

RACCONTARE L'UMANO

Spunti per la riflessione personale e il lavoro di gruppo



[\(QUI IL PDF DEL TESTO BASE A CUI QUESTI SPUNTI SI RIFERISCONO\)](#)

1. Raccontare il Volto

Per cominciare – Un gesto prima delle parole

Prima di qualsiasi domanda o discussione, si propone un esercizio semplice e potente. Ciascuno sceglie una fotografia di se stesso – non quella che metterebbe sui social, non quella che preferisce, ma una in cui si sente *visto davvero*, oppure, al contrario, una in cui sente che qualcosa del proprio volto reale è assente o nascosto. Chi non trova una fotografia del genere può anche scegliere di non portarne nessuna: anche quella assenza dice qualcosa.

Si sta in silenzio, con la propria fotografia o senza, per tre minuti. Non si guarda il telefono. Si lascia che la domanda entri lentamente: *questo volto, sono io?*

Riflessione personale – Le domande da portare dentro

Queste domande non sono un questionario da compilare. Sono inviti a sostare, a scrivere qualcosa su un foglio o su un diario, senza fretta e senza la pressione di dover arrivare a una risposta pulita. L'obiettivo non è rispondere in modo corretto, ma scoprire cosa emerge quando ci si ferma davvero davanti a ciascuna di esse.

Sul proprio volto e sulla propria identità:

La prima domanda è la più diretta, e forse la più difficile: *quando mi guardo allo specchio, cosa cerco di vedere – e cosa invece evito di vedere?* Non si tratta di critica estetica, ma di qualcosa di più profondo: quali parti di sé si è imparato ad accettare, e quali si nascondono ancora, anche a se stessi?

La seconda domanda tocca l'immagine pubblica: *il volto che mostro agli altri – sui social, a scuola, in famiglia – corrisponde al volto che sento di avere dentro? Dove sento la distanza maggiore? E ancora: quando mi sento più autenticamente me stesso – in quale situazione, con quale persona, in quale momento della giornata?*

Sullo sguardo degli altri:

C'è stato, nella propria vita, un momento in cui qualcuno ci ha *guardati davvero* – non ha valutato, non ha giudicato, ma ha visto? Si prova a ricordare quell'incontro con la maggiore precisione possibile: dove era, chi era, cosa ha detto o non ha detto, e cosa è cambiato in noi dopo. Se quel momento non si riesce a ricordare, anche questo vale la pena di essere riconosciuto: cosa significa non sentirsi mai stati davvero visti?

Dall'altra parte: c'è qualcuno, nella propria vita attuale, che si guarda davvero – o si tende a guardare le persone attraverso la griglia di ciò che fanno, di ciò che rendono, di ciò che si aspetta da loro?

Sul coraggio del volto:

Simone Weil ha scelto di portare nel proprio corpo l'esperienza di chi il mondo preferiva non guardare. Non si chiede di fare lo stesso. Si chiede qualcosa di più piccolo ma non meno serio: *c'è qualcuno, nel mio contesto quotidiano, che io sto evitando di guardare davvero? Una persona che tratto come sfondo, come elemento del paesaggio, piuttosto che come un volto che mi chiede qualcosa?*

Lavoro di gruppo – Quattro proposte concrete

Le proposte che seguono hanno livelli di intensità e di durata diversi. Chi conduce il gruppo sceglie quella più adatta al contesto, al tempo disponibile e al grado di fiducia già raggiunto all'interno del gruppo. Non è necessario svolgerne più di una per incontro: meglio fare una cosa sola con profondità che molte cose in superficie.

Proposta 1 – Il ritratto invisibile (durata: 40-50 minuti)

Si divide il gruppo in coppie. Ciascuna coppia ha a disposizione quindici minuti: uno dei due parla di sé – non di ciò che fa, non dei propri hobby o dei propri risultati, ma di come si sente, di cosa porta dentro in questo periodo della vita, di cosa teme e di cosa desidera. L'altro ascolta senza interrompere, senza dare consigli, senza condividere esperienze proprie. Il solo compito di chi ascolta è *guardare e essere presente*.

Al termine dei quindici minuti, si invertono i ruoli. Poi, in plenaria, si riflette insieme non sui contenuti di ciò che è stato detto, ma sull'*esperienza dello sguardo*: come ci si è sentiti ad essere ascoltati in quel modo? È stato difficile parlare senza che l'altro interrompesse, senza che cercasse di risolvere? È stato difficile ascoltare senza intervenire? Cosa si è notato nel volto dell'altro durante quei quindici minuti?

Proposta 2 – Le fotografie e i nomi (durata: 30 minuti, con materiali preparati in anticipo)

Il conduttore raccoglie, prima dell'incontro, fotografie di persone anonime – volti di persone comuni, non di personaggi famosi, presi da archivi fotografici liberi da diritti o da vecchie riviste. I volti devono essere diversi per età, provenienza, espressione. Ciascun partecipante sceglie una fotografia che lo colpisce, senza sapere nulla di chi ritrae.

Si lascia del tempo per guardare la fotografia in silenzio. Poi si chiede: *chi potrebbe essere questa persona? Cosa porta nel volto? Cosa nasconde? Di cosa potrebbe avere bisogno?* Non si tratta di inventare una storia, ma di *praticare lo sguardo attento*: quello che Simone Weil chiamava attenzione, e che Levinas descriveva come l'incontro con il volto dell'altro che pone una domanda. In seguito si condivide, in piccoli gruppi di tre o quattro persone, ciò che è emerso. La domanda conclusiva, da portare in plenaria, è questa: *cosa cambia in noi quando guardiamo un volto sconosciuto con questa qualità di attenzione, invece di scorrervi sopra come si fa normalmente?*

Proposta 3 – La lettera a uno sguardo ricevuto (durata: 45 minuti, con momento di scrittura individuale)

Ciascun partecipante prende un foglio e scrive una lettera – non necessariamente da consegnare – a una persona che, in un momento della propria vita, lo ha *visto davvero*. Può essere un genitore, un insegnante, un amico, un educatore, uno sconosciuto incontrato in un momento difficile. La lettera comincia con queste parole, scritte già sul foglio dal conduttore: *Voglio dirti che quando hai alzato gli occhi su di me e hai visto quello che c'era, è successo qualcosa che non ho ancora finito di capire...*

Dopo la scrittura – che richiede almeno venti minuti di silenzio – chi lo desidera può leggere un frammento della propria lettera al gruppo. Non si commenta ciò che viene condiviso: si riceve in silenzio, con la stessa qualità di attenzione che la lettera descrive.

La domanda che chiude l'esercizio, aperta alla discussione: *cosa fa di uno sguardo un dono? E cosa impedisce, nella vita quotidiana, di offrire questo dono agli altri?*

Proposta 4 – Davanti a un'icona o a un'opera d'arte (durata: 20-30 minuti, richiede la proiezione di un'immagine)

Si proietta un'icona – ad esempio il *Volto del Cristo* di Andrej Rublëv, oppure il celebre *Salvator Mundi* attribuito a Leonardo da Vinci – oppure un dipinto in cui il volto umano sia trattato con profondità particolare: il *Ritratto di giovane* di Raffaello, oppure uno degli autoritratti di Rembrandt nell'ultima fase della sua vita, in cui il pittore si guarda con una onestà che non concede nulla all'idealizzazione.

Si chiede al gruppo di osservare in silenzio per cinque minuti. Non si spiega nulla prima: si lascia che l'immagine lavori da sola. Poi si introducono, brevemente, le parole di Florenskij sull'icona come presenza che convoca – non immagine da guardare, ma sguardo che ci viene incontro – e si apre la discussione: *questo volto mi chiede qualcosa? E se sì, cosa?*

Per i gruppi di ispirazione cristiana, questo esercizio si presta naturalmente a un momento di preghiera silenziosa: stare davanti al volto del Cristo nell'icona come si sta davanti a uno sguardo che conosce il proprio nome.

Un impegno concreto – Tra questo incontro e il prossimo

Al termine della sessione, si propone a ciascun partecipante di scegliere un solo impegno concreto da portare nella settimana che segue. Non si tratta di un'azione straordinaria, ma di un gesto piccolo e preciso, che può essere scelto tra i seguenti.

Il primo impegno possibile consiste nell'identificare, nella propria vita quotidiana, una persona che si tende a guardare senza vederla davvero – un compagno di classe, un familiare, un collega, un vicino – e dedicarle, almeno una volta nel corso della settimana, cinque minuti di attenzione autentica: ascoltarla senza il telefono in mano, guardarla negli occhi, chiederle come sta aspettando davvero la risposta.

Il secondo impegno possibile è quello di trascorrere cinque minuti davanti allo specchio – non per controllare il proprio aspetto, ma per stare davanti al proprio volto con la stessa qualità di attenzione che si è cercato di praticare nell'incontro – e osservare cosa emerge: cosa si vede che di solito si evita, cosa si sente, cosa si vorrebbe dire a quella persona che si sta guardando.

Il terzo impegno possibile è di natura culturale: cercare e guardare, in modo lento e attento, almeno un'opera d'arte – un dipinto, una fotografia, un'icona – in cui il volto umano sia il soggetto centrale. Non importa dove la si trova: in un libro, su una schermata, in una chiesa o in un museo.

L'importante è fermarsi davvero, e lasciare che quell'incontro duri più di qualche secondo.

Al prossimo incontro, si comincia condividendo – chi lo desidera – come è andata. Non il giudizio sull'esperienza, ma la descrizione: cosa è successo, cosa si è sentito, cosa ha sorpreso.

Una parola finale – Per chi conduce

Chi porta questo tema a un gruppo di giovani porta con sé una responsabilità particolare: quella di incarnare, prima ancora di descriverla, la qualità di sguardo di cui si sta parlando. Non si può insegnare a vedere il volto dell'altro mentre si guarda l'orologio, mentre si correggono gli appunti, mentre si pensa già alla prossima attività. La pedagogia del volto comincia nel momento in cui l'educatore alza gli occhi e guarda davvero chi ha di fronte.

È un gesto che non si impara una volta sola. Si allena, si perde, si ritrova. Ma ogni volta che accade – ogni volta che un ragazzo o una ragazza sente di essere stato *visto* davvero, e non semplicemente valutato o gestito – qualcosa cambia che non si cancella facilmente. Lo sguardo autentico lascia traccia. E quella traccia, a volte, diventa la luce che qualcuno porta con sé negli anni difficili.

Bibliografia – Raccontare il Volto

Per l'animatore e l'educatore

- Emmanuel Levinas, *Totalità e Infinito. Saggio sull'esteriorità*, Jaca Book, Milano. È il testo fondativo della filosofia del volto nel Novecento. Non è una lettura facile, ma i capitoli dedicati al volto dell'altro – in particolare la sezione *Il volto e l'esteriorità* – sono accessibili anche a chi non ha una formazione filosofica specialistica, e offrono all'educatore una base concettuale solida per capire perché lo sguardo sull'altro è un atto etico prima ancora che affettivo.

- Simone Weil, *Attesa di Dio*, Adelphi, Milano. Raccoglie le lettere e i saggi spirituali della Weil, tra cui il testo fondamentale *Riflessioni sull'uso degli studi scolastici come mezzo per l'amore di Dio*, dove elabora la sua teoria dell'attenzione. È una lettura che cambia il modo di pensare all'educazione: ogni atto di attenzione autentica verso uno studente diventa, in questa prospettiva, una forma di amore e quasi di preghiera.

- Pavel Florenskij, *Le porte regali. Saggio sull'icona*, Adelphi, Milano. Un testo breve e denso, scritto da uno dei pensatori più originali della Russia del primo Novecento – scienziato, filosofo, sacerdote, martire. Elabora una teologia dello sguardo a partire dall'icona che è di straordinaria utilità per chiunque voglia riflettere sul rapporto tra immagine e presenza, tra guardare ed essere guardati.

- Henri Nouwen, *L'abbraccio benedicente*, Queriniana, Brescia. Già citato nel percorso sulla *Luce* a proposito di Rembrandt. Lo si richiama qui perché il tema del volto del padre nel dipinto del *Ritorno del figliol prodigo* è centrale anche per questa stazione: Nouwen descrive con precisione e profondità cosa significa essere guardati da uno sguardo che non giudica, e cosa questo richiede a chi educa.

- Daniel Stern, *Il momento presente in psicoterapia e nella vita quotidiana*, Raffaello Cortina, Milano. Uno psicologo dello sviluppo tra i più importanti del Novecento riflette sulla qualità del *momento di incontro* tra due persone – quel secondo in cui due sguardi si trovano davvero e qualcosa cambia. Utile per capire, con il linguaggio della psicologia relazionale, cosa accade neurologicamente e emotivamente quando si è davvero visti dall'altro.

Per il giovane

- Banana Yoshimoto, *Kitchen*, Feltrinelli, Milano. Un romanzo breve e luminoso, scritto da una giovane autrice giapponese, in cui la protagonista affronta il lutto e la solitudine attraverso gli incontri con persone che la guardano senza pretendere di capirla o di cambiarla. È un libro che molti adolescenti leggono di notte e non riescono a smettere: parla di perdita, di identità, di volti che rimangono.

- Chimamanda Ngozi Adichie, *Americanah*, Einaudi, Torino. Un romanzo potente sull'esperienza di essere guardata – e giudicata – per la propria razza, il proprio genere, la propria provenienza. La protagonista nigeriana che arriva negli Stati Uniti scopre che il proprio volto viene letto da altri prima ancora che lei possa presentarsi. Un libro che apre gli occhi su quanto sia difficile – e necessario – essere visti al di là delle etichette.

- J.D. Salinger, *Il giovane Holden*, Einaudi, Torino. Un classico che gli adolescenti continuano a leggere perché Holden Caulfield dice ad alta voce ciò che molti pensano in silenzio: che il mondo è pieno di persone che non si guardano davvero, che recitano una parte, che non sanno essere autentiche. La sua ricerca disperata di qualcuno che lo veda per quello che è, e non per quello che dovrebbe essere, è uno dei ritratti più onesti dell'adolescenza che la letteratura abbia prodotto.
 - Rainer Maria Rilke, *Lettere a un giovane poeta*, Adelphi, Milano. Dieci lettere scritte da Rilke a un giovane aspirante poeta tra il 1903 e il 1908. Non parlano solo di poesia: parlano di come si guarda la propria vita interiore, di come si impara a stare con se stessi, di come si diventa capaci di vedere il reale con occhi propri. Una lettura che molti giovani descrivono come un incontro – come se Rilke li avesse guardati e avesse detto qualcosa che aspettavano di sentire.
 - Film: *Il favoloso mondo di Amélie*, regia di Jean-Pierre Jeunet, 2001. Una giovane donna che osserva il mondo con un'intensità assoluta – che vede i dettagli che gli altri non notano, che guarda i volti delle persone con una curiosità tenera e precisa – e che tuttavia fa fatica a lasciarsi guardare a sua volta. Un film che parla di attenzione, di invisibilità, di coraggio di mostrarsi, con una grazia visiva che è già, di per sé, una lezione di sguardo.
 - Film: *Io, Daniel Blake*, regia di Ken Loach, 2016. Un anziano falegname britannico, un sistema burocratico che lo riduce a una pratica, e qualcuno che – in mezzo a tutto questo – lo guarda come persona. Un film difficile da dimenticare, che pone la domanda del volto in termini politici e sociali senza perdere mai il livello umano e individuale. Indicato per gruppi che vogliono connettere il tema dello sguardo alla questione della giustizia.
 - Film: *Soul*, regia di Pete Docter, Pixar/Disney, 2020. Un film d'animazione che affronta, con una leggerezza apparente e una profondità reale, la domanda su cosa rende unica una persona – cosa c'è nel proprio volto, nel senso più ampio, che non si trova in nessun altro. Adatto anche a gruppi più giovani, è un punto di partenza accessibile per aprire la discussione sull'identità e sul desiderio di essere riconosciuti.
 - Canzone: *The Stranger*, Bruce Springsteen, dall'album *Darkness on the Edge of Town*, 1978 (in alternativa: *Fabrizio De André, La guerra di Piero*, 1964). Springsteen canta dell'estraneo che si incontra per strada e non si sa vedere – e di come quella cecità abbia conseguenze. De André racconta, nel modo che gli è proprio, di un soldato che non riesce a guardare il volto del nemico prima di sparargli, e di come quella incapacità costi la vita a entrambi. Due modi molto diversi di dire che non saper guardare il volto dell'altro ha un prezzo.
 - Opera d'arte: Rembrandt van Rijn, *Autoritratto con due cerchi*, circa 1665-1669, Kenwood House, Londra. Tra i numerosi autoritratti di Rembrandt nell'ultima fase della sua vita, questo è forse il più straordinario: un uomo anziano, segnato dalla vita, che si guarda senza pietà e senza compiacimento, con una onestà che non concede nulla all'idealizzazione. È un volto che ha attraversato il fallimento, la perdita, la solitudine – e che tuttavia guarda ancora, con occhi aperti. Una delle rappresentazioni più alte che l'arte occidentale abbia prodotto del tema dell'identità.
-

2. Raccontare le Radici

Per cominciare – Un gesto prima delle parole

Prima che qualcuno dica qualcosa, si propone un gesto semplice e silenzioso. Il conduttore invita ciascuno a prendere un foglio di carta e a scrivere, senza riflettere troppo a lungo, le prime tre cose che vengono in mente completando questa frase: «Vengo da...». Non si corregge nulla; non si cancella nulla. Si può venire da un posto, da una famiglia, da una storia, da un dolore, da un momento: qualunque cosa emerga è benvenuta.

Poi si lascia il foglio davanti a sé – non si legge a nessuno, non ancora – e si sta in silenzio per due minuti. Non si guarda il telefono. Si lascia che quelle parole facciano il loro lavoro, come semi appena posati sulla terra.

Riflessione personale – Le domande da portare dentro

Queste domande non sono un questionario da compilare. Sono inviti a sostare, a scrivere qualcosa su un foglio o in un diario, senza fretta e senza la pressione di dover arrivare a una risposta pulita. L'obiettivo non è rispondere in modo corretto, ma scoprire cosa emerge quando ci si ferma davvero davanti a ciascuna di esse.

Sul senso di appartenenza

La prima domanda riguarda il senso di casa: in quale luogo, in quale situazione, in compagnia di quali persone si sente di essere davvero a casa? Quel senso di casa è legato a un luogo fisico, a una relazione, a una pratica, a un momento del giorno? E poi: c'è qualcosa nella propria storia familiare o nella propria tradizione che si porta con sé senza averlo scelto – qualcosa che ci definisce anche quando non lo si vuole, anche quando si vorrebbe essere diversi da quello che si è?

Sulle radici dolorose

Ogni famiglia, ogni tradizione, ogni comunità porta con sé anche ferite, contraddizioni, cose che non si vorrebbero ereditare. C'è qualcosa nella propria storia che fa fatica a essere chiamato «radice» – qualcosa che si vorrebbe rifiutare o dimenticare? Come si sta, con quella parte della propria storia? La si porta come un peso silenzioso, o si è cominciato a trovarci qualcosa di diverso – qualcosa che, pur restando difficile, fa parte di ciò che si è?

