

V. I tre momenti del Giubileo e le parole chiave

Riconciliazione

9. Riscatto

9.1. Orizzonte tematico

Riscatto: è il riconoscimento della propria fragilità, che non va combattuta, ma accompagnata, lavata, come la ferita su un campo da calcio.

Ogni giovane, ogni persona vive in alcuni momenti della propria vita una svolta, l'esperienza del riscatto. Questo, innanzitutto, si sperimenta pienamente con il sacramento della riconciliazione, nel quale ci sentiamo amati oltremisura e oltremodo, perché non ci fermiamo e non ci immalinconiamo nelle nostre debolezze, ma riconosciamo con verità le prigioni della nostra vita e chi e cosa sono le nostre esperienze di liberazione e di salvezza.

Solo un cuore libero si lascia prendere per mano e rimettere in piedi, solo nell'ottica del dono si comprende la gratuità di un incontro e di un amore a prescindere, solo nell'essere libero è possibile vivere il perdono, solo nel sentirsi amati è possibile andare oltre sé stessi e riconoscere quei talenti che divenuti frutti ci rendono belli, buoni e bravi. Sei fatto per amare e non per identificarti col tuo fallimento, per camminare e non per restare a guardare le ferite delle tue cadute. La tua vita è generativa nonostante le diverse esperienze di "orfanezza" che potrai fare.

9.2. Domande per la riflessione

- Fai memoria di un'esperienza in cui ti sentivi prigioniero e sei stato liberato.
- Hai sperimentato il perdono dato o ricevuto? Come ti senti dopo aver vissuto il sacramento della riconciliazione?
- Riconosci le tue debolezze come un ostacolo oppure, quando le vedi amate, diventano generative?
- Sai riconoscere con verità le prigioni della tua vita e chi/cosa potrebbe costituire per te invece un'esperienza di liberazione e di salvezza?
- Ti senti amato oltremisura e oltremodo nel sacramento della riconciliazione? O lo vivi come un peso?
- Sei solito identificarti con i tuoi fallimenti, piangerti addosso restando a guardare le ferite delle tue cadute piuttosto che lasciarti amare anche e soprattutto nei fallimenti?

9.3. Lectio

Dal Libro di Isciaia (43, 1-7)

*Ora così dice il Signore che ti ha creato, o Giacobbe,
che ti ha plasmato, o Israele:
"Non temere, perché io ti ho riscattato,
ti ho chiamato per nome: tu mi appartieni.
Se dovrai attraversare le acque, sarò con te,
i fiumi non ti sommergeranno;
se dovrai passare in mezzo al fuoco, non ti scotterai,
la fiamma non ti potrà bruciare,
poiché io sono il Signore, tuo Dio,
il Santo d'Israele, il tuo salvatore.
Io do l'Egitto come prezzo per il tuo riscatto,
l'Etiopia e Seba al tuo posto.
Perché tu sei prezioso ai miei occhi,
perché sei degno di stima e io ti amo,
do uomini al tuo posto
e nazioni in cambio della tua vita.
Non temere, perché io sono con te;
dall'oriente farò venire la tua stirpe,
dall'occidente io ti radunerò.
Dirò al settentrione: "Restituisci",
e al mezzogiorno: "Non trattenerne;
fa' tornare i miei figli da lontano
e le mie figlie dall'estremità della terra,
quelli che portano il mio nome
e che per la mia gloria ho creato
e plasmato e anche formato".*

Riscatto. A questa parola associamo, generalmente, la richiesta di un uomo o di un gruppo di uomini che, tenendo un ostaggio con sé, chiedono che venga loro consegnato qualcosa per avere in cambio la liberazione del prigioniero. In genere, questa realtà poco ha a che fare con la speranza perché, a ben vedere, non possiamo che ritenerla una profonda ingiustizia alla quale nessuno è disposto a cedere con cuore leggero. Giustamente ci si pone tante domande: infatti, il desiderio di vedere tornare la persona da salvare si scontra con la consapevolezza che dare quanto richiesto diventi un pericoloso incoraggiamento ad azioni simili e, inoltre, potrebbe alimentare e rafforzare le risorse di coloro che delinquono. Tuttavia, il riscatto di cui noi parliamo è di tutt'altro genere. È un riscatto pieno di speranza, un riscatto che non dipende dalle nostre capacità e che per noi è totalmente gratuito, al punto da poter dare una liberazione totale. Si tratta del riscatto che Dio stesso ha pagato per ognuno di noi. Qualcuno potrebbe obiettare: quando mai sono stato ostaggio di qualcuno? In realtà ciascuno di noi è stato almeno qualche volta "ostaggio" di un giudizio troppo severo con se stesso, oppure

