



Testi a cura dell'Upg
Illustrazioni di
Valentina Mercanti

PICCOLA GUIDA PER SACERDOTI E CATECHISTI

Le **ViaCards** sono la proposta dell'Upg per la Quaresima 2020. Si tratta di nove cartoline per le cinque domeniche di Quaresima, la domenica delle Palme, il Giovedì e Venerdì Santo e la domenica di Pasqua. Sul fronte è riportata un'illustrazione del Vangelo, mentre sul retro nove diversi schemi per la preghiera, da utilizzare in modo più personale o in gruppo. Abbiamo realizzato le ViaCards in due versioni: una più articolata per i ragazzi delle medie ed una più semplice (e da "giocare") per i bambini delle elementari. Oltre a ciò, sono disponibili i poster da affiggere in chiesa o in oratorio.

Qui trovate alcuni suggerimenti extra che integrano ed arricchiscono le schede dei ragazzi. Potrete utilizzarli durante celebrazioni e momenti di preghiera.

I domenica – Le Tentazioni (Mt 4, 1-11)

Una Via nel Deserto

“Allora Gesù fu condotto dallo Spirito nel deserto...”

PROPOSTA PER LA PREGHIERA: ESAME DI COSCIENZA

All'inizio della quaresima, proponiamo uno schema molto semplice per guidare i ragazzi in un esame di coscienza. Può essere inserito in un momento di preghiera più ampio, magari in preparazione alla confessione. I nostri ragazzi sono sempre meno abituati a “fermarsi” e concentrarsi, sempre meno capaci di fare silenzio. Sarà importante aiutarli creando un clima che favorisca il più possibile il raccoglimento. Lo schema si articola in 5 focus: il significato del digiuno; me stesso; il mio rapporto con gli altri; il mio rapporto con Dio; le priorità della mia vita.

Nota: per i più piccoli (alcuni non hanno ancora fatto neppure la prima confessione!), proponiamo una sorta di esame di coscienza in forma di disegno da completare.

**Anche Tu Signore, hai provato che cosa significa fare fatica:
quando eri nel deserto, da solo, senza nessuno che Ti poteva aiutare,
hai imparato a contare solo sull'amore di Dio Padre.
Tante volte anch'io faccio fatica a seguirti:
donami la tua stessa capacità di affidare al Padre la mia vita. Amen.**

Una piccola attività: A conclusione dell'esame di coscienza (e delle eventuali confessioni) invitiamo i ragazzi a riflettere: c'è qualcuno a cui sentono di dover chiedere scusa? Se hanno occasione di incontrarlo, incoraggiamoli a parlargli! Se invece è qualcuno che non vedono da un po', possono inviargli un messaggio.

Ascolta: “Alla porta del Cielo” - Reale <https://www.youtube.com/watch?v=fR8C4a-HzXo>

I **Reale** sono una rock band cristiana nata dopo un cammino di rinascita presso la Comunità Cenacolo di Madre Elvira. Il testo della canzone è reperibile su internet.

II domenica – La Trasfigurazione (Mt 17, 1-9)

La Via della Luce

“Il suo volto brillò come il sole e le sue vesti divennero candide come la luce”

PROPOSTA PER LA PREGHIERA: LA PREGHIERA DEL MATTINO E DELLA SERA

L'elemento che caratterizza la domenica della Trasfigurazione è la luce, da qui la scelta di porre l'attenzione sulla preghiera del mattino e della sera. Sulle cards trovate due preghiere da recitare “per cominciare bene la giornata” e “prima di andare a dormire” e alcune semplici domande per fermarsi qualche minuto a riflettere (versioni semplificate sulla card bambini). Possiamo anche invitare i più grandi a provare a pregare al mattino e alla sera con il Benedictus e il Magnificat o il Canto di Simeone: può essere un modo per avvicinarli alla liturgia che la Chiesa ci propone.

Ascolta “Buona vita” - Marco Mengoni <https://www.youtube.com/watch?v=QRy6qwDIYfc>

III domenica – La Samaritana (Gv 4, 5-42)

Via la Sete!

“Chi berrà dell’acqua che io gli darò, non avrà più sete in eterno”

PROPOSTA PER LA PREGHIERA: BERE O DISSETARSI?

