|  |  |
| --- | --- |
| *Titolo* | **CON TUTTI I SENSI** |
| *Obiettivo* | Imparare l’arte di gustare le cose, distaccandosi dalla tendenza a divorarle. |
| *Svolgimento*  | I ragazzi, divisi in gruppi di 8-10 persone, sono invitati a vivere degli “esercizi di meraviglia” mediante l’uso dei cinque sensi. Le attività possono essere vissute a rotazione o seguendo un percorso lineare.1. Ascolto: I ragazzi sono invitati ad ascoltare in silenzio una melodia (possibilmente solo strumentale), cercando spontaneamente di trasformarla in immagini e colori. Al termine dell’ascolto, possono condividere alcune risonanze sull’esperienza fatta.
2. Vista: I ragazzi, divisi in coppie, sono invitati ad osservare il volto del compagno di fronte, per tre minuti in silenzio e descrivere su carta quante più caratteristiche possibili (fisiche, tratti emotivi, espressioni…), però in maniera schematica. A giro, tutti sono chiamati a raccontare al gruppo il volto dell’altro.
3. Olfatto: I ragazzi personalmente sono invitati ad odorare alcune diverse essenze di fiori e frutti. Una volta indovinate, dovranno abbinarle a delle sensazioni particolari.
4. Tatto: I ragazzi, divisi in coppie, sono invitati a toccare un oggetto ignoto dentro una scatola. Ogni coppia dovrà descrivere i dettagli del proprio oggetto al resto del gruppo.
5. Gusto: I ragazzi, dopo essere stati bendati, sono invitati a gustare personalmente alcuni cibi. Sempre ad occhi chiusi, dovranno descriverne il sapore e stilare l’ordine di gradimento.
 |
| *Razionalizzazione* | I sensi ci mettono in relazione con il mondo esterno e ci manifestano anche i bisogni fondamentali che ognuno di noi ha. Prendere atto di un bisogno, però, non significa automaticamente che sia il bisogno stesso a dover decidere nelle scelte di ogni giorno. Chi sa vivere con stupore mostra di aver maturato, rispetto ai propri pur legittimi bisogni, una distanza che permette di essere autenticamente liberi. La temperanza è la virtù vocazionale che, aiutandoci a guarire da ogni forma di “voracità”, si rivela indispensabile per imparare ad orientare la vita al bene. Nel discernimento, la capacità di gustare ha come effetto il saper rielaborare ogni cosa, cogliendone con stupore la dimensione di bellezza. |
| *Durata* | 45 minuti |
| *Materiali* | 1. fogli e pennarelli; 2. fogli e penne; 3. essenze di fiori e frutti; 4. scatole, oggetti; 5. bende, cibi (es. yogurt, paté, omogeneizzato, marmellata), cucchiaini. |
| *Allegati* | - - - |

|  |  |
| --- | --- |
| *Titolo* | **IL MIO BARATTOLO** |
| *Obiettivo* | Prendere consapevolezza di ciò che è davvero importante nella vita ed è riconosciuto come un valore; imparare a compiere scelte coraggiose “mettendo ordine” nella propria vita secondo il messaggio di Gesù. |
| *Svolgimento*  | Ad ogni ragazzo viene consegnato un vasetto di vetro vuoto che rappresenta la sua vita. Vengono anche messi a disposizione sassi e sabbia, in quantità sufficiente per tutti, di cui i partecipanti potranno servirsi liberamente a seconda delle proprie necessità. Per iniziare l’attività, l’animatore invita i ragazzi a pensare alla loro vita e a tutto ciò che ne fa parte e la arricchisce(persone, cose, scelte). È importante specificare che la loro riflessione deve partire dalla vita reale e attuale, non da quella ideale. I sassi grandi rappresentano le cose davvero importanti nella nostra vita, quelle che hanno più valore e alle quali non potremmo rinunciare; i sassi piccoli, invece, rappresentano le cose importanti, che arricchiscono la nostra vita, ma che per noi hanno un valore minore; la sabbia, infine, rappresenta tutto ciò che riteniamo piacevole e bello nella nostra vita, ma che è superfluo e a cui possiamo anche rinunciare. Ogni ragazzo prende il materiale che ritiene necessario per costruire la sua scala di valori e scrive su un foglio quali significati vuole dare ai sassi e alla sabbia che ha in mano e soprattutto ciò che rende di valore quella specifica componente. Segue una condivisione in piccoli gruppi, con la presenza, in ogni sottogruppo, di una figura educativa. Solo successivamente l’animatore invita i ragazzi a riempire il loro vasetto con i sassi e la sabbia che hanno preso; il vasetto può essere riempito secondo criteri personali e liberi. Nell’ultima fase dell’attività si chiede ad ogni ragazzo di individuare tre “sassi/ sabbia” del proprio vasetto da cambiare, perché non permettono di fare spazio a relazioni/scelte/cose più importanti. Senza toccare il vasetto composto, ogni ragazzo scriverà su un foglio ciò che vorrebbe cambiare, ponendo l’attenzione su motivazioni, paure e scelte da compiere.Quando tutti hanno terminato, segue una condivisione in gruppo, guidata dall’educatore. Si può concludere, raccontando la storia in allegato. |
| *Razionalizzazione* | È importante identificare quali siano le cose realmente preziose per noi. È altrettanto fondamentale l’ordine con cui “riempiamo il vasetto” della nostra vita: se mettiamo per prime le cose riconosciute come veramente importanti, sicuramente queste avranno lo spazio necessario e ce ne sarà altro anche per tutto il resto; al contrario, dando la precedenza alle cose meno importanti o superflue, si rischia di non avere più sufficiente spazio per le cose di valore. Il discernimento permette di “passare al setaccio” quanto ci abita, per scoprire le vere priorità e di conseguenza dare loro lo spazio necessario. In questo modo, si può uscire dall’inganno secondo cui una vita matura coincide con la quantità di esperienze fatte e si riconosce, invece, come vita compiuta quella in cui l’equilibrio è dato dal saper orientare ogni esperienza ad un fine. |
| *Durata* | 1 ora |
| *Materiali* | Vasetti, sassi di varie dimensioni, sabbia, fogli, penne. |
| *Allegato* ***1*** | Storia conclusiva |