



ANNO DELLA REGALITÀ



VICARIATO DI ROMA
Servizio per la Pastorale Giovanile

*Dominio
di sé*

Premessa per gli animatori

Come poter parlare di dominio di sé a dei ragazzi che oggi più che mai sentono la difficoltà con ogni forma di autorità? Con ogni figura che proponga loro cosa fare o cosa non fare, che si proponga come forma di riferimento?

C'è chi ha definito la generazione di oggi quella dei «narcisi», per cui l'io non va dominato o peggio ancora controllato, ma lasciato esprimere in modo del tutto sfrenato.

Eppure di fronte ad un appello grande verso la libertà, il dominio di sé si pone in realtà come un atto liberante. Per dirla in modo più comprensibile anche ai nostri adolescenti: non si può guidare la macchina senza patente. La vita è un dono preziosissimo, come lo è tutta la persona ed in forza di questa certezza questo percorso si pone con un valore aggiunto alla luce della fede.

Come può un giovane essere re (non dimentichiamo che nella Cresima, il crisma è anche l'olio dell'unzione regale), se non è in grado di regnare neanche su se stesso?

Già quando obbediamo alla nostra storia, alla nostra corporeità, alle risorse di cui disponiamo, ci stiamo impegnando per la regalità su noi stessi.

Potremmo dire che quindi si impone per natura una certa obbedienza (dal lat. *ob-audire*= *ascoltare*) alla realtà più profonda di noi stessi, a chi siamo, alla vita stessa.

VICARIATO DI ROMA
Servizio per la pastorale giovanile
© 2015

Redazione

Don Antonio Magnotta
Don Diego Conforzi
Don Michele Filippi
Don Marco Seminara
Padre Giuseppe Tarì, F.d.C.C.
Don Alfredo Tedesco

Progetto grafico e impaginazione
Bruno Apostoli

Stampa

Tipolitografia Trullo srl
Via Ardeatina, 2479 - 00134 Roma
Tel. +39 06.6535677
Fax +39 06.71302758
doc@tipolitografiatrullo.it
Via Domenico Fontana, 32 - 00185 Roma
Tel. +39 06.70.49.62.64
www.tipolitografiatrullo.it

Non avere tale consapevolezza significa operare quella scelta che San Paolo chiama «vita secondo la carne», che equivale di fatto a lasciarsi andare; per richiamare l'esempio precedente: rischiare di fare un incidente per non saper gestire la potenza della macchina!

Siamo anche consapevoli che il dominio di sé non è semplicemente una scelta, un'autodisciplina, ma un frutto dello Spirito, dunque ciò che nasce dall'incontro tra Dio e la libertà dell'uomo. Con questi presupposti utili per te animatore incamminiamoci in questa prima parte dell'anno pastorale con alcune attenzioni.

In questi mesi gli adolescenti vanno interessati con una proposta concreta e bella, che li possa attrarre e spingere nel ricercare un senso nel continuare il cammino dopo la Cresima.

Modulo biblico

INTRODUZIONE ALLA LECTIO DIVINA PER I RAGAZZI

Oggi proveremo a fare esperienza di Dio a rimanere con lui ascoltandolo, parlandogli e rimanendo poi in silenzio, semplicemente in sua presenza. Come con le persone che amiamo: parliamo, ascoltiamo e a volte stiamo con loro senza dire parole, perché è bello anche semplicemente stare e far parlare gli occhi, i gesti.

Accogliendo Dio nella casa del nostro cuore ci accorgeremo di essere accolti nella casa del suo cuore divino che per noi sa commuoversi e ci ama fino a dare la vita. Ci accorgeremo che quella è casa nostra, dove non siamo mai estranei!

Forse ti chiederai: “Ma come faccio a stare con Lui? Non lo so!” E io ti dico che invece lo sai! Ascolti il Vangelo? Lui ti sta parlando, ha qualcosa da dirti! Preghi? Sei tu che gli stai parlando.

Vedi che non è poi così difficile dialogare con Dio? Ti insegno pertanto qui un modo semplice per parlare con Dio attraverso la Sacra Scrittura, anticamente l'hanno chiamata *lectio divina*, che letteralmente vuol dire “lettura divina”, non pensare a questa “lettura” come a quelle che fai in altri contesti, è qualcosa di diverso. Forse potremmo liberamente tradurla con: “lettura pregata della Parola di Dio”. Ma più che le definizioni conta la pratica per capire cosa è la *lectio divina* e allora passiamo a spiegare come si fa!

Comincia la tua preghiera invocando lo Spirito Santo con la preghiera “Vieni, o Spirito creatore” oppure con un canto allo Spirito se sei in gruppo. Da questo momento inizia il tuo “deserto”, ovvero rimani in silenzio, pensa solo al fatto che stai dialogando con Dio e con nessun altro. Il silen-

zio esteriore aiuterà quello interiore. La *Lectio divina* si compone di queste quattro fasi:

- 1) Leggi attentamente il passo della Bibbia che ti viene proposto, se sei in gruppo uno legga con calma il brano e gli altri lo ascoltino. Ascolta, sempre con attenzione, la riflessione che ti viene proposta dal sacerdote o dai tuoi educatori e, se sei da solo a pregare, leggi con attenzione le note sotto il testo biblico che ti aiutano a capire meglio le parti più difficili del testo. Questa è la prima fase della preghiera e si chiama propriamente *lectio*, che significa “lettura”, in questa fase si cerca di rispondere alla domanda: “che cosa dice il testo che ho letto?”. Per fare ciò prova a identificare i personaggi presenti, nota bene quali azioni compiono (guarda i verbi che sono nel brano), leggi bene le parole che pronunciano, prova a immedesimarti in ognuno di loro, magari immaginando ciò che gli passa per il cuore e la testa. Soprattutto, quando hai di fronte un passo del Vangelo, soffermati sulle parole e sui gesti di Gesù. Non avere paura di sottolineare la tua Bibbia, se questo può servirti a evidenziare meglio questi particolari.
- 2) A questo punto chiedi a Dio: “Signore cosa mi stai dicendo attraverso questa parola?” Questa è la seconda fase, la *meditatio*, che vuol dire meditazione, durante la quale ci chiediamo che cosa Dio sta dicendo a me attraverso questo brano che ho davanti.
- 3) Dopo che hai capito cosa Dio ti sta dicendo, rispondigli secondo quello che c'è nel tuo cuore, pregando, vale a dire chiedendogli aiuto o, semplicemente, ringraziandolo. Questa terza fase è la *oratio*, che vuole dire “preghiera”, e risponde alla domanda: “cosa io rispondo a Dio?”.
- 4) Rimani con il Signore nel silenzio perché nel silenzio parlerà al tuo cuore (cfr. Os 2,16). Questa ultima fase è la *contemplatio*, che vuol dire contemplazione, rimani semplicemente in silenzio con il Signore che ti ha parlato e a cui hai risposto e gusta la pace che è lo stare insieme con Lui. In quest'ultima fase lo Spirito Santo stesso vuole donarti questa pace, abbandonati e libera il cuore da ogni cosa per poterlo accogliere.

Anche se non fa parte in senso stretto della *lectio divina*, quando ci si ritrova in gruppo si può provare a condividere ciò che il Signore vi ha detto e ciò che voi avete detto a Lui (ma solo se lo desiderate).

La *lectio divina*, che è la lettura pregata della Parola di Dio, è anche il modo in cui permettiamo a Dio di “leggere” la nostra vita e di illuminarla:

“Lampada per i miei passi è la tua parola,
luce sul mio cammino”.

(Salmo 119, 105)

INVOCHIAMO LO SPIRITO SANTO

Vieni, o Spirito creatore,
visita le nostre menti,
riempi della tua grazia
i cuori che hai creato.

O dolce consolatore,
dono del Padre altissimo,
acqua viva, fuoco, amore,
santo crisma dell'anima.

Dito della mano di Dio,
promesso dal Salvatore,
irradia i tuoi sette doni,
suscita in noi la parola.