Partendo dall’episodio narrato nel vangelo di questa domenica e da una frase tratta dall’*Evangelii Gaudium* di Papa Francesco, proponiamo ai ragazzi una piccola attività sulla differenza tra il bere e il dissetarsi. Alcune domande li guideranno nella riflessione: cosa riesce a dissetarli davvero? Attingono acqua viva da Gesù? Nel loro piccolo, come possono essere a loro volta portatori di acqua che disseta?

Invitiamoli poi ad essere attenti nel loro quotidiano a non sprecare acqua, né a tavola, né in bagno: anche questo è salvaguardia del Creato!

Ascolta: “Se piovesse il tuo nome” - Elisa <https://www.youtube.com/watch?v=bXuwhnlg13A>

IV domenica – Il cieco nato (Gv 9,1-41)

Via le mani degli occhi!

“Una cosa io so: ero cieco e ora ci vedo”

PROPOSTA PER LA PREGHIERA: CONTEMPLARE I DONI DI DIO

Abbiamo talmente tanto che non ce ne rendiamo più neppure conto: diamo per scontati tutti i doni con cui Dio rende bellissima la nostra vita ogni giorno, anzi, non li vediamo neanche più! Proponiamo allora ai ragazzi una preghiera di contemplazione. Prima invitiamoli a fare un semplice esercizio: guardarsi intorno come se aprissero gli occhi per la prima volta, cercando di riscoprire tutto quello che c’è di bello intorno a loro, siano persone, cose, paesaggi, avvenimenti... Poi daremo loro del tempo per trasformare in preghiera quello che i loro occhi hanno visto.

Possono aiutarsi con le parole di san Francesco: “Lodato sii, o mio Signore, per tutte le tue creature, specialmente per...”

Nota: anche ai più piccoli possiamo chiedere un esercizio simile, ma anziché scrivere potranno disegnare le cose che rendono bella la loro vita.

Una piccola attività: I nostri ragazzi utilizzano moltissimo i social e pubblicano di tutto, troppo spesso con poca consapevolezza di quello che fanno. I social non si possono demonizzare, ma è necessario educare i ragazzi ad usarli bene. Invitiamoli a guardarsi intorno con attenzione e a fotografare qualcosa che li colpisce nel profondo, qualcosa che trovano davvero bella. Se vogliono possono poi condividerla sui social che utilizzano, magari accompagnata da una parola che il cuore suggerisce, oppure inviarla a qualcuno in particolare. Attenzione: ricordiamo ai ragazzi che non si potrebbero pubblicare fotografie di altre persone senza essere autorizzati!

Ascolta “Unici” - Nek <https://www.youtube.com/watch?v=KPiIqjF6baQ>

V domenica – La risurrezione di Lazzaro (Gv 11, 1-45)

Via alla Vita

“Lazzaro, vieni fuori!”

PROPOSTA PER LA PREGHIERA: RICORDARE I PROPRI CARI DEFUNTI

Il brano in cui è raccontata la risurrezione di Lazzaro ci offre la possibilità di parlare ai nostri ragazzi dell’esperienza del dolore e della morte. Sono argomenti molto delicati e spesso si tende ad evitarli, ma fanno parte della vita e vanno affrontati (forse qualcuno dei nostri ragazzi ha dovuto farci i conti, magari anche in modo molto pesante). Proponiamo un’attività molto personale, che tocca tasti molto delicati, ma che - ci auguriamo - possa essere un’opportunità per comprendere che certe esperienze sono sì molto dolorose, ma non devono mai farci perdere la speranza in un Gesù che è sempre e comunque al nostro fianco.

Ai ragazzi è chiesto di pensare a qualcuno a cui volevano bene e che hanno perso e di ricordare le cose che amavano di questa persona e qualche momento bello vissuto insieme. Questi ricordi apparterranno loro per sempre, sono ciò che li terrà per sempre legati ai loro cari.

Invitiamoli a trovare il tempo per fare una visita al cimitero oppure proponiamo una visita in gruppetti non troppo numerosi: ognuno potrà portare gli altri a pregare sulla tomba di un proprio caro. Essere gruppo (comunità) vuol dire anche sostenersi a vicenda nei momenti di difficoltà.