Sulla scelta delle radici

Rut scelse di fare sue le radici di un'altra persona, di un altro popolo. Ci sono, nella propria vita, radici che si è scelti – una comunità, un valore, una tradizione – che non si sono ricevute per nascita ma che si sentono profondamente proprie? Cosa le ha rese possibili? Chi le ha rese possibili?

Lavoro di gruppo – Quattro proposte concrete

Le proposte che seguono hanno livelli di intensità e di durata diversi. Chi conduce il gruppo sceglie quella più adatta al contesto, al tempo disponibile e al grado di fiducia già raggiunto all'interno del gruppo. Non è necessario svolgerne più di una per incontro: meglio fare una cosa sola con profondità che molte cose in superficie.

Proposta 1 – L'albero della vita (durata: 45-60 minuti, materiali: fogli grandi e pennarelli)

Si distribuisce a ciascun partecipante un foglio grande. Ciascuno disegna un albero – non un albero realistico, ma un albero simbolico: le radici rappresentano le origini (persone, luoghi, esperienze, valori ricevuti); il tronco rappresenta il percorso fin qui; i rami rappresentano le direzioni in cui si sente di star crescendo; i frutti – se già ci sono – rappresentano ciò che si dà agli altri.

Non si tratta di un esercizio artistico: si tratta di un esercizio di autoconoscenza simbolica. Chi non vuole disegnare può scrivere. Al termine del lavoro individuale, ci si divide in piccoli gruppi e ciascuno presenta il proprio albero scegliendo la parte che più lo ha sorpreso o commosso. La domanda per la plenaria finale è questa: cosa ho scoperto sulle mie radici che non sapevo, o che sapevo ma non avevo mai detto ad alta voce?

Proposta 2 – La storia di famiglia (durata: 40 minuti)

Si invitano i partecipanti a raccontare, a un compagno che non conoscono molto bene, un episodio della propria storia familiare – qualcosa che hanno sentito raccontare, un aneddoto, un momento che

è entrato nella memoria del nucleo familiare. Non serve che sia un episodio drammatico o significativo: può essere una storia piccola, quasi banale. L'importante è che sia vera, e che venga da qualcuno che è venuto prima.

Chi ascolta non interrompe. Alla fine, chi ha ascoltato fa una sola domanda: «C'è qualcosa di quella storia che senti ancora vivo in te oggi?». Poi si invertono i ruoli. In plenaria si riflette insieme: che cosa si prova a raccontare una storia di famiglia a qualcuno che non la conosce? Che cosa cambia, in noi, quando mettiamo in parole ciò che siamo soliti portare in silenzio?

Proposta 3 – Lettera alle proprie radici (durata: 45 minuti, con momento di scrittura individuale)

Ciascun partecipante prende un foglio e scrive una lettera – non necessariamente da consegnare – a una persona della propria storia (un nonno, un genitore, un antenato che non si è conosciuto di persona), a un luogo d'origine, o anche alla propria tradizione culturale o spirituale. La lettera può essere di gratitudine, di dialogo, di protesta, di domanda. Il conduttore scrive già sul foglio le parole iniziali:

«Non ti ho scelto, eppure sei parte di me. Voglio dirti che...»

La scrittura dura almeno venti minuti, in silenzio. Chi lo desidera legge poi un frammento della propria lettera al gruppo. Non si commenta ciò che viene condiviso: si riceve in silenzio, con la stessa qualità di attenzione che la lettera descrive. La domanda che chiude l'esercizio, aperta alla discussione: che cosa cambia nel rapporto con le proprie radici quando si riesce a rivolgersi loro con parole proprie?

Proposta 4 – Davanti a un'opera d'arte (durata: 25-30 minuti, richiede la proiezione di un'immagine)

Si proietta Io e il mio villaggio di Marc Chagall (1911, Museum of Modern Art, New York) o, in alternativa, una delle sue grandi composizioni dedicate a Vitebsk e alla memoria ebraica. Si lascia cinque minuti di silenzio, senza spiegazioni. Poi si introducono brevemente Chagall e la sua storia: l'uomo che ha lasciato la sua città giovanissimo e non vi è più tornato stabilmente, eppure non ha mai smesso di dipingerla.

Si apre la discussione attorno a questa domanda: cosa significa portare con sé un luogo che non si abita più? C'è un posto, una persona, una stagione della vita che si porta dentro in questo modo – non perché la si viva ancora, ma perché continua a formare il modo in cui si vede il mondo? Per i gruppi di ispirazione cristiana, l'esercizio si presta a un momento di preghiera silenziosa, lasciando che la domanda delle radici diventi domanda rivolta a Colui che – nella tradizione biblica – si presenta come la radice più profonda di ogni appartenenza: «Io sono il Signore tuo Dio».

Un impegno concreto – Tra questo incontro e il prossimo

Al termine della sessione, si propone a ciascun partecipante di scegliere un solo impegno concreto da portare nella settimana che segue. Non si tratta di un'azione straordinaria, ma di un gesto piccolo e preciso.

Il primo impegno possibile consiste nel chiedere a un familiare anziano – un nonno, un genitore, uno zio – di raccontare qualcosa della propria storia d'origine: un luogo, un'abitudine, un ricordo che appartiene alla generazione precedente e che si rischia di perdere. Non è necessario registrare nulla: si tratta semplicemente di ascoltare, con quella qualità di attenzione di cui si è parlato nell'incontro.

Il secondo impegno possibile è quello di tornare, almeno una volta nel corso della settimana, in un luogo che ha a che fare con la propria storia – il quartiere dell'infanzia, la città d'origine, una chiesa o un luogo di preghiera della propria tradizione – e di starci in silenzio per qualche minuto, senza il telefono, lasciando che quell'appartenenza parli.

Il terzo impegno possibile è di natura interiore: rileggere le parole scritte nel gesto iniziale – «Vengo da...» – e aggiungere una sola frase: «E questo significa che oggi sono capace di...». Non come esercizio di ottimismo forzato, ma come tentativo di trovare il filo vivo tra l'origine e il presente.

Al prossimo incontro, si comincia condividendo – chi lo desidera – come è andata. Non il giudizio sull'esperienza, ma la descrizione: cosa è successo, cosa si è sentito, cosa ha sorpreso.

Una parola finale – Per chi conduce

Chi porta questo tema a un gruppo di giovani porta con sé una responsabilità che non è solo pedagogica: è esistenziale. Si può parlare di radici soltanto se si ha fatto il lavoro di incontrare le proprie. Un educatore che non sa stare con la propria storia – che la evita, che la idealizza, che la porta come un peso muto – difficilmente potrà aiutare altri a scendere nelle loro. Non si tratta di mostrare le proprie radici ai giovani, né di confessarsi davanti al gruppo. Si tratta di qualcosa di più discreto e di più esigente: la disposizione a essere presenti da qualcuno che ha un suolo sotto i piedi, che sa da dove viene, che porta la propria storia con una certa pace – anche laddove quella storia non è stata semplice.

Le radici non si insegnano: si mostrano. E si mostrano, prima di tutto, attraverso la qualità con cui chi educa sta nella propria vita – con quella solidità tranquilla di chi non ha bisogno di fuggire dal passato per costruire il futuro, perché ha imparato che l'uno alimenta l'altro, come la terra alimenta il seme che porta in sé la promessa di un albero.

Bibliografia e materiali

Per l'animatore e l'educatore

- Simone Weil, *Il bisogno di radici. Preludio a una dichiarazione dei doveri verso l'essere umano*, SE, Milano. Scritto nel 1943 come testo di riflessione politica, è in realtà uno dei testi più profondi mai prodotti sul bisogno di appartenenza dell'anima umana. La prima parte – quella dedicata al radicamento come bisogno fondamentale – è accessibile anche a chi non ha una formazione filosofica specialistica. Un libro che cambia il modo di pensare all'identità e alla comunità, e che ogni educatore dovrebbe aver almeno sfogliato.

- Ety Hillesum, *Diari 1941-1943*, Adelphi, Milano. Non è una lettura facile nel senso che non è possibile leggerla senza essere toccati. È la testimonianza di come l'identità più profonda di una persona possa crescere proprio quando il mondo tenta di distruggerla. Ogni educatore che lavora con i giovani sul tema dell'identità dovrebbe aver incontrato almeno qualche pagina di questo diario.

- Ety Hillesum, *Lettere 1942-1943*, Adelphi, Milano. Complemento ai Diari, le lettere scritte dal campo di transito di Westerbork mostrano Hillesum nel momento più estremo della sua testimonianza: qualcuno che porta cura e umanità in un luogo pensato per disumanizzare. Un testo prezioso anche per riflettere sul tema della vocazione educativa come scelta di stare.

- Paul Ricoeur, *Sé come un altro*, Jaca Book, Milano. Il filosofo francese più importante del secondo Novecento riflette, in modo rigoroso e profondo, sul rapporto tra narrativa e identità: siamo, in parte fondamentale, le storie che raccontiamo di noi stessi. Un testo filosoficamente impegnativo, ma prezioso per chiunque voglia capire perché la memoria e la narrazione sono strumenti educativi e non solo culturali.

- Umberto Galimberti, *L'ospite inquietante. Il nichilismo e i giovani*, Feltrinelli, Milano. Il filosofo e psicoanalista italiano affronta il tema della perdita di senso nella generazione contemporanea, che lui legge come una forma di sradicamento spirituale e culturale. Un testo provocatorio e utile per chi vuole confrontarsi con la dimensione più difficile del lavoro con i giovani d'oggi.

Per il giovane

- Alice Munro, *Le vite delle ragazze e delle donne*, Einaudi, Torino. Una raccolta di racconti – che ha la struttura di un romanzo – in cui una giovane donna cresce in una piccola città del Canada degli anni Cinquanta e fa i conti con le sue radici: la madre, la tradizione familiare, il paesaggio fisico e emotivo da cui viene. Munro scrive come si scavano le radici: lentamente, con precisione, senza sentimentalismo. Una lettura che molti giovani descrivono come un riconoscimento.

- Chimamanda Ngozi Adichie, *L'ibisco viola*, Einaudi, Torino. Il romanzo d'esordio di Adichie racconta di una giovane donna nigeriana che deve fare i conti con le radici della propria famiglia – un padre cattolico intransigente, una zia laica e libera, una tradizione religiosa tradizionale che sopravvive nell'ombra. Un libro sulla complessità dell'appartenenza, sul dolore e sulla grazia di venire da dove si viene.
 - Rainer Maria Rilke, *Lettere a un giovane poeta*, Adelphi, Milano. Dieci lettere scritte da Rilke a un giovane aspirante poeta tra il 1903 e il 1908. Parlano della necessità di scendere nella propria interiorità come in un pozzo profondo – di non fuggire dalle proprie origini, ma di impararle, di abitarle. Una lettura che molti giovani descrivono come un incontro: come se Rilke avesse detto qualcosa che aspettavano da tempo.
 - Jhumpa Lahiri, *L'omonimo*, Guanda, Parma. Un romanzo sulla seconda generazione degli immigrati – chi è cresciuto tra due culture, due lingue, due appartenenze – e sulla difficoltà e la ricchezza di non appartenere completamente a nessun luogo. Il protagonista porta un nome che non ha scelto, che viene da un passato che non conosce: imparare a fare pace con quel nome è imparare a fare pace con le proprie radici.
 - Film: *Il pranzo di Babette*, regia di Gabriel Axel, 1987. Una donna francese, rifugiata in una comunità protestante danese, porta con sé le radici di una cultura gastronomica e artistica che sembrava perduta. Con un gesto di dono straordinario – un banchetto preparato con ogni suo avere – mostra come le radici più profonde non si perdono nell'esilio, ma continuano a fiorire. Un film di rara bellezza su cosa si porta con sé quando si lascia tutto.
 - Film: *Minari*, regia di Lee Isaac Chung, 2020. Una famiglia coreana che emigra in Arkansas alla ricerca del sogno americano porta con sé le proprie radici – nel senso letterale: la nonna porta i semi del minari, un'erba coreana, per piantarli nel nuovo suolo americano. Un film di rara delicatezza sulla questione di cosa si porta da un mondo all'altro, e cosa germoglia dove non ci si aspettava.
 - Film: *Lamerica*, regia di Gianni Amelio, 1994. Un film italiano di straordinaria potenza, ambientato nell'Albania del 1991: un giovane italiano scopre che le proprie radici sono molto più vicine alla miseria e all'esilio di quanto credesse. Una storia sullo spaesamento, sull'identità che si sgretola, e sul difficile lavoro di riconoscersi in ciò da cui si viene. Indicato per gruppi più maturi.
 - Opera d'arte: Marc Chagall, *Io e il mio villaggio*, 1911, Museum of Modern Art, New York. Dipinto da un giovane Chagall appena arrivato a Parigi, è già il manifesto di tutta la sua opera: la certezza che le radici non si lasciano – vengono con noi, si trasformano, diventano il linguaggio visivo con cui interpretiamo il mondo. Una delle opere più evocative del Novecento sul tema della memoria come nutrimento.
 - Canzone: Fabrizio De André, *La città vecchia*, dall'album *Tutto Fabrizio De André*, 1966. De André canta degli ultimi – di chi abita i vicoli della città vecchia, di chi viene da un'origine che il mondo preferisce non guardare – con la dignità di chi sa che ogni radice, anche la più oscura, porta in sé qualcosa di umano che merita di essere riconosciuto. Una canzone che parla di radici anche a chi non avrebbe mai pensato di doverci fare i conti.
 - Canzone: Vinicio Capossela, *Che coss'è l'amor*, dall'album *Canzoni a manovella*, 2000. Capossela costruisce tutta la sua opera musicale come un viaggio nelle radici della cultura popolare italiana e mediterranea – nelle canzoni dei cafoni, dei marinai, dei pellegrini. Questo album è forse il più compiuto in questo senso: un'immersione in un passato che non è nostalgia, ma fonte viva.
-

3. Raccontare il Desiderio

Per cominciare – Un gesto prima delle parole

Prima di qualsiasi parola, si propone un esercizio di ascolto interiore. Il conduttore invita ciascuno a chiudere gli occhi per due minuti – oppure, per chi lo trovasse difficile, ad abbassare lo sguardo sul

foglio davanti a sé – e a fare una sola cosa: ascoltare, in questo momento, cosa si sente come mancanza. Non un bisogno pratico – non la fame o la stanchezza – ma qualcosa di più profondo: qualcosa che si vorrebbe, che si sente lontano, che si cerca anche senza averlo nominato. Alla fine dei due minuti, ciascuno scrive su un foglio una sola parola – o al massimo una frase breve – che provi a dire qualcosa di quella mancanza. Non si condivide nulla ancora. Il foglio rimane davanti a ciascuno, come un piccolo specchio appena acceso.

Riflessione personale – Le domande da portare dentro

Queste domande non sono un questionario da compilare ma inviti a sostare, a scrivere qualcosa in un diario o su un foglio, lasciando che emergano le cose vere piuttosto che quelle giuste.

Sul proprio desiderio più profondo

La prima domanda è la più semplice nella forma e la più impegnativa nella sostanza: se mi fermo davvero, al di là di ciò che voglio comprare o fare o ottenere nei prossimi giorni – al di là di tutto ciò che la vita mi presenta come desiderabile – cosa desidero davvero? Cosa sento come mancanza che nessuna soddisfazione ordinaria riesce a colmare? Vale la pena di stare con questa domanda abbastanza a lungo da non accontentarsi della prima risposta che viene.

Sul desiderio e la velocità

C'è qualcosa che si desidera da tempo – qualcosa a cui si tiene davvero – ma che si è rimandato, che non si è ancora cercato davvero, che si è sostituito con soddisfazioni più rapide e più facili? Cosa impedisce di fare spazio a quel desiderio più profondo? È la paura di non ottenerlo? È la fatica che richiede? È il giudizio degli altri? O è qualcosa di più sottile – l'abitudine a volere ciò che è disponibile, piuttosto che ciò che vale?

Sul desiderio ferito

Ognuno porta con sé desideri che si sono distorti nel tempo – forme di amore che fanno del male, aspirazioni diventate ossessioni, slanci verso la vita che la paura ha trasformato in chiusura. C'è qualcosa, nella propria storia recente o lontana, che si riconosce come un desiderio ferito? Non si tratta di fare un'analisi psicologica di se stessi, ma di portare uno sguardo onesto: dove il mio modo di volere crea più dolore che gioia – per me o per chi mi sta vicino?

Lavoro di gruppo – Quattro proposte concrete

Le proposte che seguono hanno livelli di intensità e di durata diversi. Chi conduce sceglie quella più adatta al contesto, al tempo disponibile e al grado di fiducia raggiunto nel gruppo.

Proposta 1 – La mappa del desiderio (durata: 40-50 minuti, materiali: fogli grandi e pennarelli)

Si distribuisce a ciascun partecipante un foglio grande. Al centro si scrive la parola «desidero». Poi, a partire da quel centro, ciascuno traccia liberamente – come in una mappa mentale, senza ordine prestabilito – tutte le cose che sente di desiderare: grandi e piccole, nobili e banali, confessabili e difficili da ammettere. Si lascia almeno quindici minuti per questo lavoro individuale, in silenzio.

Al termine, si chiede a ciascuno di guardare la propria mappa e di fare una sola operazione: cerchiare, con un colore diverso, il desiderio che sente più proprio – quello che, se venisse meno, gli mancherebbe più di tutti gli altri. In piccoli gruppi di tre o quattro persone, ciascuno condivide quel desiderio centrale e prova a spiegare – non a giustificarlo, ma a raccontarlo – da dove viene, da quanto tempo è lì, se è cambiato nel tempo. La domanda per la plenaria finale è questa: c'è qualcosa che ho scritto che non mi aspettavo di trovare?

Proposta 2 – Agostino e Leopardi: un dialogo impossibile (durata: 45 minuti)

Il conduttore propone al gruppo due brevi testi letti ad alta voce. Il primo è l'incipit delle Confessioni di Agostino – le parole sull'inquietudine del cuore. Il secondo è una sintesi del pensiero leopardiano sul desiderio di infinito, presentata come parafrasi. Si divide il gruppo in due metà: una che «difende» la prospettiva di Agostino (il desiderio porta verso qualcuno), l'altra che «difende» la prospettiva di Leopardi (il desiderio è apertura verso un infinito senza nome e senza volto).

Non si tratta di una gara: si tratta di esplorare, dall'interno, la logica di due posizioni che entrambe dicono qualcosa di vero sull'esperienza del desiderio. Dopo venti minuti di confronto tra i gruppi, si esce dai ruoli assegnati e si apre una discussione libera: dove si riconosce la propria esperienza? In quale delle due prospettive si sente qualcosa di familiare – e perché?

Proposta 3 – Lettera al proprio desiderio (durata: 45 minuti, con momento di scrittura individuale)

Ciascun partecipante prende un foglio e scrive una lettera – non necessariamente da condividere – al proprio desiderio più profondo, quello che ha individuato nel gesto iniziale o nella riflessione personale. La lettera può cominciare in vari modi, e il conduttore ne propone alcune aperture scritte sul foglio tra cui ciascuno sceglie quella che gli appartiene di più:

«Ti inseguo da tanto tempo senza sapere bene dove sei...»