Sii luce all'intelletto,
fiamma ardente nel cuore;
sana le nostre ferite
col balsamo del tuo amore.

Difendici dal nemico,
reca in dono la pace,
la tua guida invincibile
ci preservi dal male.

Luce d'eterna sapienza,
svelaci il grande mistero
di Dio Padre e del Figlio
uniti in un solo Amore.

A Dio Padre sia gloria,
al Figlio che è risorto
e allo Spirito Paraclito,
per i secoli in eterno. Amen.

Spirito Santo, ti chiedo di prendermi per mano perché possa accogliere la Parola.

Scendi con forza nel mio capo perché possa comprendere con ampiezza ciò che vuoi dirmi,

scendi sui miei occhi perché possa vedere dal vivo la Tua Parola, vieni sulle mie labbra perché possa gustare la Parola con la stessa dolcezza con cui si assaggia il miele,

vieni con abbondanza nel mio cuore perché possa amare con tutto me stesso ogni Tua Parola, vieni nelle mie mani perché ogni Parola diventi vita. Amen.

L'esperienza del dominio di sé nella Scrittura si esprime attraverso diverse figure bibliche; in questa selezione di brani vengono offerti degli spunti che indirizzano e strutturano il cammino dell'adolescente verso un'autentica sequela del Signore. Nelle attività di gruppo si può scegliere uno di questi brani per fare l'esperienza della *lectio divina* secondo lo schema riportato all'inizio del modulo; lo schema può essere consegnato ai ragazzi perché possano sperimentare il dialogo con la Parola anche personalmente proprio ricevendo l'indicazione di uno dei brani riportati. Essi sono pensati per compiere un percorso che può essere tenuto presente come schema sia per la scelta del modulo biblico sia come traccia tematica che può essere sviluppata per programmare gli incontri.

1. Galati 5,13-26.
San Paolo ci invita a riconoscere la nuova legge dello Spirito di cui uno dei frutti è il dominio di sé.
2. Mt 5, 38-48.
La relazione con il prossimo mette in gioco il dominio di sé nella vita concreta.

3. Salmo 1.
Il salmista propone un cammino di discernimento per una vita stabile rivolta alla sapienza di Dio
4. Siracide 1, 19-29
Il dominio di sé è associato alla stabilità e fedeltà nelle prove della vita.
5. 1Sam 26, 1-25
 Davide potrebbe uccidere Saul, ma non lo fa e in questo non ricorre alla vendetta
6. 1 Corinzi 9, 24-27.
San Paolo paragona la vita cristiana alla disciplina richiesta per un allenamento sportivo
7. Ef 6,10-20.
San Paolo nell'esperienza della lotta contro il male, descrive l'armatura del cristiano
8. Gv 21,15-19.
Nel discepolato siamo chiamati alla docilità

Modulo esperienziale-attività

OBIETTIVO: rendere consapevoli i nostri adolescenti della bellezza e degli effetti della conoscenza e del dominio di sé.

PRIMA PROPOSTA: Conosci te stesso

Questa prima esperienza ha la funzione di attività “rompighiaccio” e si propone di far riflettere sui meccanismi tipicamente umani e naturali di autocontrollo e di conoscenza di sé.

- ✓ I ragazzi, mettendosi uno di fronte all'altro, si sfidano in una prova di resistenza per cui chi ride prima perderà.
- ✓ Esercizi per sentire il proprio corpo:
 - a. Sentire il battito del proprio cuore provando a cronometrare la velocità (quanti battiti al minuto?)
 - b. Quanto riesco a trattenere il mio respiro?
 - c. Sentire le diverse parti del corpo. Ad esempio si propone di concentrarsi sul piede, dito, mano, etc.
 - d. Provare a rispondere nella semplicità alla domanda: come mi sento oggi? (dettagli fisici, ma anche emotivi)

SECONDA PROPOSTA: *Lo sport del cristiano*

Si può creare un ambiente tipico dello sport (palestra, campo, etc.) o se non si dovesse avere a che fare con un gruppo di sportivi può essere quella della musica, o di una qualsiasi altra attività.

Dopo averli fatti ambientare, si chiede ai ragazzi di descrivere le regole di uno sport o di un'attività, con la consapevolezza che ognuna di queste richiede applicazione e dominio di sé.

Si può seguire il seguente schema:

- ✓ Quanto tempo dedico agli allenamenti/esercitazioni?
- ✓ Quali attenzioni devo avere?
- ✓ Riassumi le regole principali dello sport/attività?
- ✓ Come si trasforma il mio corpo e la mia persona nel momento che pratico a lungo questo sport/attività?

Dopo aver messo a punto questa esperienza e aver appuntato i risultati, il secondo passo consisterebbe nel fare un'analogia con la vita spirituale. E' opportuno comprendere che esiste un altro "sport" che mette in gioco il cuore ed è il vivere le nostre relazioni da cristiani.

Applica alla vita relazionale (con tutte le sfide che l'adolescenza concerne), le stesse domande che hai utilizzato per il passaggio precedente.

La disciplina è quindi a servizio della libertà, non è una limitazione ma aiuta il giovane a raggiungere lo scopo.

✓ Per dare continuità e spessore a quanto sperimentato si proporrà ai ragazzi un esercizio di controllo di sé nell'uso delle cose, verso cui sentono più dipendenza.

Modulo multimediale

A. FILM

✓ THE MATRIX

Matrix è un film di fantascienza del 1999 scritto e diretto da Lana e Andy Wachowski. Ha vinto numerosi premi, tra cui 4 Oscar. Il titolo deriva dall'inglese matrix, ovvero "matrice di numeri", un elemento di tipo tabellare derivante da strutture matematiche, molto utilizzato in informatica per associare dati, o sistemi di dati, tra loro. In questo caso, la matrice rappresenta una sorta di cyberspazio o realtà simulata creata dalle macchine. Il film è uscito nelle sale negli Stati Uniti il 31 marzo 1999 e il 7 maggio successivo nelle sale italiane. Ha avuto due sequel, Matrix Reloaded e Matrix Revolutions, che però, sebbene campioni d'incassi, hanno ricevuto parecchie critiche negative da parte della cinematografia e del pubblico a causa delle loro trame questa volta davvero troppo visionarie e irreali. Il film ha avuto un forte impatto culturale e vi sono state numerose opere che vi fanno riferimento.

La lettura del film riguarda il dominio di sé. Quando Neo scopre la realtà di Matrix, si pone per lui una grande forma di autodisciplina e formazione per affrontare la sua grande missione.

✓ IL SAPORE DELLA VITTORIA

Il sapore della vittoria - *Remember the Titans* (Uniti si vince) è un film del 2000 diretto da Boaz Yakin, con Denzel Washington, che narra le vicende realmente accadute della squadra di football americano del liceo T.C. Williams High School di Alexandria (Virginia).

Nel 1971, l'allenatore di colore Herman Boone è chiamato dal Comitato Scolastico del liceo T.C. Williams di Alexandria come capo allenatore della squadra di football, in sostituzione del precedente coach, Bill Yoast. Quest'ultimo, inizialmente deciso ad andarsene, pressato dai ragazzi bianchi, accetta il ruolo di vice-capo allenatore e coordinatore della difesa. Le tensioni razziali, ben presenti in tutto lo stato della Virginia a quell'epoca, all'interno della squadra si dissolvono gradualmente durante lo stage estivo di selezione, ma al ritorno a scuola le cose non vanno per il meglio. Emblematico è il rapporto tra bianchi e neri, in particolare quello tra Gerry Bertier e Julius Campbell, dapprima litigiosi nemici e poi inseparabili amici. Sotto la guida di Boone, la squadra raggiunge la finale del campionato statale. Durante i festeggiamenti per l'accesso alla finale, tuttavia, un incidente segnerà le sorti della squadra: Gerry resta infatti paralizzato a causa di un incidente automobilistico. La squadra riesce comunque a vincere la finale in rimonta. Durante i dieci anni successivi, fino alla sua morte, Gerry vincerà delle medaglie alle paralimpiadi.

