



Animazione del tempo di Quaresima in oratorio 2013

Esercizi di fede

La fede è la porta che conduce all'incontro con il Signore Gesù. La fede apre il cuore a lui e gli permette di entrare per cambiarci la vita e renderla «piena» e felice. Il nostro esercizio costante consiste nel **creare le condizioni perché possiamo dire «ci credo!»**. Ai ragazzi non si può dire che questo può avvenire in automatico, senza sforzo e senza volontà. La fede non è un fatto spontaneo ma un dono da accogliere, una scelta da fare e da rinnovare ogni giorno, una mèta a cui tendere con un cammino in cui la direzione la dà il Vangelo.

In questa Quaresima i ragazzi potranno esercitarsi nella fede **seguendo** quelle **parole chiave** che ogni settimana gli esporremo in occasione della messa domenicale, della preghiera in oratorio, degli incontri attorno al percorso di catechesi. Le parole chiave sono: **cammino, cambiamento, libertà, fiducia, fedeltà, dono di sé.**

«Queste parole possono realizzarsi solo se già il Signore Gesù ti ha incontrato ma tu puoi già metterle in pratica e cammin facendo ti puoi accorgere che è proprio così che lo stai incontrando o potresti incontrarlo...»

Del resto noi Gesù noi non lo possiamo vedere, ma ci sono dei segni che ce lo rivelano... quelle parole chiave quindi possono richiamare: la chiamata che Dio ci fa (**I domenica**); il Battesimo che ci cambia radicalmente (**II domenica**); l'ascolto della sua parola che ci plasma e ci libera (**III domenica**); la testimonianza luminosa davanti agli altri che ci fa acquistare fiducia in noi stessi e in chi ci "manda" (**IV domenica**); la fedeltà ai suoi insegnamenti che diventa partecipare ai suoi gesti di risurrezione (richiamo al restare fedeli alla messa ad es.) (**V domenica**); sino a comprendere, nella **settimana santa**, che è nel dono di se stessi agli altri, quindi nella carità e nell'amore (portando la croce), che davvero lo incontriamo (se ci sono stati anche i passaggi prima)!

Questi **esercizi di fede** possono aiutare i ragazzi a mettere in pratica la parola chiave della settimana in modo personale e comunitario, con un atteggiamento che è il seguente: «mi devo sforzare di incontrare il Signore Gesù nella mia vita, convinto che sarà lui a cambiarmela in qualcosa di meraviglioso (JUMP!)... e allora mi esercito...»

Accanto a – e soprattutto a sostegno di – questo percorso **i ragazzi potranno costruirsi un loro percorso ancora più personale grazie al «Salta QUA», il gadget della Quaresima** pensato per proporre degli impegni quotidiani che formano la vita di fede (sulla base della testimonianza di chi davvero ha incontrato il Signore!).

Per informazioni più precise sul Salta QUA, [clicca QUA](#)

Prima Settimana

Un cammino dura tutta la vita

Consegniamo ad ogni ragazzo un foglio, come fosse un'agenda con riportati i giorni dal lunedì al venerdì e, per ogni giorno, riportato un più e un meno. Chiediamo loro di compilare ogni sera il foglio, riportando un fatto positivo della giornata durante il quale hanno superato una tentazione che di solito rallenta il loro vivere lo stile di Gesù e un momento nel quale invece hanno ceduto alla tentazione. Sugeriamo loro di partire da questa analisi per entrare nella preghiera della sera, affidando a Gesù il loro cammino. Soprattutto, il planning servirà alla fine della prima settimana per verificare se il cammino di fede è andato avanti o è fermo ad un punto morto.

Intorno all'incontro di catechesi o in un altro momento di animazione, chiediamo ai ragazzi di fare un disegno che rappresenti la loro tentazione più grande. Raccogliamo i disegni e costruiamo un percorso del tipo staffetta dove ogni ostacolo è accompagnato da una tentazione disegnata. Creiamo una sfida tra i ragazzi e, una volta conclusa, invitiamoli a riprendere il disegno per scrivere dietro una modalità (che magari potremo discutere insieme) per impegnarsi durante la Quaresima a superare quella tentazione.

