



# “Voce di...cantautore”

## Traccia per un ritiro nel tempo di Avvento

Il ritiro spirituale costituisce per gli adolescenti un'occasione preziosa per leggere la loro vita alla luce della Parola di Dio nel tempo forte dell'Avvento. Ci sono voci di uomini che rendono presente e viva quella di Dio. È da qui che vogliamo partire: da una voce buona, una buona notizia che qui sulla terra ci raggiunge e ci rimanda a un oltre.

### Il senso del ritiro

Gruppo e ritiro Durante un ritiro spirituale, il gruppo è fondamentale per un adolescente, poiché ciascun adolescente ha bisogno di sperimentare a livello di gruppo (preghiera di gruppo, riflessione nel gruppo, clima di amicizia, presenza di modelli di comportamento, ecc.) quanto della Parola di Dio ascolta, medita, vive a livello personale. Il fatto che il ritiro si tenga insieme ad altri adolescenti, però, non implica necessariamente l'esclusione di un tempo dedicato al silenzio, alla riflessione e alla preghiera personale. Non quindi: o gruppo o silenzio. Ma silenzio e gruppo. L'uno per l'altro, per l'autenticità di ciascuno. La bellezza di un ritiro Ma nella nostra vita di oggi dedicare una mattinata o un pomeriggio alla preghiera, non è tempo sciupato? Non è sprecare mezza giornata per compiere un esercizio inconcludente? Non è faticoso e inutile ritagliarsi un momento per il raccoglimento mentre tra scuola, sport e altri impegni siamo già stanchi e oberati dalle cose da fare? Un ritiro non è tempo sprecato?

In un certo senso, sì. Splendidamente sciupato per capire chi siamo, che cosa ci attende, quali desideri abbiamo dentro e perché viviamo. Tempo sciupato che riscatta il tempo impegnato: il nostro tempo che è vuoto senza Dio. È un'altra logica: quella della gratuità, la stessa che dovrebbe guidare qualsiasi altra relazione che viviamo nel quotidiano. Quando siamo in compagnia dei nostri amici non è importante fare qualcosa, ma l'unica necessità che abbiamo è stare con loro, condividere del tempo, senza l'idea del dovere o del produrre. Vivere un ritiro è un po' questo: significa ritagliarsi del tempo per stare con Dio, pregare è precisamente scoprire un "Tu" da ascoltare e a cui parlare, è un dialogo. È ritrovarsi di fronte ad una Presenza, che parla, che ascolta e che c'è, che è qui, ora, in modo indubitabile, anche se ho l'impressione che le mie parole ritornino indietro. Educatori: le fatiche Certo, dedicare del tempo a Dio non è la stessa cosa che dividerlo con i propri amici. E se vivere un ritiro spirituale non è semplice per un adolescente, spesso capita che anche gli stessi educatori non siano esenti dalla difficoltà di vivere un momento di interiorità. Il tempo di deserto, infatti,

ci costringe a restare soli, in compagnia di noi stessi, facendo silenzio. E oggi questa è una delle esperienze più difficili, anche per i più grandi. In realtà silenzio e parola non si oppongono né si escludono, ma l'uno e l'altra chiedono un proprio spazio, perché è dall'incontro, che esclude la sovrapposizione, che l'uno e l'altra prendono forza. Tuttavia oggi siamo più abituati a parlare che a fare silenzio: appena nella giornata si fa strada un po' di silenzio, facciamo quasi fatica a sopportarlo, e ci sentiamo presto spinti alla ricerca di come riempirlo di suoni. Per chi sceglierà di vivere il ritiro ci sarà l'opportunità di creare una dimensione di ascolto, di silenzio e di attesa tutta tesa a cogliere il vero senso del Natale e così preparare il cuore a questo evento, come un terreno che riposa in vista della seminazione. Sarà anche un'occasione preziosa per riscoprire il valore del silenzio, non semplicemente come assenza di linguaggio, ma piuttosto come un elemento integrante della comunicazione, come ciò di cui abbiamo bisogno per far nascere un atteggiamento di ascolto, che è il presupposto per poter comunicare. Stare in silenzio vuol dire volontà di mettersi in relazione. E questo vale anche nel rapporto con Dio: senza il nostro silenzio, la Sua voce fatica a farsi strada nel nostro cuore, affollato da troppi pensieri e da tante voci diverse.

L'opportunità del gruppo educatori di ritiro dunque, è dedicato non solo agli adolescenti, ma anche agli educatori che accompagnano i gruppi perché anche loro possano vivere un momento per fermarsi e meditare sugli stessi temi che interpellano gli adolescenti.