✓ HANCOCK

Hancock è un film del 2008 diretto da Peter Berg. È una commedia di supereroi interpretata da Will Smith, la seconda di questo filone per successo commerciale. Il film ha debuttato nelle sale cinematografiche statunitensi il 2 luglio 2008, mentre in Italia è uscito nelle sale il 12 settembre 2008.

John Hancock è un supereroe alcolizzato affetto da amnesia. I suoi poteri sono: l'invulnerabilità, la forza sovrumana, l'immortalità, il super salto e la capacità di volare. Nonostante sia perennemente sotto gli effetti dell'alcool, Hancock salva vite e arresta criminali. Tuttavia i suoi interventi provocano generalmente enormi danni materiali e costi rilevanti per la città di Los Angeles, il che, in aggiunta ai suoi modi rozzi, lo rende decisamente impopolare. Per questi motivi, gli abitanti della città lo esortano a lasciare la metropoli californiana. Hancock, tuttavia, non dimostra nessun interesse per l'opinione altrui, anzi, manifesta uno sprezzante disinteresse anche per le numerose convocazioni in tribunale, a cui non si presenta mai.

Un giorno Hancock salva Ray Embrey che era rimasto bloccato con la sua auto sulle rotaie di un treno, provocando un deragliamento. Embrey è un PR che, sentendosi in debito verso il superuomo, decide di aiutarlo a rilanciarne l'appannata immagine e gli dà consigli di galateo (atterrare senza demolire il suolo, per esempio), scarsamente ascoltati. In uno degli episodi comici il protagonista interviene per rimettere in mare una balena spiaggiata: l'afferra per la pinna caudale e la lancia in mare per centinaia di metri, facendola cadere addosso alla vela di un grosso natante da diporto.

Quando un procuratore distrettuale condanna Hancock ad una pena detentiva, Ray gli consiglia per prima cosa di costituirsi. Con riluttanza, Hancock accetta di andare in galera, promettendo alla città di diventare un uomo migliore. Il piano di Ray è di fare in modo che la cittadinanza si renda conto che senza gli interventi di Hancock la situazione peggiorerà e intanto cerca di convincere il superuomo

a non bere più ed a imparare a comportarsi in modo gentile con gli altri. Hancock, durante la sua reclusione, viene vilipeso e impedito fisicamente e minacciato da un paio di detenuti prepotenti e dopo averli egli controminacciati infila letteralmente la testa dell'uno nel deretano dell'altro.

Come previsto da Ray, dopo un po' di tempo il capo della polizia è costretto a convocare il superuomo per risolvere una situazione molto difficile: dei rapinatori, armati di armi pesanti, si sono asserragliati in una banca prendendo degli ostaggi ed una donna poliziotto ferita è rimasta bloccata sotto il fuoco dei rapinatori. Hancock si fa convincere ad intervenire adottando il nuovo modo di fare suggeritogli da Ray ed indossando un nuovo costume da supereroe. Salva la donna assieme a tutti gli ostaggi e neutralizza la banda. Come conseguenza della sua eroica impresa, questa volta portata a termine senza procurare inutili danni e senza indispettire le forze dell'ordine, Hancock diventa improvvisamente molto popolare. Per festeggiare il suo ritorno, Ray e sua moglie Mary decidono di invitarlo a cena, durante la quale Hancock racconta di essersi risvegliato 80 anni prima in un ospedale e di non ricordare nulla della sua vita precedente.

Più tardi quella notte dopo aver riportato a casa Ray, che ubriaco si addormenta subito, Hancock si sente irresistibilmente attratto da Mary e cerca di baciarla, ma Mary nel sottrarsi a lui rivela sorprendentemente di possedere i suoi stessi poteri, scaraventandolo violentemente fuori dalla casa attraverso la parete della cucina. La donna gli intima di non rivelare nulla a Ray, per non rovinare il proprio matrimonio.

I due la mattina dopo hanno un duro confronto nella vecchia roulotte dove vive Hancock. Mary gli rivela che sono gli ultimi due sopravvissuti della loro specie. Hancock vuole innanzi tutto capire che genere di rapporti ci fossero stati tra loro prima che fosse colpito dall'amnesia e Mary gli risponde che sono fratello e sorella, ma Hancock non le crede (data la tensione passionale tra loro), iniziando così a litigare. Nel violento superlitigio, i due cagionano vari danni

in città e scatenano diversi potenti fenomeni meteorologici. Alla fine Mary, esasperata, gli rivela che loro due erano una coppia.

Durante il loro scontro Ray tuttavia li scopre: Mary è allora costretta a confessare alla presenza di Hancock che erano marito e moglie e che sono gli ultimi perché gli altri hanno formato coppie e sono morti. Hancock, amareggiato per avere scoperto di essere stato abbandonato lasciandogli credere di essere solo al mondo, se ne va confuso.

Mentre si trova suo malgrado coinvolto in una rapina in un negozio, Hancock viene ferito da colpi d'arma da fuoco, finendo in ospedale. I media diffondono la notizia. Mary va a trovarlo in ospedale e gli rivela che li hanno creati a coppie e che perdono i propri poteri quando rimangono vicini per abbastanza tempo. È infatti per effetto della frequentazione di Mary che Hancock è diventato vulnerabile alle pallottole.

Cinque criminali evasi che ce l'hanno a morte con Hancock cercano di ucciderlo in ospedale approfittando della nuova e inattesa condizione di vulnerabilità. Mary viene gravemente ferita nel tentativo di proteggerlo, al punto che gli strumenti clinici mostrano linee piatte. Hancock, solo e completamente vulnerabile, viene ferito ripetutamente dai criminali. Benché riesca ad eliminarne due scaraventandoli fuori dall'edificio ed a tramortirne altri due, il capo della banda, Red, sembra a un certo punto in grado di sopraffarlo, ma prima che il criminale gli spari il colpo di grazia giunge Ray e lo uccide.

Hancock con un ultimo sforzo si allontana da Mary, così lei riesce a salvarsi ed entrambi riacquistano i superpoteri. Hancock accetta finalmente la sua vita da supereroe e si trasferisce a New York per allontanarsi da Mary e permettere a lei e a Ray di vivere invece una tranquilla esistenza. Una sera, mentre Ray e Mary passeggiano sulla banchina di Santa Monica, Hancock gli telefona e dice loro di guardare in alto nel cielo: ha scolpito sulla luna il marchio inventato da Ray per ringraziarlo ed aiutarlo nel suo tentativo di "cambiare il mondo".

✓ SPIDERMAN

« Da un grande potere, derivano grandi responsabilità. »

(Ben Parker)

Spider-Man è un film del 2002 diretto da Sam Raimi. Basato sui fumetti dell'Uomo Ragno, creati da Stan Lee e Steve Ditko e pubblicati dalla Marvel Comics, il film racconta la storia di Peter Parker, interpretato da Tobey Maguire, che viene morso da un ragno geneticamente modificato e ne acquisisce i poteri. Parker, dopo la morte dello zio Ben, decide di mettere i suoi poteri al servizio dell'umanità e diventa il supereroe noto come Spider-Man. Nel cast, oltre a Maguire, sono presenti Willem Dafoe, Kirsten Dunst e James Franco, rispettivamente nei ruoli di Norman Osborn, Mary Jane Watson ed Harry Osborn.

Considerato una pietra miliare del genere supereroristico, il film uscì nelle sale negli Stati Uniti il 3 maggio 2002 con anteprima nazionale svolta il 1° maggio al Tribeca Film Festival, mentre nelle sale italiane il film uscì il 7 giugno 2002, e divenne un successo sia di pubblico che di critica. Con 821 708 551\$ in tutto il mondo, il film batté diversi record, diventando il film più visto nel 2002 e, alla sua uscita, il cinefumetto con il più alto incasso globale. Il successo del film, portò il regista Sam Raimi a realizzare due seguiti, Spider-Man 2 nel 2004 e Spider-Man 3 nel 2007. Nel 2012, la Columbia Pictures, la stessa casa di produzione del film, distribuì nei cinema The Amazing Spider-Man, un reboot della saga cinematografica slegato dall'precedente trilogia diretta da Raimi

B. CANZONE

ESSERI UMANI - Mengoni

Oggi la gente ti giudica,
per quale immagine hai.
Vede soltanto le maschere,
non sa nemmeno chi sei.