Seconda settimana di Quaresima

Un cambiamento rapido e costante

Attività: Fuori dal deserto verso il luogo della vita.

Al termine dell'incontro di catechesi della prima settimana di Quaresima o in un momento della seconda domenica di Quaresima occorrerà chiedere ai ragazzi questa attività: durante i giorni che li separano dalla nuova riunione, ogni ragazzo sarà chiamato a fare una rinuncia (o fioretto) al giorno e scriverla su un foglietto. Potrà scrivere su un foglietto gli impegni che avrà realizzato seguendo il suo personale cammino tracciato grazie al gadget *Salta QUA*: dovrà in questo caso specificare sul foglietto a che cosa ha rinunciato grazie all'impegno che ha saputo compiere ogni giorno.

Ogni ragazzo porterà i foglietti con sé nel momento dell'incontro di catechesi o in un momento specifico di animazione in oratorio.

I catechisti avranno allestito per questo momento un *lungo sentiero di sabbia* che rappresenta il deserto, luogo di pentimento, purificazione e meditazione. Ogni bambino dovrà attraversare il sentiero ed appallottolare e gettare più lontano possibile da sé i foglietti con scritto le cose a cui ha rinunciato. Potranno vedere così che, camminando nella stessa direzione degli altri e con amici al proprio fianco, è più facile gettare via ciò che non permette di seguire Gesù verso il luogo della vita.

Al termine del sentiero, ad aspettare i ragazzi ci sarà una bella merenda a tema datteri, the, noci di cocco, ananas - qualcosa di esotico insomma... Sarà un momento semplice di gioia ed allegria in cui si può dimostrare che oltre il deserto si trova il luogo della vita (*cf. Via Crucis della Fom per i ragazzi «Se passi tu», ed. In dialogo*)

Nota Bene: La sabbia usata per il sentiero servirà anche per l'esercizio di fede della terza settimana perciò ogni ragazzo dovrà portarne a casa almeno un bicchiere.

Gioco: "Un cambiamento rapido e costante"

Gioco a squadre: minimo 2.

Ogni squadra si mette in cerchio. Si fa partire la musica. Quando l'animatore ferma la musica tutti i bambini dovranno togliere le scarpe ed indossare quelle del bambino alla propria destra. Vince la squadra che finisce prima. Questo gioco indica la rapidità che è necessaria quando si decide di cambiare davvero; non si può aspettare di trovare il numero giusto di scarpe, cioè la situazione perfetta per cambiare e seguire una strada, occorre decidersi subito e cercare in tutti i modi di rimanere costanti! Ricordiamoci che la parola chiave di questa II settimana di Quaresima è «cambiamento».

Terza settimana di Quaresima

Libertà è dare ascolto

L'ascolto della sua parola che ci cambia, ci plasma e ci libera

All'inizio della III settimana di Quaresima o alla fine del secondo incontro di catechesi che si svolge in Quaresima (II settimana) vengono distribuiti ad ogni ragazzo una fotocopia con la figura del bambino (cfr. modello di seguito) ed un bicchiere di sabbia (quella utilizzata nella attività precedente). Verrà chiesto ai ragazzi di annotarsi ogni giorno la parola più bella, dolce o buona che sentono dire dagli altri o di scegliere una parola o una frase dal vangelo del giorno (con l'aiuto dei genitori). Alla sera prima di andare a letto, quando dicono le preghiere, ripeteranno questa parola dedicandola a Gesù, intanto dovranno incollare la sabbia negli spazi con il numero corrispondente al giorno: Lunedì 1, Martedì 2, Mercoledì 3, Giovedì 4, Venerdì 5. Un pezzetto alla volta si formerà la figura di un ragazzo.