Preghiera:

Io credo, Signore,
che alla fine della notte

non c'è la notte, ma l'aurora;
che alla fine dell'inverno
non c'è l'inverno, ma la primavera;
che al termine dell'attesa
non c'è ancora l'attesa, ma l'incontro.

Ascolta: "Eterno" - Giovanni Caccamo https://www.youtube.com/watch?v=uSCO_shl3qo

Domenica delle Palme (Gv 12,12)

Passione per la Via

"Il giorno seguente, la grande folla che era venuta per la festa, udito che Gesù veniva a Gerusalemme, prese dei rami di palme e uscì incontro a lui gridando: Osanna!"

PROPOSTA PER LA PREGHIERA: PREGARE CON I SALMI

In questa domenica invitiamo i ragazzi a pregare con i Salmi: un tentativo di far capire che queste antichissime preghiere hanno ancora molto da dire e possiamo trovare tra le loro righe qualcosa che riguarda anche noi e la nostra storia. Abbiamo scelto di partire dal salmo 122, che racconta appunto la gioia dei pellegrini che giungevano a Gerusalemme, ma sarebbe bello poi continuare (anche nel resto dell'anno!) ad approfondire coi ragazzi la lettura dei salmi.

Una piccola attività: Poiché la domenica delle Palme ricordiamo l'ingresso di Gesù in Gerusalemme, si può cogliere l'occasione per far conoscere ai ragazzi qualcosa in più su questa meravigliosa città, aiutandosi con qualche documentario o chiedendo a qualcuno che l'ha visitata di raccontare la sua esperienza. Con i più grandi si può pensare di approfondire il discorso parlando anche delle grandi contraddizioni che caratterizzano Gerusalemme, oltre che di tutte le sue bellezze.

Giovedì Santo (Gv 13,1-15)

Pane per la Via

"Gesù, avendo amato i suoi che erano nel mondo, li amò fino alla fine."

PROPOSTA PER LA PREGHIERA: ADORAZIONE EUCARISTICA

Per la giornata del Giovedì Santo proponiamo uno schema molto semplice di adorazione eucaristica: sappiamo bene che i nostri ragazzi fanno sempre più fatica a stare davanti a Gesù Eucaristia, non ne colgono il senso. Proprio per questo è importante tornare ad abituarli e cercare di guidarli in questa preghiera. In aggiunta a quanto presente sulle cards, si può invitare alla preghiera leggendo il breve racconto che segue:

DOVE ABITA DIO?

Un giorno un maestro domandò ai suoi scolari: «Secondo voi, dove abita Dio?» Gli scolari pensarono: «Ma che domanda semplice, che domanda facile!» E subito risposero: «Signor maestro, Dio abita dappertutto!» «Eh, no, disse il maestro: Dio abita dove lo si lascia entrare!»

Lasciamo ai ragazzi del tempo per leggere quanto riportato sulla card. Possiamo consegnare un foglio perché ognuno scriva la sua preghiera personale e la affidi a Gesù Eucarestia (un gesto molto classico è quello di porre la preghiera in un cestino ai piedi dell'altare e poi mettere un grano d'incenso in un braciere appositamente predisposto).

Ascolta "Vero Pane" https://www.youtube.com/watch?v=6uKOyX_3HxE

Suggeriamo anche "Servire è regnare" - Gen Verde, in particolare per la celebrazione della Lavanda dei piedi

https://www.youtube.com/watch?v=U_xdOEqZKUg

Venerdì Santo (Gv 18,1-19,42)

La Via della Croce

"Essi presero Gesù ed egli, portando la croce, si avviò verso il luogo del Cranio."

PROPOSTA PER LA PREGHIERA: VIA CRUCIS

Sulle cards dei ragazzi trovate una proposta di Via Crucis in cinque tappe (versione semplificata sulla card dei bambini). Sono riportati i cinque passi dei vangeli di riferimento e dei brevi commenti. Qui aggiungiamo delle invocazioni e delle canzoni da utilizzare per animare la celebrazione o favorire la meditazione.

