

# Regola di vita

## LA PORTA È APERTA

Obiettivo

La porta è aperta... per uscire!

Conclusione del campo e definizione della regola di vita.

CHIAVE per uscire

Siamo giunti al termine di questo campo estivo ed è il momento di tirare un po' le somme di quanto abbiamo vissuto in questa esperienza. I ragazzi sono stati invitati ad individuare, al termine di ogni giornata, dei passi concreti da realizzare una volta usciti da questa casa e tornati alla loro vita di sempre. Ora è il momento di fare un po' di sintesi provando a stendere una propria Regola di vita: uno strumento che ci può servire a focalizzare i propositi, a non dimenticarli, e a capire quali di questi sono veramente possibili e utili per la crescita personale. Può aiutare a mantenere il passo e non perderlo.

La regola, anche se può sembrare tale, non vuole "imbrigliare" la nostra vita, ma essere uno strumento per educarci a vivere il Vangelo, per garantirci la nostra libertà. Sappiamo che non ci si improvvisa cristiani e che nella vita, se si vogliono raggiungere mete impegnative, ci vuole allenamento. Potremmo dire che la regola di vita è il programma personale di allenamento nel vivere il Vangelo e nell'essere veramente liberi e perciò felici.

Questo allenamento ci permette di incarnare il Vangelo nella vita di ogni giorno. Ci aiuta a fare in modo che il Vangelo illumini e guidi ogni momento della vita. Sottolineo: **OGNI MOMENTO DELLA VITA**. La sfida è quella di non relegare il Vangelo a qualche momento della vita (in particolare preghiera, messa, catechismo, oratorio...), ma domandarci anche: cosa ha da dirmi il Vangelo sul mio impegno a scuola, in famiglia, nel tempo libero, con gli amici, con il mio modo di gestire i pochi o tanti soldi che possiedo, sui miei sentimenti e affetti... ?

Se vivo in pienezza il Vangelo, giocando la mia libertà, io posso diventare un testimone di Gesù oggi, non solo con le parole, ma con un comportamento di vita.

CHE COSA NON È LA REGOLA DI VITA?

*La regola di vita non è una legge*, perché alla base ci sta l'amore; l'amore che ciascuno ha per se stesso, da intendere come volontà di spendere ogni energia per seguire Gesù e per somigliarli.

*La regola non è complicata*, ma il più possibile semplice: pochi impegni, ma essenziali, concreti. Ciascuno dovrebbe infatti costruirla a sua misura, tenendo ben conto dei doni che riceve da Dio e dei propri limiti e di quali possibilità ha per trafficare i suoi talenti.

*La regola di vita non si adatta all'umore*, non la si segue cioè, quando è facile, quando si è spiritualmente "su di giri", quando si ha voglia, anzi...

*La regola di vita non si arresta mai*, perché si tratta di un cammino (allenamento) di crescita nella fede. Man mano che si cammina, avendo Gesù come modello di vita, si progredisce e la regola di vita ci permette di crescere nella vita secondo lo Spirito, ci permette di stare alla sequela del Signore e di sperimentare la sua presenza qui, tra noi, oggi.

UNA REGOLA DI VITA...

1. ...per non cadere di tono

Dopo aver assaporato, intuito, la bellezza del vivere insieme, con Cristo e per Cristo, si può correre il rischio di cadere in una mediocrità spirituale, in una vita di fede blanda e sotto tono che toglie progressivamente la forza di ciò che abbiamo vissuto e sperimentato: la regola diventa un modo concreto per trasformare l'entusiasmo di un'esperienza forte, come può essere un campo estivo, in un percorso, che accompagna ogni giornata, che accompagna la crescita nella fede. La regola permette di tenere dei tempi anche nella faticosa e ripetitiva quotidianità.

2. ...per prepararci a nuovi traguardi

Il Signore continua a chiamarci e ci fa intuire nuove avventure, ci mostra nuove prospettive di impegno, di servizio e nuovi traguardi di carità.

