dove abiti
Arcidiocesi di Bari-Bitonto
Servizio per la Pastorale Giovanile

«Come il Pane»

Itinerario per adolescenti in 5 sensi

Introduzione

Il tema scelto per il tempo Quaresima-Pasqua 2021 per la nostra diocesi riprende un'espressione cara al nostro Vescovo Giuseppe: "Prendiamo la forma del pane per essere nel mondo artigiani di comunione".
L'elemento centrale *è* il pane. L'itinerario quaresimale si svolge tra il **digiuno** del mercoledì delle ceneri e "prendete e mangiate, **questo è il mio corpo**", nel Giovedì Santo.
Pane e corpo, quindi. Pane che nutre, pane che salva. Corpo abitato dallo spirito, che ritrova l'essenziale della vita proprio a partire dal pane.

Come il pane è l'itinerario educativo per gli adolescenti in 5 tappe, seguendo le 5 domeniche di quaresima, e lega **il pane ai 5 sensi**, per far riscoprire ai ragazzi i dinamismi esistenziali orientati alla conoscenza di sé, al riconoscimento dell'altro, all'apertura alla trascendenza, in ottica vocazionale.

- **Udito / Il silenzio, il sussurro del pane che cresce**
- **Olfatto / La fragranza, il profumo del pane**
- **Gusto / Il sapore, il gusto del pane**
- **Tatto / impastare, spezzare il pane**
- **Vista / riconoscere, vedere la forma del pane**

Il pane è vita; la sua produzione è legata ai 4 elementi della natura: aria, terra, acqua, fuoco.
Il pane è vita e come ogni cosa della vita, è sperimentabile attraverso i 5 sensi.
Il pane parla alla vita. Grazie a Gesù il pane è diventato il pane della Vita, quella formata e consegnata dall'amore che non ha fine.

"Legati a quel seme divino che non solo trasportano, ma che è la loro essenza, le donne e gli uomini scoprono di essere chiamati ad appropriarsi creativamente, e con tutti i loro sensi, dello smisurato prodigio della vita. La vita è un immenso laboratorio per l'attenzione, la sensibilità, lo stupore, e ci permette di riconoscere, per precario e rarefatto che sia, il riverbero di una fantastica presenza: quella dei passi di Dio. E' necessario tornare a vedere il corpo che noi siamo e la nostra esistenza come profezie di un amore incondizionato. Il corpo che noi siamo è una grammatica di Dio. E' attraverso di esso che apprendiamo, e non solo con la mente".
(José Tolentino Mendonça," La mistica dell'istante", Vita e Pensiero, Galli Edizioni S.R.L. Varese 2020, p. 18)

Ciascuna scheda ruota attorno a uno dei **sensi** e fa sperimentare il senso da dare al proprio quotidiano. Prevede una **attività/dinamica di gruppo**. Alla fine è proposto un breve **post chiamato *Cum Panis*** che contiene un impegno personale da tenere nella settimana, per farsi compagni di strada.
L'itinerario proposto prevede incontri in presenza e dinamiche di gruppo che rispettino il distanziamento fisico e le norme di contrasto alla pandemia in corso.

"Dio ci attende in ogni cosa che incontriamo. Non si tratta di ritirarsi nella sfera intima, dimenticando tutto il resto. La sfida è rimanere in sé e sperimentare con tutti i sensi la realtà delle persone e delle cose che ci sfiorano. La sfida è gettarsi fra le braccia della vita e ascoltarvi battere il cuore di Dio. Senza fughe. Senza idealizzazioni. Le braccia della vita così com'è".
(José Tolentino Mendonça," La mistica dell'istante", Vita e Pensiero, Galli Edizioni S.R.L. Varese 2020, p. 19)

Buon cammino,

don michele birardi e l'equipe diocesana di pastorale giovanile

CON-VOCATI DAL PANE

- SCHEDA 1 -

OBIETTIVO

Aiutare gli adolescenti a riconoscere nel frastuono della quotidianità le *note* che armonizzano al meglio la propria vita con quella degli altri.

Brano biblico *Mc 1, 12-15*
E subito lo Spirito lo sospinse 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".

MATERIALI

- 1 cesto per ogni coppia di adolescenti contenente;
- 10 oggetti per ogni coppia di adolescenti;
- 1 benda per ciascun ragazzo;
- una scheda per ciascun ragazzo (allegato 1);
- penne\pennarelli.

SVOLGIMENTO

"L'udito è forse il senso più adeguato ad accogliere la complessità della vita. Eppure ci ascoltiamo così poco, e cosi di rado l'arte di ascoltare fa parte delle competenze che sviluppiamo […] Ascoltare non significa semplicemente raccogliere il discorso sonoro: è innanzitutto un'attitudine, è inclinazione verso l'altro, è disponibilità ad accogliere il detto e il non detto, l'entusiasmo della storia e il suo contrario, il suo dolore".
(*Josè Tolentino Mendoça, "La mistica dell'istante", Vita e Pensiero, Galli Edizioni S.R.L. Varese 2020*)

Fa più rumore un albero che cade, che una foresta che nasce, è più facile sentire il frastuono delle automobili in città, che captare le parole di chi ci sta accanto, è più immediato darsi la possibilità di cambiare, che scegliere qualcosa. In un mondo che offre un numero difficilmente quantificabile di possibilità, spesso restiamo inetti, con la voglia di prendere tutto, ma non desiderando niente.
Come si fa a sentire, nel frastuono del mondo, il rumore del Pane? Di qualcosa che caduto sulla terra non fa che un breve sussurro, che riproduce il suono essenziale e primigenio del chicco caduto che si lascia morire per dare nuova vita.
In questo periodo quasi "inconsistente" in cui tutto il mondo tende a *sonnecchiare* sul divano, in attesa che la tempesta passi, i suoni acuti dei telegiornali, dei social, delle eventuali strombazzate sui baconi, hanno affievolito gli orecchi, hanno atrofizzato le capacità di ascolto. E questa dimensione relazionale ai limiti del catastrofico viene avvertita in maniera più evidente da coloro che vivono gran parte delle loro vite nella dimensione della socialità: a scuola, nel gruppo, nello sport… Gli adolescenti, sono senza

