

# ALOHA!



Mal onno 2010



**CAMPO ESTIVO INTERPARROCCHIALE  
OME . RODENGO . SAIANO**

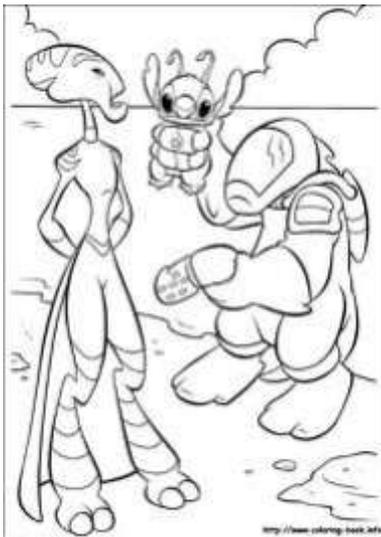


Nel linguaggio hawaiano, “*aloha*” vuol dire molto di più di un semplice “ciao” o “arrivederci”. Il suo significato più profondo implica “l'allegria (*aho*) di condividere (*alo*) energia vitale (*ha*) nel presente (*alo*).” Più si condivide quest'energia più ci si sintonizza con il Potere Divino, quello che gli hawaiani chiamano “*mana*”. Usare con amore questo potere incredibile è il segreto che ci porta alla realizzazione della vera felicità.



# COSTRUIRE NON DISTRUGGERE

---



*L'ESPERIMENTO 626 È IL  
prodotto mal riuscito di  
una mente distorta!*

Stitch, è stato programmato per distruggere tutto quello che tocca, nulla lo può fermare.

E tu? Quanto sei distruttivo? Utilizzi le tue capacità per costruire o per demolire ciò che ti sta intorno?

Verificalo con questo test: per ogni risposta ti verrà assegnato un punteggio-punteggio-cattiveria, colora la tua sagoma e alla fine... guarda quanto sei "distruttivo"!

## **6.00/8.00 «Il risveglio»**

*«Sei in ritardo!!!», la voce della mamma ti riconduce bruscamente nel mondo tridimensionale. Ti alzi e tanto per cominciare sbatti la fronte contro la porta. Quindi vorresti andare in bagno ma c'è tua sorella che si pettina (per 20 minuti). Allora opti per la colazione: ma il latte è finito. C'è solo l'aranciata. Vada per quella (coi cornflakes?! Vabbè).*

TU COME REAGISCI?

---

---

---

---

---

---

## **8.00/12.00 «In gattabuia»**

*Prima ora: mate (evvai). Seconda ora: ita (mmmh). Terza ora: ita (pfff). Ricreazione: dimenticato la merenda. Quarta ora: religione (zzz). Quinta ora: verifica a sorpresa di francese (noooo!!!!!!). Durante la verifica, mentre tu sudi come un cane sudato per spremere dalle tue meningi le risposte corrette, vedi Teo detto Kriminal-mind che, fresco come un gelato ad agosto, copia tutto da un bigliettino chilometrico che ha nascosto nell'ombelico (disgustoso).*

TU COME REAGISCI?

---

---

---

---

---

---

## **12.00/15.00 «Uscendo da scuola»**

*Con la certezza di aver preso due nella verifica di francese, esci di scuola e ti avvii verso casa. Lungo strada, la signora Cesarina grida “Ehi, giovine!”. Ci metti un attimo, ma capisci che sta chiamando te. “L’è mia che per caso el pode aiudòm a purtà la spurtina de la spesa?”. Per la cronaca, dalla “spurtina” sporgono: un fusto di detersivo, un’anguria, un casco di banane e una confezione da sei di bottiglie d’acqua (frizzante).*

TU COME REAGISCI?

---

---

---

---

## **15.00/18.00 «I compiti»**

(overo: la difficile impresa di evitare di essere inghiottiti dal famigerato Triangolo delle Bermuda: divano, FB, frigorifero)

*Ti chiama il tuo compagno di classe Roberto detto BrufoloKid per chiederti una mano coi compiti di mate. BrufoloKid abita vicino a te. Non è particolarmente simpatico (è una palla al piede), e a scuola se ne sta sempre in disparte, mentre tutti si divertono a prenderlo in giro. Tra l’altro non è nemmeno un genio (cioè: ha la media del 4+ e il + gliel’hanno dato perché è il figlio dell’autista del pulmino).*

TU COME REAGISCI?

---

---

---

---

## **18.00/22.00, «Cena»**

Tra dieci minuti inizia «JackRose», il tuo telefilm preferito. Ma: la cena è quasi servita, e NON si può guardare la tv mentre si mangia. Finalmente il piatto è in tavola. Senti la sigla. Oggi è la puntata decisiva in cui si scoprirà se Jack è davvero innamorato di Rose o se invece è suo fratello. Le lasagne fumano. Le divori ustionandoti il gargarozzo. «Rose, devi sapere una cosa...» Ingoi un bicchiere d'acqua per spegnere l'incendio. «Dimmi, Jack...» Stai per alzarti. «Io sono...» Sei alla porta. «Chi, Jack? Dimmi!» Ci sei, ma la mamma ti chiama e ti chiede di restare seduto finché non hanno finito tutti, e poi di aiutarla a sparecchiare (mentre la mamma diceva questo, Jack ha detto finalmente a Rose quello che doveva dirle, e tu non lo saprai mai).

TU COME REAGISCI?

---

---

---



---

---

INCOLLA QUI  
LA TUA SAGOMA

... e Gesù, il Maestro, come si comportava?

Leggi i brani tratti dal Vangelo che ti verranno proposti e rifletti...



# CAMBIARE PER AMORE

---



Quella bambina sta  
sprecando il suo tempo,  
nessuno può invertire il  
processo distruttore  
di 626!

Sei nato per  
distruggere: non avrai  
mai un legame!

