



DIOCESI  
DI BERGAMO

**SCHEDE FORMATIVE  
PER ADOLESCENTI**

# SCEGLIERE

*Nota per l'educatore:*

*non si tratta di ripetere agli adolescenti, parola per parola, quanto hai letto.*

*Leggi, prendi spunto per progettare esperienze che intreccino senso e vissuto, Parola e vita, a partire da quanto hai ascoltato come indicato nel passo 1 della scheda di metodo. Prenditi tempo!*

## *Stress da scelta*

**Quando si moltiplicano le possibilità**, da un lato hai l'impressione di avere più spazio di libertà, ma **scegliere diventa più complicato**. Se fai la terza media e le alternative sono "classico", "scientifico", "linguistico", "artistico", "esperia" e "magistrali", la scelta è delicata ma fino a un certo punto. Chiaramente se le magistrali non si chiamano più così, ma si chiamano "liceo delle scienze umane", dove puoi scegliere tra una opzione "giuridica", una opzione "tradizionale", e una opzione "musicale", tutto diventa estremamente più complesso. Analogamente se hai alcune facoltà universitarie da scegliere, sei chiamato a prestare un certo livello di attenzione: ma se dello stesso corso universitario ci sono diversi curricula, la complicatezza aumenta anche l'indecisione.

Sembra che da alcune recenti inchieste, i giovani italiani pensino che la famiglia sia il valore più importante. Ma il numero dei matrimoni è drasticamente diminuito: non è più l'istituzione matrimoniale a garantire circa la famiglia. La famiglia resta importante, ma nella coscienza dei giovani non è così importante come si divenga famiglia: puoi sposarti in Chiesa, puoi convivere senza sposarti, puoi sposarti civilmente. Nel sentire comune nessuna delle opzioni elencate ha un valore maggiore delle altre e tutto è lasciato alla libera e insindacabile scelta della persona. Ma ancora una volta occorre scegliere: **non esiste un consenso tale da rendere automatici alcuni passaggi della vita**.

Ovviamente il tutto è molto positivo: mediamente abbiamo molte più possibilità rispetto ai nostri nonni o ai nostri genitori. Ma dobbiamo anche riconoscere che **direttamente proporzionale all'aumento delle possibilità di scelta corrisponde anche una sorta di stress da scelta**: tutto chiede pensiero, attenzione, motivazione. Cresce anche la possibilità di sbagliare, e con essa il rimpianto che forse con una scelta leggermente diversa sarebbe andata meglio.

**CON IL PASSO GIUSTO  
PER LASCIARCI CAMBIARE IL CUORE**

## *Istruzioni per rendersi infelici*

Scegliere per la nostra vita è diventato più entusiasmante e complesso, ma anche più delicato e faticoso. E non ci sono regole che disinnescino la complessità. **La scelta fa davvero parte della vita**, è un brivido ineliminabile. Qualche volta ci piacerebbe una sorta di App che ci dica quale sia la scelta giusta togliendoci quella maledetta sensazione di incertezza che ci attanaglia ogni volta che dobbiamo prendere decisioni importanti. Ma lo ricordi il tempo del lockdown? Ci siamo trovati in casa senza margini di scelte e, per quanto condividessimo la cosa, è sempre fonte di sofferenza il fatto che ci sia tolta ogni finestra di possibilità d'azione. **Scegliere ti fa sentire il brivido dell'esistenza e le vertigini della libertà.**

Dunque, se non ci sono regole per una scelta felice, è anche vero che possono esserci alcune cose da tenere presenti per una scelta che non divenga infelice.

In primo luogo, è importante "scegliere di scegliere". Non è semplicemente un gioco di parole, ma la necessità di non affrontare in atteggiamento di ritirata i bivi della vita. Mille "anni sabbatici", duemila "tempi di riflessione", e decine di migliaia di ritardi non sono segni di una vita felice, ma spesso nascondono la paura di prendere posizione. C'è una virtù che è necessaria in qualunque scelta, ossia la risolutezza: non mi sottraggo dallo scegliere e imparo ad abitare le scelte fatte senza ritrattarle in ogni momento.