Devi mostrarti invincibile,
collezionare trofei.
Ma quando piangi in silenzio,
scopri davvero chi sei.

Credo negli esseri umani.
Credo negli esseri umani.
Credo negli esseri umani
che hanno coraggio,
coraggio di essere umani

Credo negli esseri umani.
Credo negli esseri umani.
credo negli esseri umani
che hanno coraggio,
coraggio di essere umani.

Prendi la mano e rialzati,
tu puoi fidarti di me.
Io sono uno qualunque,
uno dei tanti, uguale a te.

Ma che splendore che sei,
nella tua fragilità.
E ti ricordo che non siamo soli
a combattere questa realtà.

Credo negli esseri umani.
Credo negli esseri umani.
Credo negli esseri umani che

hanno coraggio,
coraggio di essere umani.

Credo negli esseri umani.
Credo negli esseri umani.
Credo negli esseri umani che hanno
coraggio,
coraggio di essere umani.

Essere umani.

L'amore, amore, amore
ha vinto, vince, vincerà.
L'amore, amore, amore
ha vinto, vince, vincerà.

L'amore, amore, amore
ha vinto, vince, vincerà.
L'amore, amore, amore,
ha vinto, vince, vincerà.

Credo negli esseri umani.
Credo negli esseri umani.
Credo negli esseri umani che
hanno coraggio,
coraggio di essere umani.

Credo negli esseri umani.
Credo negli esseri umani.
Cedo negli esseri umani che hanno
coraggio,
coraggio di essere umani.

Essere umani.
Essere umani.

C. VIDEO SULLA CASTITÀ

<https://www.youtube.com/watch?v=zMFeMq643xY>

Nel contesto del dominio di sé si può affrontare anche il tema della sessualità. Ecco un video non banale sull'argomento trattato in modo giovanile. [Originale in inglese: sottotitoli in italiano]

Modulo culturale, artistico e magisteriale

Un testimone:

- ✓ PIERGIORGIO FRASSATI (Un beato sportivo, che allenava il cuore)

«Vivere senza una fede, senza un patrimonio da difendere, senza sostenere in una lotta continua la verità, non è vivere ma vivacchiare. Noi non dobbiamo mai vivacchiare, ma vivere».

Se di desidera approfondire: R. Falcioia, Pier Giorgio Frassati «Non vivacchiare, ma vivere», LEV, Effatà (con DVD)

Dall'omelia di San Giovanni Paolo II per la beatificazione di Pier Giorgio Frassati

Nella “normalità” della sua esistenza, il giovane Frassati ci appare traboccante di vitalità e di gioia, “una gioia che superava anche tante difficoltà della sua vita”, ed è per tutti un esempio da imitare ed un amico con cui familiarizzare. Guardando a lui non è difficile comprendere che il segreto della santità, universale vocazione dei battezzati, è veramente alla portata di tutti: si tratta di accogliere ogni giorno con amore la volontà del Padre ed essere disponibili a realizzarla senza esitazioni. Così egli scriveva: “stolto è colui che va dietro alle gioie del mondo perché queste sono passeggere e arrecano dolori, mentre l'unica vera gioia è quella che ci dà la fede”. “Vivere senza fede, senza un patrimonio da difendere, senza sostenere in una lotta continua la Verità non è vivere... ma vivacchiare. Anche attraverso ogni disillusione dobbiamo ricordare che siamo gli unici che possediamo la Verità”. Quando il cuore è ricolmo di Dio, la fede si traduce in generoso servizio ai fratelli, specialmente ai più biso-

gnosi, senza che nulla, nemmeno le sofferenze e le prove, mortifichi l'entusiasmo del vero cristiano. Anche in questo, il giovane Frassati è un esempio da seguire. In lui il Vangelo diventa solidarietà ed accoglienza, si fa attenta ricerca della verità ed esigente impegno per la giustizia. La preghiera e la contemplazione, il silenzio e la pratica dei sacramenti, danno sostanza e tono al suo molteplice apostolato e tutta l'esistenza, vivificata dallo Spirito di Dio, si trasforma in avventura meravigliosa. Tutto diventa offerta e dono, anche la malattia, anche la morte. Questo è il suo messaggio e così egli continua a parlare a tutti ed in particolare ai giovani del nostro tempo.

✓ VOLO DI ICARO

Così Ovidio narra nelle *Metamorfosi*, VIII, 236-259: "Mentre Dedalo riponeva nella tomba il corpo dello sventurato Icaro, una loquace pernice, nascosta tra la sterpaglia fronzuta, lo scorse, e si rallegrò allo spettacolo sbattendo le ali e manifestando la sua allegrezza col canto. Questo uccello, mai visto prima di allora, era divenuto tale da poco, perpetuo rimprovero per te, Dedalo. La sorella infatti, ignara del destino, aveva affidato a costui, perché lo istruisse, il proprio figlio (Acale), fanciullo di soli dodici anni, ma ben disposto ad apprendere.

Avendo osservato come erano disposte le spine nel dorso dei pesci, ne trasse il modello per incidere sul ferro affilato denti taglienti, inventando così la sega. (...) Dedalo spinto dall'invidia lo precipitò dalla rocca sacra a Minerva, fingendo una disgrazia. Ma Pallade, protettrice delle arti, ricoprendolo di penne durante la caduta, lo sostenne e lo mutò in uccello. Conservò ancora il suo nome, ma la vigoria del suo ingegno, un tempo pronto, passò nelle ali e nelle zampe.

Questo uccello non può infatti librare in alto il proprio corpo nè fare il nido tra i rami o su cime elevate; svolazza terra terra, deponendo le uova nelle siepi e, memore dell'antica caduta, teme i voli troppo alti."

Metamorfosi, VIII, 183-235 : " (...) Dedalo, annoiato di Creta, e punto dalla nostalgia del luogo natio, non soffrì a lungo la prigionia impostagli. "Possono precludermi il mare e la terra - disse - ma il cielo è certamente libero: andremo via per di là. Possieda pure Minosse tutto quanto desidera ma non sarà di sicuro padrone dell'aria" Volse allora la mente ad arti fino all'ora sconosciute, e rinnovellò la natura; dispose infatti secondo un dato ordine delle penne, poi, con del filo, fermò le parti di mezzo, fissò quindi con la cera le estremità inferiori e le piegò incurvandole lievemente così da imitare i veri uccelli. (...) Dopo aver dato l'ultimo ritocco al suo lavoro, l'artefice librò il proprio corpo sulle due ali, e restò sospeso nell'aria agitata. Poi istruì il figlio dicendogli: "tieni la via di mezzo o Icaro, ti raccomando; così se andrai basso l'onda appesantirà le penne, se troppo in alto, il sole le brucerà. Vola tra l'una e l'altra: prendi la strada che io ti mostrerò". (...) E già avevano lasciato sulla sinistra l'isola di Samo, e sorpassate Delo e Paro; a destra era già Lebinto e Calimno feconda di miele.



