

## SPECCHIO, SPECCHIO DELLE MIE BRAME, DIMMI...

Dalla cura esagerata di sé per apparire... alla cura del proprio corpo per rispetto di sé e per gli altri.

### Obiettivo

Cogliere come il rispetto e l'amore verso se stessi passi in primo luogo dalla cura del proprio corpo come tempio dello spirito e come mezzo di relazione con gli altri

### CHIAVE per entrare

È la stanza alla quale, in generale, raramente pensiamo, meno ancora in un percorso di spiritualità e di catechesi. Tuttavia è il luogo della casa che conosce di noi gli aspetti più intimi e personali. È il luogo che richiama la purificazione, la cura del nostro aspetto, l'attenzione a sé e agli altri. Ci riporta la storia del rapporto, a volte difficile e complesso, che abbiamo con il nostro aspetto, con la nostra unica e irripetibile manifestazione: il nostro corpo. La preoccupazione giovanile per il proprio aspetto, per l'armonia del corpo, per i difetti, l'ansia di essere accettati e il timore di non essere accolti per qualcosa che nel nostro corpo pensiamo possa essere rifiutato, trovano negli sguardi attenti allo specchio lunghi momenti di trepidazione.

La stanza da bagno ci fa venire in mente soprattutto l'acqua e il lavare, lo specchio e la cura di noi, asciugamani, profumi... per avvolgere, impreziosire.

Assieme alla scoperta del valore del proprio corpo, alla necessità e al piacere di curarlo, in qualche modo, conoscerlo, emerge anche la scoperta delle proprie reazioni di fronte agli avvenimenti e l'esperienza dei limiti e delle possibilità del corpo e la capacità della serena accettazione di se stessi.

Il nostro corpo può entrare in gioco da cristiano perché mette in evidenza una domanda radicale: "Signore, come devo spendere il mio corpo?". Non un corpo brutto, maltrattato, misconosciuto: è un compito importante, oggi, costruire un corpo bello, vibrante, sano, simpatico, equilibrato perché possa obbedire al Signore. È bello prendersi cura di sé per non mettere a disposizione del Signore e degli altri qualcosa ritenuto di poco conto. Certo, nessun corpo è perfetto. Ai cristiani compete di rendere ogni giorno il proprio corpo più umano, cioè a favore di uomini e donne capaci di intrecciare rapporti sereni, giusti, teneri, fecondi, perché *"Ciascuno sappia mantenere il proprio corpo con santità e rispetto"* (1Ts 4,4)

Il corpo è molto più di uno strumento: è la parte visibile di noi. Siamo noi in relazione con le cose e con le persone.

In sostanza il corpo è la nostra ricchezza e il nostro limite; il nostro corpo non è altro da noi, ma non è tutto di noi; certo non possiamo fare a meno del nostro corpo, ma nemmeno lasciarci condizionare in tutto da esso. Con il nostro corpo ci siamo fin dal primo istante della nostra esistenza, ma imparare a viverci insieme positivamente è un impegno di tutta la vita.

### Attività

#### "Mi metto allo specchio"

##### Modalità

All'inizio dell'attività, si fa girare tra i ragazzi uno specchio per osservarsi: ognuno esprime un particolare del suo aspetto fisico che non gli piace.

In seguito ai ragazzi viene consegnato un biglietto su cui c'è scritto il nome di un altro/a ragazzo/a. Si chiede loro di indicare un aspetto positivo di quella persona.

Tutti i biglietti saranno poi raccolti in un cestino e verranno letti ad alta voce.

##### Materiale

Specchio, Foglietti di carta, biro, cestino.

## Domande

- Quanto tempo dedichi alla cura del tuo corpo?
- Questa cura è sufficiente a renderti sicuro del tuo aspetto?
- Usi lo stesso tempo e la stessa cura per il tuo spirito?
- Cos'è per te la bellezza?
- Come vivo il bagno?
- Che cos'è per lo specchio? Come mi vedo?
- Quali sono i gesti con i quali ti prendi cura del tuo corpo?
- Il tuo corpo è strumento di relazione con gli altri: il tuo modo di presentarti è rispettoso degli altri?

## Brano biblico

*Dal Vangelo secondo Marco (2, 1-12)*

Entrò di nuovo a Cafàrnao, dopo alcuni giorni. Si seppe che era in casa e si radunarono tante persone che non vi era più posto neanche davanti alla porta; ed egli annunciava loro la Parola.

