

# #DOMANDARE

*Una sola cosa ti manca*

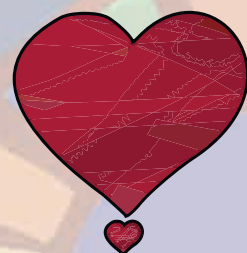
## 1. LE EMOZIONI CHE PROVO

**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 fa che io non cerchi  
tanto di essere compreso,  
**quanto di comprendere.**  
di essere amato,  
**quanto di amare**  
(*San Francesco di Assisi*)



## 2. INCONTRO LE EMOZIONI E DO LORO UN NOME

**Dal Vangelo secondo Marco (10,17-18)**

*Mentre andava per la strada, un tale gli corse incontro e, gettandosi in ginocchio davanti a lui, gli domandò: “Maestro buono, che cosa devo fare per avere in eredità la vita eterna?”.*

## Commento

Anche noi possiamo trovare il coraggio e **domandare** al Signore quello che abbiamo nel nostro cuore... senza “se” e senza “ma”, proprio come il giovane ha fatto. Occorre vincere le nostre resistenze e le nostre paure, andare da Gesù e chiedere a Lui quello che più abbiamo nel cuore, proprio come si fa con un amico. Non basta però il coraggio della domanda, bisogna anche avere la forza di ascoltare la risposta e di mettersi in cammino. Il giovane non ci è riuscito... andandosene via triste.

## 3. VIVO E COLTIVO LE MIE EMOZIONI

### Domanda:

Hai il coraggio di domandare al Signore quello che più hai nel cuore e ad andare a fondo e a staccarti dalle tue sicurezze per prendere nella vita strade inaspettate?

### Uno spunto per te

Il quadro “Navi nel porto di notte”, Caspar David Friedrich

<https://tinyurl.com/ybafees6>

«Una nave in porto è al sicuro ma non è per questo che le navi sono state costruite» (*Benzir Bhutto, politica pakistana*). Anche noi nel-

la nostra vita possiamo scegliere di rimanere ancorati alle nostre sicurezze e rimanere nel nostro porto, saremo al sicuro ma senza vivere la vita a pieno. Oppure possiamo trovare il coraggio di domandare e di metterci in cammino, uscendo dal porto sicuro e prendendo il largo, vivendo la nostra vita a pieno. Siamo fatti per fare qualcosa di grande; non per rimanere al sicuro nelle nostre certezze.

