

A cura dell'Ufficio Nazionale  
per la pastorale delle vocazioni - CEI

# La ricetta del GRAZIE

SCHEDE PER I GRUPPI DI CATECHESI  
NELLA INIZIAZIONE CRISTIANA



Ufficio Nazionale  
per la pastorale  
delle vocazioni

Fondazione di Religione  
"Santi Francesco d'Assisi e Caterina da Siena"



Nico Dal Molin

*Direttore Ufficio Nazionale per la pastorale delle vocazioni - CEI*

Sussidio a cura dell'Ufficio Nazionale per la pastorale delle vocazioni - CEI  
Via Aurelia 468 - 00165 Roma  
Tel. 06.66398410 - Fax 06.66398414  
e-mail: [vocazioni@chiesacattolica.it](mailto:vocazioni@chiesacattolica.it)  
[www.chiesacattolica.it/vocazioni](http://www.chiesacattolica.it/vocazioni)

Ideazione e redazione  
Crescenzo Rotondi

Coordinamento redazionale  
Nico Dal Molin - Serena Aureli

Progetto grafico e impaginazione  
Serena Aureli

Finito di stampare nel mese di dicembre 2015 presso  
Mediagraf SpA - Viale della Navigazione Interna, 89  
35027 Noventa Padovana (PD)

© 2016 Fondazione di Religione  
"Santi Francesco d'Assisi e Caterina da Siena"  
Circonvallazione Aurelia 50 - 00165 Roma

## Introduzione

**«La gioia è l'arte di saper dire grazie».**

*Papa Francesco*

Quest'anno la Giornata Mondiale di Preghiera per le Vocazioni si celebra il 17 Aprile 2016 e ha come tematica: **Vocazioni e santità: grati perché amati.**

Lo slogan di riferimento che sintetizza la suddetta tematica è: **Ricco di misericordia... ricchi di Grazie!**

Per approfondire e preparare la GMPV, ai ragazzi dell'iniziazione cristiana è proposto il seguente sussidio a schede dal titolo: **La ricetta del grazie.**

Sapere dire "grazie" è la cosa più bella e preziosa, rende felici, pieni di gioia, apre il cuore, fa amare e fa provare la gioia di sentirsi amati, di sentirsi importanti, di sentirsi accolti.

Saper dire "grazie" è saper donare con tutto il cuore, voler bene senza pretese, è far nascere dentro di sé l'amore.

Dire "grazie" è dire all'altro "ti penso", "sei nel mio cuore", "sei la cosa più bella", "sono con te".

Ringraziare rende la propria vita colma di gioia e riconoscenza per quanti si incontrano.

Il dono più grande è saper dire "grazie" a Chi ha saputo donare e apprezzare con immenso amore questo Suo Dono.

Riconoscere il dono dell'Amore che il Signore dà e, saper ascoltare la sua voce, rende ricchi e pieni di misericordia.

Egli ha fatto, fa e farà cose grandi...

Egli ha dato la vita, il creato e bisogna saper dire "grazie" per questo.

Egli ha donato lo splendore delle stelle, il calore del sole, il profumo dei fiori senza chiedere niente.

Egli non si dimentica di ciascuno, non abbandona, Egli cerca e ama e si deve rendergli grazie perché Lui è sempre presente, pronto a perdonare e a stare vicino, a coccolare fra le sue braccia grandi facendo sentire al sicuro, perché con Lui si è al sicuro...ci si può fidare sempre.

«Dio è innamorato di noi e noi siamo il suo sogno d'amore» (Papa Francesco).

### OBIETTIVI

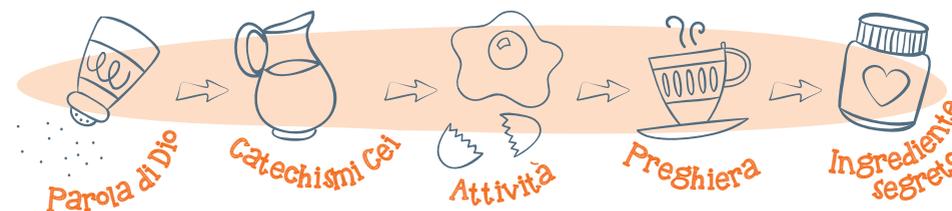
La gratitudine è la profonda riconoscenza nei confronti di qualcuno che è stato gentile con noi, è un sentimento che spinge ad offrire qualcosa in cambio del favore ricevuto.

Il dono del donare... più si è riconoscenti, più si sta bene. Imparare a ringraziare avvicina gli uni agli altri, aiuta a costruire in maniera solida e rende felici.

Per fare la ricetta del "grazie" ci vogliono gli ingredienti giusti, uno fra tutti è la felicità. Essa va a braccetto con la gratitudine. Un altro ingrediente è l'amicizia, vale sempre la pena essere grati ad un amico. Anche l'amore fa parte degli ingredienti. Amore e gratitudine sono una grande forza. Amalgamando bene tutti gli ingredienti verrà fuori un'ottima ricetta che sarà utile per ogni progetto di vita.

Per dare ancor di più sapore e gusto alla ricetta del grazie è fondamentale l'ingrediente segreto che, in questo sussidio, è la MISERICORDIA.

### CRITERI



#### **Ingrediente: PAROLA DI DIO**

È la pagina del sussidio dedicata alla Parola di Dio con un rispettivo commento.

Si vuole far prendere coscienza ai ragazzi che la Parola di Dio è un Suo dono gratuito che trasforma e converte ed è quindi motivo di gratitudine.

Fermarsi a contemplare e pregare la Parola di Dio significa già esprimere sentimenti di grazie nei confronti di Dio.

La gratitudine cambia il modo di rivolgersi a Dio. Si agisce diversamente verso gli altri.

#### **Ingrediente: CATECHISMI CEI**

È la sezione dedicata all'approfondimento dei Catechismi CEI secondo le varie fasce d'età dei ragazzi. Attraverso questi strumenti, che la Chiesa offre, è possibile curare e definire degli itinerari di accompagnamento che mirino alla progettualità di una vita donata e rafforzare il desiderio di incontrare Gesù.