dubbio tra le prime vittime, non dichiarate, di questa pandemia ed è necessario quanto prima correre ai ripari: spendere nuovo tempo, distribuire nuova linfa, perché possano tornare a sognare e ad ascoltare il canto del Pane.
Per introdurre gli adolescenti al tema del discernimento, della scelta e dell'ascolto gli educatori possono provare ad "affinare" quest'ultimo con un esercizio, al termine del quale ciascun ragazzo potrà fare emergere la propria ricetta per essere pane.
Per prima cosa è necessario dividere i ragazzi in coppie e dotare ciascuna coppia di due bende e un cesto, contenente almeno dieci oggetti in grado di fare rumore (es. bottiglia piena d'acqua, penne, bicchieri...), qualsiasi oggetto va bene, poiché, dovendo affinare l'udito, anche il suono più leggero è importante.
L'attività consiste nel presentare a ciascun ragazzo il suono di almeno cinque oggetti (che rappresentano gli ingredienti per fare il pane) e di chiedergli di sceglierne un massimo di tre solo in base al suono; gli oggetti devono essere scelti volta per volta, per non rischiare di arrivare al termine dell'attività in attesa del "suono perfetto", con un numero di ingredienti troppo basso per fare il proprio pane.
A questo punto si può cominciare: uno dei due adolescenti della coppia, sarà bendato, mentre l'altro si assumerà il compito di scegliere il suono di quale oggetto sottoporre all'amico; è importante che in questa fase chi "illustra i suoni" non menzioni in alcun modo l'oggetto, in modo da non condizionare la scelta del ragazzo bendato. Una volta compiute le sue scelte, l'adolescente potrà togliersi la benda e vedere quali oggetti ha deciso di salvare, annotandoli nella prima casella della scheda (allegato1).
Si possono quindi invertire i ruoli.
Quando entrambi i ragazzi avranno annotato le proprie scelte, si potrà cominciare una riflessione in due fasi: la prima, personale, consiste nell'accostare a ciascun oggetto scelto una qualità che possa essere specchio o proposito del ragazzo (es. oggetto: foglia, qualità: leggerezza), in più ciascuno potrà definire qual è il suo lievito, ciò che gli consente di crescere, di maturare.
La seconda parte della riflessione, vede di nuovo un lavoro di coppia. I due adolescenti potranno confrontarsi su un ultimo elemento: la cottura. È il fuoco a dare fragranza all'impasto, è il fuoco a dargli colore ed è il fuoco che finalmente lo rende cibo in grado di spezzarsi per gli altri; e il fuoco non può che venire dall'esterno, dall'incontro, dalla relazione, dall'amore che inesorabile passa attraverso le particelle di pasta, le consolida, le unisce, perché possano unite creare un solo pane.
Non esiste rumore del pane se non quello che segue la cottura, non esiste rumore del pane se non si spezza, se non lo si divide, se non si dona, come Cristo che si dona sull'altare.

Il riquadro "cottura", quindi, lo compileranno l'uno per l'altro; sarà l'amico a dare la forza, il vigore, la fiamma del fuoco.
Al termine dei lavori, dopo aver dato un nome a ciascun "nuovo pane", i ragazzi potranno rincontrarsi tutti insieme, e raccontare il proprio modo di essere pane.

CUM PANIS

Per la settimana successiva all'incontro si può suggerire ai ragazzi di ascoltare in maniera concreta qualcuno della propria famiglia, dei propri amici o del gruppo, che abbia manifestato la necessità di essere accolto; sarà l'occasione per spezzarsi e per farsi custode della storia di qualcuno.

APPROFONDIMENTI

- José Tolentino Mendonça, *La mistica dell'istante. Tempo e promessa,* Galli Edizioni S.R.L., pp. 117-118-119

L'allegria errante

Ci fu un vento impetuoso e gagliardo da spaccare i monti e spezzare le rocce davanti al Signore, ma il Signore non era nel vento. Dopo il vento ci fu un terremoto, ma il Signore non era nel terremoto. Dopo il terremoto ci fu un fuoco, ma il Signore non era nel fuoco. Dopo il fuoco ci fu il mormorio di un vento leggero. Come l'udì, si coprì il volto con il mantello, uscì e si fermò all'ingresso della caverna (1Re 19,11-13).

Gli intrighi, la storia, l'accumulazione, la carne e la sua latenza, il conflitto, le ferite... Invito paradossale a perdersi per trovarsi. Dovremo parare a sostituire la potenza con la leggerezza del soffio sull'esempio di Elia. A sostituire ogni rumore con il mormorio di un silenzio, davanti al quale Elia si copre il volto. Ed essere come greggi che nei campi seguono il suono leggero del flauto del pastore, verso un luogo che non è un luogo, ma senza il quale non conoscerebbero la loro allegria errante.

L'ascolto e il sapore della presenza

Mettendo a confronto due narrazioni evangeliche, quella del battesimo e quella della trasfigurazione, ci troviamo in pratica di fronte a una stessa affermazione che proviene dal cielo. Nel battesimo, si ode una voce che dice: «Tu sei il è il Figlio mio prediletto, in te mi sono compiaciuto» (Mc 1,11; Lc 3,22) o «Questi è il mio Figlio prediletto, nel quale mi sono compiaciuto» (Mt 3,17). Ebbene, nel testo relativo alla trasfigurazione, troviamola stessa frase, ma con l'aggiunta dell'imperativo «ascoltatelo». Leggiamo i testi. Nella versione dii Marco si dice: «Questi è il Figlio mio prediletto; ascoltatelo!» (Mc 9,7); in quella di Matteo: «Questi è il Figlio mio prediletto, nel quale mi sono compiaciuto. Ascoltatelo.» (Mt 17,5). Nel racconto di Luca: «Questi è il Figlio mio, l'eletto; ascoltatelo» (Lc 9,35). La comparsa del verbo 'ascoltare', in questo preciso momento, illumina non solo il senso centrale dell'episodio della trasfigurazione, ma apre anche delle prospettive sulla semantica dell'ascolto stesso. La scena della trasfigurazione avviene in una tappa particolarmente sensibile del percorso di Gesù con i suoi discepoli. Essi camminavano al suo fianco, ma restavano indietro su aspetti importanti, vivevano aspettative fuorvianti, apprensioni, erano preoccupati delle conseguenze del loro coinvolgimento, guardavano all'orizzonte sentendosi vacillare, senza fidarsi del tutto. Subito dopo la sua confessione più importante a Gesù («Tu sei il Cristo, il Figlio del Dio vivente», Mt 16,16), Pietro mette in discussione il destino annunciato del Maestro e lo apostrofa («Dio te ne scampi, Signore; questo non ti accadrà mai, Mt 16,22), mostrando come il timore si sovrapponesse all'adesione fiduciosa. Chiaramente, quello che Piero in fondo intendeva dire era: «Signore, che questo non mi capiti mai o che non ci debba mai accadere». Egli temeva per Gesù, ma soprattutto per sé. Cos'è allora l'ascolto? È l'esperienza che può strappare dal cuore dei discepoli l'oltraggio della croce. Non vi è fede che non nasca dall'ascolto, un ascolto che va fino infondo, in profondità. L'ascolto è lo spazio in cui Gesù può agire e guarirci dalle nostre paure. C'è un ascolto senza il quale non riusciamo a vivere, ed è quello vero.

