



TI IMMAGINI?

2026-27

Risorse per la SECONDARIA DI 1° E 2° GRADO



SETTEMBRE: Ti immagini... Tutto quello che può succedere?

***Ti immagini...** Che tutto ciò che pensi, tutto ciò che sogni ora, possa diventare realtà? Ebbene sì, settembre ci offre proprio questa opportunità. Settembre è una porta che si apre davanti a noi per rivelare tutto quello che c'è dopo. È come un foglio in bianco, tutto ancora da scrivere, possiamo usarlo come vogliamo. Lasciamo libera la nostra immaginazione e proviamo a disegnare con creatività, a scrivere tutto ciò che pensiamo, a creare un aeroplano di carta e farlo volare, a dare vita a tutto ciò che ci viene in mente. Settembre ci dà la possibilità di prendere il nostro zaino vuoto e riempirlo giorno dopo giorno di vita. Di tutte quelle cose che quest'anno sogniamo e dei piccoli doni che Dio ha seminato in noi.*



***Ti immagini** tutto quello che può succedere... Se ogni giorno mettessimo un po' più di entusiasmo e amore in questo percorso che iniziamo?*

IN Iniziamo un nuovo corso. Ogni anno è un'opportunità per resettare, per decidere come vogliamo essere e vivere insieme. Questa settimana ci chiediamo come vogliamo iniziare: con quale atteggiamento, con quale sguardo, con quale tono.

7 Cominciamo

Introduzione: Ognuno di noi ha una storia, situazioni che ci portiamo dall'anno scorso, aspettative, paure, desideri, ecc., ma abbiamo anche l'opportunità di ricominciare e scegliere come vogliamo essere qui.

Risorsa: [Attacco Breve con Snack](#)

<https://www.youtube.com/watch?v=4BUC6Otsh5k>



9 Tutto inizia con un seme

Introduzione: Tutti abbiamo bisogno di qualcuno che ci incoraggi.

Risorsa: [*Short Pip, un cortometraggio animato da Dogs Inc*](#)

Domande di riflessione: Quando le cose vanno male, chi è il tuo supporto? / Cosa potresti fare per essere il sostegno di qualcuno oggi? / Rassegnati o riprova: come lo vivo?

10 Non limitarti prima di iniziare

Introduzione: Ciò che ci limita non sono le difficoltà, ma la paura di non essere sufficienti. Tutti abbiamo momenti di insicurezza, ma la fiducia non è credere che tutto andrà bene, è credere che sarò in grado di gestire qualunque cosa mi proponga.

Risorsa:

"Non aver paura, perché io sono con te."

(Isaia 41:10)

Domande di riflessione: In quale aspetto della mia vita vorrei fidarmi di più di me stesso? / Chi mi dà forza o supporto quando dubito? / Cosa posso fare oggi per prendermi un po' più cura di me stesso/a?

Oggi farò un piccolo passo, ma coraggioso, perché so anche che Nessuno mi ama come LUI

11 Il linguaggio è lo strumento più potente di tutti



altro che la somma delle sue percezioni (visioni), la morte di una lingua è una perdita della realtà. Tutta l'umanità è povera."

Narcís Comadira

Domande di riflessione: Perché il linguaggio è importante? / Vorresti conoscere più lingue?

IN Prima di occuparci degli altri, dobbiamo riconoscere noi stessi. Questa settimana ci chiederemo chi siamo, di cosa abbiamo bisogno, cosa ci fa bene e cosa ci fa male. A volte ci imponiamo e giudichiamo troppo noi stessi.

14 Essere diversi significa avere personalità

Introduzione: Chi sono quando nessuno mi guarda?

Spesso siamo definiti dalle nostre azioni, da ciò che realizziamo, da ciò che gli altri si aspettano. Ma c'è una parte di noi che scopriamo solo in silenzio.

Risorsa:

Frammento letterario: "La cosa più bella al mondo è scoprire che non devi per forza assomigliare a nessun altro."

Albert Espinosa, *Il mondo giallo* (2008)

Domande di riflessione: quando mi confronto, cosa perdo? / Cosa mi rende davvero unico? / Quale parte di me vorrei prendermi più cura di questo corso? Preferisco essere onesto con me stesso o essere perfetto?

Ognuno di noi è un figlio unico e amato di Dio Padre. Ci conosce dentro di noi e veglia su ogni nostro capello. Davanti a Lui non c'è alcuna possibile inganno. Facciamo un momento di silenzio e chiediamo al Signore di vivere in modo più autentico.

15 Il primo passo è mio

Introduzione: Tra le persone si costruiscono muri: incomprensioni, insicurezze,



Domande di riflessione: Quale parte di me nascondo perché mi vergogno? / Quando ho giudicato qualcuno senza conoscere la sua storia? Perché l'ho fatto? / Cosa succederebbe se oggi guardassi l'altro con più tenerezza?

16 Cosa faccio, costruisco

Introduzione: È più difficile connettersi che essere se stessi?

Risorsa: [Short Alike 8](#)

Domande di riflessione: Quando smetto di essere me stesso per adattarmi? / Chi o cosa mi allontana? Chi o cosa mi eccita? / Cosa posso fare per far crescere questo corso? Riesci a immaginare di crescere come persona, come cristiano, come marista?

17 Assumersi la responsabilità significa crescere

Introduzione: Molte volte, quando ci sentiamo in colpa, cerchiamo qualcuno da incolpare, ma questo non ci aiuta a capire cosa ci stia realmente accadendo.

Risorsa:

"Dobbiamo imparare a riconoscere i nostri errori e difetti perché accettando i nostri fallimenti saremo in grado di reagire e cambiare in meglio. Così saremo più intelligenti e saggi."

Antoine de Saint-Exupéry, *El Principito* (1943)

"Chi sarà in grado di capire i propri errori? Liberami da coloro che sono nascosti da me. Gli esseri umani tendono a non accettare i propri errori e, quando riescono a identificarli, li giustificano."

Salmo 19:12



18 Ogni giorno è una nuova opportunità

Introduzione: Ogni piccolo gesto che mostri è un altro seme per poter creare un mondo migliore.

Risorsa:

“Sono come una piccola matita nelle Sue mani, nient’altro. È Lui che pensa. È Lui che scrive. La matita non ha nulla a che fare con tutto questo. La matita deve solo poter essere usata”

Teresa di Calcutta

<https://www.youtube.com/watch?v=D-ybHE-jfk4>

Domande di riflessione: Quale seme voglio seminare oggi? / Quale seme vorresti che fosse seminato per me?

IN Vivere insieme non è solo stare insieme, è creare spazio l'uno per l'altro, guardarsi senza pregiudizi e permettere all'altro di essere come è. Tutti noi portiamo dentro cose che gli altri non vedono e quando le comprendiamo, appare il rispetto.

21 Giornata Internazionale della Pace

La pace è il premio supremo per tutta l'umanità

Introduzione: La pace non è solo dire che non c'è guerra; è imparare a vivere insieme, rispettarsi e prendersi cura l'uno dell'altro. Ogni persona può essere un costruttore di pace nel proprio ambiente. La pace nasce giorno dopo giorno, con le decisioni che prendiamo e il modo in cui trattiamo gli altri.

Risorsa: <https://www.youtube.com/watch?v=kYRgGyE9iS8>

E la pace? Inizia davvero da noi?



Risorsa: [Un giorno](#)

Domande di riflessione: Come può cambiare la mia giornata quando qualcuno mi tratta bene? / Cosa posso fare per far sì che un collega chiuda la giornata un po' meglio? / Quanti piccoli gesti passano inosservati? Perché?

23 Cosa trasmettono le parole?

Introduzione: La parola è uno degli strumenti più potenti dell'uomo. Dobbiamo sapere come formulare messaggi per ottenere una buona comunicazione.

Risorsa: [Il potere delle parole](#)

Domande per la riflessione: Fai sempre attenzione alle parole? / Pensi sia necessario che tutti noi facciamo uso di “parole buone”? E quando siamo arrabbiati? Come vorremmo che ci parlassero?

24 Essere sinceri è anche una forza

Introduzione: Tutti abbiamo fragilità. Oggi riconosciamo le nostre solo senza esporle: non è necessario esporci, solo essere consapevoli. Riesci a immaginare che nella nostra debolezza siamo forti perché sappiamo che Gesù e il suo Spirito sono con noi?

Risorsa:

Dinamico: Scrivi una cosa che vorresti che tutti sapessero di te. Non viene consegnato. Non viene condiviso, tranne che per chi lo desidera. Significa diventare consapevoli della propria vulnerabilità.

Domande di riflessione: cosa cambia in me quando conosco i miei bisogni? / Come posso far sentire qualcuno visto e amato?



Domande di riflessione: Quale parola ho scelto? Perché? / Cosa posso fare per mantenerla fino al giorno del giorno?

IN Le persone si sostengono attraverso le relazioni: amicizie, compagni di classe, famiglia, insegnanti. Queste relazioni possono farci crescere o possono ferirci. Questa settimana rifletteremo su cosa rende una relazione sana e su come possiamo prenderci cura del modo in cui leghiamo con gli altri.

28 Grazie per essere qui

Introduzione: Iniziamo la settimana con la consapevolezza. Quando penso alle persone a cui tengo, cosa mi piace di loro? Cosa portano nella mia vita?

Risorsa: Pensa a un amico.

Domande di riflessione: cosa valuto di questa persona? / Come mi sento quando sono con lei? E quando non lo sono?

Riconoscendo quanto Dio ci ami, non possiamo vivere in altro modo se non essere impegnati verso chi ne ha più bisogno...

29 Prendersi cura di noi stessi è la nostra rivoluzione

Introduzione: Non tutte le relazioni sono buone per noi. Non si tratta di giudicare nessuno, ma di ascoltare come ci sentiamo accanto a loro

Risorsa:



Domande di riflessione: come faccio a capire se una relazione mi aggiunge energia? / Quali segnali appaiono quando una relazione mi logora? Cosa posso fare per rendere una relazione più sana?

Gesù desidera essere qualcuno che ti dà energia, come fece con la donna samaritana: <https://www.youtube.com/watch?v=M0XtM36oDFU>

30 Amare ascoltando

Introduzione: Ascoltare è uno dei gesti più concreti per costruire relazioni di pace. Non significa semplicemente sentire ciò che l'altro dice, ma prestargli attenzione, cercare di comprendere il suo punto di vista e accoglierlo senza giudicare. Quando una persona si sente davvero ascoltata, si sente riconosciuta e rispettata.

Risorsa: <https://www.youtube.com/watch?v=WIPV1iwzrzg>

Domande di riflessione:

- Quali emozioni hai riconosciuto nel protagonista?
- In quali momenti il sostegno o la presenza dell'altro fanno la differenza?



Conclusione

L'ascolto è il primo passo per il dialogo. Ogni volta che scegliamo di ascoltare con rispetto, contribuiamo a creare un ambiente più accogliente, a prevenire i conflitti e a costruire una cultura di pace.



OTTOBRE: Ti immagini... se tutti camminassero insieme, nessuno lasciato da solo?

La tua presenza e la tua vita fanno la differenza. Le tue azioni quotidiane, anche le più semplici, possono illuminare la vita di qualcun altro. Non sottovalutarti. Puoi essere speranza per gli altri. Dove c'è disperazione, puoi essere una luce per coloro che sono alla ricerca di una strada da seguire. Perché tu, con il tuo stile di vita, puoi indicare la via a chi è solo, accompagnarlo. Dio ti ha sognato come VITA per gli altri. Non sei capitato per caso. Sei stato creato per una missione. Essere Luce del mondo. Essere uno strumento, le mani di Dio nel mondo.

IN "Quando cammini attraverso una tempesta, tieni la testa alta e non aver paura del buio..."

1 Non camminerai mai da solo

Introduzione: Nei giorni difficili, quando sembra che tutto si stia complicando, dobbiamo ricordare che non siamo soli. A volte, basta uno sguardo, una parola o una presenza silenziosa per sentire qualcuno camminare con te. Inoltre, sappiamo che è il Signore che si manifesta in quello sguardo o in quella parola. È sempre con noi.

Risorsa: Inno del Liverpool:

<https://www.youtube.com/watch?v=Pl2YquxuCg>

Domande di riflessione: Quando è stata l'ultima volta che hai accompagnato/aiutato qualcuno in difficoltà? / C'è qualcuno intorno a te che è spesso da solo e a cui potresti rivolgerti?

2 Non sei solo/a

Introduzione: Gesù ci ricorda qualcosa di essenziale: non sei solo. Non c'è giorno, nessuna situazione, nessuna tempesta in cui Lui non sarà al tuo



Domande di riflessione: Quando hai sentito che Dio (o qualcuno importante per te) era con te? / Quali persone sono per te la "presenza di Dio" nella tua vita?

IN Puoi essere il cambiamento e sperare per gli altri. Le tue azioni quotidiane possono avere un impatto reale sulla vita degli altri. Nessuno è solo se ci sono persone disposte a guardare, ascoltare e esserci.

5 **Giornata Internazionale degli Insegnanti**

Introduzione: Dietro ogni studente che riesce a superare una difficoltà c'è qualcuno che ha creduto in lui. Qualcuno che ha avuto pazienza, che ha ascoltato, che ha sorriso quando necessario e che ha seminato fiducia.

Insegnanti e professori sono come lampioni sulla strada: non camminano per noi, ma ci aiutano a capire dove andare. Così Marcellino la spiegò ai primi fratelli. E così è stato trasmesso per 200 anni fino a raggiungere la nostra scuola oggi, ora e qui.

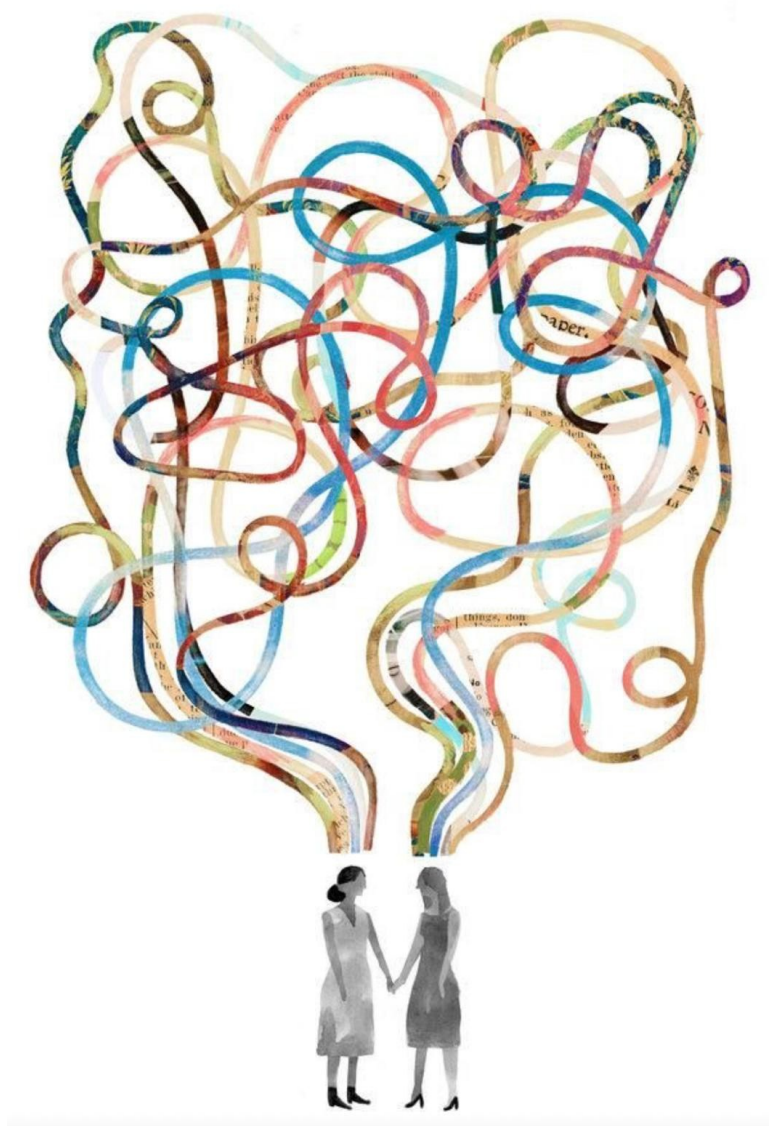
Oggi ringraziamo Dio per tutte le persone che ci hanno accompagnato, insegnato e ispirato. Perché grazie a loro... Nessuno cammina da solo.

Domande di riflessione: quale insegnante è stato una luce per te?

7 **Condividere significa dare una parte di chi sei**

Introduzione: Condividere è molto più che dare ciò che ti è rimasto. È offrire una parte di te stesso. Quando condividi, rompi la barriera del sé e costruisci il *noi*. Il mondo cambia un po' ogni volta che qualcuno condivide, perché in quel momento nessuno cammina da solo. Spesso pensiamo di non avere nulla da dare, ma abbiamo sempre qualcosa da offrire: un ascolto, un aiuto, uno sguardo gentile... E questo, a volte, è tutto ciò di cui qualcuno ha bisogno.

Risorsa:



Domande di riflessione: Qual è stata la cosa più semplice che qualcuno ti abbia condiviso e che ti abbia fatto sentire bene?

Scrivi la risposta su un foglio e salvala personalmente.



IN Camminare insieme significa scoprire che la vita ha più significato accanto alle persone che amiamo. Gesù percorse tutta la Palestina durante la sua predicazione, condividendo con persone di ogni tipo, avvicinandosi a tutti con tenerezza.