## Introduzione

### **Ingrediente: ATTIVITÀ**

Sono proposte una serie di dinamiche e laboratori su film, cartoni animati e libri in modo tale da far interagire tra loro i ragazzi. Assumono, così, una maggiore consapevolezza di sé e degli altri attraverso l'esperienza.

È il tempo di dire grazie per il semplice fatto di stare insieme e condividere.

### **Ingrediente: PREGHIERA**

È la parte del sussidio dedicata alla preghiera e in particolare un esercizio per imparare a ringraziare Dio. Il cristiano è colui che ha sperimentato la grazia ed è quindi capace di gratitudine, di amare, di illuminare la memoria del cuore.

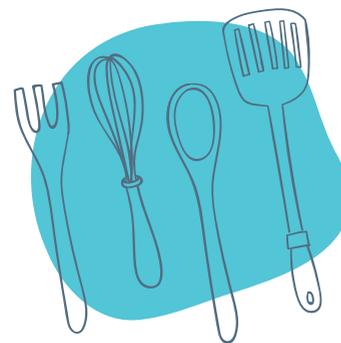
Attraverso la preghiera è possibile mettere in moto il cuore.

Tutto parte dall'esperienza d'amore gratuito di Dio.

### **Ingrediente segreto: MISERICORDIA**

All'interno della pagina dedicata alla preghiera, è stato pensato un box con un ingrediente speciale e cioè l'impegno da vivere prendendo spunto dalle opere di misericordia corporale e spirituale. È una modalità per approcciare e avvicinare i ragazzi a vivere "vocazionalmente" il Giubileo Straordinario della Misericordia: «È mio vivo desiderio che il popolo cristiano rifletta durante il Giubileo sulle opere di misericordia corporale e spirituale. Sarà un modo per risvegliare la nostra coscienza spesso assopita davanti al dramma della povertà e per entrare sempre di più nel cuore del Vangelo, dove i poveri sono i privilegiati della misericordia divina» (Papa Francesco, *Misericordiae Vultus*, n. 15).

Don Crescenzo Rotondi e l'équipe  
dell'Ufficio Diocesano per la Pastorale  
delle Vocazioni di Benevento



Da Youtube: [https://youtu.be/aWHVGOsgw\\_E](https://youtu.be/aWHVGOsgw_E)

### ▷ Gen 1,1-31 - LA CREAZIONE

*In principio Dio creò il cielo e la terra.*

*La terra era informe e deserta e le tenebre ricoprivano l'abisso e lo spirito di Dio aleggiava sulle acque.*

*Dio disse: «Sia la luce!». E la luce fu. Dio vide che la luce era cosa buona e Dio separò la luce dalle tenebre. Dio chiamò la luce giorno, mentre chiamò le tenebre notte. E fu sera e fu mattina: giorno primo.*

*Dio disse: «Sia un firmamento in mezzo alle acque per separare le acque dalle acque». Dio fece il firmamento e separò le acque che sono sotto il firmamento dalle acque che sono sopra il firmamento. E così avvenne. Dio chiamò il firmamento cielo. E fu sera e fu mattina: secondo giorno.*

*Dio disse: «Le acque che sono sotto il cielo si raccolgano in un unico luogo e appaia l'asciutto». E così avvenne. Dio chiamò l'asciutto terra, mentre chiamò la massa delle acque mare. Dio vide che era cosa buona. Dio disse: «La terra produca germogli, erbe che producono seme e alberi da frutto, che fanno sulla terra frutto con il seme, ciascuno secondo la propria specie». E così avvenne. E la terra produsse germogli, erbe che producono seme, ciascuna secondo la propria specie, e alberi che fanno ciascuno frutto con il seme, secondo la propria specie. Dio vide che era cosa buona. E fu sera e fu mattina: terzo giorno.*

*Dio disse: «Ci siano fonti di luce nel firmamento del cielo, per separare il giorno dalla notte; siano segni per le feste, per i giorni e per gli anni e siano fonti di luce nel firmamento del cielo per illuminare la terra». E così avvenne. E Dio fece le due fonti di luce grandi: la fonte di luce maggiore per governare il giorno e la fonte di luce minore per governare la notte, e le stelle. Dio le pose nel firmamento del cielo per illuminare la terra e per governare il giorno e la notte e per separare la luce dalle tenebre. Dio vide che era cosa buona. E fu sera e fu mattina: quarto giorno.*

# 1. Pre-Comunione

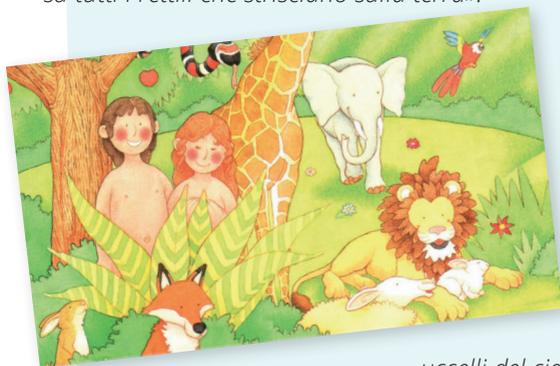


## 1. Pre-Comunione

*Dio disse: «Le acque brulichino di esseri viventi e uccelli volino sopra la terra, davanti al firmamento del cielo». Dio creò i grandi mostri marini e tutti gli esseri viventi che guizzano e brulicano nelle acque, secondo la loro specie, e tutti gli uccelli alati, secondo la loro specie. Dio vide che era cosa buona. Dio li benedisse: «Siate fecondi e moltiplicatevi e riempite le acque dei mari; gli uccelli si moltiplichino sulla terra». E fu sera e fu mattina: quinto giorno.*

*Dio disse: «La terra produca esseri viventi secondo la loro specie: bestiame, rettili e animali selvatici, secondo la loro specie». E così avvenne. Dio fece gli animali selvatici, secondo la loro specie, il bestiame, secondo la propria specie, e tutti i rettili del suolo, secondo la loro specie. Dio vide che era cosa buona.*