«Ho paura di te, perché so che se ti prendo sul serio, dovrei cambiare...»

«Non capisco perché nulla di ciò che trovo riesce a soddisfarti davvero...»

La scrittura dura almeno venti minuti, in silenzio. Chi lo desidera condivide poi un frammento con il gruppo. Non si commenta ciò che viene condiviso: si riceve in silenzio. La domanda finale, aperta alla discussione: c'è qualcosa, nella lettera che ho scritto, che non sapevo di sapere?

Proposta 4 – Davanti a un'opera d'arte (durata: 25-30 minuti, richiede la proiezione di un'immagine)

Si proietta uno degli autoritratti di Rembrandt nell'ultima fase della sua vita – ad esempio l'Autoritratto con due cerchi (circa 1665-1669, Kenwood House, Londra) – oppure, come alternativa più immediatamente leggibile per i giovani, la fotografia di Sebastião Salgado tratta dalla serie Genesis o Workers: un'immagine in cui il volto di un essere umano porta i segni di una vita vissuta interamente, con tutta la sua intensità.

Si lascia cinque minuti di silenzio davanti all'immagine. Poi si pone una sola domanda: cosa desiderava, secondo te, questa persona? Cosa cercava, o aveva cercato, con tutta la forza della propria vita? E poi: guarda la tua risposta – dice qualcosa anche di te, di ciò che desideri tu? Per i gruppi di ispirazione cristiana, l'esercizio si presta a un momento di preghiera silenziosa attorno alla domanda che Gesù rivolge ai due discepoli di Giovanni nel Vangelo di Giovanni (1,38): «Che cosa cercate?» – la prima parola di Gesù nel quarto Vangelo, rivolta a due giovani che lo seguono senza sapere ancora perché.

Un impegno concreto – Tra questo incontro e il prossimo

Al termine della sessione, si propone a ciascun partecipante di scegliere un solo impegno concreto da portare nella settimana che segue. Non si tratta di un'azione straordinaria, ma di un gesto piccolo e verificabile.

Il primo impegno possibile consiste nel tenere un piccolo diario del desiderio per sette giorni: ogni sera, prima di dormire, scrivere una sola frase che risponda alla domanda «oggi ho desiderato davvero qualcosa?». Non i desideri di consumo – non cosa si voleva comprare o guardare – ma qualcosa di più profondo: un momento in cui si è sentita una tensione verso qualcosa di grande.

Il secondo impegno possibile è quello di rinunciare, per una sola settimana, a una delle soddisfazioni rapide più abituali – lo scorrere compulsivo dei social, una serie televisiva, un acquisto non necessario – e osservare cosa accade nel tempo che si libera: cosa emerge, cosa si sente, verso cosa ci si orienta quando quella distrazione non è disponibile.

Il terzo impegno possibile è di natura relazionale: cercare una conversazione vera – non su messaggi, ma di persona o al telefono – con qualcuno di cui si stima il modo di vivere, e fare una sola domanda: «Cosa desideri davvero, in questo momento della tua vita?» Ascoltare la risposta senza fretta. E poi, se viene naturale, condividere anche la propria.

Al prossimo incontro, si comincia condividendo – chi lo desidera – come è andata. Non il giudizio sull'esperienza, ma la descrizione: cosa è successo, cosa si è sentito, cosa ha sorpreso.

Una parola finale – Per chi conduce

Chi porta il tema del desiderio a un gruppo di giovani porta con sé una responsabilità che è, prima di tutto, autobiografica. Non si può parlare del desiderio – della sua profondità, della sua direzione, della sua capacità di orientare una vita – se non si ha fatto il lavoro di incontrare il proprio. Un educatore che ha paura del desiderio – che lo gestisce dall'esterno senza averlo mai abitato dall'interno – difficilmente potrà aiutare un giovane a riconoscere il proprio come qualcosa di prezioso anziché di pericoloso.

Non si tratta di mostrarsi perfetti nel desiderare – nessun essere umano lo è, e chi pretende di esserlo insegna qualcosa di falso. Si tratta di qualcosa di più sobrio e di più fecondo: la disponibilità a stare nella domanda. A dire, quando è vero: anch'io non so sempre dove porta il mio desiderio più profondo. Ma so che vale la pena di seguirlo piuttosto che di spegnerlo. E quella convinzione – vissuta, non recitata – è forse la cosa più educativa che un adulto possa trasmettere a un giovane in cammino. Il cuore è inquieto. Quel cuore non è un problema: è una bussola.

Bibliografia e materiali

Per l'animatore e l'educatore

- Agostino di Ippona, *Confessioni*, Nuova Biblioteca Agostiniana, Città Nuova, Roma (testo latino a fronte, traduzione di Manlio Simonetti). Il testo fondamentale della letteratura occidentale sul desiderio come cammino spirituale. Basterebbero i primi tre libri – quelli che raccontano la giovinezza di Agostino, la sua fame di verità e di bellezza, le sue relazioni e le sue strade errate – per offrire all'educatore una mappa interiore di straordinaria utilità. Un libro che si può leggere interi, o anche solo per frammenti: ogni pagina porta qualcosa.

- Platone, *Simposio*, Laterza, Roma-Bari (traduzione di Giovanni Reale). Il testo filosofico fondativo sul desiderio come tensione verso il Bello. Si consiglia in particolare il discorso di Socrate – o meglio di Diotima – sulla natura di Eros e sulla scala dell'amore. Accessibile anche a chi non ha una formazione filosofica, e ricco di implicazioni pedagogiche che non richiedono di essere filosofi per essere comprese.

- Simone Weil, *Attesa di Dio*, Adelphi, Milano. Già citato nel percorso su *Raccontare il Volto*, ma essenziale anche qui: la Weil elabora una connessione profonda tra attenzione, desiderio e amore che ha dirette implicazioni pedagogiche. In particolare il saggio *Riflessioni sull'amore di Dio* propone una fenomenologia del desiderio spirituale di rara intensità.

- René Girard, *Menzogna romantica e verità romanzesca*, Bompiani, Milano. Il grande antropologo e teorico del desiderio mimetico mostra come il desiderio umano sia spesso non autentico ma «copiato» – modellato sull'altro piuttosto che nato dall'interno. Un testo che aiuta l'educatore a capire molte dinamiche adolescenziali: la tendenza a desiderare ciò che l'influencer o il compagno di scuola sembra desiderare, piuttosto che ciò che si vuole davvero.

- Luigi Giussani, *Il senso religioso*, BUR Rizzoli, Milano. Il fondatore di Comunione e Liberazione elabora, in questo testo pensato originariamente per i suoi studenti liceali, una fenomenologia del desiderio di infinito come struttura originale dell'essere umano. Indipendentemente dalla prospettiva confessionale, è un testo pedagogicamente prezioso per chiunque voglia accompagnare i giovani nella domanda di senso.

Per il giovane

- Fyodor Dostoevskij, *L'idiota*, Einaudi, Torino. Il principe Myškin è la figura letteraria che forse meglio incarna il desiderio di bene assoluto in un mondo che non lo accoglie – e che, proprio per questo, finisce per essere distrutto da esso. Un romanzo che molti giovani trovano devastante e illuminante al tempo stesso: perché dice qualcosa di vero sul fatto che desiderare il meglio in modo autentico, in questo mondo, non è mai indolore.

- Antoine de Saint-Exupéry, *Il piccolo principe*, Bompiani, Milano. Un classico che si continua a leggere perché dice, in modo apparentemente semplice, qualcosa di profondo sul desiderio: che ciò che si desidera davvero non si vede con gli occhi, che il tempo dedicato a ciò che si ama lo rende unico, che la nostalgia di qualcosa di grande non è una debolezza ma il segnale di una direzione. Adatto anche a gruppi molto giovani come punto di partenza per conversazioni più profonde.

- Jack Kerouac, *Sulla strada*, Mondadori, Milano. Il romanzo della generazione beat è prima di tutto un romanzo sul desiderio di qualcosa di più – di più movimento, di più vita, di più intensità di quella che il conformismo degli anni Cinquanta americani offriva. Non è un modello di vita da proporre, ma è una descrizione onesta di come il desiderio di infinito può prendere forme caotiche e autodistruttive quando non trova una direzione. Utile per discutere con i giovani la differenza tra fuga e ricerca.

- David Foster Wallace, *Questa è l'acqua*, Einaudi, Torino. Un discorso breve e denso, tenuto dallo scrittore americano ai laureati del Kenyon College nel 2005 e pubblicato postumo. Parla dell'educazione come della capacità di scegliere cosa desiderare – di non lasciare che la cultura ambientale scelga al posto nostro ciò verso cui orientare la propria attenzione e il proprio amore. Uno dei testi più lucidi e più accessibili sulla libertà del desiderio scritti nel Novecento.

- Film: *Her*, regia di Spike Jonze, 2013. Un uomo si innamora di un'intelligenza artificiale – e il film non è una satira, ma una meditazione seria e delicata su cosa desidera davvero un essere umano quando desidera amore. Jonze mostra, con una grazia visiva straordinaria, che il desiderio autentico non si accontenta di una proiezione perfetta di se stesso: cerca l'altro, nella sua irriducibilità e nella sua libertà. Un film che apre conversazioni difficili e necessarie.

- Film: *Chiamami col tuo nome*, regia di Luca Guadagnino, 2017. Ambientato nell'estate italiana degli anni Ottanta, il film racconta del primo grande desiderio di un adolescente con una onestà e una bellezza sensoriale rare. Utile non come trattazione di un tema specifico, ma come documento sull'intensità e la fragilità del desiderio giovanile – su come il primo grande volere lascia tracce che non si cancellano.

- Film: *Whiplash*, regia di Damien Chazelle, 2014. Un giovane batterista che desidera la perfezione artistica con un'intensità che lo mette in pericolo: il film interroga dove finisce il desiderio autentico e comincia l'ossessione, dove il perseguire un ideale diventa distruttivo. Una discussione aperta su questo film può portare i giovani a riflettere sulla differenza tra la tensione sana verso l'eccellenza e la dipendenza dal successo.

- Opera d'arte: Gian Lorenzo Bernini, *Apollo e Dafne*, 1622-1625, Galleria Borghese, Roma. Il gruppo scultoreo rappresenta il momento esatto in cui il desiderio si trasforma in perdita: Apollo raggiunge Dafne, ma nell'istante del contatto lei si trasforma in alloro. Bernini ha scolpito nel marmo la struttura fondamentale del desiderio – la sua capacità di trasformarsi in qualcosa di inaspettato proprio nel momento in cui sembra soddisfatto. Una delle opere più alte che la scultura occidentale abbia dedicato a questo tema.

- Canzone: Bruce Springsteen, *The Promised Land*, dall'album *Darkness on the Edge of Town*, Columbia Records, 1978. Springsteen canta del desiderio di qualcosa di più – di una vita che valga la pena di essere vissuta, di un orizzonte che non si chiuda davanti agli anni che passano – con la forza e l'onestà che caratterizzano il suo lavoro migliore. Una canzone che molti giovani sentono come propria, anche senza sapere esattamente perché.

- Canzone: Lucio Battisti, *Io vorrei... non vorrei... ma se vuoi*, dall'album *Umanamente uomo: il sogno*, Numero Uno, 1972. Battisti riesce a catturare, in poco più di tre minuti, la struttura ambivalente del desiderio: il volere e il non volere contemporaneamente, la paura che la realizzazione

del sogno cambi qualcosa di essenziale. Una canzone che apre conversazioni sui paradossi del desiderio in modo diretto e accessibile.

4. Raccontare la Ferita

Nota per chi conduce. Questo è il tema più delicato dell'intero percorso. Prima di proporlo a un gruppo, è opportuno valutare il grado di fiducia già costruito e l'eventuale presenza di situazioni di fragilità acuta che richiedano un accompagnamento più specializzato. Non è necessario affrontare questo tema nella sua interezza in un'unica sessione: si può scegliere un solo esercizio, o distribuire il percorso su più incontri. L'obiettivo non è produrre una confessione collettiva o un'elaborazione terapeutica, ma aprire uno spazio in cui la ferita possa essere riconosciuta come parte dell'esperienza umana condivisa.

Per cominciare – Un gesto prima delle parole

Il conduttore porta in sala un vaso di ceramica già rotto e poi riparato – se possibile, con il metodo del *kintsugi* o semplicemente con una colla che lasci visibili le linee della rottura. Lo posa al centro del cerchio, senza spiegarlo. Si sta in silenzio per due minuti, guardando quell'oggetto. Poi il conduttore dice, senza ulteriori commenti: «Questo oggetto è stato rotto. E poi è stato tenuto insieme. Porta visibili le linee di dove si è spezzato. Nei prossimi minuti, vi propongo di stare con una domanda semplice: che cosa porta di visibile, nel vostro corpo o nella vostra storia, una rottura che avete già attraversato?»

Non si risponde ad alta voce. Si prende un foglio e si scrive, in silenzio, quello che emerge – anche solo una parola, anche solo un'immagine. Il foglio rimane privato per tutta la sessione, a meno che qualcuno non scelga liberamente di dividerlo.

Riflessione personale – Le domande da portare dentro

Queste domande non sono un questionario. Sono soglie davanti alle quali ci si può fermare senza fretta, senza l'obbligo di attraversarle tutte.

Sul riconoscimento della ferita

C'è qualcosa, nella propria storia, che si porta con sé come una ferita – qualcosa che ha fatto male, che ha lasciato un segno, che non è completamente guarito? Non si chiede di catalogarla o di valutarne l'entità: si chiede semplicemente di riconoscerla, di darle un nome, anche provvisorio. E poi: come si sta, con quella parte della propria storia? La si porta come un peso nascosto, come qualcosa di cui vergognarsi, o si è cominciato a trovare un posto per essa dentro di sé?

Sulla ferita degli altri

C'è qualcuno, nella propria vita – un amico, un familiare, qualcuno della propria comunità – che porta una ferita che si fa fatica a guardare? Cosa rende difficile stare accanto a quel dolore? C'è il rischio che la ferita dell'altro riattivi qualcosa della propria, qualcosa che si preferirebbe non incontrare?

Sulla trasformazione

Giobbe continua a parlare anche quando il dolore è insopportabile. Dostoevskij continua a scrivere anche dopo la simulazione dell'esecuzione e i quattro anni in Siberia. Il vaso del *kintsugi* è più prezioso dopo la rottura di quanto non fosse prima. Si è capaci di riconoscere, nella propria storia, qualcosa che la ferita ha aperto – qualcosa che non ci sarebbe stato senza il dolore che lo ha preceduto? Non si tratta di trovare un senso al dolore, ma di chiedersi se, dentro di esso, sia cresciuto qualcosa.

Lavoro di gruppo – Quattro proposte concrete

Proposta 1 – Il vaso rotto (durata: 40-50 minuti, materiali: cartoncino, pennarelli, forbici)

Ciascun partecipante riceve un foglio di cartoncino e lo sagoma liberamente nella forma di un oggetto – un vaso, un cuore, una figura qualsiasi. Poi lo strappa in due o più pezzi, seguendo le linee che gli sembrano più naturali. Successivamente lo rimette insieme – con nastro, con colla, con un pennarello d'oro se disponibile – e scrive sulle linee della rottura una parola che descrive qualcosa che ha imparato attraverso una difficoltà della propria vita.

Non si condivide il contenuto delle parole, a meno che qualcuno lo desideri liberamente. Si condivide invece l'esperienza del gesto: come ci si è sentiti a strappare l'oggetto? Come ci si è sentiti a rimetterlo insieme? La domanda per la plenaria è questa: cosa cambia, nel modo di guardare un oggetto rotto, quando lo si considera non come un oggetto da nascondere ma come un oggetto che porta la propria storia?

Proposta 2 – La storia che non ho mai raccontato (durata: 45 minuti)

Si divide il gruppo in coppie. Il conduttore precisa con chiarezza: non si chiede di raccontare la propria ferita più profonda, né si chiede di condividere qualcosa che si porta con vergogna. Si chiede di raccontare – a un compagno che si è scelto – un momento della propria vita in cui qualcosa di difficile ha lasciato un segno, e qualcosa di quel segno è ancora visibile. La storia può essere piccola: non occorre che sia drammatica.

Chi ascolta non interrompe, non consola, non interpreta. Al termine, fa una sola domanda: «C'è qualcosa di quella storia di cui sei, oggi, in qualche modo grato?». Non è una domanda obbligatoria: se la risposta è «no», o «non lo so», quella risposta è già preziosa. In plenaria si riflette sull'esperienza dell'ascolto: cosa si è sentito nel raccontare? E cosa si è sentito nell'ascoltare senza intervenire?

Proposta 3 – Lettera a una ferita (durata: 45 minuti, con momento di scrittura individuale)

Ciascun partecipante prende un foglio e scrive una lettera – non necessariamente da consegnare, non necessariamente da mostrare – rivolta a una ferita della propria storia. La ferita può essere una perdita, un tradimento, una malattia, una delusione, un abbandono. Il conduttore scrive già sul foglio le parole iniziali:

«Non ti ho scelto, eppure sei parte di me. Voglio dirti che adesso ti vedo, e voglio chiederti...»

La scrittura dura almeno venti minuti, in silenzio assoluto. Chi lo desidera può leggere un frammento della propria lettera al gruppo – non l'intera lettera, ma una frase o due. Non si commenta ciò che viene condiviso: si riceve in silenzio. La domanda conclusiva è aperta alla discussione: cosa cambia nel rapporto con il proprio dolore quando lo si riesce ad affrontare con parole proprie, con la stessa serietà con cui si scriverebbe a una persona reale?

Proposta 4 – Davanti al Polittico di Isenheim (durata: 25-30 minuti, richiede la proiezione di un'immagine)

Si proietta il pannello centrale del *Polittico di Isenheim* di Matthias Grünewald (1512-1516, Musée Unterlinden, Colmar): la Crocifissione con il Cristo dalle piaghe che ricordano quelle dell'ergotismo. Si lascia cinque minuti di silenzio, senza spiegazioni. Poi si introduce brevemente la storia dell'opera – l'ospedale, i malati, la scelta deliberata di dipingere un Cristo con la stessa malattia di chi lo guardava – e si apre la discussione attorno a questa domanda: cosa significa credere, o anche solo immaginare, che qualcuno abbia scelto di portare nel proprio corpo la stessa ferita che porta chi soffre?

Per i gruppi di ispirazione cristiana, l'esercizio si presta naturalmente a un momento di preghiera, lasciando che la domanda della ferita diventi domanda rivolta a Colui che – nella fede cristiana – non ha guardato il dolore dell'umanità dall'esterno ma lo ha attraversato dall'interno. Per tutti i gruppi,

indipendentemente dall'orizzonte di fede, l'immagine pone una domanda pedagogica concreta: siamo capaci di guardare il dolore di un altro senza distogliere lo sguardo?

Un impegno concreto – Tra questo incontro e il prossimo

Il primo impegno possibile consiste nel cercare, nel corso della settimana, qualcuno che si sa essere in un momento di difficoltà – un compagno di classe, un familiare, qualcuno della propria comunità – e stargli accanto per un tempo breve, senza cercare di risolvere nulla: semplicemente chiedere «come stai?» e aspettare davvero la risposta, senza il telefono in mano, senza fretta.

