo, che è dato per voi»."*

Mani - le sue – per guarire gli indemoniati, i ciechi, i sordi, i muti: e mani per benedire.

Mani che non temono di sporcarsi quando lui si china fino al punto più basso per un rabbino, fino a lavare i piedi dei discepoli.

Sappiamo come va a finire la storia: Gesù si lascia consegnare nelle mani dei carnefici, mentre le sue mani le lascia inchiodare sulla croce: può morire così, coronando il sogno di tutta un'esistenza: quello di vivere fino alla fine, a mani aperte, a braccia spalancate.

Il suo cuore.

Un uomo si riconosce dal suo cuore. Quello di Gesù è un mistero.

È un cuore continuamente teso tra *azione* e *contemplazione*. Tutta la sua vita può essere racchiusa nel verbo "fare"... Eppure questo Gesù non si comporta da super-manager: sa concedersi la pausa di una cena, di una visita ad amici, di un dialogo notturno, di un sonno ristoratore. Ha gli occhi sgranati sulla vita e sulle vicende umane, ma sa anche sostare a contemplare i gigli dei campi e gli uccelli del cielo. È soprattutto continuamente alla ricerca di spazi abbondanti di preghiera; e quando non riesce di giorno, magari dopo una giornata stressante, si abbandona a ciò di cui sembra non possa fare a meno: strasene solo con il Padre. È un cuore *tenero* e *intransigente*. Il suo messaggio è di una radicalità sbalorditiva: *"«Se qualcuno vuol venire dietro di me, rinneghi se stesso, prenda la sua croce e mi segua»"*, *"«Chi non è con me, è contro di me e chi non raccoglie con me, disperde»"*.

Eppure questo Gesù si dice venuto non per condannare, ma per salvare. Più di una volta i discepoli lo sorprendono a piangere: alla vista di Gerusalemme, davanti al sepolcro di Lazzaro...



È un cuore *autorevole* e *umile*. Gesù è un vero capo: sa esigere, comandare, organizzare. Nessun discepolo potrà mai sostituirlo: egli è e resta l'unico Maestro e Signore. Eppure questo Gesù dice di essere venuto non per essere servito, ma per servire: per servire la causa di Dio, il Padre suo, e per servire i suoi: quando vuole far capire loro fino a che punto egli è disposto a mettersi al loro servizio, si presenta con un asciugamano ai fianchi e si mette in ginocchio a lavare i loro piedi, facendo quello che gli ebrei non facevano fare nemmeno ai loro servi.

(F.Lambiasi, MI PRESENTI GESÙ?, EDB 2006, pp.45-55)

- **Gli animatori domandano ai giovanissimi:**
 - «Cosa significa per Gesù "essere libero"? Come egli vive la libertà?»,
 - «Per Gesù la "libertà" è sinonimo di cosa?»...

DECIDIAMO INSIEME

- Gli animatori invitano i giovanissimi a **scegliere un SERVIZIO da vivere nei prossimi sette giorni** e che **esprima bene la loro capacità di essere "LIBERI PER..."**:
«DECIDIAMO INSIEME – per una settimana – **di**»
- **Al prossimo incontro si verificherà l'impegno preso dal gruppo.**

PREGHIAMO

- **Si legge insieme questa PREGHIERA d'invocazione: "Il Dio della della libertà"** (distribuire a ciascuno, vedi ALLEGATO 4)

*Signore Gesù,
tu sei il Cristo,
il Salvatore promesso da Dio.
Con te, Dio si è fatto uno di noi,
è venuto dentro la nostra vita
e si è preso cura di noi.
Il nostro cuore, Gesù,
cerca la vita, la libertà, la gioia.
Ma, spesso, siamo spinti a cercarle
senza Te e lontano da Te.
Il progetto meraviglioso che Dio ha su di noi
sei tu, Signore Gesù, a farcelo conoscere
e ad aiutarci a viverlo.
Noi vogliamo scegliere Te e soltanto Te,
al nostro fianco,
come nostro Maestro di vita,
come nostro Amico carissimo,
come sorgente e pienezza del nostro esistere.
Nelle tue mani, Gesù,
consegniamo la nostra giovane vita:
aiutaci a crescere liberi.*

allegato 1a - TESTIMONIANZE di adolescenti

(stampare e distribuire ai giovanissimi)

❖ **La testimonianza di Riccardo**, 16enne: *“La scorsa estate mi è capitato di passare una settimana in montagna con un gruppo di ragazzi tra i 16 e i 19 anni. Eravamo felicissimi di poter stare alcuni giorni senza i genitori tra i piedi ed eravamo convinti che insieme saremmo riusciti a cavarcela facilmente e a divertirci come matti.*

Dopo due giorni abbiamo visto che – anche se potevamo fare tutto quello che volevamo perché non c'erano i genitori a sgridarci – non era facile organizzare la giornata, cercando di svolgere bene gli impegni che ci eravamo distribuiti. Qualcuno di noi ha provato a fare il furbo, trascurando il proprio impegno e lasciando che altri lo svolgessero; questo ha generato tensioni e sono volate parole pesanti...

Questo fatto ci ha aiutato a comprendere che non potevamo fare tutto quello che ci piaceva fregandocene degli altri; se volevamo passare una bella settimana insieme, dovevamo vivere accettando alcune regole fondamentali che ci aiutassero a vivere insieme da amici.

Dopo aver discusso a lungo, siamo riusciti a correggere alcuni comportamenti sbagliati che ci avrebbero portati a rovinare la vacanza... È proprio vero che essere liberi non è per niente facile!!!”.

❖ **Dal diario di Gloria**, 15enne: *“Sono qui in camera mia e, in teoria, dovrei studiare matematica, ma non ne ho voglia... sono stufo della scuola! Mia madre rompe sempre: «Gloria, studia, studia, studia!!!». Ne ho le palle piene di fare sempre quello che hanno deciso gli altri! In casa mi comanda mia madre, a scuola mi comandano i prof, in oratorio mi comandano gli animatori... sono mica una deficiente! Arrivo a capire da sola cosa devo fare...*

Come sarebbe bello se potessi obbedire a quello che io-mi-sento-di-fare!

Potessi fregarmene di tutto e di tutti... ed essere finalmente LIBERA !!!!!!”.

❖ **La testimonianza di Gigi**, 17enne: *“Certe volte mi sento addosso un desiderio folle di fare quello che mi piace. Vorrei piegarmi al mio umore del momento, lasciarmi andare senza problemi, non c'è niente di male, lo fanno tutti! Ma poi riesco a frenarmi, a resistere, perché incomincio a pensare alle conseguenze... Se mi lascio andare cosa ne ricavo? Come mi sento il giorno dopo?...*

Non è giusto, non è bene lasciarmi andare a soddisfare le mie voglie fregandomene degli altri...

Se voglio vivere l'amicizia con gli altri, se desidero che gli altri mi vogliano bene, non posso ridurmi a fare quello che piace a me... Devo essere libero dalle mie voglie, capace di controllarle e dominarle!”.

❖ **La testimonianza di Riccardo**, 16enne: *“La scorsa estate mi è capitato di passare una settimana in montagna con un gruppo di ragazzi tra i 16 e i 19 anni. Eravamo felicissimi di poter stare alcuni giorni senza i genitori tra i piedi ed eravamo convinti che insieme saremmo riusciti a cavarcela facilmente e a divertirci come matti.*

Dopo due giorni abbiamo visto che – anche se potevamo fare tutto quello che volevamo perché non c'erano i genitori a sgridarci – non era facile organizzare la giornata, cercando di svolgere bene gli impegni che ci eravamo distribuiti. Qualcuno di noi ha provato a fare il furbo, trascurando il proprio impegno e lasciando che altri lo svolgessero; questo ha generato tensioni e sono volate parole pesanti...

Questo fatto ci ha aiutato a comprendere che non potevamo fare tutto quello che ci piaceva fregandocene degli altri; se volevamo passare una bella settimana insieme, dovevamo vivere accettando alcune regole fondamentali che ci aiutassero a vivere insieme da amici.

Dopo aver discusso a lungo, siamo riusciti a correggere alcuni comportamenti sbagliati che ci avrebbero portati a rovinare la vacanza... È proprio vero che essere liberi non è per niente facile!!!”.

❖ **Dal diario di Gloria**, 15enne: *“Sono qui in camera mia e, in teoria, dovrei studiare matematica, ma non ne ho voglia... sono stufo della scuola! Mia madre rompe sempre: «Gloria, studia, studia, studia!!!». Ne ho le palle piene di fare sempre quello che hanno deciso gli altri! In casa mi comanda mia madre, a scuola mi comandano i prof, in oratorio mi comandano gli animatori... sono mica una deficiente! Arrivo a capire da sola cosa devo fare...*

Come sarebbe bello se potessi obbedire a quello che io-mi-sento-di-fare!

Potessi fregarmene di tutto e di tutti... ed essere finalmente LIBERA !!!!!!”.

❖ **La testimonianza di Gigi**, 17enne: *“Certe volte mi sento addosso un desiderio folle di fare quello che mi piace. Vorrei piegarmi al mio umore del momento, lasciarmi andare senza problemi, non c'è niente di male, lo fanno tutti! Ma poi riesco a frenarmi, a resistere, perché incomincio a pensare alle conseguenze... Se mi lascio andare cosa ne ricavo? Come mi sento il giorno dopo?...*

Non è giusto, non è bene lasciarmi andare a soddisfare le mie voglie fregandomene degli altri...

Se voglio vivere l'amicizia con gli altri, se desidero che gli altri mi vogliano bene, non posso ridurmi a fare quello che piace a me... Devo essere libero dalle mie voglie, capace di controllarle e dominarle!”.

allegato 1b - Due STUDI: "Il desiderio di libertà negli adolescenti"

(stampare e distribuire ai giovanissimi)

❖ **Il giornalista Carlo Climati** - parlando di molti giovani ai quali piace "vivere la notte" - scrive:

"Un aspetto importante da prendere in considerazione, parlando di educazione, è quello del «Fa' ciò che vuoi». Tanti giovani, oggi, sono invitati a vivere all'insegna dell'imperativo: «Puoi fare ciò che ti pare».

Spesso sono gli stessi genitori a proporre ai ragazzi questo tipo di insegnamento. A volte – quando parlano dei loro figli - li sentiamo dire: «Io lo lascio libero, deciderà lui quando sarà maggiorenne», oppure: «Non voglio condizionarlo, deve essere lui a scegliere liberamente».

Tutto questo può sembrare un'opportunità. Ma i ragazzi sono costantemente bombardati dai messaggi commerciali e non solo... Di conseguenza il vuoto lasciato dai genitori sarà colmato inevitabilmente dalla spazzatura proposta da internet, dalla TV e dagli altri nuovi mezzi di comunicazione".

Se i giovani non vengono educati a scegliere, non potranno diventare capaci-di-scegliere; quindi non cresceranno liberi ma fragili, disorientati e schiavi, facili prede di lupi rapaci che se li mangiano in un boccone.

(C.Climati, IL POPOLO DELLA NOTTE, ed. Paoline, Milano 2002, pp.24-26)

❖ **Un docente di psicologia e studioso di fenomeni giovanili, Giorgio Tonolo**, scrive:

"A questa età i ragazzi e le ragazze aumentano fortemente i comportamenti di fatto più autonomi. Hanno più libertà di uscire alla sera (dal 19% verso i 14 anni, al 56% verso i 19 anni). Scelgono più frequentemente loro stessi i propri amici; risentono di un controllo meno rigoroso quanto a scelte di letture, persone e luoghi di frequenza; usano il denaro in modo più personale e riconoscono in misura crescente l'opportunità e anche la capacità di cavarsela da soli quando si trovano in situazioni nuove e imprevedute (dal 23,5% a 14 anni, al 39% a 19 anni)".

(G.Tonolo, ADOLESCENZA E IDENTITÀ, ed. il Mulino, Bologna 1999, p.150)

❖ **Il giornalista Carlo Climati** - parlando di molti giovani ai quali piace "vivere la notte" - scrive:

"Un aspetto importante da prendere in considerazione, parlando di educazione, è quello del «Fa' ciò che vuoi». Tanti giovani, oggi, sono invitati a vivere all'insegna dell'imperativo: «Puoi fare ciò che ti pare».

Spesso sono gli stessi genitori a proporre ai ragazzi questo tipo di insegnamento. A volte – quando parlano dei loro figli - li sentiamo dire: «Io lo lascio libero, deciderà lui quando sarà maggiorenne», oppure: «Non voglio condizionarlo, deve essere lui a scegliere liberamente».

Tutto questo può sembrare un'opportunità. Ma i ragazzi sono costantemente bombardati dai messaggi commerciali e non solo... Di conseguenza il vuoto lasciato dai genitori sarà colmato inevitabilmente dalla spazzatura proposta da internet, dalla TV e dagli altri nuovi mezzi di comunicazione".

Se i giovani non vengono educati a scegliere, non potranno diventare capaci-di-scegliere; quindi non cresceranno liberi ma fragili, disorientati e schiavi, facili prede di lupi rapaci che se li mangiano in un boccone.

(C.Climati, IL POPOLO DELLA NOTTE, ed. Paoline, Milano 2002, pp.24-26)

❖ **Un docente di psicologia e studioso di fenomeni giovanili, Giorgio Tonolo**, scrive:

"A questa età i ragazzi e le ragazze aumentano fortemente i comportamenti di fatto più autonomi. Hanno più libertà di uscire alla sera (dal 19% verso i 14 anni, al 56% verso i 19 anni). Scelgono più frequentemente loro stessi i propri amici; risentono di un controllo meno rigoroso quanto a scelte di letture, persone e luoghi di frequenza; usano il denaro in modo più personale e riconoscono in misura crescente l'opportunità e anche la capacità di cavarsela da soli quando si trovano in situazioni nuove e imprevedute (dal 23,5% a 14 anni, al 39% a 19 anni)".

(G.Tonolo, ADOLESCENZA E IDENTITÀ, ed. il Mulino, Bologna 1999, p.150)

allegato 2 - Il DECALOGO del giovane "libero"

(stampare e distribuire ai giovanissimi)

DECALOGO del giovane "LIBERO"

Elencate 10 caratteristiche che rendono un giovane veramente "libero":

allegato 3 - Dal VANGELO: "L'esperienza di un uomo veramente libero, Gesù"

(stampare e distribuire ai giovanissimi)

Gli occhi di Gesù.

Un uomo si riconosce dal suo sguardo. Degli occhi di Gesù non conosciamo il colore, ma dovevano possedere una forza magnetica se i pescatori del lago di Galilea lasciano tutto e gli vanno dietro. Anche le folle ne restano ammaliato: lo seguono a fiamme e si dimenticano addirittura di mangiare.

Quello del Nazareno doveva essere uno sguardo penetrante e avvolgente. Sguardo di tenerezza che si appunta sul giovane ricco, ma si vela subito di tristezza per la risposta abortita; sguardo percorso da lampi di collera nei confronti dei farisei ostinati che cercano di coglierlo in fallo: sguardo che si stampa per sempre nella memoria di Pietro che lo ha rinnegato.

Incontrare un personaggio simile doveva essere un'esperienza fortissima. L'evangelista Giovanni era molto giovane quando si trovò per la prima volta davanti a Gesù, sulle rive del Giordano. Diventato ormai vecchio, il discepolo prediletto amava ripensare al momento in cui lo aveva guardato per la prima volta. Più di cinquant'anni dopo ricordava addirittura l'ora di quell'incontro che aveva sconvolto la sua vita: *"Erano circa le quattro del pomeriggio"* (Giovanni 1,39).

Le sue mani.

Un uomo si riconosce dalle sue mani. Forti e tenere, quelle di Gesù: potrebbe essere diversamente per quelle di un carpentiere che hanno dovuto sostenere un duro lavoro fino a trent'anni, e che poi vediamo continuamente modulare gesti di grande delicatezza?

Sembra che queste mani a lui servano solo per dare, mai per prendere. E quando le usa per prendere – ad esempio il pane – è solo per darlo alle folle affamate o ai discepoli nella sera del tradimento. Non solo egli dà il pane, ma si fa pane per darsi tutto a tutti: *"Prendete, mangiate, questo è il mio corpo, che è dato per voi"*.

Mani - le sue – per guarire gli indemoniati, i ciechi, i sordi, i muti: e mani per benedire.

Mani che non temono di sporcarsi quando lui si china fino al punto più basso per un rabbino, fino a lavare i piedi dei discepoli.

Sappiamo come va a finire la storia: Gesù si lascia consegnare nelle mani dei carnefici, mentre le sue mani le lascia inchiodare sulla croce: può morire così, coronando il sogno di tutta un'esistenza: quello di vivere fino alla fine, a mani aperte, a braccia spalancate.

Il suo cuore.

Un uomo si riconosce dal suo cuore. Quello di Gesù è un mistero.

È un cuore continuamente teso tra *azione* e *contemplazione*. Tutta la sua vita può essere racchiusa nel verbo "fare"... Eppure questo Gesù non si comporta da super-manager: sa concedersi la pausa di una cena, di una visita ad amici, di un dialogo notturno, di un sonno ristoratore. Ha gli occhi sgranati sulla vita e sulle vicende umane, ma sa anche sostare a contemplare i gigli dei campi e gli uccelli del cielo. È soprattutto continuamente alla ricerca di spazi abbondanti di preghiera; e quando non riesce di giorno, magari dopo una giornata stressante, si abbandona a ciò di cui sembra non possa fare a meno: strasene solo con il Padre.

È un cuore *tenero* e *intransigente*. Il suo messaggio è di una radicalità sbalorditiva: *"Se qualcuno vuol venire dietro di me, rinneghi se stesso, prenda la sua croce e mi segua"*, *"Chi non è con me, è contro di me e chi non raccoglie con me, disperde"*.

Eppure questo Gesù si dice venuto non per condannare, ma per salvare. Più di una volta i discepoli lo sorprendono a piangere: alla vista di Gerusalemme, davanti al sepolcro di Lazzaro...

È un cuore *autorevole* e *umile*. Gesù è un vero capo: sa esigere, comandare, organizzare. Nessun discepolo potrà mai sostituirlo: egli è e resta l'unico Maestro e Signore.

Eppure questo Gesù dice di essere venuto non per essere servito, ma per servire: per servire la causa di Dio, il Padre suo, e per servire i suoi: quando vuole far capire loro fino a che punto egli è disposto a mettersi al loro servizio, si presenta con un asciugamano ai fianchi e si mette in ginocchio a lavare i loro piedi, facendo quello che gli ebrei non facevano fare nemmeno ai loro servi.

(F.Lambiasi, MI PRESENTI GESÙ?, Edizioni Dehoniane Bologna 2006, pp.45-55)

allegato 4 - LA PREGHIERA: "Il Dio della libertà" (stampare e distribuire ai giovanissimi)

IL DIO DELLA LIBERTÀ

*Signore Gesù, tu sei il Cristo,
il Salvatore promesso da Dio.
Con te, Dio si è fatto uno di noi,
è venuto dentro la nostra vita
e si è preso cura di noi.
Il nostro cuore, Gesù,
cerca la vita, la libertà, la gioia.
Ma, spesso, siamo spinti a cercarle
senza te e lontano da te.
Il progetto meraviglioso che Dio ha su di noi
sei tu, Signore Gesù, a farcelo conoscere
e ad aiutarci a viverlo.
Noi vogliamo scegliere te,
e soltanto Te, al nostro fianco,
come nostro Maestro di vita,
come nostro Amico carissimo,
come sorgente e pienezza del nostro esistere.
Nelle tue mani, Gesù,
consegniamo la nostra giovane vita:
aiutaci a crescere liberi.*

IL DIO DELLA LIBERTÀ

*Signore Gesù, tu sei il Cristo,
il Salvatore promesso da Dio.
Con te, Dio si è fatto uno di noi,
è venuto dentro la nostra vita
e si è preso cura di noi.
Il nostro cuore, Gesù,
cerca la vita, la libertà, la gioia.
Ma, spesso, siamo spinti a cercarle
senza te e lontano da te.
Il progetto meraviglioso che Dio ha su di noi
sei tu, Signore Gesù, a farcelo conoscere
e ad aiutarci a viverlo.
Noi vogliamo scegliere te,
e soltanto Te, al nostro fianco,
come nostro Maestro di vita,
come nostro Amico carissimo,
come sorgente e pienezza del nostro esistere.
Nelle tue mani, Gesù,
consegniamo la nostra giovane vita:
aiutaci a crescere liberi.*

IL DIO DELLA LIBERTÀ

*Signore Gesù, tu sei il Cristo,
il Salvatore promesso da Dio.
Con te, Dio si è fatto uno di noi,
è venuto dentro la nostra vita
e si è preso cura di noi.
Il nostro cuore, Gesù,
cerca la vita, la libertà, la gioia.
Ma, spesso, siamo spinti a cercarle
senza te e lontano da te.
Il progetto meraviglioso che Dio ha su di noi
sei tu, Signore Gesù, a farcelo conoscere
e ad aiutarci a viverlo.
Noi vogliamo scegliere te,
e soltanto Te, al nostro fianco,
come nostro Maestro di vita,
come nostro Amico carissimo,
come sorgente e pienezza del nostro esistere.
Nelle tue mani, Gesù,
consegniamo la nostra giovane vita:
aiutaci a crescere liberi.*

IL DIO DELLA LIBERTÀ

*Signore Gesù, tu sei il Cristo,
il Salvatore promesso da Dio.
Con te, Dio si è fatto uno di noi,
è venuto dentro la nostra vita
e si è preso cura di noi.
Il nostro cuore, Gesù,
cerca la vita, la libertà, la gioia.
Ma, spesso, siamo spinti a cercarle
senza te e lontano da te.
Il progetto meraviglioso che Dio ha su di noi
sei tu, Signore Gesù, a farcelo conoscere
e ad aiutarci a viverlo.
Noi vogliamo scegliere te,
e soltanto Te, al nostro fianco,
come nostro Maestro di vita,
come nostro Amico carissimo,
come sorgente e pienezza del nostro esistere.
Nelle tue mani, Gesù,
consegniamo la nostra giovane vita:
aiutaci a crescere liberi.*

6° incontro IL TEMPO DEL POSSIBILE

OBIETTIVO

Se vogliamo capire un pochino i ragazzi di oggi, è necessario che andiamo nei luoghi e nei momenti in cui sono veramente se stessi – al di fuori degli ambienti istituzionali – e li osserviamo nel “loro” tempo libero. Non c’è dubbio che incontreremmo una gamma estesa di esperienze possibili che costituiscono tanto una fonte di risorse quanto di rischio per la qualità della vita...

Gli animatori guidano i giovanissimi ad acquisire **la consapevolezza del “TEMPO” e dell’UTILIZZO che loro stessi ne fanno.**

CI GUARDIAMO INTORNO

- o Gli animatori possono iniziare l’incontro facendo **ascoltare una CANZONE recente sulla tematica del “tempo”**...

Dopo l’ascolto, **domandano ai giovanissimi di reagire immediatamente alla domanda** (senza stare a rifletterci su!): «Quando senti la parola “tempo” a cosa pensi?»... e **si raccolgono le risposte flash** sopra un cartellone...

- o Poi gli animatori invitano il gruppo ad ascoltare **alcune TESTIMONIANZE di giovanissimi**, che presentano le loro considerazioni personali sul “tempo” (vedi ALLEGATO 1a):

❖ **Deborah**, 16 anni:

“Vorrei che il tempo non passasse mai! Vorrei rimanere come sono, insieme ai miei genitori e ai miei amici, godendomi le cose belle della mia età... Invece – ogni volta che vivo qualcosa di carino – il tempo si mette a correre, correre e correre!