*Dio disse: «Facciamo l'uomo a nostra immagine, secondo la nostra somiglianza: d'omini sui pesci del mare e sugli uccelli del cielo, sul bestiame, su tutti gli animali selvatici e su tutti i rettili che strisciano sulla terra».*



*E Dio creò l'uomo a sua immagine; a immagine di Dio lo creò: maschio e femmina li creò.*

*Dio li benedisse e Dio disse loro:*

*«Siate fecondi e moltiplicatevi, riempite la terra e soggiogatela, dominate sui pesci del mare e sugli*

*uccelli del cielo e su ogni essere vivente che striscia sulla terra».*

*Dio disse: «Ecco, io vi do ogni erba che produce seme e che è su tutta la terra, e ogni albero fruttifero che produce seme: saranno il vostro cibo. A tutti gli animali selvatici, a tutti gli uccelli del cielo e a tutti gli esseri che strisciano sulla terra e nei quali è alito di vita, io do in cibo ogni erba verde». E così avvenne. Dio vide quanto aveva fatto, ed ecco, era cosa molto buona. E fu sera e fu mattina: sesto giorno.*

Quando si legge il racconto della creazione del mondo, immediatamente ed in modo incisivo si comprende quanto è grande il dono che Dio ha offerto all'umanità. Grazie a Lui, oggi, all'uomo è possibile contemplare un mondo fatto di meraviglie e spettacoli mozzafiato; basti pensare alla bellezza del cielo e delle stelle, al

## 1. Pre-Comunione

soffio del vento che accarezza il volto, al mare, alle spiagge, agli alberi, alle foreste, agli animali. Di fronte a questo stupore una cosa spetta ad ognuno, una cosa semplicissima che spesso nasce spontanea da un cuore sincero... si deve ringraziare Dio. Ringraziarlo prima di tutto per il creato; ma soprattutto per il dono della vita e per averci, come creature, posti al vertice di un progetto di salvezza e di amore, pensandoci a sua immagine e somiglianza.

Papa Francesco, ma anche il Magistero universale della Chiesa, ai tempi di oggi invitano a riflettere sulla portata del dono della creazione; invitano a custodirlo e a preservarlo da quello che si potrebbe, purtroppo, definire un mero «uso utilitaristico», onde l'umana creatura possa rideterminarsi e riscoprirsi nella semplicità di vita in una autentica relazione con il creato.



### CON GESÙ RINGRAZIAMO IL PADRE

Tutto ciò che è buono è dono di Dio.

Presentiamo al Signore Dio il pane e il vino, lo ringraziamo dei doni ricevuti: della vita, dei frutti della terra e del lavoro degli uomini.

Benedetto sei tu, Signore, Dio dell'universo:

dalla tua bontà abbiamo ricevuto questo pane e questo vino.

Benedetto nei secoli il Signore!

Sulla nostra tavola c'è pane e vino.

C'erano anche sulla tavola di Gesù quando celebrò con gli apostoli l'ultima cena.

**Prima della sua morte sulla croce,  
egli ci lasciò il segno più grande del suo amore:  
nell'ultima cena con i suoi discepoli,  
prese il pane e rese grazie,  
lo spezzò, lo diede loro e disse:  
«Prendete, e mangiatene tutti:  
questo è il mio Corpo  
offerto in sacrificio per voi».**

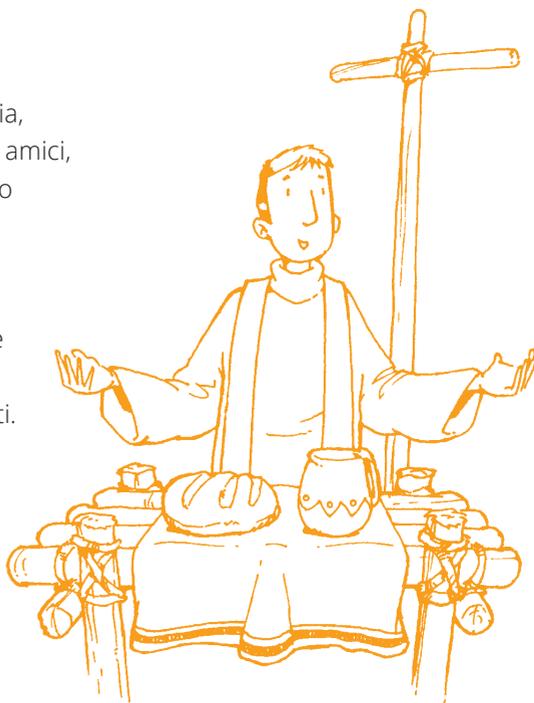
## 1. Pre-Comunione

**Allo stesso modo prese il calice del vino e rese grazie, lo diede ai suoi discepoli e disse: «Prendete, e bevetene tutti: questo è il calice del mio Sangue per la nuova ed eterna alleanza, versato per voi e per tutti in remissione dei peccati. Fate questo in memoria di me».**

Noi ricordiamo, o Padre  
il tuo Figlio Gesù,  
morto, risorto, salvatore del mondo.  
Egli si è offerto nelle nostre mani  
e noi lo offriamo a te  
come nostro sacrificio  
di riconciliazione e di pace.

Padre, che tanto ci ami,  
fa' che formiamo una sola famiglia,  
Guarda i nostri genitori, fratelli e amici,  
coloro che lavorano, che soffrono  
e tutti gli uomini.  
Accogli i nostri morti  
nella gioia del paradiso.  
Concedi a tutti noi di partecipare  
alla festa eterna nel tuo regno,  
con la Vergine Maria e tutti i santi.

*(Io sono con voi, pp. 131-133)*



## 1. Pre-Comunione

**Materiale:** dvd del cartone animato *La città incantata*.

**Obiettivo:** saper ringraziare gli altri per l'aiuto ricevuto.

**Svolgimento:** mostrare il dvd del cartone animato e riflettere sui punti delle varie sequenze.



### IL TRASLOCO

Chihiro è una bambina che sta traslocando nella sua casa insieme ai genitori, triste di dover lasciare i suoi amici e le sue cose; sbagliano strada e finiscono in una città misteriosa.