È curioso che, quando la voce di Dio ci dice «ascoltate», Gesù non ci stia propriamente dicendo qualcosa. II senso di questo «ascoltatelo» è «accoglietelo», «ricevetelo questo in ciò che Gesù è», «mettetevi in ascolto del suo mistero». Non basta conoscere, sapere, o solo avere in mente le verità in cui crediamo. È necessario un ascolto che renda presente

Gesù in tutto il suo progetto e destino. E che, per mezzo di questo, ciascuno si senta coinvolto dalla parola che risveglia e orienta, dallo sguardo che ci conduce senza dire nulla, dai gesti che guariscono. L'ascolto ci pone non solo di fronte a Lui, ma con Lui e in Lui. Senza questo ascolto, la parola è distante nel passato, e la sua Pasqua è un avvenimento che non attraversa l'istante. È l'ascolto che ci dà il sapore della presenza.

- Ermes Ronchi, *Il canto del pane*, San Paolo, pp. 84-86

Al pane nostro si aggiunge un aggettivo di grande importanza: il pane quotidiano, di ogni giorno. Il Vangelo adotta qui un aggettivo sconosciuto nella letteratura greca: epioùsios. già origine si lamentava di non comprenderlo. Dal contesto si può dedurre che si tratta del pane "necessario per vivere in questo giorno", del pane "necessario per arrivare a domani", per questo quotidiano.
Donaci, Padre, ciò che ci fa vivere oggi: il nostro cibo quotidiano, il nostro amore quotidiano; il pane per vivere e l'amore per vivere un motivo per vivere. Perché preferiamo morire di fame che morire di assurdo.
Il pane necessario alla vita è quello sufficiente giorno dopo giorno. È esattamente il contrario dell'accumulo. come la manna non poteva essere accumulata, perché durava un solo giorno, così Gesù Cristo ci propone il tema del giorno per giorno, di un pane che non può essere accumulato, accaparrato, messo da parte, con l'atteggiamento tipico di chi è preso dall' angoscia per il domani e dalla frenesia per il possesso.
Ecco l'alternativa: o accumulo o solidarietà. Aa purtroppo, per i ricchi, per la gente dell'accumulo, non esiste mai il superfluo, per l'egoista non c'è mai l'avanzo. Illusione mortifera.

Di cose, di beni, di proprietà, di denaro, si muore. Si muore agli altri, alla comunione, al buon senso. E l'accumulo crea i più irresistibili legami con il contingente e con l'effimero. I beni ci sembrano l'essenziale e sono il superfluo. S. Paolo ci avverte: "Quando abbiamo di che mangiare e di che coprirci, accontentiamoci" (1 Tim. 6,8).
L'invito a un pane che sia quotidiano è l'invito a rivedere tutto il nostro sistema di bisogni. È l'invito ad un'ascesi del desiderio. L'obiettivo del Vangelo non è negare il desiderio, ma renderlo essenziale.
tutti noi abbiamo risolto il problema del necessario e ci battiamo con caparbietà per il superfluo, l'effimero: le cose, i viaggi, le vacanze, il vestito firmato, il compact-disc. E l'effimero è diventato più centrale e importante dell'essenziale.

la domanda del pane è un po' la preghiera di mendicanti. Solo loro non si danno pensiero per il domani, perché incalzati già dall'oggi. Solo loro vivono alla giornata. Ma altri sono mendicanti per amore, altri che hanno lasciato tutto, che si librano in un vuoto di vertigine: "e li mandò a due, a due, senza bisaccia, senza denaro, senza pane". Senza cose. Uomini. Unica ricchezza, una Parola che affascina e ferisce, che inquieta e che consola.

La proposta del Vangelo è quella di ridefinire i tuoi bisogni e i tuoi desideri. Perché?
Non perché Gesù Cristo ama la povertà, anzi Gesù e con i poveri contro la povertà, ma perché Gesù predica la condivisione; ma perché il tuo superfluo è il necessario di qual-

cuno. Con il costo medio del mantenimento di un bambino europeo si possono mantenere 60 bambini in India. E questo costo non è per il necessario.
Ma tutti noi siamo ossessionati dalle cose. Ci sta modificando tutti una "cultura delle cose", proposte come scorciatoia per la felicità. La pubblicità è questa creazione di bisogni illusori. Siamo ossessionati da un tipo di cultura che è cultura di cosa, non di relazioni.
Ridefiniamo i nostri desideri! E siccome la felicità è legata alla realizzazione dei desideri, sarà lei stessa sorprendentemente vicina e facile, quanto più essenziali e necessari saranno i desideri. Il mio cuore oggi ha il colore, ha la qualità dei miei desideri.

ALLEGATO 1

Ingredienti:	*Lievito:*
Cottura:	*Prodotto finito:*

ARIA NUOVA!

- SCHEDA 2 -

OBIETTIVO

Aiutare gli educatori e i ragazzi a fare memoria di ciò che, nella loro esperienza di comunità, ha il buon profumo di Cristo. Non secondo un processo di astrazione ma attraverso un esercizio di concretezza che parta dalla propria autobiografia.

Brano biblico *Mc 9, 2-10*
Sei giorni dopo, 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.

MATERIALI

- un pezzo di pane per ciascun ragazzo;
- diverse erbe aromatiche.

SVOLGIMENTO

Proponiamo che l'incontro abbia inizio con un'esperienza *"sensoriale"* da attuare nelle possibilità e secondo le norme igienico-sanitarie che si renderanno necessarie.
Gli educatori predisporranno per ogni ragazzo un pezzo di pane abbastanza grande e possibilmente caldo, in modo che possa emanare la sua caratteristica fragranza. Al momento dell'incontro, dopo che i ragazzi avranno preso posto, verrà loro distribuito il pane (in confezioni singole) che i ragazzi dovranno annusare (senza togliere le mascherine!). Questa esperienza, seppur banale, può rappresentare un potente mezzo per entrare nel tema dell'incontro. Si legge il testo seguente tratto dallo studio su pane e corpo scritto da Predrag Matvejevi:

"Il suo profumo è quello che più si distingue. Non raggiunge solo le narici, ma per loro tramite s'introduce nel nostro corpo, lasciando la sua traccia. E vi resta insieme con i ricordi acquisiti in famiglia e nel paese natio, nell'infanzia e in gioventù" (*Predrag Matvejevi, "Pane nostro"*).