del punto di vista degli altri, dei risultati e, infine, del peccato. Spesso siamo rapiti da queste realtà e la richiesta di riscatto ci sembra impossibile da soddisfare. Non abbiamo le forze, le disponibilità e le capacità per poterlo fare. Eppure, un riscattatore non solo c'è, ma c'è stato e sempre ci sarà: è il Signore Gesù. È proprio il Signore Gesù che davanti alle nostre rigidità, al nostro sguardo giudicante (spesso su noi stessi), al nostro essere eccessivamente preoccupati di cosa pensano gli altri, dichiara:

*«Tu sei prezioso ai miei occhi,
perché sei degno di stima e io ti amo,
do uomini al tuo posto
e nazioni in cambio della tua vita» (Is 43,4).*

E chi sono gli uomini dati al nostro posto? «Ecce homo» (Gv 19,5): l'uomo che si offre per noi e nel quale ognuno può riconoscere la salvezza; e quali nazioni? «Meglio che muoia un solo uomo per il popolo e non perisca la nazione intera» (Gv 11,50). Capiamo allora che al nostro posto è data la vita stessa di Cristo. E questo ci ricorda che Dio ci considera ben al di sopra di un prezzo che ci è stato addossato: Lui pensa che noi valiamo il Suo Sangue. È soltanto questa consapevolezza che veramente ci può dare quella libertà così profonda che, in ogni situazione della vita, può finalmente farci sperare contro ogni speranza. Perché colui che ci ha creato e plasmato, riconosce la nostra preziosità e non ha paura di donare tutta la sua vita per noi: un bene così totale non potrà che scatenare una tempesta di speranza. Per questo, ogni volta che ci sentiamo giudicati possiamo guardare la Croce e lasciarci liberare da Colui che non ci giudica implacabilmente, ma che ci ama immensamente; ogni volta che ci sentiamo falliti possiamo guardare la Croce e lasciarci incoraggiare da Colui che fa Suo il nostro fallimento, per ricordarci che la nostra verità non consiste in ciò che compiamo, ma nel modo in cui Lui ci guarda; ogni volta che non ci sentiamo buoni possiamo guardare la Croce, e lasciarci guardare da Colui che pensa che siamo così meravigliosi da giocarsi tutto per ciascuno di noi.

9.4. Testimonianza

Accoglienza, forza che libera di Marcello Galiffi

<https://www.italiacaritas.it/blog/2024/05/17/accoglienza-forza-che-libera/>

9.5. Selezioni musicali

REDEMPTION SONG (Bob Marley, 1980)

*Old pirates, yes, they rob I;
Sold I to the merchant ships,
Minutes after they took I
From the bottomless pit.
But my hand was made strong
By the 'and of the Almighty.
We forward in this generation
Triumphantly.
Won't you help to sing
These songs of freedom? -
'Cause all I ever have:
Redemption songs;
Redemption songs.*

*Emancipate yourselves from mental
slavery;
None but ourselves can free our minds.
Have no fear for atomic energy,
'Cause none of them can stop the time.
How long shall they kill our prophets,
While we stand aside and look? Ooh!
Some say it's just a part of it:
We've got to fulfil the book.*

*Won't you help to sing
These songs of freedom? -
'Cause all I ever have:
Redemption songs;
Redemption songs;
Redemption songs.
Emancipate yourselves from mental
slavery;
None but ourselves can free our mind.
Wo! Have no fear for atomic energy,
'Cause none of them-a can-a stop-a the
time.
How long shall they kill our prophets,
While we stand aside and look?
Yes, some say it's just a part of it:
We've got to fulfil de book.
Won't you help to sing
These songs of freedom? -*

CANTO DI REDENZIONE

*Vecchi pirati, sì, mi hanno rapito
Mi hanno venduto alle navi di mercanti
Qualche minuto dopo avermi tolto
Dall'inferno senza fondo
Ma la mia mano venne fortificata
Dalla mano dell'onnipotente
Progrediamo in questa generazione
In modo trionfante
Non mi aiuterai a cantare
Questi canti di libertà?
Perché tutto quel che ho sempre avuto
Sono i canti di redenzione,
canti di redenzione*