**Ogni cambiamento appare incerto e pauroso, ci si trova a lasciare qualcosa che spesso per se stessi era diventato un riferimento. A volte i cambiamenti si portano dietro sentimenti di disperazione, ma, è nel cambiamento che si costruisce il proprio cammino e la propria felicità.**

### ARRIVO NELLA CITTÀ INCANTATA

Chihiro comprende di trovarsi in un mondo incantato e popolato da strani esseri; i suoi genitori scompaiono, vittime di un incantesimo. Durante le sue avventure Chihiro è costretta a fare affidamento sulle proprie forze. Questo la porta ad un percorso di crescita e maturazione.

**Per rendere la propria vita più piena e felice bisogna crederci fino in fondo, essere forti e coraggiosi, saper affrontare gli ostacoli con l'aiuto del Signore che sa guidare ciascuno lungo il percorso della vita.**



### CHIHIRO INCONTRA HAKU

Chihiro incontra Haku, suo coetaneo che diventa suo amico e l'aiuta nell'impresa di liberare i suoi genitori, al tempo stesso riceve un grande aiuto da parte della ragazza che gli rivela il suo vero nome e la sua identità.

**L'aiuto reciproco e la fiducia portano sempre sulla buona strada rendendo il cammino gioioso e sereno.**

## 1. Pre-Comunione

### YUBABA, LA POTENTE STREGA

Chihiro per poter liberare i suoi genitori dall'incantesimo è costretta a lavorare per la strega Yubaba.

**L'impegno, la costanza e la determinazione portano alla crescita e ad affrontare le paure più dure, rendono più forti e pronti ad andare avanti senza timore.**

### DA CHIHIRO A SEN

Chihiro accetta il contratto con la strega al costo di perdere il proprio nome, diventando Sen.

**Bisogna saper cogliere le opportunità e avere fiducia nella vita e in ogni cambiamento che essa propone. Se ci si trova di fronte ad una montagna non bisogna pensare alla fatica ma come scalarla per arrivare in vetta.**

### IL RITORNO A CASA

La ragazza nonostante la sua indole infantile, riesce a trovare dentro di sé le energie che la rendono in grado di prendersi le sue responsabilità e di salvare infine i suoi genitori.

**Per essere felici e vivere nell'amore si deve ricorrere alla potente energia della gratitudine, ringraziare tutto ciò che è nella propria vita e chiedere aiuto al Signore. Se la propria richiesta sarà sincera e di cuore si riceverà l'aiuto di cui si ha bisogno.**

### RIFLETTIAMO

- Cosa ti ha insegnato Chihiro?
- Ti sei mai comportato come Haku?
- Quale personaggio della storia vorresti essere?
- Prova a raccontare un'esperienza di ringraziamento.



Da Youtube:

<https://youtu.be/x3kyl2aSSc8?list=RDx3kyl2aSSc8>

#### ► Salmo 138,1-12

*Signore, tu mi scruti e mi conosci,  
tu sai quando seggo e quando mi alzo.*

## 1. Pre-Comunione

*Penetri da lontano i miei pensieri,  
mi scruti quando cammino e quando riposo.*

*Ti sono note tutte le mie vie;  
la mia parola non è ancora sulla lingua  
e tu, Signore, già la conosci tutta.*

*Alle spalle e di fronte mi circondi  
e poni su di me la tua mano.  
Stupenda per me la tua saggezza,  
troppo alta, e io non la comprendo.*



*Dove andare lontano dal tuo spirito,  
dove fuggire dalla tua presenza?  
Se salgo in cielo, là tu sei,  
se scendo negli inferi, eccoti.*

*Se prendo le ali dell'aurora  
per abitare all'estremità del mare,  
anche là mi guida la tua mano  
e mi afferra la tua destra.*

*Se dico: «Almeno l'oscurità mi copra  
e intorno a me sia la notte»;  
nemmeno le tenebre per te sono oscure,  
e la notte è chiara come il giorno;  
per te le tenebre sono come luce.*

- Guardare il video del Salmo.
- Pregare il Salmo in gruppo o personalmente.
- Sottolineare le parole che colpiscono al cuore.
- Esprimere il proprio ringraziamento.

### PREGARE DIO PER I VIVI E PER I MORTI

Mi impegno a vivere tutti i giorni un momento intenso di preghiera, possibilmente in chiesa, per tutte le persone vive e per tutti i defunti affinché la Misericordia di Dio tocchi e purifichi i cuori di ciascuno e li guidi alla gioia eterna del paradiso.



*Ingrediente  
segreto*

## 2. Comunione

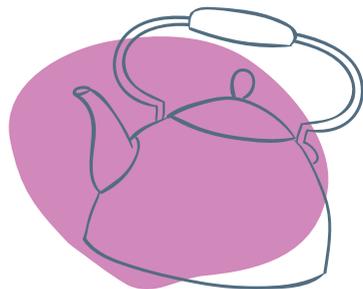


Da Youtube: <https://youtu.be/V4TNEgwxKnE>

► **Lc 22,14-20 - ISTITUZIONE DELL'EUCARISTIA**

*Quando venne l'ora, prese posto a tavola e gli apostoli con lui, e disse loro: «Ho tanto desiderato mangiare questa Pasqua con voi, prima della mia passione, perché io vi dico: non la mangerò più, finché essa non si compia nel regno di Dio». E, ricevuto un calice, rese grazie e disse: «Prendetelo e fatelo passare tra voi, perché io vi dico: da questo momento non berrò più del frutto della vite, finché non verrà il regno di Dio». Poi prese il pane, rese grazie, lo spezzò e lo diede loro dicendo: «Questo è il mio corpo, che è dato per voi; fate questo in memoria di me». E, dopo aver cenato, fece lo stesso con il calice dicendo: «Questo calice è la nuova alleanza nel mio sangue, che è versato per voi».*

