**Servizio per la Pastorale Giovanile**

**diocesi di Piacenza-Bobbio**

****

**Proposta di percorso per Giovani**

Quaresima 2018

Vengono proposti due percorsi differenti: ogni realtà può scegliere il percorso più adatto ai giovani con cui si intraprenderà il cammino.

La prima proposta è illustrata a partire da pagina 2.

La seconda proposta è illustrata a partire da pagina 16.

**Prima Proposta**

**INTRODUZIONE**

*Il nostro essere figli al pari di Gesù è un dono gratuito di Dio, che nel Verbo incarnato ha scelto di assumere la nostra natura umana elevandola alla dignità filiale. Spetta però a noi accogliere questo dono che ci sollecita ad un coinvolgimento e ci impone di prendere decisioni: occorre scegliere a nostra volta di vivere e morire come Lui.*

*Il cammino di Quaresima dei giovani segue questo percorso, partendo dal riscoprirsi figli per arrivare ad una scelta di vita in linea con tale consapevolezza. La guida è la liturgia, in particolare la prima lettura ed il Vangelo delle domeniche di Quaresima.*

*Come modalità di incontro suggeriamo ogni settimana di iniziare con una breve meditazione sulla Parola, lasciare un tempo di deserto e concludere con la collatio, per poi consegnare un lavoro personale da svolgere nel tempo tra un incontro e l’altro. In alternativa troverete alcuni spunti da cui partire per l’attività di gruppo, oltre al segno (ovvero l’impegno per la settimana) che può essere adattato e utilizzato come attività per l’incontro stesso.*

*Suggeriamo di invitare i ragazzi ad iniziare un diario in cui possano tenere traccia del percorso, con l’invito a continuare ad usarlo nel Tempo Pasquale, nel quale verranno affrontate le tematiche del Sinodo, per arrivare al cammino di agosto. Questo può dunque essere un modo per lanciare la proposta estiva.*

**I settimana**

***“Figli della promessa”***

**🕮PAROLA**

***I lettura***

*Dal libro della Gènesi (9,8-15)*

Dio disse a Noè e ai suoi figli con lui: «Quanto a me, ecco io stabilisco la mia alleanza con voi e con i vostri discendenti dopo di voi, con ogni essere vivente che è con voi, uccelli, bestiame e animali selvatici, con tutti gli animali che sono usciti dall’arca, con tutti gli animali della terra. Io stabilisco la mia alleanza con voi: non sarà più distrutta alcuna carne dalle acque del diluvio, né il diluvio devasterà più la terra».

Dio disse:

«Questo è il segno dell’alleanza,

che io pongo tra me e voi

e ogni essere vivente che è con voi,

per tutte le generazioni future.

Pongo il mio arco sulle nubi,

perché sia il segno dell’alleanza

tra me e la terra.

Quando ammasserò le nubi sulla terra

e apparirà l’arco sulle nubi,

ricorderò la mia alleanza

che è tra me e voi

e ogni essere che vive in ogni carne,

e non ci saranno più le acque per il diluvio,

per distruggere ogni carne».

***Vangelo***

*Dal Vangelo secondo Marco (1,12-15)*

In quel tempo, lo Spirito sospinse Gesù nel deserto e nel deserto rimase quaranta giorni, tentato da Satana. Stava con le bestie selvatiche e gli angeli lo servivano. Dopo che Giovanni fu arrestato, Gesù andò nella Galilea, proclamando il vangelo di Dio, e diceva: «Il tempo è compiuto e il regno di Dio è vicino; convertitevi e credete nel Vangelo».

**🖉TEMA: PROMESSA di essere figlio**

Tante sono le sirene che ci attirano lontano da Dio, tante le promesse di felicità dalle quali ogni giorno ci vengono sussurrate o urlate, e non sempre è semplice resistere al loro richiamo. Ma la promessa di Dio è più grande, è promessa di salvezza. Egli propone un’alleanza per la vita. Vuole fare di me un figlio.

**🗐 SPUNTI**

Per introdurre il percorso, consigliamo la visione del film “Pay it forward - Un sogno per domani”.

**👍SEGNO: ARCOBALENO**

Ai ragazzi verrà consegnato un arcobaleno bianco. Ogni giorno della successiva settimana dovranno riconoscere durante la giornata una promessa di Dio per la loro vita (es. riesco a star bene in famiglia o con il ragazzo/a = promessa d’amore; ricevo un regalo inaspettato = promessa di felicità) o comunque un segno dell’intervento di Dio nel loro quotidiano. Una volta trovato, dovranno colorare una delle sette fasce dell’arcobaleno, scrivendovi dentro ciò che hanno scoperto. Nei giorni in cui non riusciranno a scorgere nulla lasceranno il relativo arco bianco.

**II settimana**

***“Intravedere la vetta”***

**🕮 PAROLA**

***I lettura:***

*Dal libro della Gènesi (22,1-2.9.10-13.15-18)*

In quei giorni, Dio mise alla prova Abramo e gli disse: «Abramo!». Rispose: «Eccomi!». Riprese: «Prendi tuo figlio, il tuo unigenito che ami, Isacco, va’ nel territorio di Mòria e offrilo in olocausto su di un monte che io ti indicherò».

Così arrivarono al luogo che Dio gli aveva indicato; qui Abramo costruì l’altare, collocò la legna. Poi Abramo stese la mano e prese il coltello per immolare suo figlio. Ma l’angelo del Signore lo chiamò dal cielo e gli disse: «Abramo, Abramo!». Rispose: «Eccomi!». L’angelo disse: «Non stendere la mano contro il ragazzo e non fargli niente! Ora so che tu temi Dio e non mi hai rifiutato tuo figlio, il tuo unigenito».

Allora Abramo alzò gli occhi e vide un ariete, impigliato con le corna in un cespuglio. Abramo andò a prendere l’ariete e lo offrì in olocausto invece del figlio.