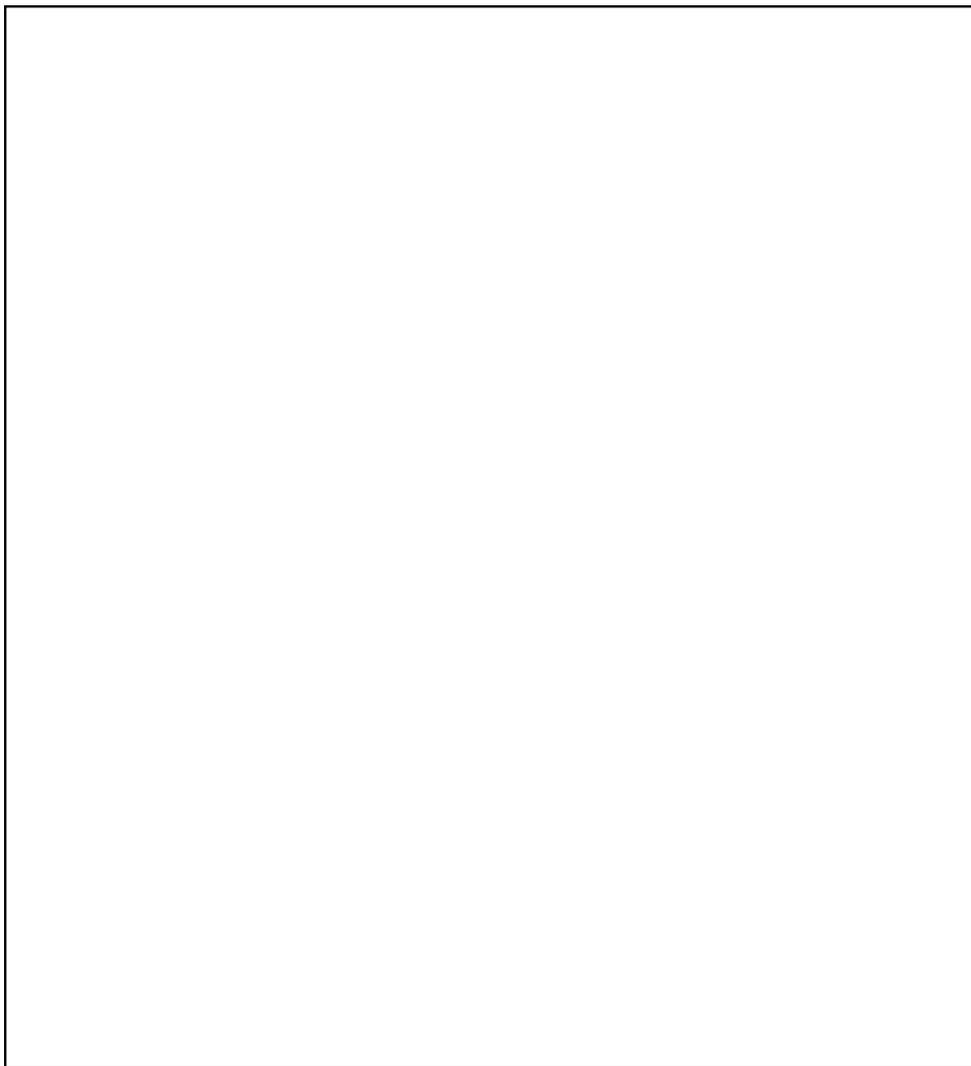
Ne sei proprio sicuro, Dottor Jumba?

Stitch, programmato per distruggere, alla fine è diventato «coccoloso»!

Qualcosa (o qualcuno?) l'ha fatto cambiare: il grande Elvis gli è stato  
d'esempio, ma cosa l'ha spinto davvero a cambiare?

## **COME TI VEDI... FUORI?**

Guardati allo specchio e disegna una tua caricatura.



Ora segna con una croce rossa quello che vorresti cambiare di te.  
Perché ti vuoi cambiare? A chi ti puoi rivolgere per fare questi cambiamenti?

## COME TI VEDI... DENTRO?

|             |              |
|-------------|--------------|
| SBADATO     | TRISTE       |
| GENEROSO    | MALINCONICO  |
| EGOISTA     | SODDISFATTO  |
| ALLEGRO     | NERVOSO      |
| SIMPATICO   | ANSIOSO      |
| DISONESTO   | DIVERTENTE   |
| ONESTO      | TERRORIZZATO |
| EDUCATO     | CONTENTO     |
| SCONTROSO   | CAPRICCIOSO  |
| COSTRUTTIVO | ATTENTO      |
| FASTIDIOSO  | MALEUCATO    |

-----  
-----

-----  
-----

Cosa vorresti migliorare di te?  
Segnalo con una croce rossa.  
Perché ti vuoi cambiare?  
Di chi o che cosa hai bisogno per  
fare questo cambiamento?



# OHANA VUOL DIRE FAMIGLIA

---

*Ohana* significa famiglia.  
Famiglia significa che  
nessuno viene  
abbandonato.  
O dimenticato.



Questa è la mia  
**FAMIGLIA. L'HO TROVATA**  
per conto mio. È piccola  
e disastrosa. Ma bella,  
molto bella.

Nella cultura hawaiana, “*ohana*” significa *famiglia* in senso esteso e include la relazione stretta (i tuoi parenti, che non hai scelto!) o intenzionale (cioè che scegli tu).

Il termine sottolinea l'idea che famiglia e amici sono uniti assieme e che devono collaborare e ricordarsi gli uni degli altri.

Pensa alle persone che hanno contato o contano nella tua vita. Per ognuna scegli il quadrato di stoffa del colore che più le si addice, disegna un simbolo che rappresenti perché è importante per te...

**Infine... cuci i quadrati tra loro!**

Hai litigato con qualcuna di

queste persone?

Strappa la tela!

Hai fatto pace? Ricucila...

ECCO LA TRAMA DELLE TUE  
RELAZIONI, LA TUA *OHANA*...

**ABBINE CURA. E RICORDA....**

RICUCIRE E PIÙ DIFFICILE CHE  
STRAPPARE!



... e Gesù, il Maestro, come si relazionava con la sua *ohana*?  
Senti un po' cosa ti racconta il Don...

# Nessuno viene dimenticato

---

*Ohana È FAMIGLIA: NESSUNO*  
viene abbandonato.  
Tu puoi andartene,  
ma io non ti dimenticherò.  
Io non dimentico mai quelli  
che se ne vanno





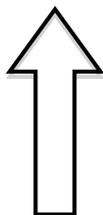
Sì, ma come si fa a non dimenticare l'altro quando l'altro non c'è? E questo altro, quando non c'è... dove sta?

Chiediamo aiuto ai Peanuts!

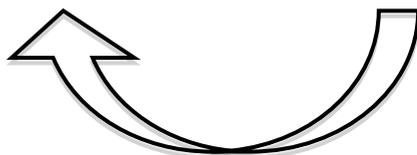
Dunque... funziona un po' così:



Se l'altro QUI non c'è più,



allora, se c'è QUI, si può ancora volergli bene  
e stargli quindi accanto, aspettandolo...





è partito  
= «non c'è»  
davvero



---

---

---

---

---

---

o è arrabbiato  
= «non c'è»  
metaforico



---

---

---

---

---

---

o ecc. ecc.  
es. è un po' chiuso  
in questo periodo;  
ha molto da fare;  
non mi chiama più...