*Emancipatevi dalla schiavitù mentale
Solo noi stessi possiamo liberare la nostra mente
Non aver paura dell'energia atomica
Perché nessuno di loro può fermare il tempo
Per quanto ancora dovranno uccidere i nostri
profeti,
Mentre stiamo da parte e guardiamo? Ooh!
Alcuni dicono che è solo una parte di questo:
Dobbiamo adempiere al libro*

*Non mi aiuterai a cantare
Questi canti di libertà?
Perché tutto quel che ho sempre avuto
Sono i canti di redenzione,
canti di redenzione
canti di redenzione
Emancipatevi dalla schiavitù mentale
Solo noi stessi possiamo liberare la nostra mente
Non aver paura dell'energia atomica
Perché nessuno di loro può fermare il tempo
Per quanto ancora dovranno uccidere i nostri
profeti,
Mentre stiamo da parte e guardiamo?
Sì, alcuni dicono che è solo una parte di questo:
Dobbiamo adempiere al libro
Non mi aiuterai a cantare
Questi canti di libertà?*

'Cause all I ever had:
Redemption songs -
All I ever had:
Redemption songs:
These songs of freedom,
Songs of freedom.

Perché tutto quel che ho sempre avuto:
Canti di redenzione,
Tutto quel che ho sempre avuto
Sono i canti di redenzione
Questi canti di libertà,
Canti di libertà

Analisi del testo: è una ballata che tratta di libertà, ma non una semplice libertà fisica, piuttosto di una libertà astratta, mentale, da raggiungere con consapevolezza e da far raggiungere anche a chi si ha intorno. Le parole si riferiscono a una condizione di schiavitù mentale dell'intera umanità: una condizione inaccettabile e da cui fuggire. Solo l'uomo stesso è in grado di liberarsi dalle sue paure per andare incontro al futuro. «Compiere ciò che è scritto». Si tratta di una condizione opprimente dello spirito da cui è necessario evadere.

 **RISE UP**
(Andra Day, 2015)

*You're broken down and tired
Of living life on a merry-go-round
And you can't find the fighter
But I see it in you so we gonna walk it out
And move mountains
We gonna walk it out
And move mountains*

*And I'll rise up
I'll rise like the day
I'll rise up
I'll rise unafraid
I'll rise up
And I'll do it a thousand times again
And I'll rise up
High like the waves
I'll rise up
In spite of the ache
I'll rise up
And I'll do it a thousands times again
For you [x4]*

*When the silence isn't quiet
And it feels like it's getting hard to
breathe
And I know you feel like dying
But I promise we'll take the world to its*

SORGERÒ

*Sei abbattuto e stanco
Di vivere la vita su una giostra
E non riesci a trovare il combattente
Ma io lo vedo in te quindi lo tireremo fuori
E smuoveremo le montagne
Lo tireremo fuori
E smuoveremo le montagne*

*E sorgerò
Sorgerò come il giorno
Sorgerò
Sorgerò senza paura
Sorgerò
E lo farò mille volte ancora
E sorgerò
In alto come le onde
Sorgerò
Nonostante il dolore
Sorgerò
E lo rifarò mille volte ancora
Per te*

*Quando il silenzio non è tranquillo
E sembra che stia diventando difficile
respirare
E so che ti senti come se stessi morendo
Ma ti prometto che porteremo il mondo*

feet
And move mountains
We gonna walk it out
And move mountains
And I'll rise up
I'll rise like the day
I'll rise up
I'll rise unafraid
I'll rise up
And I'll do it a thousand times again
For you [x4]

All we need, all we need is hope
And for that we have each other
And for that we have each other
We will rise
We will rise
We'll rise, ohh ohhh
We'll rise

I'll rise up
Rise like the day
I'll rise up
In spite of the ache
I will rise a thousands times again
And we'll rise up
Rise like the waves
We'll rise up
In spite of the ache
We'll rise up
And we'll do it a thousands times again

ai suoi piedi
E smuoveremo le montagne
Lo tireremo fuori
E smuoveremo le montagne
E sorgerò
Sorgerò come il giorno
Sorgerò
Sorgerò senza paura
Sorgerò
E lo farò mille volte ancora
Per te

