

INCORAGGIARE

Coraggio sono io, non abbiate paura!

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 Matteo (14,24-29)

La barca intanto distava già molte miglia da terra ed era agitata dalle onde: il vento infatti era contrario. Sul finire della notte egli andò verso di loro camminando sul mare. Vedendolo camminare sul mare, i discepoli furono sconvolti e dissero: "È un fantasma!" e gridarono dalla paura. Ma subito Gesù parlò loro dicendo: "Coraggio, sono io, non abbiate paura!". Pietro allora gli rispose: "Signore, se sei tu, comandami di venire verso di te sulle acque". Ed egli disse: "Vieni!". Pietro scese dalla barca, si mise a camminare sulle acque e andò verso Gesù.

Commento

Si provi a immaginare la stanchezza e la fatica di quel momento: la barca distante dalla riva in un momento di tempesta. Gesù arriva e incoraggia i discepoli a non aver paura e a seguire le sue indicazioni. O meglio, è la consapevolezza che c'è lì Gesù a placare la loro paura.

Ci capita talvolta di essere stanchi, talvolta impauriti, e di trovare consolazione in qualcuno. Quella persona ci incoraggia a non abbatterci, a non disperare, perché andrà tutto bene. Riconoscere chi ci sta accanto e ci incoraggia nei momenti di paura e sconforto è fondamentale per superare anche i momenti più bui.

3. VIVO E COLTIVO LE MIE EMOZIONI

Domanda:

Quali sono le persone che ci incoraggiano e ci spronano a fare sempre di più e sempre meglio? Come facciamo a nostra volta a incoraggiare chi ci è affidato durante l'Oratorio estivo?

Uno spunto per te

“Sei dentro me”, dal film Tarzan (1999)

<https://www.youtube.com/watch?v=-9SJAu2qjEY>

Il brano di Phil Collins descrive l'amore di una madre che non lascia il figlio.

Lei lo incoraggia e lo rincuora. Gli dà nuovamente la forza per essere realmente se stesso.