L’angelo del Signore chiamò dal cielo Abramo per la seconda volta e disse: «Giuro per me stesso, oracolo del Signore: perché tu hai fatto questo e non hai risparmiato tuo figlio, il tuo unigenito, io ti colmerò di benedizioni e renderò molto numerosa la tua discendenza, come le stelle del cielo e come la sabbia che è sul lido del mare; la tua discendenza si impadronirà delle città dei nemici. Si diranno benedette nella tua discendenza tutte le nazioni della terra, perché tu hai obbedito alla mia voce».

***Vangelo***

*Dal Vangelo secondo Marco (9,2-10)*

In quel tempo, Gesù prese con sé Pietro, Giacomo e Giovanni e li condusse su un alto monte, in disparte, loro soli. Fu trasfigurato davanti a loro e le sue vesti divennero splendenti, bianchissime: nessun lavandaio sulla terra potrebbe renderle così bianche. E apparve loro Elia con Mosè e conversavano con Gesù. Prendendo la parola, Pietro disse a Gesù: «Rabbì, è bello per noi essere qui; facciamo tre capanne, una per te, una per Mosè e una per Elia». Non sapeva infatti che cosa dire, perché erano spaventati. Venne una nube che li coprì con la sua ombra e dalla nube uscì una voce: «Questi è il Figlio mio, l’amato: ascoltatelo!». E improvvisamente, guardandosi attorno, non videro più nessuno, se non Gesù solo, con loro. Mentre scendevano dal monte, ordinò loro di non raccontare ad alcuno ciò che avevano visto, se non dopo che il Figlio dell’uomo fosse risorto dai morti. Ed essi tennero fra loro la cosa, chiedendosi che cosa volesse dire risorgere dai morti.

**🖉TEMA: PROVA**

Spesso è difficile avvertire il fatto di essere figli di Dio nel quotidiano, ed ancor più viverlo. Le promesse per la nostra vita (cfr. I incontro) sbiadiscono, sentiamo Dio allontanarsi da noi e lasciarci ad affrontare da soli le prove della quotidianità. Accade allora che quando ci troviamo a vivere esperienze particolarmente positive, forti, significative o addirittura totalizzanti (es. campi estivi, incontri, momenti di preghiera, ...) vorremmo non avessero una fine perché subentra la paura che nella vita di tutti i giorni si perda quella sensazione di felicità perfetta dovuta alla ritrovata consapevolezza del forte legame col Padre.

**🗐 SPUNTI**

Canzone: Eppure sentire - Elisa

**👍SEGNO: MONTE**

Ai ragazzi verrà lasciato un foglio con il profilo bianco di sette monti. Analogamente alla settimana precedente, saranno chiamati a individuare in ogni giornata una fatica che li ha fatti sentire lontani da Dio.

**III settimana**

***“Iniziare a camminare”***

**🕮PAROLA**

***I lettura***

*Dal libro dell’Èsodo (20,1-17)*

In quei giorni, Dio pronunciò tutte queste parole: «Io sono il Signore, tuo Dio, che ti ho fatto uscire dalla terra d’Egitto, dalla condizione servile:

Non avrai altri dèi di fronte a me.

Non pronuncerai invano il nome del Signore, tuo Dio, perché il Signore non lascia impunito chi pronuncia il suo nome invano.

Ricòrdati del giorno del sabato per santificarlo.

Onora tuo padre e tua madre, perché si prolunghino i tuoi giorni nel paese che il Signore, tuo Dio, ti dà.

Non ucciderai.

Non commetterai adulterio.

Non ruberai.

Non pronuncerai falsa testimonianza contro il tuo prossimo.

Non desidererai la casa del tuo prossimo. Non desidererai la moglie del tuo prossimo, né il suo schiavo né la sua schiava, né il suo bue né il suo asino, né alcuna cosa che appartenga al tuo prossimo».

***Vangelo***

*Dal Vangelo secondo Giovanni (2,13-25)*

Si avvicinava la Pasqua dei Giudei e Gesù salì a Gerusalemme. Trovò nel tempio gente che vendeva buoi, pecore e colombe e, là seduti, i cambiamonete. Allora fece una frusta di cordicelle e scacciò tutti fuori del tempio, con le pecore e i buoi; gettò a terra il denaro dei cambiamonete e ne rovesciò i banchi, e ai venditori di colombe disse: «Portate via di qui queste cose e non fate della casa del Padre mio un mercato!». I suoi discepoli si ricordarono che sta scritto: «Lo zelo per la tua casa mi divorerà». Allora i Giudei presero la parola e gli dissero: «Quale segno ci mostri per fare queste cose?». Rispose loro Gesù: «Distruggete questo tempio e in tre giorni lo farò risorgere». Gli dissero allora i Giudei: «Questo tempio è stato costruito in quarantasei anni e tu in tre giorni lo farai risorgere?». Ma egli parlava del tempio del suo corpo. Quando poi fu risuscitato dai morti, i suoi discepoli si ricordarono che aveva detto questo, e credettero alla Scrittura e alla parola detta da Gesù. Mentre era a Gerusalemme per la Pasqua, durante la festa, molti, vedendo i segni che egli compiva, credettero nel suo nome. Ma lui, Gesù, non si fidava di loro, perché conosceva tutti e non aveva bisogno che alcuno desse testimonianza sull’uomo. Egli infatti conosceva quello che c’è nell’uomo.

**🖉TEMA: REGOLA**

Per avvertire la figliolanza nel quotidiano devo sfrondare la mia vita da ciò che è superfluo, dannoso, o comunque di ostacolo.

**🗐 SPUNTI**

Si può partire facendo riflettere i ragazzi su quali siano le regole alle quali devono sottostare nella vita di tutti i giorni (casa, scuola, sport, ...), per poi farli riflettere su come queste imposizioni siano diverse dai comandamenti, che non limitano ma allargano la libertà e aiutano a vivere pienamente la mia umanità.