"Ascolta il tuo cuore" di solito è l'inizio di una bella poesia, ma anche di un disastro decisionale. L'invito all'ascolto del cuore potrebbe essere facilmente frainteso come il suggerimento a scegliere d'istinto, senza una vera ponderatezza, quasi di pancia. Occorre un po' di tempo per decidere, e l'impulsività non è da confondere con la risolutezza. **Ogni scelta interessante è preceduta da un tempo di silenzio e di discernimento.**

Un altro pericoloso invito è quello ad ascoltare i propri "sogni". Che detto così è una cosa fantastica. In realtà, se i sogni non sono incarnati e sono un po' campati per aria, le conseguenze non saranno in ordine alla felicità. Qualche anno fa ha fatto scalpore l'invito dell'ordine degli psicologi a smettere di iscriversi a psicologia. Il presidente in particolare aveva invitato i giovani a considerare come bello il sogno di aiutare gli altri a stare bene, ma in Italia abbiamo uno psicologo ogni 3000 abitanti, ed è oggettivamente difficile pensare a un lavoro. Si tratta di un sogno in sé bello, ma non incarnato nella realtà, e alla lunga portatore di frustrazione. **La coordinata dei bisogni del mondo non è da trascurare.**

Noi non siamo infatti isole deserte: il mondo non è il luogo dove tutto è al servizio dei miei desideri. Però è anche vero che è possibile trovare tanti alleati nella nostra realtà: di norma una scelta fatta senza essersi confrontati con nessuno non è mai buona. Non è questione di delegare, ma di provare a vedere le cose da un altro punto di vista. C'è anche un'altra regola da tenere presente: **quando si tratta di scelte definitive (matrimonio, lavoro, stato di vita) è importante che ci sia una persona a cui non ho nascosto nulla.** Potrebbe esserci qualche scheletro nell'armadio che ci infastidisce (errori passati, parti di noi stessi che non comprendiamo, azioni che abbiamo nascosto, vergogne) e che vorremmo tenere nascosto. Ma quando una scelta è per tutta la vita, c'è da temere che questi scheletri ci tireranno brutti scherzi. Avere una persona (che sia degna di fiducia, più grande di noi, con un cammino di fede strutturato e con scelte di vita solide) a cui abbiamo aperto il cuore è la migliore garanzia che le nostre parti più ombrose potranno rimanere sotto controllo. La tradizione parla di "guida spirituale".

Da ultimo, **la Parola di Dio è la migliore alleata nelle scelte.** Il Signore conosce i segreti dei cuori, e meditando le pagine della Scrittura, certo, non si trova quasi magicamente il da farsi, ma tutto quello che è necessario tenere presente per scegliere in compagnia dello Spirito Santo e per realizzare sulla terra il Regno di Dio.

## *Spunti di esperienze*

### PER SUGGERIRE DELLE MODALITÀ

*Nota per l'educatore:  
lasciati provocare dalle proposte che seguono  
e costruisci il tuo percorso con gli adolescenti:  
ci sono modalità e attivazioni adatte per l'incontro serale,  
ma qualche esperienza potrà richiedere un tempo più  
disteso da trascorrere insieme!*

#### Parole chiave dal testo introduttivo:

***indecisione, possibilità,  
paura, condivisione***

#### Prima iniziare - Qualche domanda per avviare la progettazione...

- 1 Gli adolescenti del tuo gruppo hanno affrontato già delle scelte?
- 2 Ne stanno affrontando qualcuna attualmente (per esempio hai un gruppo in quinta superiore alle prese con l'orientamento?)
- 3 Hanno mai preso in considerazione scelte che hanno risultati a lungo termine: scelte che possono cambiare le loro strade?
- 4 Sai se hanno mai pensato o provato la paura dei bivi? Credono che l'incertezza sia generativa o credono sia solo spaventosa?
- 5 Hanno una guida a cui potersi affidare?

## **Alcune possibili modalità per approfondire con gli adolescenti...**

### **Puntate di serie tv/film interattivi**

Vi suggeriamo di utilizzare alcuni film o puntate di serie tv interattive, che significa? Durante la visione del filmato allo spettatore verrà chiesto di fare una scelta, digitando sullo schermo o con un telecomando l'opzione che ritiene più adeguata secondo il suo punto di vista. Ad ogni scelta cambierà lo scenario. Sarebbe molto bello se gli adolescenti provassero più scelte possibili vedendo a quali differenti scenari portano. In questo articolo ([clicca qui per leggerlo](#)) elencano serie tv e film interattivi. Scegliamo ciò che sembra più adatto agli adolescenti. Alla fine della visione potrebbero nascere diverse domande: vi piacerebbe nella realtà vedere tutti gli scenari possibili prima di ogni scelta? Che cosa rende bello il poter scegliere? Che cosa fa paura? I "se" ci bloccano o no?

P.S.: sarebbe bello approfittare di queste visioni per un bel pigiama party (situazione sanitaria permettendo), no?

### **Una canzone**

Vi suggeriamo di ascoltare la canzone "Niente di speciale" dello Stato Sociale, fornendo il testo agli adolescenti. [Clicca qui per ascoltarla](#).

Chiediamo loro di riflettere su alcune frasi riguardanti la scelta.

