



PROPOSTA FORMATIVA 2021-2022

SECONDA TAPPA – Schema 2

“RENDITI UMILE FORTE E ROBUSTO”

OBIETTIVO: Assumersi la responsabilità del proprio cambiamento nella direzione delle virtù intorno alle quali si è fondata la missione salesiana e, dunque la nostra vocazione.

	CONTENUTO	TECNICA	TEMPO
1.PREGHIERA			2
2.INTRODUZIONE	Il sogno dei nove anni	Si legge il brano o si proietta il video del sogno dei 9 anni	
3.RIFLESSIONE GUIDATA	“Renditi...”	Breve intervento del formatore (eventualmente aiutato da qualche slide)	5
4.APPROFONDIMENTO	...Umile ...Forte ...Robusto	Lavoro in 3 gruppi	15
5.CONDIVISIONE	Cosa allena e cosa rischia di ostacolare le virtù “salesiane”?	Socializzazione del lavoro dei gruppi. (con l’aiuto di un video proiettore o di un cartellone)	15
6.CONCLUSIONE/IMPEGNO	Galati 5,22-23	Lettura e breve commento del brano	5
7.PREGHIERA			2

1. .
2. <https://www.youtube.com/watch?v=2i04myYWUoM>
<https://www.youtube.com/watch?v=6T-Je6Hown0&t=160s>

3. Il “**renditi**”, è il segno di una responsabilità inalienabile e immediata di fronte ad una situazione di inadeguatezza da colmare. Giovannino si impegnò a rendersi una persona interamente buona non scissa tra emozioni controllate e comportamenti normativamente corretti. “Rendersi” implica un cambiamento.

*[Cambiare non è semplice ma è possibile. Come esseri umani possiamo farlo a qualsiasi età. **Ma un cambiamento autentico è lento**, si consolida solo con l'esercizio di comportamenti e pensieri nuovi, alternativi ai precedenti; è **frutto di una scelta** che, anche se può essere influenzata dall'esterno, deve essere presa in modo spontaneo. E, soprattutto, è **basato su valori e non su emozioni o sentimenti passeggeri**. Solo ciò in cui si crede fino in fondo può motivare a impegnarsi a sovvertire schemi vecchi di decenni. Possiamo cambiare solo quando prendiamo consapevolezza del fatto che il nostro modo di essere o di fare contrasta con qualcosa che vogliamo fortemente.*

- **Il primo requisito per un vero cambiamento è la presenza di valori e obiettivi**, senza i quali il comportamento non può avere una precisa direzione. Valori e obiettivi sono, per definizione, qualcosa a cui l'individuo attribuisce importanza, ma non sono sinonimi. Verso un valore si può solo tendere, un obiettivo è una meta raggiungibile. Avere figli, laurearsi o diventare medico sono obiettivi, essere genitori o professionisti attenti e capaci è un valore. **Una seria intenzione al cambiamento presuppone sempre, come tappe intermedie, obiettivi realizzabili e come direzione uno o più valori**. Di nuovo, torna centrale l'aspetto della presa di responsabilità: valori e obiettivi possono essere, sì, incoraggiati, ma non indotti dall'esterno. Al contrario, vanno “costruiti” in modo consapevole e deliberato.
- **Il secondo requisito** consiste nella capacità di prevedere le conseguenze a lungo termine delle proprie azioni, di non reiterare le vecchie abitudini. In una parola, un cambiamento per compiersi richiede **autocontrollo**. L'impulsività è la tendenza ad agire di getto senza considerare che i risultati attesi, in tal modo, potrebbero non verificarsi; è difficile che una persona sprovvista di un minimo di autocontrollo possa tenere a bada quella parte di sé che la spinge verso i soliti comportamenti.
- **Terzo e ultimo requisito è la flessibilità**. La flessibilità comportamentale è la capacità di adattare le azioni alle circostanze e alle esigenze ambientali: di astenersi dall'agire quando le condizioni esterne non lo consentono e di attivarsi, invece, quando ciò è possibile] →http://www.psicologo-parma-reggioemilia.com/motivazione_psicoterapia.html

Ognuno di noi ha il proprio sistema di valori personale (riferimento alla Piramide della vita); per un cristiano ciò che orienta il sistema di valori personale sono i valori cristiani che potremmo identificare nelle **virtù**, che è una **disposizione permanente della libertà a fare il bene**. Come salesiani decliniamo le virtù in forme differenti. Stasera ci facciamo provocare dalle tre virtù che Maria presenta come prospettiva di impegno a Giovannino. Esse sono i riferimenti della nostra azione educativa ma sono e devono essere anche le direttive del nostro impegno di conversione.

4. Si formano tre gruppetti; ognuno approfondirà una virtù: umiltà, forza, robustezza.

Al gruppo si fornisce del materiale cartaceo e/o immagini relativi alla virtù assegnata (vedi allegati della proposta e

<https://www.salesianimacerata.it/blog/amati-e-chiamati-renditi-umile,-forte-e-robusto.html> -

https://notedipastoralegiovanile.it/index.php?option=com_content&view=article&id=16699 -

<https://www.youtube.com/watch?v=imXqf1GyuF0&t=305>)

Si fornisce inoltre una pista di riflessione:

Essere umili/forti/robusti oggi vuol dire....

Quali azioni concrete allenano queste virtù?

Quali comportamenti o atteggiamenti rischiano di ostacolare l'esercizio di queste virtù?

5. In assemblea ogni gruppo riferisce il frutto della riflessione. Il formatore aiuta il lavoro attraverso una video proiezione o un cartellone.
6. Questo estratto dalla lettera ai Galati presenta il modello di uomo al quale orientare il nostro cambiamento. Le virtù elencate sono quelle che caratterizzano quello che san Francesco di Sales chiamava cristiano "devoto". Siano esse il nostro riferimento. In questa settimana alleniamoci a controllare, ad auto-controllare sia la nostra volontà di cambiamento, sia il nostro essere proiettati verso l'esercizio permanente, nella libertà di queste virtù.
7. Preghiera:

*La mente umana è un vero prodigio: capace di meraviglie, nel suo pensare,
inventare, progettare, scoprire, confutare, ideare, analizzare, scandagliare, speculare...*

*ma la mente diventa nemica dell'uomo quando non è più al servizio dell'uomo,
ma anzi tenta di prenderne il sopravvento.*

*Perdona, Signore, la mia presunzione, quando pretendo di esser capace, da solo, di risolvere tutto quanto,
quando invidio l'intelligenza e le capacità altrui...*

*Perdonami quando ricerco la sapienza solo nelle cose del mondo,
lasciando fuori dalla mia vita l'azione del Tuo Santo Spirito.*

*Solo in Lui è la vera sapienza, perché la sapienza è Amore,
e lo Spirito è l'amore fra il Padre e il Figlio.*

*Donami, Signore, la Tua sapienza affinché possa annunciarti a tutti coloro a cui mi manderai,
Tu ogni giorno mi chiami a un martirio incruento, che non fa scalpore
ma che può fecondare, ugualmente, il seme della fede...*

*Rendimi umile e coraggioso nel portare avanti con coerenza e passione
la vocazione alla quale mi hai chiamato.*

Amen