Tutto ciò che ci serve, tutto ciò
che ci serve è la speranza
E per quello abbiamo l'un l'altro
E per quello abbiamo l'un l'altro
Noi sorgeremo
Noi sorgeremo
Noi sorgeremo, ohh ohhh
Noi sorgeremo

Sorgerò
Sorgerò come il giorno
Sorgerò
Nonostante il dolore
Io sorgerò mille volte ancora
E noi sorgeremo
Sorgeremo come le onde
Sorgeremo
Nonostante il dolore
Sorgeremo
E lo faremo mille volte ancora

Analisi del testo: la canzone parla di forza interiore, resilienza e la capacità di rialzarsi nonostante le avversità. La canzone trasmette un messaggio di incoraggiamento a continuare a lottare, anche quando la vita diventa difficile. È un potente inno di riscatto che celebra la forza di volontà e la speranza di superare ogni ostacolo.

9.6. Testi letterari

Maya Angelou, *Still I rise*, 1978

Puoi scrivermi nella storia
Con le tue bugie amare e contorte,
Potresti calpestartmi nella polvere
Ma ancora, come la polvere, mi alzerò.
La mia sfacciataggine ti turba?
Perché sei assalito dall'oscurità?
Perché cammino come se avessi pozzi di petrolio
Pompando nel mio soggiorno.
Proprio come le lune e come i soli,
Con la certezza delle maree,
Proprio come le speranze che sorgono alte,
Continuerò a sorgere.
Volevi vedermi spezzato ?
Testa china e occhi bassi?
Spalle che cadono come lacrime,
Indebolite dal mio grida piene?
La mia arroganza ti offende?
Non prenderla così duramente
Perché rido come se avessi delle miniere d'oro
Scavando nel mio cortile.
Puoi spararmi con le tue parole,
potresti tagliarmi con i tuoi occhi,
potresti uccidermi con la tua odiosità,
Ma comunque, come l'aria, mi alzerò.
La mia sensualità ti turba?
È una sorpresa
Che ballo come se avessi i diamanti
All'incontro delle mie cosce?
Fuori dalle capanne della vergogna della storia
Mi alzo
Su da un passato che è radicato nel dolore
Mi alzo
"Sono un oceano nero, che salta e largo,
Sorgendo e gonfiore sopporto nella marea.
Lasciando dietro notti di terrore e paura
Mi alzo
In un'alba che è meravigliosamente chiara
Mi alzo
Portando i doni che i miei antenati hanno dato,
Io sono il sogno e la speranza dello schiavo.
Mi alzo

Analisi del testo: Questa poesia emozionante è piena di linguaggio figurativo. Funziona come una sorta di inno secolare agli oppressi e agli abusati. Il messaggio è forte e chiaro: non importa la crudeltà, indipendentemente dal metodo e dalle circostanze, la vittima si solleverà, lo schiavo supererà le avversità. È una poesia potente sulla lotta per superare i pregiudizi e l'ingiustizia.

Victor Hugo, *I miserabili*, 1862

Jean Valjean è stato in carcere 19 anni per aver rubato un pezzo di pane: ora a 46 anni è finalmente libero, ma ovunque deve presentare il passaporto giallo che lo segnala come ex galeotto e "uomo pericolosissimo". Non trova alloggio né lavoro perché nessuno è disposto ad accoglierlo finché non lo ospita per una notte Mons. Bienvenu, vescovo di Digne, uomo santo che conduce una vita evangelicamente povera. Durante la notte però Jean Valjean ruba le posate d'argento del vescovo (che egli crede un semplice curato) e scappa. La mattina successiva i gendarmi lo arrestano e lo conducono di fronte al vescovo che non solo non lo accusa ma gli evita il carcere affermando che lui stesso gli aveva donato le posate e in aggiunta gli dona due candelabri di argento dicendogli espressamente: "voi non appartenete più al male ma al bene".

Da questo incontro sconvolgente Jean Valjean si ritrova peccatore immeritabilmente perdonato e assapora la medicina della misericordia. Inizia un lungo e travagliato percorso di riscatto che passerà attraverso il sacrificio personale, l'azione per gli altri e la gratuità di un amore generativo vissuto nel martirio del cuore generalmente inosservato o incompreso dalle persone che incontra.

