



VENERDI' 16-01-2004

TEMA: GIOIA E' PERDONO

TITOLO: Che Rabbia!

Introduzione:

La Gioia più grande che possa esistere è la gioia del cuore, quella sensazione di pace e di fraternità con il prossimo che ci aiuta a sorridere alla vita. Si parla spesso di pace nazionale, ma la pace con chi ci sta accanto, con chi incontriamo per strada, con chi condividiamo momenti della nostra giornata: con loro riusciamo a costruire la pace?

E' più facile di quel che pensiamo, dobbiamo solo imparare a perdonare e a chiedere perdono. L'umiltà è la grande amica della pace e del perdono. Nessuno è perfetto e se impariamo a perdonare e a chiedere perdono dei nostri errori, avremo l'immensa gioia di essere perdonati.

E allora facciamo questo piccolo ma grande gesto del cuore.

Dinamica:

- l'intento di questa dinamica è quello di stimolare il senso di "rabbia" nei ragazzi, dal quale partire con una discussione aperta in gruppo, riguardante l'importanza di saper relazionare con gli altri sempre in maniera positiva.
- si distribuisce a ciascuno un puzzle costruito tagliando a pezzi una qualsiasi figura. I pezzi consegnati però non saranno tutti, ma ne mancherà uno.
- se i pezzi erano stati fatti sufficientemente piccoli, i ragazzi faranno una certa fatica a ricostruire il puzzle. E' bene insistere con i ragazzi sul fatto che i pezzi ci sono tutti, anche quando i primi inizieranno ad accorgersi che non si riesce a fare.
- solo dopo un bel po' si dirà la verità, ossia che hanno fatto tanta fatica per nulla, poiché avevano ragione riguardo all'impossibilità di completare il puzzle.
- da questa piccola esperienza si può iniziare la discussione, chiarendo prima che sensazione hanno provato, per poi passare a discutere sulle loro reali esperienze di arrabbiate e di perdono.
- si conclude l'attività leggendo la storiella dei chiodi sulla staccionata (vedi materiale)



Materiale:

- un'immagine a testa, ritagliata in pezzi abbastanza piccoli e con un pezzo mancante
- la storiella dei chiodi e la staccionata (vedi materiale)

Scopo e messaggio finale:

Vogliamo riuscire a vedere il perdono come una via fondamentale per vivere in serenità con gli altri ma anche con noi stessi. Occorre capire che mettendo davanti ai nostri valori il bene degli altri non facciamo altro che mettere al sicuro la nostra stessa felicità.

Inoltre, dobbiamo riflettere su quanto, al contrario, un nostro comportamento sbagliato o semplicemente superficiale possa far soffrire le persone che ci stanno attorno. Tante volte usando un po' di comprensione e perdono si evita la sofferenza di qualcuno che non si meritava di soffrire per colpa nostra.

I chiodi nella staccionata



C'era una volta un ragazzo con un brutto carattere. Suo padre gli diede un sacchetto di chiodi e gli disse di piantare uno nello steccato del giardino ogni volta che avesse perso la pazienza e litigato con qualcuno. Il primo giorno il ragazzo piantò 37 chiodi. Nelle settimane seguenti, imparò a controllarsi e il numero di chiodi piantati diminuì giorno per giorno: aveva scoperto che era più facile controllarsi che piantare chiodi. Finalmente arrivò un giorno in cui il ragazzo non piantò alcun chiodo nello steccato. Allora andò dal padre e gli disse che per quel giorno non aveva piantato alcun chiodo. Il padre gli disse di levare un chiodo dallo steccato per ogni giorno in cui non aveva perso la pazienza e litigato con qualcuno. I giorni passarono e finalmente il ragazzo poté dire al padre che aveva levato tutti i chiodi. Il padre lo portò davanti allo steccato e gli disse: «Figlio mio, ti sei comportato bene ma guarda quanti buchi ci sono nello steccato: oramai non sarà mai più come prima. Quando litighi con qualcuno e gli dici qualcosa di brutto, gli lasci una ferita come queste. Puoi piantare un coltello in un uomo, e poi levarlo, ma rimarrà sempre una ferita. Non importa quante volte ti scuserai, la ferita rimarrà».

Una ferita verbale fa male quanto una fisica.

da "Come Raggi"

sussidio formativo per i giovani, proposta MGS 2003/04