12 Camminando insieme

Introduzione: Quando cammini con qualcuno, il percorso si accorcia. C'è sempre qualcuno che cammina con noi, anche se non ce ne rendiamo conto: un amico, una sorella, un insegnante, un genitore o Dio stesso.

Risorsa:



Domande di riflessione: Fai una piccola riflessione interiore: con chi cammini in questo momento della tua vita?



Risorsa: Bridge

Domande di riflessione: cosa è successo nel cortometraggio affinché i personaggi potessero continuare su questo cammino? / Trovi difficile cedere o riconoscere che l'altro potrebbe avere ragione? / In quale situazione potresti applicare oggi questo "arrendersi per andare avanti insieme"?

14 **Grazie per aver camminato con me**

Introduzione: Gli amici non sono solo compagni per il tempo o il divertimento. Sono loro che camminano con te nei momenti belli e in quelli meno belli. Sono le persone con cui puoi essere te stesso, senza filtri.

Risorsa:

"In ogni momento ama il suo amico, e nelle avversità si mostra come un fratello."

(Proverbi 17:17)

Domande di riflessione: Scrivi una breve riflessione: Cosa significa un amico per te? / Pensi di interessarti alle persone che consideri amici? / Pensa a una persona importante per te e scrivi quali motivi ti ringraziano.

IN Facciamo luce: una candela può illuminare altre senza perdere la sua luce. Gesù ci chiede di essere la luce del mondo, di non nascondere la nostra luce, di dividerla con chi ne ha più bisogno.

19 **Giornata Internazionale della Lotta contro il Cancro al Seno**

Introduzione: Oggi è la Giornata Internazionale del Cancro al Seno.

È un giorno da ricordare, per offrire sostegno, per guardare con rispetto e speranza a tante persone – soprattutto donne – che lottano ogni giorno per la loro



Dietro ogni persona che attraversa un processo simile ci sono storie di forza, di persone che accompagnano, di amici e famiglie che sostengono. Nessuno dovrebbe affrontare una battaglia simile da solo.

Ricordiamo oggi tutte le persone che stanno combattendo o hanno combattuto il cancro, e anche coloro che sono stati al suo fianco.

Domande di riflessione: Come puoi essere una luce per qualcuno che sta attraversando un momento difficile?

21 **Brilla: brilla con la sua luce**

Introduzione: Ognuno ha la sua luce, un modo unico di fare del bene, di amare, di dare colore alla vita.

Proponiamo una canzone che ci invita ad alzarci, a credere in noi stessi e a lasciare che la nostra luce brilli senza paura.

Risorsa: <https://www.youtube.com/watch?v=JwC1Ctrj6Xk>

(quando mettete la canzone si possono impostare i sottotitoli con traduzione automatica in varie lingue, tra cui l'italiano).

Domande di riflessione: Secondo te, quali sono le persone intorno a te che considerano la tua migliore qualità? Perché?

22 **La Candela**

Introduzione: Viviamo circondati da rumore, fretta e schermi, e a volte dimentichiamo che dentro di noi c'è una luce che non si spegne: quella che ci guida, ci orienta, ci dà pace. Dio ci parla anche in silenzio, quando ci fermiamo, respiriamo e ci lasciamo guardare con amore.

Se vogliamo essere una luce per gli altri, dobbiamo prima prenderci cura della nostra fiamma.



Domande di riflessione: cosa ti dà pace? / Quando trovi momenti per prenderti cura della tua luce interiore?

23 Chiusura della settimana

Introduzione: Abbiamo scoperto che non è necessario fare grandi cose... Trova un momento oggi per stare, ascoltare, perdonare, amare, ecc. con quelle persone che sono importanti per te.

Risorsa:

"Sei la luce del mondo. Lascia che la tua luce risplenda davanti agli altri, affinché vedano le tue buone opere e diano gloria al tuo Padre che è nei cieli."

(Matteo 5:14-16)

Riflessione: La tua luce può accendersi molte di più, non lasciarla spegnere.

IN Abbiamo motivi per vivere la vita con gioia, nessuno è una coincidenza. L'anno scorso volevamo celebrare la Vita perché sappiamo che è un dono immenso di Dio per ciascuno di noi. Riesci a immaginare se osassimo viverlo al massimo?

26 La vita è un dono

Introduzione: Ci sono canzoni che ci ricordano che la vita è un dono, che, nonostante i momenti difficili, c'è sempre un motivo per continuare.

Oggi ascolteremo una di queste:



Introduzione: Raramente prestiamo attenzione alle piccole cose: quei gesti quasi impercettibili, quei dettagli sottili e meravigliosi che spesso passano inosservati. Ecco perché oggi vi invitiamo a rivendicare l'importanza dei dettagli.

Un messaggio positivo, una visita a sorpresa, un regalo pensato con amore, una domanda sincera su come è andata la giornata, un abbraccio inaspettato, una canzone condivisa... Tutti questi gesti, per quanto piccoli possano sembrare, possono trasformare un momento.

A volte, il più piccolo gesto può diventare il ricordo più importante nel cuore di qualcuno. Non smettete mai di seminare piccoli semi di bontà.

Riflessione: Ricordiamo che ogni giorno è fatto di piccoli momenti vissuti qui e ora. Riesci a immaginare che, senza rendertene conto, stai rendendo la vita di qualcuno più bella? Quindi, prenditi un momento per riflettere sugli ultimi dettagli che hai avuto con le persone che ami e che ti accompagnano nella tua quotidianità.

30 La nostra quotidianità

Introduzione: Oggi il weekend è alle porte, quindi vogliamo invitarvi a leggere la seguente vignetta e a fare una breve riflessione interna su cosa siano quelle cose e quei momenti che abbiamo, ma che nella nostra quotidianità non valorizziamo.

Risorsa:





Oltre a questo, vi invito a ricordare oggi i Fratelli Maristi che hanno dato la vita qualche anno fa in Ruanda. Speriamo che, come loro, riusciremo a riempire il nostro progetto di vita con questo, DARE LA NOSTRA VITA, per amore, per l'Amore di Gesù.



NOVEMBRE: Ti immagini... se tutti avessero voce?

La tua voce è lo strumento che usi per esprimere i tuoi sentimenti, le tue emozioni, esperienze, gioie e preoccupazioni. Ti immagini se invece non fossi in grado di parlare? Oppure che nessuno ascolti quello che hai da dire? In questo mese immaginiamo una voce che si fa sentire senza paura, che contribuisce senza essere messa a tacere, che dialoga senza essere ignorata. Una voce che costruisce ponti, che dà spazio a prospettive diverse e che ci ricorda che la diversità non divide ma arricchisce. Immaginare un mondo in cui ogni persona possa esprimersi liberamente e con dignità significa fare il primo passo verso una società più giusta e più umana. Cerchiamo di essere la voce di coloro che non ne hanno una, o non possono farsi sentire. Anche se non ti ascoltano, non stare zitto, insisti, gridalo a voce alta! Hai molto da dire.

IN Questa settimana, che iniziamo con Ognissanti, ricorderemo coloro che non sono più con noi e l'importanza di tenerli nel nostro cuore.

2 Ognissanti (1 novembre)

Introduzione: Per commemorare il Giorno dei Morti guarderemo questo video e faremo una piccola riflessione.

Due opzioni di video:

1) Risorsa: [Breve del Giorno dei Morti](#)

Riflessione: Le persone muoiono completamente solo quando vengono dimenticate. Anche se a volte è difficile per noi capirlo, riponiamo fiducia in Dio e crediamo che nessuna vita sia persa.

2) Risorsa: [Volo](#)

Riflessione: È un breve video che ci dice che ricordare qualcuno è un modo per continuare ad amarlo.

3 Scrittura: Giovanni 11:25-26 – "Io sono la resurrezione e la vita"



Riflessione: La morte è una di quelle realtà che per noi è molto difficile da comprendere.

È silenziosa, definitiva e, allo stesso tempo, parte della vita. Tutti noi, prima o poi, la incontriamo: quando una persona cara muore, o semplicemente quando riflettiamo sul significato della nostra stessa esistenza.

5 **Volo**

Introduzione: Cortometraggio che parla di lutto e perdita, ma anche di come, anche nel lutto, possiamo imparare a prendere il volo.

Risorsa: *Volo*

Riflessione: È un breve video che ci dice che ricordare qualcuno è un modo per continuare ad amarlo.

6 **Resurrezione**

Introduzione: La tomba vuota e la croce dopo la resurrezione di Cristo ci fanno riflettere sulla vita dopo la morte.

Risorsa:



Domande di riflessione: Fermati un attimo a leggere queste domande e rifletterci per qualche istante. Successivamente può essere condiviso con il gruppo di classe.



IN Questa settimana vogliamo tenere presente tutte quelle persone a cui non è permesso avere voce, che non vengono ascoltate. Dio ci ha creati tutti per vivere con dignità e tutte le voci meritano lo stesso rispetto.

9 Eroi

Introduzione: La canzone *Heroes*, di David Bowie, racconta la storia di due amanti, uno di Berlino Est e l'altro di Berlino Ovest, che vivono nella paura costante della morte e sognano di essere liberi.

Risorsa: [David Bowie - Eroi \(1977\)](#)

Domande di riflessione: Ci sono ancora molti luoghi nel mondo dove le persone vivono in queste circostanze. Stiamo ancora costruendo muri che ci separano invece di ponti che ci uniscono. Riesci a immaginare un mondo senza muri che ci separino?

10 Insieme contro il bullismo

Introduzione: Guarderemo un video sul *bullismo* nelle scuole per far riflettere gli studenti su come comportarsi e non restare in silenzio di fronte all'ingiustizia.

Risorsa: [Insieme contro il bullismo scolastico \(versione breve\)](#)

Risorsa 2: <https://www.youtube.com/watch?v=t8NfkR9eTZc>

Domande di riflessione: Riesci a immaginare se fossi tu a ricevere questi commenti o scherzi? O se tutti restassero in silenzio?

11 Il rispetto non si dice solo, si dimostra

Introduzione: Oggi vi proponiamo di fare un piccolo gesto durante la giornata: Sorridi a qualcuno che normalmente non saluti. Aiuta qualcuno senza che te lo chieda. Siediti semplicemente accanto a un'altra persona.

Questi piccoli gesti creano un'atmosfera di pace e fanno sentire tutti più accolti



Tutti noi abbiamo "voci" che ci chiamano: la voce della coscienza, la voce della giustizia, la voce del compagno che deve essere ascoltato. Come Samuele, dobbiamo imparare a rispondere: "Parla, ti sento."

Risorsa:

"C'era un giovane, Samuel, che viveva nel tempio. Una notte, mentre dormiva, sentì una voce chiamarlo per nome:

"Samuel!

Si alzò, pensando fosse il suo insegnante, Eli, e corse a chiedergli cosa volesse. Ma Eli gli disse,

"Non ti ho chiamato, torna a dormire."

Questo accadde tre volte finché Eli non capì cosa stava succedendo e gli disse:

"Se senti di nuovo la voce, rispondi: 'Parla, Signore, perché il tuo servo ti ascolta.

Quando Samuele fece questo, iniziò a scoprire ciò che Dio voleva dirgli."

(1 Samuele 3:1-10)

Riflessione: Oggi propongo che tu stia in silenzio per un momento e pensi: quale voce ti chiama in questi giorni? Forse è la voce di qualcuno che ti aspetta. O forse è la tua stessa voce, che ti chiede di essere più autentico.

13 Dipendente dagli schermi?

Introduzione: Video sulla dipendenza dal telefono cellulare e su come influenza la vita quotidiana.

Risorsa: [Dipendente dagli schermi? | Life Smartphone - Cortometraggio di Chenglin Xie | Premio Studentesco dell'Accademia](#)

IN Questa settimana celebriamo la Settimana dei Diritti dei Bambini, un momento per ricordare che tutti i bambini del mondo hanno il diritto di crescere felici, amati e rispettati. È un'opportunità per valorizzare ciò che abbiamo e impegnarci a costruire un mondo in cui nessun bambino venga dimenticato.

16 Settimana dei Diritti dei Bambini

Introduzione: Ricordare quali sono i diritti principali dei bambini è sempre importante.

Risorsa:



Leggili e poi condividi quale pensi sia il più rilevante.

- **Il diritto alla vita** e a crescere sani e sicuri.
- **Il diritto ad avere una famiglia** che li ama e si prende cura di loro.
- **Il diritto all'istruzione** e all'apprendimento.
- **Il diritto di giocare** e di avere tempo per divertirsi.



18 L'arcobaleno

Introduzione: Il cortometraggio *The Rainbow* ci mostra come una singola voce possa fare la differenza. Una ragazza viene presa in giro per essere diversa, e le altre restano in silenzio. Ma quando qualcuno decide di parlare, tutto inizia a cambiare.

Risorsa: https://www.youtube.com/watch?v=la2uT8n6_ll

Riflessione: Questa storia ci ricorda che tutti i bambini e i giovani hanno il diritto di essere rispettati, ascoltati e protetti da qualsiasi forma di violenza o discriminazione. Questo si riflette in uno dei Diritti del Bambino, che afferma che i bambini dovrebbero crescere liberi da maltrattamenti, abusi o umiliazioni.

Essere spettatori non basta: tutti abbiamo la responsabilità di difendere i diritti degli altri. Essere ascoltati significa anche usare la nostra voce per rendere il mondo un posto più giusto e sicuro per tutti.

Quando difendiamo qualcuno, mettiamo in pratica il diritto alla dignità e al rispetto, e diventiamo parte di questo "arcobaleno" che rappresenta speranza e convivenza.

Domande di riflessione: Hai mai aiutato qualcuno che era stato escluso? Come ti sei sentito a farlo?

19 "Lasciate che i bambini vengano da me"

Introduzione: Questo testo ci ricorda che, per Gesù, i bambini hanno un posto centrale e prezioso. In una società in cui spesso non venivano ascoltati, li pone al centro dell'amore e del Regno di Dio.

Gesù ci invita a guardare il mondo con occhi puliti, cuore aperto e fiducia, come



"Alcuni di loro presentarono i bambini a Gesù affinché potesse imporre le mani su di loro, ma i discepoli li rimproverò. Quando Gesù vide questo, si indignò e disse loro,

"Lasciate che i bambini vengano da me. Non ostacolateli, perché il regno di Dio appartiene a coloro come loro. In verità vi dico, chi non accoglie il Regno di Dio come un bambino lo accoglie, non vi entrerà mai.

E li prese tra le braccia e li benedisse imponendo le mani su di essi."

(Marco 10:13-16)

Riflessione: Oggi questo messaggio vive ancora: ogni bambino ha il diritto di crescere con dignità, speranza e affetto. E tutti noi, giovani e anziani, abbiamo la responsabilità di renderlo possibile.

20 **Solo i giovani**

Introduzione: *Only the Young*, di Taylor Swift, una canzone che parla del potere e della forza dei giovani nel cambiare il mondo.

Risorsa: [Taylor Swift – Only the Young \(2020\)](#)

Riflessione: Questa canzone ci ricorda che, anche se a volte sembra che i giovani non abbiano abbastanza voce, ogni ragazzo e ragazza può far sentire la propria voce e partecipare al cambiamento verso una società più giusta e libera. Se vogliamo preservare i diritti, dobbiamo anche lottare per loro.

IN Riesci a immaginare di vivere senza sogni o speranze? Questa settimana esamineremo l'importanza di avere nuovi progetti, sogni e persone che ci sostengano per realizzarli.

23 **Risorsa:** [Dear Basketball Short Film](#)

Riflessione: Questo cortometraggio, *Dear Basketball*, scritto da Kobe Bryant, è una lettera d'amore al basket, ma riflette anche sull'importanza di credere nei sogni, anche quando sembrano impossibili. Ci parla di gratuità e gratitudine: di



25

Giornata Internazionale per l'Eliminazione della Violenza contro le Donne

Introduzione: La canzone “Vietato Morire” racconta una realtà difficile: quella di chi cresce in un ambiente segnato dalla violenza, dove la paura dovrebbe essere normale ma non lo è mai davvero. Attraverso immagini forti ma anche piene di speranza, il messaggio che arriva è chiaro: la violenza non è amore, e non deve essere accettata come parte della vita.

Per dei ragazzi del liceo, questa canzone può essere uno spunto importante per riflettere su quanto sia fondamentale riconoscere i segnali della violenza, anche quando non è evidente. Spesso la violenza non è solo fisica, ma anche psicologica: parole che feriscono, controllo, umiliazione. E tutto questo può insinuarsi lentamente, fino a sembrare normale.

Ma “vietato morire” è anche un invito a reagire, a chiedere aiuto, a non restare in silenzio. Significa scegliere la vita, la dignità, e il rispetto. Significa anche diventare persone capaci di costruire relazioni sane, basate sull’ascolto e sull’uguaglianza.

Risorsa: [Ermal Meta – Vietato Morire](#)

Domande di riflessione:

- Quali sono, secondo voi, i segnali che una relazione sta diventando violenta o tossica?
- Perché a volte è difficile per una vittima chiedere aiuto o denunciare?
- Che ruolo possono avere gli amici o i coetanei nel riconoscere e contrastare situazioni di violenza?
- Cosa significa, concretamente, “rispetto” all’interno di una relazione?

