



Percorso di lettura, confronto e preghiera in gruppo di *Followers* – *Compagni di viaggio*

La lettera *Followers – Compagni di viaggio* che l'arcivescovo Mario Delpini ha indirizzato alle adolescenti e agli adolescenti della diocesi di Milano offre un **percorso di riflessione** che può accompagnare la crescita di ciascuno. La lettera può essere approfondita personalmente, ma può anche essere l'occasione perché il **gruppo adolescenti** ne approfondisca le tematiche.

Per questo motivo forniamo **quattro schede**, suddivise secondo lo schema seguito dalla lettera (il rapporto con sé stessi; con gli amici; con gli educatori; con il Signore) consigliando alcune attività da svolgere durante gli incontri di gruppo.

In ciascuna scheda si potrà trovare un breve momento di attivazione, per entrare nel tema in oggetto, una o più attività pratiche che consentono la riflessione e alcuni spunti per il confronto nel gruppo.

Inoltre, la proposta fatta dall'arcivescovo Mario è costruita sulle solide fondamenta della Scrittura, a partire da quattro brani del vangelo di Giovanni. Per questo motivo, oltre alle attività rivolte al gruppo adolescenti per approfondire i contenuti della lettera, seguendo quei brani, **sono proposti quattro incontri di preghiera comunitari (da scaricare a parte in formato .docx)**, dedicati al gruppo adolescenti, che debitamente trasformati potranno essere consegnati a ciascuno per la preghiera personale.

Il momento celebrativo prevede uno spazio dedicato all'approccio alla Scrittura, seguendo metodi differenti; ciò comporta un impegno organizzativo maggiore e richiede un tempo più prolungato per realizzare la preghiera, ciascun gruppo educatori potrà decidere se seguire le indicazioni suggerite, oppure limitarsi a proporre un commento spirituale che segua il filo conduttore di quanto espresso nella lettera (per ogni scheda si troverà a parte in word lo schema di preghiera e in quel file solo di seguito le indicazioni per affrontare il brano della Scrittura, perché non è necessario che queste ultime siano consegnate agli adolescenti).

È bene che, se il gruppo è numeroso, nel momento di confronto con la parola gli adolescenti e le adolescenti siano divisi in gruppi di numero inferiore, di circa 5-6 componenti.

Quando il percorso di approfondimento della lettera *Followers – compagni di viaggio* sarà concluso, potrà essere utile un confronto con il gruppo adolescenti, lasciando che ciascuno verifichi se e in quale modo esso lo ha aiutato a pregare. Si potrà consigliare a ciascuno di loro di impegnarsi a usare il metodo che trova più fruttuoso per pregare a partire dalla liturgia domenicale.



Scheda 1. Quel poco che hai... basterà!

ATTIVAZIONE

I ragazzi avranno a disposizione, sparsi su un tavolo, diversi strumenti per disegnare e colorare (pastelli a cera, matite colorate, di grafite, di diversi colori, forme e dimensioni). A ogni ragazzo e ragazza sarà concesso un po' di tempo per prendere uno di questi strumenti, scegliendo quello che rappresenta qualche aspetto di sé e del proprio essere per una particolare caratteristica (colore, grandezza, modo di utilizzo...). È importante che in questa fase sia scelto un solo strumento.

Per esempio: «ho scelto una matita corta e piccola perché sono timido, cerco sempre di “nascondermi” all'interno del gruppo, senza attirare troppo l'attenzione».

La condivisione avverrà a coppie (si può organizzare secondo la modalità “speed date”: i partecipanti sono seduti uno di fronte all'altro in due lunghe file; le coppie di persone formate da chi si trova di fronte hanno un minuto di tempo per spiegarsi vicendevolmente la scelta, terminato il tempo tutti i partecipanti scaleranno di un posto verso destra e la condivisione continuerà con nuove persone).

ATTIVITÀ PERSONALE

Ogni ragazzo avrà a disposizione un foglio diviso in 2 parti.

Attività 1: Nella prima metà del foglio ogni ragazzo dovrà realizzare un disegno utilizzando solo lo strumento scelto nella precedente attività. Ciascuno può scegliere il soggetto che preferisce, oppure realizzare un disegno astratto, ecc. È importante che gli adolescenti cerchino di utilizzare lo strumento valorizzandolo il più possibile, sfruttando tutte le sue caratteristiche (possibilità di fare sfumature, diversi modi di premere sul foglio, ecc.).