Il secondo impegno possibile è interiore: rileggere, in un momento di quiete, le parole scritte nel gesto iniziale della sessione, e aggiungere una sola frase – non obbligatoriamente consolatoria: «Quello che quella ferita mi ha insegnato, anche senza volerlo, è ...».

Il terzo impegno possibile è culturale: cercare e ascoltare un'opera musicale, o leggere una pagina letteraria, o guardare un'immagine artistica in cui qualcuno ha trasformato il proprio dolore in qualcosa di bello. Non per concludere che il dolore è bello – non lo è – ma per scoprire che è possibile attraversarlo e lasciare qualcosa che dura.

Al prossimo incontro, si ricomincia condividendo – chi lo desidera – non il giudizio sull'esperienza, ma la descrizione: cosa è successo, cosa si è sentito, cosa ha sorpreso.

Una parola finale – Per chi conduce

Chi porta questo tema a un gruppo di giovani si assume una responsabilità che non è solo pedagogica. Si assume la responsabilità di creare uno spazio in cui il dolore possa essere nominato senza vergogna – e questo richiede, prima di tutto, che chi conduce abbia fatto almeno una parte del lavoro di incontrare le proprie ferite. Non si chiede la perfezione psicologica, né la guarigione completa. Si chiede la disposizione a non fuggire – a non cambiare argomento quando il dolore entra nella stanza, a non affrettarsi verso la speranza prima che il dolore sia stato ascoltato abbastanza a lungo.

Ci sono momenti, in questo percorso, in cui un giovane potrebbe condividere qualcosa di più profondo di quanto un contesto educativo ordinario sia attrezzato a contenere. In quei momenti, il compito dell'educatore non è quello di gestire la situazione in autonomia, ma di restare presente senza farsi sopraffare – e, se necessario, di accompagnare il giovane verso un supporto più specializzato con la cura di chi non abbandona, ma riconosce i propri limiti con onestà e con grazia.

La ferita, quando viene portata in uno spazio in cui c'è qualcuno che non ha paura di guardarla, comincia – lentamente, non sempre, non per tutti – a trasformarsi. Non scompare. Ma smette di essere solo un danno, e comincia a diventare parte della storia che si è. Come le linee d'oro di un vaso riparato: visibili, non cancellate, eppure luminose.

Bibliografia e materiali

Per l'animatore e l'educatore

- Henri Nouwen, *Il guaritore ferito. Il ministero nella società contemporanea*, Queriniana, Brescia. Un testo breve e di grande densità: l'intuizione centrale – che il ministro, l'educatore, l'accompagnatore può guarire gli altri attraverso le proprie ferite riconosciute e non malgrado esse – è una delle idee più feconde che la teologia pastorale abbia prodotto nel Novecento. Una lettura che cambia il modo di intendere la propria vocazione educativa.

- Fyodor Dostoevskij, *Memorie della casa dei morti*, Einaudi, Torino. Il resoconto autobiografico, in forma di romanzo, dei quattro anni di campo di lavoro forzato in Siberia. Non è solo un documento storico: è una meditazione sulla dignità umana nelle condizioni di massima degradazione, e una testimonianza di come lo sguardo sul dolore altrui possa diventare una forma di conoscenza che nessun libro accademico può trasmettere.

- Fyodor Dostoevskij, *I fratelli Karamazov*, Einaudi, Torino (trad. di Agostino Villa). In particolare il libro V («Pro e contro»), che contiene il dialogo tra Ivan e Alëša e il «poemetto» del Grande Inquisitore: il testo più onesto e più potente che la letteratura moderna abbia prodotto sulla domanda del dolore innocente e sul silenzio di Dio. Una lettura necessaria per chiunque voglia affrontare il tema della ferita senza scorciatoie edificanti.

- Anselm Grün, *La ferita diventa fonte*, San Paolo, Cinisello Balsamo. Il monaco benedettino e direttore spirituale tedesco riflette, con una semplicità accessibile e una profondità reale, sul tema della ferita come luogo di trasformazione spirituale. Utile come accompagnamento per chi conduce il percorso e vuole una lettura spiritualmente orientata senza che sia teologicamente complessa.

Judith Herman, *Trauma e guarigione. Le conseguenze della violenza*, Raffaello Cortina, Milano. Il testo di riferimento della psicologia clinica sul tema del trauma: un libro impegnativo ma fondamentale per chiunque lavori con giovani che portano ferite gravi. Non è un libro di spiritualità: è uno strumento scientifico di prima qualità, che aiuta a distinguere tra accompagnamento educativo e cura clinica, e a riconoscere quando il secondo è necessario.

- Viktor Frankl, *Uno psicologo nei lager*, Adelphi, Milano. La testimonianza del neurologo e psichiatra viennese sopravvissuto ad Auschwitz: una riflessione sulla capacità umana di trovare senso anche nella sofferenza più estrema. Fondamentale per la sua riflessione sulla differenza tra il dolore che distrugge e il dolore che – quando si riesce a trovare un orientamento dentro di esso – può diventare una forma di libertà interiore.

Per il giovane

- Fyodor Dostoevskij, *Il sosia e altri racconti*, Einaudi, Torino. Prima di affrontare i grandi romanzi, i racconti brevi di Dostoevskij – in particolare quelli degli anni Sessanta e Settanta – sono un'introduzione accessibile e potente al suo mondo: personaggi feriti, umiliati, ai margini, eppure portatori di una profondità che il mondo non vede. Un punto di ingresso ideale per i giovani lettori.

- Natalia Ginzburg, *Lessico famigliare*, Einaudi, Torino. Un romanzo autobiografico di rara bellezza, in cui la scrittrice torinese racconta la propria famiglia e la propria giovinezza attraverso le parole e le frasi che definivano il loro mondo comune. Le ferite – la persecuzione antiebraica, la morte del marito in carcere, il lutto – vengono raccontate senza sentimentalismo, con una precisione quasi ostinata che le rende più, non meno, capaci di toccare il lettore.

- Khaled Hosseini, *Il cacciatore di aquiloni*, Piemme, Casale Monferrato. Un romanzo sulla ferita del tradimento e sulla possibilità del riscatto: il protagonista porta per decenni una colpa che non ha potuto riparare, finché non trova il coraggio di tornare indietro. Un libro che molti giovani leggono come una storia di redenzione e che pone con semplicità alcune domande fondamentali: si può guarire da ciò che si è fatto? Si può tornare là dove ci si è spezzati?

- Banana Yoshimoto, *Il lago*, Feltrinelli, Milano. Un romanzo breve e luminoso, ambientato nel Giappone contemporaneo, in cui due giovani – entrambi segnati da ferite dell'infanzia – imparano lentamente a costruire una relazione che non cancella il dolore ma vi cresce attorno. La prosa di Yoshimoto ha quella qualità rara di rendere visibile ciò che di solito non si vede: il modo in cui le ferite plasmano il modo di stare nel mondo.

- Film: *Moonlight*, regia di Barry Jenkins, 2016. Un film in tre movimenti sulla costruzione dell'identità di un ragazzo nero e gay cresciuto in un contesto difficile di Miami: ogni ferita – la madre dipendente, il bullismo, la solitudine – viene mostrata senza giudizio e senza estetizzazione, con una cura dello sguardo che è già, di per sé, una forma di rispetto. Uno dei film più belli degli ultimi anni sul tema dell'identità costruita attraverso il dolore.

- Film: *Good Will Hunting - Genio ribelle*, regia di Gus Van Sant, 1997. Un giovane di straordinaria intelligenza che usa il cinismo come scudo per non far toccare le ferite più profonde, e un terapeuta – lui stesso ferito – che trova il modo di arrivarli. Una storia sulla differenza tra il dolore che si conosce e il dolore che si ammette, e sul coraggio che richiede lasciarsi aiutare.

- Film: *La stanza del figlio*, regia di Nanni Moretti, 2001. Un film italiano di rara intensità sul dolore del lutto – un padre psicoanalista, abituato ad accompagnare il dolore degli altri, che si trova di fronte

all'impotenza assoluta davanti alla morte di un figlio. Un film che non offre consolazioni facili e che per questo è, paradossalmente, più consolante di molti film che le promettono.

- Opera d'arte: Matthias Grünewald, *Polittico di Isenheim* (pannello della Crocifissione), 1512-1516, Musée Unterlinden, Colmar. Il Cristo con le piaghe degli ammalati di ergotismo, dipinto per i malati che avrebbero dovuto riconoscersi in lui. Uno dei capolavori assoluti della pittura occidentale e, insieme, uno dei testi teologici più potenti sul tema di un Dio che non guarda la ferita dall'esterno ma sceglie di abitarla.

- Canzone: Nick Cave e Warren Ellis, *Skeleton Tree*, dall'album *Skeleton Tree*, 2016. Un album scritto e registrato nell'ombra della morte accidentale del figlio sedicenne di Nick Cave: una delle opere musicali più oneste sul dolore che siano state prodotte negli ultimi anni. Non è musica consolatoria; è musica che accompagna – che non distoglie lo sguardo dalla ferita ma ci sta dentro, con una presenza che è essa stessa una forma di grazia.

- Canzone: Fabrizio De André, *Dolcenera*, dall'album *Anime salve*, 1996. De André canta l'alluvione che nel 1994 distrusse la sua fattoria in Sardegna: ma la canzone è, al di là dell'evento specifico, una meditazione sulla catastrofe come esperienza fondante – su ciò che resta quando tutto ciò che si credeva solido viene portato via dall'acqua. Una canzone sulla ferita che non chiede il permesso di fare male.

5. Raccontare il Silenzio

Nota per chi conduce. Il silenzio proposto in un contesto di gruppo ha bisogno di essere introdotto con cura e con chiarezza: non è una punizione, non è una prova, non è un test di concentrazione. È un'offerta. Vale la pena di dirlo esplicitamente ai partecipanti prima di ogni esercizio che preveda momenti di quiete. La resistenza iniziale è normale e attesa: è spesso essa stessa un dato interessante su cui riflettere. Il conduttore non deve forzare, ma nemmeno cedere all'impulso di riempire il silenzio non appena il disagio del gruppo comincia a manifestarsi.

Per cominciare – Un gesto prima delle parole

Il conduttore invita il gruppo a deporre tutto ciò che porta nelle mani – telefoni, zaini, fogli – e a sedersi in modo comodo, con i piedi a contatto con il pavimento. Non si incrociano le braccia. Si chiude, se si vuole, gli occhi.

Poi si propone qualcosa di semplice: due minuti di silenzio completo, senza una guida, senza musica di sottofondo, senza istruzioni su cosa pensare o non pensare. Solo due minuti. Al termine, il conduttore chiede – senza mettere pressione su nessuno – una sola parola che descriva cosa è comparso in quei due minuti: un'emozione, un'immagine, un pensiero, una sensazione corporea. Non si commenta nulla: si raccolgono le parole e le si lascia nell'aria della stanza, come note di uno strumento che si è appena accordato.

Poi il conduttore dice: «Quello che è comparso in quei due minuti era già lì, prima che cominciassimo. Il silenzio non lo ha prodotto: lo ha reso udibile.» E si comincia.

Riflessione personale – Le domande da portare dentro

Queste domande sono inviti a sostare, a scrivere qualcosa su un foglio o in un diario, senza fretta e senza cercare risposte definitive. Alcune possono richiedere minuti; altre possono aprire riflessioni che durano giorni.

Sul proprio rapporto con il silenzio

La prima domanda è di osservazione: quando, nel corso di una giornata ordinaria, si sperimenta qualcosa che assomiglia al silenzio – non necessariamente l'assenza di rumore, ma un momento di raccoglimento, di presenza a se stessi? Accade mai? Se sì, quando e in quali circostanze? Se raramente, cosa lo impedisce di solito?

La seconda domanda è più profonda: c'è qualcosa che si evita di incontrare nel silenzio – qualcosa che il rumore tiene lontano e che il silenzio riporta? Non si chiede di nominarlo necessariamente, ma solo di riconoscere se esiste. E se esiste: è possibile che valga la pena di incontrarlo, invece di tenerlo lontano?

Sul silenzio tra le persone

Non tutto il silenzio è interiore: esiste anche il silenzio che si abita insieme a qualcuno. C'è nella propria vita qualcuno con cui si riesce a stare in silenzio senza disagio – senza la necessità di riempire lo spazio con parole? Se sì, cosa rende quel silenzio diverso dalla solitudine? Se no, perché risulta così difficile?

C'è, al contrario, qualcosa che si fatica a dire ad alta voce – qualcosa che vive nel silenzio non per scelta ma per mancanza di parole o di coraggio? Vale la pena di chiedersi: se esistesse una persona davanti alla quale si potesse dire quella cosa, chi sarebbe? E cosa cambierebbe, dirla?

Sulla parola che nasce dal silenzio

Merton scriveva, dall'interno del silenzio monastico, libri che il mondo leggeva con avidità. La tradizione sapienziale di molte culture sostiene che la parola vera – quella che vale qualcosa, che lascia traccia, che cambia qualcosa in chi la riceve – nasce dal silenzio. Si è in grado di riconoscere, nella propria esperienza, momenti in cui una parola detta o scritta proveniva da un luogo di profondità – e momenti in cui invece le proprie parole erano rumore, riempimento, fuga? Cosa le distingueva?

Lavoro di gruppo – Quattro proposte concrete

Proposta 1 – Quattro minuti e trentatré secondi (durata: 20-25 minuti)

Il conduttore spiega brevemente il gesto di John Cage – la composizione *4'33"*, il concerto di Woodstock del 1952, la camera anecoica di Harvard e la scoperta che il silenzio assoluto non esiste. Non occorre che la spiegazione sia tecnica: basta che trasmetta l'essenziale. Poi propone l'esperienza: quattro minuti e trentatré secondi di silenzio collettivo, senza musica, senza guida, senza istruzioni su cosa fare. Il conduttore tiene il tempo in silenzio, senza segnalare lo scorrere dei minuti.

Al termine, in piccoli gruppi di tre o quattro persone, si condivide l'esperienza seguendo queste domande: cosa hai sentito – non cosa hai pensato, ma cosa hai sentito con le orecchie, con il corpo, nell'aria della stanza? C'era davvero silenzio, o c'era qualcosa che suonava comunque? E poi: cosa ti ha sorpreso, in quei quattro minuti e trentatré secondi? La domanda per la plenaria è questa: se Cage ha ragione – se il silenzio assoluto non esiste, se c'è sempre qualcosa che suona – cosa dice questo sul modo in cui stiamo nel mondo?

Proposta 2 – La lettura lenta (durata: 40-45 minuti, con testo preparato dal conduttore)

Il conduttore sceglie un testo breve – una pagina di Merton, un salmo, una poesia, un brano di Max Picard – e lo legge ad alta voce al gruppo, lentamente, con le pause che il testo richiede. Poi lo rilegge una seconda volta, più lentamente ancora, chiedendo ai partecipanti di chiudere gli occhi e di lasciare che le parole arrivino senza cercare di comprenderle: semplicemente di ascoltarle come si ascolta musica.

Poi si lascia un momento di silenzio. Poi si propone una scrittura individuale: ciascuno scrive una sola frase – non un commento, non un'analisi, ma qualcosa che quella lettura ha mosso, una parola che è rimasta, una domanda che si è aperta. Chi vuole condivide la propria frase in plenaria. Non si commenta: si ascolta. La domanda finale per il gruppo è questa: cosa cambia, in un testo, quando lo si legge lentamente e in silenzio invece di scorrerlo velocemente?

Proposta 3 – Lettera scritta in silenzio (durata: 45 minuti, con momento di scrittura individuale)

Ciascun partecipante riceve un foglio e una penna. Il conduttore spiega che per i successivi venti minuti ci sarà silenzio completo nel gruppo – nessuno parlerà, nessuno si alzerà, nessuno guarderà il telefono. In quel silenzio, ciascuno è invitato a scrivere una lettera a qualcuno – una persona reale o immaginaria, viva o morta – a cui non ha mai detto qualcosa che avrebbe voluto dire. La lettera non è destinata ad essere consegnata: è destinata al silenzio da cui nasce. Il conduttore scrive sul foglio solo le prime tre parole:

«C'è qualcosa che il rumore di tutti i giorni non mi ha mai lasciato dirti...»

Al termine dei venti minuti di scrittura, si lascia ancora un minuto di silenzio. Poi, chi lo desidera, può leggere un frammento della propria lettera – non l'intera lettera, ma una frase che si sente di portare nel gruppo. Non si commenta ciò che viene condiviso: si riceve in silenzio, con la qualità di ascolto che si è praticata nell'esercizio. La domanda conclusiva per la plenaria: c'è qualcosa che il silenzio rende possibile dire che la presenza degli altri rende difficile? Perché?

Proposta 4 – Un'esperienza di silenzio fuori dalla stanza (durata: variabile, da 15 a 60 minuti)

Questa proposta richiede un'uscita dall'ambiente del gruppo – in un giardino, in una chiesa, in un parco, in qualsiasi luogo che permetta una passeggiata in silenzio. Il conduttore divide il gruppo in coppie o invita ciascuno a camminare da solo, senza telefono, per un tempo stabilito (da quindici a trenta minuti). Non si parla. Non si ascolta musica. Si cammina e si osserva: il proprio passo, la luce, le cose che si incontrano, i propri pensieri che passano senza che li si insegua.

Al ritorno, si condivide in gruppo non quello che si è visto o pensato – il contenuto – ma come ci si è sentiti: cosa ha prodotto il silenzio in movimento, diverso dal silenzio nella stanza? Cosa si è notato del mondo circostante che di solito non si nota? Per i gruppi di ispirazione cristiana, questa proposta può assumere la forma di una lectio divina camminata – portare un testo breve nella passeggiata in silenzio, lasciare che risuoni durante il cammino, tornare a condividere cosa ha aperto.

Un impegno concreto – Tra questo incontro e il prossimo

Il primo impegno possibile consiste nel costruire, nel corso della settimana, un momento quotidiano di silenzio – anche breve, anche di soli cinque minuti – in un tempo e in un luogo fissi: prima di dormire, appena alzati, durante una pausa del pomeriggio. Non si prescrive cosa fare in quel silenzio: solo starci, senza telefono, senza musica, senza programmi. E osservare, giorno dopo giorno, se qualcosa cambia.

Il secondo impegno possibile è relazionale: scegliere una conversazione della settimana – con un amico, con un familiare, con qualcuno che si vuole bene – e praticare un ascolto diverso dal solito. Non interrompere, non formulare già la risposta mentre l'altro parla, non guardare il telefono. Semplicemente stare nel silenzio di chi ascolta davvero, e notare cosa l'altro dice che di solito non si sente.

Il terzo impegno possibile è culturale: cercare e ascoltare – in silenzio, con le cuffie o senza, ma senza fare altro contemporaneamente – un'opera musicale che richieda un ascolto lento. Potrebbe essere un brano di musica classica, un canto gregoriano, un'opera di musica contemporanea. Il criterio non è il genere: è la qualità dell'ascolto che si porta. Si tratta di dare alla musica – per una sola volta, per quella sola durata – tutta l'attenzione di cui si è capaci.