26

Ho un sogno

Introduzione: Il discorso che leggeremo qui sotto è uno dei più ispiratori della storia. Martin Luther King parla del sogno di un mondo giusto ed eguale, in cui



"Ho un sogno: che un giorno questa nazione si alzerà e vivrà all'altezza del vero significato della sua fede. Crediamo che tutti gli uomini siano creati uguali.

Ho un sogno: che un giorno, nelle colline rosse della Georgia, i figli degli ex schiavi e quelli degli ex padroni potranno sedersi insieme al tavolo della fraternità.

Ho un sogno: che i miei quattro bambini piccoli un giorno vivranno in un paese dove non saranno giudicati dal colore della pelle, ma dal contenuto del loro carattere.

Oggi ho un sogno!"

Martin Luther King Jr. – *Tengo un sueño* (1963)



Domande di riflessione: Martin Luther King era un pastore protestante. La sua fede lo teneva saldo nella difesa del suo sogno. Cosa ti sostiene? Quale sogno hai per rendere il tuo mondo un posto migliore?



30 Introduzione: U2 è uno dei gruppi internazionali più riconosciuti per sapere come combinare pop-rock con riflessioni su fede, spiritualità e ricerca interiore. Bono, il suo cantante, ha spesso parlato del suo cristianesimo e di come questo ispiri molti dei suoi testi, sebbene sempre con un linguaggio simbolico e poetico.

Ricorso: [U2 - Non ho ancora trovato quello che cerco \(1987\)](#)

"Credo nel regno che verrà,

Allora tutti i colori si fonderanno in uno solo..."



Riflessione: Questo versetto riflette una profonda speranza, ma anche una consapevolezza della strada che ci aspetta. Sebbene affermi la sua fede, Bono riconosce che continua a cercare: vede la fede non come un punto di arrivo, ma come un viaggio costante, una ricerca che trasforma e accompagna.



DICEMBRE: Ti immagini... un Dio che nasce dentro di te?

Ti immagini se dicembre non fosse soltanto simbolo di inverno e luci di natale, ma un momento speciale per prendersi una pausa?

In questo senso dicembre è più di un mese alla fine dell'anno: è una soglia. Una porta che si apre su qualcosa di speciale che ancora non vediamo. Un momento in cui non ci viene chiesto di fare di più, ma di essere di più.

Ti immagini se lo vivessimo esattamente così, come una preparazione silenziosa? Non solo regali e decorazioni, ma cuori che si preparano per un incontro importante. Ogni candela accesa in Avvento è una speranza che cresce, un sogno che diventa luce. Ti immagini se davvero aspettassimo Qualcuno, e non solo qualcosa? Forse il significato non è nel rumore che sentiamo tutto intorno a noi, ma nel sussurro che dobbiamo imparare ad ascoltare. Non in una corsa eccezionale, ma nel percorso quotidiano che facciamo passo dopo passo.

Ti immagini se quest'anno fosse diverso? Allora preparati davvero, con gli occhi e il cuore spalancati.

IN Inizio dell'Avvento

In questa stagione dell'Avvento che stiamo iniziando, ci stiamo preparando ad accogliere un neonato davanti al quale i pastori hanno riconosciuto Dio. L'Avvento vivente significa anche tenere a mente quelle persone o gruppi fragili come Gesù, così che i nostri cuori possano essere un po' più accoglienti ogni giorno. Questa settimana lo faremo pensando ai pazienti affetti da AIDS, alle persone schiavizzate, a migranti e rifugiati.

1 Giornata Mondiale contro l'AIDS: Combattiamo lo stigma che ancora persiste.

Introduzione: Oggi, 1° dicembre, celebriamo la Giornata Mondiale contro l'AIDS. È un giorno per ricordarci che oggi questa malattia è ancora un peso di pregiudizi



Domande di riflessione: cosa hai provato o pensato guardando il video? / C'è una frase che ti ha colpito? / Perché pensi che ci sia ancora quella paura o quella stigma quando si parla di AIDS? / Cosa possiamo fare noi, come giovani, per aiutare a cambiare questa situazione?

2 **Giornata Internazionale per l'Abolizione della Schiavitù, cantiamo sempre per la libertà di tutti!**

Introduzione: Oggi, 2 dicembre, è la Giornata Internazionale per l'Abolizione della Schiavitù.

La Giornata internazionale per l'abolizione della schiavitù ci invita a guardare non solo al passato, ma anche al presente. Quando si parla di schiavitù, molti pensano a epoche lontane, a catene visibili e a persone private apertamente della libertà. Tuttavia, oggi la schiavitù non è scomparsa: ha semplicemente cambiato forma.

Risorsa: <https://www.youtube.com/watch?v=oayDhDgQIY8>

È importante capire che questo fenomeno non è lontano dalla nostra realtà. Può nascondersi dietro prodotti che utilizziamo ogni giorno o servizi che diamo per scontati. Parlare di schiavitù oggi significa anche interrogarsi sulle nostre scelte, sul consumo consapevole e sul rispetto dei diritti umani.

Questa giornata è quindi un'occasione per riflettere su come la libertà, che spesso consideriamo ovvia, sia in realtà un diritto ancora negato a molte persone. E soprattutto, su come ognuno possa contribuire, anche con piccoli gesti, a costruire un mondo più giusto.

Domande di riflessione:

- Qual è la differenza tra la schiavitù del passato e le forme di schiavitù moderne?
- Perché le nuove forme di sfruttamento sono spesso difficili da riconoscere?
- In che modo le nostre scelte quotidiane (acquisti, consumo) possono



4 **Riesci a immaginare di andare oltre i nostri confini e trovare accettazione?**

Risorsa:

"Quando i magi se ne furono andati, un angelo del Signore apparve a Giuseppe in sogno e gli disse,

"Alzati, prendi il bambino e sua madre, fuggi in Egitto e resta lì finché non te lo dico, perché Erode cercherà il bambino per ucciderlo."

Giuseppe si alzò, prese il bambino e sua madre di notte, andò in Egitto e vi rimase fino alla morte di Erode. Così si compì ciò che il Signore aveva annunciato tramite il profeta: "Ho chiamato mio figlio fuori dall'Egitto."

(Matteo 2:13-15)

Riflessione: Il giorno di Natale celebriamo che Gesù è nato lontano dal suo villaggio, tra persone che non conosceva; non c'era nemmeno posto per lui nella locanda. Riflettendo sulla lettura di San Matteo, leggiamo che poco dopo la sua nascita, Gesù dovette fuggire per la vita con Maria e Giuseppe, e trascorse gli anni dell'infanzia in una terra straniera, parlando una lingua che non era la sua, in mezzo a persone che professavano una religione diversa.

Domande di riflessione: Di fronte a questa situazione, ci chiediamo:

Come pensi che si senta una famiglia quando è costretta a fuggire dal proprio paese per necessità? Quali paure e speranze pensi possano avere? / Quali difficoltà possono incontrare le persone che arrivano in un nuovo paese (lingua, cultura, lavoro, alloggio, amicizie, ecc.)? Come possiamo aiutarli a sentirsi accolti e rispettati? / Perché è importante evitare la discriminazione contro i migranti e promuovere una società che valorizza la diversità? / Quali benefici porta una comunità aperta e inclusiva a tutti?

IN Questa settimana celebreremo l'Immacolata Concezione di Maria, attraverso la



scalare montagne o attraversare luoghi pericolosi, rischiando ogni giorno solo per imparare. Per molti bambini nel mondo, la scuola non è un obbligo, ma un privilegio così prezioso che vi arrivano con impegno, coraggio e speranza.

Il video che vedremo apre una finestra su quella realtà. Ci invita a chiederci quanto apprezziamo ciò che abbiamo e cosa significhi davvero poter imparare ogni giorno. Siamo disposti a guardare all'istruzione con occhi diversi?

Risorsa: <https://www.youtube.com/watch?v=vtizX0KGk1U>

Domande di riflessione: Come ti sentiresti se dovessi affrontare ogni mattina un tragitto pericoloso o molto lungo per andare in classe, proprio come i bambini nel video? Come cambierebbe la tua visione della scuola? / Perché pensi sia così importante che tutti i bambini abbiano accesso all'istruzione? / Come possiamo contribuire affinché nessuno venga escluso dalla scuola?

8 Immacolata Concezione

Introduzione: Oggi, giorno dell'Immacolata Concezione, ascoltiamo insieme una canzone e riflessione sulle parole.

Risorsa:

https://www.youtube.com/watch?v=ifCWN5pJGIE&list=RDifCWN5pJGIE&start_radio=1

**Mary did you know that your baby boy
would one day walk on water?**

**Mary did you know that your baby boy
would save our sons and daughters?**

**Did you know that your baby boy
has come to make you new
and the child that you deliver
would soon deliver you?**

**Mary did you know that your baby boy
would give sight to the blind men?**



**you have kissed the face of God,
oh, Mary did you know?**

**The blind will see, the deaf will hear,
the dead will live again,
the lame will leap, the dumb will speak,
the praises of the Lamb.**

**Mary did you know that your baby boy
is God of all creation?**

**Mary did you know that your baby boy
would one day rule the nations?**

**Did you know that your baby boy
was Heaven's perfect Love
and the sleeping child you're holding
is the great "I am".**

Oh, Mary did you know?

Oh, Mary did you know?

10

Giornata dei Diritti Umani

E io, cosa vedo?

Introduzione: Ogni 10 dicembre si celebra la Giornata dei Diritti Umani, una data per ricordare che tutti condividiamo diritti che dovrebbero garantirci una vita con dignità, libertà ed uguaglianza. Ma... cosa succede quando guardiamo a questi diritti nella nostra quotidianità? Ci influenzano in qualche modo?

Oggi proponiamo uno sguardo critico e personale: guarda i diritti che appaiono nell'immagine e pensa a quali sono soddisfatti nel tuo ambiente e a quali sono ancora lontani dall'esserlo. Per qualche minuto sarai tu ad analizzare la realtà.

1 Tutti gli esseri umani nascono liberi ed eguali in dignità e diritti	2 Tutti hanno la facoltà di godere dei propri diritti e libertà senza discriminazioni	3 Ogni individuo ha diritto alla vita, alla libertà e alla sicurezza della propria persona.	4 Nessun individuo può essere tenuto in stato di schiavitù o servitù	5 Nessuno può essere sottoposto a tortura o a crudeltà inumane.
6 Ogni individuo ha diritto, al riconoscimento della sua personalità giuridica	7 Tutti sono uguali di fronte alla legge e hanno diritto a un'uguale tutela da parte della legge.	8 Il diritto di essere trattati in modo equo dalla costituzione e dalla legge	9 Nessun individuo potrà essere arbitrariamente arrestato, detenuto o esiliato	10 Ogni persona ha diritto a un'equa udienza pubblica in un tribunale imparziale
11 Ogni individuo accusato di un reato è innocente fino a prova contraria in un processo equo	12 Il diritto alla privacy e protezione dalle interferenze	13 La libertà di movimento e di residenza	14 Il diritto di cercare e godere di asilo in altri paesi per evitare persecuzioni.	15 Il diritto a una cittadinanza e la libertà di cambiarla
16 Alla maggiore età, il diritto al matrimonio e alla famiglia	17 Il diritto di possedere beni e di non essere privati della proprietà	18 La libertà di pensiero, coscienza e religione	19 Il diritto alla libertà di opinione e di espressione	20 Il diritto alla libertà di riunione e associazione pacifica
21 Il diritto di partecipare al governo (democrazia, voto)	22 Il diritto alla sicurezza sociale	23 Diritto al lavoro, equa retribuzione e protezione sociale	24 Il diritto a riposo e tempo libero (orari di lavoro ragionevoli/festività) retribuito	25 Diritto ai servizi sociali e a un tenore di vita adeguato
26 Diritto a istruzione gratuita fino alle classi elementari e fondamentali	27 Il diritto di partecipare liberamente alla vita culturale della comunità	28 I diritti e le libertà sono riconosciuti a livello internazionale	29 Proteggere i diritti e le libertà come dovere verso la comunità	30 Nessun atto finalizzato alla distruzione dei diritti e delle libertà qui elencati

Domande di riflessione: quale diritto d'immagine pensi sia meglio realizzato nel tuo ambiente? / Quale diritto pensi non sia ancora abbastanza soddisfatto o sia a rischio oggi? / Quali di questi diritti ritieni più importanti per il tuo futuro e perché? / Cosa possiamo fare per migliorare la situazione dei diritti che vediamo non essere soddisfatti?

IN Continuiamo ad andare avanti questo Avvento verso il Natale. Il piano di Dio era che Gesù nascesse a Betlemme, una piccola città, e non a Gerusalemme, la capitale. Che era nato povero in una mangiatoia e che i primi a riconoscerlo come Dio furono pastori, umili persone che all'epoca erano considerate impure. Prepararsi per il Natale significa dare uno spazio nella nostra vita ai più poveri e semplici.



Signore. Come segno, troverete il bambino avvolto in fasci e disteso in una mangiatoia."

In quel momento, molti altri angeli dal cielo apparvero accanto all'angelo, lodando Dio e dicendo: "Gloria a Dio in altezza! Pace sulla terra tra gli uomini che godono del suo favore!"

Quando gli angeli tornarono in cielo, i pastori cominciarono a dirsi tra loro: "Andiamo quindi a Betlemme per vedere cosa è successo e cosa ci ha annunciato il Signore."

Corsero e trovarono Maria, Giuseppe e il bambino sdraiati nella mangiatoia. Quando lo videro, iniziarono a raccontare ciò che l'angelo aveva detto loro sul bambino, e tutti coloro che lo ascoltarono rimasero stupiti da ciò che i pastori dissero. Maria teneva tutto questo nel cuore, e lo teneva molto presente. I pastori, dal canto loro, tornarono dando gloria e lode a Dio per tutto ciò che avevano visto e sentito, poiché tutto accadde come era stato loro detto.

(Luca 2:8-20)

Domande di riflessione: cosa ci dice questa priorità di Dio nei confronti dei pastori su come dovremmo trattare le persone più vulnerabili? / Quando diciamo che "siamo tutti uguali", cosa significa davvero? Abbiamo tutti le stesse opportunità? Quali esempi di disuguaglianza vedi nel vostro ambiente o nella società? / Cosa possiamo fare, come classe, per creare un ambiente più giusto, Rispettoso ed egualitario al liceo? Quali piccoli gesti possono avere un grande impatto?

15 **Potenza sotto prova**

Introduzione: Oggi vedremo un frammento ben noto del cinema classico: il discorso finale di Charles Chaplin nel film *Il grande dittatore*, uscito nel 1940, nel pieno della Seconda Guerra Mondiale. Chaplin, travestito da dittatore, rompe il silenzio e parla direttamente all'umanità. Ci parla di libertà, democrazia e speranza, e ci ricorda quanto sia pericoloso lasciare che il potere o la paura ci facciano dimenticare la nostra umanità.



autoritari o l'indifferenza verso l'ingiustizia diventino più forti nella nostra società?

18 **Riesci a immaginarlo?**

Introduzione: In questa scena iconica, un padre dà a suo figlio una lezione di vita: non lasciare mai che qualcuno ti dica che non puoi ottenere qualcosa... Nemmeno tuo padre. Il messaggio è forte: tutti abbiamo coraggio, potenziale e il diritto di immaginare un futuro pieno di possibilità. Quando ci fidiamo di noi stessi e degli altri, i sogni smettono di essere fantasie lontane e diventano possibili obiettivi.

Risorsa: [*La ricerca della felicità - Insegnare sul campo da basket*](#)

Domande di riflessione: quale frase o momento della scena riassume meglio l'importanza di proteggere i nostri sogni? / Ti è mai capitato di vivere una situazione in cui qualcuno ti ha fatto sentire come se non fossi bravo in qualcosa o che non potessi raggiungerlo? Come ti ha influenzato? / Come possiamo rendere il nostro istituto un luogo dove tutti si sentano valorizzati e in diritto di realizzare i propri sogni?

IN Il Natale è quasi arrivato. Questo Avvento ci è servito ad aprire il cuore ai più poveri e bisognosi. Il progetto di Gesù è così tanto per tutti che viene portato a termine per ultimo, così che nessuno resti indietro. E questo ci impegna a costruire un mondo più equo, sostenibile e pacifico.

21 **Diventare piccolo come un bambino**

Introduzione: San Paolo scrisse una lettera alla comunità di Filippi in cui, tra gli altri argomenti, scrive questo inno su Gesù. Oggi preghiamo tutto insieme.

Risorsa:



e divenendo simile agli uomini;
apparso in forma umana,
umiliò se stesso
facendosi obbediente fino alla morte
e alla morte di croce.
Per questo Dio l'ha esaltato
e gli ha dato il nome
che è al di sopra di ogni altro nome;
perché nel nome di Gesù
ogni ginocchio si pieghi
nei cieli, sulla terra e sotto terra;
e ogni lingua proclami
che Gesù Cristo è il Signore, a gloria di Dio Padre.

(Fil 2:5-11)



GENNAIO: Ti immagini... diventare pace per gli altri?

In questo mese, durante il quale celebriamo la giornata della pace, come Maristi non possiamo perdere l'opportunità di seminare il meglio di noi stessi per creare un mondo migliore e più giusto. Il nostro mondo oggi soffre, per le guerre, la fame, le ingiustizie... ma nelle nostre mani si cela la possibilità di creare un mondo di pace, pronto ad amare il prossimo come Gesù ci ha insegnato. Forse verrebbe da pensare “non possiamo mica fermare una guerra”, ma possiamo sempre aiutare un amico, ascoltare, essere comprensivi, lavorare in squadra, essere disponibili per chi ha bisogno, cercare di risolvere situazioni spiacevoli... E tutto questo farà sì che gli altri scorgano la pace in noi. Possiamo diventare segni di calma e di pace per chi ci circonda. La pace inizia anche da te.