Ne lasciamo alcune qui di seguito:  
"Non scegliere, scegliere di subire  
Non è sognare che aiuta a vivere  
È vivere che deve aiutarti a sognare.  
Ogni volta che scegli tu scegli  
Il tipo di schiavo che non sarai"

Quante volte vi è capitato di "lavarvene le mani" sulle vostre scelte? Quante volte avete lasciato ad altri che decidessero anche per voi? Vi è mai capitato di andare "contro" gli altri per esprimere le vostre scelte?

*Nota per l'educatore:  
Sono solo alcuni spunti che si possono modulare e modificare  
a seconda dei ragazzi, del tempo a disposizione,  
del momento dell'anno.  
Certo questo chiede un po' di tempo, di testa  
e di cuore da parte di chi prepara.  
Ricordati che puoi essere anche tu, non solo il don!*

## 1. La lampada di Aladino

Si è detto che i desideri e le scelte sono sempre orientate verso la felicità, anche se a tratti si rivela poi fasulla. Provochiamo gli adolescenti sul tema dei desideri, invitandoli a immaginare che compaia loro il genio di Aladino: quali sono i primi 3 desideri che di getto vogliamo chiedere? Che tipo di desideri sono: irrealizzabili, realistici, costosi, inutili? Hanno a che fare solo con me o coinvolgono anche altre persone? Sono utopici o realizzabili? Quanto dipendono gli adolescenti dalla fortuna, dagli altri, dal contesto esterno? Già **chiamare per nome i propri desideri** è per qualcuno un'impresa. Non sarebbe male farglieli scrivere e farli poi riflettere su queste domande e concludere con la domanda: "Cosa c'entra Dio con i miei desideri e la mia felicità?"

## 2. "Prese la ferma decisione di andare a Gerusalemme"

**Luca 9, 51-56**

Anche Gesù si è trovato più volte di fronte ad una decisione da prendere. Al capitolo 9 di Luca troviamo uno dei momenti più evidenti al proposito. Gesù ha ormai chiaro che se va avanti per la sua strada, le cose si metteranno male per lui. Si trova di fronte ad un bivio: o cambia strada e abbandona la sua missione, oppure la porta fino in fondo, costi quel che costi. Gesù sceglie la seconda, consapevole che in gioco ci sarà la sua pelle! Nella preghiera proponiamo agli adolescenti di scrivere di loro pugno una **richiesta di aiuto al Signore per avere luce nelle decisioni grandi e piccole che devono prendere**. Se c'è il tempo per una preghiera più distesa, magari dentro un tempo di ritiro, forniamo loro alcune domande utili a chiarirsi meglio le idee. Per esempio: perché voglio prendere questa decisione? Da dove viene e dove mi porta? Qualcuno l'ha condizionata? Decido per passione, per paura o per dovere? Quanto pesa il parere e il giudizio (o il silenzio) degli altri sul mio sentire? Se entro nel profondo del cuore, la sento davvero mia o forse dietro a questo c'è altro che nascondo? Ho provato a presentarla al Signore chiedendo il suo aiuto? Possiamo poi pensare ad un momento di condivisione, anche esterno alla preghiera, o ad un gesto che esprima ancora una volta un maggiore affidamento a Dio anche delle proprie decisioni.



### 3. "Ti seguirò dovunque tu vada"

Luca 9, 57-62

Lungo la via per Gerusalemme, Gesù incontra un tale che con forte entusiasmo si propone come discepolo: "Ti seguirò dovunque tu vada". Ma Gesù lo mette alla prova: "Gli uccelli del cielo hanno i loro nodi, il Figlio dell'uomo non ha dove posare il capo". Come a dire: bello il tuo entusiasmo, ma attento che non sia idealistico! Se mi segui, sappi che io non ti do molte garanzie, non è detto che la vita ti sarà più facile: solo la mia presenza piena di amore per te sarà la tua unica garanzia, che ti terrà in piedi anche quando tutto andrà storto, senti che ti basta? Fai bene i conti col tuo entusiasmo, che oggi c'è e domani chissà. Se non lo alimenti, finirà per spegnersi! Pietro, dopo tre anni di sequela, non aveva perso quell'entusiasmo e si spinge addirittura a dire al Maestro: "Darò la mia vita per te!". Sappiamo tutti come va a finire quando il gallo canta. Sono episodi che ci raccontano di **quanto a volte è difficile che un buon desiderio si trasformi poi in effettiva decisione**. Interrogiamoci come educatori anzitutto: abbiamo già preso decisioni importanti nella vita? Quali difficoltà abbiamo incontrato? E cos'è successo quando finalmente ci siamo decisi? E se pensiamo ai nostri adolescenti, sentiamo che il percorso che proponiamo loro è orientato ad una decisione? Se sì quale? Si può osare, almeno con qualcuno che intuiamo sia portato, una proposta vocazionale di sequela del Signore?