**SCHEDA ANIMATORE - 3° TAPPA**

***SOTTOVOCE***

La scheda animatore propone una sintesi dei contenuti e delle proposte della tappa. All’animatore spetta il compito di scegliere il percorso e individuare le proposte più adatte in base alle esigenze del proprio gruppo.

# **PREMESSA**

Seduti lassù, tra amici, in una splendida giornata di sole, il cuore è sereno; i lavori nei campi, la pesca e la frenesia del mercato e della città sono lontani. C’è tempo per gioire, per chiacchierare ed ascoltare, e mentre domande, sogni e dubbi si intrecciano ecco che i discepoli, estasiati dal carisma di quell’amico, sentono la necessità di scoprire da dove egli tragga forza ed ispirazione. Perché il suo volto è così raggiante, perché la sua voce così sicura e le sue parole così vere? Com’è quel Dio tanto vicino agli uomini che va raccontando?

Signore, insegnaci il segreto per essere come te, insegnaci a brillare, insegnaci la strada sicura, ad avere un passo che non inciampi, svelaci questo Dio che ci guarda, ci ri-guarda, insegnaci a pregare…

***Obiettivo della tappa***

*L’animatore accompagna i membri del gruppo nella riflessione sulla vita interiore che si nutre del dialogo con il Signore, nel silenzio e nel discernimento delle diverse voci che la abitano.*

*La tappa vuole aiutare le persone a darsi una regola di vita che nutra la relazione personale con il Signore che è Padre.*

# **PREGHIERA INIZIALE**

**RICORDACI CHE TU SEI PADRE**

Quando facciamo esperienza del nostro fallimento,

**ricordaci che Tu sei Padre.**

Quando il dolore bussa alle porte della vita,

**ricordaci che Tu sei Padre.**

Quando non sappiamo più chi siamo e dove stiamo andando,

**ricordaci che Tu sei Padre.**

Quando gli amori deludono e le amicizie finiscono,

**ricordaci che Tu sei Padre.**

Ma anche quando siamo travolti dalla bellezza della vita,

**ricordaci che Tu sei Padre.**

Quando i nostri sogni cominciano a costruire la nostra realtà,

**ricordaci che Tu sei Padre.**

Quando finalmente ci sentiamo a casa nel cuore di qualcuno,

**ricordaci che Tu sei Padre.**

Aiutaci a non dimenticare mai che Tu sei Padre:

*nella gioia e nel dolore, nella salute e nella malattia*.

E aiutaci a sussurrare sottovoce e senza presunzione,

ad ogni carne che vive in questo mondo

**che Tu sei Padre!**

# **LA VITA SI RACCONTA**

**Nel taccuino: eseguire un sottovoce**

La metafora del ‘sottovoce’ che si trova nel testo, può servire ad introdurre l’incontro e le domande che preludono il racconto di sé. Dopo aver spiegato cosa si intende nel linguaggio musicale, l’animatore invita le persone ad appuntare una situazione in cui le persone hanno vissuto un dialogo sottovoce, intenso, che ha comportato anche momenti di silenzio. Infine pone le domande riportate nel testo o simili. L’obiettivo è far prendere consapevolezza alle persone che le relazioni importanti maturano nella sommessa dimensione del silenzio.

**In gioco: riconosci la voce**

Il gioco proposto ha l’obiettivo di far riflettere su com’è difficile o facile riconoscere cosa dicono diverse voci a seconda se esse appartengono a persone conosciute o meno e anche sulle difficoltà che sopraggiungono quando si tratta di distinguere le voci interiori che si affollano in noi.

Il gioco riesce bene se ci sono almeno dieci partecipanti; si svolge nel modo seguente:

a turno due o tre giocatori si pongono di spalle agli altri, che, su indicazione previa dell’animatore, ripetono ciascuno, parlando contemporaneamente e sommessamente, un testo di alcune righe che gli è stato fornito. I testi sono diversi per ciascun partecipante. Il giocatore di turno deve riconoscere quante più voci e argomenti del testo, o parole, che le voci hanno letto. Vince il gioco chi indovina più voci e contenuti dei testi. Per introdurre un grado maggiore di difficoltà, due o tre vocianti leggono lo stesso testo.