Al prossimo incontro, si comincia condividendo – chi lo desidera – come è andata: non se ha funzionato o no, ma cosa è successo. Cosa ha portato il silenzio. Cosa ha sorpreso.

Una parola finale – Per chi conduce

Chi propone il silenzio a un gruppo di giovani deve avere, prima di tutto, una qualche familiarità personale con il silenzio. Non necessariamente una pratica meditativa strutturata, né un'esperienza

mistica: ma almeno la disposizione a non avere paura del silenzio, a non affrettarsi a riempirlo, a saper stare in attesa senza trasformare l'attesa in ansia.

I giovani percepiscono immediatamente la differenza tra un educatore che propone il silenzio perché lo ha abitualmente praticato e uno che lo propone perché è nel programma. Nel primo caso, il silenzio che si crea in gruppo ha una qualità diversa: è come se l'educatore lo sostenesse con la propria presenza, lo rendesse sicuro con il proprio stare. Nel secondo, il disagio del gruppo si amplifica invece di placarsi, perché chi dovrebbe tenere lo spazio è il primo ad averne paura.

Vale la pena, prima di portare questo tema a un gruppo, di fare propria almeno una delle pratiche proposte nella sezione degli impegni concreti: cinque minuti al giorno di silenzio per una settimana. Non è molto. Ma può essere sufficiente per ricordare – o scoprire per la prima volta – che il silenzio non è un vuoto da temere. È un suolo su cui camminare. E su quel suolo, le parole che si diranno al gruppo avranno un peso diverso: verranno, come tutte le parole vere, da qualcosa di più profondo del rumore.

Bibliografia e materiali

Per l'animatore e l'educatore

- Thomas Merton, *La montagna dalle sette balze*, Garzanti, Milano. L'autobiografia spirituale di Merton – dalla giovinezza caotica all'ingresso in monastero – è uno dei testi spirituali più letti del Novecento. Non è solo la storia di una conversione: è la storia di qualcuno che ha cercato il silenzio come si cerca l'aria, e che lo ha trovato non come assenza ma come forma di vita. Una lettura che molti educatori descrivono come un punto di svolta nel proprio modo di intendere la propria vocazione.

- Thomas Merton, *Diario di un testimone colpevole*, Garzanti, Milano. I diari del Merton maturo, quelli scritti durante gli anni dell'eremo: il documento più diretto e più onesto della sua esperienza del silenzio vissuto. Non è un libro di edificazione: è un libro di osservazione scrupolosa – di se stesso, del mondo, di Dio – che ha la qualità della letteratura più alta.

- Max Picard, *Il mondo del silenzio*, Rusconi, Milano. Un testo che appartiene alla categoria rarissima dei libri che cambiano il modo di percepire il mondo. Non si legge velocemente: si abita, lentamente, lasciando che la prosa di Picard produca in chi legge qualcosa di simile a ciò che descrive. Utile come lettura personale per chi conduce il percorso, prima ancora che come strumento didattico.

- Anselm Grün e Willigis Jäger, *Il silenzio*, San Paolo, Cinisello Balsamo. Un dialogo tra un monaco benedettino e un maestro zen cristiano sul tema del silenzio nelle tradizioni spirituali d'Oriente e d'Occidente. Accessibile e ricco: offre all'educatore una prospettiva comparativa che può essere utile per allargare la riflessione al di là dei confini di una singola tradizione.

- Carlo Maria Martini, *La dimensione contemplativa della vita*, Centro Ambrosiano, Milano. Il cardinale arcivescovo di Milano – biblista, intellettuale, figura di grande autorevolezza spirituale – riflette sulla necessità del silenzio e della contemplazione anche per chi vive una vita attiva e impegnata nel mondo. Un testo breve e denso, particolarmente utile per educatori che operano in contesti ecclesiali.

- Erling Kagge, *Silenzio. In un mondo pieno di rumore*, Einaudi, Torino. Un esploratore norvegese – il primo uomo ad aver raggiunto il Polo Sud in solitaria – racconta la propria esperienza del silenzio estremo e riflette sul perché il silenzio sia diventato raro e prezioso nella vita contemporanea. Un libro breve, laico, immediatamente accessibile: un punto di ingresso ideale per chi vuole avvicinarsi al tema senza un orizzonte esplicitamente spirituale.

Per il giovane

- Thomas Merton, *Semi di contemplazione*, Garzanti, Milano. La versione più accessibile del pensiero di Merton sul silenzio e sulla vita interiore: brevi riflessioni, quasi aforistiche, che si prestano alla lettura discontinua e alla meditazione personale. Molti giovani le leggono come si legge una raccolta di poesie: trovando in ogni pagina qualcosa che aspettavano senza saperlo.

- Hermann Hesse, *Siddharta*, Mondadori, Milano. Il romanzo più noto di Hesse è, nella sua struttura profonda, una storia sul silenzio: il percorso del protagonista dalla ricerca agitata e intellettuale alla scoperta – accanto al fiume – di una qualità di ascolto che non si apprende, ma si riceve. Una lettura che molti adolescenti incontrano come un'esperienza – come se il libro stesse parlando di qualcosa che già conoscevano ma non avevano mai visto scritto.
 - Banana Yoshimoto, *N.P.*, Feltrinelli, Milano. Un romanzo breve ambientato nel Giappone contemporaneo, in cui il silenzio – quello dei personaggi, quello tra le parole, quello che avvolge le scene più intense – è quasi un protagonista. Yoshimoto scrive in modo che il bianco tra le righe conta quanto le parole: una scrittura che insegna a leggere il silenzio come parte del testo.
 - Rainer Maria Rilke, *Lettere a un giovane poeta*, Adelphi, Milano. Citato già nel percorso sulle Radici, Rilke torna qui per una ragione specifica: le sue lettere sono anche, profondamente, una pedagogia del silenzio interiore. L'invito a scendere nelle proprie domande senza esigere risposte immediate – a stare con le domande come si sta con un ospite esigente – è una delle descrizioni più precise che la letteratura abbia prodotto di ciò che significa imparare ad abitare il proprio silenzio.
 - Film: *Into the Wild*, regia di Sean Penn, 2007. Un giovane americano che abbandona tutto – la famiglia, la carriera, le aspettative – per cercare il silenzio del Grande Nord americano. Una storia ambigua e potente, che non celebra acriticamente la fuga né la condanna: mostra piuttosto la sete di autenticità e di profondità che il mondo rumoroso non riesce a saziare, e il prezzo che quella sete può esigere quando non trova le forme giuste.
 - Film: *La grande bellezza*, regia di Paolo Sorrentino, 2013. Un film sul rumore della vita mondana romana e sul silenzio che si nasconde sotto di essa: il protagonista, scrittore brillante e festaiolo instancabile, scopre – lentamente, dolorosamente – che tutto ciò che ha riempito la propria vita era una forma di fuga da qualcosa che non sa ancora nominare. Un film adulto, indicato per i gruppi più maturi, che pone la domanda del silenzio in termini estetici e esistenziali insieme.
 - Film: *Of Gods and Men*, regia di Xavier Beauvois, 2010. La storia dei monaci cistercensi di Tibhirine, in Algeria, che scelgono di restare nel loro monastero nonostante la minaccia dei gruppi armati e vengono infine rapiti e uccisi. Un film sul silenzio come forma di vita e come forma di coraggio: la liturgia delle ore, il lavoro, la convivenza fraterna diventano una risposta silenziosa e radicale alla violenza del mondo.
 - Opera d'arte: Mark Rothko, *Cappella Rothko*, 1971, Houston, Texas. Mark Rothko – pittore americano di origine lettone – realizzò negli ultimi anni della sua vita quattordici dipinti monocromatici di grande formato destinati a uno spazio ottagonale costruito appositamente a Houston: una cappella interconfessionale dedicata alla contemplazione. I dipinti di Rothko – campi di colore profondi, quasi neri, che vibrano sotto la luce naturale del lucernario – producono in chi li osserva a lungo una qualità di raccoglimento che molti visitatori descrivono come un'esperienza religiosa, indipendentemente dalla propria fede. È uno degli spazi più silenziosi che l'arte contemporanea abbia creato.
 - Musica: Arvo Pärt, *Spiegel im Spiegel*, 1978. Un brano per pianoforte e violino – o violoncello – di una semplicità e di una profondità che sembrano contraddirsi e invece si sostengono. Pärt ha elaborato, a partire dagli anni Settanta, un linguaggio musicale che ha chiamato tintinnabuli – campanelli – in cui il silenzio tra le note è parte integrante della composizione. *Spiegel im Spiegel* (Specchio nello specchio) dura circa dieci minuti e chiede un ascolto che non cerca di andare da nessuna parte: solo di stare, con la musica, nel tempo che scorre.
 - Musica: Nick Drake, *Pink Moon*, Island Records, 1972. L'ultimo album del cantautore inglese Nick Drake – registrato in due notti, con solo una chitarra e la sua voce – è uno dei dischi più silenziosi della storia della musica rock. Drake morì l'anno seguente, a ventisei anni. La sua musica è diventata, negli anni, un punto di riferimento per chiunque cerchi nel suono qualcosa che la parola non riesce a dire: una voce che viene da un luogo di grande profondità e grande solitudine, e che per questo arriva in un luogo corrispondente in chi ascolta.
-

6. Raccontare la Strada

Nota per chi conduce. Il tema della strada ha una qualità particolarmente evocativa per i giovani: tocca qualcosa di concreto e di immaginario insieme, di fisico e di spirituale. Il rischio opposto al blocco – che qui non è il rischio principale – è la dispersione: i racconti di viaggio proliferano, e si rischia di restare in superficie, nella celebrazione dell'avventura, senza scendere nella domanda più profonda che la strada porta. Il compito del conduttore è tenere aperto lo spazio tra il racconto e la domanda.

Per cominciare – Un gesto prima delle parole

Il conduttore invita ciascun partecipante a scegliere, prima dell'incontro, un oggetto che ha portato con sé in un viaggio – anche piccolo, anche vicino: qualcosa che stava nello zaino durante un cammino, un biglietto del treno conservato per anni, una fotografia scattata in un posto sconosciuto, una pietra raccolta sul ciglio di una strada. Chi non ha nulla del genere può portare un oggetto qualsiasi e raccontare il viaggio che fa ogni giorno – la scuola, il lavoro, il tragitto che percorre senza pensarci più.

All'inizio della sessione, ciascuno posa il proprio oggetto davanti a sé, sul pavimento o sul tavolo. Il conduttore chiede un minuto di silenzio in cui ognuno guarda il proprio oggetto e si lascia portare dalla domanda: cosa portavo, quando ho preso quella strada? Non il bagaglio fisico: la domanda, la speranza, la paura che c'era nello zaino insieme alle cose.

Riflessione personale – Le domande da portare dentro

Queste domande sono inviti a sostare, a scrivere qualcosa su un foglio o in un diario, senza cercare risposte ordinate ma lasciando che emergano le cose vere.

Sulla propria esperienza della strada

La prima domanda è concreta: c'è stato, nella propria vita, un viaggio – anche breve, anche vicino – che ha cambiato qualcosa? Non necessariamente un viaggio fisico: può essere stata un'esperienza di distacco dal consueto, un periodo lontano da casa, un'avventura inaspettata. Cosa ha cambiato? Non solo nelle opinioni o nelle conoscenze: in qualcosa di più profondo – nel modo di guardarsi, nel modo di guardare gli altri, in ciò che si ritiene importante?

La seconda domanda tocca la dimensione interiore: c'è una strada che si sente di stare percorrendo adesso – non geograficamente, ma nella propria vita? Una ricerca, una direzione, una domanda che orienta i propri passi? O ci si sente invece fermi – in attesa di qualcosa, bloccati in un luogo che non sembra il proprio, in cerca di una strada che non si sa ancora qual è?

Sulla distinzione tra fuga e ricerca

Kerouac percorse l'America in lungo e in largo per anni, e ciò che cercava non riuscì a trovarlo in modo stabile. La distinzione tra la fuga e la ricerca – tra il partire via da qualcosa e il partire verso qualcosa – è una di quelle distinzioni che si capiscono solo in retrospettiva, guardando indietro. C'è stato, nella propria vita, un momento in cui si è capito – o si sta cominciando a capire – che una partenza era più fuga che ricerca? E c'è qualcosa che si ricerca – anche confusamente, anche senza saperlo nominare con precisione – che vale la pena di cercare in modo più consapevole?

Sul compagno di strada

I discepoli di Emmaus camminavano insieme. Il padre e il figlio di McCarthy camminavano insieme. Kerouac e Cassady viaggiavano insieme. La strada vera – quella che trasforma – raramente si percorre in assoluta solitudine: ha bisogno di qualcuno che cammini accanto, anche in silenzio. C'è qualcuno,

nella propria vita, che svolge questa funzione – qualcuno accanto al quale ci si sente in cammino, invece che soli o fermi? E si è in grado di essere, a propria volta, compagno di strada per qualcun altro?

Lavoro di gruppo – Quattro proposte concrete

Proposta 1 – La mappa della propria vita (durata: 45-55 minuti, materiali: fogli grandi e pennarelli)

Ciascun partecipante riceve un foglio grande. Il conduttore invita a disegnare – liberamente, non in modo realistico – la mappa del cammino fatto fino a oggi: i luoghi fisici che hanno contato, le strade percorse, le deviazioni, i punti in cui la strada si è biforcata e si è dovuta scegliere una direzione. Sulla mappa si segnano anche: i luoghi in cui ci si è fermati più a lungo, i luoghi in cui si è tornati indietro, i luoghi in cui si vorrebbe arrivare. Non è un esercizio cartografico: è un esercizio di autobiografia simbolica.

In piccoli gruppi di tre o quattro persone, ciascuno presenta la propria mappa scegliendo il punto che più lo ha sorpreso nel disegnarla. La domanda per la plenaria è questa: guardando la propria mappa, si riesce a vedere una direzione – anche vaga, anche incerta? E se sì, chi o cosa ha contribuito a darle quella forma?

Proposta 2 – Il dialogo di Emmaus (durata: 40 minuti)

Il conduttore legge ad alta voce, con cura e lentezza, il brano del Vangelo di Luca sulla strada di Emmaus (Lc 24,13-35). Poi il gruppo si divide in terzetti: due persone incarnano i discepoli – e raccontano, con parole proprie, la propria delusione, la propria sconfitta, qualcosa che non è andato come si sperava – e una persona incarna il forestiero, il quale ha un solo compito: camminare accanto, fare domande, ascoltare senza dare risposte pronte. Non si interpreta il testo: si usa il testo come struttura per un'esperienza reale.

Al termine, si riflette in plenaria sull'esperienza: com'è stato incarnare i discepoli delusi? Com'è stato fare le domande senza dare risposte? C'è stato un momento in cui il cuore ha cominciato ad ardere, come dice il testo evangelico? E se sì, cosa l'ha prodotto?

Proposta 3 – Lettera da una strada (durata: 45 minuti, con momento di scrittura individuale)

Ciascun partecipante scrive una lettera – non necessariamente da consegnare – come se la scrivesse da una strada: da un luogo di cammino, da un punto di transizione, da un momento in cui non si è ancora arrivati e non si è più partiti. La lettera può essere indirizzata a qualcuno che si è lasciato indietro, a qualcuno che si spera di incontrare, o a se stessi tra qualche anno. Il conduttore scrive sul foglio solo le prime parole:

«Sono in cammino. Non so ancora dove arrivo, ma so che sono partito perché...»

La scrittura dura almeno venti minuti, in silenzio. Chi lo desidera può leggere un frammento della propria lettera al gruppo. Non si commenta: si riceve in silenzio. La domanda conclusiva per la plenaria: c'è qualcosa che la scrittura ha chiarito – sulla propria strada, sulla propria direzione, su ciò che si porta e su ciò che si vorrebbe trovare – che prima della scrittura era ancora confuso?

Proposta 4 – Ascolto e visione: musica e immagini della strada (durata: 30-35 minuti)

Il conduttore seleziona due o tre brani musicali sul tema della strada – attingendo, secondo il contesto e il gusto del gruppo, alla tradizione italiana del cantautorato, alla tradizione americana del road song, o a brani più recenti che i giovani riconoscano come propri – e li fa ascoltare in sequenza, con una pausa di silenzio tra un brano e l'altro. Parallelamente, si proiettano fotografie di strade: non strade pittoresche o da cartolina, ma strade vere, percorse, con i segni del cammino, della pioggia, della fatica.

Dopo l'ascolto, si invita ciascuno a scegliere – tra i brani ascoltati e le immagini viste – uno che ha toccato qualcosa, e a spiegare con una frase perché. La domanda per la plenaria è questa: cosa ha in

comune la strada nella musica e nella fotografia con la strada che si percorre nella vita? E cosa rimane, di quella comunanza, quando si spegne lo schermo e si torna nella propria quotidianità?

Un impegno concreto – Tra questo incontro e il prossimo

Il primo impegno possibile consiste nel fare, nel corso della settimana, una camminata – da soli, senza musica nelle orecchie, senza il telefono in mano – in un luogo che non si conosce bene o che si percorre di solito distrattamente. Non importa la distanza: importa la qualità dell'attenzione. Guardare dove si mettono i piedi. Osservare cosa c'è ai lati. Lasciare che la mente vada dove vuole, senza guidarla. E poi, al rientro, scrivere su un foglio una sola cosa che si è notato e che di solito non si vede.

Il secondo impegno è narrativo: chiedere a qualcuno – un genitore, un nonno, un amico più grande – di raccontare il viaggio più importante della propria vita. Non necessariamente il più lontano o il più avventuroso: quello che ha cambiato qualcosa. Ascoltarlo con attenzione. Chiedere: cosa portavi, quando sei partito? E cosa hai trovato che non ti aspettavi?

Il terzo impegno è interiore: scrivere, su un foglio che non deve essere mostrato a nessuno, la risposta a questa domanda – «Cosa cerco, adesso, nella mia vita?» Non la risposta che si darebbe a un adulto che chiede. Non la risposta che sembra giusta. La risposta vera, anche se è confusa, anche se è imbarazzante, anche se non si è sicuri di volerla.

Al prossimo incontro, si comincia condividendo – chi lo desidera – non se l'impegno ha funzionato, ma cosa ha mosso. Cosa ha sorpreso. Cosa ha aperto.

Una parola finale – Per chi conduce

Chi accompagna i giovani nel tema della strada porta con sé una responsabilità particolare: quella di non presentare la strada come una risposta, ma come una domanda. La strada non risolve l'inquietudine dei giovani: la prende sul serio, le dà forma, la orienta. Un educatore che abbia paura dell'inquietudine – che la voglia spegnere, normalizzare, ricondurre agli schemi rassicuranti – non potrà fare questo lavoro. Un educatore che abbia imparato a stare con la propria inquietudine – che la conosca, che la rispetti, che abbia cominciato a trovare in essa non solo un problema ma una forma di fedeltà a qualcosa di essenziale – potrà creare lo spazio in cui anche l'inquietudine dei giovani trova posto.