**👍SEGNO: REGOLA DI VITA**

Durante la settimana ogni ragazzo dovrà scrivere una propria regola di vita che gli consenta di vivere da figlio.

**IV settimana**

***“Lasciarsi guidare”***

**🕮PAROLA**

***I lettura***

*Dal secondo libro delle Cronache (36,14-16.19-23)*

In quei giorni, tutti i capi di Giuda, i sacerdoti e il popolo moltiplicarono le loro infedeltà, imitando in tutto gli abomini degli altri popoli, e contaminarono il tempio, che il Signore si era consacrato a Gerusalemme.

Il Signore, Dio dei loro padri, mandò premurosamente e incessantemente i suoi messaggeri ad ammonirli, perché aveva compassione del suo popolo e della sua dimora. Ma essi si beffarono dei messaggeri di Dio, disprezzarono le sue parole e schernirono i suoi profeti al punto che l’ira del Signore contro il suo popolo raggiunse il culmine, senza più rimedio. Quindi [i suoi nemici] incendiarono il tempio del Signore, demolirono le mura di Gerusalemme e diedero alle fiamme tutti i suoi palazzi e distrussero tutti i suoi oggetti preziosi. Il re [dei Caldèi] deportò a Babilonia gli scampati alla spada, che divennero schiavi suoi e dei suoi figli fino all’avvento del regno persiano, attuandosi così la parola del Signore per bocca di Geremìa: «Finché la terra non abbia scontato i suoi sabati, essa riposerà per tutto il tempo della desolazione fino al compiersi di settanta anni». Nell’anno primo di Ciro, re di Persia, perché si adempisse la parola del Signore pronunciata per bocca di Geremìa, il Signore suscitò lo spirito di Ciro, re di Persia, che fece proclamare per tutto il suo regno, anche per iscritto: «Così dice Ciro, re di Persia: “Il Signore, Dio del cielo, mi ha concesso tutti i regni della terra. Egli mi ha incaricato di costruirgli un tempio a Gerusalemme, che è in Giuda. Chiunque di voi appartiene al suo popolo, il Signore, suo Dio, sia con lui e salga!”».

***Vangelo***

*Dal Vangelo secondo Giovanni (3,14-21)*

In quel tempo, Gesù disse a Nicodèmo: «Come Mosè innalzò il serpente nel deserto, così bisogna che sia innalzato il Figlio dell’uomo, perché chiunque crede in lui abbia la vita eterna. Dio infatti ha tanto amato il mondo da dare il Figlio unigenito perché chiunque crede in lui non vada perduto, ma abbia la vita eterna. Dio, infatti, non ha mandato il Figlio nel mondo per condannare il mondo, ma perché il mondo sia salvato per mezzo di lui. Chi crede in lui non è condannato; ma chi non crede è già stato condannato, perché non ha creduto nel nome dell’unigenito Figlio di Dio. E il giudizio è questo: la luce è venuta nel mondo, ma gli uomini hanno amato più le tenebre che la luce, perché le loro opere erano malvagie. Chiunque infatti fa il male, odia la luce, e non viene alla luce perché le sue opere non vengano riprovate. Invece chi fa la verità viene verso la luce, perché appaia chiaramente che le sue opere sono state fatte in Dio».

**🖉TEMA: PADRE**

Quando riusciamo a far crescere il nostro rapporto con Dio ci accorgiamo di quanto esso sia veramente come quello con un padre. Di fronte ai nostri tanti errori possiamo sentire di aver deluso Dio, di averlo “fatto arrabbiare”; ma il Signore, proprio come un padre, non ci condanna e tantomeno smette di amarci, ma al contrario il suo amore cresce, come il suo desiderio di salvarci.

**🗐 SPUNTI**

Canzone: Come neve – Giorgia&Mengoni

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

**👍SEGNO: LANTERNA**

Ad ogni ragazzo è chiesto di riconoscere le luci della propria vita e, tra esse, di sceglierne una che lo aiuti a vivere da figlio. Ad essa dovrà affidarsi per iniziare un cammino di direzione spirituale. Si può lasciare ad ogni ragazzo un lumino da consegnare a colui che sceglierà come segno di ciò che si aspetta.

 NB: può essere una possibilità per sottolineare il vero ruolo degli educatori come guide, e per ribadire la possibilità di rivolgersi al proprio prete di riferimento ogni volta che se ne sente il bisogno. E’ consigliabile quindi la presenza di un sacerdote che spieghi con chiarezza cosa si intende per direzione spirituale e ne sottolinei l’importanza per ogni cristiano, ed in particolare per i ragazzi.

**V settimana**

***“Generare”***

**🕮 PAROLA**

***I lettura:***

*Dal libro del profeta Geremìa (31,31-34)*

Ecco, verranno giorni – oracolo del Signore –, nei quali con la casa d’Israele e con la casa di Giuda concluderò un’alleanza nuova. Non sarà come l’alleanza che ho concluso con i loro padri, quando li presi per mano per farli uscire dalla terra d’Egitto, alleanza che essi hanno infranto, benché io fossi loro Signore. Oracolo del Signore.

Questa sarà l’alleanza che concluderò con la casa d’Israele dopo quei giorni – oracolo del Signore –: porrò la mia legge dentro di loro, la scriverò sul loro cuore. Allora io sarò il loro Dio ed essi saranno il mio popolo. Non dovranno più istruirsi l’un l’altro, dicendo: «Conoscete il Signore», perché tutti mi conosceranno, dal più piccolo al più grande – oracolo del Signore –, poiché io perdonerò la loro iniquità e non ricorderò più il loro peccato.