Provocati da questo testo si può procedere con una prima risonanza tra i ragazzi chiedendo loro:
"Stimolati dal profumo che avete sentito, raccontate un'immagine che esso riporta alla vostra memoria".
Si abbia cura che i racconti siano realmente concreti e autobiografici. Il senso dell'olfatto ha una profonda connotazione autobiografica.
Un'esperienza vissuta anche nella sua dimensione olfattiva si lega indissolubilmente alla nostra memoria emotiva. Nel corso della vita il riassaporare quel determinato profumo produrrà inevitabilmente il riaffiorare di quel ricordo, con le relative emozioni provate. Questo meccanismo è tipico dei tre sensi che richiedono la *prossimità* (olfatto, gusto, tatto) e non della vista e dell'udito che invece permettono di conoscere il mondo *a distanza*. Curiosamente, non solo in tempo di pandemia ma negli ultimi anni, *l'analfabetismo emozionale* si è sempre più diffuso a seguito di una preponderanza di questi due sensi sugli altri. Ma ciò che rende l'olfatto del tutto peculiare è che "non si può scegliere di non sentire un odore" sia esso piacevole o no. Questo perché gli odori, le particelle che li veicolano, si legano all'aria che respiriamo inevitabilmente diventando, in un certo senso, parte di noi.
Dopo aver attirato l'attenzione dei ragazzi sul fatto che uno stesso profumo possa essere interpretato in un modo estremamente soggettivo da ognuno, si può passare al secondo passaggio dell'incontro che si ripropone di porre l'attenzione sull'esperienza che ciascuno fa della vita comunitaria come Chiesa.
Partendo dall'immagine dell'*Aprire le finestre per far cambiare aria!* che così spesso abbiamo ripetuto in questo periodo… si può introdurre il vangelo domenicale della trasfigurazione. In questa pericope la prospettiva non è di chi "sta dentro" e deve far cambiare aria, ma è di chi "sta fuori" e, attraverso le imposte spalancate, sente nell'aria un buon profumo che accende in lui il desiderio (pensiamo a quando all'ora di pranzo passiamo davanti ad un fornaio e all'acquolina che subito si forma nella nostra bocca…). Nel brano di Marco, la finestra che si spalanca sulla gloria del Regno dei Cieli fa nascere in Pietro il desiderio di restare lì.
Chiediamo a questo punto ai ragazzi di condividere nel gruppo quei momenti che, come nell'esperienza del pane fatta nei minuti precedenti, hanno fatto "profumare" la loro esperienza di Chiesa di quell'olezzo che, come dice Paolo nella lettera ai Corinti "noi siamo dinanzi a Dio il profumo di Cristo" (2 Cor 2, 15). Con delle domande di questo tipo.

- Che profumo ha oggi la tua esperienza di Chiesa?
- Cosa si respira nel tuo gruppo, nella tua parrocchia, nella tua comunità?
- Cosa si potrebbe fare per "cambiare aria"?
- Cosa può condurci sul monte per far "trasfigurare" questa esperienza e darci un assaggio di una Chiesa nuova?

Per concludere, occorre *tornare alla concretezza*, Gesù non resta sul monte, ma torna tra la gente mischiando il suo profumo con gli odori delle persone, dei luoghi che abitano, delle loro vite. Nella vita dei ragazzi, siamo come educatori non solo capaci di indicare una direzione ma anche di percorrerla al loro fianco, proponendo esperienze che profumino di vita, di senso, di Vangelo? Questo è lo stile di Gesù.

CUM PANIS

Gli educatori sceglieranno un'erba aromatica da consegnare a tutti i ragazzi. Il suo profumo sarà legato al ricordo di questo incontro e i ragazzi, durante la settimana potranno scegliere di donare questo mazzetto ad una persona che nella loro vita ha rappresentato un "testimone profumato": qualcuno che è stato al loro fianco in un momento difficile, un caro amico, una guida accogliente. Si potrebbe imbucare nella loro posta una semplice busta con le foglioline e anche solo un "grazie".

APPROFONDIMENTI

- Josè Tolentino Mendoça, *La mistica dell'istante*. Vita e Pensiero, Galli Edizioni S.R.L. Varese 2020

Un pizzico di sale…
Accendere una luce, rendere differente un incontro, associare alla preghiera una passeggiata senza tempo, soffermarsi di colpo ad aspirare il profumo dell'istante: forse la costruzione quotidiana di un itinerario credente passa più da queste che da altre cose. Sono piccole epifanie della grazia, e tuttavia traducono intensamente la vita. La spiritualità ha bisogno di finestre aperte, perché ha la tendenza a ripiegarsi rapidamente su se stessa, allontanandosi dal vento libero dello spirito. Ha bisogno di ventate di sorpresa che ci dicano: "ringrazia la danza luminosa del mondo intorno a te"; "è quando dai la vita che essa diventa tua"; "non rinunciare alla luce".
preoccuparsi del profumo potrebbe apparire ludico o frivolo punto ma penso a quello che Chesterton nella sua *Ortodossia*: "la serietà non è una virtù". e proseguiva: "è più facile scrivere un articolo per il *Times* che un buon motto di spirito per il *punch*. La solennità discende dagli uomini naturalmente; Il riso è uno slancio. È facile essere pesanti, difficile essere leggeri". Anche qui lo *humour* apre le porte alla saggezza.

AL GUSTO DI ...

- SCHEDA 3 -

OBIETTIVO

Aiutare i ragazzi a comprendere il significato di gustare la vita, e a come sia possibile renderla saporita, interessante.

Brano biblico *Gv 2, 13-25*

Si avvicinava intanto 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 dal 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.

MATERIALI

- cartellone e pennarelli;
- un sacchetto di sale per ciascun ragazzo.