Apparentemente, sembra che non sia abbastanza realizzare un disegno utilizzando una sola matita. Tante volte può capitare di non “sentirsi abbastanza”, di credere che il proprio essere, le proprie caratteristiche, non siano abbastanza per poter fare qualcosa di buono, che “manchi qualcosa”.

Invece, è bello ricordarsi che: “*Quel poco che hai, basterà!*”, come afferma il vescovo Mario nella sua lettera. Come per realizzare questo disegno si è cercato di sfruttare tutte le caratteristiche dello strumento scelto, con pazienza, attenzione e cura, così si può provare a fare con sé stessi: scoprirci per quello che si è e cercare di tirare fuori il meglio, convinti che, per come si è, si può donare qualcosa di bello a chi sta intorno.

Attività 2: I ragazzi lavorano a coppie: ciascuno, scegliendo tra tutte le matite e pastelli a disposizione, sceglie un secondo strumento da offrire al suo compagno. Anche in questo caso la scelta sarà fatta cercando di collegare una caratteristica dello strumento a una sfaccettatura della personalità del proprio amico (per esempio: «ho scelto di darti un pastello giallo perché credo tu sia una persona solare»).

A questo punto ciascun componente della coppia avrà a disposizione lo strumento che ha scelto, ma anche uno nuovo, simbolo di ciò che gli altri vedono di buono in lui o lei.





Con questi due strumenti i ragazzi realizzeranno un nuovo disegno nella seconda parte del foglio, sfruttando le caratteristiche di entrambi i pastelli a disposizione.

Nella lettera agli adolescenti, l'Arcivescovo dice: *“i giorni dell'adolescenza sono, in sostanza, la ricerca di compagni di viaggio con cui andare avanti”*. Ma come riconoscere chi sono i veri compagni di viaggio? Sono proprio gli amici e le persone che stanno accanto, che ricordano che si è preziosi, che si può fare qualcosa di bello con quel che si è, che mostrano il meglio dell'amico e lo spingono a tirarlo fuori.

Il secondo disegno realizzato avrà un colore in più, sarà più ricco. Allo stesso modo, è bello accorgersi della propria unicità quando è mostrata dai compagni di viaggio, perché la loro vicinanza è una spinta a cercare sempre di donarsi per ciò che si è.

CONDIVISIONE

A coppie o in un piccolo gruppo. I ragazzi potranno condividere tutto il percorso fatto, dalla scelta del pastello, al dono ricevuto dal proprio compagno per realizzare il secondo disegno.

Domande guida:

- Ci sono stati dei momenti in particolare in cui “non ti sei sentito abbastanza”?
- Ti è capitato che qualcuno ti ricordasse che sei speciale così come sei? Questo ti ha aiutato a non sottovalutarti, e donarti dando il massimo in quello che fai?
- Dalla lettera dell'Arcivescovo, per riflettere: *“Voi non siete perfetti... Voi non avete tutte le doti possibili... Ma quello che avete, questi cinque pani, cinque pani basteranno per i cinquemila! Quel poco che hai... basterà! Perché ciò che rende preziosa la tua vita non sono le doti che hai, ma sono le ragioni per cui spendi le doti che hai”*.



Scheda 2. L'amicizia in presenza

ATTIVAZIONE

Materiale: fogli A4/A5, penne, pennarelli

I ragazzi dovranno scrivere su un foglio una lista di persone, 15 amici più o meno stretti. A partire da questa lista dovranno creare degli insiemi, raggruppando i nomi per categoria, per denominare ciascun insieme dovranno assegnare un hashtag o un emoji.

Ogni insieme dovrà contenere almeno 3 nomi e ci dovranno essere almeno 4/5 insiemi. Una volta creati i gruppi i ragazzi dovranno verificare se è possibile aggiungere una persona per ciascun gruppo, integrandola dall'elenco iniziale.

ATTIVITÀ PERSONALE

Materiale: fogli A4/A3, penne, pennarelli

Partendo dalla lista di persone raggruppate negli insiemi, ognuno sarà invitato a identificare un luogo da attribuire ai gruppi di amici. Ogni persona deve essere associata a un luogo, creando una mappa: si può partire dalla propria stanza e dalla propria casa, aggiungendo il parco, l'oratorio, la strada, il centro commerciale, la scuola, il cinema, ecc.

È possibile che sul finire dell'attività siano proposti alcuni spunti di riflessione:

- Quali amicizie non si collocano in un luogo?
- Quali luoghi accolgono o ricordano un'amicizia?
- Quali amicizie sono condizionate dal luogo?