***Vangelo***

*Dal Vangelo secondo Giovanni (12,20-33)*

In quel tempo, tra quelli che erano saliti per il culto durante la festa c’erano anche alcuni Greci. Questi si avvicinarono a Filippo, che era di Betsàida di Galilea, e gli domandarono: «Signore, vogliamo vedere Gesù». Filippo andò a dirlo ad Andrea, e poi Andrea e Filippo andarono a dirlo a Gesù. Gesù rispose loro: «È venuta l’ora che il Figlio dell’uomo sia glorificato. In verità, in verità io vi dico: se il chicco di grano, caduto in terra, non muore, rimane solo; se invece muore, produce molto frutto. Chi ama la propria vita, la perde e chi odia la propria vita in questo mondo, la conserverà per la vita eterna. Se uno mi vuole servire, mi segua, e dove sono io, là sarà anche il mio servitore. Se uno serve me, il Padre lo onorerà. Adesso l’anima mia è turbata; che cosa dirò? Padre, salvami da quest’ora? Ma proprio per questo sono giunto a quest’ora! Padre, glorifica il tuo nome». Venne allora una voce dal cielo: «L’ho glorificato e lo glorificherò ancora!». La folla, che era presente e aveva udito, diceva che era stato un tuono. Altri dicevano: «Un angelo gli ha parlato». Disse Gesù: «Questa voce non è venuta per me, ma per voi. Ora è il giudizio di questo mondo; ora il principe di questo mondo sarà gettato fuori. E io, quando sarò innalzato da terra, attirerò tutti a me». Diceva questo per indicare di quale morte doveva morire.

**🖉 TEMA: IL MIO SCOPO**

Non basta vedere Gesù (cfr. primi due incontri): dopo essere stati con lui (cfr. terzo e quarto incontro) occorre un passo in più: imparare da Lui a spezzarci per gli altri, morire un po’ a se stessi per portare frutto.

**🗐 SPUNTI**

Video: Harry Potter scopre che deve sacrificarsi perché Voldemort muoia

<https://www.youtube.com/watch?v=STJEgT1IcHA>

<https://www.youtube.com/watch?v=5ASRDxMIM_0>

Canzone: No hero – Elisa

<https://www.youtube.com/watch?v=Ya2Rl1fiJzw>

Discorso alla città di mons. Delpini, arcivescovo di Milano, ai primi vespri della festa di S. Ambrogio.

<https://www.youtube.com/watch?v=LFM7o4W9moY> (dal 29’ al 31’)

**👍SEGNO: CHICCO DI GRANO**

I ragazzi saranno invitati a trovare in ogni giornata un momento per “morire a se stessi” per donarsi agli altri (es. un ragazzo ha un’ora libera, la dedica ad aiutare un compagno in difficoltà invece di uscire).

[si potrebbero consegnare sette semi chiedendo ai ragazzi di scegliere sette amici a cui consegnarli, proponendo ad essi la stessa esperienza di dono]

**Settimana Santa**

***“Davvero figlio”***

**🕮PAROLA**

***I lettura***

*Dal libro del profeta Isaìa (50,4-7)*

Il Signore Dio mi ha dato una lingua da discepolo,

perché io sappia indirizzare

una parola allo sfiduciato.

Ogni mattina fa attento il mio orecchio

perché io ascolti come i discepoli.

Il Signore Dio mi ha aperto l’orecchio

e io non ho opposto resistenza,

non mi sono tirato indietro.

Ho presentato il mio dorso ai flagellatori,

le mie guance a coloro che mi strappavano la barba;

non ho sottratto la faccia

agli insulti e agli sputi.

Il Signore Dio mi assiste,

per questo non resto svergognato,

per questo rendo la mia faccia dura come pietra,

sapendo di non restare confuso.

***Vangelo***

*Dal Vangelo secondo Marco (14,1-15,47)*

**🖉TEMA: DAVVERO ERA IL FIGLIO**

Al termine del percorso di Quaresima, anche noi siamo pronti a incamminarci con Gesù.....

**👍SEGNO: CROCE DI ROMENA**

Sarebbe bello lasciare ad ogni ragazzo una riproduzione cartacea della croce di Romena, spiegandone il significato.

La croce di Romena è una croce dove la figura del Crocifisso appare vuota e dove le ferite appaiono di colore oro, ferite trasformate in feritoie di luce e amore. Per un approfondimento di questo tema si veda il fascicolo a questo link (in particolare alle pagine 6-11):

https://www.romena.it/images/stories/pubblicazioni/giornalino/giornalini-archivio-PDF/Nuovo\_Giornalino\_2016/6--Oro\_nelle\_ferite-web.pdf

Una possibile attività potrebbe concentrarsi sulle loro ferite e su come possano diventare fonte di luce. In alternativa può essere il segno da lasciare durante la penitenziale.

**Pasqua**

***“Risorti per servire”***

Per le parrocchie che scelgono di far vivere ai loro giovani il “dopo veglia” consigliamo di utilizzare un percorso sulle sette parole di Gesù. Può essere utile il libro “le 7 parole di Gesù sulla croce” di Bregantini o altri scritti simili.

**Seconda Proposta**

**INTRODUZIONE**

*"Lo scenario: Gesù è solo, abbandonato dai suoi amici, in mano ai carnefici. Lo circonda una folle ostile, guidata dai suoi più acerrimi nemici, che lo sbeffeggiano insieme ai soldati e alle guardie. La sua fede viene messa alla prova: i nemici lo tentano, e gli suggeriscono di chiamare in aiuto Dio suo Padre. E anche da questo Padre si sente abbandonato: in una scena dominata dal male, perseguito con ostinata volontà da parte degli uomini, il Padre si ritrae in un silenzio che può sembrare un abbandono e così lo sente anche Gesù, ma solo per un momento di umana e comprensibile fragilità. È questa solitudine e abbandono che rendono ancora più tragica la scena della Croce, già di per sé carica di violenza, di odio, di ostilità senza giustificazioni (l’unico giusto è condannato e messo a morte!). È il modo con cui Gesù rimane sulla Croce che fa dire al centurione “Davvero quest’uomo è il Figlio di Dio!”.*

*Dal fascicolo animatori Quaresima Diocesana 2018*

Questa esperienza di abbandono, di solitudine, di sofferenza che Gesù vive, va ad intercettare le solitudini, gli abbandoni e le sofferenze che, ogni giovane, oggi, sta vivendo! Il percorso che si propone è un viaggio dentro queste realtà e che porta ad aprire gli occhi su un Dio che entra nel mondo, si fa carne, affronta sofferenza e morte, per sconfiggere definitivamente il peccato e la morte.