«Ho tanto desiderato mangiare questa Pasqua con voi». Una delle tante domande che affiorano d'un colpo alla mente è: come mai Gesù ha desiderato tanto mangiare la Pasqua con i suoi apostoli? E come mai Gesù ancora oggi vuole mangiare la "Pasqua" con l'umanità? La risposta è molto semplice: Egli desidera tutto questo perché ama l'uomo di un amore infinito; e quando qualcuno, ed anche lo stesso Dio, ama, vorrebbe stare sempre con la persona amata. Ecco il perché del miracolo eucaristico per mezzo delle mani consacrate del sacerdote. L'atto supremo del Signore è un rendimento di grazie; il sacrificio che Gesù fa della propria vita consacrandola al Padre per santificare i suoi è la nostra eucaristia. Nella cena, Gesù rivela che la molla di tutta la sua vita è il ringraziamento del suo cuore di Figlio. Coscienti del dono ricevuto, e trascinati dall'esempio del maestro, ad ognuno spetta elevare un inno di lode e ringraziamento a Dio per ciò che la sua misericordia presenta quotidianamente all'umanità, sempre più ferita dal peccato e dal senso di indifferenza.



## 2. Comunione

### FATE QUESTO IN MEMORIA DI ME

Il pane che mangiamo ogni giorno e il vino della nostra tavola hanno il sapore della fatica e della gioia che Dio provvede per la vita di tutti; sono frutto del nostro lavoro.

Anche Gesù ha condiviso la vita degli uomini, ha apprezzato tutto ciò che nasce dalla fatica e dal sacrificio e porta alla comunione e all'amicizia. Quando ha incontrato i discepoli di Emmaus, non ha detto solo la sua parola illuminatrice, ma ha anche aperto gli occhi ai discepoli spezzando e dando loro il pane, come segno del suo dono d'amore.

Il pane e il vino c'erano anche sulla tavola di Gesù, quando celebrò con gli apostoli l'ultima cena. Essi sono divenuti il segno del corpo e del sangue di Gesù, dati in sacrificio per tutti gli uomini. La Chiesa, obbediente al comando del Signore, rinnova costantemente questa memoria, come ci ricorda l'apostolo Paolo.

Io infatti, ho ricevuto dal Signore quello che a mia volta vi ho trasmesso: il Signore Gesù, nella notte in cui veniva tradito, prese il pane e, dopo aver reso grazie, lo spezzò e disse: «Questo è il mio corpo, che è per voi; fate questo in memoria di me». Allo stesso modo dopo aver cenato, prese anche il calice, dicendo: «Questo calice è la nuova alleanza nel mio sangue: fate questo ogni volta che ne bevete, in memoria di me».

Ogni volta infatti che mangiate di questo pane e bevete di questo calice, voi annunziate la morte del Signore finché egli venga.

**(Prima Lettera ai Corinzi 11,23-26)**



## 2. Comunione

Le mani del sacerdote distese sul pane e sul vino, esprimono l'invocazione a Dio perché mandi il suo Spirito a santificare i doni e diventino così per noi il corpo e il sangue di Gesù.

Il sacerdote ripete i gesti e le parole dell'ultima cena. Si rende così presente il sacrificio del Signore, offerto per la nostra salvezza. Il pane e il vino ora sono il corpo e il sangue che Gesù ha donato quando ha patito, è morto ed è risorto per noi. Anche su tutta l'assemblea il sacerdote invoca il dono grande dello Spirito Santo, perché coloro che partecipano all'Eucarestia diventino, uniti a Gesù, un solo corpo e un solo Spirito.

**Nella Messa Gesù  
offre se stesso per noi.  
Accogli, o Padre,  
con il sacrificio di Gesù,  
l'offerta della nostra vita.**

Le fatiche quotidiane, il pianto di chi soffre, il gioco dei bambini, il lavoro dei grandi, nulla va perduto. Gesù raccoglie ogni cosa buona e prepara per tutti una festa eterna.

**Per noi Cristo è morto,  
per noi Cristo è risorto.  
Vieni, Signore Gesù!**

(*Venite con me*, pp. 128-129)



**Materiale:** dvd del film *Inside Out*.

**Obiettivo:** imparare a ringraziare con le emozioni.

**Svolgimento:** leggere la trama e seguire le indicazioni.

### TRAMA

Il centro di controllo della mente di Riley, una ragazzina di undici anni, è localizzato nel Quartier Generale, dove cinque Emozioni sono al lavoro, guidate da Gioia, la cui missione è garantire la felicità di Riley. Paura, invece, garantisce la sicurezza della ragazza, Rabbia assicura il senso di giusto e Disgusto impedisce a Riley di avvelenarsi sia fisicamente che socialmente. Tristezza non sa bene quale sia il suo ruolo.

## 2. Comunione

Quando Riley si trasferisce con la sua famiglia in una nuova città, le Emozioni dentro di lei si mettono al lavoro, desiderose di guidarla attraverso la difficile transizione.

Quando Gioia e Tristezza finiscono in un angolo remoto della sua mente, portando con sé alcuni dei suoi ricordi, Paura, Rabbia e Disgusto si trovano a dover prendere il controllo...



### RIFLETTIAMO

Formulare un ringraziamento per ogni emozione:

- grazie alla GIOIA perché...
- grazie alla TRISTEZZA perché...
- grazie al DISGUSTO perché...
- grazie alla RABBIA perché...
- grazie alla PAURA perché...

Prova ad "immedesimarti" in una di queste emozioni e racconta...



Da Youtube:

<https://youtu.be/E7Dw3c0Hq-E>

### ► Salmo 17 (18)

*Ti amo, Signore, mia forza,  
Signore, mia roccia, mia fortezza, mio liberatore;*

*mio Dio, mia rupe, in cui trovo riparo;  
mio scudo e baluardo, mia potente salvezza.*

*Invoco il Signore, degno di lode,  
e sarò salvato dai miei nemici.*

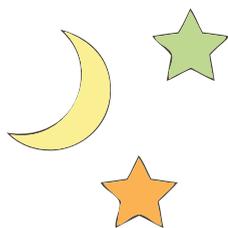
*Mi circondavano flutti di morte,  
mi travolgevano torrenti impetuosi;  
già mi avvolgevano i lacci degli inferi,  
già mi stringevano agguati mortali.*

## 2. Comunione

Nel mio affanno invocai il Signore,  
nell'angoscia gridai al mio Dio:  
dal suo tempio ascoltò la mia voce,  
al suo orecchio pervenne il mio grido.

