

#DISEMPERERE

Non capite ancora e non comprendete?

1. LE EMOZIONI CHE PROVO

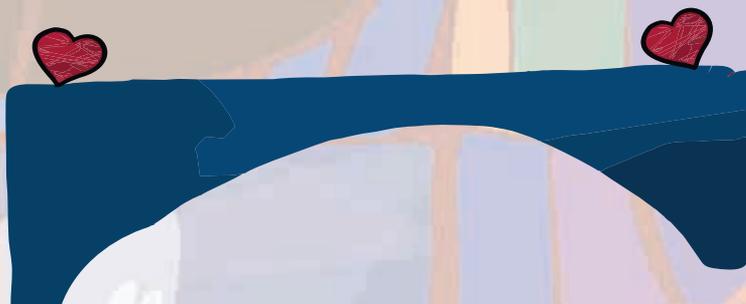
Entrare in preghiera con le proprie emozioni
Per iniziare la preghiera fai due minuti di silenzio per esplorare le tue emozioni: *“Come ti senti oggi?”*. Sulla maglietta animatori puoi trovare alcune emozioni tra cui scegliere.

Invito alla preghiera

Nel nome del Padre...

Signore, parla ogni tanto al mio cuore
**e fa sì che le tue consolazioni
mi rallegrino!**

Insegnami a parlarti spesso,
**a confidarti mio Dio
tutta la mia miseria ed i miei bisogni.**
(San Guglielmo di Saint Thierry)



2. INCONTRO LE EMOZIONI E DO LORO UN NOME

Dal Vangelo secondo Marco (8,14.17-21)

Avevano dimenticato di prendere dei pani e non avevano con sé sulla barca che un solo pane. Si accorse di questo e disse loro: “Perché discutete che non avete pane? Non capite ancora e non comprendete? Avete il cuore indurito? Avete occhi e non vedete, avete orecchi e non udite? E non vi ricordate, quando ho spezzato i cinque pani per i cinquemila, quante ceste colme di pezzi avete portato via?”. Gli dissero: “Dodici”. “E quando ho spezzato i sette pani per i quattromila, quante sporte piene di pezzi avete portato via?”. Gli dissero: “Sette”. E disse loro: “Non comprendete ancora?”.

Commento

I discepoli nel **discutere** alzano la voce e si intestardiscono. È per questo che Gesù interviene, con calma: mostra loro quello che è il giusto punto di cui parlare. È dalle parole del Signore - che entra nella discussione a cuore aperto - che i discepoli finalmente capiscono quale è il punto che può farli crescere e illuminarli.

Nonostante gli interventi di Gesù, i discepoli ricadono ogni volta in discussioni causate dalla loro testardaggine. Nella fatica delle discussioni si vede davvero la loro (e la nostra) umanità!

3. VIVO E COLTIVO LE MIE EMOZIONI

Domanda:

In una discussione mi lascio prendere dalla testardaggine o faccio lo sforzo, pur con tutta la mia umanità, di cercare il focus, cambiando di prospettiva?

Uno spunto per te Illusioni ottiche

https://it.wikipedia.org/wiki/Illusione_anatra-coniglio

Questa illusione non si verifica solo con l'immagine scelta, ma anche con immagini diverse (la giovane - vecchia, l'uomo con i baffi - cane...). Si tratta di un'immagine bistabile, cioè che ci rimanda la visione di immagini differenti, solitamente che sia alternano. Vediamo l'una o l'altra in base a come cambiamo la nostra prospettiva su quanto abbiamo di fronte.