Il contenuto che segue, sono suggerimenti che possono essere modificati, arricchiti, migliorati, ma che desiderano incontrare alcune fatiche e sofferenze dei giovani affinché trovino il coraggio di raccontare, di affidare al Signore, agli amici di gruppo e possano scoprire che la sofferenza ha un senso.

**PRIMO INCONTRO**

Il primo incontro potrebbe avere il tono di un breve ritiro di inizio Quaresima, prendendo spunto dal Vangelo della prima domenica. Gesù spesso si ritira a pregare: nel deserto, di notte, lontano da tutti. Si sceglierà un luogo adatto che aiuta il raccoglimento e la possibilità di collocarsi a distanza senza disturbarsi. Dopo aver delineato il contesto, si consegnerà una traccia che sosterrà i giovani nel vivere l’esperienza di deserto. Concluso il tempo ci si può ritrovare per condividere come è andata l’esperienza e cosa è emerso dalla loro preghiera e/o riflessione.

Sulla traccia sarà importante riportare, oltre un brano biblico, anche testi che possano aiutare a comprendere il senso di quello che stanno vivendo (vedi testi che seguono).

**"La cosa che sembra più facile è in realtà la più difficile: conoscere se stessi"Edgar Morin**

1) Apri la tua esperienza di deserto con il silenzio. Nel silenzio cerca di riflettere e interrogarti. Pensa al tuo passato e al tuo oggi, a come agisci e interagisci con gli altri, e cerca di dare il nome a ciò che ti rende felice, contento/a, e a ciò che ti rende infelice e scontento/a, a ciò che ti dà gioia e a ciò che ti fa soffrire.

2) Esercita l'immaginazione e immagina te stesso/a al futuro: come ti vedi felice? Come ti pensi realizzato/a?

3) Approfondisci il silenzio. Nella tua solitudine, cerca di stare almeno mezz'ora (meglio se un'ora) in silenzio anche interiore (silenzio da pensieri, immagini, ricordi, voci): come ti senti dopo? Cosa ti dice il tuo corpo?

4) Esercitati al ringraziamento: cerca di chiudere la tua esperienza di deserto ringraziando. E cerca di individuare i motivi (eventi, persone, paesaggi...) per cui ringraziare. Ricordati della parola di Teresa di Lisieux: "Tutto è grazia".

**Le «ragioni» del silenzio**

L'uomo di natura espansiva, abituato alla più cordiale comunicativa con il mondo esterno, aperto con i propri simili, si chiede: perché tacere? Non si deve essere comunicativi? Come può effettuarsi il contatto con gli altri se non con le parole? Perché essere chiusi? Quando seguendo l'esperienza monastica si consiglia di parlare meno, di parlare poco, o di tacere del tutto, di dominare la lingua, non si vuole affatto consigliare di diventare tipi chiusi, non comunicativi, solitari, o, peggio, complessati, contorti, complicati, pieni di sottintesi; no davvero! I grandi uomini furono e sono tutti silenziosi. Anche quelli di cui si dice che parlarono molto, che furono sommi oratori; tutti maturarono in lunghi silenzi quello che poi dissero agli uomini.

La parola è grande cosa, ma non è ciò che vi è di più grande. «Se essa è argento, il silenzio è oro», afferma un antico proverbio. Quegli stessi che sanno meglio parlare sentono più degli altri che le parole non esprimono mai le reali e speciali relazioni esistenti tra due esseri.

Rimangono sempre delle verità che nessuno crede di poter esprimere con la parola. Sono verità che si percepiscono nel silenzio e restano inespresse.

Il silenzio è come l'aprirsi di altre porte, di altri canali, per i quali arriva all'uomo un'altra voce. Chi tende a mete di vita più elevata dal punto di vista dello spirito, ha bisogno di silenzio, per ristoro e ripresa di energie, come ha bisogno di pane quotidiano e di riposo del corpo.

Nell'usura di ogni giorno, la mente si svuota, le energie si logorano e la vita si appesantisce di infinite scorie. Chi voglia realizzare una vita interiore profonda, sappia circondarsi di silenzio, di quiete, di pace, per frapporre tra se e le cose esteriori una fascia in cui le onde turbolente del fragore umano vadano ad infrangersi e a spegnersi, prima di giungere a lui. L'uomo cerca il silenzio per un bisogno di vita più alta. La ricerca si impone per una spinta che viene dal proprio intimo e alla quale non si può disobbedire.

[**A tu per tu con Dio**](http://www.monasterodibose.it/ospitalita/scout/tracce-di-cammino/810-deserto-e-solitudine/3644-a-tu-per-tu-con-dio)

