



**PASTORALE GIOVANILE**  
ARCIDIOCESI SALERNO CAMPAGNA ACERNO



**PASTORALE VOCAZIONALE**

# SCEGLI LA "V"

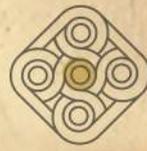
Percorso per Giovanissimi e Giovani



**QUARESIMA 2021**



**PASTORALE GIOVANILE**  
ARCIDIOCESI SALERNO CAMPAGNA ACERNO



**PASTORALE VOCAZIONALE**



**QUARESIMA 2021**



# KEEP CALM AND GO GENTLE

## IRA vs MITEZZA

### DESERTO

#### Introduzione

Brainstorming personale sulle parole Ira e Mitezza: ognuno scrive su un foglio 5 significati per ciascun termine che leggerà al resto del gruppo. L'obiettivo è quello di arrivare alla top 5 di significati condivisi da tutti, per ciascuna parola.

Cosa è l'ira? Se vogliamo darne una definizione potremmo dire che si tratta di un moto impetuoso dell'anima, di un violento bisogno di reazione contro sofferenze e contrarietà fisiche e morali.

È riduttivo considerare l'ira solo come vizio poiché essa non è di per sé né buona, né cattiva. Dipende dall'uso che se ne fa a caratterizzarla come ira legittima e ira dannosa. In riferimento all'ira legittima, ricordiamo l'episodio biblico di Mosè (Es 32, 15-20) che, sdegnato per il ritorno all'idolatria degli ebrei, spezzò le tavole della legge e bruciò il vitello d'oro. In questo caso la legittimazione è data dal fatto che l'ira tende verso la correzione, si schiera contro qualunque forma di ingiustizia e ipocrisia, ed esprime la volontà di cambiare una situazione che si valuta come negativa.

L'ira è quindi dannosa quando non si riescono a dominare le diverse situazioni e soprattutto quando la reazione al male è spropositata e porta a compiere un male più grande di quello ricevuto. Essa nutre negli occhi e nelle braccia di chi ne è preso sentimenti di odio e disprezzo che minano l'incontro con l'altro, l'accoglienza, il rispetto, il dialogo, la condivisione.

Allo stesso modo, partendo dal versetto 2Pt 1,6, riconosciamo che dobbiamo impegnarci per far crescere in noi la virtù della mitezza e non rimanere inoperosi e senza frutto, confondendo la calma, la pazienza e la mitezza come disinteresse, noncuranza, apatia. Contrariamente, la mitezza vale più anche del coraggio, dell'audacia, perché come si legge in Prv 25, 28 «Il paziente vale più di un eroe, chi domina se stesso vale più di chi conquista una città». Il lavoro del mite è faticoso: deve fermarsi, mettersi in ascolto del proprio cuore, senza alcuna fretta, osservando il proprio vissuto, i propri sentimenti, le azioni, i gesti e chiamarli per nome. Il discernimento non è poi solo verso se stesso, ma deve allargare lo spazio all'ascolto dell'altro, partendo dal presupposto che la sua fragilità e le sue imperfezioni sono anche un po' le nostre. L'obiettivo di questa scheda è di dare strumenti ai nostri ragazzi per riconoscere (giovanissimi) e affrontare (giovani) questo vizio attraverso il dominio di sé, che è dono dello Spirito Santo che va perseguito, va fatto crescere, e come tale va chiesto nella preghiera.

QUARESIMA 2021





## **Brano Biblico: Esodo 32, 15-20**

<sup>15</sup> Mosè si voltò e scese dal monte con in mano le due tavole della Testimonianza, tavole scritte sui due lati, da una parte e dall'altra.

<sup>16</sup> Le tavole erano opera di Dio, la scrittura era scrittura di Dio, scolpita sulle tavole.

<sup>17</sup> Giosuè sentì il rumore del popolo che urlava e disse a Mosè: «C'è rumore di battaglia nell'accampamento».

<sup>18</sup> Ma rispose Mosè:

«Non è il grido di chi canta: «Vittoria!».

Non è il grido di chi canta: «Disfatta!».

Il grido di chi canta a due cori io sento».

<sup>19</sup> Quando si fu avvicinato all'accampamento, vide il vitello e le danze. Allora l'ira di Mosè si accese: egli scagliò dalle mani le tavole, spezzandole ai piedi della montagna.

<sup>20</sup> Poi afferrò il vitello che avevano fatto, lo bruciò nel fuoco, lo frantumò fino a ridurlo in polvere, ne sparse la polvere nell'acqua e la fece bere agli Israeliti.





## **TERRA PROMESSA**

### **Dinamica (giovanissimi)**

#### Kindness box Vs Rage box

Durante la settimana successiva all'incontro si suggerisce ai ragazzi di prestare attenzione alle varie situazioni d'ira che gli capiteranno e al modo in cui sceglieranno di reagire: con impeto e ira oppure analizzando la situazione e scegliendo la strada della mitezza. Così, scriveranno su un foglio la situazione e il modo in cui hanno reagito e lo metteranno nella scatola corrispondente.

Quale delle due conterrà più foglietti alla fine?

### **Dinamica (giovani)**

#### Progettare come affrontare l'ira/l'apatia

Suggeriamo delle domande stimolo sulla base delle quali iniziare un dialogo, un confronto con i ragazzi, per conoscere meglio se stessi e il modo con cui affrontano situazioni d'ira o di estrema apatia.

- Sono intransigente e intollerante? Impaziente e iracundo?
- Gestisco sofferenze, malattie, inconvenienti, ostacoli, contrarietà, rapporti con gli altri con pazienza o con intemperanza e ira?
- Perdo facilmente la pace? Manifesto cattivo umore quando le cose non sono come vorrei?
- Restituisco con ira gli attacchi o i mali reali che subisco o che immagino?
- Scarico il mio stato d'animo iracundo con chi non ha nulla a che vedere con il problema in questione?
- Indulgo nell'ira dando la colpa alle circostanze?
- Quante volte "la vita non è giusta come la vorresti tu"? Come ti poni di fronte alle difficoltà della vita? E alle ingiustizie che vedi intorno a te?
- Cosa significa per te avere un animo mite?





## Pregiera per ottenere la mitezza

**Signore Gesù donami di diventare una persona mite.**

Fa' che i miei piedi non siano mai fermi per protesta o per pigrizia ma imparino a correre per annunciare il tuo amore e per offrire amicizia.

**Signore Gesù donami di diventare una persona mite.**

Fa' che le mie mani non siano mai pugni chiusi in segno di rabbia, ma si aprano e si sporchino per servire, siano generose nel donare e si congiungano per pregare.

**Signore Gesù donami di diventare una persona mite.**

Fa' che i miei occhi non lancino mai sguardi d'odio e di vendetta ma sappiano commuoversi, intenerirsi e piangere per le sofferenze che abitano la terra.

**Signore Gesù donami di diventare una persona mite.**

Fa' che le mie orecchie non stiano attente a parole di giudizio o di condanna ma si aprano all'ascolto della Parola di Dio e alle necessità dei fratelli.

**Signore Gesù donami di diventare una persona mite.**

Fa' che le mie labbra non pronuncino mai parole che feriscono ma siano sempre d'incoraggiamento e di sostegno per coloro che tu mi metti accanto.

**Signore Gesù, donami di diventare una persona mite.**

Fa' che il mio cuore non sia mai indurito, incapace di accogliere e di perdonare ma si dilati per contenere tutti e benedire il mondo intero.