Sembra proprio che sia dispettoso con me: ogni volta che sto bene con qualcuno, il tempo corre via; ma tutte le volte che mi annoio o soffro per qualcosa, il tempo rallenta, quasi a fermarsi...

Uffa! possibile che non possiamo fare proprio nulla per regolare meglio il tempo?”

❖ **Elia**, 17 anni:

“A me non frega un c... del tempo! Io sono giovane e quando si è giovani non bisogna pensare altro che a divertirsi. Se incominci a pensare al tempo che passa o non passa, diventi vecchio e stanco come i miei genitori (hanno già cinquant’anni, ma ne dimostra ottanta!) e, in più, rinc...nisci come molte persone che conosco.

Ci sono tanti che vivono nei ricordi, nel loro passato lontano e quasi si divertono a torturarsi con pensieri del c..., che non fanno altro che riaprire vecchie ferite.

Io penso di aver trovato il modo per vivere bene il mio tempo e... guai a chi me lo tocca!”

❖ **Susanna**, 16 anni:

“Il tempo ci aiuta a crescere perché ci aiuta a fare i conti con noi stessi. Il tempo ci dice che passano gli anni per tutti e anche per noi!

Io sto scoprendo che il tempo è qualcosa di prezioso se imparo a viverlo bene e non me lo lascio passare sopra. Ma come si fa a vivere bene il tempo? Io ci sto provando impegnandomi nell’oratorio parrocchiale con tanti bambini e ragazzi.

Quando guardo a Sara e a tante altre mie amiche, mi convinco sempre di più che è molto facile sprecare il tempo piuttosto che impegnarlo in qualcosa di utile.

Sento forte il desiderio di dire: Caro tempo, perché non ci aiuti a viverci meglio?. Poi mi accorgo che è una domanda stupida, perché il tempo non può fare questo: siamo noi che decidiamo come impiegarlo nel bene o nel male!”

- Dopo l'ascolto di queste tre testimonianze, gli animatori stimolano il gruppo con alcune domande guida per favorire **una CONDIVISIONE serena e costruttiva**:
 - Deborah, Elia e Susanna che rapporto hanno con il tempo?
 - Confrontandoti con queste tre testimonianze, in quale ti ritrovi di più?...
- Gli animatori – se lo ritengono significativo – possono **distribuire a ogni giovanissimo il GIOCO “Che ora è?”** (vedi **ALLEGATO 2**)... che lo aiuta a prendere consapevolezza del “proprio tempo” e a verificare lo “stato d'animo” che lo accompagna in questi giorni...
- Si possono ancora **ascoltare alcuni STUDI e RIFLESSIONI su “Gli adolescenti e il tempo”** (vedi **ALLEGATO 1b**):

❖ **Giorgio Tonolo, docente di scienze dell'educazione**, scrive:

“A questa età, ragazzi e ragazze sono ormai in condizione di organizzare in modo più personale molte delle loro abitudini... Gli adolescenti italiani hanno presentato una serie di stili di uso del tempo libero, stili che risultano connessi con forme tipiche di atteggiamento, tendenze di comportamento e relazioni con l'ambiente sociale.

Ci sono gli <organizzati> (31%), cioè coloro che sanno strutturare con una certa regolarità spazi e tempi delle loro attività. Sono ragazzi e ragazze che praticano usualmente uno sport, coltivano facilmente degli hobby e hanno in qualche forma degli interessi personali...

I <dispersivi> (24,1%) prediligono il motorino o la moto, frequentano facilmente il bar e vanno spesso in discoteca; tendono a spendere i loro soldi più che a farne risparmio; prestano molta attenzione all'abbigliamento, lasciandosi piuttosto condizionare dalle mode correnti; sono ragazzi e ragazze soprattutto della fascia di età dai 15 ai 16 anni.

Altra categoria è quella dei <solitari> (22,1%). Sono adolescenti che privilegiano l'uso dei videogiochi, della TV e di internet. Tendono prevalentemente a uniformarsi per lo più in una specie di adattamento passivo. Una frangia di solitari presenta tuttavia una fisionomia abbastanza diversa: sono ragazzi dotati, con tratti spiccati di autonomia e iniziativa, e con capacità di risposte creative ai problemi posti dalle situazioni concrete.

Gli <impegnati> (18,7%) si dedicano al volontariato, hanno l'hobby della lettura o si interessano di politica e di ecologia. Sono ragazzi e ragazze che hanno una buona dose di fiducia verso il futuro. Nel carattere dimostrano capacità di controllo emozionale e riflessività nell'agire. Sono più femmine che maschi, e si concentrano di preferenza sui 18-19 anni.

Un gruppo esiguo come consistenza (4,1%) ma molto caratterizzato è quello dei <trasgressivi>. Si tratta di adolescenti che adottano comportamenti anticonformisti nei confronti dell'ambiente. Hanno l'abitudine del fumo, conoscono facilmente l'esperienza dello spinello e dell'alcol e talvolta della droga pesante. Danno molta attenzione al loro corpo e alle sensazioni ed esigenze di ordine fisico. Più maschi che femmine, si concentrano in prevalenza tra i 18 e i 19 anni.”

(G.Tonolo, “ADOLESCENZA E IDENTITÀ”, ed. Il Mulino, Bologna 1999, pagg.51-53)

❖ **Valentino Salvoldi, un sacerdote pellegrino del mondo**, scrive:

“Tanti ragazzi rischiano di buttare via il tempo, disperdendosi in attività e occupazioni insignificanti. Corrono per risparmiare tempo e, quando riescono, non sanno come riempirlo!

I nostri giorni vanno vissuti bene; il tempo va speso con intelligenza e amore perché non torna indietro.

È un privilegio svegliarsi ogni mattina con il sorriso sulle labbra al pensiero che anche oggi potrò amare, capire, lodare, sognare, stare con gli amici, ricevere e dare felicità. E cos'è la felicità se non sentirsi bene nello scorrere delle ore assieme a persone che vogliono vivere il tempo come grazia e come vita?

Se poi uno ha anche il privilegio di credere nella vita eterna, allora non vive l'effimero istante presente con angoscia, perché tutto è annuncio e promessa dell'eternità”.

(V.Salvoldi, “IN CAMMINO VERSO L'AMORE”, elledici, Torino 2001, p.25)

❖ **Domenico Cravero, un sacerdote che opera nell'ambito delle tossicomanie giovanili**, scrive:

“Quando non si intravedono prospettive e il futuro appare incerto e confuso, quando è forte il vuoto affettivo e gli adulti non assolvono il loro compito educativo, la progettualità si concentra sul presente. Ma, senza futuro, il presente è inaccettabile...

Questo spiega il ricorso alle varie forme di stimolazione sensoriale, di ricerca di stati alterati di coscienza, attraverso il consumo di sostanze psicoattive, la sovraesposizione al suono e alla sollecitazione visiva, il movimento ritmico e ripetitivo dove l'eccesso degli stimoli stravolge la percezione del tempo interiore...

Sullo stesso terreno nascono gli stimoli e i richiami sempre affascinanti dei mondi virtuali che le nuove tecnologie rendono accessibili nel chiuso della propria stanza o nell'arena sconfinata dei grandi concerti musicali.

L'esperienza della realtà virtuale è molto difficile da descrivere se non si è provata. Ma c'è un'esperienza che consiste nel sognare che non c'è nulla di impossibile, che qualsiasi cosa può accadere, che si è in un mondo assolutamente aperto. Un'esperienza, insomma, dove tempo e spazio possono dilatarsi in mondi dove non è più dato distinguere tra realtà e immagine.”

(D.Cravero, “SE TUO FIGLIO IN DISCOTECA...”, EDB, Torino 1998, pagg.15-17)

- **Gli animatori possono orientare la RIFLESSIONE** con alcune domande:
 - Quale “tempo” ti dà più gioia? E quale “tempo” ti dà più noia?
 - Tu hai l'impressione di avere poco tempo o tanto tempo a disposizione?
 - Se ti rimanesse poco tempo da vivere cosa vorresti fare?
 - La domenica come organizzi il tuo tempo?...

ASCOLTIAMO IL SIGNORE

- Gli animatori aiutano il gruppo a mettersi **in ascolto della PAROLA DI DIO** (distribuire a ciascuno tutti i brani della Parola di Dio: vedi ALLEGATO 3):
«Ragazzi, la S. Scrittura **ci educa a “fare memoria”** (l'uomo è *smemorato* e incapace di pensare correttamente la realtà se Dio non lo illumina!) **dell'agire di Dio dentro il tempo della nostra vita** nelle sue tre dimensioni: *passato, presente e futuro*»...

La Bibbia ci insegna a guardare in modo corretto al “PASSATO”:

“Tutte le cose (quindi anche te!) sono state create per mezzo di Gesù Cristo e in vista di lui. Egli è prima di tutte le cose e tutte in lui sussistono...”

È piaciuto infatti a Dio che abiti in lui tutta la pienezza.” (Lettera ai Colossesi 1,16-17.19)

“Dio ci ha scelti in Cristo prima della creazione del mondo per essere santi e immacolati di fronte a lui nell'amore. In lui, mediante il suo sangue, abbiamo il perdono delle colpe, secondo la ricchezza della sua grazia (=del suo amore).” (Lettera agli Efesini 1,4)

“Quando venne la pienezza del tempo, Dio mandò suo Figlio, nato da donna... perché ricevessimo l'adozione a figli.” (Lettera ai Galati 4,4-5)

“Cristo Gesù svuotò se stesso assumendo una condizione di servo, diventando simile agli uomini. Dall'aspetto riconosciuto come uomo, umiliò se stesso (in tuo favore!) facendosi obbediente fino alla morte e a una morte di croce.” (Lettera ai Filippesi 2,7-8)

La Bibbia ci insegna a guardare in modo corretto al “PRESENTE”:

“Gesù alzò lo sguardo e gli disse: «Zaccheo, scendi subito, perché oggi devo fermarmi a casa tua.»” (Vangelo secondo Luca 19,5)

“Fate molta attenzione al vostro modo di vivere, comportandovi non da stolti ma da saggi, facendo buon uso del tempo... rendendo continuamente grazie per ogni cosa a Dio Padre, nel nome del Signore nostro Gesù Cristo.” (Lettera agli Efesini 5,15-16.20)

“Gesù disse: «Venite a me, voi tutti che siete stanchi e oppressi, ed io vi darò ristoro»” (Vangelo secondo Matteo 11,28)

“In lui, mediante il suo sangue, abbiamo il perdono delle colpe, secondo la ricchezza della sua grazia (=del suo amore)” (Lettera agli Efesini 1,4)

La Bibbia ci insegna a guardare in modo corretto al “FUTURO”:

“Dio, che non ha risparmiato il proprio Figlio ma lo ha consegnato per tutti noi, non ci donerà forse ogni cosa insieme a lui? Chi ci separerà dall'amore di Cristo? Io sono infatti persuaso che né morte né vita, né angeli né principati, né presente né avvenire, né potenze né altezze né profondità, né alcun'altra creatura potrà mai separarci dall'amore di Dio, che è in Cristo Gesù, nostro Signore” (Lettera ai Romani 8,32.35.38)

“In Cristo Gesù siamo stati fatti anche eredi, predestinati a essere lode della sua gloria.” (Lettera agli Efesini 1,11)

“Dio ci ha predestinati a essere per lui figli adottivi mediante Gesù Cristo” (Lettera agli Efesini 1,4)

“Gesù disse ai suoi discepoli: «Non sia turbato il vostro cuore. Abbiate fede in Dio e abbiate fede anche in me. Nella casa del Padre mio vi sono molte dimore. Se no, vi avrei mai detto: <Vado a prepararvi un posto>?.

Quando sarò andato e vi avrò preparato un posto, verrò di nuovo e vi prenderò con me, perché dove sono io siate anche voi”

(Vangelo secondo Giovanni 14,1-3)

- Dopo aver ascoltato la Parola di Dio, gli animatori invitano i giovanissimi a **elencare - in modo sintetico - le espressioni che ci dicono cosa il Signore “ha fatto” – “fa” – “farà” in nostro favore...**
Da questo elenco può nascere un'interessante confronto in gruppo che ci mostra quanto bene ci fa “ricordare” noi e la nostra vita secondo Dio (che conosce come stanno le cose meglio di noi!) e quante volte, invece, ci fa male “ricordare” noi e la nostra vita secondo il sentire del nostro cuore (che non conosce chi siamo realmente, da dove veniamo e dove andiamo!)...

DECIDIAMO INSIEME

- Gli animatori orientano i giovanissimi a **sceglersi un IMPEGNO** che riguardi la tematica del “tempo” (per esempio, sarebbe interessante se ci si impegnasse a “pensare positivo” nei prossimi giorni, cioè secondo-quanto-Dio-pensa-di-te, che ha sempre una parola di amore tenero e forte per noi)...
«DECIDIAMO INSIEME - per una settimana - **di**.....»
- **Al prossimo incontro si farà la verifica** dell'impegno assunto oggi dal gruppo.

PREGHIAMO

- **Si prega insieme il SALMO 89: “Dio, Signore del tempo”**, che ci racconta la storia della nostra vita e l'agire di Dio come Padre, che ci ama e non vuole che “andiamo perduti” (vedi ALLEGATO 4):

*Signore, tu sei stato per noi un rifugio
di generazione in generazione.*

*Prima che nascessero i monti
e la terra e il mondo fossero generati,
da sempre e per sempre tu sei, o Dio.*

*Tu fai ritornare l'uomo in polvere
quando dici: «Ritornate, figli dell'uomo».*

*Mille anni ai tuoi occhi
sono come il giorno di ieri che è passato,
come un turno di veglia nella notte.*

*Gli anni della nostra vita sono settanta,
ottanta per i più robusti,
e il loro agitarsi è fatica e delusione;
passano presto e noi voliamo via.*

*Insegnaci a contare i nostri giorni
e acquisteremo un cuore saggio.*

*Saziaci al mattino con il tuo amore:
esulteremo e gioiremo per tutti i nostri giorni.*

*Sia su di noi la dolcezza del Signore, nostro Dio:
rendi salda per noi l'opera delle nostre mani,
l'opera delle nostre mani rendi salda.*

allegato 1a - TESTIMONIANZE di adolescenti

(stampare e distribuire ai giovanissimi)

❖ **Deborah**, 16 anni:

“Vorrei che il tempo non passasse mai! Vorrei rimanere come sono, insieme ai miei genitori e ai miei amici, godendomi le cose belle della mia età... Invece – ogni volta che vivo qualcosa di carino – il tempo si mette a correre, correre e correre!

Sembra proprio che sia dispettoso con me: ogni volta che sto bene con qualcuno, il tempo corre via; ma tutte le volte che mi annoio o soffro per qualcosa, il tempo rallenta, quasi a fermarsi...

Uffa! possibile che non possiamo fare proprio nulla per regolare meglio il tempo?”

❖ **Elia**, 17 anni:

“A me non frega un c... del tempo! Io sono giovane e quando si è giovani non bisogna pensare altro che a divertirsi. Se incominci a pensare al tempo che passa o non passa, diventi vecchio e stanco come i miei genitori (hanno già cinquant'anni, ma ne dimostra ottanta!) e, in più, rinc...nisci come molte persone che conosco.

Ci sono tanti che vivono nei ricordi, nel loro passato lontano e quasi si divertono a torturarsi con pensieri del c..., che non fanno altro che riaprire vecchie ferite.

Io penso di aver trovato il modo per vivere bene il mio tempo e... guai a chi me lo tocca!”

❖ **Susanna**, 16 anni:

“Il tempo ci aiuta a crescere perché ci aiuta a fare i conti con noi stessi. Il tempo ci dice che passano gli anni per tutti e anche per noi!

Io sto scoprendo che il tempo è qualcosa di prezioso se imparo a viverlo bene e non me lo lascio passare sopra. Ma come si fa a vivere bene il tempo? Io ci sto provando impegnandomi nell'oratorio parrocchiale con tanti bambini e ragazzi.

Quando guardo a Sara e a tante altre mie amiche, mi convinco sempre di più che è molto facile sprecare il tempo piuttosto che impegnarlo in qualcosa di utile.

Sento forte il desiderio di dire: Caro tempo, perché non ci aiuti a viverci meglio?. Poi mi accorgo che è una domanda stupida, perché il tempo non può fare questo: siamo noi che decidiamo come impiegarlo nel bene o nel male!”

❖ **Deborah**, 16 anni:

“Vorrei che il tempo non passasse mai! Vorrei rimanere come sono, insieme ai miei genitori e ai miei amici, godendomi le cose belle della mia età... Invece – ogni volta che vivo qualcosa di carino – il tempo si mette a correre, correre e correre!

Sembra proprio che sia dispettoso con me: ogni volta che sto bene con qualcuno, il tempo corre via; ma tutte le volte che mi annoio o soffro per qualcosa, il tempo rallenta, quasi a fermarsi...

Uffa! possibile che non possiamo fare proprio nulla per regolare meglio il tempo?”

❖ **Elia**, 17 anni:

“A me non frega un c... del tempo! Io sono giovane e quando si è giovani non bisogna pensare altro che a divertirsi. Se incominci a pensare al tempo che passa o non passa, diventi vecchio e stanco come i miei genitori (hanno già cinquant'anni, ma ne dimostra ottanta!) e, in più, rinc...nisci come molte persone che conosco.

Ci sono tanti che vivono nei ricordi, nel loro passato lontano e quasi si divertono a torturarsi con pensieri del c..., che non fanno altro che riaprire vecchie ferite.

Io penso di aver trovato il modo per vivere bene il mio tempo e... guai a chi me lo tocca!”

❖ **Susanna**, 16 anni:

“Il tempo ci aiuta a crescere perché ci aiuta a fare i conti con noi stessi. Il tempo ci dice che passano gli anni per tutti e anche per noi!

Io sto scoprendo che il tempo è qualcosa di prezioso se imparo a viverlo bene e non me lo lascio passare sopra. Ma come si fa a vivere bene il tempo? Io ci sto provando impegnandomi nell'oratorio parrocchiale con tanti bambini e ragazzi.

Quando guardo a Sara e a tante altre mie amiche, mi convinco sempre di più che è molto facile sprecare il tempo piuttosto che impegnarlo in qualcosa di utile.

Sento forte il desiderio di dire: Caro tempo, perché non ci aiuti a viverci meglio?. Poi mi accorgo che è una domanda stupida, perché il tempo non può fare questo: siamo noi che decidiamo come impiegarlo nel bene o nel male!”

allegato 1b - STUDI e RIFLESSIONI su: *“Gli adolescenti e il tempo”*

(stampare e distribuire ai giovanissimi)

❖ **Giorgio Tonolo, docente di scienze dell'educazione**, scrive:

“A questa età, ragazzi e ragazze sono ormai in condizione di organizzare in modo più personale molte delle loro abitudini...”

Gli adolescenti italiani hanno presentato una serie di stili di uso del tempo libero, stili che risultano connessi con forme tipiche di atteggiamento, tendenze di comportamento e relazioni con l'ambiente sociale.

Ci sono gli <organizzati> (31%), cioè coloro che sanno strutturare con una certa regolarità spazi e tempi delle loro attività. Sono ragazzi e ragazze che praticano usualmente uno sport, coltivano facilmente degli hobby e hanno in qualche forma degli interessi personali...

I <dispersivi> (24,1%) prediligono il motorino o la moto, frequentano facilmente il bar e vanno spesso in discoteca; tendono a spendere i loro soldi più che a farne risparmio; prestano molta attenzione all'abbigliamento, lasciandosi piuttosto condizionare dalle mode correnti; sono ragazzi e ragazze soprattutto della fascia di età dai 15 ai 16 anni.

Altra categoria è quella dei <solitari> (22,1%). Sono adolescenti che privilegiano l'uso dei videogiochi, della TV e di internet. Tendono prevalentemente a uniformarsi per lo più in una specie di adattamento passivo. Una frangia di solitari presenta tuttavia una fisionomia abbastanza diversa: sono ragazzi dotati, con tratti spiccati di autonomia e iniziativa, e con capacità di risposte creative ai problemi posti dalle situazioni concrete.

Gli <impegnati> (18,7%) si dedicano al volontariato, hanno l'hobby della lettura o si interessano di politica e di ecologia. Sono ragazzi e ragazze che hanno una buona dose di fiducia verso il futuro. Nel carattere dimostrano capacità di controllo emozionale e riflessività nell'agire. Sono più femmine che maschi, e si concentrano di preferenza sui 18-19 anni.

Un gruppo esiguo come consistenza (4,1%) ma molto caratterizzato è quello dei <trasgressivi>. Si tratta di adolescenti che adottano comportamenti anticonformisti nei confronti dell'ambiente. Hanno l'abitudine del fumo, conoscono facilmente l'esperienza dello spinello e dell'alcol e talvolta della droga pesante. Danno molta attenzione al loro corpo e alle sensazioni ed esigenze di ordine fisico. Più maschi che femmine, si concentrano in prevalenza tra i 18 e i 19 anni.”

(G.Tonolo, “ADOLESCENZA E IDENTITÀ”, ed. Il Mulino, Bologna 1999, pagg.51-53)

❖ **Valentino Salvoldi, un sacerdote pellegrino del mondo**, scrive:

“Tanti ragazzi rischiano di buttare via il tempo, disperdendosi in attività e occupazioni insignificanti. Corrono per risparmiare tempo e, quando riescono, non sanno come riempirlo!”

I nostri giorni vanno vissuti bene; il tempo va speso con intelligenza e amore perché non torna indietro.

È un privilegio svegliarsi ogni mattina con il sorriso sulle labbra al pensiero che anche oggi potrò amare, capire, lodare, sognare, stare con gli amici, ricevere e dare felicità. E cos'è la felicità se non sentirsi bene nello scorrere delle ore assieme a persone che vogliono vivere il tempo come grazia e come vita?

Se poi uno ha anche il privilegio di credere nella vita eterna, allora non vive l'effimero istante presente con angoscia, perché tutto è annuncio e promessa dell'eternità”. (V.Salvoldi, “IN CAMMINO VERSO L'AMORE”, elledici, Torino 2001, p.25)

❖ **Domenico Cravero, un sacerdote che opera nell'ambito delle tossicomanie giovanili**, scrive:

“Quando non si intravedono prospettive e il futuro appare incerto e confuso, quando è forte il vuoto affettivo e gli adulti non assolvono il loro compito educativo, la progettualità si concentra sul presente.

Ma, senza futuro, il presente è inaccettabile...”

Questo spiega il ricorso alle varie forme di stimolazione sensoriale, di ricerca di stati alterati di coscienza, attraverso il consumo di sostanze psicoattive, la sovraesposizione al suono e alla sollecitazione visiva, il movimento ritmico e ripetitivo dove l'eccesso degli stimoli stravolge la percezione del tempo interiore...”

Sullo stesso terreno nascono gli stimoli e i richiami sempre affascinanti dei mondi virtuali che le nuove tecnologie rendono accessibili nel chiuso della propria stanza o nell'arena sconfinata dei grandi concerti musicali.

L'esperienza della realtà virtuale è molto difficile da descrivere se non si è provata. Ma c'è un'esperienza che consiste nel sognare che non c'è nulla di impossibile, che qualsiasi cosa può accadere, che si è in un mondo assolutamente aperto. Un'esperienza, insomma, dove tempo e spazio possono dilatarsi in mondi dove non è più dato distinguere tra realtà e immagine.”

(D.Cravero, “SE TUO FIGLIO IN DISCOTECA...”, EDB, Torino 1998, pagg.15-17)

allegato 2 - Il GIOCO: "Che ora è?"

(stampare e distribuire ai giovanissimi)

Che ora è?