9.7. Composizioni artistiche

Piero della Francesca, *La Resurrezione*, 1463

Quest'opera raffigura Cristo risorto, che si erge vittorioso dal sepolcro, simboleggiando la vittoria sulla morte e il peccato. Cristo appare maestoso e trionfante, con uno sguardo determinato. La resurrezione è un simbolo universale di riscatto e di speranza, rappresentando la redenzione dell'umanità attraverso il sacrificio e la rinascita.

Pablo Picasso, *Guernica*, 1937

Questo dipinto rappresenta gli orrori della guerra civile spagnola, ma al contempo è visto come un grido di resistenza e un simbolo di riscatto contro la violenza e l'oppressione. Simboleggia il riscatto della dignità umana attraverso la denuncia delle ingiustizie e la lotta contro la tirannia.

Igor Scalisi Palminter, *Nessuno resti solo*, 2023

"Un germoglio fragile, se trattato con cura, è destinato a diventare un albero con radici forti e rami robusti"

Questo è il concetto che sta alla base del murale "Nessuno Resti Solo" realizzato dall'artista palermitano Igor Scalisi Palminteri, nel Parco Verde, a Caivano, in provincia di Napoli. Quest'opera è un segnale della grande scommessa per cambiare il quartiere. La bellezza è uno strumento indispensabile per sconfiggere il degrado e per favorire percorsi comunitari. I bambini rappresentano in maniera potente il bisogno di cura che ha l'essere umano: quando ti prendi cura di un luogo, ti prendi cura delle persone che lo vivono. Nei luoghi fragili delle città ci sono storie di persone che hanno incontrato il dolore e che hanno bisogno di bellezza, quella bellezza che è fondamentale in questi luoghi con un potenziale umano incredibile che deve essere valorizzato".

<https://www.fondazioneconilsud.it/news/nessuno-resti-solo-un-murale-per-parco-verde-caivano/>

9.8. Filmografia

Grazie ragazzi - Regia di Riccardo Milani - 2023

Il talento, forse, non è di tutti, ma quando in gioco si mette la passione allora la questione cambia. Lo sa bene Antonio Cerami (Antonio Albanese, perfettamente nel ruolo) che, da attore professionista di poco successo, per sbarcare il lunario accetta l'incarico di tenere un corso di teatro in carcere (le location scelte sono Rebibbia e Velletri). Un'impresa titanica che presto, però, gli prenderà il cuore, tanto da investire tempo ed energie per ciò che più ha appassionato la sua vita. In scena, infatti, non solo la fatica di inserire dei detenuti, lontani dal mondo dell'arte e dello spettacolo, dentro il linguaggio del teatro, ma la voglia di riscattarsi, di essere se stessi, di riscoprire quella parte migliore che a volte, per vicende avverse, è venuta meno. Resta però nel nostro profondo e chiede solo la mano di qualcuno o di qualcosa che possa risvegliarla. Lo spettacolo scelto per i detenuti, "Aspettando Godot" di Samuel Beckett, ben si addice alla loro condizione. Ha al centro quel "senso dell'attesa" che ogni carcerato ben conosce. A volte basta una scintilla per poter cambiare il corso della propria esistenza. Ad ognuno di noi la fatica di trovarla e il compito, anche, di aiutare gli altri nella propria ricerca.

The millionaire - Regia di Danny Boyle - 2008

La storia segue Jamal Malik, un giovane proveniente dalle baraccopoli di Mumbai, che partecipa al quiz televisivo "Chi vuol essere milionario?". Attraverso flashback, il film racconta come le dure esperienze di vita di Jamal lo abbiano preparato per

vincere il quiz e riscattare la sua vita. Il film tratta il riscatto da una vita di povertà e sofferenza, mostrando come il destino e le esperienze possano condurre a un cambiamento radicale.

9.9. La Parola di Papa Francesco

Dal Discorso di Papa Francesco durante la Veglia di preghiera della Giornata Mondiale della Gioventù, Campus Misericordiae, Cracovia, 30 luglio 2016

"Cari giovani,

è bello essere qui con voi in questa Veglia di preghiera.

Alla fine della sua coraggiosa e commovente testimonianza, Rand ci ha chiesto qualcosa. Ci ha detto: "Vi chiedo sinceramente di pregare per il mio amato Paese". Una storia segnata dalla guerra, dal dolore, dalla perdita, che termina con una richiesta: quella della preghiera. Che cosa c'è di meglio che iniziare la nostra veglia pregando?