Occorre spiegare ai ragazzi che il segno della sabbia, che man mano riempie la sagoma, indica che sono le parole buone ascoltate, quelle che davvero possono plasmare la mia personalità e farmi crescere secondo la volontà di Dio. La parola di Gesù a volte arriva anche tramite le persone che mi vogliono bene che mi dicono cose che se ascoltate non possono che migliorarmi. Le parole buone, belle e sensate possono davvero orientare la mia vita e renderla libera davvero.



Ecco il modello che si può riprodurre e consegnare in bella copia ad ogni ragazzo

In un momento della riunione di catechismo o di animazione in oratorio, possiamo scrivere su un grande cartellone, che riproduce la figura di Gesù, tutte le parole che i ragazzi hanno ascoltato e scelto per il loro personale disegno. Attorno alle parole ogni ragazzo disegnerà un cuore e vi incollerà ancora della sabbia, segno che è nel cuore che vogliamo essere modellati e cambiati da Gesù... scopriremo che è lui che ci libera più di chiunque altro.

Quarta settimana di Quaresima

Se ti fidi tutto si illumina

Nota Bene: è necessario distribuire ad ogni ragazzo un bastoncino di incenso.

È importante restare fedeli alla preghiera quotidiana e fidarsi di chi chiede ai ragazzi di pregare ogni giorno, perciò gli esercizi di questa settimana saranno diversi per ogni giornata con l'obiettivo di valorizzare momenti diversi in cui si può pregare.

Al termine dell'eucaristia domenicale o alla fine della preghiera in oratorio della domenica o in un altro momento che riteniamo opportuno, daremo ai bambini un foglio con la spiegazione di ciò che gli viene chiesto di fare ogni giorno (i giorni indicati sono cinque, il sesto è quello dell'incontro insieme, quindi vanno indicati per il cammino personale quelli in cui non c'è l'incontro di gruppo):

Lunedì: «Fatti aiutare da un adulto a preparare quattro uova sode da mangiare questa sera a cena con tutta la tua famiglia ed, utilizzando un normale pennarello, scrivi sul primo uovo: "Signore benedici"; Sul secondo uovo scrivi: "questo cibo è chi lo ha"; sul terzo: "preparato per noi"; sul quarto: "con amore e cura"

Questa che hai scritto è una delle tante preghiere di benedizione del cibo che si possono recitare ogni giorno. Metti le tue uova così decorate sul tavolo e, prima di mangiare, chiedi ai tuoi famigliari di fare il segno della croce e di leggere con te le scritte sulle uova.

Da oggi non dovrai più dimenticarti di ringraziare il Signore prima di mangiare!».

«Preparati ora per l'esercizio di domani. Prima di andare a dormire, fatti aiutare da un adulto a scrivere con lo scotch di carta la parola "JUMP" ai piedi del tuo letto».

Martedì: «Appena sveglio, ma proprio appena ti sei svegliato, salta sulla parola scritta a terra e grida "JUMP, buongiorno Gesù!". Da questo momento fino a Pasqua dirai le preghiere del mattino vicino a questa scritta. "Jump, il salto della fede", ti ricorda di iniziare la giornata ringraziando e pregando Gesù».

Mercoledì: «Pregare è anche ringraziare! Oggi, devi tenere in tasca un foglio e un piccolo pastello a cera o una matita. Avrai un compito molto difficile. Dire la parola "Grazie" almeno 30 volte. A chi? A tutte le persone che fanno qualcosa per te, ogni "grazie" che dici fai una x sul foglietto, quando avrai fatto 30 x hai compiuto l'esercizio della giornata: ce l'hai fatta! p.s.: Proponi ai tuoi amici di farvi reciprocamente dei piccoli favori, così avrete più possibilità di "spendere" i grazie».