IN

7

Nessun bambino senza un giocattolo

Introduzione: Ieri abbiamo celebrato il Giorno dell'Epifania, una data segnata dall'entusiasmo di molti bambini che attendono i loro doni con grande emozione. Tuttavia, questa festività ci mette anche davanti a una realtà che spesso trascuriamo: non tutti i bambini al mondo sono ugualmente fortunati.

Risorsa: <https://www.youtube.com/watch?v=FGh0iduZOJQ>

Riflessione: Questo video ci invita a pensare a loro, a tutti quei piccoli che stanno attraversando situazioni difficili e non possono godersi ciò che è quotidiano per noi. Ci incoraggia a guardare oltre ciò che abbiamo, a valorizzarlo e, soprattutto, a essere consapevoli che la felicità non è distribuita equamente per tutti.



ci ricorda che molti dei muri che ci separano sono stati costruiti da noi stessi e che, quindi, anche noi possiamo abbatterli.

Lennon propone di immaginare un'umanità che vive insieme, sotto il segno della pace e del rispetto. Questa visione non è solo un sogno: è un invito all'azione a iniziare, ogni giorno, con quei piccoli gesti di convivenza e solidarietà che ci avvicinano un po' a quel mondo possibile.

Risorsa: [Vari artisti – Imagine \(2015\)](#)

12 La parabola del figlio prodigo

Introduzione: Questa parabola racconta la storia di un figlio che lascia casa, spreca tutto ciò che ha e, rendendosi conto del suo errore, torna vergognoso. Il padre, lungi dal rimproverarlo per qualcosa, lo accoglie con gioia e perdono, festeggiando il suo ritorno.

Risorsa:

"¹¹ E disse anche:

"Un uomo aveva due figli. ¹² Un giorno il giovane disse al padre: "Padre, dammi la mia parte dell'eredità." Il padre divise i suoi beni in ¹³ e, pochi giorni dopo, il figlio più giovane vendette tutto e se ne andò con i soldi in un paese lontano. Una volta lì, sperperò tutta la sua fortuna conducendo una vita dissoluta.

¹⁴ Quando aveva sperperato tutto, una grande carestia colpì quel paese e cominciò a sentirsi bisognoso. ¹⁵ Poi lavorò con un proprietario terriero in quel paese, che lo mandò nei suoi campi a nutrire i maiali. ¹⁶ Voleva saziarsi dei fagioli di carogna che mangiavano i maiali, ma nessuno gli dava nulla. ¹⁷ Allora pensò e disse tra sé: "Quanti dei servi assunti di mio padre hanno pane da spendere, e io sto morendo di fame! ¹⁸ Andrò da mio padre e gli dirò: 'Padre, ho peccato contro il cielo e contro di te.' ¹⁹ Non sono più degno di essere chiamato tuo figlio; trattami come uno dei tuoi servitori assunti." ²⁰ E andò a incontrare suo padre.

Era ancora lontano, quando suo padre lo vide e fu spostato, corse a gettarsi sul



E hanno iniziato a festeggiare.

²⁵ Nel frattempo, il figlio maggiore era nei campi. Tornando a casa, sentì musica e balli ²⁶ e chiamò uno dei servitori per chiedergli cosa fosse. ²⁷ Gli disse: "Tuo fratello è tornato. Tuo padre lo ha trovato in buona salute e ha ordinato di uccidere il vitello ingrassato."

²⁸ Il fratello maggiore era arrabbiato e non voleva entrare. Poi suo padre uscì e lo supplicò. ²⁹ Ma lui le disse: "Ti servo da molti anni senza mai disobbedire a uno dei tuoi ordini, e tu non mi hai mai dato un giovane capretto da banchettare con i miei amici. ³⁰ Ma quando questo tuo figlio è tornato dopo aver consumato i tuoi beni con prostitute, hai ordinato di uccidere il vitello ingrassato."

³¹ Il padre gli disse: "Figlio, tu sei sempre con me, e tutto ciò che è mio è tuo. ³² Ma dovevamo festeggiare e gioire, perché questo tuo fratello era morto ed è tornato in vita, era perduto e lo abbiamo trovato."

(Luca 15:11-32)

Riflessione: Il perdono è più forte dell'errore. Questa parabola ci mostra un'immagine potente di misericordia, seconde possibilità e amore incondizionato. Come buon padre, Dio ci aspetta a braccia aperte.

14 Lavoro di squadra

Riflessione: Proprio come in una squadra sportiva, ognuno di voi ha un ruolo unico. Una sola pagaia non muove la barca: sono tutte le pagaie, insieme e allo stesso ritmo, a spingerla in avanti. In classe, in gruppo e nella vita, ciò che facciamo individualmente è importante, ma ciò che riusciamo a raggiungere insieme è molto più grande.

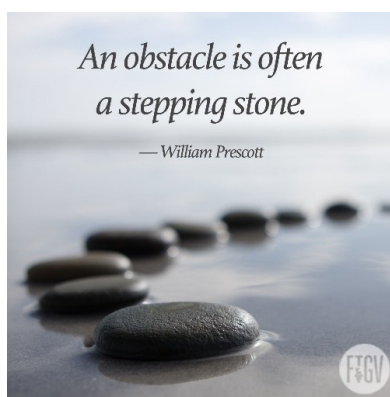
Risorsa: [*Lavoro di squadra*](#)

Chiamata all'azione: Ora, pensate a un'azione specifica per questa settimana: la vostra *pagaia* da aggiungere al ritmo della squadra. Può essere aiutare un



Quando accettiamo l'errore, lo analizziamo e proponiamo di cambiare, stiamo trasformando un ostacolo in un'opportunità. Imparare dagli errori non significa non cadere mai, ma cadere e risalire con più forza, più saggezza e più umiltà. Promuovere questo atteggiamento ci permette di crescere, migliorare e muoverci verso ciò che vogliamo essere.

Risorsa:



"Un ostacolo è spesso un trampolino di lancio."

William Prescott

"Una persona che non ha mai commesso errori, non ha mai provato nulla di nuovo."

Albert Einstein

Domande di riflessione: quali sono i tuoi ostacoli? / Qual è la tua opinione sulla citazione di Albert Einstein?

IN Il valore dell'impegno, della perseveranza e del lavoro di squadra.

Uno dei valori maristi per eccellenza è l'amore per il lavoro. Marcellino era un sacerdote curioso per il suo tempo, pronto a rimboccarsi le maniche e a mettersi al lavoro manualmente. Da lui abbiamo ricevuto questa tradizione di essere disposti a servire con costanza e a svolgere bene il compito che ci viene richiesto.



Gesù raccontò loro una parabola per insegnare loro che dovrebbero sempre pregare e non scoraggiarsi. Disse loro: "C'era un giudice tra un popolo che non temeva Dio né rispettava gli uomini. E nella stessa città viveva anche una vedova, che aveva intentato una causa e che si era rivolta al giudice per chiedere giustizia contro il suo avversario. Per molto tempo il giudice non volle ascoltarla, ma alla fine pensò: 'Non temo Dio né rispetto gli uomini. Tuttavia, poiché questa vedova non smette di disturbarmi, le farò giustizia, affinché non continui a venire a porre fine alla mia pazienza.' ”

Il Signore aggiunse: "Ebbene, se questo è ciò che ha detto quel giudice malvagio, come può Dio non fare giustizia ai suoi eletti, che gridano a lui giorno e notte? Li farà aspettare? Ti dico che darà loro giustizia senza indugio. Ma quando il Figlio dell'Uomo verrà, troverà ancora fede sulla terra?"

(Lc 18:1-8)

Riflessione: La parabola mostra che i frutti arrivano solo quando c'è impegno continuo, pazienza e perseveranza. L'insistenza della vedova riesce a cambiare anche quel giudice irrispettoso. In quali aspetti dovresti essere più costante?

19 La ragazza che immaginava un altro mondo fosse possibile!



Introduzione: La storia di Malala Yousafzai è quella di una giovane donna che ha deciso di non tacere di fronte all'ingiustizia. Mentre molti le dicevano che era impossibile, lei immaginava un futuro in cui tutte le ragazze potessero andare a scuola. Questa visione semplice – e potente – la rese un riferimento mondiale. Ma il suo percorso non fu facile: fu perseguitata e attaccata semplicemente per



Malala ci ricorda che le difficoltà non definiscono chi siamo; Ciò che ci definisce è il modo in cui decidiamo di andare avanti nonostante loro.

Risorsa: <https://www.youtube.com/watch?v=olgfT2b63YA>

Domande di riflessione: quale causa o ideale difenderesti anche se fosse difficile? Cosa ti impedisce di iniziare a lottare per questo oggi?

22 Effetto domino

Introduzione: A metà del percorso è normale guardare indietro per vedere il percorso tracciato, ma è anche il momento perfetto per guardare avanti e decidere cos'altro vogliamo ottenere. Il video che abbiamo appena visto mostra un'idea molto potente: una piccola tessera può scatenare una reazione enorme, capace di abbattere anche un grattacielo, se tutti i pezzi sono ben allineati.

Questo è l'*effetto domino*: un movimento quasi impercettibile può causare un cambiamento immenso. Un piccolo gesto, una nuova abitudine o uno sforzo costante possono trasformare non solo le tue prestazioni, ma anche l'atmosfera in classe o il tuo futuro. Ecco perché oggi vi invitiamo a essere come il pezzo più piccolo del video: quello che, pur essendo il più discreto, ha il potere straordinario di iniziare il cambiamento.

Risorsa: [Video - L'effetto domino](#)

Domande di riflessione: qual è il tuo *piccolo pezzo di domino*?

Quale gesto o sforzo puoi fare da oggi che, mantenuto nel tempo, possa far crollare il tuo *Empire State Building*? Può essere migliorare nello studio, nella comunicazione, nella perseveranza, nell'essere più ordinati, a rispettare di più gli altri... Qualsiasi cosa che, anche se sembra piccola, con perseveranza, possa cambiare tutto.



25 La parabola del buon samaritano: compassione che disarmava

Risorsa:

²⁵ Un maestro della Legge si alzò e, per mettere alla prova Gesù, gli pose questa domanda: Maestro, cosa devo fare per possedere la vita eterna?

²⁶ Gesù gli disse: "Cosa è scritto nella legge? Cosa vi leggete?"

²⁷ Egli rispose: « Ama il Signore tuo Dio con tutto il tuo cuore, con tutta la tua anima, con tutte le tue forze e con tutti i tuoi pensieri, e ama gli altri come te stesso. »

²⁸ Gesù gli disse: "Hai risposto bene: 'Fai così, e vivrai.'"

²⁹ Ma l'insegnante voleva giustificarsi e chiese a Gesù: "E chi sono gli altri che dovrei amare?"

³⁰ Gesù rispose: "Un uomo stava scendendo da Gerusalemme a Gericò e cadde nelle mani di ladri, che lo spogliarono, lo picchiarono e lo lasciarono mezzo morto. ³¹ Un prete stava scendendo per quella strada e, quando lo vide, passò dall'altra parte. ³² Anche un levita arrivò in quel luogo, vide l'uomo e passò dall'altra parte.

³³ Ma un samaritano che era in viaggio gli passò accanto, lo vide e fu compatito.

³⁴ Andò da lui, gli curò le ferite con olio e vino, le legò, lo mise sul suo cavallo, lo portò in una locanda e si prese cura di lui. ³⁵ Il giorno dopo prese due denari e li diede all'oste, dicendo: "Abbi cura di lui, e quando passerò di nuovo, ti pagherò le spese che superi."

³⁶ Quale di questi tre pensi si sia comportato da vicino all'uomo che è caduto nelle mani dei ladri?

³⁷ Rispose: "Colui che lo trattò con amore."

Allora Gesù gli disse: "Vai e fai lo stesso."



Perché è importante? Gesù propone di abbattere confini e pregiudizi aiutando anche coloro che potrebbero essere considerati "l'altro" o "il nemico". È un atto di pace e umanità che supera qualsiasi conflitto.

26 **La Pace di Pau Donés**

Introduzione: La canzone *Eso que tú me das*, di Jarabe de Palo e interpretata da Pau Donés, ci ricorda che la cosa più preziosa della vita è ciò che condividiamo: il nostro tempo, il nostro affetto e i semplici gesti. Vivere in pace significa sapere come apprezzare il presente e prendersi cura degli altri rispettando le nostre differenze. Quando scegliamo semplicità e gratitudine, scopriamo che dare e ricevere con il cuore è ciò che riempie davvero la vita.

Risorsa: [Jarabe de Palo - Eso que tú me das \(2020\)](#)



27 **Giornata Internazionale della Memoria delle Vittime dell'Olocausto**

Introduzione: Ogni 27 gennaio, l'UNESCO rende omaggio alla memoria delle vittime dell'Olocausto e riafferma il suo impegno a combattere il razzismo, l'antisemitismo e tutte le altre forme di intolleranza.

Il campo di concentramento di Auschwitz-Birkenau fu liberato il 27 gennaio 1945 dalle truppe sovietiche. Per questo motivo, nel novembre 2005, questa data è stata riconosciuta come Giornata Internazionale della Memoria delle Vittime dell'Olocausto.

Risorsa: <https://www.youtube.com/watch?v=jgHL3eVnH14>



28 Il sermone sulla montagna: amore per i nemici

Risorsa:

"³⁸ Sai che si diceva: 'Occhio per occhio, dente per dente.' ³⁹ Perché vi dico: Non affrontate coloro che vi fanno del male. Se qualcuno ti colpisce sulla guancia destra, mostragli anche l'altra guancia."

⁴⁴ "Vi dico: Amate i vostri nemici, pregate per quelli che vi perseguitano."

(Matteo 5:38-39, 44)

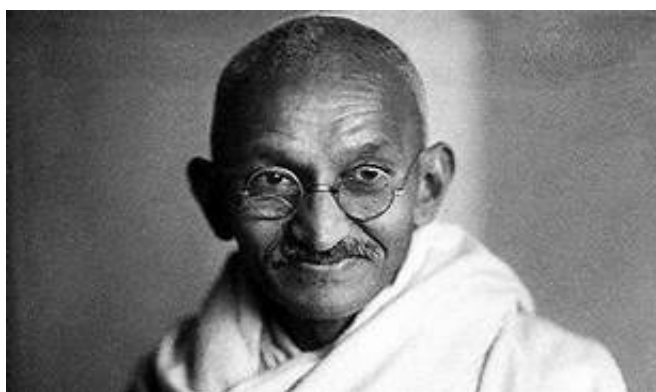
Riflessione: Perché è importante? Questo è uno degli insegnamenti più chiari di Gesù sulla nonviolenza: non dobbiamo rispondere al male con altro male, ma con amore e perdono.

29 Giornata di Non Violenza e Pace

L'eredità di Mahatma Gandhi

Introduzione: Domani, 30 gennaio, celebriamo il Giorno della Nonviolenza e della Pace, un giorno per ricordare l'importanza di risolvere i conflitti con parole, rispetto ed empatia. Questa data coincide con l'anniversario dell'assassinio di Mahatma Gandhi, uno dei più importanti leader del movimento pacifista al mondo.

Gandhi ha sempre difeso la non violenza come mezzo per trasformare la società e ha dimostrato che è possibile cambiare il mondo senza usare la forza. Il 30



Riflessione: Ricordare Gandhi ci aiuta a capire che la pace non è solo un ideale, ma un atteggiamento quotidiano che ognuno di noi può praticare con piccoli gesti: ascoltare, rispettare il prossimo e aiutarsi a vicenda.



FEBBRAIO: Ti immagini... un amore che trasforma?

Ti immagini un amore che trasforma la tua vita dall'interno e riesca ad aprire il cuore delle persone?

Un amore che non si impone, ma libera e restituisce senso alla vita, che ravviva in ciascuno la capacità di credere di nuovo. Un amore che ci spinge ad uscire da noi stessi per andare verso gli altri, con spirito di perdono, riconciliazione, condivisione e pace. Un amore che cambia le prospettive, genera fiducia e costruisce fraternità. Questo amore di Cristo ci chiama ad essere segno vivo della speranza che si rivela nei nostri gesti quotidiani.

IN Scopriamo l'amore autentico: un amore che nasce dall'interno anche se non ci appartiene. Un amore che è più nostro di qualsiasi altra cosa al mondo e allo stesso tempo sappiamo che viene da Dio. Accogliere quell'amore, permettersi di trasformarsi e dare amore agli altri. Una bella sfida per questa settimana.

1 Un amore che trasforma

Introduzione: Spesso pensiamo all'amore come a qualcosa di romantico, emotivo o simile a un film. Ma questo mese parleremo di un amore più profondo: un amore che non dipende da ciò che sentiamo, ma da chi siamo.

È un amore che ci aiuta a vivere con senso, a guardare con compassione, a perdonare e ad amare senza aspettarci nulla in cambio. Questo è l'amore che Dio sogna per ciascuno di noi: un amore che ci trasforma dall'interno.

Domande di riflessione: Quali persone o situazioni ti hanno aiutato ad amare di più? / Riesci a immaginare come cambierebbe la tua vita se guardassi ogni persona con amore invece di giudicarla?