Si recarono da lui portando un paralitico, sorretto da quattro persone. Non potendo però portarglielo innanzi, a causa della folla, scoperchiarono il tetto nel punto dove egli si trovava e, fatta un'apertura, calarono la barella su cui era adagiato il paralitico. Gesù, vedendo la loro fede, disse al paralitico: «Figlio, ti sono perdonati i peccati». Erano seduti là alcuni scribi e pensavano in cuor loro: «Perché costui parla così? Bestemmia! Chi può perdonare i peccati, se non Dio solo?». E subito Gesù, conoscendo nel suo spirito che così pensavano tra sé, disse loro: «Perché pensate queste cose nel vostro cuore? Che cosa è più facile: dire al paralitico "Ti sono perdonati i peccati", oppure dire "Alzati, prendi la tua barella e cammina"? Ora, perché sappiate che il Figlio dell'uomo ha il potere di perdonare i peccati sulla terra, dico a te disse al paralitico: «Alzati, prendi la tua barella e va' a casa tua». Quello si alzò e subito presa la sua barella, sotto gli occhi di tutti se ne andò, e tutti si meravigliarono e lodavano Dio, dicendo: «Non abbiamo mai visto nulla di simile!».

## Commento

*Il paralitico, calato dal tetto ad opera di quattro persone, è posto davanti a Gesù. Gesù rimette i suoi peccati, anzitutto! Poi per rivelare il suo "potere di perdonare i peccati" guarisce anche l'infermità fisica e rimanda a casa il paralitico con le sue gambe...*

*La vera guarigione non riguarda il corpo e le sue paralisi, sembra dirci il Signore. Paralisi nella vita cristiana è il peccato, origine di ogni paralisi, schiavitù del nostro cammino di discepoli. Ciò che ci imbruttisce non è fuori, ma dentro di noi. Quante volte cerchiamo di ripulire l'esterno. Quanto spesso il nostro sguardo si ferma all'esterno, all'apparenza, all'estetica... pare che il passaggio sia dall'estetica, all'etica. Non tanto ciò che appare, ma ciò che conta è il cuore. "Non guardare al suo aspetto né alla sua alta statura. Io l'ho scartato, perché non conta quel che vede l'uomo: infatti l'uomo vede l'apparenza, ma il Signore vede il cuore" (1Sam 16, 7).*

*Gesù stesso, per la sua apparenza, non è riconosciuto come Dio. Eppure il cuore della sua missione è proprio rivelare il volto vero di Dio. In quanto discepoli del Signore, anche noi siamo chiamati a scoprire il vero volto di Dio e a mostrarci agli altri veri in volto e non mascherati a seconda della situazione. Il perdono di Dio, poi, è l'incontro di salvezza che ci guarisce dalla paralisi del peccato e smaschera le nostre falsità, per permetterci di essere più autentici e di costruire relazioni vere.*

## Pregiera

*Padre santo  
tuo Figlio Gesù ha vissuto in mezzo a noi  
come un medico per quelli che si riconoscevano malati:  
rendici consapevoli del nostro peccato  
affinché cerchiamo in lui la nostra guarigione  
e possiamo cantare  
la nostra comunione con te e con i fratelli  
Sii benedetto ora e nei secoli dei secoli. Amen.*

Chiesi a Dio di essere forte  
per eseguire progetti grandiosi:  
Egli mi rese debole per conservarmi nell'umiltà.  
Domandai a Dio che mi desse la salute  
per realizzare grandi imprese:  
Egli mi ha dato il dolore per comprenderla meglio.  
Gli domandai la ricchezza per possedere tutto:  
Mi ha fatto povero per non essere egoista.  
Gli domandai il potere perché gli uomini avessero bisogno di me:  
Egli mi ha dato l'umiliazione  
perché io avessi bisogno di loro.  
Domandai a Dio tutto per godere la vita:  
Mi ha lasciato la vita perché potessi apprezzare tutto.  
Signore, non ho ricevuto niente di quello che chiedo,  
ma mi hai dato tutto quello di cui avevo bisogno  
e quasi contro la mia volontà.  
Le preghiere che non feci furono esaudite.  
Sii lodato; o mio Signore, fra tutti gli uomini  
nessuno possiede quello che ho io!