Giovedì: «Questa sera raduna tutta la tua famiglia ed insieme accendete il bastoncino di incenso, guardando il suo fumo che sale al cielo. Innalzate le vostre preghiere della sera, il fumo sarà un segno che indicherà che la vostra preghiera sale fino al Cielo».

Venerdì: «Questa settimana ti sei esercitato con la preghiera, mattino, sera, pasti, durante il giorno, ora sei pronto! Scrivi su un foglio bene e bello in grande: LA DOMENICA IO VOGLIO SEMPRE ANDARE A MESSA, firma il foglio ed appendilo nella tua cameretta. Poi con il tuo cellulare o con quello di uno dei tuoi famigliari manda un sms o mms o una foto al tuo don o al tuo educatore o catechista con scritto: IO [nome e cognome] DOMENICA A MESSA CI SARÒ».

Per l'incontro di animazione settimanale o il raduno della catechesi:

Organizziamo un momento di incontro serale con i bambini in un luogo ampio (parcheggio, campo, piazzale) dove ci sia nelle vicinanze un punto di controllo rialzato (campanile, casa al secondo piano, ecc)

Scriviamo con dei lumini la scritta IO MI FIDO, accendiamo i lumini e, dopo essere saliti nel punto alto facciamo una foto alla scritta (stamperemo poi la foto per regalarla ai ragazzi o appenderla in aula di catechismo). Mettiamoci con i ragazzi tutti intorno alla scritta e recitiamo insieme una semplice preghiera una semplice preghiera oppure facciamo dire ad ogni bambino a giro un'intenzione. Per completare il momento insieme si può far volare una *lanterna cinese*, spiegando ai ragazzi che questo è un semplice gesto che ci aiuta a portare lo sguardo al cielo e, con lo sguardo, anche il pensiero a Dio.

Ogni ragazzo porterà a casa un lumino con una piccola pergamena con indicato il giorno e l'ora in cui il lumino dovrà essere acceso, dando questo impegno a tutti. Sarà un nuovo appuntamento in cui in ogni famiglia ciascun ragazzo sarà legato agli altri dalla comune preghiera.

Quinta domenica di Quaresima

Per sempre Amici

Anche questa settimana gli esercizi saranno diversi giorno per giorno perciò daremo ai bambini un foglio con la spiegazione delle diverse attività. Il giorno segnato è da variare in base all'appuntamento settimanale con l'incontro di gruppo in cui si eseguirà il gioco di seguito.

Questa settimana dovremo far capire a Gesù che siamo suoi amici fedeli.

Lunedì: «Oggi hai il permesso di fare una torta. Fatti aiutare da un adulto, durante la giornata, oppure alla sera dopo cena. Quando la torta è pronta tagliala a fette e scegli la fetta più bella, questa fetta vogliamo donarla a Gesù, quindi incartala e portala ad una persona che è sola o triste o semplicemente a una persona a cui vuoi bene. Non deve essere un componente della tua famiglia con cui mangerai il resto della torta».

Martedì: «Oggi fai un bel disegno, bello davvero, colorato, preciso, un disegno che riguarda la vita di Gesù, scegli tu liberamente che cosa disegnare, poi consegna il disegno ai tuoi catechisti o agli animatori che li porteranno al don. Lui, li distribuirà agli anziani o agli ammalati dicendogli che tu, proprio tu hai speso del tempo per loro, per preparare per loro questo regalo, segno che hai pensato a loro e vuoi portar loro un po' della gioia del Signore Gesù!»

Mercoledì: «Raccogli 20 sassolini. Dipingine 10 di bianco e 10 di nero, con i pennarelli, le tempere mescolate ad un po' di colla vinilica, o con i colori acrilici.

Da oggi prima di andare a letto fai un esame di coscienza e pensa alla tua giornata. Per ogni peccato commesso, per ogni brutta azione (che ha fatto del male al tuo amico Gesù), metti un sasso nero sul comodino (puoi farlo anche durante la giornata). Prima di metterti a dormire però è importante che tu ti metta in ginocchio vicino al letto e domandi scusa a Gesù per queste tue brutte azioni e sostituisci man mano che chiedi perdono i sassolini neri con quelli bianchi. Buonanotte!».