La strada, alla fine, non è solo una metafora. È anche qualcosa di fisico, di concreto, di corporeo: il passo, il ritmo, il sudore, la fatica, il paesaggio che cambia. Un educatore che ha camminato – che ha fatto l'esperienza di mettere un piede davanti all'altro per ore, in un luogo sconosciuto, con il peso dello zaino e l'incertezza dell'arrivo – sa qualcosa sulla strada che chi non l'ha mai fatta non sa. Non è una condizione necessaria. Ma è un dono: il dono di chi ha camminato abbastanza da sapere che la strada non finisce mai del tutto, e che questo non è un motivo di disperazione ma di speranza.

Bibliografia e materiali

Per l'animatore e l'educatore

- Jack Kerouac, *On the Road*, Mondadori, Milano (trad. di Magda De Cristofaro). Il romanzo che ha definito l'immaginario della generazione beat e che continua a essere letto, settant'anni dopo la pubblicazione, come documento di una sete di vita vera che non appartiene a nessuna epoca particolare. Per l'educatore, è utile leggerlo non come manifesto della libertà, ma come storia di una ricerca che non trova ancora la propria forma: la domanda di Kerouac è autentica, la risposta è incompiuta. Quella incompiutezza è pedagogicamente preziosa.

- Cormac McCarthy, *La strada*, Einaudi, Torino (trad. di Martina Testa). Un libro che va letto prima di proporlo ai giovani: è intenso, a tratti perturbante, e non adatto a tutti i contesti. Ma per chi può sostenerlo, porta qualcosa di raro – la domanda su cosa vale la pena di portare quando tutto il resto è

andato – con una radicalità che la narrativa contemporanea raramente raggiunge. La metafora del fuoco da tenere acceso è uno degli strumenti pedagogici più potenti che la letteratura recente abbia prodotto.

- *Luca 24,13-35* (la strada di Emmaus). Il testo evangelico nella traduzione CEI 2008. Vale la pena di leggerlo con un commentario biblico di qualità – ad esempio il commento di Gianfranco Ravasi ai Vangeli, o quello di Romano Penna – per cogliere la profondità narrativa e teologica di un racconto che, nella sua semplicità apparente, contiene una delle più belle fenomenologie dell'accompagnamento spirituale che la tradizione cristiana abbia prodotto.

- Victor e Edith Turner, *Il pellegrinaggio come fenomeno sociale*, Morcelliana, Brescia. Un'opera fondamentale di antropologia del pellegrinaggio: i Turner analizzano il cammino come rito di passaggio, come esperienza di «liminality» – la soglia in cui le identità ordinarie si sciolgono e qualcosa di nuovo può prendere forma. Strumento prezioso per chiunque voglia capire perché il cammino di Santiago o le altre esperienze di pellegrinaggio continuino ad attrarre milioni di persone in un'epoca laica e post-religiosa.

- Bruce Chatwin, *Le vie dei canti*, Adelphi, Milano. Un'opera inclassificabile – metà romanzo, metà saggio antropologico – in cui lo scrittore britannico esplora la tradizione degli aborigeni australiani secondo cui il mondo è stato cantato in esistenza attraverso cammini mitici: ogni luogo ha la sua canzone, ogni canzone ha la sua strada. Una riflessione straordinaria sul cammino come forma originaria di essere nel mondo, e sull'inquietudine come tratto specificamente umano.

- Romano Guardini, *Le età della vita*, Vita e Pensiero, Milano. Il grande teologo e filosofo cattolico tedesco di origine italiana riflette, con una profondità e una delicatezza che non hanno invecchiato, sulle diverse stagioni dell'esistenza umana e su ciò che ciascuna richiede. Il capitolo dedicato alla giovinezza – alla sua tensione verso l'orizzonte, al suo bisogno di partire e di trovare – è uno dei testi più utili che un educatore possa leggere per comprendere l'inquietudine dei giovani non come problema ma come vocazione.

Per il giovane

- Jack Kerouac, *I vagabondi del Dharma*, Mondadori, Milano. Il romanzo di Kerouac che segue cronologicamente *On the Road*, e che molti considerano più maturo e più ricco spiritualmente: la ricerca si orienta verso il buddhismo zen, verso la montagna, verso una forma di contemplazione della natura che ha radici sia nella tradizione asiatica che in quella americana di Thoreau e Whitman. Più accessibile e meno frenetico di *On the Road*: un buon punto di ingresso per i giovani che si avvicinano a Kerouac.

- Paulo Coelho, *Il cammino di Santiago*, Bompiani, Milano. Un libro discusso dalla critica letteraria seria, ma che ha il merito di aver portato l'esperienza del pellegrinaggio a milioni di lettori giovani. Non è un capolavoro letterario: è una narrazione di formazione che usa il cammino fisico come struttura per una ricerca interiore. Molti giovani lo leggono come prima esperienza di letteratura sul viaggio interiore, e questo ha un valore che prescinde dalla qualità stilistica.

- Cheryl Strayed, *Wild*, Feltrinelli, Milano. Un memoir di rara onestà: una giovane donna che, dopo anni di dipendenze e di dolore, si mette a camminare da sola il Pacific Crest Trail – oltre quattromila chilometri lungo la costa ovest americana – senza preparazione adeguata e senza rete di sicurezza. Una storia sulla fragilità che diventa forza, sull'inaspettato che accade sulla strada, sul ritorno a se stessi che il cammino fisico può produrre quando si ha il coraggio di affrontarlo davvero.

- Tiziano Terzani, *Un indovino mi disse*, Longanesi, Milano. Un giornalista di fama mondiale che, per motivi inizialmente scaramantici, decide di non prendere aerei per un anno intero e percorre l'Asia in treno, in barca, in autobus, in automobile. Quello che pensava sarebbe stato un fastidio diventa una scoperta: il viaggio lento rivela l'Asia – e se stesso – in modo che il viaggio veloce non aveva mai permesso. Un libro sull'importanza del passo lento, dell'incontro imprevisto, della strada come luogo di conoscenza.

- Film: *Into the Wild*, regia di Sean Penn, 2007. Già citato nel *percorso sul Silenzio* per la sua dimensione contemplativa: torna qui come film sulla strada nel senso più pieno del termine. La storia

vera di Christopher McCandless – il giovane americano che abbandona tutto per il Grande Nord – pone con forza le domande sulla differenza tra fuga e ricerca, tra libertà e solitudine, tra il desiderio di autenticità e la necessità della comunità.

- Film: *Il cammino per Santiago – The Way*, regia di Emilio Estévez, 2010. Un padre americano che percorre il Cammino di Santiago per portare le ceneri del figlio morto durante l'inizio del pellegrinaggio. Un film semplice, non pretenzioso, che racconta il cammino con rispetto e con calore: la fatica fisica, gli incontri improvvisi, la trasformazione silenziosa che avviene passo dopo passo. Un punto di ingresso accessibile per gruppi che vogliono riflettere sul pellegrinaggio come esperienza contemporanea.

- Film: *Paris, Texas*, regia di Wim Wenders, 1984. Un uomo che cammina nel deserto americano senza memoria e senza direzione, e che lentamente ricostruisce la propria storia e le proprie relazioni. Un film che non celebra la strada ma la interroga: cosa ci ha portati qui? Cosa cerchiamo, quando camminiamo? E quando arriviamo, cosa facciamo di ciò che abbiamo trovato? Una delle opere cinematografiche più intense sulla tematica del viaggio come perdita e come ritorno.

- Opera d'arte: *il cammino di Santiago di Compostela come patrimonio vivente*. Più che un singolo oggetto artistico, il Cammino è esso stesso un'opera collettiva – milioni di passi sovrapposti nei secoli, croci di pietra che segnano la via, chiese romaniche costruite per i pellegrini, la freccia gialla che ancora oggi orienta chi cammina. Proporre ai giovani – anche solo attraverso fotografie e racconti – l'idea che una strada possa essere un'opera d'arte, qualcosa di costruito e di trasmesso nel tempo, apre una riflessione sul senso del cammino condiviso che va oltre l'esperienza individuale.

- Canzone: Fabrizio De André, *La canzone del maggio*, dall'album *Storia di un impiegato*, 1973. De André canta di chi rimane a guardare dalla finestra mentre gli altri scendono in piazza – e poi, nel ritornello, si rivolge direttamente a chi ascolta: anche se voi vi credete assolti, siete lo stesso coinvolti. Non è una canzone sulla strada geografica: è una canzone sulla strada civile e morale, sulla scelta di scendere o di restare, sul costo del cammino verso qualcosa di più giusto. Una delle più belle della tradizione italiana sulla dimensione etica della strada.

- Canzone: Bruce Springsteen, *The Promised Land*, dall'album *Darkness on the Edge of Town*, 1978. Springsteen canta di un uomo comune – non un eroe, non un ribelle – che lavora e fatica e porta dentro di sé la certezza che esiste una terra promessa, anche se non sa ancora come arrivarci. Una canzone sulla speranza ostinata di chi cammina senza garanzie, con il solo sapere che non si può fermarsi qui. Una delle più belle espressioni musicali della tensione tra il dove si è e il dove si vuole arrivare.

7. Raccontare il Dono

Per cominciare – Un gesto prima delle parole

Il conduttore porta in sala un oggetto – qualcosa di semplice ma di personale: un libro che ha segnato la propria vita, un oggetto che qualcuno gli ha donato, una fotografia, qualcosa che ha un significato che non si vede a prima vista. Lo pone al centro del cerchio senza spiegarlo. Poi dice: «Questo oggetto mi è stato dato da qualcuno. Oppure: questo oggetto per me vale qualcosa che non si misura in denaro. Vi chiedo di stare un momento con questa domanda: c'è qualcosa che possedete – o che avete posseduto – che non sareste riusciti a comprare, perché il suo valore non era nel prezzo?»

Si lascia un minuto di silenzio. Poi ciascuno scrive, su un foglio, il nome di quel qualcosa – o una parola che lo evochi – senza mostrarlo a nessuno. Si comincia da lì: dalla consapevolezza che nella propria vita ci sono già stati doni che nessun mercato avrebbe saputo produrre.

Riflessione personale – Le domande da portare dentro

Queste domande non sono un questionario. Sono soglie davanti alle quali ci si può fermare senza fretta, senza cercare la risposta corretta.

Sul ricevere

La prima domanda riguarda l'esperienza di essere stati destinatari di un dono autentico: c'è stato, nella propria vita, qualcosa che qualcuno ha dato senza aspettarsi nulla in cambio – non un regalo nel senso formale, ma qualcosa di più: tempo, attenzione, fiducia, presenza, perdono? Come ci si è sentiti nel riceverlo? È stato facile accettarlo, o si è avuto l'impulso di restituire, di minimizzare, di sentirsi in debito?

La seconda domanda tocca la difficoltà di ricevere: c'è qualcosa che si fatica ad accettare gratuitamente – che si tende a voler pagare, a dover meritare, a restituire prima che pesi troppo? Da dove viene quella difficoltà? Ha radici nella propria storia familiare, nel modo in cui si è stati amati da bambini, nella cultura in cui si è cresciuti?

Sul dare

C'è qualcosa che si è dato – o che si darebbe – senza aspettarsi niente in cambio, nemmeno la gratitudine? Non si chiede di catalogare i propri atti di generosità: si chiede di riconoscere, se esiste, un gesto o una scelta in cui ci si è sentiti liberi dal calcolo, in cui dare era semplicemente la cosa giusta da fare – e basta. Cosa l'ha reso possibile?

Dall'altra parte: c'è qualcosa che si dà abitualmente ma con un peso – aspettandosi riconoscimento, sperando in gratitudine, tenendo il conto? Come ci si sente, quando quella gratitudine non arriva?

Sul dono ricevuto senza averlo chiesto

Marion sostiene che il dono più fondamentale è quello che precede qualsiasi richiesta – il dono della vita, della lingua, della cultura, delle relazioni. Si è capaci di riconoscere qualcosa di ciò che si ha come dono non meritato – qualcosa che c'è, semplicemente, senza che se ne sia fatto nulla per ottenerlo? E se sì: produce questa riconoscenza qualcosa che assomiglia alla gratitudine?

Lavoro di gruppo – Quattro proposte concrete

Proposta 1 – La catena del dono (durata: 40-50 minuti)

Il conduttore introduce l'esercizio con questa premessa: nella propria vita, ciascuno è stato destinatario di doni che hanno reso possibile chi si è oggi – doni non sempre riconosciuti come tali, non sempre da persone vicine, non sempre in forma di oggetti o di denaro. Si chiede a ciascun partecipante di tracciare, su un foglio, una «catena del dono»: partire da se stessi e risalire indietro, identificando almeno tre persone o situazioni che hanno dato qualcosa di essenziale – un insegnante che ha creduto nelle proprie capacità, un genitore che ha rinunciato a qualcosa perché la vita del figlio fosse migliore, un amico che è rimasto nei momenti sbagliati, una comunità che ha offerto appartenenza.

Non si tratta di un esercizio di gratitudine formale: si tratta di prendere consapevolezza che la propria identità è intessuta di doni ricevuti, molti dei quali non si è nemmeno avuto il tempo di riconoscere. In piccoli gruppi si condivide uno degli anelli della propria catena – non necessariamente il più emotivamente intenso, ma quello che si sceglie di portare in quello spazio. La domanda per la plenaria è questa: cosa cambia nel modo in cui si vede la propria vita quando la si rilegge come una storia di doni ricevuti, invece che solo come una storia di scelte e di risultati?

Proposta 2 – Il dono impossibile (durata: 40 minuti)

Il conduttore introduce brevemente il paradosso formulato da Jacques Derrida e la risposta di Jean-Luc Marion – senza necessità di tecnicismi filosofici: basta la domanda essenziale, che ciascuno capisce immediatamente quando la sente formulare con chiarezza: esiste il dono davvero gratuito? O

in ogni dono c'è sempre qualcosa che torna indietro – il piacere di aver dato, la gratitudine altrui, l'immagine di sé come persona generosa?

Si divide il gruppo in piccoli gruppi di tre o quattro persone e si lascia venti minuti di discussione libera attorno a questa domanda, con un solo vincolo: non si dà una risposta definitiva. Si esplora. Al termine, ciascun gruppo porta in plenaria non una conclusione ma la domanda più interessante che ha prodotto nel proprio dibattito. Il conduttore raccoglie le domande e, se opportuno, introduce brevemente la prospettiva del Vangelo – il gesto della donna di Betania come esempio di dono che la logica dei discepoli non riesce a contenere.

Proposta 3 – Lettera a chi mi ha dato qualcosa che non so come restituire (durata: 45 minuti, con momento di scrittura individuale)

Ciascun partecipante riceve un foglio. Il conduttore scrive già le prime parole:

«Non so se tu sappia quanto mi hai dato. Forse non lo sai nemmeno tu. Ma io voglio che tu lo sappia, anche se questa lettera non ti arriverà mai...»

La scrittura dura almeno venti minuti di silenzio. Non si chiede di essere eloquenti: si chiede di essere onesti. Chi lo desidera può leggere un frammento – anche una sola frase – al gruppo. Non si commenta ciò che viene condiviso: si riceve in silenzio. La domanda conclusiva è aperta alla discussione: mettere in parole un dono ricevuto cambia qualcosa nel modo in cui lo si porta? La gratitudine espressa – anche solo a se stessi, anche in privato – ha un effetto diverso dalla gratitudine taciuta?

Proposta 4 – Davanti all'Annunciazione (durata: 25-30 minuti, richiede la proiezione di un'immagine)

Si proietta una delle Annunciazioni di Beato Angelico – in particolare quella dell'affresco nel corridoio nord del convento di San Marco a Firenze (1438-1450 circa), o quella della cella numero tre dello stesso convento. Si lascia cinque minuti di silenzio. Poi il conduttore introduce brevemente la scena: un dono che arriva dall'esterno, che non è stato chiesto, che cambia tutto, che richiede un'accoglienza totale. E la risposta di Maria – nella tradizione cristiana, il modello di come si riceve un dono che supera qualsiasi aspettativa: non con paura, non con fuga, non con calcolo, ma con quella disponibilità aperta che la tradizione chiama fiat – «avvenga».

La domanda per il gruppo – indipendentemente dall'orizzonte di fede – è questa: c'è nella propria vita qualcosa che si è ricevuto senza averlo chiesto, che ha cambiato una direzione che si era già presa, che ha aperto qualcosa che non si sapeva di volere? Come si risponde, di solito, a questo tipo di dono – con apertura, con resistenza, con paura? E cosa renderebbe possibile rispondere in modo diverso?

Un impegno concreto – Tra questo incontro e il prossimo

Il primo impegno possibile consiste nell'identificare, nel corso della settimana, qualcuno a cui si deve qualcosa – non nel senso economico, ma in quello più profondo: qualcuno che ha dato qualcosa di sé che non si è mai riconosciuto abbastanza. E trovare un modo – una telefonata, una lettera, un gesto, anche solo una parola detta di persona – per far sapere a quella persona che il suo dono è stato visto e portato.

Il secondo impegno possibile è quello di compiere, nel corso della settimana, un gesto di dono piccolo e anonimo – qualcosa che non potrà essere ricambiato perché chi lo riceve non saprà da chi viene. Non per sentirsi generosi: ma per sperimentare cosa si prova a dare senza la possibilità di ricevere nemmeno la gratitudine. Osservare, in modo onesto, se rimane qualche aspettativa nascosta.

Il terzo impegno possibile è di natura interiore: alla fine di ogni giornata della settimana, fermarsi un minuto e identificare una cosa che si ha – una relazione, una capacità, una circostanza della propria vita – che non si è guadagnata, che era già lì prima che si facesse qualcosa per meritarsela. Non per produrre una gratitudine di facciata: per cominciare a vedere la propria vita come una storia di doni ricevuti, accanto a una storia di conquiste e di sforzi.

Al prossimo incontro, si comincia condividendo – chi lo desidera – come è andata: non se si è stati abbastanza generosi, ma cosa è successo in quei gesti. Cosa si è scoperto. Cosa ha sorpreso.

Una parola finale – Per chi conduce

Chi porta questo tema a un gruppo porta con sé una responsabilità specifica: quella di incarnare, nella propria relazione con il gruppo, qualcosa della gratuità di cui si sta parlando. Non è un'esigenza di perfezione – nessun educatore dà senza qualche aspettativa, senza qualche forma di ritorno che lo sostiene nel proprio lavoro. Ma c'è una differenza tra l'educatore che tiene il conto e quello che non lo tiene; tra quello che aspetta riconoscimento e quello che è genuinamente sorpreso quando arriva; tra quello che gestisce il gruppo e quello che è, in qualche misura reale, disponibile a ricevere qualcosa dal gruppo.

Dorothy Day diceva – con quella franchezza che era una delle sue qualità più preziose – che il punto non era essere generosi. Il punto era smettere di credere che ciò che si dava fosse davvero proprio. Che la vita, il tempo, le capacità, l'energia che si mettono a disposizione degli altri non sono risorse che si possiede e che si cede con sacrificio: sono già, fin dall'inizio, qualcosa che è stato ricevuto – e che si rimette in circolazione. La gratuità più profonda non è quella di chi rinuncia a qualcosa: è quella di chi ha capito che non ha mai posseduto davvero ciò che credeva di dare.