CONDIVISIONE

In piccoli gruppi o in unico grande gruppo i ragazzi condivideranno la propria mappa amicale e gli spunti che li hanno stimolati. Gli educatori potrebbero citare alcuni passaggi della lettera dell'Arcivescovo per suscitare riflessioni, reazioni e risposte da parte degli adolescenti:

- L'arcivescovo ricorda che *“Gli amici sono quelli che si vedono, che si salutano, a cui si stringe la mano. Con gli amici ci si siede per parlare, ridere, guardarsi, pregare, immaginare avventure”*; con gli amici si condividono luoghi e tempi, spazi e momenti della propria vita.

- *“Non ogni presenza è un'amicizia: chi sono i veri amici e le vere amiche?”*; da questa domanda si può aprire un dibattito sulle caratteristiche di un vero amico. È fondamentale imparare a riconoscere gli amici veri, i compagni di viaggio su cui si può contare per davvero: *“I tuoi compagni possono essere decine, ma gli amici veri sono rari”*.



- *“Ci sono amicizie che rendono migliori, che creano le condizioni favorevoli per tirar fuori il meglio che c'è dentro. Si costruiscono per una speciale grazia di Dio; sono fiori che sbocciano in terreni predisposti. Richiedono intraprendenza e pazienza, semplicità e purezza di cuore”.*

- *“Anche Gesù ha parlato dell'amicizia, ma non si è limitato a fare discorsi”.* Essere compagni di viaggio significa anche mettersi a disposizione, donare del tempo e farsi prossimi: l'episodio della lavanda dei piedi è emblematico di uno stile volto all'amore, dello stile di Gesù.

- L'amicizia che rende migliori è un dono, non è scontata: bisogna accorgersi di chi cammina insieme! Si possono riconoscere i compagni di viaggio e ringraziarli con un messaggio, una lettera oppure dicendoglielo a cuore aperto, sul pullman, a scuola, in bici, agli allenamenti, mangiando un gelato, giocando al pc... senza aspettare!



Scheda 3. I saggi consiglieri

ATTIVAZIONE

Materiale: fogli di carta, oppure impostare strumenti come padlet, per condividere i passaggi sia all'interno del piccolo gruppo, sia con tutti i partecipanti.

I ragazzi verranno divisi in piccoli gruppi e sarà chiesto loro di descrivere i passaggi operativi di una situazione data dagli educatori (per esempio: “dovete andare a Milano a visitare una mostra, oppure organizzare un weekend in montagna”). I ragazzi dovranno scrivere come risolverebbero la situazione posta, esplicitando i processi messi in atto per arrivare fino alla fine (per esempio: verificare gli orari del treno; comprare i biglietti on-line; stabilire come raggiungere la stazione; preparare il pranzo al sacco, ecc.). Al termine del tempo stabilito i gruppi condividono ciò che hanno scritto. Gli educatori, a questo punto, chiederanno ai ragazzi di eliminare tutti i passaggi che sono svolti solo grazie a quanto hanno appreso da altri: la famiglia, la scuola, gli educatori, ecc. (per esempio: “eliminate tutto ciò che comporta delle competenze matematiche apprese a scuola”).

NB: se si utilizza il padlet si può cambiare colore alle caselle di testo, oppure eliminare direttamente i commenti.

ATTIVITÀ PERSONALE

Materiale: scheda con domande e spazio per scrivere.

Guardando il programma ormai ridotto a pochissime attività (se non nessuna) dell'attività precedente, ciascun ragazzo viene invitato a riflettere sul ruolo che determinate figure hanno avuto nella propria vita.

- Che cosa mi hanno insegnato i docenti, gli educatori, i miei genitori?
- Quanta importanza hanno nella mia formazione personale?
- Quanto di loro c'è in me? E quanto invece è “farina del mio sacco”?

Si richiede ai ragazzi di riflettere non soltanto su insegnamenti pratici, ma anche su elementi e insegnamenti che interpellano le domande di senso dei ragazzi.

CONDIVISIONE

Materiale: foglio oppure padlet

A ciascun gruppo viene proposto un caso di problem solving (per esempio: essere nel deserto senza benzina e con poche provviste). Come risolvere la situazione?

Gli educatori partecipano con i ragazzi alla ricerca di una soluzione. Non esiste una soluzione corretta, l'importante infatti è provare a mettere in campo le proprie competenze e collaborare con gli altri.

Al termine del tempo stabilito si chiede ai ragazzi come si è arrivati alla soluzione e si mette in luce come anche gli educatori fossero coinvolti nello stesso modo alla ricerca della soluzione.