## IL METODO

### Quanto/quando?

Poiché per vivere in modo fruttuoso il momento di ritiro è necessario non avere fretta, si consiglia un tempo minimo di una mattinata o un pomeriggio, ma nulla vieta che si possa sfruttare un'intera giornata o addirittura che lo si possa pensare come una "24 ore con Gesù e i fratelli" (dal sabato tardo pomeriggio alla domenica pomeriggio, per esempio): questo permetterebbe di intrecciare momenti di solitudine con Dio (il ritiro vero e proprio) con momenti di vita comune. Ogni gruppo di educatori è bene che si interroghi su quale modo e tempo preferisce, anche in base al gruppo di adolescenti che si trova davanti (più o meno numeroso, un unico ritiro per adolescenti di età diverse oppure più ritiri divisi per fasce d'età, preparazione spirituale degli adolescenti, ecc.)

### Dove?

Il ritiro si può svolgere in oratorio, oppure in un'altra struttura, anche fuori dal paese (questo metterebbe in rilievo la straordinarietà del momento che si sta vivendo); è possibile rimanere nello stesso ambiente, oppure spostarsi tra le diverse sale/chiese all'interno del luogo scelto, se gli spazi lo consentono. Si potrebbe pensare anche di introdurre, all'inizio del ritiro, un momento di cammino vero e proprio (passeggiata/piccolo pellegrinaggio) che richiama i due discepoli di Emmaus quando, delusi, sconsolati, scoraggiati, vagano con il disorientamento nel cuore.

Si consiglia di scegliere un luogo silenzioso, che favorisca il raccoglimento, senza spendere troppo tempo per grandi scenografie: potrebbero bastare un sottofondo musicale, le luci a disposizione (luci, candele, faretto, ecc...) utilizzate in modo adeguato (per esempio illuminando il libro della Parola di Dio durante la preghiera, lasciando un'atmosfera soffusa nel momento di silenzio, ecc...), un crocifisso, eventualmente un quadro.

## Come?

Prima di vivere il giorno del ritiro è cosa buona che gli educatori si trovino a preparare insieme il ritiro, anziché delegarlo a qualcuno del gruppo o addirittura solo al don (quanto meno per la fase iniziale degli obiettivi e delle modalità, poi ci si potrà dividere in gruppetti per preparare le singole parti: libretto, allestimento degli ambienti, materiale, ecc).

All'interno del ritiro o come introduzione prima di iniziare, potrebbe essere utile sottolineare agli adolescenti l'importanza del silenzio durante la preghiera, un silenzio sia interiore, fondamentale per lasciar venire a galla tutto quello che ci si porta dentro (gioie e dolori, soddisfazioni e delusioni, ...), ma anche esteriore, e dunque gli educatori potrebbero raccogliere i propri cellulari e orologi in un cestino invitando gli adolescenti a fare altrettanto.

## LA STRUTTURA

Il ritiro è pensato perché possa essere vissuto in quattro momenti, che prendono spunto dalla lettera pastorale che il Vescovo Francesco ha scritto quest'anno: "Una voce che invia". Ci sembra che i quattro capitoli in cui è suddivisa siano calzanti per strutturare anche il ritiro. Troverete dunque la prima parte che si intitola "**Una storia da raccontare**": è proprio una bella storia che abbiamo scelto di raccontarvi. È cronaca, compare sui giornali, e allora mettiamo in ascolto di una storia buona, di una voce attuale. Accanto alla parola di un uomo c'è la Parola con la P maiuscola, il Vangelo. Si tratta di un'altra voce, profetica, che ci aiuta a preparare il cuore all'evento del Natale e allo scavo interiore che ci è chiesto nel ritiro che vivremo.

Poi si passa alla dimensione personale: "**Una storia da scrivere**" significa prendersi in mano per scrivere la propria storia.

La parte di attivazione prende il nome di "**Una storia da vivere**", di cui solo noi siamo i protagonisti attivi.

E poi? Una volta finito il ritiro cosa fare? Raccogliamo i frutti di un tempo prezioso con la conclusione, "**la missione dona vita a chi la compie**".

## Una storia da raccontare PRIMO MOMENTO

Il ritiro comincia con una buona notizia, con una voce di cantautore. Si chiama Simone Cristicchi e dice cose interessanti. Lo spunto è un articolo del 18 agosto 2019 comparso su «Avvenire», a firma di Simone Cristicchi, di cui vi suggeriamo il testo per intero al link <https://www.avvenire.it/agora/pagine/lumanit-ascolti-la-musica-dello-spirito> ma di cui l'incipit può bastare per introdurre il clima del ritiro e la dimensione dello scavo interiore. Lo riportiamo di seguito.