---

---

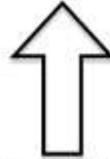
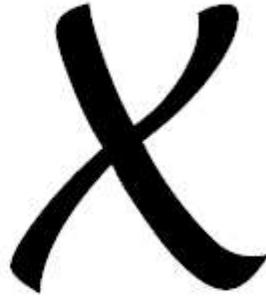
---

---

---

---

se invece QUI non c'è più

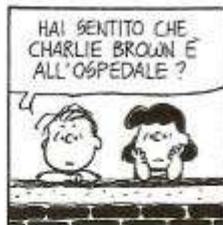


allora non c'è proprio più

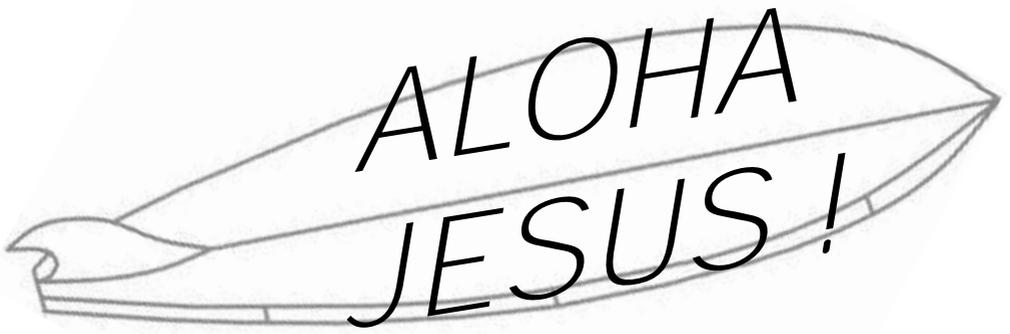
e se anche torna ... e anche quando c'è ...  
l'attenzione da parte mia sarà *scarsina*,  
perché solo l'attesa desta l'attenzione  
e solo l'attenzione è capace di amare.

PENSA...

- Fai fatica a tenere viva l'amicizia quando non vedi l'altro con una certa frequenza? La lontananza esclude l'amicizia? La cambia? Come?
- Sai attendere che l'altro capisca qualcosa che a te è già chiaro? (anche aver pazienza è *attesa* dell'altro...)
- Quando qualcuno di delude, ti fa arrabbiare... lo cancelli dal tuo cuore?
- La tua *OHANA*, le persone che fanno parte della tua vita: sai custodirle nel tuo cuore, anche quando «non ci sono»?







ovvero ... PREGHIAMO INSIEME  
... PER NON DIMENTICARCI CHI HA IL POSTO  
PIU` IMPORTANTE NELLA NOSTRA OHANA ...

---

PREGHIERA DI INIZIO CAMPO

Una nuova avventura davanti a me  
**Signore, anche quest'anno**  
mi metti tra le mani una nuova avventura.  
Sarà bella per la mia vita?  
Non lo so. Lo scoprirò cammin facendo.  
Quello che so, è che ci devo mettere  
tutta la grinta e la gioia di cui sono capace.  
Aiutami, con il tuo Spirito, a prendere sul serio  
le attività che mi verranno proposte e  
ad affrontarle con coraggio e fantasia.  
Aiutami a spalancare gli occhi per vedere  
chi condivide con me il cammino.  
Aiutami ad aguzzare bene le orecchie  
per ascoltare la tua Parola  
e i consigli degli animatori.  
Sicuramente in questa settimana  
scoprirò cose affascinanti e utili per la mia vita.  
Cose che mi aiuteranno  
ad approfondire la mia amicizia con Te.

Amen

## 1. PREGHIERA DELLA NOTTE

Esame di coscienza

Confesso \_ Padre nostro \_ Ave, o Maria \_ Angelo di Dio \_ L'eterno riposo

Preghiera:

Mentre la luce muore accogli, o Signore, la mia preghiera. Ti ringrazio di avermi donato la purezza delle cime, la letizia delle valli e il calore del sole, ristoro alle mie forze fisiche e spirituali. Perdonami se ho fatto del male. O Maria, Regina dei monti e delle nevi, ti ringrazio della tua protezione, dona un sereno riposo a questo cuore che ha sete di altezze e di infinito.

## 2. PREGHIERA DEL MATTINO

Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo. Amen

Inno:

*Signore, donaci di gustare  
la tua dolce amicizia.*

*Signore, tu ci proteggi  
con amore paterno.*

***A te la gloria, la potenza e l'onore  
nei secoli eterni. Amen***



Preghiera del mattino:

Ogni mattina è una giornata intera che riceviamo dalle mani di Dio.

Dio ci dà una giornata intera da lui stesso preparata per noi.

Non vi è nulla di troppo e nulla di "non abbastanza", nulla di indifferente e nulla di inutile. È un capolavoro di giornata che viene a chiederci di essere vissuto. Noi la guardiamo come una pagina di agenda, segnata d'una cifra e d'un mese. La trattiamo alla leggera come un foglio di carta.

Se potessimo frugare il mondo e vedere questo giorno elaborarsi e nascere dal fondo dei secoli, comprenderemmo il valore di un solo giorno umano. Amen

Lettura biblica:

Ciascuno dia secondo quanto ha deciso nel suo cuore, non con tristezza, né per forza, perché Dio ama chi dona con gioia. (2 Cor 9,7)

### *QUANDO FINISCE LA NOTTE*

Un vecchio rabbino domandò una volta ai suoi allievi da che cosa si potesse riconoscere il momento preciso in cui finiva la notte e cominciava il giorno. "Forse da quando si può distinguere con facilità un cane da una pecora?". "No", disse il rabbino. "Quando si distingue un albero di datteri da un albero di fichi?". "No", ripeté il rabbino. "Ma quand'è, allora?", domandarono gli allievi. Il rabbino rispose: "E' quando guardando il volto di una persona qualunque, tu riconosci un fratello o una sorella. Fino a quel punto, è ancora notte nel tuo cuore".

### *3. PREGHIERA DELLA NOTTE*

Esame di coscienza

**Confesso \_ Padre nostro \_ Ave, o Maria \_ Angelo di Dio \_ L'eterno riposo**

Pregghiera:

È sera. È buio intorno a me, ma non ho paura. Io so che Tu sei vicino a me, Signore. Hai custodito in questo giorno la mia vita, hai guidato i miei passi. Ti ho incontrato nei fratelli. Ora è il momento di dirti grazie e di chiederti perdono. Grazie per la vita, grazie per la gioia, grazie per gli amici, grazie per la festa. Perdono per la pigrizia. Perdono per la fretta con cui ti ho pregato, perdono per tutti gli uomini del mondo che oggi non ti hanno amato. Amen



#### 4. PREGHIERA DEL MATTINO

Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo. Amen

Inno:

*Signore, donami un cuore puro,  
un volto sorridente e mani pulite.*

*Un padre che mi parli.*

*Una madre che mi perdoni*

*una casa che mi accolga.*

*Donami amici che non ingannino,  
fratelli che mi aiutino  
un mondo che mi ami. Amen.*