Al termine del gioco l’animatore invita le persone a raccontare brevemente sia cosa hanno vissuto nel gioco, sia cosa accade loro quando diverse voci occupano lo spazio della loro interiorità.

 **Allo specchio: il silenzio è cosa viva**

L’animatore propone la lettura del seguente testo di Chandra Livia Candiani, tratto da: Il silenzio è cosa viva, Einaudi, 2018.

Il silenzio onesto

**Non tutti i silenzi sono uguali. Come, grazie alla consapevolezza del vivere, si diventa sensibili alla luce, alle diverse sfumature di luce in diversi luoghi, in differenti momenti della giornata e delle stagioni, così si colgono miriadi di sfumature nei silenzi nostri e altrui, silenzi umani, silenzi degli animali, degli alberi, silenzi minerali.**

**Il silenzio non è tacere né mettere a tacere, è un invito, è stare in compagnia di qualcosa di tenero e avvolgente, dove tutto è già stato detto. Il silenzio sorride.**

**Caro silenzio, aiutami a non parlare di te, aiutami ad abitarti. Addestrami. Disarmami. Tu mi insegni a parlare. Eccomi, mi lascio rapire.** Non lascio niente a casa, niente di intentato. Ci sono. In te. Arte del congedo per ritrovare.

Arte dell'a-capo che insegna a lasciarsi scrivere. Il silenzio semina. Le parole raccolgono.

Il silenzio è cosa viva.”

Il testo di Chandra Livia Candiani descrive l’importanza del silenzio nelle pratiche di meditazione in cui le persone cercano di trovare un equilibrio con se stesse. In queste pratiche l’attenzione è centrata sulla persona che medita, ma si apre anche all’avvertimento del silenzio come presenza e una possibilità di relazione con una dimensione altra.

A partire da questo testo, che valorizza le pratiche di meditazione, l’animatore può approntare un breve laboratorio di lettura meditativa, che preveda i seguenti passi:

* leggere il testo un paio di volte, quel che basta per iniziare a ricordarlo e a fare qualche collegamento con la propria esperienza, con qualcosa che si sta vivendo.
* trattenersi per alcuni minuti con i pensieri che maturano liberamente e ricordarli: sarà utile poi annotarne almeno alcuni.
* dedicare qualche minuto a «riordinare le idee», riflettendo su eventuali interferenze registrate durante la lettura riflessiva e sulla loro provenienza (distrazioni, pensieri estranei al testo, ecc.), chiedendosi se si è riusciti a fare silenzio per accogliere il testo e l’esperienza che descrive.

# **LA PAROLA ILLUMINA**

**La Parola illumina**

Sul valore del silenzio l’animatore può far riferimento all’angelus di Papa Francesco del 30 giugno 2013 ([https://www.vatican.va/content/francesco/it/angelus/2013/documents/papa-francesco\_angelus\_20130630.htm](https://www.vatican.va/content/francesco/it/angelus/2013/documents/papa-francesco_angelus_20130630.html)l)

Nel contesto attuale in cui da più parti si parla della dissoluzione della figura del padre anche l’immagine di Dio come padre risulta distorta e ne consegue la necessità di rifare il cammino di scoperta della propria verità di figli, alla luce della verità di Dio come padre. Un cammino che prende origine da Gesù che, da figlio, ci insegna come rivolgerci a Dio: con il nome di Abbà. è la sua intima relazione con il Padre che affascina gli apostoli che lo vedono pregare e desiderano intuire il segreto di questa vita trinitaria: insegnaci a pregare!

Riscoprendo Dio come padre e la nostra libertà e dignità di figli possiamo rifondare la consapevolezza dello spirito della fratellanza universale, che affronta anche l'alterità e le differenze tessendo relazioni che trovano terreno fertile se avremo creato spazi per i legami e dedicato tempo condiviso per costruire davvero una vita comune.