«Credo fermamente che per fondare un'idea di futuro, i tempi che viviamo necessitino di un'inversione di marcia, di un cambio di prospettiva capace di farci vedere la realtà con occhi nuovi, ristabilendo un ordine di priorità, fuori e dentro di noi: individuare quali sono le cose davvero importanti, le parole fondamentali che possano risvegliare la 'scintilla di luce' coperta dalla cenere della modernità. Ammettere il mutamento antropologico in atto, e provare ad attrezzarsi per affrontarlo con autocritica e sincerità, è un primo passo verso quell'equilibrio salvifico, in grado di trasmutarci in altre forme, migliori.

Soltanto attraverso un equilibrio tra spirito e materia l'essere umano può continuare ad evolversi! Sacro

per me è tutto ciò che reca in sé una scintilla di mistero. Un albero è sacro, come il verso di un poeta. La nascita di un bambino, come sala di terapia intensiva, che è uno dei luoghi più sacri e misteriosi che abbia mai visitato. Anche l'ispirazione creatrice ha qualcosa di inafferrabile: non sappiamo da dove arrivi, se sia un segno dall'Infinito o il frutto di uno sguardo acuto, poetico sulla realtà. Il vero artista può divenire un'antenna capace di captare questi segnali, è il 'creatore' per eccellenza, e da sempre questo lo avvicina alla dimensione del sacro».

Ci alziamo in piedi e, dopo il Segno di Croce, iniziamo la preghiera.

### ***Dal Vangelo secondo Matteo (3,1-5)***

In quei giorni venne Giovanni il Battista e predicava nel deserto della Giudea dicendo: «Convertitevi, perché il regno dei cieli è vicino!». Egli infatti è colui del quale aveva parlato il profeta Isaia quando disse:

Voce di uno che grida nel deserto:

Preparate la via del Signore,  
raddrizzate i suoi sentieri!

E lui, Giovanni, portava un vestito di peli di cammello e una cintura di pelle attorno ai fianchi; il suo cibo erano cavallette e miele selvatico. Allora Gerusalemme, tutta la Giudea e tutta la zona lungo il Giordano accorrevano a lui e si facevano battezzare da lui nel fiume Giordano, confessando i loro peccati.

Ci sediamo e uno tra gli adolescenti legge ad alta voce il commento che segue.

Giovanni è un profeta. È uno che avvisa, a gran voce, tutti quelli che hanno voglia e tempo di ascoltare. E noi?

Cosa pensiamo se sentiamo questa frase rivolta a noi? "Preparate la via del Signore". Come si prepara la strada? E cosa vuol dire che "viene il Signore"? Il ritiro di oggi vuole essere un tentativo a preparare il cuore a una venuta. Ci crediamo? Capiamo che qualcosa di buono accade per noi? In gioco c'è un incontro con una persona, Gesù.

Dopo un momento breve di silenzio, preghiamo insieme.

### **Invocazione allo Spirito Santo**

Vieni, Santo Spirito,  
manda a noi dal cielo  
un raggio della tua luce.

O luce beatissima,  
invadi nell'intimo  
il cuore dei tuoi fedeli.

Dona ai tuoi fedeli  
che solo in te confidano  
i tuoi santi doni.

Vieni, padre dei poveri,  
vieni, datore dei doni,  
vieni, luce dei cuori.

Senza la tua forza,  
nulla è nell'uomo,  
nulla senza colpa.

Dona virtù e premio,  
dona morte santa, dona gioia eterna.

Consolatore perfetto,  
ospite dolce dell'anima,  
dolcissimo sollievo.

Lava ciò che è sordido,  
bagna ciò che è arido,  
sana ciò che sanguina.

Nella fatica, riposo,  
nella calura, riparo,  
nel pianto, conforto.

Piega ciò che è rigido,  
scalda ciò che è gelido,  
drizza ciò ch'è sviato.

**Pregchiere spontanee** di invocazione, di richiesta, di domanda all'inizio del momento di ritiro.

## Una storia da scrivere SECONDO MOMENTO

L'attività che proponiamo prende spunto da un'esperienza già vissuta con gruppi di adolescenti. Il risultato è tanto più profondo quanto più il conduttore ha fatto propria l'attività e quanto il clima che si crea è di concentrazione, in cui ognuno trova una dimensione di libertà nel silenzio e nel tempo dato.

L'indicazione per l'allestimento potrebbe essere: una sala con dei tappeti, con dei cuscini che rendano comoda la "sosta" in quel luogo, con luce soffusa, ma abbastanza presente per consentire di scrivere, con la possibilità di poter scrivere comodamente, quindi meglio un cartoncino di un foglio.