La vita stessa, nel suo avanzare, ci mette davanti nuove responsabilità che riempiono di senso il nostro esistere: impegni in oratorio o parrocchia, lavoro, scuola (superiori, università), vita affettiva, matrimonio, consacrazione, ...è la scoperta, la scelta e la realizzazione della nostra vocazione personale.

Gesù ci direbbe, "se devi costruire la casa della tua vita o prepararti alla dura battaglia contro l'egoismo, ...devi organizzarti in qualche modo, devi fare qualche conto, mettere insieme un po' di materiale, altrimenti fallirai, e sarai deriso" (Lc 14, 28-32).

### 3. ...per "difenderti" dai pericoli e dalle tentazioni

È l'umiltà e la consapevolezza di saperci fragili, bisognosi di sostegno e d'aiuto, facilmente e fortemente condizionabili da tante cose, che ci mette in movimento, che ci "obbliga" a darci dei seri sostegni per non soccombere agli urti della vita e lasciarci travolgere dalle subdole tentazioni che respiriamo nell'aria.

Gesù ci direbbe: "Sii saggio e accorto, costruisci la casa della tua vita sulla roccia, perché le tempeste, i venti e le mareggiate certo non mancano e non mancheranno" (Mt 7, 24-27). Il cristiano, anche più convinto, non è esente dalle tentazioni del consumismo, dell'individualismo, dell'indifferenza, dell'idolatria dell'io, della ricerca del potere, dell'apparire, del prestigio, del relativismo...

### 4. ...per essere testimoni fra i nostri coetanei

Ciò che abbiamo ricevuto e ciò che ci ha cambiato può far bene a tanti altri amici e non possiamo permetterci di tenerlo tutto per noi!!! Per essere testimoni, per saper dire agli altri, con la vita, il Signore, è necessario fissarsi dei punti, è necessario porsi dei traguardi e camminare.

## Attività

In questa scheda non proponiamo una vera e propria attività, ma dei suggerimenti che possono guidare gli adolescenti a ripensare alle regole che hanno scritto nelle giornate di campo, e fare un'analisi della loro situazione di vita per definire i punti della loro regola di vita. Può essere utile a voi educatori nell'affiancare i vostri ragazzi nella riflessione.

## Come stendere una regola di vita

### TRE DEVONO ESSERE I PUNTI FERMI

- Partire dalla situazione concreta della tua vita fatta di orari, impegni, attività.
- Aprirsi alla Parola di Dio (vedere - giudicare - agire)
- Confrontare la regola che inizi a scrivere con la tua guida spirituale (per facilitare questa terza proposta oggi hai a disposizione alcuni sacerdoti, consacrate, seminaristi).

Una regola di vita può anche essere bellissima, ma se non tiene conto della vita concreta non potrà mai essere praticata.

### PARTI DA UNA "SETTIMANA TIPO"...

- Scrivi gli impegni fissi della settimana (scuola, studio, famiglia, impegni in oratorio, catechismo, sport...)
- Domandati: come utilizzo il "tempo libero" che mi rimane? (amicizia, svago, scelta di programmi televisivi...)
- Inserisci i momenti di preghiera quotidiani e settimanali

### ...POI FATTI QUALCHE DOMANDA

- Qual è quella realtà che mi sta più a cuore nella mia vita presente?
- Tra le esperienze che sto vivendo, quali mi sembrano irrinunciabili, cioè le sento particolarmente adatte per me?
- Su cosa o su chi sto fondando la mia vita?
- Qual è il desiderio più profondo del mio cuore in questo momento e cosa sto facendo per realizzarlo?
- C'è un brano o una frase del Vangelo che può riassumere le mie aspirazioni, i miei desideri o può diventare un mio programma di vita?

### ESEMPI E SUGGERIMENTI...

- La tua Regola di Vita potrebbe indicare in maniera particolareggiata orari e tempi, oltre a quelli già fissati, in cui vivere la preghiera personale, la formazione (catechesi...) e il servizio. Sono tre pilastri della vita cristiana che sei chiamato/a a fare tuoi e sui quali sei chiamato/a a crescere.
- La tua Regola di vita potrebbe trovare spunto da alcuni brani di Vangelo, o di Parola di Dio, attraverso i quali fissi i passi di crescita da compiere.