La fede potrebbe essere presentata così: una vita che rischia l' « assolo » con Dio. Fino a che manca questo incontro unico « faccia a faccia » col mistero di Dio, che si rispecchia nel mistero del nostro essere e fare l'uomo, non si entra nella fede. Si rimane nella sfera religiosa, dentro la quale giocano le immaginazioni e le suggestioni superstiziose. Dio, l'invisibile vivente e presente, non tocca né occupa l'esistenza concreta. Questo vivere faccia a faccia dinanzi al volto del mistero, che incessantemente si svela e si nasconde, costituisce l'esperienza radicale di ogni fede. Diviene insieme preghiera, contemplazione, conversione: vuol dire porsi alla sorgente del proprio essere, dove « c'è la fonte di un'acqua zampillante a vita eterna » (Giovanni 4, 14). A questa profondità spirituale la luce della Verità ci rivela il nostro nome unico, il nostro unico volto, la nostra unica immagine che riflette e manifesta il volto del Padre. Così nasce e cresce « l'uomo nuovo, non nato da sangue, né da volontà di carne, né da volontà di uomo » (Giovanni 1, 13). Solo quando si incontra Dio « a tu per tu » si entra in quella novità radicale che costruisce il « noi », perché si creano e si stabiliscono con tutti gli altri uomini rapporti e incontri in uno stile che va oltre la logica del sangue e degli istinti, degli interessi, degli egoismi, delle convenienze. La solitudine interiore matura e delinea la struttura e la fisionomia personale di ogni spiritualità, perciò è la condizione indispensabile per uscire dall'anonimato e non proliferare « gruppi anonimi », anche se orpellati di cultura teologica, di estetismo liturgico, di raffinatezze spiritualistiche. Perché è una solitudine carica di vita che « morde » la vita. Mette in questione le « clausure » dell'individualismo, egocentrico e indifferente: provoca le soddisfazioni dell'io e le fughe dall'io, aiutando così a scoprire e a rispettare quel bisogno di solitudine che è l'unica difesa dall'isolamento e dalla superficialità quotidiana. Sorgono allora e possono durare le vere amicizie, senza complicità e senza ipocrisie, perché, nella luce di Dio, si denudano la radice di ogni esistenza e gli sbocchi di ogni esperienza e insieme si percorrono le strade della propria liberazione umana.

Umberto Vivarelli, *La solitudine del cristiano*

**SECONDO INCONTRO**

In questo secondo incontro, potremmo portare i giovani a conoscere il significato di alcuni termini per comprenderne le differenze. Si potrebbe partire dalla solitudine del deserto (di cui hanno fatto esperienza la settimana precedente) e le solitudini che si portano dentro (tra solitudine positive e negative). Occorrerebbe fare anche una puntualizzazione tra isolamento e solitudine. Potrebbe essere che si parta da definizioni che loro darebbero per poi giungere alle differenze che vorremmo fossero sottolineate.

La puntualizzazione, oltre a consegnare possibili nuove conoscenze, darà la possibilità di sottolineare che quando si parla di solitudine, di silenzio, non sempre si afferma qualcosa che è negativo o fa riferimento ad esperienze dolorose.

Il brano riportato qui sotto potrebbe aiutare in tal senso:

# [Isolamento e solitudine](http://www.monasterodibose.it/ospitalita/scout/tracce-di-cammino/810-deserto-e-solitudine/3928-isolamento-e-solitudine)

L'uomo di oggi fa molta fatica a trovare la strada della solitu­dine, la strada che lo conduce a se stesso, al mondo e a Dio. Cos'è, dunque, la solitudine? Se essa si definisce in base alla relazione che ho con l'altro in cui m'imbatto o con l'altro che giace nella parte più intima di me stesso, la solitudine è il con­trario dell'isolamento, che invece nega tale relazione. L'isolamento si distingue dalla solitudine in quanto nega la possibilità dell'apertura all'altro, vissuta sempre come un'altera­zione. Più in profondità, esso è negazione del desiderio che por­tiamo in noi, il desiderio dell'altro. L'isolamento e il mutismo vanno di pari passo, perché la relazione con l'altro trova l'e­spressione propria nella parola, e la negazione della prima com­porta la scomparsa della seconda. Si potrebbe dire che l'isola­mento stia alla solitudine come il mutismo sta al silenzio. Tacere implica che si abbia qualcosa da dire; essere soli suppone anche la possibilità di non esserlo, di essere aperti al mondo. La pre­senza dell'essere amato è sentita, nella solitudine, come un'as­senza. Nell'isolamento la separazione è vissuta come un'inquie­tante interruzione del contatto. Per provare a se stesso che esi­ste, l'isolato ha bisogno della presenza materiale dell'altro, per quanto insopportabile. La scomparsa o il cambiamento dell'altro lo fa precipitare in una dolorosa incertezza, quella che compare quando è venuto meno ogni punto di riferimento.

*Denis Vasse “Uno sguardo umano: dall’isolamento alla solitudine”*

**TERZO INCONTRO**

Dopo aver fatto una esperienza di solitudine positiva (deserto) e aver puntualizzato alcuni termini, in questo incontro, inviteremo i giovani a mettersi in contatto con le proprie solitudini negative. Quelle che si tengono dentro, quelle che sono causa di sofferenza, quelle che mettono a dura prova anche la fede. Ne abbiamo? Quali sono? Ci sono situazioni che a volte “mettono in croce”, bloccano, portano a progressive chiusure o alla necessità di mascherare ciò che non si vuol fare vedere.

Per fare questo si potrebbe partire dalla poesia di R. M. Rilke e l’interessante commento che ne segue.

**La solitudine**

La solitudine è come la pioggia.

Si alza dal mare verso sera;

dalle pianure lontane, distanti,

sale verso il cielo a cui da sempre appartiene.

E proprio dal cielo ricade sulla città.

Piove quaggiù nelle ore crepuscolari,

allorché tutti i vicoli si volgono verso il mattino

e i corpi, che nulla hanno trovato,

delusi e affranti si lasciano l’un l’altro;

e persone che si odiano a vicenda

sono costrette a dormire insieme in un letto unico:

è allora che la solitudine scorre insieme ai fiumi.

Rainer Maria Rilke

Essere soli anche in mezzo ad una folla. Sembra una contraddizione eppure talvolta è così. La solitudine infatti è come pioggia sottile che si insinua dentro l’anima delle cose lasciando una mancanza, un vuoto difficile da colmare.

Rainer Maria Rilke, uno dei più grandi volti della letteratura tedesca del novecento, è stato il poeta dell’inquietudine. Ha cercato di tradurre la spiritualità moderna per esprimere gli opposti stati d’animo dell’uomo contemporaneo.