## CELEBRAZIONE PENITENZIALE

La celebrazione penitenziale è un momento vitale nel cammino di fede dei cristiani.

Con la celebrazione del perdono la Chiesa chiama il credente a vivere il passaggio dalla schiavitù del peccato alla libertà nel bene, manifestandoci la vittoria di Cristo sul male.

È importante saper rivedere la nostra vita e celebrare periodicamente la misericordia di Dio e la riconciliazione con Dio, con se stessi e con gli altri.

La celebrazione penitenziale deve essere un momento forte di incontro con il Signore, dove facciamo esperienza dell'amore, della tenerezza e dell'amicizia con Dio.

**Canto iniziale:** Tempo di Grazia (*o un altro a scelta*)

**Celebrante:** *La grazia, la misericordia, la pace di Dio nostro Padre e di Gesù Cristo nostro salvatore siano con tutti voi.*

**Tutti:** **E con il tuo spirito.**

**Celebrante:** *Invochiamo Dio nostro Padre, che attende i figli lontani e, al loro ritorno, li accoglie fra le braccia della sua misericordia. Diciamo insieme: Non guardare, Signore, ai nostri peccati.*

**Tutti:** **Non guardare, Signore, ai nostri peccati.**

**1Letto:** Abbiamo molto peccato, ma confidiamo nella tua misericordia.

**2Letto:** *Volgiti a noi, Signore, e noi ci convertiremo a te.*

**Tutti:** **Non guardare, Signore, ai nostri peccati.**

**1Letto:** Abbiamo peccato, o Signore, e ci siamo allontanati da te.

**2Letto:** *Abbiamo disobbedito alla tua parola e rovinato la tua alleanza.*

**Tutti:** **Non guardare, Signore, ai nostri peccati.**

**1Letto:** Purificaci e rinnovaci, Signore, con il tuo amore.

**2Letto:** Rendici sempre più testimoni del tuo vangelo.

**Tutti:** **Non guardare, Signore, ai nostri peccati.**

**1Letto:** Donaci il tuo Spirito di santità e di giustizia.

**2Letto:** *Ed esulteremo nella gioia di un cuore rinnovato.*

**Tutti:** **Non guardare, Signore, ai nostri peccati.**

**Celebrante:** *Convertiti a te, o Padre, nostra salvezza, e formaci alla scuola della tua sapienza, perché l'impegno a migliorare lasci una traccia profonda nella nostra vita. Per il nostro Signore Gesù Cristo, tuo Figlio, che è Dio e vive e regna con te, nell'unità dello Spirito Santo, per tutti i secoli dei secoli.*

**Tutti:** **Amen.**

*Ascolto della Parola Dal Vangelo di Luca (15, 11-32)*

Disse ancora: «Un uomo aveva due figli. Il più giovane dei due disse al padre: «Padre, dammi la parte di patrimonio che mi spetta». Ed egli divise tra loro le sue sostanze. Pochi giorni dopo, il figlio più giovane, raccolte tutte le sue cose, partì per un paese lontano e là sperperò il suo patrimonio vivendo in modo dissoluto. Quando ebbe speso tutto, sopraggiunse in quel paese una grande carestia ed egli cominciò a trovarsi nel bisogno. Allora andò a mettersi al servizio di uno degli abitanti di quella regione, che lo mandò nei suoi campi a pascolare i porci. Avrebbe voluto saziarsi con le carrube di cui si nutrivano i porci; ma nessuno gli dava nulla. Allora ritornò in sé e disse: «Quanti salariati di mio padre hanno pane in abbondanza e io qui muoio di fame! Mi alzerò, andrò da mio padre e gli dirò: Padre, ho peccato verso il Cielo e davanti a te; non sono più degno di essere chiamato tuo figlio. Trattami come uno dei tuoi salariati». Si alzò e tornò da suo padre.

Quando era ancora lontano, suo padre lo vide, ebbe compassione, gli corse incontro, gli si gettò al collo e lo baciò. Il figlio gli disse: «Padre, ho peccato verso il Cielo e davanti a te; non sono più degno di essere chiamato tuo figlio». Ma il padre disse ai servi: «Presto, portate qui il vestito più bello e fateglielo indossare, mettetegli l'anello al dito e i sandali ai piedi. Prendete il vitello grasso, ammazzatelo, mangiamolo e facciamo festa, perché questo mio figlio era morto ed è tornato in vita, era perduto ed è stato ritrovato». E cominciarono a far festa.