...

Tu, Signore, sei luce alla mia lampada;  
il mio Dio rischiara le mie tenebre.  
Con te mi lancerò contro le schiere,  
con il mio Dio scavalcherò le mura.  
La via di Dio è diritta,  
la parola del Signore è provata al fuoco;  
egli è scudo per chi in lui si rifugia.  
Per questo, Signore, ti loderò tra i popoli  
e canterò inni di gioia al tuo nome.  
Egli concede al suo re grandi vittorie,  
si mostra fedele al suo consacrato,  
a Davide e alla sua discendenza per sempre.



- Guardare il video del Salmo.
- Pregare il Salmo in gruppo o personalmente.
- Sottolineare le parole che colpiscono al cuore.
- Esprime il proprio ringraziamento.

### PERDONARE LE OFFESE

Mi impegno, gradualmente, a perdonare tutte le offese ricevute, tutte quelle persone che mi hanno fatto o continuano a farmi del male: rispondendo ogni volta il male con l'Amore, per essere sempre più "Misericordioso come il Padre".



## 3. Pre-Cresima



Da Youtube: <https://youtu.be/QGfN36lajR4>



### ► Lc 17,12-19 - I DIECI LEBBROSI

Entrando in un villaggio, gli vennero incontro dieci lebbrosi, che si fermarono a distanza e dissero ad alta voce: «Gesù, maestro, abbi pietà di noi!». Appena li vide, Gesù disse loro: «Andate a presentarvi ai sacerdoti». E mentre essi andavano, furono purificati. Uno di loro, vedendosi guarito, tornò indietro lodando Dio a gran voce, e si prostrò davanti a Gesù, ai suoi piedi, per ringraziarlo. Era un Samaritano. Ma Gesù osservò: «Non ne sono stati purificati dieci? E gli altri nove dove sono? Non si è trovato nessuno che tornasse indietro a rendere gloria a Dio, all'infuori di questo straniero?». E gli disse: «Alzati e va'; la tua fede ti ha salvato!».



Il miracolo di Gesù ai lebbrosi è molto significativo e permette di riflettere e meditare su una cosa basilare: l'importanza di ringraziare Dio per ogni germe di bene che pone nella nostra anima, in modo particolare per il senso dell'errore e per il coraggio di accostarci umilmente a Lui ed implorare la sua misericordia. Quante volte con i peccati, con le azioni negative, l'uomo diventa come i lebbrosi della pericope evangelica; e sarebbe rimasto tale se il tocco delicato e soave dell'amore di Cristo Gesù non avesse sfiorato il suo cuore malato e martoriato. Dinanzi all'infinita misericordia divina, bisogna far proprio il desiderio di ringraziamento

dell'unico lebbroso che ritorna dal Maestro con la consapevolezza che solo una fede salda ed autentica può salvare l'uomo, offrendogli lo slancio di una vita nuova e rigenerata ogni giorno.

### 3. Pre-Cresima



Catechismi Cei

#### RENDIAMO GRAZIE A DIO

Ti rendiamo grazie, Signore:  
nella nostra storia di uomini  
è presente la tua alleanza.  
Con Abramo, Davide e i profeti  
ci hai insegnato a sperare nella salvezza.

Ti rendiamo grazie, Signore:  
hai tanto amato il mondo  
da mandare a noi nella pienezza dei tempi  
il tuo unico Figlio, Gesù, il Salvatore.

Ti rendiamo grazie, Signore:  
con la morte e risurrezione di Gesù  
ci hai donato lo Spirito Santo  
che crea in noi il cuore nuovo  
e ci guida nel cammino della vita.

Ti rendiamo grazie, Signore:  
la tua Chiesa è la grande famiglia  
radunata dalla forza del tuo Spirito  
per riconoscere e amare in ogni uomo  
il volto di Gesù.

Ti rendiamo grazie, Signore:  
il tuo Spirito ci dona occhi per vedere  
le necessità e le sofferenze dei fratelli  
e infonde luce per confortare  
i piccoli e i poveri.

Ti rendiamo grazie, Signore:  
siamo tuoi figli,  
rivestiti dei doni del tuo Spirito,  
Spirito di fedeltà, di amore e di pace.

*(Sarete miei testimoni, p. 121)*



### 3. Pre-Cresima

**Materiale:** libro *Il Piccolo Principe* di Antoine de Saint-Exupéry.  
**Obiettivo:** imparare uno stile di gratitudine attraverso l'“incontro”.  
**Svolgimento:** leggere i capitoli indicati.



#### L'INCONTRO CON IL PICCOLO PRINCIPE E IL DISEGNO DELLA PECORA (capitolo 2)

L'autore, vittima di un incidente aereo nel deserto, viene avvicinato dal piccolo principe il quale gli chiede di disegnargli una pecora. L'autore, dopo varie insistenze, disegna una scatola e il principe si convince in quanto sostiene che la pecora non si vede ma è all'interno della scatola: ciò che è importante quasi mai è visibile con gli occhi, poiché deve essere ricercato all'interno delle cose.

#### IL BAOBAB (capitolo 5)

Il piccolo principe si interroga sulla possibilità che le pecore possono cibarsi di baobab. Il piccolo principe pensa: siccome il baobab è una pianta infestante, occorre estirparla subito. Quando è piccola appare innocua, in realtà è un arbusto dannoso. Occorre distinguere con attenzione le piante buone da quelle cattive.