Questo gioco vuole aiutare ciascuno a capire in quale punto del suo cammino si trova. Immagina che la tua vita comprenda in tutto 12 ore: che ora è adesso nella tua vita? (puoi esprimere con poche frasi - sul foglio - come ti appare la tua vita da questa prospettiva)

.....

.....

.....

Adesso completa le frasi seguenti:

È troppo tardi per

È ancora troppo presto per

È il momento giusto per

Ho bisogno di tempo per

Prossimamente mi aspetto che

Al termine potete confrontare i risultati che volete.

allegato 3 - La PAROLA DI DIO

(stampare e distribuire ai giovanissimi)

La Bibbia ci insegna a guardare in modo corretto al "PASSATO":*"Tutte le cose (quindi anche te!) sono state create per mezzo di Gesù Cristo e in vista di lui.**Egli è prima di tutte le cose e tutte in lui sussistono...**È piaciuto infatti a Dio che abiti in lui tutta la pienezza."*

(Lettera ai Colossesi 1,16-17.19)

"Dio ci ha scelti in Cristo prima della creazione del mondo per essere santi e immacolati di fronte a lui nell'amore. In lui, mediante il suo sangue, abbiamo il perdono delle colpe, secondo la ricchezza della sua grazia (=del suo amore)."

(Lettera agli Efesini 1,4)

"Quando venne la pienezza del tempo, Dio mandò suo Figlio, nato da donna... perché ricevessimo l'adozione a figli."

(Lettera ai Galati 4,4-5)

*"Cristo Gesù svuotò se stesso assumendo una condizione di servo, diventando simile agli uomini.**Dall'aspetto riconosciuto come uomo, umiliò se stesso (in tuo favore!) facendosi obbediente fino alla morte e a una morte di croce."*

(Lettera ai Filippesi 2,7-8)

La Bibbia ci insegna a guardare in modo corretto al "PRESENTE":*"Gesù alzò lo sguardo e gli disse: «Zaccheo, scendi subito, perché oggi devo fermarmi a casa tua»."*

(Vangelo secondo Luca 19,5)

"Fate molta attenzione al vostro modo di vivere, comportandovi non da stolti ma da saggi, facendo buon uso del tempo... rendendo continuamente grazie per ogni cosa a Dio Padre, nel nome del Signore nostro Gesù Cristo."

(Lettera agli Efesini 5,15-16.20)

"Gesù disse: «Venite a me, voi tutti che siete stanchi e oppressi, ed io vi darò ristoro»"

(Vangelo secondo Matteo 11,28)

"in lui, mediante il suo sangue, abbiamo il perdono delle colpe, secondo la ricchezza della sua grazia (=del suo amore) "

(Lettera agli Efesini 1,4)

La Bibbia ci insegna a guardare in modo corretto al "FUTURO":*"Dio, che non ha risparmiato il proprio Figlio ma lo ha consegnato per tutti noi, non ci donerà forse ogni cosa insieme a lui? Chi ci separerà dall'amore di Cristo?**Io sono infatti persuaso che né morte né vita, né angeli né principati, né presente né avvenire, né potenze né altezze né profondità, né alcun'altra creatura potrà mai separarci dall'amore di Dio, che è in Cristo Gesù, nostro Signore"*

(Lettera ai Romani 8,32.35.38)

"In Cristo Gesù siamo stati fatti anche eredi, predestinati a essere lode della sua gloria."

(Lettera agli Efesini 1,11)

"Dio ci ha predestinati a essere per lui figli adottivi mediante Gesù Cristo"

(Lettera agli Efesini 1,4)

*"Gesù disse ai suoi discepoli: «Non sia turbato il vostro cuore.**Abbiate fede in Dio e abbiate fede anche in me.**Nella casa del Padre mio vi sono molte dimore.**Se no, vi avrei mai detto: <Vado a prepararvi un posto>?.**Quando sarò andato e vi avrò preparato un posto,**verrò di nuovo e vi prenderò con me,**perché dove sono io siate anche voi"*

(Vangelo secondo Giovanni 14,1-3)

allegato 4 - LA PREGHIERA: "Dio, Signore del tempo" (stampare e dare ai giovanissimi)

<p>DIO, SIGNORE DEL TEMPO</p> <p><i>Signore, tu sei stato per noi un rifugio di generazione in generazione. Prima che nascessero i monti e la terra e il mondo fossero generati, da sempre e per sempre tu sei, o Dio.</i></p> <p><i>Mille anni ai tuoi occhi sono come il giorno di ieri che è passato, come un turno di veglia nella notte.</i></p> <p><i>Gli anni della nostra vita sono settanta, ottanta per i più robusti, e il loro agitarsi è fatica e delusione; passano presto e noi voliamo via. Insegnaci a contare i nostri giorni e acquisteremo un cuore saggio.</i></p> <p><i>Saziaci al mattino con il tuo amore: esulteremo e gioiremo per tutti i nostri giorni. Sia su di noi la dolcezza del Signore, nostro Dio: rendi salda per noi l'opera delle nostre mani, l'opera delle nostre mani rendi salda.</i></p>	<p>DIO, SIGNORE DEL TEMPO</p> <p><i>Signore, tu sei stato per noi un rifugio di generazione in generazione. Prima che nascessero i monti e la terra e il mondo fossero generati, da sempre e per sempre tu sei, o Dio.</i></p> <p><i>Mille anni ai tuoi occhi sono come il giorno di ieri che è passato, come un turno di veglia nella notte.</i></p> <p><i>Gli anni della nostra vita sono settanta, ottanta per i più robusti, e il loro agitarsi è fatica e delusione; passano presto e noi voliamo via. Insegnaci a contare i nostri giorni e acquisteremo un cuore saggio.</i></p> <p><i>Saziaci al mattino con il tuo amore: esulteremo e gioiremo per tutti i nostri giorni. Sia su di noi la dolcezza del Signore, nostro Dio: rendi salda per noi l'opera delle nostre mani, l'opera delle nostre mani rendi salda.</i></p>
<p>DIO, SIGNORE DEL TEMPO</p> <p><i>Signore, tu sei stato per noi un rifugio di generazione in generazione. Prima che nascessero i monti e la terra e il mondo fossero generati, da sempre e per sempre tu sei, o Dio.</i></p> <p><i>Mille anni ai tuoi occhi sono come il giorno di ieri che è passato, come un turno di veglia nella notte.</i></p> <p><i>Gli anni della nostra vita sono settanta, ottanta per i più robusti, e il loro agitarsi è fatica e delusione; passano presto e noi voliamo via. Insegnaci a contare i nostri giorni e acquisteremo un cuore saggio.</i></p> <p><i>Saziaci al mattino con il tuo amore: esulteremo e gioiremo per tutti i nostri giorni. Sia su di noi la dolcezza del Signore, nostro Dio: rendi salda per noi l'opera delle nostre mani, l'opera delle nostre mani rendi salda.</i></p>	<p>DIO, SIGNORE DEL TEMPO</p> <p><i>Signore, tu sei stato per noi un rifugio di generazione in generazione. Prima che nascessero i monti e la terra e il mondo fossero generati, da sempre e per sempre tu sei, o Dio.</i></p> <p><i>Mille anni ai tuoi occhi sono come il giorno di ieri che è passato, come un turno di veglia nella notte.</i></p> <p><i>Gli anni della nostra vita sono settanta, ottanta per i più robusti, e il loro agitarsi è fatica e delusione; passano presto e noi voliamo via. Insegnaci a contare i nostri giorni e acquisteremo un cuore saggio.</i></p> <p><i>Saziaci al mattino con il tuo amore: esulteremo e gioiremo per tutti i nostri giorni. Sia su di noi la dolcezza del Signore, nostro Dio: rendi salda per noi l'opera delle nostre mani, l'opera delle nostre mani rendi salda.</i></p>

7° incontro SAI STIMARE TE STESSO?

OBIETTIVO

L'adolescenza è un periodo cruciale per quanto riguarda lo sviluppo e il consolidamento dell'autostima ed è un periodo difficile, perché ognuno ha come compito quello di definire la propria identità e di interiorizzarla per renderla permanente.

La stima è un bisogno naturale e centrale. Senza la stima di sé è difficile vivere: ci si sente incompetenti, inferiori agli altri, ogni circostanza di vita diventa una minaccia, finché si finisce per ritirarsi o ricorrere ai meccanismi di difesa. La stima, invece, fa nascere quella certa sicurezza e fiducia in sé che sono fondamentali per affrontare gli impegni della vita e i rapporti con gli altri: solo se l'uomo è sicuro di sé, può veramente darsi agli altri e amare.

In questo incontro sul tema dell'autostima, gli animatori aiutano i giovanissimi a individuare **le caratteristiche e le forme dell'AUTOSTIMA** (visto che l'argomento è complesso, nel prossimo incontro torneremo sul tema cercando di approfondire la "conoscenza di sé" e le condizioni che favoriscono una corretta stima di sé).

CI GUARDIAMO INTORNO

- o Gli animatori possono **iniziare l'incontro recuperando una CANZONE moderna** che affronta il tema della "stima di sé" o dell'"identità personale"...

Di qui partire con **una rapida condivisione**: «Quali parole della canzone ti toccano di più?»...

- o È il momento di passare ad **alcune TESTIMONIANZE di giovanissimi**, che riguardano lo "stimare se stessi" e il tentativo di "farsi stimare" dagli altri (distribuire a ognuno il testo, vedi ALLEGATO 1a):

❖ **Fabio**, 17 anni:

"Non mi fate domande assurde. Non so chi sono.

Mi hanno dato un nome, ma mi piace poco. Mi hanno sbattuto a scuola, ma a che serve?

Mi rinchiodo in camera con i miei passatempi preferiti: pc, dvd, iPhone, wii... ma non mi diverto più.

I più grandi sanno come fare, ma ci vogliono i soldi. E io dove li prendo con quel poco che mi passano in casa?.

No, questa non è vita. Devo inventarmi qualcosa per dire a tutti che ci sono: trasgredire in modo "speciale" e magari finire su YouTube..."

❖ **Dialogo tra due ragazze diciottenni:**

(Tizy) *"Oh, hai visto quel pluritatuato allo Show dei record ieri sera? È proprio un grande!"*

(Rebecca) *"Un grande scemo, vorrai dire! Dimmi se vale la pena massacrarsi la pelle per una cosa del genere..."*

"Eh, ma vuoi mettere il coraggio? Le donne faranno a gara per provarci..."

"Ma figurati! A me uno così farebbe ribrezzo... Puah!"

"Intanto va in giro per il mondo a farsi un sacco di soldi"

"Sarà, ma le persone che sanno stimarsi in modo corretto non hanno bisogno di fare i fenomeni da baraccone".

"Ma sentila! Mi sembri rimbambita... Non capisci che oggi ciò che conta è apparire?"

"Sì, ma io preferisco apparire per quello che sono, non passare la vita a recitare!"

❖ **Michy**, 14 anni:

"Ho rischiato di morire per girare un video e andare su YouTube. Tutto per diventare famoso; volevo che gli amici parlassero di me e potessero dire: Ehi, guarda che coraggio ha quello!"



Sembrerà assurdo, ma è solo per questo che l'ho fatto.

Così dichiara Michy su La Stampa del 21 marzo 2009. È tornato a casa dopo 35 giorni passati nel reparto grandi ustionati del CTO di Torino. L'idea nasce dalla tv e coinvolge tre amici: il regista con il telefonino, i protagonisti con due euro di benzina nei pantaloni inzuppati. Poi una fiammata, la fontana senz'acqua e i medici dell'ambulanza. Nei 10 giorni di coma, Michy dice di aver fatto incubi terribili.

Egli pensa che le preghiere della mamma lo abbiano aiutato: *“Sono vivo grazie a Dio”*.

Ora il suo imperativo è: *“Basta cavolate!”*.

- Dopo aver ascoltato le testimonianze, **gli animatori orientano la CONDIVISIONE in gruppo** con alcune domande (quelle di seguito o altre):
 - «Proviamo a tirar fuori da queste tre storie le caratteristiche di un'*autostima positiva* e quelle di un'*autostima negativa*»...
 - «E quale importanza danno – alcuni di loro – al fatto di *farsi stimare* dagli altri?»...
 - «Ciascuno di noi provi a dare un punteggio – da 1 a 10 – a Fabio, Tizy e Rebecca, Michy»...
 - «Se siamo disponibili, vediamo cosa misura il *termometro* della nostra autostima: ciascuno provi a dare un punteggio alla propria autostima (da 1 a 10) per verificare se ha un'alta o bassa stima di sé»
- **Gli animatori proseguono l'incontro invitando il gruppo a farsi una domanda:**
«Ci siamo mai chiesti **come si forma in noi l'autostima? Confrontiamoci con la RIFLESSIONE di alcuni psicologi**» (da distribuire a ciascuno giovanissimo, vedi **ALLEGATO 1b**):

❖ **La stima di sé**

“La stima è un bisogno naturale e centrale..

Senza la stima di sé è difficile vivere: ci si sente incompetenti, inferiori agli altri, ogni circostanza di vita diventa una minaccia, finché si finisce per ritirarsi o ricorrere ai meccanismi di difesa.

La stima, invece, fa nascere quella certa sicurezza e fiducia in sé che sono fondamentali per affrontare gli impegni della vita e i rapporti con gli altri: solo se l'uomo è sicuro di sé, può veramente darsi agli altri e amare con tutte le forze”

(A.Cencini e A.Manenti, “PSICOLOGIA E FORMAZIONE”, ed. Dehoniane, Bologna 1985, pp.141-142)

❖ **La formazione della stima di sé**

“Ogni persona si fa un'idea di se stessa.

Questa percezione di sé si costruisce durante gli anni e non è mai acquisita in modo definitivo.

Il bambino si vede principalmente nello sguardo che rivolgono su di lui le persone che ritiene importanti nella sua vita: i suoi genitori, i suoi nonni, i suoi insegnanti, i suoi amici, ecc... Si serve delle parole che queste persone gli dicono e dei gesti che hanno nei suoi confronti per conoscere se stesso.

Poi, il bambino diventa grande e gli amici acquistano sempre più importanza fino a diventare – nell'adolescenza – lo specchio nel quale si guarda.

L'età adulta non mette un termine a questo processo. Alcuni giorni, l'opinione favorevole degli altri rassicura e conferma le impressioni che abbiamo su noi stessi. In altri momenti, quando questa opinione è sfavorevole, ci ferisce e ci fa dubitare di noi...

L'adolescenza è un periodo cruciale per quanto riguarda lo sviluppo e il consolidamento dell'autostima. In effetti, in questo momento della vita, ogni persona deve assolutamente trovare la propria identità...

Una buona autostima significa avere coscienza dei propri punti di forza e delle proprie debolezze, accettarsi con tutto quello che si possiede di personale.

Autostima significa innanzitutto avere fiducia in se stessi, in coloro che si amano e nella vita!”

(G.Duclos, D.Laporte, J.Ross, “L'AUTOSTIMA DEGLI ADOLESCENTI”, ed. S.Paolo, Torino 2006, pp.6 e 8-11)

- **Gli animatori guidano una CONDIVISIONE** con ciò che è stato appena letto:
 - «**Quali parole** di questi psicologi senti **importanti per te?**»...
 - «C'è un qualcosa che hai ascoltato, ma **non hai capito bene** cosa significa?»...
 - «Proviamo a **fissare alcuni punti importanti che riassumono** tutto ciò che abbiamo visto in questo incontro»...

ASCOLTIAMO IL SIGNORE

- Gli animatori invitano i giovanissimi a **confrontarsi con la PAROLA DI DIO**:
«Ora, ascoltiamo insieme come **la Parola di Dio ci accompagna a conoscere alcune espressioni di “stima (o non stima) di sé”** di fronte a Dio (distribuire la Parola di Dio a ognuno, vedi ALLEGATO 2):

“Gesù disse ancora questa parabola per alcuni che avevano l’intima presunzione di essere giusti e disprezzavano gli altri: «Due uomini salirono al tempio a pregare: uno era fariseo e l’altro pubblicano.

***il fariseo**, stando in piedi, pregava così tra sé: O Dio, ti ringrazio perché non sono come gli altri uomini: ladri, ingiusti, adulteri e neppure come questo pubblicano. Io digiuno due volte alla settimana e io pago le decime di tutto quello che possiedo.*

***il pubblicano** invece, fermatosi a distanza, non osava nemmeno alzare gli occhi al cielo, ma si batteva il petto dicendo: O Dio, abbi pietà di me, peccatore!»*

(Vangelo secondo Luca 18, 9-13)

- Gli animatori aiutano il gruppo a **ESAMINARE i due personaggi**, il “fariseo” (l’uomo che presume di essere migliore degli altri) e il “pubblicano” (la persona umile che conosce le proprie povertà e debolezze), per capire quale atteggiamento hanno verso se stessi e, di conseguenza, verso gli altri:
 - «Mettiamo sotto la *lente d’ingrandimento* questi due personaggi della parabola, il “fariseo” e il “pubblicano”. Raccogliamo ogni più piccola parola che ci aiuti a conoscere queste due persone-tipo e il genere di autostima che possiedono»...
 - «Questi due personaggi quale atteggiamento hanno nei confronti del prossimo?»...
 - «Noi, a quali dei due personaggi somigliamo di più nella nostra vita di tutti i giorni?»...
- Gli animatori ricordano al gruppo che **nei prossimi incontri** si cercherà di **approfondire la “conoscenza di sé” e le condizioni che favoriscono una corretta stima di sé...**

DECIDIAMO INSIEME

- Gli animatori invitano il gruppo ad assumersi questo **IMPEGNO piccolo e concreto**:
«DECIDIAMO INSIEME – per una settimana – di prestare attenzione a che cosa ci aiuta di più lungo le giornate a stimare positivamente noi stessi»
- **Nel prossimo incontro verificheremo** come è andato l’impegno preso.

PREGHIAMO

- L’incontro si conclude con la **PREGHIERA del Salmo 131: “La giusta stima di sé”** (vedi ALLEGATO 3):

*“Signore,
non si esalta il mio cuore,
né i miei occhi guardano in alto;
non vado cercando cose grandi,
né meraviglie più alte di me.*

*Io invece resto quieto e sereno:
come un bimbo svezzato in braccio a sua madre,
come un bimbo svezzato è in me l’anima mia.”*

allegato 1a - TESTIMONIANZE di adolescenti

(stampare e distribuire ai giovanissimi)

❖ **Fabio**, 17 anni:

“Non mi fate domande assurde. Non so chi sono. Mi hanno dato un nome, ma mi piace poco. Mi hanno sbattuto a scuola, ma a che serve? Mi rinchiodo in camera con i miei passatempi preferiti: pc, dvd, iPhone, wii... ma non mi diverto più. I più grandi sanno come fare, ma ci vogliono i soldi. E io dove li prendo con quel poco che mi passano in casa?. No, questa non è vita. Devo inventarmi qualcosa per dire a tutti che ci sono: trasgredire in modo “speciale” e magari finire su YouTube...”

❖ **Dialogo tra due ragazze diciottenni:**

(Tizy) *“Oh, hai visto quel pluritatuato allo Show dei record ieri sera? È proprio un grande!”.*

(Rebecca) *“Un grande scemo, vorrai dire! Dimmi se vale la pena massacrarsi la pelle per una cosa del genere...”*

“Eh, ma vuoi mettere il coraggio? Le donne faranno a gara per provarci...”.

“Ma figurati! A me uno così farebbe ribrezzo... Puah!”.

“Intanto va in giro per il mondo a farsi un sacco di soldi”.

“Sarà, ma le persone che sanno stimarsi in modo corretto non hanno bisogno di fare i fenomeni da baraccone”.

“Ma sentila! Mi sembri rimbambita... Non capisci che oggi ciò che conta è apparire?”.

“Sì, ma io preferisco apparire per quello che sono, non passare la vita a recitare!”.

❖ **Michy**, 14 anni:

“Ho rischiato di morire per girare un video e andare su YouTube. Tutto per diventare famoso; volevo che gli amici parlassero di me e potessero dire: Ehi, guarda che coraggio ha quello!. Sembrerà assurdo, ma è solo per questo che l'ho fatto.

Così dichiara Michy su La Stampa del 21 marzo 2009. È tornato a casa dopo 35 giorni passati nel reparto grandi ustionati del CTO di Torino. L'idea nasce dalla tv e coinvolge tre amici: il regista con il telefonino, i protagonisti con due euro di benzina nei pantaloni inzuppati. Poi una fiammata, la fontana senz'acqua e i medici dell'ambulanza. Nei 10 giorni di coma, Michy dice di aver fatto incuby terribili. Egli pensa che le preghiere della mamma lo abbiano aiutato: *“Sono vivo grazie a Dio”*. Ora il suo imperativo è: *“Basta cavolate!”*.

❖ **Fabio**, 17 anni:

“Non mi fate domande assurde. Non so chi sono. Mi hanno dato un nome, ma mi piace poco. Mi hanno sbattuto a scuola, ma a che serve? Mi rinchiodo in camera con i miei passatempi preferiti: pc, dvd, iPhone, wii... ma non mi diverto più. I più grandi sanno come fare, ma ci vogliono i soldi. E io dove li prendo con quel poco che mi passano in casa?. No, questa non è vita. Devo inventarmi qualcosa per dire a tutti che ci sono: trasgredire in modo “speciale” e magari finire su YouTube...”

❖ **Dialogo tra due ragazze diciottenni:**

(Tizy) *“Oh, hai visto quel pluritatuato allo Show dei record ieri sera? È proprio un grande!”.*

(Rebecca) *“Un grande scemo, vorrai dire! Dimmi se vale la pena massacrarsi la pelle per una cosa del genere...”*

“Eh, ma vuoi mettere il coraggio? Le donne faranno a gara per provarci...”.

“Ma figurati! A me uno così farebbe ribrezzo... Puah!”.

“Intanto va in giro per il mondo a farsi un sacco di soldi”.

“Sarà, ma le persone che sanno stimarsi in modo corretto non hanno bisogno di fare i fenomeni da baraccone”.

“Ma sentila! Mi sembri rimbambita... Non capisci che oggi ciò che conta è apparire?”.

“Sì, ma io preferisco apparire per quello che sono, non passare la vita a recitare!”.

❖ **Michy**, 14 anni:

“Ho rischiato di morire per girare un video e andare su YouTube. Tutto per diventare famoso; volevo che gli amici parlassero di me e potessero dire: Ehi, guarda che coraggio ha quello!. Sembrerà assurdo, ma è solo per questo che l'ho fatto.

Così dichiara Michy su La Stampa del 21 marzo 2009. È tornato a casa dopo 35 giorni passati nel reparto grandi ustionati del CTO di Torino. L'idea nasce dalla tv e coinvolge tre amici: il regista con il telefonino, i protagonisti con due euro di benzina nei pantaloni inzuppati. Poi una fiammata, la fontana senz'acqua e i medici dell'ambulanza. Nei 10 giorni di coma, Michy dice di aver fatto incuby terribili. Egli pensa che le preghiere della mamma lo abbiano aiutato: *“Sono vivo grazie a Dio”*. Ora il suo imperativo è: *“Basta cavolate!”*.

allegato 1b - La RIFLESSIONE di alcuni psicologi: "La formazione dell'autostima"

(stampare e distribuire ai giovanissimi)

❖ **La stima di sé**

"La stima è un bisogno naturale e centrale..Senza la stima di sé è difficile vivere: ci si sente incompetenti, inferiori agli altri, ogni circostanza di vita diventa una minaccia, finchè si finisce per ritirarsi o ricorrere ai meccanismi di difesa.