Il figlio maggiore si trovava nei campi. Al ritorno, quando fu vicino a casa, udì la musica e le danze; chiamò uno dei servi e gli domandò che cosa fosse tutto questo. Quello gli rispose: «Tuo fratello è qui e tuo padre ha fatto ammazzare il vitello grasso, perché lo ha riavuto sano e salvo». Egli si indignò, e non voleva entrare. Suo padre allora uscì a supplicarlo. Ma egli rispose a suo padre: «Ecco, io ti servo da tanti anni e non ho mai disobbedito a

un tuo comando, e tu non mi hai mai dato un capretto per far festa con i miei amici. Ma ora che è tornato questo tuo figlio, il quale ha divorato le tue sostanze con le prostitute, per lui hai ammazzato il vitello grasso». Gli rispose il padre: «Figlio, tu sei sempre con me e tutto ciò che è mio è tuo; ma bisognava far festa e rallegrarsi, perché questo tuo fratello era morto ed è tornato in vita, era perduto ed è stato ritrovato»».

### Presentazione del simbolo

**Celebrante:** *Ora viene collocato al centro della celebrazione un grande ramo: l'albero del perdono. Vicino all'albero vengono collocati anche tanti fiocchi bianchi quanti sono i ragazzi.*

Al termine della confessione, ogni ragazzo prenderà il suo nastro bianco (simbolo della vita nuova) e lo collocherà sull'albero del perdono.

### Confessioni individuali

Ogni ragazzo, dopo aver celebrato individualmente il sacramento della Riconciliazione, va ad appendere il nastrino bianco sull'albero.

### Preghiera conclusiva

**Tutti:** **Grazie, Signore, del tuo perdono.  
Grazie, perché ancora mi ami  
e hai bisogno di me per fare del bene.  
Grazie, Signore,  
perché non solo mi hai perdonato,  
ma continui a considerarmi tuo figlio  
e a darmi fiducia.  
Grazie, Signore,  
perché mi perdoni ancora,  
mi perdoni sempre e riempi il mio cuore  
di gioia e di serenità.**

### Canto finale

#### Link

- La prostituzione adolescenziale spontanea: Serra San Bruno, cappuccetto rosso abita qui  
<http://www.ilvizzarro.it/la-prostituzione-adolescenziale-spontanea-serra-san-bruno-cappuccetto-rosso-abita-qui.html>
- Servizio de Le Iene, 20 gennaio 2014: una baby prostituta  
[http://www.iene.mediaset.it/puntate/2010/01/20/angela-e-marco-baby-prostitute\\_5568.shtml](http://www.iene.mediaset.it/puntate/2010/01/20/angela-e-marco-baby-prostitute_5568.shtml)
- Commenti su servizio delle iene  
<http://it.answers.yahoo.com/question/index?qid=20100121010712AAPgIYF>
- *Chirurgia estetica anche tra gli adolescenti: perché e cosa fare?*, Roberto Pani, 21 Dicembre 2013
- *Intrappolate nel proprio corpo di Graziella Ceccarelli*  
<http://www.psicopedagogika.it/view.asp?id=1352>
- "La paura di essere brutti" Pietropoli Charmet Gustavo (Cortina Raffaello Editori)  
<http://www.linkiesta.it/la-paura-di-essere-brutti>
- Attivazioni sul tema del corpo  
[Http://www.ausl.bologna.it/professionisti/spazio-giovani/sp\\_result\\_search?media=Attivazione&tematiche%3Alist=Corpo&cmdRicerca=Cerca](Http://www.ausl.bologna.it/professionisti/spazio-giovani/sp_result_search?media=Attivazione&tematiche%3Alist=Corpo&cmdRicerca=Cerca)
- Bellezza: come si vedono gli adolescenti  
<http://societa.panorama.it/sex-love/Bellezza-Come-si-vedono-gli-adolescenti>
- Canzone "Brutta" di Alessandro Canino, 1992  
<http://www.youtube.com/watch?v=0NDnM6uFKKc>
- Il circo della farfalla  
<https://www.youtube.com/watch?v=y7inI8r1MFg>  
<https://www.youtube.com/watch?v=jjOmiLerT7o>  
<https://www.youtube.com/watch?v=qv4GTOLxihw>