Giovedì: «Hai imparato a pregare ed in questi giorni stai imparando che nella vita hai un amico che ti ama e che rimane fedele a te per sempre, il suo nome è Gesù! Lui non si vergogna di dimostrarti il suo amore per te, donandoti anche la vita. Oggi anche tu senza vergogna esci, vai in chiesa, davanti ad una cappelletta, un'icona sacra, un'immagine della Madonna e fai il segno della croce, poi di' una piccola preghiera chiedendo a Gesù di restare per sempre al tuo fianco».

Venerdì: Oggi dovrai parlare per qualche minuto con una persona o un compagno che non ti sta tanto simpatico o con cui non parli quasi mai.

Gioco: «Incontrare il Signore mi cambia la vita, lo faccio e mi faccio cambiare»

Tutti i ragazzi sono disposti in cerchio. Nel mezzo mettere degli abiti da uomo grandi da indossare. Preparare dei post-it, modello mazzo di carte. Mescolare ai post-it bianchi dei post-it con disegnata una croce (più o meno ogni 7-10 fogli). I bambini prendono a turno un foglietto quando trovano la croce devono andare al centro del cerchio e «cambiarsi» d'abito ovvero dovranno indossare tutti i vestiti che possono nel minore tempo possibile e prima che venga pescato un altro post-it con la croce!

Domenica delle Palme e Settimana Santa Dono di sé – Tenere fisso lo sguardo su Gesù

Lunedì: «Oggi colora e ritaglia questa croce:



Piegala bene e mettila in tasca, ben nascosta, dovrai portarla con te fino a Pasqua. È un modo simbolico per ricordarti che solo portando la croce della carità e dell'amore noi possiamo incontrare Gesù».

Martedì: dono di sé.

«Renditi disponibile per un'ora in questo pomeriggio per aiutare in casa, o per pulire la tua cameretta . per quest'ora cerca di impegnarti al massimo, di lavorare bene e in silenzio».

Mercoledì: davanti alla croce

Scegli un momento durante la giornata, magari quando interrompi i compiti per fare la merenda. Vai nel luogo della casa dove è appeso il crocifisso e rivolgiti a lui una breve preghiera, chiedendogli di sostenerti nei momenti in cui non vorresti fare fatica e scegliere la strada più semplice. Poi torna a fare i compiti o quello che stavi facendo con nuovo entusiasmo».

Giovedì: «Tenere fisso lo sguardo»

«Mettiti in un posto tranquillo e procurati un foglio bianco e una penna, metti il foglio davanti a te e tira fuori dalla tasca la tua croce, mettila vicino al foglio. Scrivi sul foglio i nomi di tutte le persone che ti vogliono bene: i tuoi famigliari, il prete, la suora, i catechisti, gli animatori, i tuoi amici più cari ecc. Rileggili e porta questo foglietto alla Messa in Coena Domini a cui sei invitato a partecipare in questo Giovedì santo. Offri questi nomi al Signore e digli grazie perché è Lui che ti ha messo accanto queste persone per crescere».

Venerdì: «Oggi il nostro amico Gesù muore per noi. Cerca di vivere bene ed in assoluto silenzio i momenti organizzati per te in parrocchia».

Sabato: «Fai come Maria, la madre di Gesù, attendi anche tu la risurrezione. Organizzati per partecipare domani alla Messa di Pasqua, non mancare per nessuna cosa al mondo! E stamattina, se puoi, vai in chiesa, cerca l'altare dove è stato depresso Gesù e lì prega in silenzio».



Fondazione diocesana per gli Oratori Milanesi
via Sant'Antonio 5 - 20122 Milano • tel.: 0258391356 • e-mail: ragazzi@diocesi.milano.it
www.chiesadimilano.it/pgfom