Risorsa: [Hillsong United - Pulito \(2020\)](#)

Domande di riflessione: cosa cambierebbe se iniziassi ad amare con un cuore pulito?

4 **Gentilezza**

Introduzione: La gentilezza significa fare del bene agli altri attraverso piccoli gesti quotidiani, offrire supporto e comprensione senza aspettarsi nulla in cambio. Mettendo in pratica, costruiamo una comunità più solidale e umana, dimostrando agli altri che possono contare su di noi quando ne hanno bisogno.

Risorsa: <https://www.youtube.com/watch?v=tlOip8-k65U>

Riflessione: Pensa a qualcosa di concreto che puoi fare oggi per qualcuno e sfrutta il momento per farlo.

5 **L'amore autentico inizia con il cuore**

Introduzione: Questa settimana abbiamo scoperto che amare non è solo sentire: è un modo di vivere. Abbiamo visto che l'amore si percepisce nei dettagli, nella sincerità e nella gentilezza.

Risorsa:

"⁴ Chi ama è paziente, è gentile; Chi ama non è invidioso, non è né altezzoso né orgoglioso, ⁵ non è né scortese né egoista, non è arrabbiato né vendicato; ⁶ Non si rallegra della menzogna, ma trova gioia nella verità; ⁷ Egli giustifica ogni cosa, crede in tutto, spera in tutte le cose, sopporta ogni cosa."

(1Corinzi 13:4-7)

Domande di riflessione: In che momento di questa settimana hai sentito il tuo cuore riempito di amore sincero? / C'è qualcuno che ti ha mostrato questo amore autentico?

IN Uno dei frutti dell'amore autentico è il perdono e la riconciliazione. Non si tratta



Forse ci siamo mai arrabbiati con qualcuno per un gesto o una parola che non abbiamo compreso bene. Ma, se ci fermassimo un attimo a osservare l'altro, forse scopriremmo la storia di quella persona, le sue paure, la sua stanchezza o la sua tristezza. Amare significa anche imparare a guardare due volte.

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

Domande di riflessione: ti è mai capitato giudicare qualcuno troppo in fretta? / Come puoi guardare gli altri oggi con più compassione e meno critiche?

9 Il perdono che libera

Introduzione: Questa canzone nasce da una storia vera: quella di una madre che ha perso la figlia in un incidente causato da un guidatore ubriaco e che, nonostante il dolore, ha deciso di perdonarlo e fargli visita in prigione. Questo gesto non solo cambiò la vita dell'uomo, ma trasformò anche la sua stessa vita.

Ricorso: <https://www.youtube.com/watch?v=FtPWkq2Vnrl>

Riflessione: Perdonare non è facile, anzi, a volte sembra impossibile. Tuttavia, quando perdoniamo, non solo liberiamo l'altro, ma anche noi stessi.

Domande di riflessione: Cosa è più difficile per te: chiedere perdono o perdonare gli altri? / Hai mai provato quella pace interiore che arriva dopo aver perdonato qualcuno?

10 Mercoledì delle Ceneri

Inizio della Quaresima

Introduzione: Oggi è il Mercoledì delle Ceneri, un giorno molto speciale per chi di noi è cristiano. Con il gesto delle ceneri sulla fronte, iniziamo la Quaresima: un periodo di quaranta giorni che ci prepara alla Pasqua.

Non è un periodo triste, ma un'opportunità per fare un po' di *purificazione interiore*. È tempo di togliere dal nostro cuore tutto ciò che ci appesantisce e lasciare che Dio ci dia di nuovo luce e pace.



Domande di riflessione:

È un buon momento per chiederci: da cosa voglio liberarmi? / A cosa voglio dare vita dentro di me?

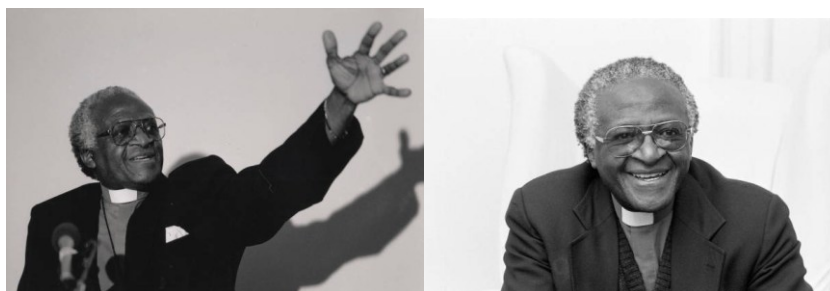
12 Desmond Tutu, il potere del perdono

Introduzione: Oggi impareremo la storia di un uomo che dimostrò con la sua vita che l'amore e il perdono possono trasformare un intero paese: Desmond Tutu.

Nato in Sudafrica, Tutu è cresciuto sotto il sistema dell'apartheid, una legge che separava le persone in base al colore della pelle. Tuttavia, invece di rispondere con odio o violenza, scelse la via della riconciliazione.

Alla fine dell'apartheid nel 1995, il nuovo governo di Nelson Mandela creò la Commissione per la Verità e la Riconciliazione. Invece di cercare vendetta, questa commissione invitava vittime e aggressori a dire la loro verità davanti a tutti, a chiedere perdono e, in molti casi, a essere perdonati. Come arcivescovo e presidente di questa commissione, Desmond Tutu ripeteva spesso: "Non c'è futuro senza perdono."

Le audizioni di questa commissione furono spesso piene di lacrime, ma anche di perdono e abbracci tra ex nemici. Il perdono non divenne oblio, ma il seme di un nuovo inizio per l'intero paese.



Domande di riflessione: pensi sia possibile perdonare qualcuno che ci ha ferito molto? / Cosa significa per te la frase "Non c'è futuro senza perdono"? / Cosa pensi sarebbe successo in Sudafrica se fosse stata scelta la vendetta invece del perdono?

IN Madre Teresa di Calcutta disse che il frutto dell'amore è il servizio. Questa settimana chiediamo al Signore di darci un grande cuore da amare, un amore che serve e costruisce.

15 Amore utile: piccoli gesti che cambiano il mondo.

Introduzione: Ci sono molte persone che cambiano il mondo senza che nessuno se ne accorga. Non fanno notizia, non cercano *like* né si aspettano nulla in cambio. Ma le loro azioni, seppur piccole, rendono il mondo degli altri più luminoso.

Il video di oggi ci mostra che l'amore autentico non produce un suono, ma lascia un segno profondo. Inizia con piccoli gesti – un pezzo di pane, un sorriso o un aiuto per strada – e finisce costruendo speranza.

Risorsa: [Cortometraggio Unsung Hero](#)

Domande di riflessione: Quale piccolo gesto puoi fare oggi per rendere migliore la giornata di qualcuno senza che nessun altro lo sappia? / Che tipo di amore vuoi vivere: quello che si aspetta riconoscimento o quello che semplicemente serve?

16 Servire è amare

Introduzione: Spesso pensiamo che amare significhi fare cose spettacolari o

"Non possiamo fare cose grandi, ma possiamo fare cose piccole con grande amore."



Riflessione: Oggi scegli un gesto di servizio e fallo in silenzio, senza dirlo a nessuno. Può essere aiutare un collega, raccogliere qualcosa che non ti tocca, offrirti per un compito o semplicemente incoraggiare qualcuno che è di cattivo umore.

17 Inizia da te

Introduzione: Viviamo in un mondo pieno di cose che vorremmo cambiare: ingiustizie, disuguaglianze, persone che soffrono o si sentono sole... Spesso ci chiediamo: "Perché nessuno fa nulla?" o "Perché il mondo è com'è?"

Tuttavia, il messaggio di questa canzone ci invita a guardarci allo specchio e porci un'altra domanda: "Cosa sto facendo?" Se vogliamo un mondo più giusto, più solidale e più umano, dobbiamo iniziare essendo uno di loro. Il vero cambiamento inizia dentro di noi, con il nostro atteggiamento, le nostre parole e azioni.

Risorsa: [Michael Jackson - L'uomo nello specchio \(1988\)](#)



i caduti, ascolta e offre il proprio tempo e il proprio sorriso. Questo è il vero potere dell'amore: trasformare silenziosamente la vita degli altri.

Risorsa:

"Chiunque voglia essere grande tra voi, che sia il vostro servitore."

(Matteo 20:26-27).

Riflessione: Quando serviamo, l'amore di Dio diventa visibile attraverso di noi. Pensa un attimo a cosa significhi per te *la parola serve*.

19

Giornata Mondiale della Giustizia Sociale (20 febbraio)

Introduzione: Viviamo in un mondo pieno di notizie che parlano di disuguaglianze, guerre, odio, razzismo o indifferenza. A volte sembra che il mondo sia rotto e che abbiamo dimenticato le cose che contano davvero.

I Black Eyed Peas, nella loro canzone *Where is the love?*, ci viene posta una domanda molto semplice, ma profondamente scomoda: Dov'è l'amore?

Risorsa:

https://www.youtube.com/watch?v=BLVXNS1Apt0&list=RDBLVXNS1Apt0&start_radio=1

Domande di riflessione: Dove percepisci che c'è una mancanza di amore o giustizia nel tuo ambiente immediato? / Cosa potresti fare per *mettere l'amore* dove è più necessario?

IN

L'amore irradia amore. È come un fuoco che accende nuovi fuochi. Quando vediamo una persona amare autenticamente, ci si apre il cuore e ci contagia con il desiderio di amare in modo equo. Signore Gesù, tu che ci hai amato per primo,



22 Il potere delle parole

Introduzione: Le parole hanno un potere incredibile: possono sollevare o affondare, guarire o ferire, dare speranza o distruggere la fiducia. A volte parliamo senza pensare e non siamo consapevoli che le nostre parole lasciano un segno sugli altri. A volte non osiamo nemmeno iniziare una conversazione.

Risorsa: <https://www.youtube.com/watch?v=PNTCM7cbrsc>

Domande di riflessione: con chi hai una conversazione in sospeso? Quali paure devi superare?

23 L'amore lascia il segno

Introduzione: Le cose che facciamo per dovere vengono dimenticate, ma quelle che facciamo con amore lasciano un segno indelebile sia sugli altri che su noi stessi.

Risorsa:

"Che tutto ciò che fai sia fatto con amore."

(1 Corinzi 16:14).

Domande di riflessione: Quando è stata l'ultima volta che hai fatto qualcosa per qualcuno solo per amore? / C'è qualcuno che ha lasciato un segno su di te per il modo in cui ti ama? / Cosa puoi fare oggi per lasciare un piccolo segno d'amore nel tuo ambiente?

24 Riesci a immaginare un vero amore che non giudica?

Introduzione: La canzone di oggi ci parla di quell'amore che non è debolezza, ma potere; che non cerca di possedere, ma di liberare. In un mondo pieno di muri e pregiudizi, osare amare è un atto di coraggio.

Risorsa:



25 **Un amore che non lascia nessuno indietro**

Introduzione: A volte pensiamo che le ingiustizie avvengano solo lontano, in altri paesi con realtà molto diverse dalla nostra.

Questa notizia ci ricorda che questa realtà è presente anche tra noi: ci sono molti giovani che si sentono soli, invisibili o senza speranza. Ed è qui che entra in gioco il potere dell'amore che trasforma: quell'amore che non chiude lo sguardo, ma che è coinvolto, accompagna e apre gli occhi sulla realtà degli altri.

Risorsa:

Leggi attentamente le seguenti notizie:

Secondo dati recenti di Eurostat, nel 2024 il 24,1% dei giovani europei tra i 15 e i 29 anni (circa 17 milioni di persone) vive a rischio di povertà o esclusione sociale.

Ciò significa che, nonostante viva in società sviluppate, quasi un giovane su quattro ha difficoltà ad accedere agli studi, al lavoro stabile o all'alloggio, e può sentirsi senza futuro o senza un posto nel mondo.

Domande di riflessione: Qual è la differenza tra amare "con le parole" e amare "con le azioni"? / Cosa significa per te "non lasciare nessuno indietro"?



MARZO: Ti immagini... di poter ricominciare da zero?

Nessun problema... POSSIAMO RICOMINCIARE DA CAPO!

Con ogni giorno che inizia abbiamo sempre una nuova possibilità, e soprattutto ora nel mese di marzo durante il cammino di Quaresima: un tempo che ci invita a fermarci per poi ripartire, a guardarci dentro e a lasciar andare tutto ciò che ci appesantisce. La Quaresima è un allenamento per il cuore, per imparare a cambiare, a cancellare ciò che non è andato bene e a rialzarsi con più energia. Dio ci dà sempre e sempre ci darà la speranza per ricominciare. Se sei in grado di mettere da parte quello che ti appesantisce e di avere fiducia che ogni giorno può sempre essere migliore... Hai già fatto il primo passo, e ora... ALZATI!

IN Continuiamo il nostro percorso quaresimale imparando ad amare di più e di più. Questa settimana presteremo attenzione ai nostri pregiudizi negativi verso gli altri, fonte di ingiustizia e discriminazione. E iniziamo chiedendo a Gesù di darci uno sguardo pulito e accogliente.

1 Giornata della Discriminazione Zero

Riesci a immaginare un mondo in cui nessuno si sentisse discriminato?

Introduzione: Oggi, 1° marzo, celebriamo la Giornata della Discriminazione Zero, una giornata per ricordare l'importanza di rispettare e difendere la dignità di ogni persona. In una società sempre più diversificata, è essenziale identificare e combattere qualsiasi forma di esclusione. Il video di oggi ci aiuterà a riflettere su quegli atteggiamenti e le opinioni che generano ingiustizie, così da poter creare insieme un ambiente più inclusivo e rispettoso.

Risorsa: <https://www.youtube.com/watch?v=AkV99ZVXvik>

Domande di riflessione: ti sei mai sentito discriminato? Qual è stata la ragione? / Quali atteggiamenti discriminatori, visibili o invisibili, rilevi nel tuo ambiente immediato? Cosa puoi fare per cambiarli? / Cosa puoi contribuire per promuovere una cultura di rispetto e inclusione in classe? Cosa ne pensi di poter



Introduzione: A volte abbiamo pregiudizi verso gli anziani, verso le persone anziane. Tuttavia, se ci avviciniamo a loro, possiamo scoprire un vero tesoro. La sua esperienza ci insegna che la vita è piena di benedizioni.

Risorsa: [BENDITA VIDA - Txarango e le Donne Sagge - Festival Esperanzah 2020](#)
(INSERIRE SOTTOTITOLI IN ITALIANO)

Riflessione: Molte volte ci lamentiamo. Molte volte pensiamo che nulla ne valga la pena. Oppure guardiamo gli altri con disprezzo. Ascoltiamo questa canzone per renderci conto che la vita è una benedizione.

3 **Riesci a immaginare un mondo in cui non veniamo giudicati dall'aspetto?**

Introduzione: Oggi vedremo un frammento del casting di Susan Boyle, una donna che è salita sul palco senza rientrare minimamente nelle aspettative della giuria o del pubblico solo per il suo aspetto fisico. Tutti la sottovalutarono per il suo aspetto finché non iniziò a cantare. La loro performance ci ricorda che spesso giudichiamo troppo in fretta e che ci poniamo anche limiti che non esistono.

Risorsa: [Britain's Got Talent! - Susan Boyle - Ho sognato un sogno](#)

Domande di riflessione: Cosa pensi che la giuria abbia pensato prima di sentire Susan cantare? / Cosa ti fa pensare al suo cambiamento di reazione? / Immagina qualcosa che hai paura di provare. Cosa cambierebbe se lo affrontassi senza giudicare o limitarti?

4 **Possiamo sistemare il mondo!**

Introduzione: Questa è una storia che invita alla riflessione. Infatti, riflettiamo un attimo su tutti i grandi problemi che il mondo deve affrontare: deforestazione delle foreste, estinzione delle specie animali, inquinamento di mari e fiumi, inquinamento dell'atmosfera, buco nello strato di ozono, riscaldamento globale, sovrappopolazione, guerra, violenza, fame... e tanti altri.

Risorsa:



Il padre, disperato, gli dice: "No, figlio, vai a giocare." E il ragazzo risponde: "No, papà, voglio aiutarti."

Il padre non sa cosa fare. Poi, trova la mappa del mondo su una pagina di una rivista. Poi dice: "Beh, con questo posso tenere mio figlio occupato per dieci giorni senza essere disturbato." Prende un paio di forbici, ritaglia la pagina e inizia a tagliarla in piccoli pezzi. Dà al bambino del nastro e dice: "Dato che ti piace mettere insieme i puzzle, cerca di assemblare il mondo," ma il bambino non conosceva il mondo.

Il padre continua con le sue equazioni. E il ragazzo, dopo due ore, dice: "Papà, ho finito." E il padre pensa: "Non può essere, è una cosa da bambino, deve aver fatto qualcosa." Lo guarda e, in effetti, aveva sistemato il mondo e chiede: "Ma come hai fatto, se non conosci il mondo?"

E il ragazzo spiega: "Papà, quando hai tagliato la lama, dall'altra parte c'era un uomo. Da quando conosco l'uomo, ho rigirato tutti i documenti. Quando l'ho montato, l'ho girato e ho sistemato il mondo."

Riflessione: Riflettiamo un attimo: chi ha creato questi problemi? Non era forse una cosa umana? Beh, abbiamo già la risposta: se vogliamo sistemare il mondo, prima dovremo sistemare l'essere umano!

5 Riesci a immaginare se fossi in grado di dare il massimo?

Risorsa:

"Mentre stava camminando, un uomo corse da Gesù, si inginocchiò davanti a Gesù e gli chiese,

"Buon maestro, cosa devo fare per possedere la vita eterna?"