È una prospettiva esigente, che non si impone e non si insegna: si mostra, con la qualità della propria presenza. E quando un giovane la percepisce – quando sente che l'educatore che ha di fronte non sta investendo su di lui ma semplicemente offrendogli qualcosa senza aspettarsi nulla in cambio – accade qualcosa che nessun programma formativo sa produrre da solo: la scoperta che il dono esiste davvero, che non è ingenuo, che vale la pena di cercarlo e di praticarlo.

Bibliografia e materiali

Per l'animatore e l'educatore

- Marcel Mauss, *Saggio sul dono*. Forma e motivo dello scambio nelle società arcaiche, Einaudi, Torino. Il testo fondativo dell'antropologia del dono: uno studio rigoroso e appassionato che ha cambiato il modo in cui le scienze sociali pensano allo scambio e alla gratuità. La prima parte – dedicata ai sistemi di dono nelle società arcaiche – è accessibile anche senza una formazione specialistica; la conclusione, in cui Mauss richiama l'urgenza di reintrodurre la logica del dono nelle società industriali moderne, è di una profetica attualità. Una lettura che cambia il modo di guardare le relazioni sociali quotidiane.

- Jean-Luc Marion, *Dato che. Saggio per una fenomenologia della donazione*, Marietti, Genova-Milano («Étant donné», Paris, PUF, 1997). Il testo filosoficamente più rigoroso e più originale sul tema del dono nel tardo Novecento. Non è una lettura semplice, ma i capitoli centrali – quelli dedicati alla struttura fenomenologica del dono e alla distinzione tra dono e scambio – meritano la fatica e offrono all'educatore una base concettuale preziosa per capire perché il dono è irriducibile all'economia.

- Jean-Luc Marion, *Dio senza essere*, Jaca Book, Milano. Una riflessione teologica e filosofica di grande profondità sulla questione di Dio e del dono, in cui Marion sviluppa la propria analisi dell'Eucaristia come icona del dono puro: qualcosa che non si può calcolare, possedere o restituire, e che per questo rimane sempre in eccesso rispetto a qualsiasi risposta. Un libro che trasforma il modo di leggere la liturgia eucaristica e, con essa, qualsiasi atto di donazione autentica.

- Dorothy Day, *La lunga solitudine. Autobiografia* (titolo originale: *The Long Loneliness*, 1952). L'autobiografia di Dorothy Day è uno dei testi spirituali americani più belli del Novecento: la storia di una conversione, di una vocazione, di una vita intera spesa nell'ospitalità verso i poveri. Non è un libro edificante nel senso consolatorio del termine: è un libro onesto, che non nasconde le difficoltà, le contraddizioni, la stanchezza di chi sceglie il dono come forma di vita. Una lettura che molti educatori descrivono come un punto di svolta nella comprensione della propria vocazione.

- Jacques Godbout e Alain Caillé, *Lo spirito del dono*, Bollati Boringhieri, Torino. Due sociologi francesi appartenenti al Movimento Anti-Utilitarista nelle Scienze Sociali (MAUSS – il nome è un omaggio deliberato a Marcel Mauss) approfondiscono l'analisi del dono nelle società contemporanee, mostrando come la logica della gratuità sopravviva e resista – nelle famiglie, nelle comunità, nel volontariato, persino in alcune pratiche economiche – alla colonizzazione del mercato. Un testo utile per chiunque voglia connettere la riflessione sul dono alla realtà sociale contemporanea.

- Paul Ricœur, *Percorsi del riconoscimento*, Raffaello Cortina, Milano. Il filosofo francese – già incontrato in *Raccontare le Radici* – dedica la terza parte di questo volume al tema della «mutualità nel dono»: l'idea che il riconoscimento reciproco tra persone non si riduca né allo scambio commerciale né all'obbligo morale, ma contenga una forma di gratuità che è la condizione stessa della vita in comune. Un testo filosoficamente rigoroso e pedagogicamente prezioso.

Per il giovane

- Antoine de Saint-Exupéry, *Il Piccolo Principe*, Bompiani, Milano. Il testo più letto della letteratura francese del Novecento è, nella sua struttura più profonda, una meditazione sul dono: sul tempo dato alle persone che si ama, sulla cura che trasforma un oggetto anonimo in qualcosa di unico, sulla responsabilità verso ciò che si è addomesticato – cioè verso chiunque si sia lasciato avvicinare abbastanza da diventare fragile. Una lettura che i giovani spesso riletta a distanza di anni, scoprendo ogni volta qualcosa che prima non avevano visto.

- Toni Morrison, *Amatissima*, Sperling e Kupfer, Milano. Un romanzo di straordinaria potenza sulla maternità come dono assoluto – e sulle forme estreme, terribili, incomprensibili che il dono di sé può assumere quando si incontra con la disperazione. Non è una lettura facile: è una lettura necessaria per chiunque voglia capire che il dono ha una complessità morale che nessuna teoria riesce a esaurire. Indicata per gruppi più maturi.

- Etty Hillesum, *Diari 1941-1943*, Adelphi, Milano. Già citata in *Raccontare le Radici*, Hillesum torna qui per una ragione diversa: i suoi diari mostrano qualcuno che – in condizioni di progressivo spogliamento di tutto – scopre che il dono di se stessa agli altri (nel campo di transito di Westerbork, nei confronti dei deportati che incontra) è l'unica forma di libertà che nessuna persecuzione può togliere. Uno dei testi più lucidi che esistano sul dono come scelta radicale di fronte all'impossibile.

- Lewis Hyde, *Il dono. Creatività e artista nel mondo moderno*, Bollati Boringhieri, Torino. Un saggio originalissimo che unisce antropologia, storia della letteratura e riflessione filosofica per mostrare come l'opera d'arte sia, nella sua struttura profonda, un dono – qualcosa che non appartiene all'artista ma che gli viene dato e che egli trasmette. Un libro che cambia il modo di guardare la creatività, la cultura e il lavoro dell'immaginazione.

- Film: *Il pranzo di Babette*, regia di Gabriel Axel, 1987. Già citato in *Raccontare le Radici* per il tema dell'appartenenza, questo film torna qui come il testo cinematografico più pieno sul dono: una donna che dà tutto ciò che ha – il premio della lotteria, il proprio talento, la propria gioia – in un atto di generosità che trasforma non solo la cena ma le persone che vi siedono. Il finale è una delle scene più belle che il cinema abbia prodotto sul tema della gratuità e del suo potere di trasformare chi riceve.

- Film: *Grandi speranze*, regia di Alfonso Cuarón, 1998 (adattamento del romanzo di Dickens). La storia di un giovane protetto da un benefattore anonimo – e del modo in cui quella protezione invisibile, ricevuta senza poterla attribuire a nessuno, forma la sua identità e la sua capacità di amare. Un film che pone con grande forza la domanda: cosa cambia in una persona quando scopre di essere stata amata gratuitamente?

- Film: *Anora*, regia di Sean Baker, 2024. Una giovane donna scopre – attraverso la brutalità di un mondo che calcola tutto – quanto rara e preziosa sia la gratuità autentica. Un film contemporaneo, crudo e tenero insieme, che parla di ciò che si aspetta di ricevere e di ciò che si è capaci di dare quando l'aspettativa viene meno. Indicato per i gruppi più maturi.

- Opera d'arte: Beato Angelico, *Annunciazione*, circa 1438-1450, Convento di San Marco, Firenze (affresco nel corridoio nord). Tra le molte Annunciazioni di Angelico, quella del corridoio nord di San Marco è forse la più radicale nella sua semplicità: nessun ornamento, nessuna distrazione, solo

l'angelo e Maria in uno spazio di luce pura. Il gesto di Maria – le braccia conserte sul petto, il corpo leggermente inclinato in avanti – è l'icona visiva di ciò che significa ricevere un dono che supera ogni aspettativa: con un'apertura che non è resa, ma accoglienza consapevole e libera.

- Musica: Johann Sebastian Bach, *Matthäuspassion (Passione secondo Matteo)*, BWV 244. La più grande opera musicale mai composta sul tema del dono della vita: due ore e mezza in cui tutta la tradizione musicale europea converge a raccontare il gesto del dono totale, senza riserva, fino alla morte. Non è una lettura né una spiegazione: è un'esperienza. Chi l'ascolta almeno una volta, anche senza conoscere il tedesco e senza una formazione musicale specifica, porta qualcosa che difficilmente dimentica.

- Canzone: Fabrizio De André e PFM, *La canzone di Marinella*, dall'album *In concerto*, 1979. De André aveva scritto questa canzone nel 1964 come cronaca di un fatto di nera – una ragazza uccisa e gettata nel fiume – e aveva trasformato la cronaca in leggenda, restituendo alla vittima anonima la dignità di un nome e di una storia. Quando seppe che la canzone era basata su un fatto reale e che la madre della ragazza era ancora viva, andò di persona a trovarla. Quel gesto – non raccontato in nessuna canzone, non messo in scena – è forse il più bello della sua vita: il dono fatto senza pubblico, senza ritorno, senza altra ragione che il riconoscimento di un debito di umanità.

8. Raccontare il Corpo

Nota per chi conduce. Questo è un tema che richiede un'attenzione particolare alla sicurezza dello spazio del gruppo. La relazione con il proprio corpo è, per molti giovani, una delle aree più sensibili e più cariche di vergogna dell'intera esperienza adolescenziale. Non si chiede di confessare nulla, non si chiede di esporre nulla: si chiede di riflettere, e di condividere solo ciò che si sceglie liberamente di condividere. Il conduttore terrà presente che nel gruppo potrebbero essere presenti ragazzi e ragazze con storie particolarmente difficili legate all'immagine corporea – disturbi alimentari, esperienze di abuso, disabilità – e calibrerà il percorso di conseguenza, con la cura di chi sa che il corpo è sempre, per tutti, un territorio di una certa vulnerabilità.

Per cominciare – Un gesto prima delle parole

Il conduttore invita il gruppo a stare in piedi, in silenzio, per due minuti. Non si fa nulla di speciale: si sta semplicemente in piedi, con i piedi ben piantati a terra, le braccia lungo i fianchi, gli occhi aperti o chiusi secondo la preferenza. Il conduttore dice, con voce tranquilla: «In questo momento, siete nel vostro corpo. Non state guardando il vostro corpo da fuori – ci state dentro. Sentite il peso dei piedi sul pavimento. Sentite il respiro che entra ed esce. Sentite le mani, i fianchi, la schiena. State, semplicemente, nel corpo che siete.»

Al termine dei due minuti, si torna a sedere. Il conduttore chiede: «C'è una parola, o un'immagine, che è emersa in quei due minuti?» Non si commentano le risposte: si raccolgono e si lasciano nell'aria. Poi si comincia.

Riflessione personale – Le domande da portare dentro

Queste domande sono inviti a sostare, a scrivere qualcosa su un foglio o in un diario, senza cercare la risposta giusta. Alcune toccano zone delicate: si è liberi di fermarsi, di lasciare aperta una domanda senza risponderle, di segnare solo una parola se le frasi non arrivano.

Sul proprio corpo come casa

Come si abita il proprio corpo, di solito? Lo si abita come una casa familiare, in cui ci si muove senza pensarci – oppure come un luogo in cui si è ospiti non del tutto benvenuti, in cui si entra e si esce senza sentirsi davvero a casa? C'è una differenza tra come ci si sente nel proprio corpo nei momenti in cui si è soli – quando nessuno guarda – e come ci si sente quando si è osservati dagli altri? Cosa cambia, in quei due momenti?

Sul corpo che conosce

Merleau-Ponty dice che il corpo conosce il mondo in modo diverso da come lo conosce la mente. C'è qualcosa che il proprio corpo sa fare – qualcosa che il corpo conosce – che la mente da sola non potrebbe fare? Un'attività fisica, un gesto artigianale, una pratica musicale o artistica o sportiva in cui la conoscenza è nel corpo prima che nel pensiero? Come ci si sente in quei momenti – in quale relazione con se stessi?

Sul corpo e il giudizio

Viviamo in una cultura in cui il corpo viene continuamente valutato – e in cui spesso si finisce per fare propri quei giudizi, per valutarsi con gli occhi di chi guarda da fuori invece che con la percezione di chi abita dall'interno. C'è qualcosa del proprio corpo che si fatica ad accettare – qualcosa che si giudica con durezza, che si vorrebbe diverso? Da dove viene quel giudizio – è davvero proprio, o è lo sguardo di qualcun altro che si è fatto spazio all'interno? E c'è, invece, qualcosa del proprio corpo che si ama – qualcosa che si riconosce come proprio, come bello, come capace?

Sul corpo nell'amore

Il Cantico dei Cantici celebra il corpo dell'amato come un territorio di meraviglia. Nella propria esperienza – di amicizia, di affetto, di amore nella forma che appartiene alla propria storia – c'è stato un momento in cui il corpo di un'altra persona è diventato non solo una forma da vedere ma una presenza da incontrare? Cosa ha fatto sì che quell'incontro fosse diverso da tutti gli altri sguardi? E: come si vorrebbe che il proprio corpo fosse visto da qualcuno che lo ama?

Lavoro di gruppo – Quattro proposte concrete

Proposta 1 – Il corpo in movimento (durata: 30-40 minuti, richiede spazio libero)

Si sposta il gruppo in uno spazio abbastanza ampio da potersi muovere liberamente. Il conduttore guida un'esperienza di movimento in tre fasi, ciascuna di cinque-sette minuti. Nella prima fase, ciascuno cammina liberamente per la stanza, senza meta, osservando il proprio modo di muoversi senza giudicarlo. Nella seconda fase, il conduttore invita a muoversi come ci si sente in quel momento – non una coreografia, non una performance: semplicemente lasciare che il corpo esprima qualcosa che le parole non riescono a dire. Nella terza fase, si rallenta progressivamente fino a fermarsi, e ci si ferma in silenzio per un minuto, sentendo di nuovo il proprio corpo fermo nello spazio.

Al termine, seduti in cerchio, si riflette insieme: cosa si è scoperto del proprio corpo muovendosi? C'è qualcosa che il movimento ha detto che non si sapeva? La domanda per la plenaria è questa: perché la cultura scolastica ha quasi completamente rimosso il corpo dall'esperienza dell'apprendimento, e cosa si perde in quella rimozione?

Proposta 2 – Il corpo raccontato (durata: 45 minuti)

Si divide il gruppo in coppie. Ciascuno racconta al compagno un momento della propria vita in cui il corpo ha avuto un ruolo importante – un momento di malattia, di fatica fisica, di gioia corporea intensa, di paura, di cura ricevuta o data. Non necessariamente un momento drammatico: può essere un momento piccolo, ma reale. Chi ascolta non interrompe e non consola: ascolta. Al termine, chi ha ascoltato dice una sola frase: «Quello che ho sentito nel tuo racconto è...» – non un'interpretazione, ma una risonanza.

In plenaria si riflette sull'esperienza: cosa succede quando si racconta qualcosa che riguarda il corpo – è diverso dal raccontare qualcosa che riguarda i pensieri o le emozioni? Perché le storie del corpo hanno spesso quella qualità di concretezza che le storie delle idee a volte non raggiungono?

Proposta 3 – Lettera al proprio corpo (durata: 45 minuti, con momento di scrittura individuale)

Ciascun partecipante riceve un foglio. Il conduttore scrive già le prime parole, che ciascuno potrà scegliere di usare o di modificare come preferisce:

«Ho vissuto in te per tutti questi anni, e non ti ho mai scritto. Voglio dirti che...»

La scrittura dura almeno venti minuti, in silenzio. La lettera può contenere gratitudine, lamentele, richieste, riconoscimenti, domande, promesse. Non c'è un formato giusto o sbagliato: c'è solo la propria relazione con il proprio corpo, messa in parole. Chi lo desidera legge un frammento – anche una sola frase – al gruppo. Non si commenta: si riceve in silenzio. La domanda finale per la plenaria: cosa cambia, nel rapporto con il proprio corpo, quando ci si rivolge ad esso come a qualcuno, invece di trattarlo come a qualcosa?

Proposta 4 – Davanti a un'opera d'arte (durata: 25-30 minuti, richiede la proiezione di immagini)

Si proietta La colonna spezzata di Frida Kahlo (1944, Museo Dolores Olmedo, Città del Messico). Si lascia cinque minuti di silenzio. Poi si introduce brevemente la storia dell'opera – l'incidente del 1925, le operazioni, il corsetto ortopedico – e si apre la discussione: questo dipinto dice qualcosa sul corpo che le parole da sole non riuscirebbero a dire? Cosa esprime il volto – non la posa, non il simbolismo, ma l'espressione del volto – di qualcuno che ha imparato a guardare il proprio corpo ferito senza distogliere lo sguardo?

In alternativa, o in aggiunta, si proietta una seconda immagine: uno degli autoritratti maturi di Rembrandt – ad esempio l'Autoritratto con due cerchi (circa 1665-1669, Kenwood House, Londra), già incontrato in Raccontare il Volto. Accostare i due dipinti – il corpo di Frida, il volto di Rembrandt – produce una conversazione sul corpo come luogo della storia, come superficie su cui il tempo scrive, come documento dell'esistenza vissuta. La domanda per il gruppo: come si cambia, nel modo di guardarsi allo specchio, quando si è capaci di guardare un corpo con questa qualità di attenzione?

Un impegno concreto – Tra questo incontro e il prossimo

Il primo impegno possibile consiste nel dedicare, nel corso della settimana, almeno venti minuti al giorno a un'attività in cui il corpo sia protagonista – non come mezzo verso un altro fine, ma come fine in sé: una passeggiata lenta, uno stretching senza musica, un bagno o una doccia fatta con attenzione invece che in fretta, qualsiasi attività fisica che permetta di stare nel corpo invece di usarlo. L'obiettivo non è la performance: è la presenza.

Il secondo impegno possibile è quello di scegliere, nel corso della settimana, un momento in cui ci si trova davanti allo specchio e di provare a guardare il proprio corpo con lo sguardo di qualcuno che lo conosce da dentro – non con lo sguardo del giudice esterno, ma con quello di chi abita quella casa e la conosce nella sua complessità reale, nei suoi limiti e nelle sue capacità, nelle sue ferite e nella sua resilienza. Non è un esercizio di autocompiacimento: è un esercizio di onestà.

Il terzo impegno possibile riguarda il corpo degli altri: scegliere, nella settimana, un gesto concreto di cura corporea verso qualcuno – preparare un pasto, accompagnare qualcuno dal medico, offrire una mano che aiuta, stare fisicamente presente accanto a chi ha bisogno di presenza. Osservare come la cura che passa attraverso il corpo – il gesto fisico, il contatto reale – ha una qualità diversa dalla cura che passa solo attraverso le parole.

Al prossimo incontro, si comincia condividendo – chi lo desidera – non un giudizio sull'esperienza, ma una descrizione: cosa si è sentito, cosa si è scoperto, cosa ha sorpreso.

Una parola finale – Per chi conduce

Chi porta questo tema a un gruppo porta una responsabilità che è, nel senso più letterale del termine, corporea: la propria presenza fisica nello spazio del gruppo, il modo in cui ci si muove, il tono della voce, la qualità dell'attenzione che si porta con il proprio corpo. I giovani percepiscono con grande acutezza se chi educa è davvero presente – non solo intellettualmente, ma fisicamente – nello spazio condiviso. Un educatore che parla del corpo mentre è assente nel proprio corpo – che gesticola meccanicamente, che guarda lo schermo invece delle persone, che non lascia che il proprio corpo risponda a ciò che accade nella stanza – trasmette qualcosa di contraddittorio rispetto al tema di cui parla.

