

TAPPA 1

#NEE OGGIERE

Non temere Maria!

1. LE EMOZIONI CHE PROVO

Entrare in preghiera con le proprie emozioni
Per iniziare la preghiera fai due minuti di silenzio per esplorare le tue emozioni: “*Come ti senti oggi?*”. Sulla maglietta animatori puoi trovare alcune emozioni tra cui scegliere.

Invito alla preghiera

Nel nome del Padre...

Signore ci hai fatti per Te,
**e il nostro cuore è inquieto
finché non riposa in Te!**

(Sant'Agostino)

2. INCONTRO LE EMOZIONI E DO LORO UN NOME

Dal Vangelo secondo Luca (1,26-31.38)

Al sesto mese, 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: “Rallegrati, 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. Allora Maria disse: "Ecco la serva del Signore: avvenga per me secondo la tua parola".

Commento

Maria è casa, sta svolgendo le sue attività quotidiane, quelle attività che aveva programmato, quando ad un tratto viene interrotta. L'Angelo entra in casa e la interrompe. Maria non si arrabbia, ma un'emozione forte rapisce il suo cuore - è turbata, ma accetta questo imprevisto e lo **accoglie** a braccia aperte, perché intuisce che è venuto per dirle qualcosa di importante, e lei lo ascolta, con un cuore aperto e umile. Impariamo da Maria a gestire le emozioni, a fidarci e donare il nostro tempo per l'ascolto.



3. VIVO E COLTIVO LE MIE EMOZIONI

Domanda

Quante volte hai pensato di non essere giusto e di avere qualcosa “fuori posto”, qualcosa di sbagliato nella tua vita?

Uno spunto per te

[Red - Trailer Ufficiale - YouTube](#)

Mei è una ragazza di terza media, sta cambiando e sta crescendo. Grazie al film possiamo apprendere come lei sia in grado di accogliere i cambiamenti della sua vita grazie alle persone che la circondano, che le vogliono bene e che l'aiutano a capire che lei “va bene così”.