La stima, invece, fa nascere quella certa sicurezza e fiducia in sé che sono fondamentali per affrontare gli impegni della vita e i rapporti con gli altri: solo se l'uomo è sicuro di sé, può veramente darsi agli altri e amare con tutte le forze"

(A.Cencini e A.Manenti, "PSICOLOGIA E FORMAZIONE", ed. Dehoniane, Bologna 1985, pp.141-142)

❖ **La formazione della stima di sé**

"Ogni persona si fa un'idea di se stessa. Questa percezione di sé si costruisce durante gli anni e non è mai acquisita in modo definitivo.

Il bambino si vede principalmente nello sguardo che rivolgono su di lui le persone che ritiene importanti nella sua vita: i suoi genitori, i suoi nonni, i suoi insegnanti, i suoi amici, ecc... Si serve delle parole che queste persone gli dicono e dei gesti che hanno nei suoi confronti per conoscere se stesso. Poi, il bambino diventa grande e gli amici acquistano sempre più importanza fino a diventare – nell'adolescenza – lo specchio nel quale si guarda.

L'età adulta non mette un termine a questo processo. Alcuni giorni, l'opinione favorevole degli altri rassicura e conferma le impressioni che abbiamo su noi stessi. In altri momenti, quando questa opinione è sfavorevole, ci ferisce e ci fa dubitare di noi...

L'adolescenza è un periodo cruciale per quanto riguarda lo sviluppo e il consolidamento dell'autostima. In effetti, in questo momento della vita, ogni persona deve assolutamente trovare la propria identità...

Una buona autostima significa avere coscienza dei propri punti di forza e delle proprie debolezze, accettarsi con tutto quello che si possiede di personale. Autostima significa innanzitutto avere fiducia in se stessi, in coloro che si amano e nella vita!"

(G.Duclos, D.Laporte, J.Ross, "L'AUTOSTIMA DEGLI ADOLESCENTI", ed. S.Paolo, Torino 2006, pp.6 e 8-11)

❖ **La stima di sé**

"La stima è un bisogno naturale e centrale..Senza la stima di sé è difficile vivere: ci si sente incompetenti, inferiori agli altri, ogni circostanza di vita diventa una minaccia, finchè si finisce per ritirarsi o ricorrere ai meccanismi di difesa.

La stima, invece, fa nascere quella certa sicurezza e fiducia in sé che sono fondamentali per affrontare gli impegni della vita e i rapporti con gli altri: solo se l'uomo è sicuro di sé, può veramente darsi agli altri e amare con tutte le forze"

(A.Cencini e A.Manenti, "PSICOLOGIA E FORMAZIONE", ed. Dehoniane, Bologna 1985, pp.141-142)

❖ **La formazione della stima di sé**

"Ogni persona si fa un'idea di se stessa. Questa percezione di sé si costruisce durante gli anni e non è mai acquisita in modo definitivo.

Il bambino si vede principalmente nello sguardo che rivolgono su di lui le persone che ritiene importanti nella sua vita: i suoi genitori, i suoi nonni, i suoi insegnanti, i suoi amici, ecc... Si serve delle parole che queste persone gli dicono e dei gesti che hanno nei suoi confronti per conoscere se stesso. Poi, il bambino diventa grande e gli amici acquistano sempre più importanza fino a diventare – nell'adolescenza – lo specchio nel quale si guarda.

L'età adulta non mette un termine a questo processo. Alcuni giorni, l'opinione favorevole degli altri rassicura e conferma le impressioni che abbiamo su noi stessi. In altri momenti, quando questa opinione è sfavorevole, ci ferisce e ci fa dubitare di noi...

L'adolescenza è un periodo cruciale per quanto riguarda lo sviluppo e il consolidamento dell'autostima. In effetti, in questo momento della vita, ogni persona deve assolutamente trovare la propria identità...

Una buona autostima significa avere coscienza dei propri punti di forza e delle proprie debolezze, accettarsi con tutto quello che si possiede di personale. Autostima significa innanzitutto avere fiducia in se stessi, in coloro che si amano e nella vita!"

(G.Duclos, D.Laporte, J.Ross, "L'AUTOSTIMA DEGLI ADOLESCENTI", ed. S.Paolo, Torino 2006, pp.6 e 8-11)

allegato 2 - La PAROLA DI DIO: "Vera e falsa stima di sé"

(stampare e distribuire ai giovanissimi)

*"Gesù disse ancora questa parabola per alcuni che **avevano l'intima presunzione di essere giusti e disprezzavano gli altri:***

*«Due uomini salirono al tempio a pregare:
uno era fariseo e l'altro pubblicano.*

il fariseo, *stando in piedi, pregava così tra sé:*

*O Dio, ti ringrazio perché non sono come gli altri uomini:
ladri, ingiusti, adulteri e neppure come questo pubblicano.
Io digiuno due volte alla settimana
e io pago le decime di tutto quello che possiedo.*

il pubblicano *invece, fermatosi a distanza,
non osava nemmeno alzare gli occhi al cielo,
ma si batteva il petto dicendo:*

O Dio, abbi pietà di me, peccatore!»"

(Vangelo secondo Luca 18, 9-13)

*"Gesù disse ancora questa parabola per alcuni che **avevano l'intima presunzione di essere giusti e disprezzavano gli altri:***

*«Due uomini salirono al tempio a pregare:
uno era fariseo e l'altro pubblicano.*

il fariseo, *stando in piedi, pregava così tra sé:*

*O Dio, ti ringrazio perché non sono come gli altri uomini:
ladri, ingiusti, adulteri e neppure come questo pubblicano.
Io digiuno due volte alla settimana
e io pago le decime di tutto quello che possiedo.*

il pubblicano *invece, fermatosi a distanza,
non osava nemmeno alzare gli occhi al cielo,
ma si batteva il petto dicendo:*

O Dio, abbi pietà di me, peccatore!»"

(Vangelo secondo Luca 18, 9-13)

*"Gesù disse ancora questa parabola per alcuni che **avevano l'intima presunzione di essere giusti e disprezzavano gli altri:***

*«Due uomini salirono al tempio a pregare:
uno era fariseo e l'altro pubblicano.*

il fariseo, *stando in piedi, pregava così tra sé:*

*O Dio, ti ringrazio perché non sono come gli altri uomini:
ladri, ingiusti, adulteri e neppure come questo pubblicano.
Io digiuno due volte alla settimana
e io pago le decime di tutto quello che possiedo.*

il pubblicano *invece, fermatosi a distanza,
non osava nemmeno alzare gli occhi al cielo,
ma si batteva il petto dicendo:*

O Dio, abbi pietà di me, peccatore!»"

(Vangelo secondo Luca 18, 9-13)

allegato 3 - LA PREGHIERA: *“La giusta stima di sè”* (stampare e distribuire ai giovanissimi)

<p>LA GIUSTA STIMA DI SÈ</p> <p><i>“Signore, non si esalta il mio cuore, né i miei occhi guardano in alto; non vado cercando cose grandi, né meraviglie più alte di me. Io invece resto quieto e sereno: come un bimbo svezzato in braccio a sua madre, come un bimbo svezzato è in me l’anima mia.”</i></p> <p>(dal Salmo 130)</p>	<p>LA GIUSTA STIMA DI SÈ</p> <p><i>“Signore, non si esalta il mio cuore, né i miei occhi guardano in alto; non vado cercando cose grandi, né meraviglie più alte di me. Io invece resto quieto e sereno: come un bimbo svezzato in braccio a sua madre, come un bimbo svezzato è in me l’anima mia.”</i></p> <p>(dal Salmo 130)</p>
<p>LA GIUSTA STIMA DI SÈ</p> <p><i>“Signore, non si esalta il mio cuore, né i miei occhi guardano in alto; non vado cercando cose grandi, né meraviglie più alte di me. Io invece resto quieto e sereno: come un bimbo svezzato in braccio a sua madre, come un bimbo svezzato è in me l’anima mia.”</i></p> <p>(dal Salmo 130)</p>	<p>LA GIUSTA STIMA DI SÈ</p> <p><i>“Signore, non si esalta il mio cuore, né i miei occhi guardano in alto; non vado cercando cose grandi, né meraviglie più alte di me. Io invece resto quieto e sereno: come un bimbo svezzato in braccio a sua madre, come un bimbo svezzato è in me l’anima mia.”</i></p> <p>(dal Salmo 130)</p>
<p>LA GIUSTA STIMA DI SÈ</p> <p><i>“Signore, non si esalta il mio cuore, né i miei occhi guardano in alto; non vado cercando cose grandi, né meraviglie più alte di me. Io invece resto quieto e sereno: come un bimbo svezzato in braccio a sua madre, come un bimbo svezzato è in me l’anima mia.”</i></p> <p>(dal Salmo 130)</p>	<p>LA GIUSTA STIMA DI SÈ</p> <p><i>“Signore, non si esalta il mio cuore, né i miei occhi guardano in alto; non vado cercando cose grandi, né meraviglie più alte di me. Io invece resto quieto e sereno: come un bimbo svezzato in braccio a sua madre, come un bimbo svezzato è in me l’anima mia.”</i></p> <p>(dal Salmo 130)</p>

8° incontro PER UNA CORRETTA STIMA DI TE STESSO

OBIETTIVO

Questo incontro è un completamento di quello precedente sul tema dell'**AUTOSTIMA**.

Gli animatori accompagnano i giovanissimi a **“conoscere sé”** e a **conoscere le condizioni che aiutano a raggiungere una corretta “stima di sé”** mediante un *cammino di consapevolezza* che il Signore stesso ci fa compiere – nella Comunità dei discepoli di Gesù (cioè la Chiesa) - attraverso la sua Parola e il suo Santo Spirito.

CI GUARDIAMO INTORNO

- o Gli animatori possono iniziare l'incontro raccogliendo **il parere personale dei giovanissimi su che cosa sia l'“autostima”**. Per fare questo dividete il gruppo in coppie e distribuite - a ciascuna coppia - un foglietto e una biro. Poi dite loro di scrivere sul foglietto – in forma anonima - la definizione che darebbero della parola “autostima” (o “stima di sé”)...
- o Terminato il lavoro di coppia, gli animatori raccolgono i foglietti - che verranno utilizzati più avanti – e invitano il gruppo ad **ascoltare due STORIE** (si possono distribuire a ciascuno, vedi ALLEGATO 1a):

❖ **Il Piccolo Principe visita il secondo pianeta:**

Il secondo pianeta era abitato da un vanitoso.

*«Ah! Ah! Ecco la visita di un ammiratore», gridò da lontano il vanitoso appena scorse il piccolo principe. Per i vanitosi **tutti gli altri uomini sono degli ammiratori.***

«Buon giorno», disse il piccolo principe, «Che cappello buffo avete!». «E' per salutare», gli rispose il vanitoso, «E' per salutare quando mi acclamano, ma sfortunatamente non passa mai nessuno da queste parti». «Ah sì?», disse il piccolo principe che non capiva.

«Batti le mani l'una contro l'altra», consigliò perciò il vanitoso. Il piccolo principe battè le mani l'una contro l'altra e il vanitoso salutò con modestia sollevando il cappello. E' più divertente che la visita al re - si disse il piccolo principe - e ricominciò a battere le mani l'una contro l'altra. Il vanitoso ricominciò a salutare sollevando il cappello.

Dopo cinque minuti di questo esercizio il piccolo principe si stancò della monotonia del gioco: «E che cosa bisogna fare», domandò, «perché il cappello caschi?». Ma il vanitoso non l'intese. I vanitosi non sentono altro che le lodi.

*«**Mi ammira molto**, veramente?», domandò al piccolo principe. «Che cosa vuol dire ammirare?».*

*«**Ammirare vuol dire riconoscere che io sono l'uomo più bello, più elegante, più ricco e più intelligente di tutto il pianeta.**», «Ma tu sei solo sul tuo pianeta!», rispose il piccolo principe.*

«Fammi questo piacere: ammirami lo stesso!». «Ti ammira», disse il piccolo principe, alzando un poco le spalle, «ma tu che te ne fai?». E il piccolo principe se ne andò.

«I grandi sono decisamente bizzarri!», diceva a se stesso il piccolo principe, durante il suo viaggio»

(A. de Saint-Exubery, IL PICCOLO PRINCIPE, cap.11)

❖ **Alex Zanardi**, ex pilota di Formula 1, rimasto coinvolto ne 2001 in un drammatico incidente in cui perse gli arti inferiori. Da quell'anno è pilota ufficiale del *Bmw Team Italy-Spaysn*. Questa è parte di una sua intervista concessa a Famiglia Motori:

“Credo che vivere significhi sottoporsi a dei rischi. Non possiamo pensare che non accada mai nulla.

Dopo l'incidente, ho trovato forza nel vedere un ragazzino – amputato come me – camminare speditamente e avere la sua autonomia.



Oggi non ho più paura della vita, perché so che è un bene meraviglioso. E se qualcosa accade, si cercherà di andare comunque avanti con ciò che resta.

L'ironia è fondamentale e mi facilita molto la vita. Tempo fa, mentre guidavo, ho avuto un malinteso con un automobilista a un incrocio. Il tipo mi urla: «Vieni giù dall'auto se hai il coraggio». E io gli dico: «Se hai pazienza, mi organizzo». Lui allora mi riconosce e scoppiamo a ridere.

Sono una persona ottimista. Se sei ottimista, ogni giorno avrai delle piccole soddisfazioni che ti riporteranno in alto.

L'importante è conoscere il proprio limite e sfidarlo, senza la pretesa di essere più bravo degli altri, ma cercando di dare – sempre e comunque – il meglio di se stessi».

- Terminata la lettura delle due storie, gli animatori stimolano **la CONDIVISIONE in gruppo**:
 - «Insieme cogliamo le caratteristiche e le differenze dei due personaggi delle due storie: l'uomo vanitoso e Alex Zanardi»...
 - «Questi due personaggi quale stima hanno di sé? Bassa, alta, falsa, vera?»...
 - «Ora, leggiamo i vostri foglietti: come avete definito "l'autostima"?... cerchiamo di arrivare ad una definizione comune (una buona autostima consiste nell'avere coscienza delle proprie debolezze e delle proprie forze e voler bene a sé)»...
- Ora, **gli animatori fanno leggere questa RIFLESSIONE di uno psicologo** (possono distribuirla a ciascuno, vedi **ALLEGATO 1b**) che presenta la **"condizione fondamentale" per raggiungere una buona e corretta stima-di-sé**, cioè che non si esalta e neppure si deprime! (tenete presente questa riflessione psicologica quando leggerete i brani della Parola di Dio per cogliere le somiglianze tra ciò che dice la psicologia e ciò che dice il Signore nella Bibbia):

❖ **La propria amabilità**

Per prima cosa – se si vuole imparare ad amare - è **necessario giungere "alla scoperta e alla sicurezza della propria sostanziale positività"**... È ben difficile riuscire ad amare qualcuno sulla base di una considerazione negativa di sé.

Per giungere a scoprire la propria amabilità" bisogna fare riferimento alla propria storia personale, cioè leggere in profondità il proprio vissuto, fare memoria "di un bene già ricevuto, di un affetto di cui si è stati oggetto", e riconoscere che è prevalente il positivo rispetto alle proprie vicende negative e agli errori compiuti. "Oggi non viviamo in un ambiente sociale-culturale che faciliti questo tipo di autoconsapevolezza. Viviamo piuttosto in una certa cultura dell'ingratitudine e dell'ingordigia, che impedisce di vedere e apprezzare il bene che si è già ricevuto..."

(riferimenti ad A.Cencini, "CON AMORE", edb, Bologna 1994, pp.11-14)

- Gli animatori aiutano il gruppo a **capire il significato di ciò che è stato scritto dallo psicologo**...

ASCOLTIAMO IL SIGNORE

- A questo punto, **gli animatori pongono una domanda al gruppo** che aiuta a scoprire il senso che ha Dio nell'esistenza dell'uomo:
 - «Come si fa a conoscere la propria positività, dunque la propria amabilità, con la quale formare un'autentica stima-di-sé? Come si fa a scoprire la propria amabilità nella propria storia personale, nella propria vita?»...
 - «Per trovare la vera risposta a questa domanda, dobbiamo rivolgerci a Chi ci conosce meglio di chiunque altro (cioè il Signore) e ci "svela" chi siamo. Proviamo ad ascoltare cosa dice Dio di noi stessi» (distribuire l'**ALLEGATO 2**):

*Io – il Signore – ti ho scelto in Cristo prima della creazione del mondo per essere santo e immacolato al mio cospetto nella carità (nell’amore).
Ti ho predestinato a essere mio figlio per opera di Gesù Cristo.* (cfr Lettera agli Efesini 1,4-5)

Dissi: “Facciamo l’uomo a nostra immagine, secondo la nostra somiglianza”
(cfr Libro della Genesi 1,26)

*“Io sono il Signore che ti ha creato, che ti ha plasmato.
Non temere, perché io ti ho riscattato, ti ho chiamato per nome: tu mi appartieni.
Se dovrai attraversare le acque io sarò con te, i fiumi non ti sommergeranno...
poiché io sono il Signore, tuo Dio, il tuo salvatore...
Perché tu sei prezioso ai miei occhi,
perché sei degno di stima e io ti amo.
Non temere, perché io sono con te”* (Libro del profeta Isaia 43,1-5a)

*Se cammini in mezzo al pericolo, io ti ridono vita;
contro la collera dei tuoi avversari stendo la mia mano e la mia destra ti salva.
Io – il Signore – faccio tutto per te. Il mio amore verso di te è per sempre!
Io non abbandono l’opera delle mie mani che sei tu!* (cfr Salmo 137,7-8)

***“Signore, io ti rendo grazie:
hai fatto di me una meraviglia stupenda!”***
(Salmo 138,14)

- **È bene che gli animatori – insieme al gruppo - dedichino tempo abbondante alla RIFLESSIONE su questa Parola di Dio**, perché è fondamentale per conoscere la nostra grande dignità che abbiamo da Dio nel momento che incominciamo a esistere e per conoscere l’amore immenso che Egli ha per noi.

In altre parole: tu - come ogni uomo! - sei creato da Dio “a sua immagine” come “figlio di Dio” (sul modello che è Gesù Cristo); quindi hai una dignità altissima e un valore grandissimo dato da Dio. Ma tutto questo l’uomo non lo sa finché non incomincia un *cammino di consapevolezza*, in cui il Signore stesso – mediante la comunità cristiana cioè la Chiesa – lo istruisce attraverso la sua Parola e lo convince mediante il suo Santo Spirito, portandolo a riconoscersi come “la meraviglia di Dio”, l’opera stupenda del Signore...

Ciò che è fondamentale – e difficile da riconoscere a causa della nostra superbia personale – è il fatto che **tu - dal momento che esisti - vali, sei degno di stima e sei amabile perché Dio ti ha fatto bello e amabile come è lui!**

Quando un giovane scopre questa sua dignità e amabilità, impara a volersi bene – con le proprie debolezze e povertà - come Dio gli vuole bene, **e impara a stimare e amare anche gli altri** – con le loro debolezze e povertà - come Dio li stima e li ama! E non spreca più tempo ed energie a cercare di “acquistarsi la stima” degli altri o a cercare di “dare valore a se stesso” attraverso i vestiti che indossa, la musica che ascolta, gli amici che frequenta, il fumo o l’alcol che consuma, ecc...

- **Tutta questa riflessione è bene non “leggerla” al gruppo, ma farla emergere attraverso una CONDIVISIONE**, stimolata da alcune domande:
 - «Rileggiamo lentamente questa Parola di Dio e ognuno di noi dica la Parola che lo ha toccato di più»...
 - «Cosa ci fa capire il Signore con queste sue parole rivolte a ciascuno di noi?»...
 - «Queste frasi della Parola di Dio, ci aiutano a scoprire che tu sei “stimabile e amabile”: Da dove viene questa tua dignità, questo tuo immenso valore? Te lo dai tu o ti è stato dato da qualcun altro?»...
 - «Se dovessimo aiutare un ragazzo a ritrovare stima in sé, come potremmo aiutarlo con questa Parola di Dio?»...

DECIDIAMO INSIEME

- Gli animatori invitano i giovanissimi ad **un IMPEGNO piccolo e concreto**:
«SCEGLIAMO PERSONALMENTE
- per la settimana -
una frase della Parola di Dio, sulla quale abbiamo riflettuto in questo incontro,
che ci faccia compagnia nelle nostre giornate».
- Al prossimo incontro ci si scambierà le proprie impressioni.

PREGHIAMO

- L'incontro si conclude con la **PREGHIERA del Salmo 131: "La giusta stima di sé"** (vedi ALLEGATO 3):
*"Signore,
non si esalta il mio cuore,
né i miei occhi guardano in alto;
non vado cercando cose grandi,
né meraviglie più alte di me.

Io invece resto quieto e sereno:
come un bimbo svezzato in braccio a sua madre,
come un bimbo svezzato è in me l'anima mia."*

allegato 1a - Due STORIE

(stampare e distribuire ai giovanissimi)

❖ **Il Piccolo Principe visita il secondo pianeta:**

«Il secondo pianeta era abitato da **un vanitoso**.

«Ah! Ah! Ecco la visita di un ammiratore», gridò da lontano il vanitoso appena scorse il piccolo principe. Per i vanitosi **tutti gli altri uomini sono degli ammiratori**.

«Buon giorno», disse il piccolo principe, «Che cappello buffo avete!». «E' per salutare», gli rispose il vanitoso, «E' per salutare quando mi acclamano, ma sfortunatamente non passa mai nessuno da queste parti». «Ah sì?», disse il piccolo principe che non capiva.

«Batti le mani l'una contro l'altra», consigliò perciò il vanitoso. Il piccolo principe battè le mani l'una contro l'altra e il vanitoso salutò con modestia sollevando il cappello. E' più divertente che la visita al re - si disse il piccolo principe - e ricominciò a battere le mani l'una contro l'altra. Il vanitoso ricominciò a salutare sollevando il cappello.

Dopo cinque minuti di questo esercizio il piccolo principe si stancò della monotonia del gioco: «E che cosa bisogna fare», domandò, «perché il cappello caschi?». Ma il vanitoso non l'intese. I vanitosi non sentono altro che le lodi.

«**Mi ammira molto**, veramente?», domandò al piccolo principe. «Che cosa vuol dire ammirare?». «Ammirare vuol dire riconoscere che **io sono l'uomo più bello, più elegante, più ricco e più intelligente di tutto il pianeta**». «Ma tu sei solo sul tuo pianeta!», rispose il piccolo principe. «Fammi questo piacere: ammirami lo stesso!». «Ti ammira», disse il piccolo principe, alzando un poco le spalle, «ma tu che te ne fai?». E il piccolo principe se ne andò.

«I grandi sono decisamente bizzarri!», diceva a se stesso il piccolo principe, durante il suo viaggio»

(A. de Saint-Exubery, IL PICCOLO PRINCIPE, cap.11)

❖ **Alex Zanardi**, ex pilota di Formula 1, rimasto coinvolto ne 2001 in un drammatico incidente in cui perse gli arti inferiori. Da quell'anno è pilota ufficiale del *Bmw Team Italy-Spaysn*. Questa è parte di una sua intervista concessa a Famiglia Motori:

«Credo che vivere significhi sottoporsi a dei rischi. Non possiamo pensare che non accada mai nulla.

Dopo l'incidente, ho trovato forza nel vedere un ragazzino - amputato come me - camminare speditamente e avere la sua autonomia.

Oggi non ho più paura della vita, perché so che è un bene meraviglioso. E se qualcosa accade, si cercherà di andare comunque avanti con ciò che resta.