Gesù gli disse,

"Perché mi chiami buono?" Beh, ce n'è solo uno, che è Dio. Conosci i comandamenti: non uccidere, non commettere adulterio, non rubare, non accusare falsamente nessuno, non commettere frodi, onora tuo padre e tua



Gesù lo guardò e lo amò. Gli disse:

"Ti serve solo una cosa: vai, vendi tutto quello che hai e dallo ai poveri, e avrai un tesoro in cielo." Allora vieni a seguirmi.

Quando l'uomo sentì queste parole, si abbatté e se ne andò molto triste, perché possedeva molti beni."

(Marco 10:17-22)

Riflessione: Il giovane se n'è andato molto triste perché aveva molte cose. In questa Quaresima, cosa possiamo lasciar andare per essere più capaci di amare senza misura?

IN Questa settimana ricordiamo la Giornata Internazionale della Donna. Riesci a immaginare se avessimo davvero tutti gli stessi diritti? Dio ci ha creati tutti con la stessa dignità dei suoi figli e sue figlie. Allo stesso tempo, ci ha resi diversi, ognuno con la propria ricchezza e i propri doni. Chiediamo a Gesù di sapere come trattarci con rispetto e cura, e che la violenza sessista finisca una volta per tutte.

8 **Giornata Internazionale della Donna**

Riesci a immaginare se ogni giorno fosse la giornata della donna?

Introduzione: Oggi, 8 marzo, celebriamo la Giornata Internazionale della Donna. È un giorno per promuovere l'importanza dell'uguaglianza di genere, la validità dei diritti delle donne e la lotta contro la discriminazione che ancora esiste. Oggi e sempre è un giorno per valorizzare tutto ciò che le donne contribuiscono in tutti i settori (sociale, culturale, scientifico, politico...) e anche per riflettere su ciò che ciascuna di noi, come individui, può fare per avanzare verso una società più giusta.

Risorsa: <https://www.youtube.com/watch?v=uL3DVrjsBN8>

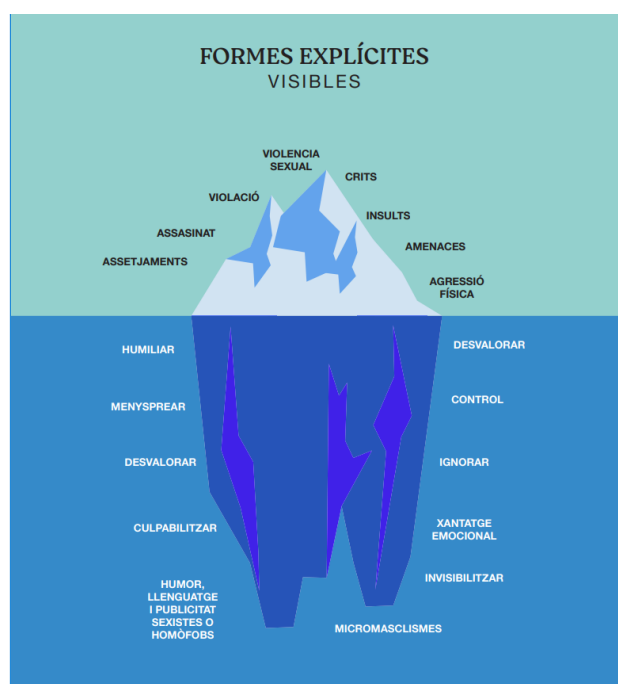
Domande di riflessione: Quali difficoltà pensi che le donne affrontino ancora nella nostra comunità (al liceo, a casa o quando escono per strada)? Cosa

impedirti di agire? Come possiamo creare un ambiente in cui tutte le persone si sentano sicure e supportate per intervenire di fronte a tali ingiustizie?

9 Riesci a immaginare un mondo senza violenza sessista o senza LGBTFOBIA?

Introduzione: Guarda questo iceberg: in cima ci sono le violenze che tutti riconosciamo—insulti, aggressioni, minacce...—. Ma la cosa più importante è ciò che rimane sott'acqua. È lì che si trovano tutti quegli atteggiamenti che spesso normalizziamo senza rendercene conto: battute sessiste o LGBTFOBICHE, ignorare qualcuno, far sentire l'altra persona in colpa, controllarla... Tutto questo è anche violenza, ed è la base che permette che le forme più gravi finiscano per verificarsi. Capire l'iceberg ci aiuta a rilevare quei piccoli gesti e imparare a non lasciarli andare.

Risorsa:



Domande di riflessione: Quale parte dell'iceberg pensi sia più difficile da identificare quotidianamente? Perché? / Hai mai vissuto o assistito a queste violenze "sottomarine"? Come pensi che si senta la persona che le riceve? / Cosa potremmo fare come gruppo per fermare queste forme più sottili di violenza? E cosa potresti fare individualmente?



12 Riesci a immaginare una società in cui non ci fosse discriminazione basata su genere, sesso, identità o orientamento sessuale?

Introduzione: Viviamo in una società che, poco a poco, è sempre più consapevole della diversità. Ma è importante ricordare che la libertà e i diritti di cui godiamo oggi non sono sempre stati presenti. Molte persone hanno dovuto lottare in tempi molto difficili per raggiungerli. Dagli attivisti alle persone anonime, molte persone sono state perseguitate e hanno subito violenza e invisibilità solo per chi erano. Oggi abbiamo l'opportunità di riconoscere questo sforzo e capire che la libertà di essere chi siamo e di amare chi amiamo è il frutto di queste coraggiose lotte che ancora oggi ci spingono a difendere l'uguaglianza e la non discriminazione. Le dinamiche di oggi servono a riflettere su queste questioni e a impegnarci nella difesa dei diritti di tutte le persone.

Risorsa: https://www.youtube.com/watch?v=9Ak_ju2XWws

Domande di riflessione: quale frammento del video ti ha colpito di più? Perché? / Quali difficoltà pensi che le persone incontrino ancora oggi per esprimere la propria identità o orientamento sessuale con totale libertà? / Come reagiresti a una situazione di discriminazione contro una persona a causa della sua identità o orientamento sessuale? / Come possiamo fare dal nostro centro per promuovere l'inclusione delle persone della comunità LGBTIQ+?

IN Questo viaggio della Quaresima ci richiede di purificare i nostri cuori da ogni traccia di esclusione. Ti immagini se ci impegnassimo un po' di più? Il mondo non sarebbe un posto migliore? Questa settimana esamineremo alcuni esempi, in particolare quello di Gesù, che accoglie prima di giudicare.

16 Viva l'amore per se stessi!

Introduzione: Guardiamo un video che ci invita a renderci conto del nostro valore, a osservare cosa pensiamo di noi stessi e a osservare come ci trattiamo.



Domande di riflessione: Che tipo di critiche o pensieri negativi hai di solito su te stesso? Come noti che questi messaggi influenzano la tua autostima? / Quale messaggio vorresti trasmettere a te stesso ogni giorno per sentirti meglio e più forte? Scrivilo su un foglio o mettilo via mentalmente. / Che gesto farai con te questa settimana per dimostrarti che tieni (per esempio: dedicare tempo a te stesso, rispondere a un bisogno, parlare con affetto...)? Come immagini di sentirti dopo?

17 Vangelo di Giovanni 8:1-11

"In quel momento Gesù si ritirò sul Monte degli Ulivi e all'alba apparve di nuovo nel tempio, dove la folla si stava avvicinando a lui. Seduto tra loro, insegnava loro.

Allora gli scribi e i farisei gli portarono una donna che era stata sorpresa a commettere adulterio, e la presentarono davanti a lui dicendogli,

"Padrone, questa donna è stata colta in flagrante adulterio. Mosè ci ordina nella legge di lapidare queste donne. E tu, che ne dici?

Gli chiesero questo per tendergli una trappola così da poterlo accusare. Ma Gesù si chinò e cominciò a scrivere a terra con il dito. Mentre insistevano sulla domanda, si sedette e disse loro:

"Chiunque di voi sia libero dal peccato, che gli lanci la prima pietra."

Si chinò di nuovo e continuò a scrivere sul pavimento. A queste parole, gli accusatori si ritirarono uno dopo l'altro, iniziando dagli anziani. Gesù rimase solo e la donna era ancora lì in mezzo. Gesù si alzò e gli chiese,

"Donna, dove sono coloro che ti hanno accusata?" Nessuno ti ha condannato?

Lei rispose:

"Nessuno, signore.

E Gesù gli disse,



18 **Riesci a immaginarlo? Una scuola che possiamo anche costruire!**

Introduzione: Oggi ascolteremo la canzone *Another Brick in the Wall*, dei Pink Floyd, che critica un sistema educativo e sociale che cerca di annullare creatività e diversità costruendo muri tra le persone. La canzone ci invita a riflettere su come, a volte, possiamo tutti finire per contribuire alla costruzione di questi muri con il nostro atteggiamento o i nostri pregiudizi e il nostro silenzio. Vogliamo cogliere questa occasione per riflettere su come possiamo evitare di essere "solo un altro mattone" di questi muri e invece costruire spazi in cui tutti noi ci sentiamo liberi e rispettati.

Risorsa: [Pink Floyd – Another brick in the wall \(1979\)](#)

Domande di riflessione: Quale "muro" senti di avere davanti a te (paura, mandati, aspettative sugli altri, paragoni...) che ti fa sentire di non poter essere chi sei veramente? Se potessi romperlo, cosa cambierebbe nella tua vita? / Quando pensi alla tua vita quotidiana a scuola, quali comportamenti, norme o atteggiamenti pensi ci costringano a integrarci e a renderci "un altro mattone nel muro"? E se tu o qualcun altro decideste di non seguire quelle regole e di comportarvi diversamente? / Immagina se avessi il potere di rimuovere un singolo mattone dal muro che la canzone denuncia: quale rimuoveresti e come pensi che cambierebbe la vita di qualcun altro? Saresti disposto a essere tu a rimuoverlo?

IN

22

23

Settimana Santa

24

25



IN Iniziamo la stagione pasquale. Riesci a immaginare che dopo la Croce ci sia la vita? Riesci a immaginare una vita per sempre?

31 Riesci a immaginare un mondo senza filtri?

Introduzione: Viviamo circondati da schermi, *like* e pubblicazioni che sembrano perfette, ma tutto ciò che vediamo è reale? Questo video ci invita a fermarci qualche minuto e riflettere su come i social network possano alterare la nostra percezione della realtà e influenzare la connessione con noi stessi e con ciò che stiamo vivendo.

Risorsa: [*Stai vivendo una bugia Istantanea? Social Network vs. Realtà*](#)

Domande di riflessione:

- Qualche parte del video ti ha fatto riflettere su come usi i social media? Cosa ti ha colpito di più e perché?
- In che modo pensi che l'uso costante delle reti possa influenzare la tua connessione con la realtà e con le persone intorno a te?
- Cosa puoi fare, da solo o con i tuoi compagni di corso, per bilanciare l'uso delle reti e recuperare spazi e momenti di vera connessione con te stesso, con la natura e con gli altri?



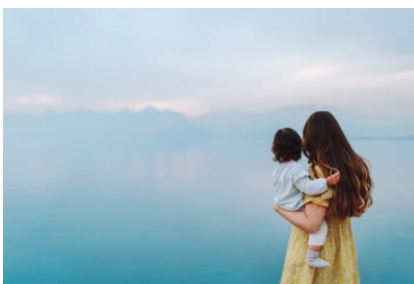
APRILE: Ti immagini... se tutto fosse collegato?

Ad aprile ci si accorge della primavera, il momento in cui la natura si risveglia con fiori, colori e nuova vita. E così ricordiamo che la nostra casa comune, la Terra, ha bisogno di cura. Ogni pianta, ogni animale, ogni persona... Siamo tutti parte di questa grande famiglia. Se ci prendiamo cura dell'acqua, dell'aria e della terra, ci prendiamo cura anche di noi stessi. Perché tutto è collegato, unito, e ogni piccolo gesto conta: spegnere una lampadina, piantare un seme, non buttare per terra la spazzatura... È così che costruiamo insieme un mondo più felice, più sano e pieno di vita.

1 Il seme iniziò in silenzio

Introduzione: La natura ci insegna che le cose più importanti crescono senza fare rumore. Ciò che è prezioso spesso si forma molto prima che possiamo vederlo. Anche noi stiamo crescendo dentro di noi in aspetti ancora non visibili.

Risorsa:



Domande di riflessione: Senti che c'è qualcosa in te che sta crescendo anche se non è ancora evidente? / Quale aspetto della tua vita pensi abbia bisogno di un po' più di pace in questo momento? / Come potresti essere più gentile con te stesso?



Ricorso: [Autism Speaks - Il mondo dell'autismo PSA](#)

Domande di riflessione: Come pensi che cambierebbero le cose se imparassimo ad ascoltare un po' di più prima di giudicare? / Ti è mai capitato di aver etichettato qualcuno senza esserci davvero o avvicinarti a lui? / Cosa potresti fare per far sentire chiunque, qualunque cosa sia, calmo e al sicuro nel nostro gruppo?

IN

Ad aprile celebriamo la primavera, il periodo in cui la natura si risveglia con fiori, colori e vita. È anche un momento per ricordare che la nostra casa comune, la Terra, ha bisogno che noi ci prendiamo cura di essa. Ogni pianta, ogni animale, ogni persona... Facciamo tutti parte di questa grande famiglia. Padre del bene, grazie per il nostro pianeta e per tutta la creazione. Grazie per Life in lettere maiuscole. Insegnaci a condividere la comunione con te e con tutta la creazione.

5 La vita torna

Introduzione: La Pasqua ci ricorda che la vita può finire, anche quando sembra finita. In tutte le persone ci sono spazi che possono rifiorire.

Risorsa:

"Non è qui... è risorto."

(Matteo 28:6)

Domande di riflessione: C'è qualcosa che pensavi di aver perso, ma che poteva essere rinnovato? / Cosapotresti ricominciare da capo? / A chi potresti dare speranza con un piccolo gesto?

6 La natura ci sostiene

Introduzione: La natura non ha bisogno di noi; siamo noi che ne abbiamo bisogno. Grazie a esso possiamo vivere.

Risorsa: [La natura parla – Julia Roberts è Madre Natura](#)

7 **Giornata Mondiale della Salute**

Il corpo è casa mia

Introduzione: A volte ascoltiamo tutti tranne che il nostro corpo. Parla, ci avverte e ci ricorda di cosa abbiamo bisogno.

Risorsa:

Dinamica: Fai quattro respiri profondi con gli occhi chiusi

Domande di riflessione: Di cosa ho bisogno fisicamente oggi? E mentalmente?

8 **La vita nella piccola**

Introduzione: La vita si rivela anche su piccola scala: negli insetti, in una foglia, in un seme...

Risorsa:



Domande di riflessione: cosa vedi in questa immagine se la guardi per dieci secondi in silenzio? Perché spesso diamo valore solo a ciò che è grande?



Risorsa:

Gesù disse: "Amen, vi dico, se un grano di grano non cadde nel terreno e muoia, rimarrà un grano; ma se muore, porterà frutti abbondanti. Chi ama la sua vita la perderà; ma chi disprezza la sua vita in questo mondo la preserverà per la vita eterna. Se qualcuno vuole servirmi, che mi segua; e dove sono io, lì sarà anche il mio servitore. Se qualcuno mi serve, mio padre lo onorerà.

(Giovanni 12:24-26)

Domande di riflessione: riesci a immaginare di non avere paura di perdere e di buttarti nella vita senza paura?

IN

In natura non c'è spreco: tutto ciò che c'è in natura è trasformato. Noi, invece, spesso accumuliamo, consumiamo e buttiamo via. Questa settimana scopriremo come riconnettersi con il ritmo della vita. Inoltre, recuperando quel ritmo naturale ci connettiamo meglio con noi stessi e possiamo sentire meglio la voce di Dio che parla ai nostri cuori.

12

Tutto torna indietro

Introduzione: Dobbiamo imparare a riutilizzare le cose per prenderci cura del nostro mondo.

Risorsa: [Emma Bryce - Cosa succede davvero alla plastica che butti via](#)

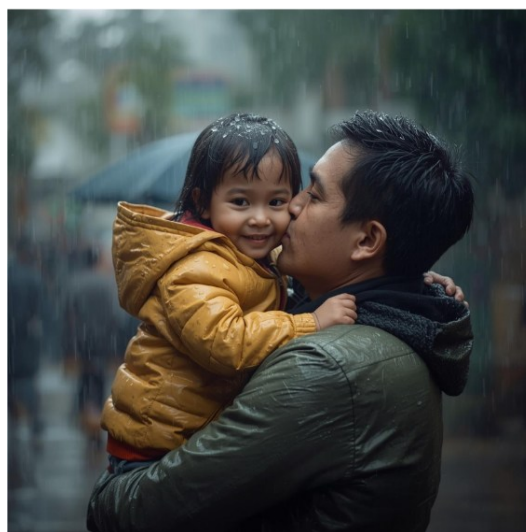
Domande di riflessione: Cosa pensi che accada a ciò che buttiamo via? / Che ruolo ha la nostra responsabilità in questo processo? / Considerate che viviamo in una società che agisce responsabilmente?

13

Giornata Internazionale del Bacio

La cura viene comunicata con rispetto

Introduzione: Un bacio può essere un benvenuto, un gesto di cura, un saluto, una promessa, un addio... Il bacio è comunicazione emotiva.