SVOLGIMENTO

Il sapore è un'esperienza interiore, affettiva. Mette in relazione con se stessi. Rivela a se stessi una realtà, la fa conoscere, tanto da procurare piacere o fastidio, accoglienza o rifiuto. Mangiare è anche l'esercizio della scoperta e dei sapori, dell'incontro con la cultura. La ricerca del gusto è un'attività profonda di assimilazione, di appartenenza; contribuisce alla definizione dell'identità e alla maturità.

Il gusto si suddivide in 4 categorie: dolce, salato, aspro, amaro. All'inizio dell'incontro, l'educatore divide i ragazzi in 4 gruppetti, affidando a ciascuno uno degli elementi del gusto. Quindi, enumera la prima categoria (ad es. dolce) e, partendo dal gruppetto che la rappresenta, chiede di nominare cibi e alimenti che hanno quel gusto. Ogni gruppetto ne dice uno e si passa all'altro gruppetto e così via. Al secondo errore si viene eliminati. Ogni gruppetto ha 5 secondi per rispondere. Non si possono dire alimenti già indicati precedentemente. L'educatore scrive su un cartellone i cibi che vengono detti

nella riga corrispondente al gusto. Quindi si passa all'altra categoria fino alla quarta. E così i ragazzi prendono visione e consapevolezza della variegata gamma di cibi e alimenti assimilati a un determinato gusto. È un modo per ritornare al gusto, per non restare in superficie, ma entrare dentro la realtà, sentirne l'essenza, evidenziando ciò che la distingue e caratterizza profondamente. Per questo, il sapore è strettamente legato al sapere. Capacità gustativa e attività cognitiva vengono richiamate dal desiderio, attivano i meccanismi della memoria, innescano l'intuizione, elevano il pensiero. Assaporare è riconoscere, e conoscere porta sapore alla propria azione. Il desiderio, come il gusto e la mente, non si sazia, si approfondisce.
Si propone la lettura del racconto riportato di seguito, in modo da continuare il confronto con i ragazzi su quali piatti o pietanze evocano in loro ricordi, situazioni, eventi che hanno segnato il loro percorso di crescita.

"Un vecchio contadino calabrese, dovendo sottoporsi a una serie di visite mediche, va a trovare il figlio avvocato che vive a Milano. Lo scontro tra campagna e città non potrebbe essere più forte. Quell'uomo anziano e legato alla terra si sente strappato dalle sue radici e si stupisce di come il figlio possa sopportare quella vita, quel ritmo estenuante, quel palazzo dove i vicini non si conoscono, quel cibo senza sapore. Una sera in cui la nuora è in viaggio e il figlio torna a casa soltanto all'ora di cena, il vecchio decide di fargli una sorpresa. Quando si siedono a mangiare, i piatti sono già a tavola, ben coperti per tenerli in caldo, e il figlio, ancor prima di parlare, ne scopre il contenuto attraverso l'odore: quell'odore noto, ma inclassificabile; vecchio e caro. Quell'odore … Era pane fritto, meravigliosa frittata di pane contadina, condita con basilico ed erbe genuine che il vecchio, in mezzo alla confusione della città, aveva scovato grazie al suo olfatto in un negozietto un po' nascosto. Mentre il figlio mangia, si apre lentamente una porta nella sua memoria. E alla sua mente accorrono pastori e castagneti, falò nei campi e canzoni, appetiti infantili e mani materne. D'improvviso il padre comincia a parlare in dialetto calabrese e lui gli va dietro. Sono ore felici come non ce n'erano state da quando i due si erano ritrovati. E alla fine della cena, prima di darsi la buonanotte, si salutano con un abbraccio. Un abbraccio forte, che manifesta una complicità affettiva rinnovata. Questa storia la racconta Josè Luis Sampedro nel romanzo *il sorriso etrusco*, e mostra come il sapore dei piatti familiari e locali rappresenti la possibilità ultima di un legame con le origini".
(José Tolentino Mendonça," La mistica dell'istante", Vita e Pensiero, Galli Edizioni S.R.L. Varese 2020, p. 71)

A questo punto, l'educatore fa sistemare i ragazzi come si fossero al ristorante. Immaginando di essere attorno ad una lunga tavolata, o dislocati su più tavoli. È importante mantenere il distanziamento fisico, ed essere su due file, l'una di fronte all'altra, come attorno ad un tavolo (che non deve esserci). L'educatore chiede a ciascuno dei ragazzi di ordinare una portata, solo una (ad es. pizza capricciosa, oppure spaghetti alla marinara, oppure una fiorentina). L'educatore prende l'ordine e dopo poco "consegna" a ciascuno ciò che aveva ordinato, ripetendo la portata e facendo il gesto di appoggiare il piatto sul tavolo. L'invito, precedentemente esplicitato ai ragazzi, è di comportarsi come se per davvero avessero davanti il piatto ordinato e di vivere la lentezza che si deve a questo momento. Quindi, cominceranno a riferire esclamazioni di gioia al vedere la portata, a sentire il buon profumo, ecc. Quando tutti hanno ricevuto quello che avevano ordinato, inizia la cena. Ciascuno descrive quello che sta mangiando, degustando e descrivendo … Tutti intervengono in ordine sparso: evidenziano i vari ingredienti, il gusto che provano. Si fanno apprezzamenti su quello che sta mangiando l'altro, o domande sulla portata ordinata. Così si unisce il sapore al sapere, il cibo alle parole, il mangiare

all'incontro. Durante la cena i ragazzi potranno chiedere all'educatore qualcosa da bere e verrà loro servito (sempre in modo immaginario). Quindi degusteranno un buon vino o una birra, ecc … Quando la cena terminata, l'educatore riflette con i ragazzi sull'importanza dell'aver gustato senza divorare, dell'aver assaporato e ascoltato, sull'importanza dell'aver condiviso non solo la tavola, ma anche pensieri, parole, significati. A tal proposito può essere d'aiuto all'educatore il testo seguente.
(*Sarebbe bello che durante la settimana si organizzasse davvero la cena: ciascuno a casa propria prepara il pasto, e poi, lo si mangia insieme collegati su una piattaforma digitale*).

"Ma quand'è che gustiamo? Gustiamo quando smettiamo il mero esercizio di divorazione del mondo; quando sopraggiunge una lentezza interiore; quando contempliamo con le papille gustative; quando il nostro corpo contempla; quando, tutto concentrato, esso osserva, si sorprende, intravede e avvicina il segreto, lasciando che quella sorta di epifania si riveli. Il sapore è una forma di intimità che presuppone sempre un contatto profondo. Possiamo apprezzare, valutare, distinguere le cose che rimangono esterne; il sapore implica invece sempre una relazione totale. Non c'è fretta. Più squisito è il cibo al nostro palato, più piccole saranno le porzioni in cui lo divideremo, per prolungare quell'istante. Nella più piccola porzione sentiamo il massimo del sapore, in quella minuscola briciola cogliamo il massimo della dolcezza. Non si tratta soltanto di saziare lo stomaco, né di placare frettolosamente la fame".