L'ironia è fondamentale e mi facilita molto la vita. Tempo fa, mentre guidavo, ho avuto un malinteso con un automobilista a un incrocio. Il tipo mi urla: «Vieni giù dall'auto se hai il coraggio». E io gli dico: «Se hai pazienza, mi organizzo». Lui allora mi riconosce e scoppiamo a ridere.

Sono una persona ottimista. Se sei ottimista, ogni giorno avrai delle piccole soddisfazioni che ti riporteranno in alto.

L'importante è conoscere il proprio limite e sfidarlo, **senza la pretesa di essere più bravo** degli altri, ma cercando di dare - sempre e comunque - il meglio di se stessi».

allegato 1b - La RIFLESSIONE di uno psicologo: *“Per una corretta stima di sé”*

(stampare e distribuire ai giovanissimi)

❖ La propria amabilità

Per prima cosa – se si vuole imparare ad amare - è necessario giungere al **“la scoperta e la sicurezza della propria sostanziale positività... È ben difficile riuscire ad amare qualcuno sulla base di una considerazione negativa di sé.**

Per giungere a scoprire la propria amabilità” **bisogna fare riferimento alla propria storia personale**, cioè leggere in profondità il proprio vissuto, **fare memoria “di un bene già ricevuto, di un affetto di cui si è stati oggetto”, e riconoscere che è prevalente il positivo** rispetto alle proprie vicende negative e agli errori compiuti.

“Oggi non viviamo in un ambiente sociale-culturale che faciliti questo tipo di autoconsapevolezza. Viviamo piuttosto in una certa cultura dell’ingratitude e dell’ingordigia, che impedisce di vedere e apprezzare il bene che si è già ricevuto...”

(riferimenti ad A.Cencini, “CON AMORE”, edb, Bologna 1994, pp.11-14)

❖ La propria amabilità

Per prima cosa – se si vuole imparare ad amare - è necessario giungere al **“la scoperta e la sicurezza della propria sostanziale positività... È ben difficile riuscire ad amare qualcuno sulla base di una considerazione negativa di sé.**

Per giungere a scoprire la propria amabilità” **bisogna fare riferimento alla propria storia personale**, cioè leggere in profondità il proprio vissuto, **fare memoria “di un bene già ricevuto, di un affetto di cui si è stati oggetto”, e riconoscere che è prevalente il positivo** rispetto alle proprie vicende negative e agli errori compiuti.

“Oggi non viviamo in un ambiente sociale-culturale che faciliti questo tipo di autoconsapevolezza. Viviamo piuttosto in una certa cultura dell’ingratitude e dell’ingordigia, che impedisce di vedere e apprezzare il bene che si è già ricevuto...”

(riferimenti ad A.Cencini, “CON AMORE”, edb, Bologna 1994, pp.11-14)

❖ La propria amabilità

Per prima cosa – se si vuole imparare ad amare - è necessario giungere al **“la scoperta e la sicurezza della propria sostanziale positività... È ben difficile riuscire ad amare qualcuno sulla base di una considerazione negativa di sé.**

Per giungere a scoprire la propria amabilità” **bisogna fare riferimento alla propria storia personale**, cioè leggere in profondità il proprio vissuto, **fare memoria “di un bene già ricevuto, di un affetto di cui si è stati oggetto”, e riconoscere che è prevalente il positivo** rispetto alle proprie vicende negative e agli errori compiuti.

“Oggi non viviamo in un ambiente sociale-culturale che faciliti questo tipo di autoconsapevolezza. Viviamo piuttosto in una certa cultura dell’ingratitude e dell’ingordigia, che impedisce di vedere e apprezzare il bene che si è già ricevuto...”

(riferimenti ad A.Cencini, “CON AMORE”, edb, Bologna 1994, pp.11-14)

❖ La propria amabilità

Per prima cosa – se si vuole imparare ad amare - è necessario giungere al **“la scoperta e la sicurezza della propria sostanziale positività... È ben difficile riuscire ad amare qualcuno sulla base di una considerazione negativa di sé.**

Per giungere a scoprire la propria amabilità” **bisogna fare riferimento alla propria storia personale**, cioè leggere in profondità il proprio vissuto, **fare memoria “di un bene già ricevuto, di un affetto di cui si è stati oggetto”, e riconoscere che è prevalente il positivo** rispetto alle proprie vicende negative e agli errori compiuti.

“Oggi non viviamo in un ambiente sociale-culturale che faciliti questo tipo di autoconsapevolezza. Viviamo piuttosto in una certa cultura dell’ingratitude e dell’ingordigia, che impedisce di vedere e apprezzare il bene che si è già ricevuto...”

(riferimenti ad A.Cencini, “CON AMORE”, edb, Bologna 1994, pp.11-14)

allegato 2 - PAROLA DI DIO: "Cosa dice Dio di noi" (stampare e distribuire ai giovanissimi)

*Io - il Signore - ti ho scelto in Cristo prima della creazione del mondo
per essere santo e immacolato al mio cospetto nella carità (nell'amore).
Ti ho predestinato a essere mio figlio per opera di Gesù Cristo.*

(cfr Lettera agli Efesini 1,4-5)

Dissi: "Facciamo l'uomo a nostra immagine, secondo la nostra somiglianza"

(cfr Libro della Genesi 1,26)

*"Io sono il Signore che ti ha creato, che ti ha plasmato.
Non temere, perché io ti ho riscattato, ti ho chiamato per nome: tu mi appartieni.
Se dovrai attraversare le acque io sarò con te, i fiumi non ti sommergeranno...
poiché io sono il Signore, tuo Dio, il tuo salvatore..."*

*Perché tu sei prezioso ai miei occhi,
perché sei degno di stima e io ti amo.
Non temere, perché io sono con te"*

(Libro del profeta Isaia 43,1-5a)

*Se cammini in mezzo al pericolo, io ti ridono vita;
contro la collera dei tuoi avversari stendo la mia mano e la mia destra ti salva.*

*Io - il Signore - faccio tutto per te.
Il mio amore verso di te è per sempre!*

Io non abbandono l'opera delle mie mani che sei tu!

(cfr Salmo 137,7-8)

***"Signore,
io ti rendo grazie:
hai fatto di me una meraviglia stupenda!"*** (Salmo 138,14)

*Io - il Signore - ti ho scelto in Cristo prima della creazione del mondo
per essere santo e immacolato al mio cospetto nella carità (nell'amore).
Ti ho predestinato a essere mio figlio per opera di Gesù Cristo.*

(cfr Lettera agli Efesini 1,4-5)

Dissi: "Facciamo l'uomo a nostra immagine, secondo la nostra somiglianza"

(cfr Libro della Genesi 1,26)

*"Io sono il Signore che ti ha creato, che ti ha plasmato.
Non temere, perché io ti ho riscattato, ti ho chiamato per nome: tu mi appartieni.
Se dovrai attraversare le acque io sarò con te, i fiumi non ti sommergeranno...
poiché io sono il Signore, tuo Dio, il tuo salvatore..."*

*Perché tu sei prezioso ai miei occhi,
perché sei degno di stima e io ti amo.
Non temere, perché io sono con te"*

(Libro del profeta Isaia 43,1-5a)

*Se cammini in mezzo al pericolo, io ti ridono vita;
contro la collera dei tuoi avversari stendo la mia mano e la mia destra ti salva.*

*Io - il Signore - faccio tutto per te.
Il mio amore verso di te è per sempre!*

Io non abbandono l'opera delle mie mani che sei tu!

(cfr Salmo 137,7-8)

***"Signore,
io ti rendo grazie:
hai fatto di me una meraviglia stupenda!"*** (Salmo 138,14)

allegato 3 - LA PREGHIERA: "La giusta stima di sè" (stampare e distribuire ai giovanissimi)

<p>LA GIUSTA STIMA DI SÈ</p> <p><i>“Signore, non si esalta il mio cuore, né i miei occhi guardano in alto; non vado cercando cose grandi, né meraviglie più alte di me. Io invece resto quieto e sereno: come un bimbo svezzato in braccio a sua madre, come un bimbo svezzato è in me l’anima mia.”</i></p> <p>(dal Salmo 130)</p>	<p>LA GIUSTA STIMA DI SÈ</p> <p><i>“Signore, non si esalta il mio cuore, né i miei occhi guardano in alto; non vado cercando cose grandi, né meraviglie più alte di me. Io invece resto quieto e sereno: come un bimbo svezzato in braccio a sua madre, come un bimbo svezzato è in me l’anima mia.”</i></p> <p>(dal Salmo 130)</p>
<p>LA GIUSTA STIMA DI SÈ</p> <p><i>“Signore, non si esalta il mio cuore, né i miei occhi guardano in alto; non vado cercando cose grandi, né meraviglie più alte di me. Io invece resto quieto e sereno: come un bimbo svezzato in braccio a sua madre, come un bimbo svezzato è in me l’anima mia.”</i></p> <p>(dal Salmo 130)</p>	<p>LA GIUSTA STIMA DI SÈ</p> <p><i>“Signore, non si esalta il mio cuore, né i miei occhi guardano in alto; non vado cercando cose grandi, né meraviglie più alte di me. Io invece resto quieto e sereno: come un bimbo svezzato in braccio a sua madre, come un bimbo svezzato è in me l’anima mia.”</i></p> <p>(dal Salmo 130)</p>
<p>LA GIUSTA STIMA DI SÈ</p> <p><i>“Signore, non si esalta il mio cuore, né i miei occhi guardano in alto; non vado cercando cose grandi, né meraviglie più alte di me. Io invece resto quieto e sereno: come un bimbo svezzato in braccio a sua madre, come un bimbo svezzato è in me l’anima mia.”</i></p> <p>(dal Salmo 130)</p>	<p>LA GIUSTA STIMA DI SÈ</p> <p><i>“Signore, non si esalta il mio cuore, né i miei occhi guardano in alto; non vado cercando cose grandi, né meraviglie più alte di me. Io invece resto quieto e sereno: come un bimbo svezzato in braccio a sua madre, come un bimbo svezzato è in me l’anima mia.”</i></p> <p>(dal Salmo 130)</p>

9° incontro INCONTRARE LA TUA FRAGILITÀ

OBIETTIVO

Per costruire un'autentica "stima di se stessi", che favorisca e che formi in noi la capacità di *amare-gli-altri-come-noi-stessi*, dobbiamo **imparare a fare i conti con la FRAGILITÀ che tutti portiamo in noi**. Questo è un compito molto arduo nel nostro tempo, perché si fa di tutto per nascondere o superare la propria fragilità considerata come un "difetto grave"!

Gli animatori orientano i giovanissimi a **conoscere le proprie fragilità e a non averne paura**, in quanto sono **l'occasione per crescere in umanità e sconfiggere le illusioni!**

CI GUARDIAMO INTORNO

- o Gli animatori scelgono **la visione di un FILM** che affronti il tema della "fragilità umana" e del rifiuto-accoglienza di questa realtà...

(*in alternativa*)

- o Gli animatori iniziano l'incontro facendo leggere **una TESTIMONIANZA: "Un giovane di nome Santino"** sul tema della "fragilità umana" (vedi **ALLEGATO 1**):

"Era una domenica mattina e andai in ospedale a trovare il mio amico Franco. Arrivato nella stanza, vidi accanto a lui un ragazzo di sedici/diciassette anni, attorniato da un bel gruppo di amici e amiche. Alternava barzellette, battute e risate in un'atmosfera rilassata.

Chiesi a Franco: «Chi è? È un bel tipo!».

Tornai a distanza di pochi giorni. Mentre entravo nella cameretta e salutavo Franco, vidi il ragazzo in piedi. Con mia grande sorpresa notai che usava le stampelle: aveva una gamba amputata!

Gli chiesi: «Chi sei?». Mi rispose: «Mi chiamo Santino; e sono santo sul serio!».

«Complimenti!».

«Scherzo! Però, mi dica, se non siamo santi Franco ed io – con quello che ci portiamo addosso – chi lo è?».

«Hai ragione. Specialmente se non maledite ciò che avete».

«Eh, no! Certo che lo maledico... Però quando guardo Quello là – e additò il piccolo crocifisso appeso sulla parete di fronte – penso che a lui è capitata ancora più brutta! Appeso a tre chiodi!... Noi almeno siamo a letto. Sa che mi passa?!».

Fu così che conobbi questo ragazzo, malato di tumore, dal carattere eccezionale. Estroverso, schietto, proiettato verso gli altri.

Mi diceva la sorella che, quando – alcuni mesi prima – il medico diagnosticò la malattia e la necessità di amputargli la gamba, essa si trovava a Milano per lavoro. Arrivò in ospedale la vigilia dell'intervento chirurgico. Trovò il fratello nella corsia del reparto, come sempre seduto sul letto, con attorno lo stuolo dei suoi giovani amici e amiche. Anche in quel momento tragico, Santino raccontava barzellette. Attorno i ragazzi fingevano di ridere, mentre gli occhi umidi tradivano ben altro. A quella vista la sorella scoppiò a piangere. Egli reagì energicamente e, chiamandola vicino, le disse: «Non ti vergogni: piangere davanti a tutta questa gente che deve essere tenuta su di morale?». Santino tornò a casa.

Nei giorni successivi, il male lo aggredì anche in bocca, dove era sempre in pericolo di un'emorragia.



Perciò la sorella, divenuta infermiera, dormiva ogni notte al suo fianco nel lettone grande dei genitori. Ciò permetteva loro di parlare tra un sonno e l'altro.

Santino avvertiva con estremo realismo la situazione. Era preoccupato del fratello più piccolo, a lui molto legato. Perciò un giorno chiese alla sorella se non avesse nulla in contrario a invitare anche lui nel lettone grande.

Fu così che, rimasti soli, Santino cominciò: «Vi ho voluto qui perché devo parlarvi. Devo dirvi quanto è bella la vita! Voi credete di saperlo, ma lasciatelo dire a me che sto per lasciarla: non avete un'idea di quanto bella sia!... Sì, io me ne sto per andare... Non è che mi sia molto chiaro il perché, ma questo è un affare mio: è un discorso che tengo pronto per Gesù, non appena lo incontro di là!».

Uno degli ultimi giorni, manifestando che accettava di morire, precisò: «Non temo di morire, ma temo il momento in cui incontrerò la morte, perché non so come sia fatta. Ho fatto un patto con Gesù: Quando arriva la morte, fammi dormire. Così io non me accorgo, non mi agito e vengo in pace».

Fu proprio così: sorella morte gli venne incontro mentre si era appisolato da dieci minuti”

(da: CAMMINI DI LIBERAZIONE – STORIE DI GIOVANI, ed. Queriniana, Brescia 1981, pp.53-56)

- o Terminata la testimonianza, gli animatori guidano **la CONDIVISIONE in gruppo**:
 - «Cosa vi colpisce di più della storia di Santino? E perché?»,
 - «La sua fragilità si manifesta in modo forte nel suo corpo attraverso la malattia: egli come reagisce?»,
 - «Quali altre possibili reazioni avrebbe potuto avere Santino di fronte alla sua malattia che non dava scampo?»
 - «In questa storia di vita, Santino fa riferimento a Gesù Cristo: in che modo recupera questa relazione con il Signore? E quale effetto ha la sua fede in Gesù?»...

ASCOLTIAMO IL SIGNORE

- o Ora, gli animatori invitano il gruppo a mettersi in ascolto di **un'altra testimonianza, quella di S.PAULO**, alle prese con la propria fragilità (vedi **ALLEGATO 2**):
«Ragazzi, ascoltiamo ancora questa seconda testimonianza che prendiamo dalla Parola di Dio, in cui S.Paolo fa i conti con la propria fragilità e sofferenza. **Facciamo molta attenzione a come reagisce**»:

*“Per quanto riguarda me, **mi vanterò soltanto delle mie debolezze..***

Io ho avuto grandi rivelazioni. Ma proprio per questo, perché non diventassi orgoglioso, mi è stata inflitta una sofferenza che mi tormenta come una scheggia nel corpo, come un messaggero di Satana che mi colpisce per impedirmi di diventare orgoglioso.

*Tre volte ho supplicato il Signore di liberarmi da questa sofferenza. Ma egli mi ha risposto: **«Ti basta la mia grazia. La mia potenza si manifesta in tutta la sua forza proprio quando uno è debole».***

*È per questo che **io mi vanto volentieri della mia debolezza perché la potenza di Cristo agisca in me.***

Perciò io mi rallegro della debolezza, degli insulti, delle difficoltà, delle persecuzioni e delle angosce che io sopporto a causa di Cristo, perché quando sono debole, allora sono veramente forte.” (Seconda Lettera di S.Paolo ai Corinzi 12,5.7-10, tratta dalla Bibbia interconfessionale)

NOTIZIE UTILI PER GLI ANIMATORI.

Paolo parla di una sofferenza che lo tormenta, ma non ci è dato di sapere a cosa si riferisca.

Ciò che è importante è il fatto che Paolo scopra il senso di questa sofferenza, di questa sua fragilità che lo ha colpito: “per impedirmi di diventare orgoglioso”. Egli guarda ad un fatto negativo – la debolezza del proprio corpo colpito dalla sofferenza – e vi riconosce un fatto positivo: il Signore si serve di questa mia debolezza e la “trasforma” in un’occasione di crescita umana e di fede, con la sua potenza vivificante.



Paolo – inizialmente – sente dentro di sé tutto il peso, l'impotenza, la paura del dolore e lo confessa al Signore. È un momento di buio, di scoraggiamento, che “libera” Paolo dalla sua presunzione di essere bravo, forte, grande, padrone di sé e della propria vita!

Da questa notte dolorosa nasce una creatura nuova, un Paolo più umile, che impara a convivere con il proprio male, con la propria fragilità, e si lascia trasformare da essa.

Dio non esaudisce la richiesta di Paolo, che lo pregava di essere liberato da tale sofferenza. Ma rivela a Paolo una cosa assolutamente inimmaginabile: la debolezza dell'uomo è luogo in cui si esprime in pienezza la potenza di Dio!

Noi vorremmo essere persone forti, capaci di riuscire, di affermare il bene... e pensiamo che Dio sia d'accordo con questi nostri “santi” propositi e li esaudisca, ma non è così! Il Signore vede in tutto questo il nostro perenne desiderio-pretesa di affermazione di noi stessi, di dominio, di successo per cercare inutilmente di gratificare ancora una volta noi stessi nell'illusione di uscire dalla nostra frustrazione e angoscia.

Allora, Dio ci fa passare attraverso esperienze che ci mettono a contatto con la nostra reale debolezza e fallibilità per poterci mostrare la sua disponibilità ad agire in noi “con grazia” attraverso la nostra fragilità.

- Dopo l'ascolto della Parola di Dio, **si apre la RIFLESSIONE in gruppo:**
 - «Paolo come vive questa sua sofferenza? Che cosa fa?»,
 - «Immediatamente Paolo che cosa chiede al Signore? E il Signore che cosa gli risponde?»,
 - «Al termine del brano, Paolo che cosa arriva a riconoscere in questo suo soffrire?»,
 - «Ragazzi, se ora mettiamo a confronto la storia di Santino e quella di Paolo: quali somiglianze e quali differenze possiamo notare?»,
 - «A noi è già capitato di sperimentare la nostra fragilità: come abbiamo reagito?»...

DECIDIAMO INSIEME

- Gli animatori aiutano il gruppo a **trovare un IMPEGNO concreto:**
 «DECIDIAMO INSIEME - per una settimana -
**di prestare attenzione a una debolezza che portiamo in noi
 e di affidarla al Signore, perché se ne serva secondo il suo volere»**
- **Al prossimo incontro vedremo com'è andato** l'impegno preso dal gruppo.

PREGHIAMO

- **Si legge insieme questa PREGHIERA: “Vieni, Spirito Santo!”** (vedi ALLEGATO 3):

*Vieni, o Spirito Santo,
 nei nostri cuori
 e manda dall'alto un raggio della tua luce.*

*Vieni, Padre dei poveri
 vieni, dispensatore di doni
 vieni, luce dei cuori.*



*Consolatore pieno di bontà,
dolce ospite dell'anima,
frescura deliziosa.*

*Riposo nella fatica,
nella calura riparo,
nel pianto conforto.*

*O luce beatissima,
penetra fin nel profondo del cuore
dei tuoi fedeli.*

*Lava ciò che è macchiato,
irriga ciò che è arido,
sana ogni ferita.*

*Piega ciò che è rigido,
scalda ciò che è freddo,
raddrizza ogni deviazione.*

*Dona a tutti noi,
che confidiamo in te,
un cuore pieno di gioia!*

allegato 1 - TESTIMONIANZA di un adolescente

(stampare e distribuire ai giovanissimi)

“Era una domenica mattina e andai in ospedale a trovare il mio amico Franco. Arrivato nella stanza, vidi accanto a lui un ragazzo di sedici/diciassette anni, attorniato da un bel gruppo di amici e amiche. Alternava barzellette, battute e risate in un’atmosfera rilassata.

Chiesi a Franco: «Chi è? È un bel tipo!».

Tornai a distanza di pochi giorni. Mentre entravo nella cameretta e salutavo Franco, vidi il ragazzo in piedi. Con mia grande sorpresa notai che usava le stampelle: aveva una gamba amputata!

Gli chiesi: «Chi sei?». Mi rispose: «Mi chiamo Santino; e sono santo sul serio!».

«Complimenti!».

«Scherzo! Però, mi dica, se non siamo santi Franco ed io – con quello che ci portiamo addosso – chi lo è?».

«Hai ragione. Specialmente se non maledite ciò che avete».

«Eh, no! Certo che lo maledico... Però quando guardo Quello là – e additò il piccolo crocifisso appeso sulla parete di fronte – penso che a lui è capitata ancora più brutta! Appeso a tre chiodi!... Noi almeno siamo a letto. Sa che mi passa?!».

Fu così che conobbi questo ragazzo, malato di tumore, dal carattere eccezionale. Estroverso, schietto, proiettato verso gli altri.

Mi diceva la sorella che, quando – alcuni mesi prima – il medico diagnosticò la malattia e la necessità di amputargli la gamba, essa si trovava a Milano per lavoro. Arrivò in ospedale la vigilia dell’intervento chirurgico. Trovò il fratello nella corsia del reparto, come sempre seduto sul letto, con attorno lo stuolo dei suoi giovani amici e amiche. Anche in quel momento tragico, Santino raccontava barzellette. Attorno i ragazzi fingevano di ridere, mentre gli occhi umidi tradivano ben altro. A quella vista la sorella scoppiò a piangere. Egli reagì energicamente e, chiamandola vicino, le disse: «Non ti vergogni: piangere davanti a tutta questa gente che deve essere tenuta su di morale?».

Santino tornò a casa.

Nei giorni successivi, il male lo aggredì anche in bocca, dove era sempre in pericolo di un’emorragia. Perciò la sorella, divenuta infermiera, dormiva ogni notte al suo fianco nel lettone grande dei genitori. Ciò permetteva loro di parlare tra un sonno e l’altro.

Santino avvertiva con estremo realismo la situazione. Era preoccupato del fratello più piccolo, a lui molto legato. Perciò un giorno chiese alla sorella se non avesse nulla in contrario a invitare anche lui nel lettone grande.

Fu così che, rimasti soli, Santino cominciò: «Vi ho voluto qui perché devo parlarvi. Devo dirvi quanto è bella la vita! Voi credete di saperlo, ma lasciatelo dire a me che sto per lasciarla: non avete un’idea di quanto bella sia!... Sì, io me ne sto per andare... Non è che mi sia molto chiaro il perché. ma questo è un affare mio: è un discorso che tengo pronto per Gesù, non appena lo incontro di là!».

Uno degli ultimi giorni, manifestando che accettava di morire, precisò: «Non temo di morire, ma temo il momento in cui incontrerò la morte, perché non so come sia fatta. Ho fatto un patto con Gesù: Quando arriva la morte, fammi dormire. Così io non me accorgo, non mi agito e vengo in pace».

