

# MOTIVAZIONE

Luogo di vita 1: la mia stanza

## **NON SPEGNERE LA MUSICA**

### **Obiettivo**

Entrare in relazione con sé stessi, attraverso l'ascolto delle proprie voci interiori sotto la guida del Vangelo.

### **Contenuti**

La stanza di ogni giovanissimo è il luogo intimo, spesso invalicabile, nel quale ciascuno conserva oggetti, materiali, poster, fotografie nelle quali è raccontato un pezzettino della propria storia personale.

La stanza è anche quel luogo dove la musica ne fa da padrona, tra playlist scelte con cura e testi di canzoni nei quali ritrovarsi a seconda delle situazioni che ciascuno vive. Spesso, per ascoltarle meglio, un paio di cuffie sono l'ideale per allontanarsi o estraniarsi dalle interferenze del momento. Occorre ascoltarsi meglio, scendere nel profondo del proprio cuore per capire da che parte stiamo andando o vorremmo andare. Serve ritrovare la giusta carica, la giusta motivazione per discernere tra le sollecitazioni e gli stimoli dell'esterno per fare grandi passi.

### **Attività**

Viene chiesto ai Giovanissimi di portare con sé un paio di cuffie personali. Dopo una breve introduzione sui contenuti proposti sopra, si proporrà ai ragazzi l'ascolto di una playlist condivisa o di un file precedentemente creato ad hoc, dove all'interno inseriremo canzoni, rumori, suoni, stralci di interviste, annunci radio, discorsi celebri e tanto altro che possa coinvolgerli nell'esperienza.

Al termine dell'ascolto, si inviteranno i gvss a domandarsi su quale di questi contenuti si è focalizzata la propria attenzione e a domandarsi il perché, per cercare di intercettare le proprie inclinazioni e motivazioni.

A partire da un parallelismo, verrà poi chiesto loro di riflettere sulla propria dinamica di ascolto di sé e sul tempo e l'attenzione che dedicano ad ascoltarsi. Così come durante la giornata sono tante le cose che sentiamo, ma davvero poche quelle che *ascoltiamo*, lo stesso succede con l'ascolto di noi stessi.

L'obiettivo sarà proprio quello di richiamare l'attenzione dei giovanissimi sulla capacità di saper discernere le proprie voci interiori tra gli stimoli e le sollecitazioni che giungono dall'esterno nel quotidiano, al fine di imparare ad ascoltare se stessi e la realtà che li circonda, attraverso cui il Signore ci parla. (cfr. *Christus Vivit*, nn. 278-286).

### **Per riflettere**

- Dedico il giusto tempo all'ascolto di me stesso, ritagliando dei momenti specifici?
- L'ascolto di me stesso influenza il mio modo di agire e le mie scelte?

### **Materiali utili**

App per creazione del file <https://clideo.com/it/merge-audio> (ricorda di scaricare prima il file "tagliandolo" nella parte interessata e segui la procedura che troverai online)

- <https://www.youtube.com/watch?v=Qk5gtGsYI1M> dal minuto 00:51 al 1:55
- <https://www.youtube.com/watch?v=7imVi9va58E>
- <https://www.youtube.com/watch?v=RVTaAdspNXo> dal minuto 00:57
- [https://www.youtube.com/watch?v=HTc\\_2XmKK-M](https://www.youtube.com/watch?v=HTc_2XmKK-M)
- <https://www.youtube.com/watch?v=ovPooHf6eKA>
- <https://www.youtube.com/watch?v=7DgNJqemMeQ>
- <https://www.youtube.com/watch?v=Xf3gAhj6WvA>
- <https://www.youtube.com/watch?v=U1S-SLbY3gs>
- <https://www.youtube.com/watch?v=EWFoVhpl3-o>
- <https://www.youtube.com/watch?v=5wP-5e83q0k>