

CHI SIAMO

Le dimensioni costitutive dell'uomo – introduzione al discorso del cuore



OBIETTIVO

Concepirsi come un'unità tra tante dimensioni che fanno parte dell'uomo, in cui tutto interagisce, entra in rapporto con gli altri e con il Signore e ci fa persone uniche e irripetibili. In più iniziamo a capire cosa si muove dentro di noi dandogli dei nomi.



ATTIVITÀ

Consegniamo a ognuno un foglio A3 in cui i ragazzi dovranno disegnare una sagoma che li possa rappresentare fisicamente (anche nel modo di vestirsi se vogliono personalizzarla di più). Terminato il disegno diamo loro quattro cartoncini a forma di fumetto, quattro a forma di chiave da meccanico e uno più grande a forma di cuore (vedi Allegato 1). Su ciascuno dei fumetti i ragazzi verranno invitati a scrivere **ciò che pensano**: quei pensieri che, durante una loro giornata tipo, occupano maggiormente la loro mente (es. la scuola, un ragazzo/a in particolare, il telefonino, il calcio, il Signore, ecc.). Dentro alle chiavi da meccanico invece scriveranno **ciò che fanno** generalmente (andare a scuola, lo sport, ascoltare musica, giocare al cellulare, ecc.). Dentro al cuore, invece, viene suggerito di scrivere **ciò che sentono**: quei sentimenti/emozioni che sentiamo (es. paura, insicurezza, entusiasmo, allegria, affetto, etc.). Terminato il lavoro ciascuno incolla sulla sagoma i propri fumetti (sopra la testa), la chiave (sulla mano) e il cuore (sul petto).



CONDIVISIONE

Ciascuno presenterà quindi se stesso agli altri membri del gruppo raccontando i propri pensieri e le proprie emozioni.



ATTIVITÀ

Guardando i disegni terminati, ciascuno può riconoscere se stesso in ciò che ha rappresentato. Questo ci dice con una certa chiarezza che quando diciamo "io", intendiamo una serie di cose che non sempre teniamo presenti. Se dal corpo con il quale ci siamo rappresentati togliamo il cuore, o i fumetti, o le chiavi o tutti e tre, quella sagoma non corrisponderà più esattamente a noi stessi. Ma allo stesso modo, se noi applicassimo quei pensieri o quei sentimenti a una sagoma differente dalla nostra, non ci riconosceremmo più. Questo vuol dire che noi non siamo solo i nostri pensieri, né solo il nostro corpo, né solo le nostre azioni, né solo le nostre emozioni e sentimenti e che quella che chiamiamo "identità" è fatta di tutti questi elementi che interagiscono fortemente fra loro.

Sarà anche molto chiaro che siamo fatti di qualcosa che si vede (il corpo, ciò che facciamo), ma anche in buona parte anche da ciò che rimane nascosto nella nostra mente e nel nostro cuore. Dare attenzione a tutto diventa così importantissimo.

D'altra parte potremmo anche spiegare loro che **tutti questi elementi sono fortemente legati tra loro**: Se vado a giocare a calcio mi vestirò in un certo modo e il mio corpo sentirà una certa fatica o un certo beneficio, penserò determinate cose (devo passare la palla, posso dribblare, il mio allenatore si fida di me, ecc), sentirò qualcosa dentro (gioia, paura di sbagliare, fiducia nell'allenatore, ecc.). Così anche se penso di non valere nulla, mi sentirò triste e molto inadeguato nel mio gruppo, così cercherò in tutti i modi di essere perfetto nella cura del mio corpo (o al contrario mi lascerò andare pensando che sia comunque inutile) e questo mi farà spesso litigare con i miei amici. È ancora evidente come i vari ambiti siano strettamente legati.



PREGHIERA

Ringraziamo il Signore perché ci ama così come siamo, nella nostra interezza. Gli chiediamo, inoltre, di aiutarci ad amarci tutti l'un l'altro, nonostante le nostre diversità, perché anche se diversi siamo fratelli, figli di un unico Padre e quindi concludiamo con la preghiera del Padre Nostro.