Fu proprio così: sorella morte gli venne incontro mentre si era appisolato da dieci minuti”

allegato 2 - PAROLA DI DIO: "Mi vanto delle mie debolezze"

(stampare e distribuire ai giovanissimi)

MI VANTO DELLE MIE DEBOLEZZE!

*"Per quanto riguarda me, **mi vanterò soltanto delle mie debolezze...**
Io ho avuto grandi rivelazioni. Ma proprio per questo, perché non diventassi orgoglioso, mi è stata inflitta una sofferenza che mi tormenta come una scheggia nel corpo, come un messaggero di Satana che mi colpisce per impedirmi di diventare orgoglioso.*

*Tre volte ho supplicato il Signore di liberarmi da questa sofferenza. Ma egli mi ha risposto: **«Ti basta la mia grazia. La mia potenza si manifesta in tutta la sua forza proprio quando uno è debole».***

*È per questo che **io mi vanto volentieri della mia debolezza perché la potenza di Cristo agisca in me.***

Perciò io mi rallegro della debolezza, degli insulti, delle difficoltà, delle persecuzioni e delle angosce che io sopporto a causa di Cristo, perché quando sono debole, allora sono veramente forte."

(Seconda Lettera di S.Paolo ai Corinzi 12,5.7-10, tratta dalla Bibbia interconfessionale)

MI VANTO DELLE MIE DEBOLEZZE!

*"Per quanto riguarda me, **mi vanterò soltanto delle mie debolezze...**
Io ho avuto grandi rivelazioni. Ma proprio per questo, perché non diventassi orgoglioso, mi è stata inflitta una sofferenza che mi tormenta come una scheggia nel corpo, come un messaggero di Satana che mi colpisce per impedirmi di diventare orgoglioso.*

*Tre volte ho supplicato il Signore di liberarmi da questa sofferenza. Ma egli mi ha risposto: **«Ti basta la mia grazia. La mia potenza si manifesta in tutta la sua forza proprio quando uno è debole».***

*È per questo che **io mi vanto volentieri della mia debolezza perché la potenza di Cristo agisca in me.***

Perciò io mi rallegro della debolezza, degli insulti, delle difficoltà, delle persecuzioni e delle angosce che io sopporto a causa di Cristo, perché quando sono debole, allora sono veramente forte."

(Seconda Lettera di S.Paolo ai Corinzi 12,5.7-10, tratta dalla Bibbia interconfessionale)

MI VANTO DELLE MIE DEBOLEZZE!

*"Per quanto riguarda me, **mi vanterò soltanto delle mie debolezze...**
Io ho avuto grandi rivelazioni. Ma proprio per questo, perché non diventassi orgoglioso, mi è stata inflitta una sofferenza che mi tormenta come una scheggia nel corpo, come un messaggero di Satana che mi colpisce per impedirmi di diventare orgoglioso.*

*Tre volte ho supplicato il Signore di liberarmi da questa sofferenza. Ma egli mi ha risposto: **«Ti basta la mia grazia. La mia potenza si manifesta in tutta la sua forza proprio quando uno è debole».***

*È per questo che **io mi vanto volentieri della mia debolezza perché la potenza di Cristo agisca in me.***

Perciò io mi rallegro della debolezza, degli insulti, delle difficoltà, delle persecuzioni e delle angosce che io sopporto a causa di Cristo, perché quando sono debole, allora sono veramente forte."

(Seconda Lettera di S.Paolo ai Corinzi 12,5.7-10, tratta dalla Bibbia interconfessionale)

allegato 3 - LA PREGHIERA: "Vieni, Spirito Santo!" (stampare e distribuire ai giovanissimi)**VIENI, SPIRITO SANTO!**

*Vieni, o Spirito Santo,
nei nostri cuori
e manda dall'alto un raggio della tua luce.*

*Vieni, Padre dei poveri
vieni, dispensatore di doni
vieni, luce dei cuori.*

*Consolatore pieno di bontà,
dolce ospite dell'anima,
frescura deliziosa.*

*Riposo nella fatica,
nella calura riparo,
nel pianto conforto.*

*O luce beatissima,
penetra fin nel profondo del cuore
dei tuoi fedeli.*

*Lava ciò che è macchiato,
irriga ciò che è arido,
sana ogni ferita.*

*Piega ciò che è rigido,
scalda ciò che è freddo,
raddrizza ogni deviazione.*

*Dona a tutti noi,
che confidiamo in te,
un cuore pieno di gioia!*

VIENI, SPIRITO SANTO!

*Vieni, o Spirito Santo,
nei nostri cuori
e manda dall'alto un raggio della tua luce.*

*Vieni, Padre dei poveri
vieni, dispensatore di doni
vieni, luce dei cuori.*

*Consolatore pieno di bontà,
dolce ospite dell'anima,
frescura deliziosa.*

*Riposo nella fatica,
nella calura riparo,
nel pianto conforto.*

*O luce beatissima,
penetra fin nel profondo del cuore
dei tuoi fedeli.*

*Lava ciò che è macchiato,
irriga ciò che è arido,
sana ogni ferita.*

*Piega ciò che è rigido,
scalda ciò che è freddo,
raddrizza ogni deviazione.*

*Dona a tutti noi,
che confidiamo in te,
un cuore pieno di gioia!*

10° incontro IMPARARE A GUARDARE ALTO!

OBIETTIVO

Per vivere bene – superando la tentazione del *vivacchiare*, del *sopravvivere* o dell'*evadere* dalla realtà – è necessario che non ci fermiamo a contemplare le nostre fragilità e non ripieghiamo sui propri limiti.

Per fare questo **bisogna che noi coltiviamo ogni giorno e in ogni esperienza** (non importa se ci appare bella o brutta) **la capacità di DESIDERARE**, che segue questa linea di sviluppo: ci fa partire dall'*esperienza del nostro limite*/della nostra insoddisfazione; ci fa *intravedere un obiettivo* (un oggetto, un modo di essere, un dono, una parola...) che sia in grado di rispondere al nostro limite/insoddisfazione; e *ci spinge verso questo obiettivo*, senza fermarsi prima a qualcosa di meno, senza cedere alla tentazione di ridurre l'aspettativa, resistendo alla frustrazione di non possedere ancora l'oggetto desiderato.

Gli animatori guidano i giovanissimi a **stimolare la capacità di “desiderare” qualcosa di bello, di buono e di grande**, che possa rispondere alla loro insoddisfazione/noia/tristezza, nell'epoca delle *“passioni tristi”*.

CI GUARDIAMO INTORNO

- o In questo incontro, gli animatori mettono il gruppo **davanti a un EVENTO di cronaca nera** – i cui protagonisti sono giovani italiani che non sono capaci di “guardare avanti” e affogano nell'angoscia di esistere giocando con la vita degli altri – **e ai commenti** che ne derivano (vedi ALLEGATO 1):

“Ho voluto incontrare i <ragazzi del cavalcavia> che, così per passare il tempo, gettavano i sassi sulle automobili che sfrecciavano sull'autostrada sottostante, giusto per fare bingo come in un videogioco. Uno di questi sassi era riuscito a colpire e a uccidere una giovane donna con accanto il marito...”

Quello che noi tutti non possiamo rassegnarci a non capire è quel <vuoto> che il procuratore che ha condotto le indagini sui ragazzi denunciava: «Teste vuote, come nessuno di voi può immaginare. Quando potrete conoscere tutti i materiali di questa storia, capirete il vuoto tremendo».

Qualche giorno dopo il fatto – su un treno – una ragazza dai lineamenti finissimi, che seppi dopo essere suonatrice d'arpa, diceva alla sua amica: «Io quei ragazzi li capisco. Sono il frutto di quella generazione di genitori che hanno riempito i loro figli di cose, senza disporre di un attimo di tempo per farli crescere con loro, e far passare loro un po' di amore. Io non la sopporto più la generazione dei miei genitori. Se non avessi incontrato l'arpa sarei finita anch'io sul cavalcavia. Se scoprono che sono davvero loro, li condanneranno per omicidio, quando quello di ammazzare era l'ultimo dei loro pensieri. Per loro che erano sul cavalcavia quelle macchine erano macchine vuote...”

Noi della nostra generazione siamo diversi. Io sono molto contenta di appartenere a questa generazione. Usiamo di tutte le cose che ci hanno fornito con il disprezzo con cui si usano tutte le cose superflue, ma ciò che davvero ci importa è la comunicazione tra noi. Tra di noi sappiamo di poter contare gli uni sugli altri. Sappiamo che non è <perso> - come invece pensano i nostri genitori – quel tempo che passiamo a raccontarci. Ma loro non possono capire queste cose perché, aldilà delle cose di cui ci hanno fornito e con cui pensano di averci amato, non capiscono niente... Tra noi della nostra generazione ci intendiamo, possiamo contare l'uno sull'altro, la nostra comunicazione non passa attraverso le cose».

(U.Galimberti, L'OSPITE INQUIETANTE-IL NICHILISMO E I GIOVANI, Feltrinelli 2010, pp.107-116)

- (*in alternativa*)
Gli animatori possono cercare – a casa – **alcune CANZONI** che affrontano il tema dell'incontro e farle ascoltare in gruppo...
- Ora gli animatori raccolgono le reazioni dei giovanissimi in **un momento di CONDIVISIONE**...

ASCOLTIAMO IL SIGNORE

- A questo punto, il gruppo si mette in ascolto della **PAROLA DEL SIGNORE**:
«Ora ascoltiamo Gesù che propone se stesso come riferimento per il giovane che cerca di uscire dalla noia e dalla tristezza» (vedi ALLEGATO 2):

“Di nuovo Gesù parlò e disse:

«lo sono la luce del mondo;

*chi segue me non camminerà nelle tenebre,
ma avrà la luce della vita».*

(Vangelo secondo Giovanni 8,12)

“Gesù, passando, vide un uomo cieco dalla nascita...

Rispose: «Finchè io sono nel mondo, sono la luce del mondo».

*Detto questo, sputò per terra, fece del fango con la saliva,
spalmò il fango sugli occhi del cieco e gli disse:*

«Va' a lavarti nella piscina di Siloe».

Quegli andò, si lavò e tornò che ci vedeva.»

(Vangelo secondo Giovanni 9,1.5-7)

“Gesù disse ai suoi discepoli:

«lo sono la via, la verità e la vita».

(Vangelo secondo Giovanni 14,6)

“Gesù disse:

«lo sono il pane vivo, disceso dal cielo.

Se uno mangia di questo pane vivrà in eterno».

(Vangelo secondo Giovanni 6,51)

NOTIZIE UTILI PER GLI ANIMATORI.

Gesù è veramente “la Luce” che viene a illuminare il buio della nostra esistenza piatta, annoiata, che si trascina da una giornata all'altra senza desideri, soltanto con qualche barlume di emozione a buon mercato e di evasione frustrante.

Gesù è “l'Acqua” che viene versata sugli occhi del nostro cuore per guarirlo dall'aridità e dalla sterilità di un agire senza gioia e senza frutti duraturi.

Gesù è colui che si fa “Pane vivo” per darti la forza di rialzarti e di camminare.

Egli ti fa camminare sui suoi passi (egli è “la Via”!), perché tu assapori “la Verità” che ti libera e sia ricolmato della “Vita” del Padre (che è lo stesso Gesù!).

- Gli animatori aiutano i giovanissimi a vivere **la RIFLESSIONE in gruppo**:
 - «Ragazzi, in questi quattro brevi brani, che cosa dice Gesù di sé?»,
 - «Queste parole di Gesù, che cosa potrebbero dire al gruppo di giovani che passava il tempo a gettare sassi dal cavalcavia dell'autostrada?»,
 - «In quale modo Gesù potrebbe ridare slancio all'esistenza di un giovane stanco e triste?»,
 - «A noi è mai capitato di cercare il Signore Gesù e trovare in lui l'aiuto desiderato?»...

DECIDIAMO INSIEME

- È il momento di individuare **un IMPEGNO piccolo e concreto**:
 «DECIDIAMO INSIEME - per una settimana -
di.....»
- **Al prossimo incontro si verificherà** l'impegno preso dal gruppo.

PREGHIAMO

- **Si legge insieme questa PREGHIERA** in cui invochiamo lo Spirito Santo che Gesù risorto ha donato alla sua Chiesa (vedi ALLEGATO 3):

*Vieni, o Spirito Santo,
 nei nostri cuori
 e manda dall'alto un raggio della tua luce.*

*Vieni, Padre dei poveri
 vieni, dispensatore di doni
 vieni, luce dei cuori.*

*Consolatore pieno di bontà,
 dolce ospite dell'anima,
 frescura deliziosa.*

*Riposo nella fatica,
 nella calura riparo,
 nel pianto conforto.*

*O luce beatissima,
 penetra fin nel profondo del cuore
 dei tuoi fedeli.*

*Lava ciò che è macchiato,
 irriga ciò che è arido,
 sana ogni ferita.*

*Piega ciò che è rigido,
 scalda ciò che è freddo,
 raddrizza ogni deviazione.*

*Dona a tutti noi,
 che confidiamo in te,
 un cuore pieno di gioia!*

allegato 1 - Davanti a un EVENTO di cronaca nera (stampare e distribuire ai giovanissimi)

“Ho voluto incontrare i <ragazzi del cavalcavia> che, così per passare il tempo, gettavano i sassi sulle automobili che sfrecciavano sull'autostrada sottostante, giusto per fare bingo come in un videogioco. Uno di questi sassi era riuscito a colpire e a uccidere una giovane donna con accanto il marito...

Quello che noi tutti non possiamo rassegnarci a non capire è quel <vuoto> che il procuratore che ha condotto le indagini sui ragazzi denunciava: «Teste vuote, come nessuno di voi può immaginare. Quando potrete conoscere tutti i materiali di questa storia, capirete il vuoto tremendo».

Qualche giorno dopo il fatto – su un treno – una ragazza dai lineamenti finissimi, che seppi dopo essere suonatrice d'arpa, diceva alla sua amica: **«Io quei ragazzi li capisco. Sono il frutto di quella generazione di genitori che hanno riempito i loro figli di cose, senza disporre di un attimo di tempo per farli crescere con loro, e far passare loro un po' di amore.** Io non la sopporto più la generazione dei miei genitori. Se non avessi incontrato l'arpa sarei finita anch'io sul cavalcavia. Se scoprono che sono davvero loro, li condanneranno per omicidio, quando quello di ammazzare era l'ultimo dei loro pensieri. Per loro che erano sul cavalcavia quelle macchine erano macchine vuote...

Noi della nostra generazione siamo diversi. Io sono molto contenta di appartenere a questa generazione. **Usiamo di tutte le cose** che ci hanno fornito con il disprezzo con cui si usano tutte le cose superflue, **ma ciò che davvero ci importa è la comunicazione tra noi.** Tra di noi sappiamo di poter contare gli uni sugli altri. Sappiamo che non è <perso> - come invece pensano i nostri genitori – quel tempo che passiamo a raccontarci. Ma loro non possono capire queste cose perché, aldilà delle cose di cui ci hanno fornito e con cui pensano di averci amato, non capiscono niente... Tra noi della nostra generazione ci intendiamo, **possiamo contare l'uno sull'altro, la nostra comunicazione non passa attraverso le cose».**

“Ho voluto incontrare i <ragazzi del cavalcavia> che, così per passare il tempo, gettavano i sassi sulle automobili che sfrecciavano sull'autostrada sottostante, giusto per fare bingo come in un videogioco. Uno di questi sassi era riuscito a colpire e a uccidere una giovane donna con accanto il marito...

Quello che noi tutti non possiamo rassegnarci a non capire è quel <vuoto> che il procuratore che ha condotto le indagini sui ragazzi denunciava: «Teste vuote, come nessuno di voi può immaginare. Quando potrete conoscere tutti i materiali di questa storia, capirete il vuoto tremendo».

Qualche giorno dopo il fatto – su un treno – una ragazza dai lineamenti finissimi, che seppi dopo essere suonatrice d'arpa, diceva alla sua amica: **«Io quei ragazzi li capisco. Sono il frutto di quella generazione di genitori che hanno riempito i loro figli di cose, senza disporre di un attimo di tempo per farli crescere con loro, e far passare loro un po' di amore.** Io non la sopporto più la generazione dei miei genitori. Se non avessi incontrato l'arpa sarei finita anch'io sul cavalcavia. Se scoprono che sono davvero loro, li condanneranno per omicidio, quando quello di ammazzare era l'ultimo dei loro pensieri. Per loro che erano sul cavalcavia quelle macchine erano macchine vuote...

Noi della nostra generazione siamo diversi. Io sono molto contenta di appartenere a questa generazione. **Usiamo di tutte le cose** che ci hanno fornito con il disprezzo con cui si usano tutte le cose superflue, **ma ciò che davvero ci importa è la comunicazione tra noi.** Tra di noi sappiamo di poter contare gli uni sugli altri. Sappiamo che non è <perso> - come invece pensano i nostri genitori – quel tempo che passiamo a raccontarci. Ma loro non possono capire queste cose perché, aldilà delle cose di cui ci hanno fornito e con cui pensano di averci amato, non capiscono niente... Tra noi della nostra generazione ci intendiamo, **possiamo contare l'uno sull'altro, la nostra comunicazione non passa attraverso le cose».**

allegato 2 - PAROLA DI DIO: "Gesù innalza la nostra umanità"

(stampare e distribuire ai giovanissimi)

GESÙ INNALZA LA NOSTRA UMANITÀ*"Di nuovo Gesù parlò e disse:**«**Io sono la luce del mondo;******chi segue me non camminerà nelle tenebre, ma avrà la luce della vita».**"*

(Vangelo secondo Giovanni 8,12)

*"Gesù, passando, vide un uomo cieco dalla nascita...**Rispose: «Finchè io sono nel mondo, sono la luce del mondo».**Detto questo, sputò per terra, fece del fango con la saliva,**spalmò il fango sugli occhi del cieco e gli disse:**«**Va' a lavarti nella piscina di Siloe».****Quegli andò, si lavò e tornò che ci vedeva."*

(Vangelo secondo Giovanni 9,1.5-7)

*"Gesù disse ai suoi discepoli:**«**Io sono la via, la verità e la vita».**"*

(Vangelo secondo Giovanni 14,6)

*"Gesù disse:**«**Io sono il pane vivo, disceso dal cielo.******Se uno mangia di questo pane vivrà in eterno».**"*

(Vangelo secondo Giovanni 6,51)

GESÙ INNALZA LA NOSTRA UMANITÀ*"Di nuovo Gesù parlò e disse:**«**Io sono la luce del mondo;******chi segue me non camminerà nelle tenebre, ma avrà la luce della vita».**"*

(Vangelo secondo Giovanni 8,12)

*"Gesù, passando, vide un uomo cieco dalla nascita...**Rispose: «Finchè io sono nel mondo, sono la luce del mondo».**Detto questo, sputò per terra, fece del fango con la saliva,**spalmò il fango sugli occhi del cieco e gli disse:**«**Va' a lavarti nella piscina di Siloe».****Quegli andò, si lavò e tornò che ci vedeva."*

(Vangelo secondo Giovanni 9,1.5-7)

*"Gesù disse ai suoi discepoli:**«**Io sono la via, la verità e la vita».**"*

(Vangelo secondo Giovanni 14,6)

*"Gesù disse:**«**Io sono il pane vivo, disceso dal cielo.******Se uno mangia di questo pane vivrà in eterno».**"*

(Vangelo secondo Giovanni 6,51)

allegato 3 - LA PREGHIERA: "Vieni, Spirito Santo!" (stampare e distribuire ai giovanissimi)**VIENI, SPIRITO SANTO!**

*Vieni, o Spirito Santo,
nei nostri cuori
e manda dall'alto un raggio della tua luce.*

*Vieni, Padre dei poveri
vieni, dispensatore di doni
vieni, luce dei cuori.*

*Consolatore pieno di bontà,
dolce ospite dell'anima,
frescura deliziosa.*

*Riposo nella fatica,
nella calura riparo,
nel pianto conforto.*

*O luce beatissima,
penetra fin nel profondo del cuore
dei tuoi fedeli.*

*Lava ciò che è macchiato,
irriga ciò che è arido,
sana ogni ferita.*

*Piega ciò che è rigido,
scalda ciò che è freddo,
raddrizza ogni deviazione.*

*Dona a tutti noi,
che confidiamo in te,
un cuore pieno di gioia!*

VIENI, SPIRITO SANTO!

*Vieni, o Spirito Santo,
nei nostri cuori
e manda dall'alto un raggio della tua luce.*

*Vieni, Padre dei poveri
vieni, dispensatore di doni
vieni, luce dei cuori.*

*Consolatore pieno di bontà,
dolce ospite dell'anima,
frescura deliziosa.*

*Riposo nella fatica,
nella calura riparo,
nel pianto conforto.*

*O luce beatissima,
penetra fin nel profondo del cuore
dei tuoi fedeli.*

*Lava ciò che è macchiato,
irriga ciò che è arido,
sana ogni ferita.*

*Piega ciò che è rigido,
scalda ciò che è freddo,
raddrizza ogni deviazione.*

*Dona a tutti noi,
che confidiamo in te,
un cuore pieno di gioia!*

11° incontro CONFIDA NEL SIGNORE!

OBIETTIVO

L'esperienza della nostra fragilità e povertà esistenziale ci deve spingere a cercare *fuori di noi* l'appoggio necessario per vivere, per crescere e per amare.

Gli animatori accompagnano i giovanissimi a **ritrovare – in Gesù Cristo – il Dio pienamente affidabile**, perché capace di *assumere* la nostra umanità e *innalzarla* al massimo di potenza: accanto al Padre!

CI GUARDIAMO INTORNO

- o Gli animatori iniziano l'incontro di gruppo proponendo ai giovanissimi l'ascolto di **alcune TESTIMONIANZE di giovani** che esprimono la loro *fede* o *incredulità* nel Signore (vedi ALLEGATO 1):

❖ **Marco, 18 anni:**

“Non so come sia potuto accadere. Non l'ho voluto io, anche se il mio cuore era inquieto e desiderava che succedesse qualcosa. Non ho fatto nulla perché accadesse e mai come ora sono tanto felice. E ho il cuore stracolmo di gratitudine.

Io sono come tutti gli altri. Con l'egoismo e la superficialità degli altri. Ma mi è accaduto qualcosa che mi ha reso diverso. Mi è accaduta l'unica cosa davvero grande da quando vivo. Gli altri non possono capire. Quelli a cui non è accaduto. Ora è tutto diverso... Ho un solo grande desiderio: parlare con tutti del fatto che mi accaduto.

Quello che mi è accaduto è un incontro. Ho fatto tanti altri incontri nella mia vita, ma quasi nessuno ha lasciato il segno. Questa volta, in questa vacanza, ho avuto la certezza che la mia vita venisse spezzata in due.

Questo avvenimento l'ho sempre davanti agli occhi. Il volto di Gesù che mi guarda. Io avevo sentito parlare di lui, ma – penso - non avevo mai fissato il suo sguardo. Non avevo mai preso sul serio la sua presenza. Mi sento così bene davanti a lui”.

❖ **Giulia, 18 anni:**

“Caro Artemis, l'anno scorso la mia migliore amica mi ha presentato una ragazza cardiopatica, da cui andava a fare servizio scout: Giorgia (questo il suo nome); non poteva correre, non poteva salire le scale, non poteva affaticarsi, non poteva fare il 90% delle cose che una ragazza di 18 anni vorrebbe fare. Ma nonostante questo nei suoi occhi vedevo una luce e una dolcezza che mi sembravano estranee, una voglia di vivere che io, proprio perché capace di fare tutto ciò che voglio, non sentivo!