#### INCONTRO DELLA VOLPE (capitolo 21)

Un giorno il piccolo principe sente una voce provenire dal campo di grano, vede spuntare una volpe. Il piccolo principe vorrebbe giocare con lei ma, l'animale, pretende di essere “addomesticato” cioè vuole che tra loro si instauri un rapporto speciale. Il piccolo principe accetta e i due rimangono insieme fino al giorno della partenza del piccolo principe. La volpe è triste ma non è pentita di essere stata addomesticata perché, grazie all'amicizia,

la sua vita adesso ha un nuovo senso, e cose che un tempo per lei non avevano alcun valore, come il colore del grano, adesso hanno un significato perché le ricorderanno per sempre il suo amico dai capelli color oro.

Anche la vita del piccolo principe è più ricca perché ha compreso che i legami affettivi rendono gli esseri viventi unici e che l'uno ha bisogno dell'altro.



### 3. Pre-Cresima

#### RIFLETTIAMO

- Individua l'atteggiamento di gratitudine in ogni incontro che fa il piccolo principe.
- Elabora un programma di vita seguendo il suo esempio.
- Metti in relazione i tuoi incontri con quelli del piccolo principe e poi scrivi una breve storia sul tema del grazie.



Da Youtube:

<https://youtu.be/dRg4puvS6Rs>

#### ► Salmo 116

Alleluia.

*Amo il Signore perché ascolta*

*il grido della mia preghiera.*

*Verso di me ha teso l'orecchio  
nel giorno in cui lo invocavo.*

*Mi stringevano funi di morte,  
ero preso nei lacci degli inferi.*

*Mi opprimevano tristezza e angoscia  
e ho invocato il nome del Signore:*

*«Ti prego, Signore, salvami».*

*Buono e giusto è il Signore,  
il nostro Dio è misericordioso.*

*Il Signore protegge gli umili:  
ero misero ed egli mi ha salvato.*

*Ritorna, anima mia, alla tua pace,  
poiché il Signore ti ha beneficiato;  
egli mi ha sottratto dalla morte,  
ha liberato i miei occhi dalle lacrime,  
ha preservato i miei piedi dalla caduta.  
Camminerò alla presenza del Signore  
sulla terra dei viventi.*

Alleluia.

*Ho creduto anche quando dicevo:*



### 3. Pre-Cresima

*«Sono troppo infelice».*

*Ho detto con sgomento:*

*«Ogni uomo è inganno».*

*Che cosa renderò al Signore*

*per quanto mi ha dato?*

*Alzerò il calice della salvezza*

*e invocherò il nome del Signore.*

*Adempirò i miei voti al Signore,*

*davanti a tutto il suo popolo.*

*Preziosa agli occhi del Signore*

*è la morte dei suoi fedeli.*

*Sì, io sono il tuo servo, Signore,*

*io sono tuo servo, figlio della tua ancella;*

*hai spezzato le mie catene.*

*A te offrirò sacrifici di lode*

*e invocherò il nome del Signore.*

*Adempirò i miei voti al Signore*

*e davanti a tutto il suo popolo,*

*negli atri della casa del Signore,*

*in mezzo a te, Gerusalemme.*

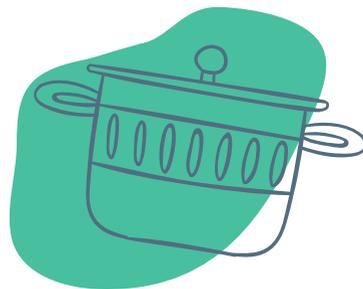
- Guardare il video del Salmo.
- Pregare il Salmo in gruppo o personalmente.
- Sottolineare le parole che colpiscono al cuore.
- Esprime il proprio ringraziamento.

#### VISITARE GLI INFERMI

Mi impegno a visitare con gioia un ammalato o una persona anziana rimasta sola, facendole compagnia e aiutandola nelle semplici azioni di tutti i giorni, affinché possa sperimentare almeno in parte l'infinita Misericordia di Dio.



## 4. Cresima



Da Youtube: <https://youtu.be/RBff984yLpg>

### ▷ Lc 18,10-14 - IL FARISEO E IL PUBBLICANO

*Due uomini salirono al tempio a pregare: uno era fariseo e l'altro pubblicano. Il fariseo, stando in piedi, pregava così tra sé: «O Dio, ti ringrazio perché non sono come gli altri uomini, ladri, ingiusti, adùlteri, e neppure come questo pubblicano. Digiuno due volte alla settimana e pago le decime di tutto quello che possiedo». Il pubblicano invece, fermatosi a distanza, non osava nemmeno alzare gli occhi al cielo, ma si batteva il petto dicendo: «O Dio, abbi pietà di me peccatore». Io vi dico: questi, a differenza dell'altro, tornò a casa sua giustificato, perché chiunque si esalta sarà umiliato, chi invece si umilia sarà esaltato».*



Il passo evangelico proposto offre due modalità di preghiera: in una si elogia la persona e nell'altra la si abbassa; una porta a disprezzare tutto ciò che non è conforme ai propri standards e l'altra a compiere un grande gesto di umiltà. Ma per quale mo-

tivo Cristo Gesù preferisce la seconda e non la prima? Perché nella prima non c'è spazio per la grazia e la misericordia di Dio; c'è solo l'ego del fariseo. Nella preghiera del pubblicano, invece, c'è l'umiltà di colui che avverte il bisogno di Dio, in quanto assetato di perdono e di amore dinanzi alla propria miseria e pochezza. Un cristiano impegnato e sincero non deve mai stancarsi di chiedere la grazia di sentirsi bisognoso dell'Amore del Padre e di ringraziarlo per ogni volta che lo stesso Padre lo trae e lo fa emergere dall'abisso del vuoto e della distruttiva insoddisfazione di sé.

## 4. Cresima

### GLORIA AL PADRE E AL FIGLIO E ALLO SPIRITO SANTO

Le origini, la vita e la missione della Chiesa manifestano che Dio non è lontano dagli uomini. Il mistero del suo amore e della sua presenza si rende vicino a noi mediante la Chiesa.

Ogni comunità cristiana è dunque chiamata a manifestare nella sua vita l'insondabile mistero di amore che unisce il Padre e il Figlio e lo Spirito Santo e fa delle tre Persone divine un solo Dio.