Domande di riflessione: Ricordi un momento in cui un bacio ti ha fatto sentire accolto?

15 **Giornata Mondiale dell'Arte**

L'arte ci insegna a guardare

Introduzione: L'arte non riguarda solo la pittura o la creazione, ma un modo per mostrare la realtà. Quando mi fermo davanti a un cantiere, in un certo senso mi fermo anche davanti a me stesso. L'arte risveglia emozioni, domande e modi di vedere il mondo che spesso non possono essere espressi a parole.

Risorsa: [Cos'è l'arte?](#)

Domande di riflessione: Quali cose belle hai smesso di guardare per fretta? / Cosa risveglia l'arte in te: pace, domande, ricordi...? / Quando hai provato bellezza per l'ultima volta?

16 **Giornata Internazionale contro la Schiavitù dei Minori**

Nessun bambino dovrebbe dover soffrire il mondo



Domande di riflessione: Come ti senti quando sai che ci sono bambini che devono lavorare invece di giocare o studiare? / In quali dettagli della tua vita quotidiana pensi che un'ingiustizia che normalmente non vediamo possa essere nascosta? / Come possiamo evitare di far parte di un modo di consumare che genera ingiustizie verso gli altri?

IN

Tutto in questo mondo è interconnesso. Tutto influenza tutto il resto: l'acqua, il sole, le piante e noi. Siamo il tessuto che rende possibile la magia della vita. Papa Francesco disse in *Laudato si* (89): *Le creature di questo mondo non possono essere considerate un bene senza un proprietario: "Sono tue, Signore, che amano la vita" (S. 11:26). Questo provoca la convinzione che, essendo creati dallo stesso Padre, tutti gli esseri dell'universo sono uniti da legami invisibili e formano una sorta di famiglia universale, una comunione sublime che ci spinge a un rispetto sacro, affettuoso e umile.*

19

Nessuno cresce da solo

Introduzione: Anche se a volte possiamo sentirci soli, dobbiamo ricordare che ci sono molte persone là fuori che ci stanno aspettando.

Risorsa:



Domande di riflessione: Cosa significa per te che abbiamo bisogno l'uno dell'altro? / Chi sostiene la tua vita senza che tu te ne renda conto?



Domande di riflessione: cosasuccede quando guardiamo con presenza? / Che sguardo voglio offrire?

21

Siamo ciò che amiamo

Introduzione: Le cose che apprezziamo davvero modellano chi siamo. Quello di cui ci prendiamo cura è ciò che ci costruisce. A volte non abbiamo bisogno di grandi gesti, basta chiederci cosa occupa il nostro cuore.

Risorsa:

"Dove è il tuo cuore, lì c'è il tuo tesoro"

(Luca 12:34)

Domande di riflessione: Quali cose hanno occupato il tuo cuore negli ultimi



Giornata Internazionale della Madre Terra

La Terra è la nostra casa comune

Introduzione: Le grandi tradizioni religiose e di saggezza ci ricordano qualcosa di fondamentale: tutti gli esseri sono interdipendenti.

Risorsa:

"Questo provoca la convinzione che, essendo creati dallo stesso Padre, tutti gli esseri dell'universo sono uniti da legami invisibili e formano una sorta di famiglia universale, una sublime comunione che ci muove verso un rispetto sacro, affettuoso e umile."

Laudato Si 89, Enciclica di Papa Francesco sull'ecologia integrale (2015)

"L'etere, l'aria, il fuoco, l'acqua, la terra, i pianeti, tutte le creature, le direzioni, gli alberi e le piante, i fiumi e i mari, sono tutti organi del corpo di Dio. La persona devota, ricordando questo, rispetta tutte le specie."

Śrīmad-Bhāgavatam (11.2.41), testo sacro delle tradizioni indù

"Siamo tutti figli dell'aria, che è la parola del Guru, dell'acqua del Padre e della terra, la Grande Madre che ci sostiene."

Guru Nanak Dey Ji, fondatore e primo Guru del Sikhismo (XV secolo)

"Dobbiamo svegliarci e renderci conto che la Terra è nostra madre, e anche la nostra casa, e in questo caso il cordone ombelicale che ci lega a essa non può essere tagliato. Quando la Terra si ammala, ci ammaliamo noi perché ne facciamo parte."

Il momento di agire è adesso: una dichiarazione buddista sul cambiamento climatico (2015)

Domande di riflessione: cosa significa per la Terra essere una casa "comune"? / Qual è il tuo gesto personale di rispetto per l'ambiente? In che modo le diverse



Introduzione: Oggi celebriamo il giorno di San Giorgio, rappresentato nell'arte come un cavaliere che uccide un drago. Ma la storia non parla davvero di draghi o cavalieri, né di ciò che scegliamo di nutrire dentro di noi. Il drago simboleggia la paura, la rosa rappresenta l'amore che siamo capaci di dare. Questo è un giorno che ci ricorda che amare è anche un atto di coraggio. Ascoltiamo la storia:

Risorsa:

C'era una volta un villaggio circondato da montagne dove i suoi abitanti vivevano con il re e la principessa Maria, una giovane sognatrice che camminava sempre con la testa tra le nuvole. Vicino, in una grotta della montagna, viveva un drago. Per impedirgli di attaccare il popolo, il re acconsentì a dargli ogni giorno il bestiame del popolo.

Ma arrivò un giorno in cui gli animali finirono. Il popolo e il re decisero quindi di estrarre chi si sarebbe dato al drago per nutrirlo.

I nomi di tutti gli abitanti del villaggio erano presenti nel sorteggio e quando tirarono fuori il foglio con il nome della persona scelta, non potevano crederci! Quella scelta come primo pasto per draghi fu la principessa Mary. Accettando il suo destino, salutò la famiglia e si diresse verso la caverna del drago. Era terrorizzata, ma cercava di mostrarsi forte, non per far sentire i genitori ancora più tristi.

Quando era già davanti alla caverna, apparve un giovane cavaliere di nome George. Sul retro del cavallo, si mise davanti alla principessa per difenderla, conficcò con la spada il drago malvagio e lo sconfisse.

Il drago cadde morto a terra e preziose rose rosse spuntarono dal suo sangue. Giorgio ne prese una e la diede alla principessa chiedendole di sposarlo. Lei, felice di essere viva grazie al gentiluomo, accettò e insieme furono felici e contenti.

Tornati al villaggio, tutti gli abitanti festeggiarono che il cavaliere Jorge li aveva salvati. Da quel giorno, le rose simboleggiano l'amore che proviamo per una persona, e nel giorno di San Giorgio le regaliamo a chi amiamo di più.



IN Non sistemeremo il mondo in un solo giorno, ma ogni nostra decisione conta. Il mondo cambia con piccoli e costanti gesti. La spiritualità è la Fonte da cui riceviamo l'acqua che ci mantiene coinvolti. Chiediamo a Gesù, il suo Spirito, di accompagnarci ogni giorno affinché non perdiamo coraggio.

26 Celebra e prenditi cura della vita

Introduzione: Legami, relazioni e benessere non si costruiscono con parole grandi, né senza né con piccoli gesti costanti. Un piccolo dettaglio ha il potere di sostenere una persona per un'intera giornata.

Risorsa: [*La scienza della gentilezza*](#)

Domande di riflessione: Ti è mai capitato di prenderti cura di qualcuno con un piccolo gesto?/ C'è qualcuno che si è preso cura di te in modo speciale?/ Cosapuoi fare oggi che non costi molto, ma abbia grande valore per qualcun altro?

27 Il cambiamento inizia con me

Introduzione: Viviamo velocementee pensiamo in fretta. A volte ciò di cui abbiamo bisogno è non fare di più, né fare meno, né semplicemente rallentare un po' e respirare. Rallentare il ritmo non significa arrendersi, ma essere attenti a ciò che accade nel nostro ambiente.

Risorsa: [*Cambiamento climatico. Un annuncio della Biodiversity Foundation*](#)

Domande di riflessione: Siamo consapevoli dei danni che possiamo causare?

28 C'è un amore che non si vede, ma che si nota.

Introduzione: Il nostro rapporto con la Terra e con gli altri è spesso nutrito da silenzi e gesti che nessuno vede. La cura autentica non cerca il riconoscimento, ma semplicemente il bene che si dedica.

Risorsa:



Domande di riflessione: Guarda bene l'immagine e chiediti: cosa puoi fare per prenderti cura di qualcuno o di qualcosa in modo discreto?

29

Giornata Internazionale della Danza

El cuerpo también habla

Introduzione: Il nostro corpo esprime emozioni, ricordi, tensioni, gioie e anche silenzi. La danza non riguarda solo il "ballo"; È imparare ad ascoltare ciò che il corpo ci dice, capire come ci sentiamo e comunicare chi siamo. Muovendoci, ci liberiamo, ci rilassiamo e ci connettiamo con noi stessi e con gli altri. A volte, quando non troviamo le parole, il corpo le dice per noi.

Risorsa:

Dinámica: Tutta la classe balla insieme su questa coreografia [Just Dance 4 - One Direction - What Makes You Beautiful](#)

Domande di riflessione: Come ti senti dopo aver ballato? Sei più entusiasta?

30

Continuare a seminare

Introduzione: Durante questo mese abbiamo scoperto che facciamo parte della vita, che ogni gesto conta e che amare è costruire. Il significato di ciò che facciamo non è fare grandi cose, né continuare a seminare ogni giorno.



MAGGIO: Ti immagini... essere fonte di ispirazione?

Ti è mai capitato di vedere qualcuno e di aver detto "wow, mi piacerebbe proprio assomigliare a lui/lei"?

Ebbene, questo modello ideale per noi è Maria, la nostra Buona Madre, che con la sua semplicità è un esempio per noi ogni giorno. Il suo spirito di servizio e la sua umiltà nel dire SÌ all'essere Madre di Dio ispirano tutti noi come Maristi, ad avere sempre una parola d'affetto per gli altri, a condividere un sorriso, a riservare momenti speciali di ascolto per le persone che ci circondano. Assomigliarle un po' di più farà bene ai nostri cuori e motiverà tutti noi a diventare persone migliori

IN Maggio è il mese dei fiori, della natura e degli alberi in piena fioritura. Ora, più che mai, è il momento di prendersi cura dell'ambiente: riciclare, piantare, mantenere puliti gli spazi e rispettare la natura che ci circonda. È anche il mese dedicato a Maria, la nostra buona madre. Possiamo iniziare la giornata pregando un Ave Maria.

3 **Introduzione:** *Walk On*, degli U2, è una canzone dedicata ad Aung San Suu Kyi, leader birmana e vincitrice del Premio Nobel per la Pace. Ha trascorso molti anni agli arresti domiciliari per aver difeso la democrazia e i diritti umani nel suo paese, il Myanmar.

Risorsa: [U2 – Walk on \(2000\)](#)

Riflessione: I testi parlano di libertà, dignità e forza interiore di fronte all'ingiustizia. È un messaggio che ti incoraggia a continuare anche se tutto ti viene tolto, perché ci sono cose che nessuno può rubarti: la tua libertà interiore, la verità e la speranza.

4 **Parabola del Semiatore**

Risorsa:



caddero su terreni rocciosi, dove c'era poco terreno, e germogliarono presto, poiché il terreno era sottile; Ma quando il sole sorgeva, bruciava le piante, e appassivano, perché non avevano radici. Altri semi caddero in mezzo ai cardi; I cardi crescevano e li soffocavano. Ma alcuni semi caddero su un buon terreno e fruttellano: alcuni semi produssero cento volte più, altri sessanta volte tanto, altri trenta volte tanto.

"Chiunque abbia orecchie, che ascolti."

(Matteo 13:1-9)

Riflessione: La natura ci insegna molte cose sulle nostre vite. Così come la terra deve essere buona per far crescere il seme, dobbiamo preparare il cuore ad accogliere il bene, essere costanti e prenderci cura di ciò che cresce dentro di noi. La fede, le buone azioni e l'amore devono anch'essi essere annaffiati e curati per dare frutto.

- 6 **Introduzione:** Di origine ebraica, Albert Einstein (1879–1955) lasciò alla posterità grandi teorie, frasi indelebili e quella che è sicuramente l'equazione più popolare nella storia della scienza: $E = mc^2$. Con suo grande rammarico, questa formula aprì la strada all'ottenimento della bomba atomica. Pacifista convinto, ha sempre considerato che aver esortato il presidente degli Stati Uniti Franklin D. Roosevelt a finanziare la ricerca nucleare fosse uno degli errori più grandi della sua vita. Premio Nobel per la fisica nel 1921, le sue scoperte hanno lasciato il segno in campi molto diversi, e le sue previsioni continuano a essere confermate ancora oggi.

Risorsa: Oggi vogliamo ricordare una frase di Albert Einstein che forse è poco conosciuta:

"Guarda profondamente la natura e capirai tutto meglio."

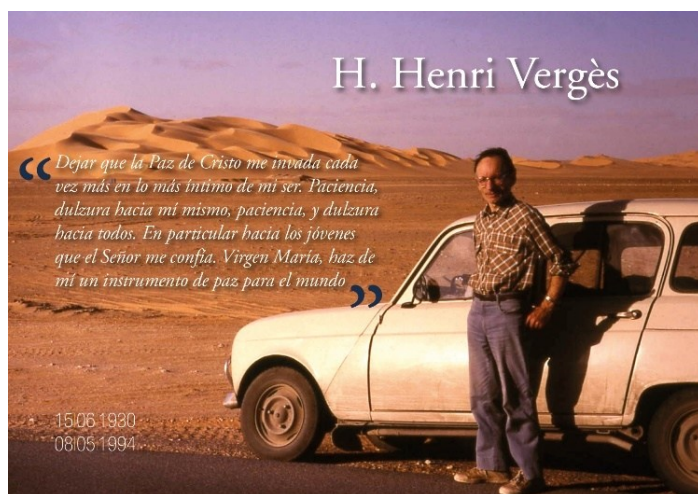
Riflessione: Questa frase ci ricorda che la natura è un grande insegnante. Osservando alberi, fiori, fiumi o uccelli possiamo imparare valori come pazienza, perseveranza ed equilibrio e trovare bellezze nelle cose semplici.

Quando guardiamo i dettagli, scopriamo un nuovo modo di guardare alla vita e alla crescita come persone.

7 La testimonianza del fratello Henri Vergès

Introduzione: Il fratello marista Henri Vergès, ucciso in Algeria l'8 maggio 1994, fu una persona che affidò la sua vita a Mary fino alla fine.

Risorsa:



Riflessione: Preghiamo insieme questa preghiera del Beato Henri Vergès per intuire la nostra vera vocazione.

IN Molte volte non prestiamo attenzione alle cose "piccole-grandi" che ci circondano e ci accompagnano nella vita quotidiana: famiglia, amici, parchi o giardini vicino a casa... Questa è una buona settimana per fermarsi e riflettere. Ringraziamo Dio per la Vita in lettere maiuscole, per i momenti eccezionali ma anche per la vita quotidiana della vita quotidiana. Possiamo iniziare la giornata con un Ave Maria.

10 Vangelo di Matteo 6:26-29 – Fiducia in Dio attraverso la natura

"Guardate gli uccelli del cielo: non seminano, né mietono, né conservano nulla nei fienili, e il vostro Padre celeste li nutre.



(Matteo 6:26-29)

Riflessione:

Gesù ci invita a osservare la natura con calma, con occhi nuovi. Uccelli e fiori non se ne preoccupano, si fidano e vivono. Questo passo ci ricorda che Dio si prende cura di tutto ciò che ha creato e, naturalmente, anche di noi.

Ma questa fiducia va di pari passo con la responsabilità: se Dio ci ha affidato la Creazione, abbiamo il dovere di proteggerla. Ogni gesto – riciclo e non sporco, rispetto agli altri e piantare e prendersi cura di ciò che cresce – è un modo di amare Dio e gli altri.

Oggi, mentre usciamo nel cortile o camminiamo per strada, guardiamoci intorno e rendiamo grazie per il mondo che ci circonda. La natura è un dono. Dobbiamo prendercene cura come si merita?

Facciamo qualche secondo di silenzio per ringraziare la vita e tutto ciò che, crescendo, ci dà speranza.

- 11 **Introduzione:** Wangari Maathai è nato in Kenya nel 1940. Fin da giovane amava la natura e imparò a vederla come un dono da prendersi cura. Il suo impegno la portò a raggiungere ciò che nessuno aveva mai fatto prima: fu la prima donna nell'Africa orientale e centrale a conseguire un dottorato, la prima a dirigere un dipartimento universitario a Nairobi e successivamente la prima donna africana e la prima ambientalista al mondo a ricevere il Premio Nobel per la Pace.

Ma ciò che la rendeva davvero speciale era il suo cuore devoto. Nel 1977 ha fondato il Green Belt Movement, che ha piantato più di 51 milioni di alberi in Kenya e ha aiutato migliaia di donne a cambiare la propria vita.

Wangari credeva che prendersi cura della natura fosse un modo concreto di lavorare per la pace e la dignità delle persone. Spesso diceva "Quando pianti un albero, pianti speranza."

Il suo esempio ci ricorda che fede e impegno si dimostrano attraverso le azioni.