Il 13 dicembre ho rivisto quegli occhi, ma non c'era luce, non c'era dolcezza. C'era il vuoto, perché il 13 dicembre il cuore di Giorgia si è fermato. E credimi, nessun ragionamento ti può spiegare perché le tue gambe tremano quando accarezzi la guancia di una tua amica, e la senti più fredda del marmo. Nessun teorema ti dirà mai il ‘perché’: perché una ragazza piena di vita come lei ora è distesa in una cassa da morto dietro a un muro di mattoni. Niente e nessuno mi ha risposto quando piena di rabbia ho urlato al cielo: <Perché lei? Perché non hai preso me? Perché?>.

Solo la fede in un Uomo che si è lasciato inchiodare ad un legno povero, solo le lacrime di gioia di una donna davanti ad un sepolcro vuoto, mi hanno aperto un barlume di speranza, mi hanno dato la forza di credere che Giorgia in questo momento corre, salta, fa tutto quello che il suo povero cuore non le ha permesso di fare qui in mezzo a noi.



Tu domandi: <Voi cattolici a cosa vi attaccate?>. Io, in quanto cattolica, in quanto credente, mi attacco a un pezzo di legno, mi afferro ad una mano sanguinante, prendo forza e coraggio per andare avanti dall'annuncio di un giovane: 'Colui che era morto non è qui!'.

La ragione per definizione, è limitata: lo dici tu stesso, che credi in ciò che ti viene dimostrato... E per il resto? Per il resto, per quanto mi riguarda, c'è la fede. E quella non ti verrà mai dimostrata, nessuno te la potrà mai insegnare”.

❖ **Carlo, 16 anni:**

“Quando avevo otto anni, mi ero fatto una classifica di persone a cui ero più affezionato. Mi ricordo che allora Gesù Cristo era al terzo posto. Perché quell'anno avevo fatto la Prima Comunione. Ora, a sedici anni, Gesù Cristo è fuori della mia classifica: ai primi posti della mia hit parade, devo dirlo con sincerità, si è saldamente installato altro: la musica rock, le ragazze, la discoteca, i vestiti... Gesù Cristo invece non mi dà emozioni né divertimento: semplicemente non m'interessa. Posso farne a meno e mi diverto ugualmente”

- o Gli animatori fanno vivere ai giovanissimi **un momento di CONDIVISIONE** che scaturisce dall'ascolto di queste tre testimonianze...

ASCOLTIAMO IL SIGNORE

- o Gli animatori orientano i giovanissimi ad ascoltare **la PAROLA DEL SIGNORE**, in cui vengono raccontate due esperienze significative di “fiducia in Gesù” con i frutti che ne seguono e viene presentato il principio-guida che fonda la fede: *decidersi per il Signore!* (vedi ALLEGATO 2):

“Mentre Gesù si allontanava di là, due ciechi lo seguirono gridando:

«Figlio di Davide, abbi pietà di noi!».

Entrato in casa, i ciechi gli si avvicinarono e Gesù disse loro:

«Credete che io possa fare questo?».

Gli risposero: «Sì, o Signore!».

*Allora Gesù toccò loro gli occhi e disse: **«Avvenga per voi secondo la vostra fede».***

E si aprirono loro gli occhi.

Quindi Gesù li ammonì dicendo: «Badate che nessuno lo sappia!».

Ma essi, appena usciti, ne diffusero la notizia in tutta quella regione.”

(Vangelo secondo Matteo 9,27-31)

“Gesù scese dal monte e molta folla lo seguì.

Ed ecco, si avvicinò un lebbroso, si prostrò davanti a lui e disse:

«Signore, se vuoi, puoi purificarmi».

*Tese la mano e lo toccò dicendo: **«Lo voglio: sii purificato!».***

E subito la sua lebbra fu guarita.”

(Vangelo secondo Matteo 8, 1-3)

“In quel tempo, Gesù disse:

«Nessuno può servire due padroni, perché o odierà l'uno e amerà l'altro, oppure si affezionerà all'uno e disprezzerà l'altro.

Non potete servire Dio e la ricchezza...

Cercate anzitutto il regno di Dio e la sua giustizia

e tutte queste cose (il mangiare, il bere, il vestire) vi saranno date in aggiunta»

(Vangelo secondo Matteo 6,24.33)

NOTIZIE UTILI PER GLI ANIMATORI.

Nel primo brano evangelico – in cui i due ciechi cercano Gesù – egli “scava” nel loro cuore («Voi credete che io possa fare quello che mi chiedete?») per provocare e far crescere il desiderio di guarigione e la fiducia in Gesù stesso.

Nel secondo brano – in cui è un lebbroso a cercare Gesù – egli accoglie ed esaudisce la richiesta, perché l'uomo riconosce in Gesù il potere di liberazione e guarigione («Signore, tu puoi purificarmi») ma si affida alla sua volontà («Signore, se vuoi...»).

Il Signore Gesù non si limita a guarire i malati che ricorrono a lui con tanta fiducia e speranza, ma risponde alla richiesta di guarigione aiutandoli a prendere coscienza dei loro reali desideri e accompagnandoli verso una liberazione-guarigione integrale, che parta dal cuore stesso dell'uomo per raggiungere ogni angolo della persona (spirito + psiche + corpo).

Ma il Signore – per riuscire nel suo intento – chiede all'uomo di “decidersi per Dio” e di servirlo con tutto il cuore e con tutte le forze confidando in lui e diffidando di sé: «Nessuno può servire due padroni... cercate anzitutto il regno di Dio e la sua giustizia». Così facendo l'uomo ritrova una vita “piena e abbondante”!

- o Gli animatori danno avvio alla **RIFLESSIONE in gruppo**:
 - «Ragazzi, qual è il vostro rapporto con Gesù Cristo?»,
 - « In quale delle tre testimonianze (Marco, Giulia e Carlo) vi ritrovate di più?»,
 - «Dalla lettura di questi tre brani evangelici, Gesù che cosa chiede alle persone?».
 - «Che cosa significa “credere in Gesù”? Perché è difficile?»,
 - «Gesù parla di due “padroni” che chiedono di essere serviti da noi: Dio e la ricchezza. Che cosa danno all'uomo questi due padroni?»...

DECIDIAMO INSIEME

- o È il momento di prendersi **un piccolo e concreto IMPEGNO** per i prossimi giorni:

«DECIDIAMO INSIEME - per una settimana - **di**.....»

Al prossimo incontro si verificherà l'impegno preso dal gruppo.

PREGHIAMO

- o **Si legge insieme questa PREGHIERA:** (vedi ALLEGATO 3):

SIGNORE, TI VOGLIO BENE!

*Signore Gesù,
concedimi di desiderare te
e di cercarti con tutte le forze.
Illumina il mio cuore,
perché confidi in te
e impari a fare ciò che tu vuoi.*

*Insegnami a vivere come tu sei vissuto,
a pregare come tu hai pregato,
ad amare come tu hai amato.
Donami il coraggio di rinunciare
ai desideri e agli atteggiamenti
che non mi aiutano a crescere e ad amare.*

*Aiuta a decidermi per te,
datore di ogni bene,
a lasciarmi guarire docilmente da te.
Scalda con la tua tenerezza il mio cuore,
che non può amare senza di te,
che non può gioire senza i fratelli.*

allegato 1 - TESTIMONIANZE di adolescenti

(stampare e distribuire ai giovanissimi)

❖ **Marco, 18 anni:**

“Non so come sia potuto accadere. Non l’ho voluto io, anche se il mio cuore era inquieto e desiderava che succedesse qualcosa. Non ho fatto nulla perché accadesse e mai come ora sono tanto felice. E ho il cuore stracolmo di gratitudine.

Io sono come tutti gli altri. Con l’egoismo e la superficialità degli altri. Ma mi è accaduto qualcosa che mi ha reso diverso. Mi è accaduta l’unica cosa davvero grande da quando vivo. Gli altri non possono capire. Quelli a cui non è accaduto. Ora è tutto diverso... Ho un solo grande desiderio: parlare con tutti del fatto che mi è accaduto.

Quello che mi è accaduto è un incontro. Ho fatto tanti altri incontri nella mia vita, ma quasi nessuno ha lasciato il segno. Questa volta, in questa vacanza, ho avuto la certezza che la mia vita venisse spezzata in due.

Questo avvenimento l’ho sempre davanti agli occhi. Il volto di Gesù che mi guarda. Io avevo sentito parlare di lui, ma – penso - non avevo mai fissato il suo sguardo. Non avevo mai preso sul serio la sua presenza. Mi sento così bene davanti a lui”.

❖ **Giulia, 18 anni:**

“Caro Artemis, l’anno scorso la mia migliore amica mi ha presentato una ragazza cardiopatica, da cui andava a fare servizio scout: Giorgia (questo il suo nome); non poteva correre, non poteva salire le scale, non poteva affaticarsi, non poteva fare il 90% delle cose che una ragazza di 18 anni vorrebbe fare. Ma nonostante questo nei suoi occhi vedevo una luce e una dolcezza che mi sembravano estranee, una voglia di vivere che io, proprio perché capace di fare tutto ciò che voglio, non sentivo!

Il 13 dicembre ho rivisto quegli occhi, ma non c’era luce, non c’era dolcezza. C’era il vuoto, perché il 13 dicembre il cuore di Giorgia si è fermato. E credimi, nessun ragionamento ti può spiegare perché le tue gambe tremano quando accarezzi la guancia di una tua amica, e la senti più fredda del marmo. Nessun teorema ti dirà mai il ‘perché’: perché una ragazza piena di vita come lei ora è distesa in una cassa da morto dietro a un muro di mattoni. Niente e nessuno mi ha risposto quando piena di rabbia ho urlato al cielo: <Perché lei? Perché non hai preso me? Perché?>.

Solo la fede in un Uomo che si è lasciato inchiodare ad un legno povero, solo le lacrime di gioia di una donna davanti ad un sepolcro vuoto, mi hanno aperto un barlume di speranza, mi hanno dato la forza di credere che Giorgia in questo momento corre, salta, fa tutto quello che il suo povero cuore non le ha permesso di fare qui in mezzo a noi.

Tu domandi: <Voi cattolici a cosa vi attaccate?>. Io, in quanto cattolica, in quanto credente, mi attacco a un pezzo di legno, mi afferro ad una mano sanguinante, prendo forza e coraggio per andare avanti dall’annuncio di un giovane: ‘Colui che era morto non è qui!’.

La ragione per definizione, è limitata: lo dici tu stesso, che credi in ciò che ti viene dimostrato... E per il resto? Per il resto, per quanto mi riguarda, c’è la fede. E quella non ti verrà mai dimostrata, nessuno te la potrà mai insegnare”.

❖ **Carlo, 16 anni:**

“Quando avevo otto anni, mi ero fatto una classifica di persone a cui ero più affezionato. Mi ricordo che allora Gesù Cristo era al terzo posto. Perché quell’anno avevo fatto la Prima Comunione. Ora, a sedici anni, Gesù Cristo è fuori della mia classifica: ai primi posti della mia hit parade, devo dirlo con sincerità, si è saldamente installato altro: la musica rock, le ragazze, la discoteca, i vestiti... Gesù Cristo invece non mi dà emozioni né divertimento: semplicemente non m’interessa. Posso farne a meno e mi diverto ugualmente”

allegato 2 - PAROLA DI DIO: "Confidare nel Signore Gesù"

(stampare e distribuire ai giovanissimi)

CONFIDARE NEL SIGNORE GESÙ*"Mentre Gesù si allontanava di là, due ciechi lo seguirono gridando:**«Figlio di Davide, abbi pietà di noi!».**Entrato in casa, i ciechi gli si avvicinarono e Gesù disse loro:***«Credete che io possa fare questo?».***Gli risposero: «Sì, o Signore!».**Allora Gesù toccò loro gli occhi e disse: **«Avvenga per voi secondo la vostra fede».****E si aprirono loro gli occhi.**Quindi Gesù li ammonì dicendo: «Badate che nessuno lo sappia!».**Ma essi, appena usciti, ne diffusero la notizia in tutta quella regione."*

(Vangelo secondo Matteo 9,27-31)

*"Gesù scese dal monte e molta folla lo seguì.**Ed ecco, si avvicinò un lebbroso, si prostrò davanti a lui e disse:***«Signore, se vuoi, puoi purificarmi».***Tese la mano e lo toccò dicendo: **«Lo voglio: sii purificato!».****E subito la sua lebbra fu guarita."*

(Vangelo secondo Matteo 8,1-3)

*"In quel tempo, Gesù disse:**«**Nessuno può servire due padroni**, perché o odierà l'uno e amerà l'altro, oppure si affezionerà all'uno e disprezzerà l'altro.**Non potete servire Dio e la ricchezza...***Cercate anzitutto il regno di Dio e la sua giustizia***e tutte queste cose (il mangiare, il bere, il vestire) vi saranno date in aggiunta»*

(Vangelo secondo Matteo 6,24.33)

CONFIDARE NEL SIGNORE GESÙ*"Mentre Gesù si allontanava di là, due ciechi lo seguirono gridando:**«Figlio di Davide, abbi pietà di noi!».**Entrato in casa, i ciechi gli si avvicinarono e Gesù disse loro:***«Credete che io possa fare questo?».***Gli risposero: «Sì, o Signore!».**Allora Gesù toccò loro gli occhi e disse: **«Avvenga per voi secondo la vostra fede».****E si aprirono loro gli occhi.**Quindi Gesù li ammonì dicendo: «Badate che nessuno lo sappia!».**Ma essi, appena usciti, ne diffusero la notizia in tutta quella regione."*

(Vangelo secondo Matteo 9,27-31)

*"Gesù scese dal monte e molta folla lo seguì.**Ed ecco, si avvicinò un lebbroso, si prostrò davanti a lui e disse:***«Signore, se vuoi, puoi purificarmi».***Tese la mano e lo toccò dicendo: **«Lo voglio: sii purificato!».****E subito la sua lebbra fu guarita."*

(Vangelo secondo Matteo 8,1-3)

*"In quel tempo, Gesù disse:**«**Nessuno può servire due padroni**, perché o odierà l'uno e amerà l'altro, oppure si affezionerà all'uno e disprezzerà l'altro.**Non potete servire Dio e la ricchezza...***Cercate anzitutto il regno di Dio e la sua giustizia***e tutte queste cose (il mangiare, il bere, il vestire) vi saranno date in aggiunta»*

(Vangelo secondo Matteo 6,24.33)

allegato 3 - LA PREGHIERA: "Signore, ti voglio bene!"

(stampare e distribuire ai giovanissimi)

SIGNORE, TI VOGLIO BENE!

*Signore Gesù,
concedimi di desiderare te
e di cercarti con tutte le forze.
Illumina il mio cuore,
perché confidi in te
e impari a fare ciò che tu vuoi.*

*Insegnami a vivere come tu sei vissuto,
a pregare come tu hai pregato,
ad amare come tu hai amato.
Donami il coraggio di rinunciare
ai desideri e agli atteggiamenti
che non mi aiutano a crescere e ad amare.*

*Aiuta a decidermi per te,
datore di ogni bene,
a lasciarmi guarire docilmente da te.
Scalda con la tua tenerezza il mio cuore,
che non può amare senza di te,
che non può gioire senza i fratelli*

SIGNORE, TI VOGLIO BENE!

*Signore Gesù,
concedimi di desiderare te
e di cercarti con tutte le forze.
Illumina il mio cuore,
perché confidi in te
e impari a fare ciò che tu vuoi.*

*Insegnami a vivere come tu sei vissuto,
a pregare come tu hai pregato,
ad amare come tu hai amato.
Donami il coraggio di rinunciare
ai desideri e agli atteggiamenti
che non mi aiutano a crescere e ad amare.*

*Aiuta a decidermi per te,
datore di ogni bene,
a lasciarmi guarire docilmente da te.
Scalda con la tua tenerezza il mio cuore,
che non può amare senza di te,
che non può gioire senza i fratelli.*

SIGNORE, TI VOGLIO BENE!

*Signore Gesù,
concedimi di desiderare te
e di cercarti con tutte le forze.
Illumina il mio cuore,
perché confidi in te
e impari a fare ciò che tu vuoi.*

*Insegnami a vivere come tu sei vissuto,
a pregare come tu hai pregato,
ad amare come tu hai amato.
Donami il coraggio di rinunciare
ai desideri e agli atteggiamenti
che non mi aiutano a crescere e ad amare.*

*Aiuta a decidermi per te,
datore di ogni bene,
a lasciarmi guarire docilmente da te.
Scalda con la tua tenerezza il mio cuore,
che non può amare senza di te,
che non può gioire senza i fratelli*

SIGNORE, TI VOGLIO BENE!

*Signore Gesù,
concedimi di desiderare te
e di cercarti con tutte le forze.
Illumina il mio cuore,
perché confidi in te
e impari a fare ciò che tu vuoi.*

*Insegnami a vivere come tu sei vissuto,
a pregare come tu hai pregato,
ad amare come tu hai amato.
Donami il coraggio di rinunciare
ai desideri e agli atteggiamenti
che non mi aiutano a crescere e ad amare.*

*Aiuta a decidermi per te,
datore di ogni bene,
a lasciarmi guarire docilmente da te.
Scalda con la tua tenerezza il mio cuore,
che non può amare senza di te,
che non può gioire senza i fratelli.*

12° incontro LA VITA È "RELAZIONE"

OBIETTIVO

Siamo partiti cercando di ascoltare la "Vita" e il "desiderio di vivere" che portiamo in noi; così abbiamo avuto modo di imbatteci in "noi stessi" e di scoprirci scrigni ricchi di talenti, bellezze molto fragili, creature che necessitano sempre di confidare in Dio per poter rimanere in piedi e **crescere nella più bella storia d'amore che Dio ha incominciato con noi.**

Gli animatori accompagnano i giovanissimi a **ritrovare la Vita come "RELAZIONE" con l'altro/l'Altro**, una *relazione* che è struttura portante dell'intera esistenza dell'uomo e dell'intero universo.

CI GUARDIAMO INTORNO

- o Gli animatori guidano il gruppo di giovanissimi a mettersi in ascolto della **TESTIMONIANZA di Jean Vanier**, fondatore della Comunità dell'Arca che accoglie persone chiamate "handicappati mentali" (vedi **ALLEGATO 1**):

"Mi chiamo Jean Vanier.

Giovanissimo, sono stato educato alla guerra, ho imparato a usare i cannoni e gli ordigni di distruzione; ho imparato ad essere rapido ed efficace per distruggere il nemico prima che lui distrugga me. ma Gesù mi ha chiamato a lasciare questo mondo di guerra...

Mi sono messo alla scuola di un prete santo (padre Thomas Philippe), ho ricevuto il dono della preghiera e dell'ascolto della parola di Dio; ho studiato filosofia e teologia e ho insegnato filosofia. Ho fatto tutto questo con generosità mista a orgoglio, nascondendo le mie ferite, la mia debolezza, il mio peccato.

Così Gesù mi ha guidato verso uomini e donne che avevano un handicap mentale. Non ne avevo mai incontrati prima di allora. Questo primo incontro mi ha sconvolto. Ho ascoltato il loro grido che scaturiva dal loro corpo, dal loro cuore, dal loro spirito spezzato: «Mi ami? Sono amabile? Ho valore? Perché mi hanno abbandonato?».

Incoraggiato da questo prete santo, padre Thomas, ho cominciato a vivere con Raphael e Philippe, due uomini che avevo incontrato in un ospizio spaventoso. I genitori erano morti e loro erano rimasti soli; nessuno li aveva accolti. C'era molta collera, molta tristezza dentro di loro a causa di questo abbandono. In fondo volevano una cosa sola: amore! Un amore che li rispettasse e li ascoltasse, un amore che gli desse vita e gli desse un senso.

Abbiamo cominciato a vivere insieme. Io cucinavo un po'. Ma non mangiavamo molto bene! Ci prendevamo il tempo per parlare, per ridere insieme. E ci siamo anche arrabbiati gli uni con gli altri. Ho fatto degli errori, per ignoranza, per mancanza di esperienza. Li trattavo un po' troppo da bambini, dicendo loro cosa dovevano fare, senza ascoltarli veramente... Ma attraverso gli errori ho cominciato a imparare. Poco per volta siamo diventati amici e tra noi è nata la fiducia. Sempre più mi chiamavano a vivere in un mondo di amicizia e di comunione, che guariva il mio cuore e risvegliava la vita.

Altri sono venuti ad aiutare. Insieme abbiamo accolto nuove persone e così la comunità dell'Arca è cresciuta. Abbiamo acquistato altre case in paese e nuove comunità sono nate in diverse parti del mondo. Adesso siamo una grande famiglia in molti paesi e le persone con un handicap sono nel cuore delle nostre comunità.



Sono loro, con il loro grido che chiede amore e fiducia, che mi hanno insegnato la strada del cuore e dell'amore. Sono loro, a volte così sofferenti, deboli e angosciati, che mi hanno insegnato ad accogliere le mie angosce e le mie debolezze...

Sulla strada ci saranno momenti in cui ti sentirai insicuro, oppresso, invaso dalla paura, il dubbio e l'incertezza. Ricordati allora che è Gesù che ti ha chiamato a lasciare un mondo di benessere e di sicurezza per seguirlo. Ascolta di nuovo, oggi, con il tuo cuore, questa chiamata di Gesù: «Vieni, seguimi! Non avere paura, io sono la tua forza e la sorgente della tua speranza».

(J.Vanier, IL CORPO SPEZZATO, ed. Jaca Book, Milano 1990, pp.71-73)

- o Dopo la lettura della testimonianza, un animatore orienta **la CONDIVISIONE in gruppo**:
 - «Ragazzi, proviamo a capire l'importanza che J.Vanier dà ai “legami”, alle relazioni?» ,
 - «Che genere di “legami” sono quelli che cerca di vivere Vanier?» ,
 - «Quale frase vi è piaciuta di più della testimonianza?» ,
 - «Che cosa non riuscite a capire o a condividere?» ...
- o Se gli animatori lo ritengono significativo per il gruppo:
- o possono fare ancora riferimento a **due STUDI** sulla **“solitudine giovanile”** e sui **“legami liquidi nella nostra società”**, da leggere con i giovanissimi (vedi **ALLEGATO 2**):

❖ **Il giornalista Carlo Climati**, scrive della solitudine dei giovani d'oggi:

“Oggi i ragazzi sono quasi spinti a credere di essere soli, ormai, accade fin dall'infanzia. Lo stesso modo di giocare è cambiato e spinge a non porsi più in relazione con gli altri.

Si è soli davanti a un computer, quando si naviga in internet. Ma si è soli, soprattutto, con i videogiochi, che si diffondono sempre di più tra i bambini e i giovani di tutto il mondo. Strumenti elettronici che costringono a restare per ore incollati a uno schermo, immersi in una sfida infinita contro il nulla.

Allo stesso, sembra scomparire l'antica cultura del cortile e della piazza, luoghi all'aperto in cui i bambini praticavano tradizionali giochi di gruppo, più allegri e creativi. Questi antichi giochi ponevano costantemente in contatto con gli altri. Ci ricordavano che esistevano gli altri. E avevano delle regole precise. Regole e limiti.

In molti videogiochi, invece, l'idea del limite non esiste più. Il bene si confonde completamente con il male. Non esistono regole o freni morali. L'eroe positivo diventa crudele come i suoi avversari negativi. Utilizza i loro stessi metodi sanguinari. Di conseguenza, il ragazzo che interpreta la parte del <buono> si ritrova a comportarsi come un <cattivo>.