Lancio dell'attività attraverso uno degli stimoli, differenziato per fascia d'età e maturità degli adolescenti

- Per un gruppo di adolescenti grandi (terza e quarta superiore) può essere usata la canzone di Franco Battiato "L'ombra della luce" <https://www.youtube.com/watch?v=6xqkkumfqrU>

- Per un gruppo di adolescenti misto o di età inferiore consigliamo invece la canzone che Simone Cristicchi ha portato al Festival di Sanremo nel 2019

"Abbi cura di me" [https://www.youtube.com/watch?time\\_continue=11&v=0o6zza76pDg](https://www.youtube.com/watch?time_continue=11&v=0o6zza76pDg)

### **ATTIVAZIONE - Laboratorio di scrittura interiore creativa**

Forniamo ad ogni adolescente:

- un cartoncino A4 che presenta i brani di canzoni, poesie, libri e scritti vari, scelti a tema (nell'allegato, potete trovare alcuni spunti da arricchire con altri testi)
- un cartoncino A3 vuoto
- colori di vario tipo
- colla
- fili colorati di vario genere (lana, spago, rafia, filo da cucito)
- bottoni
- riviste con immagini
- pagine di giornale
- forbici (una per uno)
- carta da collage
- carta e cartoncini diversi per colori e superfici (cartoncino ondulato, ruvido, liscio, carta velina, carta crespata)
- plastica sottile colorata, come quella delle bottiglie ma sminuzzata
- sassolini
- tutto il materiale di piccole dimensioni e di varia superficie purché incollabile
- colla stick, colla vinavil, colla a caldo.

Un educatore del gruppo guida i passaggi del lavoro, sedendosi in mezzo agli adolescenti in modo da produrre anche lui il suo "viaggio interiore" sul foglio A3 e leggendo la traccia che segue:

1. Leggi i brani proposti con calma, con il tuo tempo. Soffermati quanto vuoi e leggili nell'ordine che preferisci.
2. Sottolinea le parole che più ti colpiscono, anche ad una seconda lettura.
3. Trascrivi sul tuo A3 le parole che di ogni testo hai scelto e sottolineato, curandoti di mantenere l'ordine in cui si trovano.
4. Rileggile poi con calma. Hanno senso? Cosa dicono a te?
5. A partire da ciò che hai prodotto, ti è chiesto di "espandere", far esplodere queste parole, come a voler dire che cosa dicono a te, che cosa dicono di te, che domande ti suscitano, scrivendo in varie tecniche, in diverse dimensioni.
6. Se ti è necessario puoi ritagliare o strappare dall'A4 per incollare sull'A3 quei brani che ti sembrano più significativi, collegandoli in modo da mantenere un filo logico, a te chiaro. Puoi scegliere di cancel-

lare anche con un pennarello scuro quelle parole che ritieni inutili. Puoi evidenziarne altre. Colorare lo sfondo, disegnare o riportare con schizzi i tuoi pensieri trasformandoli in immagine.

7. Puoi servirti di tutti i materiali a disposizione per dare forma alla tua opera, sul foglio grande, l'A3. Cioè? Si tratta di scrivere, a parole o con i colori e i materiali, nel tempo disteso che hai, che messaggio e che senso trovi nei testi che ti abbiamo suggerito, ma che sono diventati tuoi.

8. Al termine del tempo a disposizione (che può variare dalla mezz'ora all'ora intera) potrai appendere la tua opera nello spazio predisposto.

## Una storia da vivere TERZO MOMENTO

È il momento di avvicinarsi alle opere appese per guardarle, avvicinarsi e leggere quello che incuriosisce, senza la pretesa di capire tutto.

Domande per la condivisione

Cosa è scattato in te?

Avevi mai provato a fare qualcosa di simile?

Come hai vissuto il silenzio?

C'è qualcosa di prezioso che vuoi condividere?

È stato faticoso?

Come ti sembravano gli altri intorno a te?

Che colori hai usato e perché?

C'è una parola buona, che con la tua voce vuoi consegnare agli altri?

## La missione dona vita QUARTO MOMENTO

Prendiamo il foglio che abbiamo prodotto e che abbiamo condiviso e portiamolo a casa.

Per farne cosa?

L'idea è rileggerlo il giorno della Vigilia di Natale, per ricordare il passo fatto in questo Avvento, ma anche per rivivere un po' il percorso del fare spazio, del trovare parole che, quando ci fermiamo, ridiano senso al nostro agire. Come è possibile? Collezionando delle piccole perle anche nella nostra vita quotidiana. Sia un post che leggiamo, una canzone, un video che guardiamo. Potrebbero diventare una "raccolta" da condividere con chi in questo ritiro era con noi o in chi ci è rimasto fuori. Se una buona notizia ci contagia perché non diffonderla? Anche la nostra voce può fare la differenza. Anche il Vangelo della domenica è una Parola per noi, proviamo perciò a vivere il tempo di Avvento che ci separa dal Natale come tempo in cui Gesù si fa sempre più vicino e in cui la sua parola ci parla.