## NON DIMENTICARTI CHE...

- Una vita senza regole è una vita SREGOLATA.
- Una regola di vita è per la vita e non seguirla significa investire su una REGOLADI MORTE.
- La regola non è in contraddizione con la LIBERTÀ, anzi la regola di vita mi garantisce la mia libertà di scelta.
- Avere il coraggio di obbedire alla propria regola di vita è avere il coraggio di rispondere all'amore gratuito che Dio mi dona.
- Se non mi metto delle regole, sarò schiavo delle cose che vivo; saranno loro a scegliere me e non io a scegliere loro.
- La regola di vita è un dono del Signore e come tale va accolta e praticata umilmente, con impegno, nella verità, obbedendo, nella consapevolezza che chi è fedele alla propria regola di vita è fedele a Dio.

## Domande

La scheda per i ragazzi non prevede delle domande ulteriori per questo tema. Si rimanda alla scheda che riporta la piantina della casa nella quale poter scrivere i punti della propria REGOLADI VITA.

## Brano biblico

*Dal Vangelo di Luca (10, 38-42)*

Mentre erano in cammino, entrò in un villaggio e una donna, di nome Marta, lo ospitò. Ella aveva una sorella, di nome Maria, la quale, seduta ai piedi del Signore, ascoltava la sua parola. Marta invece era distolta per i molti servizi. Allora si fece avanti e disse: "Signore, non t'importa nulla che mia sorella mi abbia lasciata sola a servire? Dille dunque che mi aiuti". Ma il Signore le rispose: "Marta, Marta, tu ti affanni e ti agiti per molte cose, ma di una cosa sola c'è bisogno. Maria ha scelto la parte migliore, che non le sarà tolta".

## Commento

*La casa dell'accoglienza. Casa di amici per Gesù. Casa familiare.*

*Nella casa di Betania si compie la sintesi dell'esperienza cristiana. Non c'è in campo nessun conflitto fra anime contemplative e attive. Non c'è da trovare il vincente fra preghiera e servizio. Al cuore del brano c'è la capacità di accogliere, di mettere al centro l'ospite. Marta invece è affanna nei molti servizi e distolta da ciò che davvero conta, l'ospite. E pensare che all'inizio del brano è proprio lei ad aprire la porta di casa per ospitare Gesù. Poi cade nella tentazione di metter al centro se stessa, di mettere in mostra se stessa e quanto stava facendo.*

*La casa diventa dunque davvero luogo, spazio per il fratello, per l'attenzione viva a lui, per l'accoglienza della sua persona, per crescere in relazioni significative, per fare festa e mettersi in gioco così come si è, con tutto se stessi. La casa di Betania può davvero essere il modello di ogni casa... soprattutto dopo il cammino di questo campo, dove ciascuno può essere davvero protagonista, sostenuto dalla regola di vita che ha compilato come frutto maturo dell'esperienza vissuta.*

## Proposta celebrativa

A voi animatori il compito di pensare una bella celebrazione che concluda in maniera coinvolgente il campo, prendendo spunto dalle esperienze vissute insieme ai vostri ragazzi, che sottolinei come la fine dell'esperienza estiva segna in realtà l'inizio di un nuovo cammino: l'uscita da una casa provvisoria, per tornare ad abitare la propria casa di origine in modo nuovo, avendo scoperto delle chiavi che possano aprire nuove porte, che mostrino delle stanze della propria vita ancora da arredare.

## Link

- UTILITA' DELLA DIREZIONE SPIRITUALE  
[Http://www.vocazionefrancescana.org/2011/09/chi-e-e-perche-serve-un-padre.html](http://www.vocazionefrancescana.org/2011/09/chi-e-e-perche-serve-un-padre.html)