Veniamo da diverse parti del mondo, da continenti, Paesi, lingue, culture, popoli differenti. Siamo "figli" di nazioni che forse stanno discutendo per vari conflitti, o addirittura sono in guerra. Altri veniamo da Paesi che possono essere in "pace", che non hanno conflitti bellici, dove molte delle cose dolorose che succedono nel mondo fanno solo parte delle notizie e della stampa. Ma siamo consapevoli di una realtà: per noi, oggi e qui, provenienti da diverse parti del mondo, il dolore, la guerra che vivono tanti giovani, non sono più una cosa anonima, per noi non sono più una notizia della stampa, hanno un nome, un volto, una storia, una vicinanza. Oggi la guerra in Siria è il dolore e la sofferenza di tante persone, di tanti giovani come la coraggiosa Rand, che sta qui in mezzo a noi e ci chiede di pregare per il suo amato Paese.

Ci sono situazioni che possono risaltarci lontane fino a quando, in qualche modo, le tocchiamo. Ci sono realtà che non comprendiamo perché le vediamo solo attraverso uno schermo (del cellulare o del computer). Ma quando prendiamo contatto con la vita, con quelle vite concrete non più mediatizzate dagli schermi, allora ci succede qualcosa di forte: tutti sentiamo l'invito a coinvolgerci: "Basta città dimenticate", come dice Rand; mai più deve succedere che dei fratelli siano "circondati da morte e da uccisioni" sentendo che nessuno li aiuterà. Cari amici, vi invito a pregare insieme a motivo della sofferenza di tante vittime della guerra, di questa guerra che c'è oggi nel mondo, affinché una volta per tutte possiamo capire che niente giustifica il sangue di un fratello, che niente è più prezioso della persona che abbiamo accanto. E in questa richiesta di preghiera voglio ringraziare anche voi, Natalia e Miguel, perché anche voi avete condiviso con noi le vostre battaglie, le vostre guerre interiori. Ci avete presentato le vostre lotte, e come avete fatto per superarle. Voi siete segno vivo di quello che la misericordia vuole fare in noi."

9.10. Attività laboratoriali

Obiettivo: Sperimentare i ruoli che viviamo con fatica per trovare le domande di cambiamento e riscatto che abbiamo dentro.

Premessa: Quante volte viviamo la fatica di qualcosa che ci imprigiona: la famiglia, le possibilità, la scuola, il lavoro, delle amicizie poco significative oppure la fedeltà ad un gruppo, testimoniare la nostra fede, ... Il riscatto è quell'azione che ci fa uscire dal ricatto, dall'idea che quello che vivo può e deve essere al di sopra, un di più, quella bellezza della vita che ciascuno cerca per essere felice, santo! Per uscire dai ruoli che ci ricattano dobbiamo affidarci al rischio, accettare quella "S" che trasforma il ricatto in riScatto!

Premessa: L'idea concreta è di strutturare un gioco per far vivere i partecipanti in un ruolo che ha le sue regole e le sue possibilità, ma che sta stretto perché è limitato e limitante rispetto a quello che ciascuno è. Questo aiuterà le persone ad accorgersi dei ruoli che vivono e che li ricattano, che fanno fatica ad essere vissuti in quel modo, dai quali doversi liberare, riscattare! Si finge molto di essere una persona che non si è e spesso non si ha la forza di riscattarsi perché in qualche modo si sta bene anche se si sta male, in quel ruolo, dal quale so cosa aspettarmi. Nel rischio invece siamo abituati a vedere solo la perdita. Nel gioco "essere o non essere" ciascun partecipante avrà un'immagine sulla testa con un mestiere che dovrà indovinare attraverso una domanda che dovrà fare agli altri concorrenti. Quando tutti avranno indovinato il proprio mestiere, possiamo fare una seconda manche mettendo sulla testa ruoli sociali o comportamenti: mamma, papà, figlio, innamorato, iracondo, organizzato, entusiasta, fragile, fedele, organizzato...

Questo secondo giro aiuterà molto di più i partecipanti a immedesimarsi nei ruoli faticosi della propria vita e dalle domande e risposte degli altri, porsi le proprie domande e risposte.

Azione: Quali ruoli vivo con fatica, perché? Chi mi potrebbe aiutare a liberarmi da questi o a viverli meglio? Chiedo aiuto? Offro sostegno a qualcuno? Mi chiedo se sono utili alla mia vita? Sono subiti o scelti?