Salmo 8:

*Se guardo il cielo, il sole, gli astri,  
io dico: sono opera delle tue mani.*

*Tu hai creato ogni uomo,  
a lui hai affidato tutte le cose.*

*Ci ha fatti quasi come angeli,  
hai messo nelle nostre mani il mondo intero.*

*Gli animali della montagna, quelli della pianura;  
gli uccelli del cielo e i pesci del mare.*

*Tutto hai dato in nostro potere,  
Perché ogni essere vivente ti lodi.*

*Gloria al Padre e al Figlio e allo Spirito Santo,  
Come era nel principio ora e sempre nei secoli dei secoli. Amen.*

Lettura biblica:

**Siate lieti nella speranza, forti nella tribolazione, perseveranti nella preghiera, solleciti per le necessità dei fratelli, premurosi nell'ospitalità.**

*(Rm 12, 12-13)*

## L'ALBERO GENEROSO

C'era una volta un albero che amava un bambino. Il bambino veniva a visitarlo tutti i giorni. Raccoglieva le sue foglie con le quali intrecciava delle corone per giocare al re della foresta. Si arrampicava sul suo tronco e dondolava attaccato ai suoi rami. Mangiava i suoi frutti e poi giocavano a nascondino. Quando era stanco, il bambino si addormentava all'ombra dell'albero, mentre le fronde gli cantavano la ninna-nanna. Il bambino amava l'albero con tutto il suo piccolo cuore. E l'albero era felice.

Ma il tempo passò e il bambino crebbe. Ora che il bambino era grande, l'albero rimaneva spesso solo. Un giorno il bambino venne a vedere l'albero e questo gli disse: "Avvicinati, bambino mio, arrampicati sul mio tronco, mangia i miei frutti, gioca alla mia ombra e sii felice".

"Sono troppo grande ormai per arrampicarmi sugli alberi e per giocare", disse il bambino. "Io voglio comprarmi delle cose e divertirmi. Voglio dei soldi. Puoi darmi dei soldi?".

"Mi dispiace", rispose l'albero "ma io non ho dei soldi. Ho solo foglie e frutti. Prendi i miei frutti, bambino mio, e va' a venderli in città. Così avrai dei soldi e sarai felice". Allora il bambino raccolse tutti i frutti e li portò via. E l'albero fu felice. Ma il bambino rimase molto tempo senza ritornare... **E l'albero divenne triste. Poi un giorno il bambino tornò; l'albero** tremò di gioia e disse: "Avvicinati, bambino mio, arrampicati sul mio tronco e fai l'altalena con i miei rami e sii felice".

"Ho troppo da fare e non ho tempo di arrampicarmi sugli alberi", rispose il bambino. "Voglio una moglie e voglio dei bambini, ho dunque bisogno di una casa. Puoi darmi una casa?"

**"Io non ho casa", disse l'albero. "La mia casa è il bosco, ma tu puoi tagliare** i miei rami e costruirti una casa." Il bambino tagliò tutti i rami e li portò via. E l'albero fu felice. Per molto tempo il bambino non venne. Quando ritornò, l'albero era così felice che riusciva a malapena a parlare. **"Avvicinati, bambino mio", mormorò "vieni a giocare".**

"Sono troppo vecchio e troppo triste per giocare", disse il bambino. "Voglio una barca per fuggire lontano da qui. Tu puoi darmi una barca?".

**"Taglia il mio tronco e fatti una barca", disse l'albero. "Così potrai andartene ed essere felice".** Allora il bambino lo fece, e l'albero fu felice... ma non del tutto. Molto tempo dopo, il bambino tornò ancora.

"Mi dispiace, bambino mio", disse l'albero ma non resta più niente da donarti.. Non ho più frutti, non ho più rami, non ho più il tronco. Sono desolato. Vorrei donarti qualcosa.. ma non ho più niente. Sono solo un vecchio ceppo. Mi rincesce tanto..".

"Non ho più bisogno di molto, ormai", disse il bambino." Solo un posticino tranquillo per sedermi e riposarmi. Mi sento molto stanco".

"Ebbene", disse l'albero, raddrizzandosi quanto poteva" ebbene, un vecchio ceppo è quel che ci vuole per sedersi e riposarsi. Avvicinati, bambino mio, siediti e riposati". Così, il bambino lo fece e l'albero fu felice.

## 5. PREGHIERA DELLA NOTTE

Esame di coscienza

Confesso \_ Padre nostro \_ Ave, o Maria \_ Angelo di Dio \_ L'eterno riposo

Pregghiera:

Quando un ragazzo, Signore,  
può presentarsi a te  
con la coscienza tranquilla?

Quando può incontrarti  
nel tempio del suo cuore  
con animo sereno?

Quando si comporta  
con bontà e

cerca di essere  
giusto con tutti.

Quando è limpido e sincero  
e quando non imbrogli mai gli amici.

Quando dice apertamente la verità che ha nel cuore,  
e non parla male dei compagni dietro le spalle.

Quando mantiene la parola data, anche se ci rimette qualche cosa.

Quando presta le cose volentieri e non si fa comprare con regali.

I ragazzi che si comportano così sono in pace con il Signore,

**vanno d'accordo con il prossimo**

e vivono sicuri per sempre.



## 6. PREGHIERA DEL MATTINO

Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo. *Amen*

Salmo 139:

*Signore, tu mi conosci.*

*Quando sto fermo sei con me,  
se cammino non lasci solo.*

*Tu mi conosci bene, o Signore.*

*Tu comprendi i miei pensieri,  
sai come si svolge la mia vita.*

*Tutto quello che faccio non lo posso nascondere  
Tu mi conosci bene, o Signore.*

*Conosci la mia voce e mi chiami per nome.*

*Corri a proteggermi prima che io cada o sia colpito.*

*Tu mi conosci bene, o Signore.*

*Ti sei preso cura di me  
prima che io nascessi.  
Da te sono stato formato  
in modo stupendo.*

*Tu mi conosci bene,  
o Signore.*

*È meraviglioso ciò che hai fatto.*

*Tu non abbandoni la vita di nessuno.*

*Sia gloria al Padre,  
al Figlio e allo Spirito Santo. Amen.*

Lettura biblica:

Non fate nulla per spirito di rivalità o per vanagloria, ma ciascuno di voi, con tutta umiltà, consideri gli altri superiori a se stesso, senza cercare il proprio interesse, ma anche quello degli altri.

**E non fatevi chiamare “maestri”, perché uno solo è il vostro Maestro, il Cristo.**

*(Fil 2,3-4; Mt 23,10)*

## VEDERE DIO

Una volta un re, convocò tutti i maghi, i sapienti e i sacerdoti del suo regno. Li minacciò dei castighi più terribili se non gli mostravano Dio. Quei poveretti si disperavano e si strappavano i capelli senza saper cosa fare. Quando un giorno arrivò un pastore che annunciò a tutti di essere in grado di risolvere il problema e loro si affrettarono a presentarlo al re. Il pastore allora condusse il sovrano su un terrazzo e gli indicò il sole.