Non sono persone capaci di dare tutte le risposte, ma persone che cercano di camminare insieme ai ragazzi, guidandoli a trovare le proprie risposte, consigliandoli a partire dalla propria esperienza personale.

Riprendendo alcuni passaggi della lettera del vescovo Mario si potrà citare:

- *“Parlare con un saggio consigliere fa bene: ci sono problemi che sembrano senza soluzione, enormi, drammatici. Una parola saggia assicura che si possono risolvere, che non è tanto strano sperimentarli, che non sei tanto sbagliato o sbagliata se ti poni questioni su Dio, sui sentimenti, sul sesso, sulla vita e sulla morte”.*

- *“È una benedizione entrare in confidenza con la persona giusta, che non sia troppo curiosa, che non pretenda di avere la ricetta per tutto, che non sia assillante nel dirigere e pretendere. Il saggio consigliere ti ascolta e tu capisci che ti vuole bene. In verità neanche lui o lei capisce tutto. Non sempre intuisce quanto sia difficile per te il momento che stai vivendo e che non riesci a descrivere. Però ti stima, ti vuol bene e tu hai l'impressione di non disturbarlo quando ti fermi un momento a parlare”.*

L'attività terminerà chiedendo ai ragazzi di fare memoria di tutte le guide, di tutti saggi consiglieri che ogni giorno li accompagnano nel proprio percorso di crescita. Ciascuno può prendersi l'impegno di scrivere su un foglietto un passaggio di un problem solving (preso da una delle attività dell'incontro, oppure preso da una situazione realmente vissuta) che è riuscito a risolvere grazie al consiglio, accompagnamento o sguardo di un saggio consigliere.



Scheda 4. Gesù compagno di viaggio

ATTIVAZIONE

Materiale: forme del gioco tetris o tangram su cartoncino

I ragazzi riceveranno uno schema da riempire con una serie di forme del tetris o del tangram. I pezzi ricevuti, però, non sono adatti o non sono abbastanza per completare lo schema, sebbene i ragazzi verranno invitati a riempirlo tutto. Nel momento in cui i ragazzi si accorgeranno che non è possibile raggiungere lo scopo la sfida diventerà quella di lasciare il minore spazio vuoto possibile.

ATTIVITÀ PERSONALE

Ogni adolescente viene invitato a incollare le forme di cartoncino sullo schema e lavorare sugli spazi rimasti vuoti, dandogli un nome attraverso alcune domande stimolo:

- Nella tua vita, quali vuoti senti?
- Quali difficoltà devi affrontare?
- Quanto senti vicino Gesù in queste mancanze?

CONDIVISIONE

Nella vita, spesso ci si sente incompleti e Gesù sembra mancare, lasciare dei vuoti, essere lontano; il vescovo Mario afferma senza paura che *“Gesù non sempre dà risposte”*. Tuttavia, si dovrebbe iniziare a vedere questi buchi come feritoie, non come spazi del fallimento ma come spazi del possibile: non sono vuoti da riempire ma servono a ricevere l’amore di Dio, lasciando libero il passaggio alle occasioni.

A partire da quanto scritto nella lettera indirizzata agli adolescenti si potranno sottolineare alcuni spunti di riflessione:

- *“Il fatto è che Dio nessuno lo ha mai visto, ma il Figlio, Gesù ce lo ha rivelato”* ricorda il vescovo Mario. Anche se non lo si vede, Gesù *“Vive sempre con noi, perché nella vita quotidiana dimora la gloria di Dio. La gloria di Dio non è uno spettacolo clamoroso. È l’amore che rende capaci di amare”* continua. In ogni momento della vita, anche quando sembra che non ci sia nulla di giusto e di buono, lì Dio c’è: bisogna saperlo riconoscere.
- L’Arcivescovo invita a stare con Gesù, pregandolo e confidandosi: *“Quando sei lieto e quando sei triste, quando hai bisogno di una ‘luce’ per capire cosa devi fare, quando in casa c’è un problema, quando hai sbagliato qualcosa e provi vergogna di te stesso... confidati con Gesù!”*. Gesù vuole essere compagno di viaggio nel *“compiere le scelte giuste nei momenti importanti della vita”*, perciò puoi chiedere *“a Gesù come posso mettere a frutto i miei talenti, come posso accettare i miei limiti, come posso guarire le mie ferite, quelle che mi fanno soffrire e arrabbiare quando ci penso”*.
- *“Gesù non impone precetti, ma solo un comandamento, amare come lui ha amato. Suggerisce uno stile, piuttosto che di fare questo o quello. Fai quello che ti sembra adatto a te! Importante è che fai per amore”*.