Prima Tappa: GESÙ NELL'ORTO DEGLI ULIVI (Mc 14,33)

"Prese con sé Pietro, Giacomo e Giovanni e cominciò a sentire paura e angoscia."

Ad ogni invocazione rispondiamo: **Tienici per mano, Signore**

- Quando proviamo paura e non sappiamo come affrontarla...
- Quando vorremmo sostenere qualche amico in difficoltà, ma la nostra forza non basta e ci addormentiamo...
- Quando vorremmo fare di testa nostra e non sentiamo la tua voce...

Seconda Tappa: GESÙ È RINNEGATO DA PIETRO (Mc 14,71)

“Non conosco quest’uomo di cui parlate.”

Ad ogni invocazione rispondiamo: **Perdonaci, Signore**

- Quando ci vergogniamo di essere tuoi amici...
- Quando pensiamo che Tu non possa perdonare i nostri sbagli...
- Quando ci nascondiamo e non portiamo a Te chi è più lontano...

Terza Tappa: GESÙ È CARICATO DELLA CROCE (Mc 15,15)

“Pilato, dopo aver fatto flagellare Gesù, lo consegnò perché fosse crocifisso.”

Ad ogni invocazione rispondiamo: **Gesù, insegnaci a portare la croce**

- Quando ci lamentiamo per delle cose banali...
- Quando dimentichiamo che nel mondo c’è chi deve portare delle croci davvero pesanti...
- Quando non ci offriamo di aiutare chi, vicino a noi, ha dei pesi da portare...

Quarta Tappa: GESÙ, LA MADRE E IL DISCEPOLO (Gv 19,26-27)

“Gesù disse: «Donna, ecco tuo figlio». Poi disse al discepolo: «Ecco tua Madre.»”

Ad ogni invocazione rispondiamo: **Grazie, Signore Gesù!**

- Per i nostri genitori, che ci hanno dato la vita...
- Per tutte le persone belle che rendono ricche le nostre giornate e ci aiutano a crescere...
- Per Maria, Madre tua e di tutti noi, che ci custodisce e protegge...

Quinta Tappa: GESÙ MUORE IN CROCE (Mc 15,37)

“Gesù, dando un forte grido, spirò.”

Ad ogni invocazione rispondiamo: **Sei Tu, Signore, la nostra speranza!**

- Quando ci sentiamo soli e crediamo che tu ci abbia abbandonato, fa che non ci dimentichiamo...
- Quando ci arrabbiamo con Te e vorremmo darti la colpa di tutte le cose che vanno male, fa che non ci dimentichiamo...
- Quando tutto ci sembra buio e pensiamo che non tornerà mai il sole, fa che non ci dimentichiamo...

Materiali extra: **“Song of the Cross”** (testo e traduzione reperibili su internet)

<https://www.youtube.com/watch?v=TObpGqeaFO8>

“INRI” - Debora Vezzani <https://www.youtube.com/watch?v=KC7OF8xMyfA>

Pasqua (Gv 20,1-9)

Sulla Via del Rosario

“Pietro allora uscì insieme all’altro discepolo e si recarono al sepolcro”

PROPOSTA PER LA PREGHIERA: PREGHIAMO CON MARIA

Dopo essere rimasti al fianco di Maria sotto la Croce, gioiamo con lei per la Risurrezione del suo figlio Gesù! Lo facciamo proponendo un piccolo approfondimento sul Regina Coeli, canto antichissimo, ma ai ragazzi molto probabilmente sconosciuto. Si potrebbe leggerlo insieme durante la messa della domenica di Pasqua, un modo semplice per riscoprirlo (cantarlo in latino forse sarebbe un po’ impegnativo!).

L’altro invito è alla preghiera mariana del Rosario, a partire proprio dal mistero glorioso della Risurrezione di Gesù: pregare una decina del rosario ogni tanto portrebbe essere un impegno da assumere durante il tempo pasquale (e anche oltre).

Ascolta **“Mighty to Save” - Hillsong Worship** (testo e traduzione reperibili su internet)

<https://www.youtube.com/watch?v=GEAcs2B-kNc>

“L’amore più grande” - Hope Music <https://www.youtube.com/watch?v=WuxlqyHJamO>