Jacob Peter Gowy, da bozzetto di P. P. Rubens, *La caduta di Icaro* (1636-1638), olio su tela, Madrid (Spagna), Museo del Prado

Allorchè il giovinetto cominciò a godere dell'audace volo e abbandonò la sua guida; attratto dal desiderio del cielo, tenne un cammino più alto. La vicinanza del cielo ardente rammollì la cera profumata che teneva unite le penne, ed egli, battendo le braccia nude, privo di remeggio, non trovava non trovava appiglio che potesse sostenerlo nell'aria. La sua bocca mentre invocava il nome del padre, fu chiusa dall'azzurro mare che da lui prese il nome ... il padre infelice ormai non più padre, disse: "Icaro" Icaro, dove sei? in quale luogo ti cercherò, Icaro?" Seguitava a chiamare "Icaro" ma quando vide le penne sparse sulle onde maledisse la sua arte. Poi allestì un sepolcro, dal nome dell'estinto, quella terra fu chiamata Icaria. "

✓ C.S. LEWIS, LETTERE DI BERLICHE, CAP I

Mio caro Malacoda, sono molto compiaciuto di quanto mi dici in merito alle relazioni di questo giovanotto con sua madre. Ma devi sfruttare più che puoi la posizione vantaggiosa in cui ti trovi. Il Nemico lavorerà dal centro alla superficie, portando la condotta del paziente sempre più, gradualmente, al nuovo livello, e, un momento o l'altro, potrà raggiungere il suo modo di comportarsi con la vecchia signora. È necessario che tu arrivi primo. Mantieni in stretto contatto con il nostro collega Farfarello che ha in custodia la madre, e vedete di imbastire in quella casa un'atmosfera costante di disturbo reciproco, di giornalieri trafiggimenti di spillo. Saranno utili i metodi seguenti:

1. Fissagli il pensiero sulla vita interiore. Egli pensa che la sua conversione sia qualcosa che sta dentro di lui; perciò al presente la sua attenzione è rivolta principalmente ai suoi propri stati mentali - o piuttosto a quella purgatissima versione di essi che è tutto quanto tu dovresti permetterti di fargli vedere. Incoraggiarlo in ciò. Tiengli la mente lontano dai doveri più elementari, sospingendolo verso quelli più progrediti e più spirituali. Aggrava quella caratteristica umana che è utilissima: l'orrore e la negligenza delle cose ovvie. Devi con-

durlo a una condizione nella quale possa soffermarsi per una ora a fare l'esame di coscienza senza riuscire a scoprire neppure uno di quei fatti suoi personali che sono perfettamente chiari a chiunque abbia vissuto con lui nella stessa casa o abbia lavorato nello stesso ufficio. 2. È naturalmente impossibile impedirgli di pregare per sua madre, ma noi possediamo dei mezzi per rendere innocue le sue preghiere. Assicurati che esse siano sempre assai "spirituali", e che egli si preoccupi sempre dello stato dell'anima di lei e mai dei suoi dolori reumatici. Ne seguiranno due vantaggi. In primo luogo la sua attenzione sarà tenuta su quanto egli considera i peccati di sua madre. E, con un poco di manovra da parte tua, egli può venire indotto a ritenere tali quelle qualsiasi azioni di lei che gli siano scomode e che lo irritino. Così potrai continuare a fregare le ferite della giornata e a renderle un poco più dolorose perfino mentre sta pregando in ginocchio. L'operazione non è per nulla difficile e la troverai assai divertente. In secondo luogo, dal momento che le sue idee intorno all'anima di sua madre saranno incomplete e spesso errate, egli, in qualche modo, pregherà per una persona immaginaria, e sarà tuo compito rendere quell'immaginaria persona ogni giorno meno simile alla madre vera -: quella vecchia signora che a tavola ha una lingua quanto mai tagliente. Col tempo potrai ottenere che la separazione sia tanto vasta che nessun pensiero, nessun sentimento possa traboccare dalle sue preghiere per la madre immaginata nel suo modo di trattare la vera. Alcuni miei pazienti erano diventati così maneggevoli che in un attimo si riusciva a girarli dalla preghiera più passionata per "l'anima" della moglie o del figliuolo alle battiture o all'insulto della vera moglie o del vero figliuolo senza neppure l'ombra d'uno scrupolo.

Magistero:

OMELIA DEL SANTO PADRE FRANCESCO

Domenica, 24 maggio 2015
SANTA MESSA NELLA SOLENNITÀ DI PENTECOSTE

«Come il Padre ha mandato me, anche io mando voi ... Ricevete lo Spirito Santo» (Gv 20,21.22), così ci dice Gesù. L'effusione avvenuta la sera della Risurrezione si ripete nel giorno di Pentecoste, rafforzata da straordinarie manifestazioni esteriori. La sera di Pasqua Gesù appare agli Apostoli e alita su di loro il suo Spirito (cfr Gv 20,22); nel mattino di Pentecoste l'effusione avviene in maniera fragorosa, come un vento che si abbatte impetuoso sulla casa e irrompe nelle menti e nei cuori degli Apostoli. Di conseguenza essi ricevono un'energia tale che li spinge ad annunciare nei diversi idiomi l'evento della Risurrezione di Cristo: «Tutti furono colmati di Spirito Santo e cominciarono a parlare in altre lingue» (At 2,4). Insieme con loro c'era Maria, la Madre di Gesù, la prima discepola, e lì Madre della Chiesa nascente. Con la sua pace, con il suo sorriso, con la sua maternità, accompagnava la gioia della giovane Sposa, la Chiesa di Gesù.

La Parola di Dio, specialmente quest'oggi, ci dice che lo Spirito opera, nelle persone e nelle comunità che ne sono ricolme, le fa capaci di *recipere Deum*, "*capax Dei*", dicono i Santi Padri. E cosa fa lo Spirito Santo mediante questa capacità nuova che ci dà? *Guida a tutta la verità* (Gv 16,13), *rinnova la terra* (Sal 103) e *dà i suoi frutti* (Gal 5, 22-23). Guida, rinnova e fruttifica.

Nel Vangelo, Gesù promette ai suoi discepoli che, quando Lui sarà tornato al Padre, verrà lo Spirito Santo il quale li «guiderà a tutta la verità» (Gv 16,13). Lo chiama proprio «Spirito della verità» e spiega loro che la sua azione sarà quella di introdurlì sempre più nella comprensione di ciò che Lui, il Messia, ha detto e ha fatto, in particolare della sua morte e risurrezione. Agli Apostoli, incapaci di sopportare lo scandalo della passione del loro

Maestro, lo Spirito darà una nuova chiave di lettura per introdurlì alla verità e alla bellezza dell'evento della salvezza. Questi uomini, dapprima impauriti e bloccati, chiusi nel cenacolo per evitare le ripercussioni del venerdì santo, non si vergogneranno più di essere discepoli del Cristo, non tremeranno più davanti ai tribunali umani. Grazie allo Spirito Santo di cui sono ricolmi, essi comprendono «tutta la verità», cioè che la morte di Gesù non è la sua sconfitta, ma l'espressione estrema dell'Amore di Dio; Amore che nella Risurrezione vince la morte ed esalta Gesù come il Vivente, il Signore, il Redentore dell'uomo, il Signore della storia e del mondo. E questa realtà, di cui loro sono testimoni, diventa la Buona Notizia da annunciare a tutti.

Poi, lo Spirito Santo rinnova - guida e rinnova - *rinnova la terra*. Il Salmo dice: «Mandi il tuo spirito ... e rinnovi la terra» (Sal 103,30). Il racconto degli Atti degli Apostoli sulla nascita della Chiesa trova una significativa corrispondenza in questo Salmo, che è una grande lode di Dio Creatore. Lo Spirito Santo che Cristo ha mandato dal Padre, e lo Spirito Creatore che ha dato vita ad ogni cosa, sono uno e il medesimo. Perciò il rispetto del creato è un'esigenza della nostra fede: il "giardino" in cui viviamo non ci è affidato perché lo sfruttiamo, ma perché lo coltiviamo e lo custodiamo con rispetto (cfr Gen 2,15). Ma questo è possibile solo se Adamo - l'uomo plasmato con la terra - a sua volta si lascia rinnovare dallo Spirito Santo, se si lascia ri-plasmare dal Padre sul modello di Cristo, nuovo Adamo. Allora sì, rinnovati dallo Spirito, possiamo vivere la libertà dei figli, in armonia con tutto il creato, e in ogni creatura possiamo riconoscere un riflesso della gloria del Creatore, come afferma un altro salmo: «O Signore, Signore nostro, quanto è mirabile il tuo nome su tutta la terra!» (8,2.10). Guida, rinnova e dona, dà frutto.