"Guardalo!", disse.

Dopo un istante, il re abbassò gli occhi, gridando: "Vuoi accecarmi?".

**"Mio signore", disse il pastore, "il sole è solo una piccola cosa del Creatore, neanche una scintilla del suo splendore... come puoi pensare di posare gli occhi su Lui in persona?".**

## 7. PREGHIERA DELLA NOTTE

Esame di coscienza

**Confesso \_ Padre nostro \_ Ave, o Maria \_ Angelo di Dio \_ L'eterno riposo**

Pregiera:

Sono caduto ancora, Signore.

E ancora mi hai teso la mano, mi hai rialzato!

Cammino con te, con te sono sicuro,

Signore, mi sento diverso, mi sento nuovo.

So che domani cadrò ancora,

ma il restare a terra è sbagliato

e non il cadere di nuovo.

Aiutami a perdonare, come Tu hai perdonato.

Non una sola volta, ma sempre.

**Per uno sgarbo non posso perdere un'amicizia.**

Ad una parola sbagliata

**non posso rispondere con un'offesa.**

Insegnami a perdonare, o Signore.





## 8. PREGHIERA DEL MATTINO

Nel nome del Padre e del Figlio dello Spirito Santo. Amen

Inno:

*Noi ti lodiamo, Padre, fonte della vita,  
sorgente di luce e verità.*

*Noi ti lodiamo, Padre, per mezzo del tuo Figlio  
ci doni pace e libertà.*

*Dona a noi lo Spirito per poter diffondere  
nel mondo la bontà. Amen.*

Salmo 118:

*Indicami, Signore,*

*la strada da percorrere e io la seguirò con fiducia.*

*Donami il coraggio di osservare la tua legge  
e di custodirla nel mio cuore.*

*Fammi capire i segni della tua chiamata  
perché in essa riponga la mia gioia.*

*Converti il mio cuore ai tuoi comandamenti,  
liberami dalla tentazione di fare senza di te.*

*I miei occhi non corrano dietro le cose inutili,  
ma scoprono le cose grandi che hai fatto per me.*

*Così camminerò sicuro di incontrarti  
e riconoscerti ovunque sarò. Amen.*

Lettura biblica:

Possa egli davvero illuminare gli occhi della vostra mente per farvi comprendere a quale speranza vi ha chiamati, quale tesoro di gloria racchiude la sua eredità fra i santi.

## I PROPOSITI

L'adolescente scriveva i suoi propositi chino sul tavolo, mentre la mamma stirava la biancheria.

"Se vedessi qualcuno in procinto di annegare", scriveva l'adolescente "mi butterei subito in acqua per soccorrerlo. Se si incendia la casa salverei i bambini. Durante un terremoto non avrei certo paura a buttarmi tra le macerie pericolanti per salvare qualcuno. Poi dedicherei la mia vita per aiutare tutti i poveri del mondo e chi ha bisogno."

**La mamma: "Per piacere, vammì a prendere un po' di pane giù al forno".**

"Mamma, non vedi che piove?".



## 9. PREGHIERA DELLA NOTTE

Esame di coscienza

Confesso \_ Padre nostro \_ Ave, o Maria \_ Angelo di Dio \_ L'eterno riposo

Pregghiera:

**Gesù, grazie, non per i giochi e roba del genere, ma per l'intelligenza che fa capire la tua grandezza, per gli occhi, l'udito, ma soprattutto per la famiglia che mi fa conoscere Te. Perdona, ora, le mie mancanze e metti nel cuore tanta, tanta gioia. Gesù, conta anche sul nostro gruppo. Noi desideriamo riformare il mondo; con il tuo aiuto, vedrai, che ce la faremo, vedrai, contaci. Però sii paziente per tutte quelle volte che... non importa dirtelo. Tu già lo sai e già ci perdoni.**

## 10. PREGHIERA DEL MATTINO

Dal Vangelo secondo Matteo:

Vedendo le folle, Gesù salì sulla montagna e, messosi a sedere, gli si avvicinarono i suoi discepoli. Prendendo allora la parola, li ammaestrava dicendo:

**“Beati i poveri in spirito, perché di essi è il regno dei cieli.**

Beati gli afflitti, perché saranno consolati.

Beati i miti, perché erediteranno la terra.

Beati quelli che hanno fame e sete della giustizia, perché saranno saziati.

Beati i misericordiosi, perché troveranno misericordia.

Beati i puri di cuore, perché vedranno Dio.

Beati gli operatori di pace, perché saranno chiamati figli di Dio.

Beati i perseguitati per causa della giustizia, perché **di essi è il regno dei cieli.**

Beati voi quando vi insulteranno, vi perseguiteranno e, mentendo, diranno ogni sorta di male contro di voi per causa mia. Rallegratevi ed esultate, perché grande è la vostra ricompensa nei cieli. Così infatti hanno perseguitato i profeti prima di voi.

*(Mt 5,1-12)*

### LA FONTANA

In un villaggio islamico del Libano un piccolo gruppo di persone divenne cristiano. Immediatamente si chiusero per loro tutte le porte della comunità. Gli uomini non potevano più stare con gli altri uomini in piazza a fumare e chiacchierare, le donne non potevano più attingere acqua alla fontana del villaggio. I nuovi cristiani furono costretti a scavarsi una fontana per conto loro. Un giorno la fontana del villaggio si inaridì e seccò. Allora i cristiani invitarono i loro compaesani a venire ad attingere acqua alla loro fontana. Fecero di più: sulle loro case appesero un piccolo cartello che diceva: "Qui abitano dei cristiani".

Ciascuno sapeva così che in quella casa avrebbe trovato un aiuto e una mano tesa.

## E PER FINIRE ...

Non fare il rinoceronte: sii attento a ciò che è piccolo, ai dettagli di quello che fai e di quello che sei. La differenza tra un oggetto di valore ed uno di serie sta nelle rifiniture.

Non fare il pavone: fa quello che è giusto, non quello che ti fa emergere e, se puoi, lascia il merito agli altri. Sii protagonista della tua vita, non di quello che gli altri dicono di te

Sii come le api: laboriose, silenziose, precise e responsabili, e quando è necessario, sii disposto a sacrificarti. Credimi, il vero stile sta in questo.

Quando hai un compito difficile da affrontare chiedi a Dio di aiutarti ad affrontarlo, ed Egli ti darà la forza. Ma dovrai ugualmente affrontarlo impegnandoti tu stesso personalmente.