(José Tolentino Mendonça, La mistica dell'istante, Vita e Pensiero, Galli Edizioni S.R.L. Varese 2020, p. 74)

Anche Gesù nei vangeli viene presentato a mangiare con i discepoli, con i peccatori, con i farisei e ogni volta fa di quel momento conviviale un'occasione di annuncio di senso, un gesto di salvezza, un'offerta di amore, fino al dono di se stesso, della sua stessa vita. I pasti sono per Gesù il segno del suo progetto di unità e di fraternità, del Regno di Dio che diventa possibilità di comunione per tutti.

L'educatore invita i ragazzi a riflettere su quale sia il gusto della propria vita, paragonandolo a una pietanza. Una volta evidenziate le caratteristiche essenziali, ciascuno lo presenta al gruppo. E' un modo per essere consapevoli di cosa sa, di cosa è fatta la propria vita, di come sia appetibile, desiderabile.
L'educatore, conclude, ricordando le parole di Gesù: "Voi siete il sale della terra; ma se il sale perdesse il sapore, con che cosa lo si potrà render salato? A null'altro serve che ad essere gettato via e calpestato dagli uomini" (*Mt 5, 13*). C'è un'ultima categoria del gusto, l'***umam***i, che in giapponese significa saporito, un gusto lieve e persistente che arrotonda i sapori. È la categoria dell'incontro, della relazione, dell'esser con, dell'essere per. Questa unifica e orienta la vita, aggiunge sapore a tutto ciò che si è e si fa.
Al termine dell'incontro, l'educatore consegna a ciascuno un sacchetto con del sale dentro, segno di quel di più, del meglio, che i ragazzi devono mettere nel loro quotidiano.

CUM PANIS

Riattiva le capacità relazionali, dai spazio al desiderio dell'altro. Cerca di praticare l'ospitalità facendoti accanto a un tuo amico, dedicandogli un po' del tuo tempo. Rifletti con lui su un argomento, un tema (lettura da un libro o proposta di un video significativo) che possa arricchire entrambi.

CON-TATTO

- SCHEDA 4 -

OBIETTIVO

aiutare i ragazzi a comprendere da quale "*impasto*" è costituita la loro vita e se c'è concretezza nell'essere "*pane spezzato*" per gli altri.

Brano biblico *Gv 3, 14-21*

E 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.

MATERIALI

- video proiettore;
- filmato (allegato 1);
- cartellone;
- fogli bianchi per ciascun ragazzo;
- pennarelli colorati;
- bacinelle per ciascun ragazzo;
- ingredienti per impasto (allegato 2);

SVOLGIMENTO

L'incontro inizia mostrando ai ragazzi il video dell'iniziativa "Pane sospeso" (allegato 1). La visione del video serve ad introdurre il gruppo alla tematica: "*farsi pane*" per gli altri toccando con mano la fragilità di chi ci è accanto.
Nell'immaginario collettivo, la figura del panettiere è spesso associata ad un'immagine grezza, priva di delicatezza e cura. Al contrario invece, questo mestiere è tra quelli che più vi richiedono gentilezza nei gesti e nella manipolazione, tatto e attenzione ai movimenti, alle consistenze; tutto ciò permette alla materia di trasformarsi per donarsi, di cambiare aspetto e diventare sostentamento per tutti. Così anche Dio, spesso temuto e considerato poco attento alle nostre vite delicate, ha deciso di donare il suo Amore e la sua Cura per noi attraverso la venuta al mondo del Suo figlio, Gesù Vero Pane, colui che trasforma le vite toccando il cuore.
Per accompagnare i ragazzi nel comprendere l'importanza di questo gesto e la bellezza

che lo contraddistingue, questi sono chiamati a diventare *panettieri per una sera*; prima di mettere le mani in pasta però, dovranno costruire tutti insieme la ricetta perfetta per ottenere il pane.
L'educatore predispone un cartellone al centro della stanza in cui si tiene l'incontro in modo da essere visibile a tutti; tutti i giovanissimi, guidati dall'educatore, dovranno scrivere sul cartellone la ricetta e il procedimento originale per impastare il pane (allegato 2). Man mano che gli ingredienti vengono elencati, l'educatore li posiziona su un tavolo.
Subito dopo l'educatore distribuisce ad ogni ragazzo una bacinella e versa tutti gli ingredienti necessari ma in dosi differenti, calibrate per ciascuno "ad occhio". I ragazzi dovranno così impastare gli ingredienti ricevuti nella bacinella: osserveranno che tutti gli impasti, man mano, prenderanno consistenze differenti (un impasto sarà più acquoso; uno più denso; ecc.). L'educatore invita i ragazzi a descrivere come l'impasto si presenta al tatto, facendo rilevare le differenze di percezione e di sensibilità. L'impasto ottenuto sarà lasciato nella bacinella e ogni ragazzo potrà portarlo a casa a fine incontro.
Al termine di questa attività i ragazzi saranno invitati a scrivere la propria ricetta personale del pane, su un foglio bianco distribuito dall'educatore, attribuendo a ciascun ingrediente reale della ricetta, un ingrediente importante della propria vita (es. farina=famiglia, acqua=amici, olio=passioni, sale=Dio, ecc.) ed indicarne le quantità. Inoltre, dovranno scrivere il procedimento corretto per ottenere un buon impasto e quindi un buon pane (es. mescolare l'amore della famiglia con l'affetto degli amici, aggiungere un pizzico di zucchero…).
Dopo aver prodotto la ricetta, i ragazzi con l'aiuto degli educatori dovranno riflettere e scrivere perché quelli scelti sono gli ingredienti della propria vita, quelli che la rendono un buon impasto, dalla giusta consistenza. Dopo una breve condivisione delle ricette di ciascuno, si può riflettere sull'importanza degli ingredienti che donano consistenza alla vita e sull'importanza di lavorare energicamente l'impasto per renderlo della giusta consistenza che è dettata anche dall'equilibrio degli ingredienti (*vedi approfondimento 1*).
L'educatore pone l'attenzione sul fatto che ciascuno è chiamato a metterci del proprio per amalgamare bene gli ingredienti: infatti è il ragazzo che sceglie gli ingredienti, le dosi, ma è la sua forza, il suo tocco che rende l'impasto consistente.
Perché gli impasti creati con gli ingredienti versati dagli educatori avevano consistenze differenti? Perché non vi era un corretto equilibrio, perché gli ingredienti sono stati aggiunti senza cura, sono stati assegnati e non scelti dai ragazzi.
L'educatore aiuta i ragazzi a riflettere sull'importanza del tempo della "*lievitazione*" (*vedi approfondimento 2*): senza questo tempo di maturazione dell'impasto, il risultato finale non sarebbe ottimale, non sarebbe mangiabile, potrebbe far male allo stomaco; così è necessario per la nostra crescita, non solo nella fede, portare pazienza, maturare, affinché noi stessi diventiamo pane buono e profumato per gli altri (*vedi approfondimento 3*).
Per concludere l'incontro, l'educatore legge un piccolo passo contenuto nell'allegato 3.