Nella Lettera ai Galati san Paolo vuole mostrare qual è il "*frutto*" che si manifesta nella vita di coloro che camminano secondo lo Spirito (cfr 5,22). Da un lato c'è la «carne», con il corteo dei suoi vizi che l'Apostolo elenca, e che sono le opere dell'uomo egoistico, chiuso all'azione della grazia di Dio. Invece, nell'uomo che con la fede lascia irrompere in sé lo Spirito di Dio, fioriscono i doni divini, riassunti in nove virtù gioiose che Paolo chiama «frutto dello Spirito». Di qui l'appello, ripetuto in apertura

e in conclusione, come un programma di vita: «Camminate secondo lo Spirito» (Gal 5,16.25).

Il mondo ha bisogno di uomini e donne non chiusi, ma ricolmi di Spirito Santo. La chiusura allo Spirito Santo è non soltanto mancanza di libertà, ma anche peccato. Ci sono tanti modi di chiudersi allo Spirito Santo: nell'egoismo del proprio vantaggio, nel legalismo rigido – come l'atteggiamento dei dottori della legge che Gesù chiama ipocriti –, nella mancanza di memoria per ciò che Gesù ha insegnato, nel vivere la vita cristiana non come servizio ma come interesse personale, e così via. Invece, il mondo ha bisogno del coraggio, della speranza, della fede e della perseveranza dei discepoli di Cristo. Il mondo ha bisogno dei frutti, dei doni dello Spirito Santo, come elenca san Paolo: «amore, gioia, pace, magnanimità, benevolenza, bontà, fedeltà, mitezza, dominio di sé» (Gal 5,22). Il dono dello Spirito Santo è stato elargito in abbondanza alla Chiesa e a ciascuno di noi, perché possiamo vivere con fede genuina e carità operosa, perché possiamo diffondere i semi della riconciliazione e della pace. Rafforzati dallo Spirito - che guida, ci guida alla verità, che rinnova noi e tutta la terra, e che ci dona i frutti - rafforzati nello Spirito e da questi molteplici doni, diventiamo capaci di lottare senza compromessi contro il peccato, di lottare senza compromessi contro la corruzione, che si allarga sempre più nel mondo di giorno in giorno, e di dedicarci con paziente perseveranza alle opere della giustizia e della pace.

Si consiglia, inoltre, un passaggio (il n. 6) della Lettera Enciclica *Deus Caritas est* di Papa Benedetto XVI:

Come dobbiamo configurarci concretamente questo cammino di ascesa e di purificazione? Come deve essere vissuto l'amore, perché si realizzi pienamente la sua promessa umana e divina? Una prima indicazione importante la possiamo trovare nel *Cantico dei Cantici*, uno dei libri dell'Antico Testamento ben noto ai mistici. Secondo l'interpretazione oggi prevalente, le poesie contenute in questo libro sono originariamente canti d'amore, forse previsti per una festa di nozze israelitica, nella quale dovevano esaltare l'amore coniugale.

In tale contesto è molto istruttivo il fatto che, nel corso del libro, si trovano due parole diverse per indicare l'« amore ». Dapprima vi è la parola « *dodim* » - un plurale che esprime l'amore ancora insicuro, in una situazione di ricerca indeterminata. Questa parola viene poi sostituita dalla parola « *ahabà* », che nella traduzione greca dell'Antico Testamento è resa col termine di simile suono « *agape* » che, come abbiamo visto, diventò l'espressione caratteristica per la concezione biblica dell'amore. In opposizione all'amore indeterminato e ancora in ricerca, questo vocabolo esprime l'esperienza dell'amore che diventa ora veramente scoperta dell'altro, superando il carattere egoistico prima chiaramente dominante. Adesso l'amore diventa cura dell'altro e per l'altro. Non cerca più se stesso, l'immersione nell'ebbrezza della felicità; cerca invece il bene dell'amato: diventa rinuncia, è pronto al sacrificio, anzi lo cerca.

Fa parte degli sviluppi dell'amore verso livelli più alti, verso le sue intime purificazioni, che esso cerchi ora la definitività, e ciò in un duplice senso: nel senso dell'esclusività - « solo quest'unica persona » - e nel senso del « per sempre ». L'amore comprende la totalità dell'esistenza in ogni sua dimensione, anche in quella del tempo. Non potrebbe essere diversamente, perché la sua promessa mira al definitivo: l'amore mira all'eternità. Sì, amore è « estasi », ma estasi non nel senso di un momento di ebbrezza, ma estasi come cammino, come esodo permanente dall'io chiuso in se stesso verso la sua liberazione nel dono di sé, e proprio così verso il ritrovamento di sé, anzi verso la scoperta di Dio: « Chi cercherà di salvare la propria vita la perderà, chi invece la perde la salverà » (Lc 17, 33), dice Gesù - una sua affermazione che si ritrova nei Vangeli in diverse varianti (cfr Mt 10, 39; 16, 25; Mc 8, 35; Lc 9, 24; Gv 12, 25). Gesù con ciò descrive il suo personale cammino, che attraverso la croce lo conduce alla resurrezione: il cammino del chicco di grano che cade nella terra e muore e così porta molto frutto. Partendo dal centro del suo sacrificio personale e dell'amore che in esso giunge al suo compimento, egli con queste parole descrive anche l'essenza dell'amore e dell'esistenza umana in genere.

http://w2.vatican.va/content/benedict-xvi/it/audiences/2008/documents/hf_ben-xvi_aud_20081126.html Catechesi di Papa *Benedetto*

La dottrina della giustificazione: dalla fede alle opere.

Cari fratelli e sorelle,

nella catechesi di mercoledì scorso ho parlato della questione di come l'uomo diventi giusto davanti a Dio. Seguendo san Paolo, abbiamo visto che l'uomo non è in grado di farsi "giusto" con le sue proprie azioni, ma può realmente divenire "giusto" davanti a Dio solo perché Dio gli conferisce la sua "giustizia" unendolo a Cristo suo Figlio. E questa unione con Cristo l'uomo l'ottiene mediante la fede. In questo senso san Paolo ci dice: non le nostre opere, ma la fede ci rende "giusti". Questa fede, tuttavia, non è un pensiero, un'opinione, un'idea. Questa fede è comunione con Cristo, che il Signore ci dona e perciò diventa vita, diventa conformità con Lui. O, con altre parole, la fede, se è vera, se è reale, diventa amore, diventa carità, si esprime nella carità. Una fede senza carità, senza questo frutto non sarebbe vera fede. Sarebbe fede morta.

Abbiamo quindi trovato nell'ultima catechesi due livelli: quello della non rilevanza delle nostre azioni, delle nostre opere per il raggiungimento della salvezza e quello della "giustificazione" mediante la fede che produce il frutto dello Spirito. La confusione di questi due livelli ha causato, nel corso dei secoli, non pochi fraintendimenti nella cristianità. In questo contesto è importante che san Paolo nella stessa *Lettera ai Galati* ponga, da una parte, l'accento, in modo radicale, sulla gratuità della giustificazione non per le nostre opere, ma che, al tempo stesso, sottolinei pure la relazione tra la fede e la carità, tra la fede e le opere: "In Cristo Gesù non è la circoncisione che vale o la non circoncisione, ma la fede che si rende operosa per mezzo della carità" (*Gal 5,6*). Di conseguenza, vi sono, da una parte, le "opere della carne" che sono "fornicazione, impurità, dissolutezza, idolatria..." (*Gal 5,19-21*): tutte opere contrarie alla fede; dall'altra, vi è l'azione dello Spirito Santo, che alimenta la vita cristiana suscitando "amore, gioia, pace, magnanimità, benevolenza, bontà, fedeltà, mitezza, dominio di sé" (*Gal 5,22*): sono questi i frutti dello Spirito che sbocciano dalla fede.