# VEGLIA ALLE STELLE

C'è una notte molto speciale ad ogni Campo Estivo, una notte fatta per stare svegli, per pensare e pregare, o guardare le stelle e per prendere coscienza, ancora una volta, della propria piccolezza davanti **all'immensità del cielo.**

La natura è con te quella notte, ovunque il tuo sguardo si perda, ovunque la tua mente possa immaginare, ovunque le tue gambe ti possano portare; allora, guardati intorno almeno quella notte, quando le stelle torneranno a sorvegliare la Terra e le voci e i rumori si affievoliranno, per poi scomparire.

**Respira l'aria fresca, osserva il cielo e la terra e ascolta ogni impercettibile voce della notte.**

Sarai solo tu quella sera, tu e nessun altro ad assistere a questo prodigio, e finalmente troverai il tempo di parlare a te stesso, di capire cosa cerchi nel mondo e negli altri, e il Signore ascolterà le tue preghiere e guiderà i tuoi pensieri.

**Ogni veglia è un'occasione speciale per conoscere se stessi e per riflettere.** Soli, seduti davanti al fuoco, si ha finalmente il tempo di apprezzare il silenzio e la solitudine e quella strana sensazione di gioia e libertà.

Libertà di perdersi nei propri pensieri e di parlare con il Signore senza alcuna fretta.

**Non c'è silenzio più profondo di una notte stellata in montagna, quando il Campo tace e del fuoco non rimane più che la brace che va già coprendosi di cenere.**

Eppure, se ti metti ad ascoltare, quante cose ti dice il silenzio! La veglia alle stelle è proprio questo ascolto silenzioso.



# Stella

di Antonello Venditti

Stella che cammini, nello spazio senza fine  
fermati un istante solo un attimo,  
ascolta i nostri cuori caduti in questo mondo  
siamo in tanti ad aspettare  
donaci la pace ai nostri simili  
pane fresco da mangiare  
proteggi i nostri sogni veri dalla vita quotidiana  
e salvaci dall'odio e dal dolore  
noi che siamo sempre soli nel buio della notte  
occhi azzurri per vedere.

Questo amore grande, grande, grande  
questo cielo si rischiarava in un istante  
non andare via, non ci abbandonare  
stella, stella mia resta sempre nel mio cuore.  
Proteggi i nostri figli puri nella vita quotidiana  
e salvaci dall'odio e dal potere  
come il primo giorno come nella fantasia  
occhi azzurri per vedere.

Grande, grande, grande  
questo cielo si rischiarava in un istante  
non andare via, lasciati cadere,  
stella, stella mia resta sempre nel mio cuore.

# 1

Un giorno che ti sentirai particolarmente triste o al contrario insolitamente felice, prova a fare un esperimento.

Prendi tutta la tua tristezza o la tua felicità, la tua rabbia o la tua gioia. Esci di casa, di sera, quando c'è già il buio. Possibilmente di notte. Vai in campagna. Lontano dalle case, dalle luci, dalle insegne dei negozi, dalle televisioni e dalle strade troppo affollate. Vai in un posto dove il cellulare possibilmente non prenda. Scegli un posto come questo: il più silenzioso e buio che trovi.

Poi prendi tutta la tua tristezza o la tua felicità, la tua rabbia o la tua gioia e prova a buttarla fuori. Urlando, gridando, muovendoti, danzando, scacciando come sei capace. Sgolandoti finché non ti sembra di esserti sbrodolato tutto fuori.

Poi aspetta qualche istante.

Siediti.

Stenditi.

E guardati intorno.

Ma soprattutto guardati sopra.

Sopra le nuvole di una giornata triste e soffocante ci sta sempre l'azzurro del cielo col sole che splende a mille. Ma sopra l'azzurro del cielo col sole che splende a mille si spalanca uno spazio nero, di proporzioni inimmaginabili, uno spazio in gran parte vuoto e freddo. Smisuratamente vuoto e freddo. Semplicemente uno spazio nero, un posto per contenere qualcosa. Ma che in realtà non contiene niente. O quasi. Un posto dove tutto invece può disperdersi. Senza lasciare traccia. Come un soffio nel vento.

Dove è finito il tuo grido? Chi ha raccolto la tua tristezza e la tua felicità? Chi ascolta dall'altra parte la tua rabbia o la tua gioia? A chi importa veramente di te? Dove si perde la tua vita nell'infinito? E chi siamo noi rispetto a tutto questo?

## 2

In realtà che anche il nostro grido più forte di dolore o di gioia si perda negli infiniti spazi che ci sovrastano, noi non ci pensiamo mai. O quasi.

Eppure è così sempre. Anche quando non ci pensiamo. E crediamo di vivere in un mondo fatto su misura per noi, in città, a casa, con gli amici, a scuola, circondati dalle nostre cose, animati dalle preoccupazioni della vita di ogni giorno, presi dai nostri problemi, dall'entusiasmo o dalla noia, invischiati nelle paure, nelle ansie, nella tensione per le cose che dobbiamo fare e che ci incalzano, ci sembrano così grandi, a volte insormontabili, immersi nelle luci che ci impediscono di vedere, di pensare, di ricordarci di questo spazio immenso, nero, vuoto e freddo dove anche il nostro grido più forte si perde. E dove si perderebbe il grido dell'umanità intera se potesse urlare insieme il suo dolore o la sua gioia.



### *Il giorno di dolore che uno ha*

di Ligabue

Quando tutte le parole sai che non ti servono più  
quando sudi il tuo coraggio per non startene laggiù  
quando tiri in mezzo Dio o il destino o chissà che  
che nessuno se lo spiega perché sia successo a te  
**QUANDO TIRA UN PO' DI VENTO CHE CI SI RIALZA UN PO'  
E LA VITA È UN PO' PIÙ FORTE DEL TUO DIRLE "GRAZIE NO"**  
quando sembra tutto fermo la tua ruota girerà...

...Sopra il giorno di dolore che uno ha.

Quando indietro non si torna quando l'hai capito che  
che la vita non è giusta come la vorresti te  
quando farsi una ragione vorrà dire vivere  
te l'han detto tutti quanti che per loro è facile  
**QUANDO BATTE UN PO' DI SOLE DOVE CI CONTAVI UN PO'**  
**E LA VITA È UN PO' PIÙ FORTE DEL TUO DIRLE "ANCORA NO"**  
quando la ferita brucia la tua pelle si farà...

...Sopra il giorno di dolore che uno ha.

Quando il cuore senza un pezzo  
il suo ritmo prenderà  
quando l'aria che fa il giro i tuoi polmoni beccherà  
quando questa merda intorno sempre merda resterà  
riconoscerai l'odore perché questa è la realtà  
quando la tua sveglia suona e tu ti chiederai che or'è  
che la vita è sempre forte molto più che facile  
quando sposti appena il piede  
lì il tuo tempo crescerà...