Risorsa: [*BBC World Service - La prima donna africana a vincere il Premio Nobel per la Pace*](#)



12

Giornata della Matematica Scolastica

Introduzione: Ogni 12 maggio celebriamo la Giornata Scolastica della Matematica, una data che coincide con la nascita di Pedro Puig Adam (Barcellona, 1900 - Madrid, 1960), precursore della didattica della matematica in Spagna. Questo matematico e professore catalano si è distinto per il suo contributo all'insegnamento e alla diffusione della matematica durante il decennio degli anni '50 del VENTESIMO secolo, aiutando molti giovani a vedere la bellezza e l'utilità di questa disciplina. Il loro lavoro ci ricorda che la matematica non è solo numeri, ma strumenti per comprendere il mondo.

La matematica ci accompagna ogni giorno, anche senza che ce ne rendiamo conto: sui nostri cellulari, nelle previsioni meteo, nei giochi, negli edifici che vediamo.

Riflessione: Oggi proponiamo una piccola sfida: quale matematica è nascosta nel vostro ambiente? Può essere una figura geometrica in una finestra, un motivo simmetrico nelle foglie di una pianta, o persino un ritmo matematico di una canzone.



Introduzione: Il 15 maggio è la Giornata Internazionale delle Famiglie, istituita dalle Nazioni Unite nel 1993 per mettere in evidenza il ruolo di tutte le famiglie nell'educazione dei bambini fin dall'infanzia.

Le famiglie possono assumere molte forme: padri, madri, nonni, fratelli, zii o amici molto stretti. Tutti contribuiscono a ciò che siamo e a come cresciamo. La famiglia è il nostro primo sostegno e ci insegna valori come rispetto, solidarietà e pazienza. Ogni membro porta qualcosa di unico: una parola di incoraggiamento, un consiglio o una risata condivisa.

Risorsa:

Dinamiche: Per connetterci con la nostra storia e i nostri legami, creeremo un albero genealogico:

Disegna l'albero genealogico della tua famiglia. Include padri, madri, fratelli, nonni, ma anche tutte quelle persone che consideri la tua famiglia.

Aggiungi dettagli speciali su ciascuno, come un hobby, un ricordo condiviso o una caratteristica che ti piace di quella persona.

Riflessione: Oggi è un buon giorno per essere grati per tutto ciò che abbiamo ricevuto e ricordare che possiamo anche sostenere gli altri sia dentro che fuori casa.

- 14 **Introduzione:** La prossima domenica segna la fine della stagione pasquale, un tempo di resurrezione, rinnovamento e speranza. Durante queste settimane abbiamo ricordato che Cristo è risorto, e che il suo amore e la sua luce hanno superato l'oscurità e la morte. Ma il messaggio pasquale non finisce qui; Ci chiama a vivere ogni giorno con la speranza che la resurrezione ci offre.

Risorsa:

La Resurrezione

(Matteo 28:1-10; Marco 16:1-8; Giovanni 20:1-10)



"Perché cerchi i vivi tra i morti?" Non è qui: è risorto. Ricordate come vi parlò mentre era ancora in Galilea e vi disse: 'Il Figlio dell'uomo deve essere consegnato nelle mani degli uomini peccatori e crocifisso, e al terzo giorno risorgere.'"

(Luca 24:1-7)

Riflessione: La resurrezione ci parla non solo di un evento storico, ma di un invito a rinnovarci nel nostro percorso quotidiano.

Come ci dice questo passo, Cristo vive e ci invita a vivere pienamente, non a restare nell'oscurità del dubbio o del dolore, ma a credere e seguire la luce della sua resurrezione.

Pensiamo a come possiamo portare oggi la speranza e il rinnovamento della Pasqua nell'ambiente che ci circonda: magari con una parola gentile, un atto di solidarietà o un gesto di perdono.

IN Il mondo è molto vario e questa diversità è ciò che arricchisce le persone. Questa settimana vediamo che spesso la differenza non sminuisce ma contribuisce a creare una società migliore. La diversità è una qualità della Creazione, quindi Dio lo intendeva. Nella nostra diversità ci completiamo e collaboriamo a vicenda, anche se a volte questo comporta qualche difficoltà. Iniziamo la giornata pregando un Ave Maria.

17 Giornata Internazionale del Riciclaggio (17 maggio)

Introduzione: Il 17 maggio è stata celebrata la Giornata Internazionale del Riciclo.

L'obiettivo di questa giornata è sensibilizzare la popolazione sull'importanza del riciclo e della protezione dell'ambiente. È importante educare fin da piccolissima il rispetto e la cura dell'ambiente.

Risorsa:

Dinamica: Danno è un orotetto che ha i cavi e che normalmente luttuaria. On



(Genesi 1:31)

Riflessione: Questo versetto ci ricorda che tutta la natura è buona e preziosa. Tutto ciò che ci circonda—alberi, animali, fiori, fiumi e mari—fa parte di un mondo che Dio ha creato con amore.

La natura non è solo decorazione: è una buona opera di Dio.

Domande di riflessione: Possiamo porci la seguente domanda: Come ci prendiamo cura del mondo che abbiamo? Ogni piccolo gesto conta: prendersi cura della natura significa prendersi cura della vita che Dio ci ha dato.

20 **Introduzione:** C'era qualcosa in una giovane ragazza di un piccolo paese chiamato Nazaret che fece sì che Dio, nonostante la sua fragilità, posasse lo sguardo su di lei.

Risorsa:

In quel tempo, l'angelo Gabriele fu mandato da Dio in una città della Galilea, chiamata Nàzaret, a una vergine, promessa sposa di un uomo della casa di Davide, di nome Giuseppe. La vergine si chiamava Maria. Entrando da lei, disse: «Rallégrati, piena di grazia: il Signore è con te». A queste parole ella fu molto turbata e si domandava che senso avesse un saluto come questo. L'angelo le disse: «Non temere, Maria, perché hai trovato grazia presso Dio. Ed ecco, concepirai un figlio, lo darai alla luce e lo chiamerai Gesù. Sarà grande e verrà chiamato Figlio dell'Altissimo; il Signore Dio gli darà il trono di Davide suo padre e regnerà per sempre sulla casa di Giacobbe e il suo regno non avrà fine». Allora Maria disse all'angelo: «Come avverrà questo, poiché non conosco uomo?». Le rispose l'angelo: «Lo Spirito Santo scenderà su di te e la potenza dell'Altissimo ti coprirà con la sua ombra. Perciò colui che nascerà sarà santo e sarà chiamato Figlio di Dio. Ed ecco, Elisabetta, tua parente, nella sua vecchiaia ha concepito anch'essa un figlio e questo è il sesto mese per lei, che era detta sterile: nulla è impossibile a Dio». Allora Maria disse: «Ecco la serva del Signore: avvenga per me secondo la tua parola». E l'angelo si allontanò da lei.



Introduzione: *This is Me* è una canzone emblematica del film musicale *The Greatest Showman* (2017). Interpretata da Keala Settle, dà voce a tutti coloro che si sono mai sentiti diversi, giudicati o invisibili. La canzone è nata in un momento storico in cui i personaggi decidono di lasciare vergogna e paura alle spalle e rivendicare con forza la propria identità.

Risorsa: [*The Greatest Showman – This is me*](#)

Riflessione: Il suo messaggio è chiaro e potente: **tutti abbiamo il diritto di esistere come siamo, di essere rispettati e ascoltati.** Non è solo un brano musicale; è un grido di coraggio e autostima. Ci invita a alzare la testa, ad accettare le nostre vulnerabilità e a trasformarle in forza.

Con un ritmo crescente e un'interpretazione entusiasmante, *This is Me* è diventato un inno di miglioramento personale e orgoglio. Ascoltarla ci ricorda che **la nostra voce conta** e che il mondo ha bisogno della nostra autenticità.

IN Concludiamo il mese di Maria ricordando i valori importanti che ci ha lasciato e osservando come piccoli gesti possano aiutarci a raggiungere grandi sfide. Apprezziamo il loro impegno, il loro dire sì, la loro fiducia davanti a Dio e la loro presenza semplice e costante. Iniziamo la giornata pregando un Ave Maria.

24 Vangelo di Luca

Risorsa:

Allora Maria disse:

«L'anima mia magnifica il Signore

⁴⁷ e il mio spirito esulta in Dio, mio salvatore,

⁴⁸ perché ha guardato l'umiltà della sua serva.

D'ora in poi tutte le generazioni mi chiameranno beata.

⁴⁹ Grandi cose ha fatto in me l'Onnipotente

e Santo è il suo nome:

⁵⁰ di generazione in generazione la sua misericordia
si stende su quelli che lo temono.

⁵¹ Ha spiegato la potenza del suo braccio,

ha disperso i superbi nei pensieri del loro cuore;



⁵⁵ come aveva promesso *ai nostri padri, ad Abramo e alla sua discendenza, per sempre*».

(Luca 1:46-55)

Riflessione: Maria è un esempio di gentilezza e umiltà. Accetta la volontà di Dio con il cuore aperto e mette il servizio e l'amore al centro della sua vita. La sua gentilezza non è solo un sentimento: si vede nelle sue azioni e nel modo in cui ama gli altri.

Oggi possiamo imparare da esso per:

- Sorridi e aiuta gli altri generosamente.
- Amore con piccoli ma veri gesti.
- Riconosci le cose belle di ogni giorno e ringraziateli.

Che oggi inizi con la bontà di Maria come esempio: servire, amare e gioire per il bene degli altri.

25

Giornata dell'Africa

Introduzione: La Giornata dell'Africa viene celebrata il 25 maggio. È stato decretato con l'obiettivo di sensibilizzare sulle esigenze che tutti i paesi del continente africano continuano ad affrontare. Allo stesso modo, questa giornata conferma anche i progressi socioeconomici raggiunti in questi anni e ne celebra la liberazione dal colonialismo.

Risorsa: [*Aiuti in Azione – Giornata dell'Africa*](#)

Riflessione: Rifletti per un momento su come pensi che sarebbe la tua vita se fossi nato e cresciuto in un paese africano. Discuti con i tuoi compagni di classe quali aspetti positivi troveresti in questa situazione ipotetica e quali difficoltà pensi di dover affrontare.



Risorsa: <https://www.youtube.com/watch?v=oHv6vTKD6lg> – Un esperimento sulla gratitudine

Domande per la riflessione: Chi ringrazieresti se dovessi scrivere una lettera di gratitudine? Perché?

28 Giornata Internazionale del Gioco

Introduzione: Il gioco è uno dei diritti sanciti dall'Articolo 31 della Convenzione sui Diritti del Bambino, per l'importanza che ha nello sviluppo personale, sociale, fisico e mentale dei bambini.

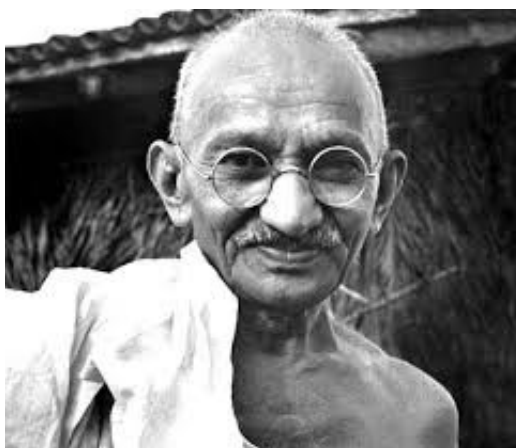
Risorsa:

Dinamica: In piccoli gruppi, pensa a un gioco tradizionale che hai già giocato in qualche momento. Poi spiegalo al resto della classe e commenta cosa hai provato giocandoci.

31 Risorsa:

"Il futuro dipende da ciò che facciamo nel presente."

Mahatma Gandhi





Dinamico: Pensa a un'azione concreta che puoi fare oggi per migliorare te stesso o qualcuno. Scrivilo su un foglio di carta e impegnati a metterlo in pratica. Ogni piccolo gesto costruisce il tuo futuro.



GIUGNO: Ti immagini... che tutto questo è solo l'inizio?

Oggi, sei tu Champagnat. E' una frase al presente, non al futuro, oggi, con i tuoi gesti, il tuo impegno e la tua vita, anche tu contribuisce a mantenere vivo lo spirito di Marcellino Champagnat. Il meglio dell'essere Marista deve ancora venire, e inizia da te. Non piantare radici nel passato, ma in ciò che puoi costruire da oggi in poi. La tua storia non finisce con te, condividendola può diventare seme per dare inizio a nuova vita marista

IN La fine dell'anno scolastico si avvicina. È ora di fare lo *sprint* finale. Per sostenerci, abbiamo bisogno delle persone che ci sostengono in questo sforzo. Ringraziamo Dio per le persone che ci accompagnano in questo cammino.

1 **Con il sostegno di chi ci ama, possiamo andare oltre i limiti che pensavamo possibili.**

Introduzione: Quando la famiglia è al nostro fianco—non solo come spettatore, ma come forza trainante dietro di noi—sfide che sembravano impossibili diventano opportunità di crescita. Nella vita, come nello sport, non dipendiamo sempre solo dal nostro impegno, ma dalla comunità, dai valori condivisi e da chi ci sostiene quando le gambe tremano e la strada diventa lunga.

Ricorso: [*La famiglia prima di tutto, qualunque cosa succeda | Memorie Olimpiche*](#)

Domande per la riflessione: per voi, studenti ESO e laureati, chi è il vostro *team di supporto*? La vostra famiglia, amici, insegnanti e compagni di classe...? Come potete riconoscerne il valore? Come potreste ringraziarli? Cosa potete fare per essere un supporto per gli altri voi stessi? Quando comprendiamo che il successo non è un traguardo individuale, ma collettivo, apriamo la porta a grandi obiettivi e a una vita piena di significato.

3 **Perseveranza, impegno e coloro che non ci lasciano mai soli**



Ma c'è qualcosa di ancora più potente: l'accompagnamento di chi ci ama. Sono queste persone – famiglia, amici, insegnanti – che, come le madri nel video, ci stringono la mano quando cadiamo, ci incoraggiano quando dubitiamo e ci ricordano di cosa siamo capaci quando noi stessi lo dimentichiamo.

Risorsa: [*Grazie, mamma*](#)

Riflessione: Quando arrivano i momenti difficili, quando è il momento della corsa finale, ricorda il messaggio che il video trasmette: non sei solo. Hai una squadra alle spalle e dentro di te la forza per fare un altro passo. E un altro. E un altro.

4

Giornata Internazionale dei Bambini Vittime di Aggressione

Introduzione: Oggi è un giorno per guardare il mondo con gli occhi spalancati. La Giornata Internazionale delle Vittime dei Bambini dell'Aggressione ci ricorda che, anche se a volte non la vediamo, ci sono bambini e adolescenti che subiscono violenza, insulti, umiliazioni o maltrattamenti in molte parti del mondo, anch'esse vicine a noi.

Questa giornata non è solo per sentirsi tristi; È soprattutto risvegliare la coscienza. Ci invita a ricordare che ogni bambino ha il diritto di crescere in un ambiente sicuro, di essere ascoltato, rispettato e amato. Quando un bambino viene vittima di bullismo, sia fisicamente, emotivamente o attraverso il bullismo, qualcosa si rompe non solo in lui, ma in tutta la comunità.

Ogni volta che escludiamo qualcuno, ogni parola che fa male o ogni derisione ripetuta può diventare un'aggressione. E, al contrario, ogni gesto di rispetto o supporto, ogni volta che difendiamo qualcuno, stiamo costruendo un ambiente sicuro in cui tutti possiamo crescere.

Domande di riflessione: Oggi pensiamo:

Cosa posso fare affinché nessuno dei miei colleghi si senta ferito o solo? / Come posso essere parte della soluzione e non del problema?



Introduzione: Ieri, 6 giugno, abbiamo celebrato il giorno di San Marcellino Champagnat, fondatore dei Fratelli Maristi e insegnante appassionato per l'educazione di bambini e giovani. Era una luce per gli altri. Champagnat dedicò tutta la sua vita a un'idea molto semplice ma molto potente: nessun bambino dovrebbe rimanere senza una buona istruzione. Per lui, l'istruzione offriva opportunità, speranza e strade aperte per crescere.

La canzone *You Will Be Today Champagnat* ci ricorda che questo messaggio non è solo una cosa del passato. Ci invita a farlo presente, qui e ora, nella nostra scuola.

Quando cantiamo *You Will Be Champagnat Today*, non stiamo solo ricordando un personaggio importante della storia marista. Stiamo accettando una sfida: servire come luce e sostegno per gli altri e portare loro speranza, proprio come lui è stato per tanti bambini.

Questo è ciò che significa essere Champagnat oggi. Questo serve a mantenere vivo il tuo sogno.

Risorsa:

https://www.youtube.com/watch?v=i3GxtbOvcRM&list=RDi3GxtbOvcRM&start_radio=1

Giornata Mondiale degli Oceani

Introduzione: L'oceano è immenso e potente, ma ne dipendiamo totalmente. Se ne prendiamo cura, ci dà vita; Se lo maltrattiamo, può portarcelo via. La natura non ha bisogno che la salviamo noi, ma dobbiamo prenderci cura di essa per continuare a vivere su un pianeta sano. Ogni piccola azione – rispettare l'ambiente, ridurre i rifiuti, non inquinare – si somma. L'oceano ci parla per dirci che siamo ancora nel tempo, ma che quel cambiamento inizia in ciascuno di noi.



Risorsa: [La natura parla – Harrison Ford - l'oceano](#)

Riflessione: Ci sono molti modi per essere luminosi, incluso essere profeti e denunciare le ingiustizie. Osiamo forse difendere la cura della Creazione contro chi non la rispetta?