Rendiamo grazie a Dio Padre.

Egli ci ama da sempre e nel Battesimo ci ha generati a figli chiamandoci a far parte del suo popolo.

Rendiamo grazie al Figlio suo, Gesù Cristo.

Egli è la nostra pace e fa di tutti gli uomini un solo popolo per mezzo della croce.

In lui possiamo presentarci al Padre in un solo Spirito.

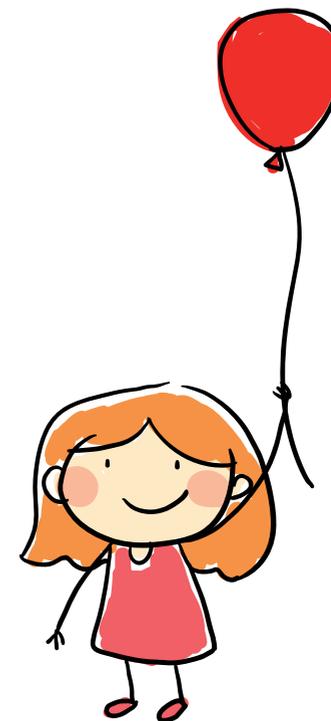
Rendiamo grazie allo Spirito Santo.

Egli santifica gli uomini nella comunione dell'amore e costituisce la Chiesa una, santa, cattolica e apostolica.

Gloria al Padre e al Figlio e allo Spirito Santo, unico Dio in tre Persone uguali e distinte.

Questa è la lode della Chiesa, segno del regno di Dio già iniziato sulla terra, principio della vita eterna.

(*Vi ho chiamato amici*, p. 207)



## 4. Cresima



**Materiale:** libro di Niccolò Ammaniti o dvd del film *Io non ho paura*.  
**Obiettivo:** io non ho paura...di ringraziare.  
**Svolgimento:** lettura del libro o visione del film ed eseguire le consegne.

### TRAMA

Michele, un bambino di nove anni, si ritrova a dover scontare una penitenza persa con gli amici, così cercando di vincere le sue più grandi paure, entra in una casa abbandonata in campagna. Dentro un buco trova un bambino legato. Inizia così un'amicizia e Michele ogni giorno gli fa visita all'insaputa di tutti. Crede che il suo coetaneo Filippo sia suo fratello gemello tenuto nascosto dai genitori ma, Michele, scopre che è tenuto in ostaggio dal padre. La vicenda si conclude quando Michele scopre che Filippo dovrà essere ucciso dai sequestratori. Così Michele non indugia e corre a salvare Filippo ma... Uno scambio di persone, due figli, due bambini, due vittime nelle fauci di un destino. La storia di una paura e di un grande coraggio.



### RIFLETTIAMO

- Descrivi le differenze e cosa hanno in comune:

| Michele | Filippo | Io    |
|---------|---------|-------|
| _____   | _____   | _____ |
| _____   | _____   | _____ |
| _____   | _____   | _____ |
| _____   | _____   | _____ |
| _____   | _____   | _____ |

## 4. Cresima

- In quale dei due personaggi ti identifichereesti? Perché?
- Rifletti sulle varie forme di gratitudine...

Come ringrazierebbe Michele?

Come ringrazierebbe Filippo?

Ed io?

|       |       |       |
|-------|-------|-------|
| _____ | _____ | _____ |
| _____ | _____ | _____ |
| _____ | _____ | _____ |
| _____ | _____ | _____ |
| _____ | _____ | _____ |



Da Youtube:

[https://youtu.be/NX5xZ3\\_IgCk](https://youtu.be/NX5xZ3_IgCk)

### ► Salmo 91

*Tu che abiti al riparo dell'Altissimo e dimori all'ombra dell'Onnipotente,*

*di al Signore: «Mio rifugio e mia forza, mio Dio, in cui confido».*

*Egli ti libererà dal laccio del cacciatore, dalla peste che distrugge.*

*Ti coprirà con le sue penne sotto le sue ali troverai rifugio.*

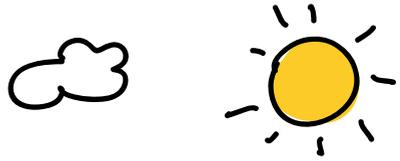
*La sua fedeltà ti sarà scudo e corazza; non temerai i terrori della notte né la freccia che vola di giorno, la peste che vaga nelle tenebre, lo sterminio che devasta a mezzogiorno.*

*Mille cadranno al tuo fianco e diecimila alla tua destra;*

Schede per i gruppi di catechesi di iniziazione cristiana

*ma nulla ti potrà colpire.  
Solo che tu guardi, con i tuoi occhi  
vedrai il castigo degli empi.  
Poiché tuo rifugio è il Signore  
e hai fatto dell'Altissimo la tua dimora,  
non ti potrà colpire la sventura,  
nessun colpo cadrà sulla tua tenda.  
Egli darà ordine ai suoi angeli  
di custodirti in tutti i tuoi passi.  
Sulle loro mani ti porteranno  
perché non inciampi nella pietra il tuo piede.  
Camminerai su aspidi e vipere,  
schiaccerai leoni e draghi.*

*Lo salverò, perché a me si è affidato;  
lo esalterò, perché ha conosciuto il mio nome.  
Mi invocherà e gli darò risposta;  
presso di lui sarò nella sventura,  
lo salverò e lo renderò glorioso.  
Lo sazierò di lunghi giorni  
e gli mostrerò la mia salvezza.*



- Guardare il video del Salmo.
- Pregare il Salmo in gruppo o personalmente.
- Sottolineare le parole che colpiscono al cuore.
- Esprime il proprio ringraziamento.

### DARE DA MANGIARE AGLI AFFAMATI

Mi impegno a vivere, con l'aiuto del sacerdote o dell'educatore, un'esperienza di profonda carità, come ad esempio la Caritas. Quando questo non è possibile, posso rinunciare a qualcosa a cui tengo per condividerla insieme a qualcuno che ne ha più bisogno, facendolo amorevolmente e accompagnando questo gesto con profonda preghiera.