...Sopra il giorno di dolore  
che uno ha.



### 3

Solo la luna, il pianeta più vicino a noi, ha una distanza media di 384mila chilometri dalla terra. Plutone il più lontano pianeta del sistema solare dista invece 5milioni750mila chilometri. Di tutti quei punti luminosi che vediamo nel cielo, e che sono tutte stelle come il nostro sole, ma così lontane da ridursi appena a delle lucciole tremanti nel buio, la più vicina si chiama Alfa Centauri. Dista 4 anni luce dalla terra. Cioè un segnale luminoso, alla velocità strabiliante di 300mila chilometri al secondo, ci mette 4 anni per arrivare fin là. E 4 anni luce sono 36mila miliardi di chilometri. Una misura spropositata solo a pensarci. Ma che non è quasi niente rispetto agli immensi e sterminati spazi vuoti del cosmo.

Il nostro sole fa parte infatti di un ammasso di stelle, la galassia, chiamato Via Lattea, insieme ad altre 2 miliardi di stelle, che ruotano tutte intorno a un centro, come in un immenso gorgo cosmico largo 180mila anni luce. Per compiere un giro completo intorno al centro galattico il sole, e con lui la terra e con la terra ciascuno di noi, ci mette 200 miliardi di anni. E la nostra galassia è a sua volta un punto in mezzo a miliardi di altre galassie che si muovono negli spazi sconfinati dell'universo. La più grande galassia a noi vicina è Andromeda che dista oltre 2 milioni di anni luce, cioè 18 miliardi di miliardi di chilometri.

Ogni raggio di quella tenue luce del cielo di notte ha percorso prima di arrivare a noi miliardi e miliardi di chilometri. Ciò significa che noi ora non stiamo vedendo le stelle, che abbiamo davanti, come sono adesso, ma com'erano milioni o miliardi di anni fa. E che se ci fosse qualcuno dall'altra parte della notte, che ci sta guardando, adesso da una di quelle stelle, non vedrebbe noi qui ora, ma la terra com'era milioni o miliardi di anni fa. Guardare il cielo di notte è un modo per perdersi negli abissi del tempo oltre ch  dello spazio.

Chi   l'uomo rispetto a tutto questo? E che ne   del nostro mondo, delle nostre luci, delle nostre cose, delle nostre minuscole catastrofi quotidiane rispetto all'infinito spazio nero, vuoto e freddo che ci sta davanti?

# Un uomo venuto da molto lontano

di Amedeo Minghi



Un uomo venuto da molto lontano,  
negli occhi il ricordo dei campi di grano,  
il vento di Auschwitz portava nel cuore  
e intanto scriveva poesie d'amore,  
amore che nasce dentro il cuore dell'uomo  
per ogni altro uomo.

Un uomo venuto da molto lontano,  
stringeva il dolore e un libro nella mano  
qualcuno ha sparato ed io quel giorno ho pianto,  
ma tutto il mondo gli è rimasto accanto:  
quel giorno il mondo ha ritrovato il cuore,  
la verità non muore.

Un uomo che parte, vestito di bianco,  
per mille paesi e non sembra mai stanco,  
ma dentro i suoi occhi un dolore profondo:  
vedere il cammino diverso del mondo,  
la guerra e la gente che cambia il suo cuore,  
la verità che muore.

Va' dolce grande uomo Va' parla della libertà Va' dove  
guerra, fame e povertà hanno ucciso anche la dignità .  
Va' e ricorda a questo cuore mio  
che Caino sono pure io  
che Caino sono pure io.

Dall'Est è arrivato il primo squillo di tromba,  
il mondo si ferma... c'è qualcosa che cambia,  
un popolo grida: Noi vogliamo Dio,  
la libertà è solo un dono suo.  
Tu apri le braccia e incoraggi i figli  
ad essere fratelli.

Va' dolce grande uomo Va' parla della libertà  
Va' dove l'uomo ha per sorella  
solo lebbra e mosche sulle labbra.  
Va' e ricorda a questo cuore mio  
che Caino sono pure io  
che Caino sono pure io  
che Caino sono pure io.



#### 4

«Quando considero la piccola durata della mia vita inghiottita nell'eternità che la precede e che la segue, il piccolo spazio che occupo ed anche quello che vedo perduto nell'infinita immensità degli spazi che ignoro e che mi ignorano, mi atterrisco e mi stupisco di vedermi qui piuttosto che altrove, perché io sia qui piuttosto che altrove, perché io sia oggi piuttosto che allora».

«Io non so chi mi ha messo al mondo, né che cosa è il mondo, né chi sono io; mi trovo in una terribile ignoranza di tutte le cose; ignoro che cosa sia il mio corpo, i miei sensi, la mia anima e questa parte del mio io che pensa che quel che dico, riflette su tutto e su se stessa e ignora se stessa tanto quanto tutto il resto».

**«Vedo quegli spaventevoli spazi dell'universo che mi tengono prigioniero, e mi trovo segregato in un angolo di questa vasta distesa, senza sapere perché sono stato collocato in questo luogo qui piuttosto che in un altro, perché il po' di tempo che mi è dato di vivere m'è stato assegnato in questo punto piuttosto che in un altro di tutta l'eternità che mi ha preceduto e che mi seguirà. Non vedo che infinità da tutte le parti, le quali mi rinserrano come un atomo e come un'ombra che dura un istante e non ritorna».**

# La Canzone Dell'infinito

di Riccardo Cocciante

Ogni tanto mi smarrisco un poco, per fuggire all'ora gioco

**MI RITROVO AD ESSER LIBERO NELL'ARIA**

dissolto eppure ancora io cerco, puro, senza scoria

**UN SEGNALE L'INIZIO DELLA STORIA**

cerco un senso fondo e infinito

che mi sembra lì nascosto dietro a un dito

**QUELL' AMORE SPARSO OVUNQUE CHE NON SO**

mai raccogliere in un pugno, quel che ho

E quel che ho, siete voi

che temo di non amar come vorrei,

e che so che io potrei

Ogni tanto, spesso prendo fuoco

nel soffitto faccio un buco

e mi innalzo come fumo su nel cielo

disperso eppure ancora io

mi vergogno e controvento la mia rabbia spengo

e rido in un momento

**ALZO GLI OCCHI VERSO L'INFINITO POI LI ABBASSO**

**A VOLTE UN PO' FERITO**

sento amore sparso ovunque che non so

mai raccogliere in un pugno, quel che ho

E quel che ho, siete voi

che temo di non amar come vorrei,

e che so che io potrei

Ogni tanto, forse troppo spesso  
io mi sento sotto un sasso  
e vorrei salir magari in un pallone  
salir più in alto di un gabbiano e su, ancora più lontano  
per vedere se toccherò la mano  
cerco una risposta, anche un saluto,  
so che può bastare uno starnuto  
qualcuno che mi dica dove andrai  
insieme, ancora insieme tu gli avrai.