In questo componimento la sua poesia si fa pittura che con nitidi colori delinea l’immagine di una delle angosce più profonde che affliggono l’essere umano.

Una nota malinconica segue tutto il testo. Il tempo della solitudine è il crepuscolo, quando le strade si svuotano e i corpi che “nulla hanno trovato” tornano a casa. La città è la destinazione privilegiata dove approdare. Compiendo un viaggio circolare che parte dal cielo per ritornare ad esso, proprio come la pioggia, la solitudine colpisce la città, le cose di quaggiù, ne ingrigisce l’aspetto, le riveste di cupa mestizia.

L’uomo però cerca una consolazione, un’arma di difesa contro questa “pioggia” fitta. Ecco che allora la delusione e lo sgomento inducono a rintracciare negli altri ciò che manca in noi stessi.

L’unione che ne deriva, ci dice Rilke, nasce dalla necessità, dal bisogno opprimente di sentirsi meno soli. L’uomo è per natura Caino verso suo fratello, tuttavia la solitudine lo spinge verso l’altro uomo. E dall’occorrenza obbligata si origina l’inganno dell’amore. Pertanto da un tale legame non può che generarsi un senso ancor più pesante di solitudine.

Un quadro di tinte fredde quello che emerge alla fine del componimento. Una visione pessimistica sicuramente, che tuttavia scaturisce da un tempo che lascia poco spazio ai legami ideali, ma che acuisce il senso di smarrimento dell’essere umano.

Dinanzi a tutto ciò la pioggia della solitudine diventa imponente e l’uomo non ha ombrelli sufficienti per ripararsi da essa

*By*[*Maria Columbro*](http://www.letteratu.it/author/mariacolumbro/)*on 31/07/2012*

Ognuno dopo un po’ di silenzio potrà condividere la propria esperienza di solitudine

**QUARTO INCONTRO**

A questo quarto incontro potremmo invitare una persona che ha toccato con mano, nella propria vita, la presenza di Dio che guarisce, che colma le solitudini. Ascoltare la testimonianza e porre delle domande anche a partire dalle situazioni e riflessioni emerse negli incontri precedenti. Il gruppo e la comunità come ci possono sostenere nei nostri momenti di fatica e in merito alle nostre solitudini?

A questo proposito può essere anche utile leggere la riflessione riportata qui sotto e postata sul sito “papaboys”.

**Preghiamo per tutti coloro che sono nella tristezza e nella solitudine**

*Voglio abbracciare con silenzi la notte in cui mi trovi, solo, ferito, spento dalla morte che oggi scorre nelle mie vene…”*

Quando gli altri non fanno caso a noi, quando pensiamo di non essere importanti, quando gli altri non tengono conto di noi, la nostra anima viene ferita. Con ferite profonde, sentendoci invisibili, indifferenti per gli altri. Le ferite che abbiamo quando non veniamo valorizzati, quando siamo solo un numero, quando altri brillano più di noi…

Quando però qualcuno ci guarda più profondamente, vede ciò che sentiamo dentro, ci chiede come stiamo, si ferma nel suo cammino e ci dice che senza di noi la sua vita non sarebbe uguale, che ci vuole bene, che ha bisogno di noi, tutto si calma. Tutto guarisce.

È questo che fa Dio con noi. Ci guarda. Sa cosa ci succede. La nostra inquietudine, la nostra ferita che sanguina. Si lascia toccare. Si ferma. Ci abbraccia. Ci guarisce con il suo amore personale che ci dice che ci stava aspettando, che ci ama per come siamo, che ha bisogno di noi, che gli importa di noi.

Diceva papa Francesco: “Quante volte penso che abbiamo pa paura della tenerezza di Dio e per il fatto che abbiamo paura della tenerezza di Dio non lasciamo che essa si sperimenti in noi stessi. E per questo tante volte siamo duri, severi, castigatori… Siamo pastori senza tenerezza. (…) Noi non crediamo in un Dio etereo, crediamo in un Dio che si è fatto carne, che ha un cuore”.

Mi piacerebbe avere molta fede. Mi piacerebbe essere capace di vincere le paure e di toccare Gesù. E quelli che portano Gesù nell’anima. Toccare la vita che mi viene regalata. Non temere. Chiedere aiuto.

Tutti abbiamo bisogno di essere guariti. Da cosa voglio che mi curi oggi Gesù? Qual è la mia ferita? Una persona pregava:

*“ Voglio avanzare sulla via che hai progettato per me.
Mi sbaglio tante volte…
Mi perdo e mi trovi sempre. Mi cerchi per le vie quando non so dove vederti, né toccarti, né volerti.
Voglio abbracciare con silenzi la notte in cui mi trovi.
Solo, slegato, ferito. Spento dalla morte che oggi scorre nelle mie vene.
Voglio correre e sedermi. Toccare con le mie mani spezzate. Trattenerti in un tentativo di evitare che ti allontani.
Voglio guardare con voce sommessa. Voglio essere ciò che non sono stato, abbracciato dalle tue mani. E tornare ad essere eterno.
Voglio accarezzare la luna che sogno dentro di me.
Voglio vestirmi di vita. Lasciare la morte da parte. Colorarmi di un sole intenso.
Voglio essere. Voglio vivere. Voglio amare. Voglio, sì, ciò che Tu vuoi”*

Ci manca però la fede nel potere guaritore di Gesù. Per essere guariti, abbiamo bisogno di toccare i luoghi santi. A volte, però, non ci avviciniamo a chi ci dà la vita, ma a chi ce la toglie. Non tocchiamo quello che ci salva, ma quello che ci incatena. Non siamo audaci.

Mi piacerebbe rendere sempre vita ciò che dice il ritornello di una canzone: “Voglio toccare, Signore, il tuo mantello. Voglio sentire la tua voce gridare: alzati, parlo con te, alzati”. Senza paura, senza doverlo chiedere a parole. Semplicemente avvicinarmi a Lui di nascosto e toccare il suo mantello.