CUM PANIS

Durante la settimana i ragazzi dovranno realizzare un video tutorial in cui spiegheranno come creare l'impasto del *Pane Buono* con il giusto con-tatto, utilizzando la loro personale ricetta. Nel video dovranno non solo indicare a quali valori corrispondono per loro gli ingredienti utilizzati, ma dovranno anche impegnarsi nel condividere la ricetta invitando altri tre compagni a ripeterla trovando i loro ingredienti. Con gli stessi si impegneranno ad avere un maggiore con-tatto e a farsi pane per loro. (*vedi approfondimento 4*).

ALLEGATO 1

https://youtu.be/CL7nb0elyhM

ALLEGATO 2

- 600 g farina 00
- 400 g farina manitoba
- 800 g acqua tiepida
- 15 g di lievito di birra
- 30 g di sale fino
- olio extravergine di olive Q.B.

PROCEDIMENTO: sciogliere il lievito in poca acqua con lo zucchero; aggiungere poco alla volta farina, sale, olio; versare poco alla volta l'acqua. Impastare energicamente fino a che il composto non diventa tondo e liscio; coprire l'impasto con un canovaccio umido e lasciare lievitare per 2 h nel forno spento. Trasferire l'impasto nello stampo e lasciare lievitare altre 2 h. Infornare nel forno preriscaldato a 200° ventilato, per 40 min. circa.

ALLEGATO 3

Predrag Matvejevi, *Pane nostro*, Garzanti 2010

"Non si dimentica neanche il contatto con il pane. Se la crosta è dolce o ruvida, e la mollica morbida o compatta. In che modo le dita e la mano intera lo afferrano e lo tengono o lo spezzano. A chi e quando lo offriamo. Come e dove lo impastiamo. «Bisogna tirarlo su da terra», consigliavano un tempo le madri ai bambini, invitandoli inoltre a baciarlo. Le mani sono quelle più impegnate nella preparazione: seminano, falciano, impastano, separano nel vaglio il grano dalla pula, e nello staccio la farina dalla crusca, introducono la pasta nel forno e ne estraggono le forme del pane. Le mani che hanno impastato a lungo e spesso la farina diventano agili e tenere, più delicate di com'erano prima. Nonostante la fatica impiegata e la pressione esercitata, sulle loro palme non spuntano i calli. E sono invece in grado di accarezzare e benedire, meglio di altre mani".

APPROFONDIMENTI

1. Josè Tolentino Mendoça, *La mistica dell'istante*. Vita e Pensiero, Galli Edizioni S.R.L. Varese 2020, pp. 51-70

Possiamo descrivere il tatto come un produttore e un decodificatore di linguaggi, che seducono e respingono, interrompono e prolungano, accarezzano e isolano (o viceversa). […] La vita è completamente tattile. Non è possibile riprodurla in serie, né trovarla già fatta. La vita richiede la pazienza del vasaio, il quale, per realizzare un vaso che lo soddisfi, ne fa 200 solo per affinare il gesto, l'abilità, per verificare l'idea. O richiede la speranza di chi fa e rifà in un fiducioso susseguirsi di inizi. […]
Michelangelo diceva che le sue sculture non nascevano da un processo di invenzione,

ma di liberazione. Guardava i blocchi di pietra, completamente grezza, e riusciva a vedere le eccezionali immagini in cui potevano trasformarsi. Per questo, descrivendo il suo lavoro, Michelangelo spiegava: "Quello che faccio è liberare". Sono convinto che le grandi opere di creazione (che sia artistica o semplicemente umana) nascano da un processo simile, per il quale non trovo espressione migliore di questa: esercizio di speranza. La vita con la V maiuscola, quella degna di questo nome, non è altro che un'operazione speranzosa e nella maggior parte dei casi molto rischiosa. Se manca la speranza, ci accorgiamo solo della pietra, del suo carattere grezzo, dell'ostacolo sfiancante e insormontabile. La speranza può aprire uno spiraglio e mostrare, al di là delle condizioni ostili, la ricchezza delle possibilità ancora nascoste. La speranza è capace di dialogare con il futuro e di avvicinarlo. La nostra esistenza, dall'inizio alla fine, è una professione di fede nella speranza. Ogni cosa, ognuno di noi, non è né più né meno che cammino, esperienza e indagine dell'incompleto. I capolavori non nascono da soli: sono il frutto di questa gestazione paziente e lentissima in cui siamo immersi, piena di alterazioni e di fatiche, dove le notti nere sono più dei dolci chiarori. Ma senza la speranza i capolavori non esistono. Ciascuna delle opere di Michelangelo aveva senz'altro bisogno del marmo, ma anche di molta speranza. E come dimostrano le sue famose sculture degli schiavi esposte al Louvre, il marmo poteva anche non essere della miglior qualità. Ma la speranza non può mai scemare. Il seme, per dare il frutto, ha bisogno di qualcuno che per amore del viaggio, sia capace di aiutarlo a lasciare il porto. La pagina ha bisogno di qualcuno che corra il rischio di raccontare una storia. Nelle cose più piccole, come in quelle grandi, troviamo lo stesso richiamo alla speranza.

2. Josè Tolentino Mendoça, *La mistica dell'istante*. Vita e Pensiero, Galli Edizioni S.R.L. Varese 2020, pp. 51-70

La fede unisce necessariamente uno stato interrogativo, di incertezza, e uno stato di maturazione e di cammino. Non si tratta di una marcia nella piena evidenza, ma di un camminare a tentoni, quasi vedessimo l'invisibile, come recita la bella e ambiziosa espressione della lettera agli Ebrei (cfr. *Eb* 11, 27). E mostra, infine, che la tensione della fede si risolve in una promessa, in un abbraccio, in una danza. Non solo come realtà che si proietta verso un altrove, ma già nel qui e ora che assaporiamo.