## 5

E tuttavia non possiamo accettare di urlare la nostra rabbia, il nostro dolore o la nostra gioia al vuoto degli spazi che ci sovrastano, non possiamo accettare di essere ingoiati in un universo indifferente, inospitale e del tutto sproporzionato rispetto al nostro mondo. Non possiamo accettare di non essere niente rispetto al tutto. Non possiamo accettare che tutto quello per cui lottiamo, speriamo, amiamo, che tutto quello che ci fa soffrire o entusiasmare non sia che un insignificante battito di ciglio rispetto all'infinità del tempo e un granello di polvere rispetto all'infinità dello spazio.

Il fatto stesso che quando stiamo male, il fatto stesso che quando stiamo bene abbiamo bisogno di qualcuno a cui dirlo, abbiamo bisogno di qualcuno a cui comunicarlo, con cui dividere le nostre passioni, i nostri timori, la nostra felicità, il fatto che quando qualcosa ci bolle dentro abbiamo bisogno di ritrovarci davanti a un cielo come questo, davanti a un volto, davanti a un Tu che ci ascolta, tutto questo ci mostra che noi siamo fatti per essere qualcuno negli occhi di un altro, per essere un volto, un grumo di sentimenti, una storia di fronte al volto, ai sentimenti e alla storia di un altro, in una parola questo cielo smisurato ci mostra che siamo fatti per essere amati.



«Uno sconosciuto è il mio amico  
uno che io non conosco  
Uno sconosciuto lontano lontano  
Per lui il mio cuore è pieno di  
nostalgia.  
Perché egli non è presso di me.  
Perché egli forse non esiste affatto  
Chi sei tu che colmi il mio  
cuore della tua assenza?  
Che colmi tutta la terra della tua assenza?»

## 6

Forse guardare questi spazi smisurati, se non ci mostra ancora il volto di qualcuno capace di ascoltarci, se non ci rivela il Tu in grado di cogliere la nostra voce, di non lasciarla cadere nel vuoto, se non ci indica ancora il nome «dell'amico lontano che riempie il nostro cuore della sua assenza», può comunque smuovere qualcosa in noi, può mostrarci qualcosa di vero di noi, qualcosa di molto profondo e che dimentichiamo, ma di cui che lo vogliamo o no, in un modo o nell'altro, non possiamo fare a meno.

Trovarsi davanti a tutto questo può soffiare via la polvere inutile e soffocante che accumuliamo ogni giorno e che ogni giorno si deposita su di noi. Può sciogliere la scorza della banalità, del formalismo, dell'apparenza, di tutte quelle cose che facciamo soltanto per farle o perché le fanno gli altri o perché non sappiamo che altro fare, ma che non ci lasciano un briciolo di felicità.

Forse questi spazi immensi e infiniti ci sono meno estranei di quanto pensiamo. Forse li portiamo dentro anche noi. Forse sono solo uno specchio dell'immensità e dell'infinito che noi siamo o di cui portiamo in noi l'immagine, forse sono l'impronta che qualcuno, altrettanto immenso e infinito, ha lasciato in noi.

Non c'è bisogno neppure di venire in montagna, di scalare le cime più alte, di trovare il buio più buio: questo spazio smisurato e incalcolabile possiamo trovarlo anche in noi, purché sappiamo fare silenzio, purché sappiamo ascoltarlo a nostra volta, purché sappiamo immergerci in ciò che di più profondo e nascosto siamo, purché sappiamo cogliere e ritrovare il desiderio dell'amore smisurato e incalcolabile che portiamo in noi. Senza questo desiderio questo cielo, questi spazi non ci direbbero nulla, non ci comunicerebbero alcunché, non risuonerebbero dentro come un'eco o un accordo in risonanza: sarebbero solo una macchia di nero con qualche punto sopra.

E se tutto questo non è soltanto una macchia di nero, se tutto questo può smuovere correnti sotterranee in noi è perché nessuno può bastare a se stesso. Perché l'essenza di ciò che siamo è una domanda, un punto interrogativo che guardiamo riflesso proprio in questo cielo che ci si apre davanti. E più ci si apre più ci fa aprire a noi stessi. Più ci sprofondiamo dentro nell'infinità più finiamo per sprofondare dentro l'infinità di noi stessi.

## 7

«Talvolta la mano in sogno  
del seminatore di stelle  
ha fatto risuonare la musica dimenticata  
come una nota della lira immensa  
e l'onda umile alle nostre labbra venne  
di poche parole vere»



## La cura

di Franco Battiato

Ti proteggerò dalle paure delle ipocondrie,  
dai turbamenti che da oggi incontrerai per la tua via.  
Dalle ingiustizie e dagli inganni del tuo tempo,  
dai fallimenti che per tua natura  
normalmente attirerai.

Ti sollevorò dai dolori e dai tuoi sbalzi d'umore,  
dalle ossessioni delle tue manie.

Supererò le correnti gravitazionali,

lo spazio e la luce per non farti invecchiare.

E guarirai da tutte le malattie,

perché sei un essere speciale ed io avrò cura di te.

Vagavo per i campi del Tennessee

***COME VI ERO ARRIVATO, CHISSÀ.***

Non hai fiori bianchi per me?

Più veloci di aquile i miei sogni  
attraversano il mare.

Ti porterò soprattutto il silenzio e la pazienza.

Percorreremo assieme le vie che portano all'essenza.

I profumi d'amore inebrieranno i nostri corpi,

la bonaccia d'agosto non calmerà i nostri sensi.

Tesserò i tuoi capelli come trame di un canto.

Conosco le leggi del mondo, e te ne farò dono.

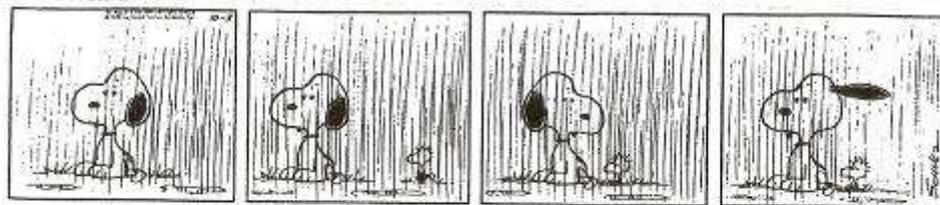
Supererò le correnti gravitazionali,

lo spazio e la luce per non farti invecchiare.

Ti salverò da ogni malinconia,

perché sei un essere speciale ed io avrò cura di te...

io sì, che avrò cura di te





SPAZIO DEDICHE !