Quanta fede! Mi piacerebbe credere nel suo potere guaritore. Tutti siamo malati, feriti, soli.

*Di Padre Carlos Padilla per Aleteia*

**QUINTO INCONTRO**

Nel quinto incontro si propone la lettura del brano del Vangelo di Marco, da cui è tratto lo slogan della nostra quaresima.

*(Mc 15,2-39) Condussero Gesù al luogo del Gòlgota, che significa “Luogo del cranio”, e gli davano vino mescolato con mirra, ma egli non ne prese. Poi lo crocifissero e si divisero le sue vesti, tirando a sorte su di esse ciò che ognuno avrebbe preso. Erano le nove del mattino quando lo crocifissero. La scritta con il motivo della sua condanna diceva: “Il re dei Giudei”. Con lui crocifissero anche due ladroni, uno a destra e uno alla sua sinistra. Quelli che passavano di là lo insultavano, scuotendo il capo e dicendo: “Ehi, tu che distruggi il tempio e lo ricostruisci in tre giorni, salva te stesso scendendo dalla croce!”. Così anche i capi dei sacerdoti, con gli scribi, fra loro si facevano beffe di lui e dicevano: “Ha salvato altri e non può salvare se stesso! Il Cristo, il re d’Israele, scenda ora dalla croce, perché vediamo e crediamo!”. E anche quelli che erano stati crocifissi con lui lo insultavano. Quando fu mezzogiorno, si fece buio su tutta la terra fino alle tre del pomeriggio. Alle tre, Gesù gridò a gran voce: “Eloì, Eloì, lemà sabactàni?”, che significa: “Dio mio, Dio mio, perché mi hai abbandonato?”. Udendo questo, alcuni dei presenti dicevano: “Ecco, chiama Elia!”. Uno corse a inzuppare di aceto una spugna, la fissò su una canna e gli dava da bere , dicendo: “Aspettate, vediamo se viene Elia a farlo scendere”. Ma Gesù, dando un forte grido, spirò. Il velo del tempio si squarciò in due, da cima a fondo. Il centurione, che si trovava di fronte a lui, avendolo visto spirare in quel modo, disse: “Davvero quest’uomo era Figlio di Dio!”*

Ci si potrebbe chiedere, che cosa ha portato il Centurione a riconoscere e affermare che: “Quell’uomo era Figlio di Dio”.

Proprio sul luogo del supplizio, al momento della morte, Gesù è riconosciuto Figlio di Dio. Possiamo dire che anche nella sofferenza si ha la possibilità di scoprire e di scoprirsi? La sofferenza porta a scoprire aspetti di se e rivela cose di chi soffre, agli altri. Noi tendiamo a fuggire la sofferenza, mentre ascoltarla e viverla fino in fondo, può portare in se caratteri rivelatori. E’ quanto ci specifica questa riflessione tratta dal fascicolo della nostra quaresima.

“È il modo con cui Gesù rimane sulla Croce che fa dire al centurione “Davvero quest’uomo è il Figlio di Dio!”. Tutto il mondo attende una prova di forza da parte del Dio onnipotente e giustiziere che tutti abbiamo in mente da sempre, da Adamo all’uomo che siamo noi. Ma Dio tace, non interviene a salvare il Figlio amato, e solo il Figlio amato è autorizzato a interpretare il silenzio del Padre: il suo ritrarsi dalla scena per lasciare spazio ancora una volta alla libertà degli uomini, una libertà piegata al male, incapace di aprirsi all’accoglienza della Sua offerta di amore, anzi ostinata nel sospetto e nel rifiuto. Questa verità di Dio, Padre misericordioso, è tutta nelle mani dell’uomo Gesù: il Sì del Padre risuona nel Sì di Gesù, nel suo consegnarsi in mano ai fratelli, tanti piccoli e meschini Caino che ancora una volta, come sempre, eliminano il Giusto Abele. Nell’eccedenza dell’amore di Gesù (per Dio e per i fratelli) si manifesta e si realizza l’eccedenza dell’amore del Padre verso tutti i suoi figli: la Croce, anziché separare il Figlio dal Padre (e questo era ed è l’intento del separatore) unisce per sempre il Padre agli uomini nell’obbedienza del Figlio, nel suo affidarsi senza esitazioni alle mani del Padre. Tutto questo avviene nel silenzio, ma il soldato pagano riesce a leggere la parola definitiva che risuona in questo silenzio: Gesù è il Figlio di Dio, e se il Figlio muore così allora il Padre non può che essere Misericordia e Perdono. Allora è possibile tornare a Lui, pentiti e umiliati, per il risentimento, il sospetto, il male che ci hanno abitato dal momento in cui ci siamo allontanati da questo Padre. Da questa morte, da questa Croce la salvezza e la vita! Così Gesù ha vinto il male e la morte, attraversando con fede e con speranza il duro cammino del Calvario, la sua Via Crucis che si fa Via Lucis. La luce che esplode nella notte di Pasqua non fa che confermare e ribadire quanto è avvenuto sul legno della Croce, tavola di salvezza per tutto il genere umano: Gesù ha riconciliato gli uomini col Padre, ha vinto la morte, è vivo e presente in mezzo a noi con la forza del Suo Spirito. È Lui il Signore, il Vivente, il nostro Redentore: da Lui ogni grazia e forza per il nostro cammino.

(dal fascicolo per Animatori, Quaresima 2018)

Scoprire la portata salvifica di Gesù e il suo desiderio di liberare l’uomo da ogni prigionia, sarebbe un buon obiettivo da raggiungere non solo per questa quaresima, ma da tenere sempre alla mente. Siccome il dolore può rendere più sensibili e attenti alla sofferenza degli altri, ci auguriamo che i nostri giovani nel loro volersi bene, maturino anche la consapevolezza che “amare è vegliare sulla solitudine dell’altro” (Rilke).