*La vita però non è un videogioco... **Siamo tutti terribilmente immersi in un mondo virtuale, in cui si perde di vista il senso reale della vita.** Una vita che, invece, dovrebbe richiamarci e interrogarci continuamente con i suoi drammi, con le sue solitudini, con il grido disperato di tante persone che hanno bisogno d'amore, di affetto e di ascolto ”*

(C.Climati, IL POPOLO DELLA NOTTE, ed.Paoline, Milano 2002, pp.26-28)

❖ **Il sociologo Z.Bauman**, analizza la società in cui viviamo e i suoi “legami”:

*“Gli abitanti della nostra società liquido-moderna – slegati da tutto – **devono connettersi... Nessuna delle connessioni usate per colmare il vuoto lasciato dai vecchi legami ormai logori o già spezzati ha tuttavia garanzia di durata.***

Oggigiorno quello delle <relazioni> è l'argomento sulla bocca di tutti, ed evidentemente l'unico gioco cui valga la pena di partecipare, nonostante i noti rischi che comporta. I residenti del nostro mondo liquido-moderno affermano che il loro desiderio, scopo, sogno o passione è <instaurare relazioni>. Ma di fatto non sono forse soprattutto preoccupati di come evitare che i loro rapporti si condensino e coagulino? Davvero cercano – come dicono – relazioni durevoli o piuttosto non desiderano più di ogni altra cosa che quelle relazioni siano superficiali e leggere, di modo che se ne possano disfare in qualunque momento.”

(Z.Bauman, AMORE LIQUIDO, ed.Laterza, Roma-Bari 2004, Prefazione)

ASCOLTIAMO IL SIGNORE

- o Ora, gli animatori invitano a mettersi **in ASCOLTO DEL SIGNORE** per conoscere quale genere di relazione “lega” l'uomo con gli uomini e con Dio, ed è generatrice di vita buona, bella e duratura (vedi **ALLEGATO 3**):

*"Carissimi, **amiamoci gli uni gli altri, perché l'amore è da Dio:** chiunque ama è stato generato da Dio e conosce Dio.
Chi non ama non ha conosciuto Dio, perché Dio è amore.
In questo si è manifestato l'amore di Dio in noi:
Dio ha mandato nel mondo il suo Figlio unigenito,
perché noi avessimo la vita per mezzo di lui...
Carissimi, se Dio ci ha amati così, anche noi dobbiamo amarci gli uni gli altri...
Noi amiamo perché egli ci ha amato per primo.
Se uno dice: «Io amo Dio» e odia suo fratello, è un bugiardo.
Chi infatti non ama il proprio fratello che vede,
non può amare Dio che non vede"*

(Prima Lettera di Giovanni 4,7-9.11.19-20)

NOTIZIE UTILI PER GLI ANIMATORI.

*S.Giovanni – nella sua prima lettera – ci richiama **il legame-principe** che è in grado di unire la terra al cielo in una comunione generatrice di vita: **l'Amore**.
L'Amore non è semplicemente un dono di Dio, ma è **Dio stesso** che si dà per primo all'uomo, amandolo così com'è. **E Dio ha fatto il primo passo per noi nel Figlio Gesù per farci conoscere l'Amore, per insegnarci ad amare e per darci la capacità di amare come lui ci ama.**
Nello stesso tempo, Dio Padre – "mandando nel mondo il suo Figlio" – ci comunica la vita, ci fa vivere, ci chiama all'esistenza in Gesù perché partecipiamo alla vita divina di Dio.
Mai e poi mai l'Amore di Dio ci separa dagli uomini, nostri fratelli: anzi, è proprio dall'amore verso i fratelli che possiamo misurare il nostro amore per Dio: "Se uno dice: «Io amo Dio» e odia suo fratello è un bugiardo. Chi infatti non ama il proprio fratello che vede, non può amare Dio che non vede".*

- o Gli animatori aiutano il gruppo a vivere **un momento di RIFLESSIONE insieme:**
 - «Ragazzi, rileggiamo lentamente il brano della parola di Dio cercando di capire quale tipo di "legame" vuole Dio tra gli uomini e con lui»,
 - «Perché è importante vivere relazioni di "Amore"?»,
 - «Soltanto la relazione di amore genera vita, mentre l'odio spezza e divide generando morte: siamo convinti di questo oppure no? Facciamo degli esempi concreti»...

DECIDIAMO INSIEME

- o In questo ultimo incontro dell'anno, gli animatori propongono di individuare **un IMPEGNO** da vivere nell'estate (sarebbe molto significativo se si riuscisse a viverlo insieme):

«DECIDIAMO INSIEME

- per una settimana -

di.....»

PREGHIAMO

- Si legge insieme questa **PREGHIERA**: **"Signore, ho voglia di vivere!"** (vedi ALLEGATO 4):

*Tu sei grande, o Dio:
grande è il mistero della vita
con cui riempi il mondo.*

*Noi siamo opera delle tue mani
e tutto dobbiamo al tuo amore.*

*Con tutta la nostra vita
vogliamo dirti grazie.*

*Riconosciamo davanti a Te che la vita,
anche la nostra giovane vita,
è già scossa da problemi, da sofferenze
e dall'esperienza amara del peccato.*

*Ma Tu non ci lasci soli.
Ci hai mandato il tuo Figlio, Gesù,
che ha amato la vita delle persone che incontrava
e ha condiviso le gioie e i dolori.
In Lui, noi riconosciamo la via
che conduce alla vita.
Di Lui ci fidiamo.*

*E la via è questa:
non vivere da egoisti, chiusi in se stessi,
ma, sull'esempio di Gesù e in profonda amicizia con Lui,
vivere aperti a te, o Padre,
e aperti agli altri.*

*Pieni di stupore,
ogni giorno scopriamo che tu, o Dio,
ci doni la luce e la forza
per credere che la nostra piccola esistenza
fa parte di un progetto d'amore più grande,
che abbraccia l'intero universo.*

allegato 1 - TESTIMONIANZA di J.Vanier

(stampare e distribuire ai giovanissimi)

VIVERE LA RELAZIONE

“Mi chiamo Jean Vanier. Giovanissimo, sono stato educato alla guerra, ho imparato a usare i cannoni e gli ordigni di distruzione; ho imparato ad essere rapido ed efficace per distruggere il nemico prima che lui distrugga me. ma Gesù mi ha chiamato a lasciare questo mondo di guerra...”

Mi sono messo alla scuola di un prete santo (padre Thomas Philippe), ho ricevuto il dono della preghiera e dell'ascolto della parola di Dio; ho studiato filosofia e teologia e ho insegnato filosofia. Ho fatto tutto questo con generosità mista a orgoglio, nascondendo le mie ferite, la mia debolezza, il mio peccato.

Così Gesù mi ha guidato verso uomini e donne che avevano un handicap mentale. Non ne avevo mai incontrati prima di allora. Questo primo incontro mi ha sconvolto. Ho ascoltato il loro grido che scaturiva dal loro corpo, dal loro cuore, dal loro spirito spezzato: «Mi ami? Sono amabile? Ho valore? Perché mi hanno abbandonato?».

Incoraggiato da questo prete santo, padre Thomas, ho cominciato a vivere con Raphael e Philippe, due uomini che avevo incontrato in un ospizio spaventoso. I genitori erano morti e loro erano rimasti soli; nessuno li aveva accolti. C'era molta collera, molta tristezza dentro di loro a causa di questo abbandono. In fondo volevano una cosa sola: amore! Un amore che li rispettasse e li ascoltasse, un amore che gli desse vita e gli desse un senso.

Abbiamo cominciato a vivere insieme. Io cucinavo un po'. Ma non mangiavamo molto bene! Ci prendevamo il tempo per parlare, per ridere insieme. E ci siamo anche arrabbiati gli uni con gli altri. Ho fatto degli errori, per ignoranza, per mancanza di esperienza. Li trattavo un po' troppo da bambini, dicendo loro cosa dovevano fare, senza ascoltarli veramente... Ma attraverso gli errori ho cominciato a imparare. Poco per volta siamo diventati amici e tra noi è nata la fiducia. Sempre più mi chiamavano a vivere in un mondo di amicizia e di comunione, che guariva il mio cuore e risvegliava la vita.

Altri sono venuti ad aiutare. Insieme abbiamo accolto nuove persone e così la comunità dell'Arca è cresciuta. Abbiamo acquistato altre case in paese e nuove comunità sono nate in diverse parti del mondo. Adesso siamo una grande famiglia in molti paesi e le persone con un handicap sono nel cuore delle nostre comunità.

Sono loro, con il loro grido che chiede amore e fiducia, che mi hanno insegnato la strada del cuore e dell'amore. Sono loro, a volte così sofferenti, deboli e angosciati, che mi hanno insegnato ad accogliere le mie angosce e le mie debolezze...

Sulla strada ci saranno momenti in cui ti sentirai insicuro, oppresso, invaso dalla paura, il dubbio e l'incertezza. Ricordati allora che è Gesù che ti ha chiamato a lasciare un mondo di benessere e di sicurezza per seguirlo. Ascolta di nuovo, oggi, con il tuo cuore, questa chiamata di Gesù: «Vieni, seguimi! Non avere paura, io sono la tua forza e la sorgente della tua speranza».”

VIVERE LA RELAZIONE

“Mi chiamo Jean Vanier. Giovanissimo, sono stato educato alla guerra, ho imparato a usare i cannoni e gli ordigni di distruzione; ho imparato ad essere rapido ed efficace per distruggere il nemico prima che lui distrugga me. ma Gesù mi ha chiamato a lasciare questo mondo di guerra...”

Mi sono messo alla scuola di un prete santo (padre Thomas Philippe), ho ricevuto il dono della preghiera e dell'ascolto della parola di Dio; ho studiato filosofia e teologia e ho insegnato filosofia. Ho fatto tutto questo con generosità mista a orgoglio, nascondendo le mie ferite, la mia debolezza, il mio peccato.

Così Gesù mi ha guidato verso uomini e donne che avevano un handicap mentale. Non ne avevo mai incontrati prima di allora. Questo primo incontro mi ha sconvolto. Ho ascoltato il loro grido che scaturiva dal loro corpo, dal loro cuore, dal loro spirito spezzato: «Mi ami? Sono amabile? Ho valore? Perché mi hanno abbandonato?».

Incoraggiato da questo prete santo, padre Thomas, ho cominciato a vivere con Raphael e Philippe, due uomini che avevo incontrato in un ospizio spaventoso. I genitori erano morti e loro erano rimasti soli; nessuno li aveva accolti. C'era molta collera, molta tristezza dentro di loro a causa di questo abbandono. In fondo volevano una cosa sola: amore! Un amore che li rispettasse e li ascoltasse, un amore che gli desse vita e gli desse un senso.

Abbiamo cominciato a vivere insieme. Io cucinavo un po'. Ma non mangiavamo molto bene! Ci prendevamo il tempo per parlare, per ridere insieme. E ci siamo anche arrabbiati gli uni con gli altri. Ho fatto degli errori, per ignoranza, per mancanza di esperienza. Li trattavo un po' troppo da bambini, dicendo loro cosa dovevano fare, senza ascoltarli veramente... Ma attraverso gli errori ho cominciato a imparare. Poco per volta siamo diventati amici e tra noi è nata la fiducia. Sempre più mi chiamavano a vivere in un mondo di amicizia e di comunione, che guariva il mio cuore e risvegliava la vita.

Altri sono venuti ad aiutare. Insieme abbiamo accolto nuove persone e così la comunità dell'Arca è cresciuta. Abbiamo acquistato altre case in paese e nuove comunità sono nate in diverse parti del mondo. Adesso siamo una grande famiglia in molti paesi e le persone con un handicap sono nel cuore delle nostre comunità.

Sono loro, con il loro grido che chiede amore e fiducia, che mi hanno insegnato la strada del cuore e dell'amore. Sono loro, a volte così sofferenti, deboli e angosciati, che mi hanno insegnato ad accogliere le mie angosce e le mie debolezze...

Sulla strada ci saranno momenti in cui ti sentirai insicuro, oppresso, invaso dalla paura, il dubbio e l'incertezza. Ricordati allora che è Gesù che ti ha chiamato a lasciare un mondo di benessere e di sicurezza per seguirlo. Ascolta di nuovo, oggi, con il tuo cuore, questa chiamata di Gesù: «Vieni, seguimi! Non avere paura, io sono la tua forza e la sorgente della tua speranza».”

allegato 2 - Due STUDI su: "La solitudine giovanile" e "I legami liquidi"

(stampare e distribuire ai giovanissimi)

❖ **Il giornalista Carlo Climati**, scrive della solitudine dei giovani d'oggi:

"Oggi i ragazzi sono quasi spinti a credere di essere soli, ormai, accade fin dall'infanzia. Lo stesso modo di giocare è cambiato e spinge a non porsi più in relazione con gli altri.

Si è soli davanti a un computer, quando si naviga in internet. Ma si è soli, soprattutto, con i videogiochi, che si diffondono sempre di più tra i bambini e i giovani di tutto il mondo. Strumenti elettronici che costringono a restare per ore incollati a uno schermo, immersi in una sfida infinita contro il nulla.

Allo stesso, sembra scomparire l'antica cultura del cortile e della piazza, luoghi all'aperto in cui i bambini praticavano tradizionali giochi di gruppo, più allegri e creativi. Questi antichi giochi ponevano costantemente in contatto con gli altri. Ci ricordavano che esistevano gli altri. E avevano delle regole precise. Regole e limiti.

In molti videogiochi, invece, l'idea del limite non esiste più. Il bene si confonde completamente con il male. Non esistono regole o freni morali. L'eroe positivo diventa crudele come i suoi avversari negativi. Utilizza i loro stessi metodi sanguinari. Di conseguenza, il ragazzo che interpreta la parte del <buono> si ritrova a comportarsi come un <cattivo>.

*La vita però non è un videogioco... **Siamo tutti terribilmente immersi in un mondo virtuale, in cui si perde di vista il senso reale della vita.** Una vita che, invece, dovrebbe richiamarci e interrogarci continuamente con i suoi drammi, con le sue solitudini, con il grido disperato di tante persone che hanno bisogno d'amore, di affetto e di ascolto "*

❖ **Il sociologo Z.Bauman**, analizza la società in cui viviamo e i suoi "legami":

*"Gli abitanti della nostra società liquido-moderna – slegati da tutto – **devono connettersi... Nessuna delle connessioni usate per colmare il vuoto lasciato dai vecchi legami ormai logori o già spezzati ha tuttavia garanzia di durata.***

Oggi quello delle <relazioni> è l'argomento sulla bocca di tutti, ed evidentemente l'unico gioco cui valga la pena di partecipare, nonostante i noti rischi che comporta. I residenti del nostro mondo liquido-moderno affermano che il loro desiderio, scopo, sogno o passione è <instaurare relazioni>. Ma di fatto non sono forse soprattutto preoccupati di come evitare che i loro rapporti si condensino e coagolino? Davvero cercano – come dicono – relazioni durevoli o piuttosto non desiderano più di ogni altra cosa che quelle relazioni siano superficiali e leggere, di modo che se ne possano disfare in qualunque momento."

❖ **Il giornalista Carlo Climati**, scrive della solitudine dei giovani d'oggi:

"Oggi i ragazzi sono quasi spinti a credere di essere soli, ormai, accade fin dall'infanzia. Lo stesso modo di giocare è cambiato e spinge a non porsi più in relazione con gli altri.

Si è soli davanti a un computer, quando si naviga in internet. Ma si è soli, soprattutto, con i videogiochi, che si diffondono sempre di più tra i bambini e i giovani di tutto il mondo. Strumenti elettronici che costringono a restare per ore incollati a uno schermo, immersi in una sfida infinita contro il nulla.

Allo stesso, sembra scomparire l'antica cultura del cortile e della piazza, luoghi all'aperto in cui i bambini praticavano tradizionali giochi di gruppo, più allegri e creativi. Questi antichi giochi ponevano costantemente in contatto con gli altri. Ci ricordavano che esistevano gli altri. E avevano delle regole precise. Regole e limiti.

In molti videogiochi, invece, l'idea del limite non esiste più. Il bene si confonde completamente con il male. Non esistono regole o freni morali. L'eroe positivo diventa crudele come i suoi avversari negativi. Utilizza i loro stessi metodi sanguinari. Di conseguenza, il ragazzo che interpreta la parte del <buono> si ritrova a comportarsi come un <cattivo>.

*La vita però non è un videogioco... **Siamo tutti terribilmente immersi in un mondo virtuale, in cui si perde di vista il senso reale della vita.** Una vita che, invece, dovrebbe richiamarci e interrogarci continuamente con i suoi drammi, con le sue solitudini, con il grido disperato di tante persone che hanno bisogno d'amore, di affetto e di ascolto "*

❖ **Il sociologo Z.Bauman**, analizza la società in cui viviamo e i suoi "legami":

*"Gli abitanti della nostra società liquido-moderna – slegati da tutto – **devono connettersi... Nessuna delle connessioni usate per colmare il vuoto lasciato dai vecchi legami ormai logori o già spezzati ha tuttavia garanzia di durata.***

Oggi quello delle <relazioni> è l'argomento sulla bocca di tutti, ed evidentemente l'unico gioco cui valga la pena di partecipare, nonostante i noti rischi che comporta. I residenti del nostro mondo liquido-moderno affermano che il loro desiderio, scopo, sogno o passione è <instaurare relazioni>. Ma di fatto non sono forse soprattutto preoccupati di come evitare che i loro rapporti si condensino e coagolino? Davvero cercano – come dicono – relazioni durevoli o piuttosto non desiderano più di ogni altra cosa che quelle relazioni siano superficiali e leggere, di modo che se ne possano disfare in qualunque momento."

allegato 3 - PAROLA DI DIO: "La vita è relazione d'amore"

(stampare e distribuire ai giovanissimi)

LA VITA È RELAZIONE D'AMORE*"Carissimi, **amiamoci gli uni gli altri, perché l'amore è da Dio:****chiunque ama è stato generato da Dio e conosce Dio.**Chi non ama non ha conosciuto Dio, perché Dio è amore.**In questo si è manifestato l'amore di Dio in noi:**Dio ha mandato nel mondo il suo Figlio unigenito,**perché noi avessimo la vita per mezzo di lui...**Carissimi, se Dio ci ha amati così, anche noi dobbiamo amarci gli uni gli altri...****Noi amiamo perché egli ci ha amato per primo.****Se uno dice: «Io amo Dio» e odia suo fratello, è un bugiardo.**Chi infatti non ama il proprio fratello che vede,**non può amare Dio che non vede"*

(Prima Lettera di Giovanni 4,7-9.11.19-20)

LA VITA È RELAZIONE D'AMORE*"Carissimi, **amiamoci gli uni gli altri, perché l'amore è da Dio:****chiunque ama è stato generato da Dio e conosce Dio.**Chi non ama non ha conosciuto Dio, perché Dio è amore.**In questo si è manifestato l'amore di Dio in noi:**Dio ha mandato nel mondo il suo Figlio unigenito,**perché noi avessimo la vita per mezzo di lui...**Carissimi, se Dio ci ha amati così, anche noi dobbiamo amarci gli uni gli altri...****Noi amiamo perché egli ci ha amato per primo.****Se uno dice: «Io amo Dio» e odia suo fratello, è un bugiardo.**Chi infatti non ama il proprio fratello che vede,**non può amare Dio che non vede"*

(Prima Lettera di Giovanni 4,7-9.11.19-20)

LA VITA È RELAZIONE D'AMORE*"Carissimi, **amiamoci gli uni gli altri, perché l'amore è da Dio:****chiunque ama è stato generato da Dio e conosce Dio.**Chi non ama non ha conosciuto Dio, perché Dio è amore.**In questo si è manifestato l'amore di Dio in noi:**Dio ha mandato nel mondo il suo Figlio unigenito,**perché noi avessimo la vita per mezzo di lui...**Carissimi, se Dio ci ha amati così, anche noi dobbiamo amarci gli uni gli altri...****Noi amiamo perché egli ci ha amato per primo.****Se uno dice: «Io amo Dio» e odia suo fratello, è un bugiardo.**Chi infatti non ama il proprio fratello che vede,**non può amare Dio che non vede"*

(Prima Lettera di Giovanni 4,7-9.11.19-20)

allegato 4 - LA PREGHIERA: "Signore, ho voglia di vivere!"

(stampare e distribuire ai giovanissimi)

SIGNORE, HO VOGLIA DI VIVERE!

*Tu sei grande, o Dio:
grande è il mistero della vita
con cui riempi il mondo.
Noi siamo opera delle tue mani
e tutto dobbiamo al tuo amore.
Con tutta la nostra vita
vogliamo dirti grazie.*

*Riconosciamo davanti a Te che la vita,
anche la nostra giovane vita,
è già scossa da problemi, da sofferenze
e dall'esperienza amara del peccato.*

*Ma Tu non ci lasci soli.
Ci hai mandato il tuo Figlio, Gesù,
che ha amato la vita delle persone
che incontrava
e ha condiviso le gioie e i dolori.
In Lui, noi riconosciamo la via
che conduce alla vita.
Di Lui ci fidiamo.*

*E la via è questa:
non vivere da egoisti, chiusi in se stessi,
ma, sull'esempio di Gesù
e in profonda amicizia con Lui,
vivere aperti a te, o Padre,
e aperti agli altri.*

*Pieni di stupore,
ogni giorno scopriamo che tu, o Dio,
ci doni la luce e la forza
per credere che la nostra piccola esistenza
fa parte di un progetto d'amore più grande,
che abbraccia l'intero universo.*

SIGNORE , HO VOGLIA DI VIVERE!

*Tu sei grande, o Dio:
grande è il mistero della vita
con cui riempi il mondo.
Noi siamo opera delle tue mani
e tutto dobbiamo al tuo amore.
Con tutta la nostra vita
vogliamo dirti grazie.*

*Riconosciamo davanti a Te che la vita,
anche la nostra giovane vita,
è già scossa da problemi, da sofferenze
e dall'esperienza amara del peccato.*

*Ma Tu non ci lasci soli.
Ci hai mandato il tuo Figlio, Gesù,
che ha amato la vita delle persone
che incontrava
e ha condiviso le gioie e i dolori.
In Lui, noi riconosciamo la via
che conduce alla vita.
Di Lui ci fidiamo.*

*E la via è questa:
non vivere da egoisti, chiusi in se stessi,
ma, sull'esempio di Gesù
e in profonda amicizia con Lui,
vivere aperti a te, o Padre,
e aperti agli altri.*

*Pieni di stupore,
ogni giorno scopriamo che tu, o Dio,
ci doni la luce e la forza
per credere che la nostra piccola esistenza
fa parte di un progetto d'amore più grande,
che abbraccia l'intero universo.*

INDICE

Presentazione	pag.	3
1° incontro DI FRONTE ALLA VITA	pag.	5
2° incontro LE TUE EMOZIONI COLORANO LA VITA	pag.	11
3° incontro IL TUO CORPO PER VIVERE	pag.	20
4° incontro LA TUA VITA "MANIPOLATA"	pag.	31
5° incontro IL TUO DESIDERIO DI LIBERTA'	pag.	39
6° incontro IL TEMPO DEL POSSIBILE	pag.	48
7° incontro SAI STIMARE TE STESSO?	pag.	57
8° incontro PER UN CORRETTA STIMA DI TE STESSO	pag.	64
9° incontro INCONTRARE LA TUA FRAGILITÀ	pag.	72
10° incontro IMPARARE A GUARDARE ALTO!	pag.	79
11° incontro CONFIDA NEL SIGNORE!	pag.	85
12° incontro LA VITA È "RELAZIONE"	pag.	92