All'inizio di quest'elenco di virtù è citata l'agape, l'amore, e nella conclusione il dominio di sé. In realtà, lo Spirito, che è l'Amore del Padre e del Figlio, effonde il suo primo dono, l'agape, nei nostri cuori (cfr *Rm 5,5*); e l'agape, l'amore, per esprimersi in pienezza esige il dominio di sé. Dell'amore del Padre e del Figlio, che ci raggiunge e trasforma la nostra esistenza in profondità, ho anche trattato nella mia prima Enciclica: *Deus caritas est*. I credenti sanno che nell'amore vicendevole s'incarna l'amore di Dio e di Cristo, per mezzo dello Spirito. Ritorniamo alla *Lettera ai Galati*. Qui san Paolo dice che, portando i pesi gli uni degli altri, i credenti adempiono il comandamento dell'amore (cfr *Gal 6,2*). Giustificati per il dono della fede in Cristo, siamo chiamati a vivere nell'amore di Cristo per il prossimo, perché è su questo criterio che saremo, alla fine della nostra esistenza, giudicati. In realtà, Paolo non fa che ripetere ciò che aveva detto Gesù stesso e che ci è stato riproposto dal Vangelo di domenica scorsa, nella parabola dell'ultimo Giudizio. Nella Prima Lettera ai Corinzi, san Paolo si diffonde in un famoso elogio dell'amore. E' il cosiddetto inno alla carità: "Se parlassi le lingue degli uomini e degli angeli, ma non avessi l'amore, sarei come bronzo che rimbomba o come cimbalo che strepita... La carità è magnanima, benevola è la carità, non è invidiosa, non si vanta, non si gonfia d'orgoglio, non manca di rispetto, non cerca il proprio interesse..." (*1 Cor 13,1.4-5*). L'amore cristiano è quanto mai esigente poiché sgorga dall'amore totale di Cristo per noi: quell'amore che ci reclama, ci accoglie, ci abbraccia, ci sostiene, sino a tormentarci, poiché costringe ciascuno a non vivere più per se stesso, chiuso nel proprio egoismo, ma per "Colui che è morto e risorto per noi" (cfr *2 Cor 5,15*). L'amore di Cristo ci fa essere in Lui quella creatura nuova (cfr *2 Cor 5,17*) che entra a far parte del suo Corpo mistico che è la Chiesa.

Vista in questa prospettiva, la centralità della giustificazione senza le opere, oggetto primario della predicazione di Paolo, non entra in contraddizione con la fede operante nell'amore; anzi esige che la nostra stessa fede si esprima in una vita secondo lo Spirito. Spesso si è vista un'infondata contrapposizione tra la teologia di san Paolo e quella di san Giacomo, che nella sua Lettera scrive: "Come il corpo senza lo spirito è morto, così anche la fede senza le opere è morta" (*2,26*). In realtà, mentre Paolo è

preoccupato anzitutto di dimostrare che la fede in Cristo è necessaria e sufficiente, Giacomo pone l'accento sulle relazioni consequenziali tra la fede e le opere (cfr *Gc* 2,2-4). Pertanto sia per Paolo sia per Giacomo la fede operante nell'amore attesta il dono gratuito della giustificazione in Cristo. La salvezza, ricevuta in Cristo, ha bisogno di essere custodita e testimoniata "con rispetto e timore. E' Dio infatti che suscita in voi il volere e l'operare secondo il suo disegno d'amore. Fate tutto senza mormorare e senza esitare... tenendo salda la parola di vita", dirà ancora san Paolo ai cristiani di Filippi (cfr *Fil* 2,12-14.16).

Spesso siamo portati a cadere negli stessi fraintendimenti che hanno caratterizzato la comunità di Corinto: quei cristiani pensavano che, essendo stati giustificati gratuitamente in Cristo per la fede, "tutto fosse loro lecito". E pensavano, e spesso sembra che lo pensino anche cristiani di oggi, che sia lecito creare divisioni nella Chiesa, Corpo di Cristo, celebrare l'Eucaristia senza farsi carico dei fratelli più bisognosi, aspirare ai carismi migliori senza rendersi conto di essere membra gli uni degli altri, e così via. Disastrose sono le conseguenze di una fede che non s'incarna nell'amore, perché si riduce all'arbitrio e al soggettivismo più nocivo per noi e per i fratelli. Al contrario, seguendo san Paolo, dobbiamo prendere rinnovata coscienza del fatto che, proprio perché giustificati in Cristo, non apparteniamo più a noi stessi, ma siamo diventati tempio dello Spirito e siamo perciò chiamati a glorificare Dio nel nostro corpo con tutta la nostra esistenza (cfr *1 Cor* 6,19). Sarebbe uno svendere il valore inestimabile della giustificazione se, comprati a caro prezzo dal sangue di Cristo, non lo glorificassimo con il nostro corpo. In realtà, è proprio questo il nostro culto "ragionevole" e insieme "spirituale", per cui siamo esortati da Paolo a "offrire il nostro corpo come sacrificio vivente, santo e gradito a Dio" (*Rm* 12,1). A che cosa si ridurrebbe una liturgia rivolta soltanto al Signore, senza diventare, nello stesso tempo, servizio per i fratelli, una fede che non si esprimesse nella carità? E l'Apostolo pone spesso le sue comunità di fronte al giudizio finale, in occasione del quale tutti "dobbiamo comparire davanti al tribunale di Cristo, per ricevere ciascuno la ricompensa delle opere compiute quando era nel corpo, sia in bene che in male"

(*2 Cor* 5,10; cfr anche *Rm* 2,16). E questo pensiero del Giudizio deve illuminarci nella nostra vita di ogni giorno.

Se l'etica che Paolo propone ai credenti non scade in forme di moralismo e si dimostra attuale per noi, è perché, ogni volta, riparte sempre dalla relazione personale e comunitaria con Cristo, per inverarsi nella vita secondo lo Spirito. Questo è essenziale: l'etica cristiana non nasce da un sistema di comandamenti, ma è conseguenza della nostra amicizia con Cristo. Questa amicizia influenza la vita: se è vera si incarna e si realizza nell'amore per il prossimo. Per questo, qualsiasi decadimento etico non si limita alla sfera individuale, ma è nello stesso tempo svalutazione della fede personale e comunitaria: da questa deriva e su essa incide in modo determinante. Lasciamoci quindi raggiungere dalla riconciliazione, che Dio ci ha donato in Cristo, dall'amore "folle" di Dio per noi: nulla e nessuno potranno mai separarci dal suo amore (cfr *Rm* 8,39). In questa certezza viviamo. E' questa certezza a donarci la forza di vivere concretamente la fede che opera nell'amore.

denza, mentre sono 30 mila i giovani che ogni anno, in preda al disagio di vivere, tentano di togliersi la vita; 120 di loro purtroppo ci riescono. In particolare, i dati indicano che circa il 20% dei giovani dai 15 ai 34 anni ha fatto o fa uso di ecstasy, il 23% ha provato la cannabis, il 2% la cocaina. Inoltre, otto ragazzi su 10 bevono alcol, che è considerato il principale fattore di rischio di invalidità e di mortalità prematura per i giovani. Secondo il World Health Report infatti l'eccesso di alcol è la causa di un decesso su quattro nella fascia d'età fra 15 e 29 anni. Il consumo di alcol in giovane età si associa poi a un maggior rischio di abuso di droga e disturbi depressivi nella vita adulta; e secondo l'Istat, nella fascia fra i 14 e i 16 anni si stanno registrando i maggiori incrementi nel consumo di bevande alcoliche. "Alcol e sostanze; osserva Massimo Clerici, docente di Psichiatria all'Università di Milano-Bicocca - vanno spesso a sommarsi ai disagi psicologici degli adolescenti: uno su tre soffre di ansia, quasi il 15% di disturbi dell'umore. In alcuni casi sono proprio le sostanze stupefacenti a portare a galla il malessere psichico, in altri casi accade il contrario. Ma quando i fattori si sommano, l'effetto può essere devastante e portare a comportamenti aggressivi verso di se' o verso gli altri. Così si stima che dal 5 al 15% degli adolescenti pensi al suicidio, mentre ogni anno tenta di togliersi la vita circa l'1% dei ragazzi, il 10% ci riprova nel giro di sei mesi, il 40% entro meno di due anni. I decessi per suicidio sono 120 all'anno, con i ragazzi in numero sei volte maggiore rispetto alle ragazze". "Per affrontare meglio il disagio psichico negli adolescenti; afferma Claudio Mencacci, membro della Società Italiana di Psichiatria, avremmo bisogno di servizi dedicati, di cui l'Italia purtroppo è molto carente. L'età adolescenziale è una 'terra di mezzo', per cui ne' i servizi di neuropsichiatria infantile, per lo più gestiti da pediatri, ne' i servizi psichiatrici per adulti sanno dare una risposta ideale. Servirebbe una razionalizzazione delle risorse e la creazione di centri dedicati all'adolescenza, anche perchè intercettare il disagio prima possibile è fondamentale per riuscire a risolverlo".