3. Josè Tolentino Mendoça, *La mistica dell'istante*. Vita e Pensiero, Galli Edizioni S.R.L. Varese 2020, pp. 51-70

Una volta sfornato il pane, quando capisco come è la mia vita, da cosa è resa bella, cosa le dà consistenza, sono pronto a spezzare questo pane per gli altri? O decido di tenerlo solo per me?
Quando Gesù ha spezzato il pane, ha spezzato sé stesso per donarsi a ciascuno di noi: io per chi "spezzo la mia vita"?
Durante la consacrazione, la domenica a messa, al momento dello spezzare il pane, proviamo a vedere i volti delle persone per cui siamo disposti a spezzarci.

4. Josè Tolentino Mendoça, *La mistica dell'istante*. Vita e Pensiero, Galli Edizioni S.R.L. Varese 2020, pp. 51-70

A volte, quando non lasciamo che niente e nessuno ci tocchi, la difficoltà che abbiamo è con noi stessi. Il problema di fondo è che non riusciamo ad amarci, non ci piacciamo, non ci piace il nostro viso, il nostro corpo, la nostra età, la nostra cultura, quello che abbiamo non abbiamo, quello che sappiamo non sappiamo. Non apprezziamo, non amiamo. Siamo infelici. E succede che mascheriamo questa lacuna con un orgoglio o un'autosufficienza che nascondono soltanto (e male) la nostra fragilità profonda. Imparare ad amare se stessi è il lavoro di una vita intera. Un lavoro che non finisce mai. E non smettiamo mai di scoprire che cosa significhi. Quando amiamo noi stessi sappiamo amare anche gli altri. Ci prodighiamo in attenzioni e favori, ma questo non sempre è amore. Possiamo anche dare molto, senza però essere capaci di darci. Non di rado quello che pensiamo sia amore è una forma di potere sugli altri, un modo di averli in pugno, controllarli, manipolarli, ottenere ammirazione. Il vero amore è dare il nostro amore agli altri senza preoccuparci di quello che gli altri ne faranno.

APRI GLI OCCHI CROSTA O MOLLICA?

- SCHEDA 5 -

OBIETTIVO

Allenare lo sguardo a guardare oltre le apparenze, soffermandosi a vedere più in profondità.

Brano biblico *Gv 12, 20-33*

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.

MATERIALI

- oggetti particolari ed evidenti da indossare;
- un panino a ragazzo da consegnare al sottogruppo vincente;
- penne, foglio e\o blocchi appunti.

SVOLGIMENTO

Alla vista il pane si differenzia nei colori: la sua crosta talvolta è bruna e qualche volta più scura. Nel mezzo è chiara. Il pane bianco non è del tutto bianco, così come quello nero non è tutto nero, anche se continuano ad essere chiamati così. Anche la geometria influisce sul suo aspetto: il cerchio, il quadrato, il rettangolo, la sfera ecc... Questi aspetti descrivono la parte superficiale del pane, la crosta. Ma, come sappiamo, se si vuole guardare il pane nella sua interezza, occorre spezzarlo per capire come è fatto al suo interno. Questa analogia ci sollecita a riflettere sui diversi modi di guardare la realtà.

Per cogliere questo aspetto si propone la seguente attività:
I ragazzi si dividono in due sottogruppi. I sottogruppi avranno a disposizione 20 secondi

per osservare un ragazzo o una ragazza posto al centro, che per l'occasione indosserà alcuni oggetti particolari e di vari colori e forme (orecchini, bracciali, berretto ecc..).
Allo scadere del tempo il soggetto al centro esce dalla stanza e ogni sottogruppo dovrà annotare ciò che ha visto (massimo 120").
Tornati in plenaria, i due sottogruppi, attraverso un portavoce, raccontano quello che hanno scritto.
Il sottogruppo vincente è quello che ha evidenziato più elementi.
Il sottogruppo vincente riceverà un panino per ogni componente che, a fine incontro, verrà spezzato e condiviso con ciascun componente dell'altro sottogruppo.
L'educatore deve porre la riflessione sulla necessità di soffermarsi, perché solo quando ci soffermiamo iniziamo a vedere.

Soffermarsi ci introduce di per sé alla lentezza, perché non allude a un'osservazione qualunque: è un vedere da fermi, un rivedere forse più minuzioso del mero guardare; è un secondo sguardo, una nuova opportunità concessa non soltanto all'oggetto o alla vista, ma alla visibilità stessa. Gli sguardi fugaci e le occhiate superficiali non ci permettono di andare in profondità e svelare il senso delle cose e delle persone.
Per questo l'attività successiva sarà svolta a coppia: i ragazzi si soffermano a guardare chi gli sta difronte raccontando ciò che vedono in base alla relazione che li lega o alle sensazioni suscitate dagli sguardi.

Rientrando in gruppo, l'educatore porta l'attenzione sui comportamenti quotidiani: su cosa ci soffermiamo maggiormente? Siamo abituati ad osservare solo la superficie oppure andiamo più in profondità?
Ciascun ragazzo/a condivide quale sguardo lo caratterizza: quello che si ferma all'apparenza (prima attività) o quello che si sofferma (seconda attività)?
Anche nella vita spirituale è così: non possiamo considerare del tutto irrilevanti i dettagli; "Dio abita nei dettagli" ci ricorda il proverbio ebraico. Spesso quello che ci spinge è la cosa più ovvia e le cose più difficili da guardare sono quelle che abbiamo negli occhi: "si vede bene solo quando si vede il bene".
La fede è una grande scuola dello sguardo, di cui Cristo ne è il terapeuta: tende per noi il ponte che ci fa passare dal vedere al contemplare e dal semplice sguardo alla visione della fede.

CUM PANIS

Posare lo sguardo su una persona (familiare, compagno del gruppo, amico di scuola, vicino di casa...) o su una realtà che fa parte del mio quotidiano (scuola, parrocchia, quartiere, associazione), impegnandosi a trovare degli aspetti positivi, oltre ogni apparenza.

APPROFONDIMENTI

https://www.youtube.com/watch?v=viC0aPHigwg&feature=youtu.be

https://www.youtube.com/watch?v=xkg79ULXMr4