Una riflessione sulla perdita del padre nella società contemporanea e sulle sue conseguenze per la fede delle persone si trova in M. I. Rupnik, Gli si gettò al collo. Lectio divina sulla parabola del padre misericordioso, Roma, Lipa, 1977, 27 s.:

Noi constatiamo, anche ad un livello psicologico superficiale, che la crescita dei figli passa attraverso momenti di ribellione, una sorta di ‘sbattere la porta’ ai genitori, per affermare se stessi. Ma allo stesso tempo, la strada dell’affermazione adolescenziale di sé prima o poi si esaurisce e i figli tornano ad un rapporto più maturo con i genitori. Anche questo aspetto abituale della maturazione umana indica che c’è un cliché arcaico che costituisce una sorta di paradigma per l’uomo. Sembra che la realtà più difficile sia proprio quella di essere figli del padre. NOn più secondo un aspetto psicologico o psicanalitico, che rimane comunque superficiale. Parlo proprio nel senso strettamente teologico. Sembra che il peccato abbia così tragicamente intaccato la verità dell’uomo, distorcendo l’immagine di Dio come padre, che praticamente tutta la vita dell’uomo potrà essere letta in questo difficile cammino di scoperta della propria verità di figlio, alla luce della verità di DIo come padre. [...] tutta la Bibbia ci fa vedere il dramma umano trasmesso di generazione in generazione, causato dal fatto che l’uomo non si percepisce figlio. E ci indica che la salvezza consiste esattamente nel fatto che il vero Figlio di Dio, quello non creato, ma generato da DIo stesso, viene come uomo a vivere da figlio e che in Lui si apre per gli uomini la strada della filiazione.

**Per farsi aiutare nella meditazione del Vangelo è possibile utilizzare l’opera LA GLORIA DELNOME DI GESU’ reperibile on line**

Si propongono i seguenti riferimenti che potrebbero essere utili per approfondire questi temi, in grassetto quelli presenti nel testo:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Catechismo Adulti | Progetto Formativo di AC | Riferimenti Evangelii Nuntiandi | Riferimenti evangelii gaudium |
| cap 25 n°**1003-1004** | **5.3** | 18 | 259, 262 |

# **LA VITA CAMBIA**

**Esercizio di laicità**

# La fedeltà alla regola di vita, ottenuta con l’esercizio suggerito nel testo, è un elemento importante della vita laicale. Nella regola di vita va data centralità alla vita liturgica e sacramentale, nella quale è possibile riconoscere il Risorto; gli altri spazi privilegiati sono l’adorazione eucaristica, in cui ci si apre alla presenza del Signore con l’atteggiamento dell’ascolto e dell’affidamento, e la pratica dell’esame di coscienza, necessaria per formare l’attitudine al discernimento personale. L’animatore può accompagnare le persone nella redazione della propria regola di vita, fornendo questi cardini.

# **Cerco fatti di vangelo**

Si propone nel testo il video sull’esperienza di ‘adoro il lunedì’ che è realizzata da quattro anni nella cappellina della stazione di Milano.

L’animatore può proporre anche la visita ad altre esperienze simili in altre città.

**ESERCIZI DI SINODALITA’**

In alternativa all’esercizio proposto nel testo, laddove esistono esperienze religiose diverse, si può proporre un momento di meditazione fondato sul silenzio e sull’ascolto.

# **PREGHIERA FINALE**

**ALTRI RIFLESSI DELLA CULTURA**

**Canzone:** Oceano di silenzio (Battiato)

**Libri: F. Arminio, *Studi sull’amore*, Einaudi - Stile libero, Torino 2022**

**Strumenti per la vita spirituale, AVE**

**Il profumo buono per ogni giorno, AVE**

**“Qualcosa di così personale” (Introduzione), C. M. Martini**

**Un eremo non è un guscio di lumaca**

**L’ombra del padre**

**Generazione Nicodemo**

**L’infinita pazienza di ricominciare**

**Il contrario di mio, Marco Pozza**

**Famiglia piccola Chiesa**

**Film: La vita nascosta**