I ragazzi potrebbero farsi loro portavoce sul territorio del problema e dare vita ad un piccolo "convegno" da loro organizzato come un servizio per i loro coetanei e come un'iniziativa che possa coinvolgere la comunità parrocchiale.

Modulo celebrativo-liturgico

I PROPOSTA

EDUCARE IL CORPO ALLA PREGHIERA

L'idea che anima questa proposta è la stessa del percorso compiuto finora, e si preoccupa di rendere concreto quanto detto nella vita di preghiera degli adolescenti.

Pregare con i sensi del corpo

di Padre Pino Piva sj

Pacificati, respirando profondamente. Senti l'aria che dall'esterno entra nel tuo interno. Sentila uscire.

Sentiti alla presenza del Signore, presente in ogni cosa, e preparati a pregare.

Chiedi allo Spirito Santo che ti aiuti a pregare, che tutta la tua persona partecipi alla preghiera.

Chiedigli ciò che desideri da questo momento di preghiera:

Che tu possa riconoscere ed incontrare il Signore presente in ogni cosa, attraverso i tuoi sensi e con tutto te stesso.

GUARDA

il mondo che ti circonda: le persone, la natura, gli alberi, la pianura e i monti, il cielo, le nubi, il sole...

perdi del tempo nel guardare...

ASCOLTA

il rumore del vento, degli uccelli; le voci e i rumori lontani...

perdi del tempo nell'ascoltare...

SENTI

il profumo, gli odori, che il vento trasporta: gradevoli o meno; odora le erbe aromatiche, i fiori...

perdi nel tempo nel sentire gli odori...

SENTI

il tocco del vento sul tuo viso: è fresco o caldo? Tocca i tronchi degli alberi, i vari tipi di erba, le superfici dei muretti o il terreno sotto i tuoi piedi, e nota come si presentano al tuo tatto...

perdi tempo nel sentire questo tocco...

ASSAPORA,

la dolcezza di questo momento... o qualsiasi sia lo stato d'animo che abita il tuo cuore, piacevole o meno...

perdi tempo nel gustare ciò che senti...

Lascia che questa esperienza dei sensi *si rifletta* nel tuo interno e ti comunichi la presenza, l'opera e l'affetto di Dio per te: vedi, ascolta, senti il profumo, il tocco e la dolcezza della presenza, dell'opera e dell'affetto di Dio per te... perdi tempo nel "riflettere" in questo modo...

Dialoga con il tuo Signore, in quel luogo esteriore ed interiore, ed esprimi ciò che desideri dirgli.

Salutalo nel terminare la preghiera.

Puoi pregare con i salmi della creazione: **104, 136, 139, 147, 148, 149, 150**

II PROPOSTA

EDUCARE AL DOMINIO DI SÉ CON L'ESAME DI COSCIENZA

(EVENTUALE CELEBRAZIONE PENITENZIALE)

Dalla lettera ai Galati

¹³Voi infatti, fratelli, siete stati chiamati a libertà. Che questa libertà non divenga però un pretesto per la carne; mediante l'amore siate invece a servizio gli uni degli altri. ¹⁴Tutta la Legge infatti trova la sua pienezza in un solo precetto: Amerai il tuo prossimo come te stesso. ¹⁵Ma se vi mordete e vi divorate a vicenda, badate almeno di non distruggervi del tutto gli uni gli altri!

¹⁶Vi dico dunque: camminate secondo lo Spirito e non sarete portati a soddisfare il desiderio della carne. ¹⁷La carne infatti ha desideri contrari allo Spirito e lo Spirito ha desideri contrari alla carne; queste cose si oppongono a vicenda, sicché voi non fate quello che vorreste.

¹⁸Ma se vi lasciate guidare dallo Spirito, non siete sotto la Legge. ¹⁹Del resto sono ben note le opere della carne: fornicazione, impurità, dissolutezza, ²⁰idolatria, stregonerie, inimicizie, discordia, gelosia, dissensi, divisioni, fazioni, ²¹invidie, ubriachezze, orge e cose del genere. Riguardo a queste cose vi preavviso, come già ho detto: chi le compie non erediterà il regno di Dio. ²²Il frutto dello Spirito invece è amore, gioia, pace, magnanimità, benevolenza, bontà, fedeltà, mitezza, dominio di sé; ²³contro queste cose non c'è Legge.

²⁴Quelli che sono di Cristo Gesù hanno crocifisso la carne con le sue passioni e i suoi desideri. ²⁵Perciò se viviamo dello Spirito, camminiamo anche secondo lo Spirito. ²⁶Non cerchiamo la vanagloria, provocandoci e invidiandoci gli uni gli altri.

DOMANDE PER UN ESAME DI COSCIENZA

Carlo Maria MARTINI Il frutto dello Spirito nella vita quotidiana Ed. Grubaudi 1998, p.46

Ritengo utile proporvi quattro domande per un esame di coscienza.

1. Nell'esercizio delle mie responsabilità, dove potrei prevaricare più facilmente? 2. Come mi comporto con chi mi fa perdere tempo? La nostra è una società molto permissiva, ma molto gelosa del proprio tempo, per cui ci irritiamo facilmente sia con i seccatori - che fanno perdere tempo per definizione - sia con i malati, con gli anziani, con i bambini. Pare a noi che ci tolgano minuti preziosi e quindi ci irrigidiamo, diventiamo rapidi, intrattabili. Qual è dunque la mia moderazione, la mia benignità, la mia pazienza, la mia affabilità, il dominio di me, l'autocontrollo nei riguardi delle stesse persone di casa che mi fanno perdere tempo? Non dimentichiamo che la pace domestica è un valore fondamentale. 3. Come esigo l'osservanza dei regolamenti, degli orari, anche degli orari di casa? Con negligenza, con sciattezza, lasciando correre tutto oppure con rigidità e con irosità? E necessario trovare sempre il giusto mezzo nei rapporti tra persone, negli orari, nella vita quotidiana. 4. Infine, la domanda più importante: come vedo negli altri Gesù Cristo? Se vediamo Gesù negli altri abbiamo adempiuto a tutta la legge della vita sociale e cristiana. Signore Gesù, tu che hai promesso lo Spirito santo per rafforzarci nella fede, speranza e carità, rendici nel mondo testimoni del tuo amore. Amen.

La Celebrazione della Parola che potrebbe introdurre la confessione individuale dei ragazzi potrebbe essere arricchita da qualche segno che concentri il cammino svolto durante gli incontri. Dopo aver accolto la Parola, aver fatto l'esame di coscienza e ricevuto il perdono si potrebbe esprimere un gesto di liberazione, di dominio di sé. I ragazzi, come gesto penitenziale, potrebbero insieme fare un segno di carità che aiuti chi vive o sta tentando di uscire da una "dipendenza": potrebbero scrivere insieme una lettera ad una casa famiglia, una lettera al Carcere Minorile e la Celebrazione potrebbe concludersi mettendo una firma davanti ad una riproduzione di un'icona con il Volto di Cristo: Egli, uomo nuovo e libero, c'incoraggia ad essere noi stessi: in Lui possiamo diventare veramente re. La firma vuole essere il segno della nostra disponibilità a lasciarci guidare da Gesù: via, verità e vita della nostra libertà"