Non si chiede perfezione – si chiede presenza. Quella qualità di essere davvero lì, con il proprio corpo in quella stanza, con quella luce, in quel momento, accanto a quei giovani specifici – è già, prima di qualsiasi parola, una forma di testimonianza. È il modo più diretto che un educatore abbia per dire ai giovani: il corpo conta. Questo corpo, in questo momento, conta.

E c'è, infine, una cosa che vale la pena di nominare con chiarezza prima di cominciare questo percorso: prendersi cura del proprio corpo – dormire abbastanza, mangiare con cura, muoversi, riposare quando si è stanchi – non è un atto di egoismo. È una condizione della capacità di cura verso gli altri. Chi si esaurisce non può donare ciò che non ha. Chi tratta il proprio corpo come uno strumento da usare fino allo sfinimento non ha ancora capito fino in fondo ciò che il Cantico dei Cantici e l'Incarnazione insieme cercano di dire: che il corpo è degno di rispetto. Anche il proprio.

Bibliografia e materiali

Per l'animatore e l'educatore

- Maurice Merleau-Ponty, *Fenomenologia della percezione*, Bompiani, Milano. Il testo fondativo della fenomenologia del corpo: lungo, impegnativo, capace di trasformare in modo permanente il modo in cui si pensa alla percezione e all'esperienza vissuta. Anche chi non è abituato alla lettura filosofica può trovare nel primo capitolo della seconda parte – dedicato al «corpo proprio» – un punto di ingresso accessibile e di grande densità. Una lettura che cambia il modo di stare nel proprio corpo, prima ancora che il modo di pensarci.

- Jean-Luc Marion, *L'idolo e la distanza*, Jaca Book, Milano. Uno dei testi più profondi della teologia e della filosofia contemporanea sul tema della rivelazione, in cui Marion sviluppa – tra l'altro – la propria riflessione sulla carne come luogo dell'incontro con il divino. Un testo per chi vuole approfondire la dimensione teologica del corpo al di là di una lettura esegetica ordinaria.

- Anselm Grün, *Il corpo: via verso Dio*, San Paolo, Cinisello Balsamo. Il monaco benedettino tedesco – già incontrato nel percorso sulla Ferita – riflette sul corpo come luogo della spiritualità cristiana, riprendendo la grande tradizione monastica e integrandola con la psicologia contemporanea. Un testo accessibile, caldo, immediatamente utile per chi conduce percorsi spirituali con i giovani.

- Elena Rosci e Roberta Moscatelli, *Il corpo non mente. Psicologia dell'esperienza corporea*, Raffaello Cortina, Milano. Un testo di psicologia clinica e corporea che aiuta a capire come le esperienze emotive e relazionali si inscrivono nel corpo, come il corpo porta la storia della persona e come la cura del corpo può diventare una via di accesso alla cura dell'anima. Utile come integrazione della prospettiva fenomenologica con quella clinica.

- Bessel van der Kolk, *Il corpo accusa il colpo. Mente, corpo e cervello nell'elaborazione delle esperienze traumatiche*, Raffaello Cortina, Milano. Lo psichiatra americano mostra con ricchezza di documentazione clinica come il trauma si iscriva nel corpo – come il corpo ricordi ciò che la mente ha rimosso, e come la guarigione passi necessariamente attraverso il corpo. Utile soprattutto per chi lavora con giovani che portano storie difficili, e per calibrare gli esercizi corporei con la sensibilità necessaria.

Per il giovane

- Hayden Herrera, *Frida Kahlo*, Neri Pozza, Vicenza. La biografia più completa e più documentata di Frida Kahlo disponibile in italiano: un testo che non idealizza la sua figura ma la restituisce nella sua complessità reale – con le contraddizioni, le fragilità, le grandezze. Per i giovani che vogliono conoscere la donna oltre la leggenda, e che vogliono capire come una vita segnata dal dolore fisico abbia potuto produrre una delle opere più vitali del Novecento.

- Franz Kafka, *La metamorfosi*, Feltrinelli, Milano. Il racconto di Kafka – un uomo che si sveglia trasformato in un insetto – è tra le letture più intense che la letteratura moderna abbia prodotto sull'alienazione dal proprio corpo, sulla vergogna corporea, sul rifiuto dell'altro che non corrisponde alla norma. Una storia che i giovani leggono spesso come qualcosa di personalmente riconoscibile, anche senza il grottesco della trasformazione: la sensazione di abitare un corpo che non si riconosce, che imbarazza, che esclude.

- Virginia Woolf, *Le onde*, Feltrinelli, Milano. Uno dei romanzi più sperimentali e più belli del Novecento, in cui sei voci narranti – sei corpi, sei esistenze – portano avanti un monologo interiore che è anche, sempre, un monologo sul tempo che scorre nel corpo, sulla percezione che cambia, sull'identità che si costruisce nell'esperienza incarnata. Un testo difficile e indimenticabile, indicato per i lettori più maturi.

- Italo Calvino, *Il cavaliere inesistente*, Mondadori, Milano. Un romanzo breve e luminoso che racconta, con la leggerezza del fiabesco, la storia di un cavaliere che esiste senza avere un corpo – e del suo opposto, un cavaliere che ha un corpo senza quasi avere una coscienza. Una meditazione ironica e profonda su cosa significa essere incarnati, su cosa manca quando il corpo manca, su cosa si perde quando invece la coscienza si svuota.

- Film: *The Diving Bell and the Butterfly (Lo scafandro e la farfalla)*, regia di Julian Schnabel, 2007. La storia vera di Jean-Dominique Bauby, direttore di Elle, colpito da un ictus che lo riduce a una paralisi totale tranne che per un occhio. Il film – girato per la maggior parte dal punto di vista dell'occhio di Bauby – è una meditazione straordinaria sul corpo come prigione e come finestra, sulla coscienza che sopravvive alla perdita del corpo funzionante, sulla creatività che nasce nel limite assoluto. Uno dei film più belli mai realizzati sul tema dell'incarnazione come destino.

- Film: *Billy Elliot*, regia di Stephen Daldry, 2000. Un ragazzo di una famiglia operaia del Nord dell'Inghilterra scopre il proprio corpo nel balletto, in un contesto sociale che non prevede quella forma di espressione per un maschio della sua classe. Un film sulla corporeità come vocazione, sulla resistenza di un corpo che sa cosa vuole anche quando tutto intorno dice che è sbagliato, sull'educazione come incontro tra un corpo e il mondo che lo accoglie o lo respinge.

- Film: *Il grande blu*, regia di Luc Besson, 1988. Un film sulla spinta del corpo verso il suo limite estremo: i protagonisti sono apneisti che scendono sempre più in profondità, sempre più vicini al confine tra il corpo vivo e il corpo che cede. Una storia sulla fascinazione del limite, sul rapporto tra il corpo e l'acqua, sull'identità che si costruisce nel rapporto fisico con un elemento. Un film che molti giovani descrivono come un'esperienza quasi fisica – come se il film trasmettesse una sensazione corporea, oltre che una storia.

- Opera d'arte: Frida Kahlo, *La colonna spezzata*, 1944, Museo Dolores Olmedo Patiño, Città del Messico. Il dipinto più diretto e più potente che Kahlo abbia prodotto sul proprio corpo ferito: la spina dorsale a colonna ionica, i chiodi, le lacrime che non piegano l'espressione del volto. Un'opera che dice sul corpo ferito – e sulla dignità di chi lo abita – qualcosa che nessun testo scritto riesce a dire con la stessa immediatezza.

- Opera d'arte: Egon Schiele, *Autoritratto con gambe divaricate*, 1917, Graphische Sammlung Albertina, Vienna. Schiele – allievo di Klimt, morto di influenza spagnola a ventotto anni nel 1918 – ha prodotto alcuni dei ritratti corporei più inquieti e più onesti della storia dell'arte europea. I suoi corpi non sono belli nel senso canonico del termine: sono angolososi, esausti, spesso contorti. Eppure hanno una presenza straordinaria – come se ogni centimetro di pelle portasse qualcosa della vita interiore di chi lo abita. Un'opera da contemplare con attenzione, ideale per il gruppo che voglia interrogarsi sul corpo come espressione di un'interiorità.

- Musica: Ludovico Einaudi, *Le onde*, BMG Records, 1996. Il pianista e compositore italiano ha prodotto in questo album una delle opere più evocative del minimalismo musicale contemporaneo: una musica che si muove come il corpo si muove – con ritmo, con peso, con la qualità di qualcosa che conosce il proprio spazio. Ideale come accompagnamento ai momenti di scrittura individuale o di riflessione silenziosa durante il percorso.

- Canzone: Vinicio Capossela, *Pianto antico*, dall'album *Ovunque proteggi*, 2006. Una canzone che tratta il corpo come il luogo in cui il lutto si iscrive, in cui il dolore diventa fisico, in cui la perdita di qualcuno che si amava lascia tracce che non sono solo psicologiche ma corporee. Capossela prende il testo della poesia di Giosuè Carducci e lo porta in una dimensione musicale che è essa stessa una meditazione sulla carne come sede della memoria e del dolore.

9. Raccontare la Giustizia

Per cominciare – Un gesto prima delle parole

Il conduttore porta in sala tre fogli di carta di grande formato. Su ciascuno scrive una frase, in modo visibile:

«Un'ingiustizia che vedo nel mondo e che mi fa arrabbiare.»

«Un'ingiustizia che vedo vicino a me – nella mia scuola, nella mia città, nella mia famiglia.»

«Un'ingiustizia a cui forse contribuisco anch'io, anche senza volerlo.»

I tre fogli vengono appesi in tre angoli della stanza. I partecipanti si alzano, circolano in silenzio, e scrivono su ciascun foglio – in forma anonima, con un pennarello – quello che pensano. Non si legge ad alta voce ancora nulla: si lascia che i fogli si riempiano. Poi si torna a sedere, e il conduttore legge ad alta voce ciò che è stato scritto, senza commenti. Si sta un momento in silenzio con tutto ciò che è emerso. Poi si comincia.

Riflessione personale – Le domande da portare dentro

Sul vedere

C'è una forma di ingiustizia – nel mondo, nel proprio contesto, nelle proprie relazioni – che si tende a non guardare, a considerare normale, a spiegare come inevitabile? Cosa la rende difficile da guardare – è troppo grande, troppo vicina, o tocca qualcosa in cui si ha una parte di responsabilità? Cosa cambierebbe, nel modo in cui si vive, se la si guardasse davvero?

Sul fare e sul non fare

C'è qualcosa – anche piccolo, anche nell'immediato del proprio contesto quotidiano – che si potrebbe fare per una situazione più giusta, e che non si fa? Non si chiede di accusarsi: si chiede di osservare onestamente quella distanza tra ciò che si vede e ciò che si fa, e di chiedersi da dove viene. È paura? È mancanza di strumenti? È la convinzione che non cambierà nulla? O è qualcosa d'altro?

Sul perdono e sulla giustizia

Il paradigma di Tutu pone una domanda difficile: è possibile perdonare senza che prima ci sia stata giustizia? E all'inverso: è possibile costruire giustizia senza che ci sia perdono – senza che il ciclo della vendetta alla fine si interrompa? Si è capaci di ricordare, nella propria storia personale, un momento in cui si è stati in bilico tra queste due possibilità – tra l'esigere i propri diritti e il scegliere la riparazione della relazione?

Lavoro di gruppo – Quattro proposte concrete

Proposta 1 – Il velo dell'ignoranza (durata: 45 minuti)

Il conduttore introduce l'esperimento mentale di Rawls in modo semplice e diretto: «Immaginate di dover progettare la scuola – le sue regole, i suoi criteri di valutazione, le opportunità che offre – senza sapere chi sarete al suo interno: se sarete bravi o in difficoltà nello studio, se avrete una disabilità o no, se verrete da una famiglia ricca o povera, se sarete italiani o migranti di prima generazione.» Si divide il gruppo in sottogruppi di quattro-cinque persone, ciascuno con il compito di progettare tre regole fondamentali di una scuola giusta a partire da quel vincolo.

Dopo venti minuti di lavoro in sottogruppo, si condividono le proposte in plenaria e si confrontano: le regole convergono o divergono? Cosa si scopre, nel momento in cui si progetta un sistema senza sapere dove ci si troverà? La discussione finale può toccare la domanda più ampia: questo principio – progettare le regole senza sapere chi si è – si applica solo alla scuola, o potrebbe applicarsi a qualsiasi sistema sociale?

Proposta 2 – Il processo simulato (durata: 50-60 minuti)

Il conduttore presenta una situazione di conflitto reale, tratta dal contesto dei partecipanti o da una storia nota (si può usare un caso storico come quello della Commissione Verità e Riconciliazione, o un caso letterario come il processo a Jean Valjean in *Les Misérables*). Si divide il gruppo in tre ruoli: chi sostiene la giustizia come punizione (la legge è stata violata: occorre che ci sia una conseguenza proporzionata), chi sostiene la giustizia come riparazione (la punizione non cambia ciò che è accaduto: come si può riparare il danno?), e chi rappresenta la prospettiva della vittima o del più debole.

Ogni gruppo ha dieci minuti per preparare le proprie argomentazioni. Poi si svolge un dibattito di venti minuti, moderato dal conduttore. In plenaria si riflette: qual è la posizione più convincente? E qual è quella che produce qualcosa di più duraturo – non solo nel caso specifico, ma nella qualità della convivenza?

Proposta 3 – Lettera a un'ingiustizia (durata: 45 minuti, con momento di scrittura individuale)

Ciascun partecipante sceglie un'ingiustizia che sente propria – una che lo tocca direttamente, o una che ha a cuore, o una che ha contribuito a subire o a produrre. Il conduttore scrive già sul foglio le prime parole:

«Non avrei voluto che tu esistessi. Eppure sei qui, e io ti vedo. Voglio dirti che...»

La scrittura dura almeno venti minuti di silenzio. La lettera può contenere indignazione, tristezza, domande, proposte, confessioni. Chi la desidera la legge al gruppo – non necessariamente per intero. Non si commenta: si riceve. La domanda finale è questa: mettere in parole un'ingiustizia – darle un nome, rivolgersi ad essa – cambia qualcosa nel modo in cui la si affronta?

Proposta 4 – Un'azione concreta nel territorio (durata: variabile, da pianificare tra un incontro e il prossimo)

Questa proposta richiede un passo ulteriore rispetto alle precedenti: non solo riflettere, ma fare. Il gruppo identifica – nella propria scuola, nel proprio quartiere, nella propria comunità – una situazione di ingiustizia concreta e accessibile: qualcuno che viene escluso, qualcosa che non funziona in modo equo, qualcuno che non ha voce. E pianifica un'azione – anche piccola, anche simbolica – da compiere prima del prossimo incontro. L'azione viene poi raccontata al gruppo: non per valutarne i risultati, ma per confrontarsi sull'esperienza di passare dall'indignazione al gesto.

Un impegno concreto – Tra questo incontro e il prossimo

Il primo impegno possibile consiste nel cercare, nella settimana, di informarsi in modo serio su una situazione di ingiustizia che si conosce solo superficialmente – leggere non solo i titoli, ma approfondire, cercando di capire le strutture che la producono e non solo gli episodi singoli. L'obiettivo non è diventare esperti: è passare dallo sguardo indignato allo sguardo capace di analizzare.

Il secondo impegno possibile riguarda le relazioni quotidiane: identificare, nel corso della settimana, un momento in cui si ha il potere – anche minimo – di fare qualcosa di più giusto nei confronti di qualcuno. Non un gesto eroico: un gesto preciso, concreto, reale. E compierlo.

Il terzo impegno possibile è di natura interiore: portare, nel corso della settimana, la domanda di Rawls in una situazione concreta della propria vita – una regola della scuola, un accordo nel gruppo di amici, una dinamica familiare. Chiedersi: se non sapessi dove mi troverei in questa situazione, la considererei giusta?

Una parola finale – Per chi conduce

Chi porta questo tema a un gruppo non può fingere di essere neutrale. La giustizia non è un argomento su cui si può rimanere equidistanti: esige una posizione, anche se quella posizione si esprime nella domanda piuttosto che nella risposta. Il conduttore che presenta la giustizia come un tema su cui ci sono «molti punti di vista tutti ugualmente validi» – senza mai dire che l'ingiustizia è sbagliata, che la sofferenza dei più deboli chiede risposta, che non tutti i punti di vista hanno lo stesso peso morale – non sta educando alla giustizia: sta educando al relativismo morale, che è una forma di resa davanti all'ingiustizia.

Questo non significa che il conduttore debba imporre le proprie posizioni politiche – la distinzione tra la giustizia come valore fondamentale e i modi concreti di realizzarla è reale e va rispettata. Ma significa che stare davanti a un gruppo di giovani parlando di Romero e di Amos, del profumo di nardo sprecato e del diritto che scorre come acqua, richiede di essere disposti a dire, con chiarezza e con calore: l'ingiustizia fa male. Non è normale. E qualcosa si può fare – non tutto, non subito, non da soli. Ma qualcosa.

Bibliografia e materiali

Per l'animatore e l'educatore

- John Rawls, *Una teoria della giustizia*, Feltrinelli, Milano. Il testo fondativo della filosofia politica liberale contemporanea: impegnativo, ma accessibile nei capitoli centrali, in particolare quelli dedicati all'esperimento del velo dell'ignoranza e ai due principi di giustizia. Una lettura che cambia il modo di pensare alla distribuzione delle opportunità e delle risorse nelle società complesse.

- Desmond Tutu, *Nessun futuro senza perdono*, Feltrinelli, Milano. La testimonianza dell'arcivescovo Tutu sulla Commissione Verità e Riconciliazione del Sudafrica, intrecciata con una riflessione teologica e filosofica sul perdono come alternativa alla vendetta. Un libro che non semplifica nulla – la complessità morale del processo di riconciliazione post-apartheid è descritta con piena onestà – e che per questo convince in modo che le ricostruzioni superficiali non riescono a fare.

- Jon Sobrino, *Oscar Romero. Profeta e martire della liberazione*, Borla, Roma. La biografia teologica più accurata di Romero, scritta da uno dei teologi della liberazione più importanti del Novecento, sopravvissuto all'assassinio dei suoi confratelli gesuiti a El Salvador nel 1989. Un testo che aiuta a capire il contesto teologico e politico in cui Romero maturò la propria scelta, e che mostra la relazione tra la teologia della liberazione e la pratica concreta della giustizia.

- Martha Nussbaum, *Creare capacità. Liberarsi dalla dittatura del Pil*, il Mulino, Bologna. La filosofa americana sviluppa il «capabilities approach» – l'approccio delle capacità – come alternativa alle teorie della giustizia basate esclusivamente sulla distribuzione delle risorse: una società giusta è quella in cui ogni persona ha le capacità reali di condurre una vita fiorente, non solo le risorse astratte per farlo. Un testo accessibile e stimolante, utile per connettere la riflessione sulla giustizia alla realtà concreta dello sviluppo umano.

- Gustavo Gutiérrez, *Teologia della liberazione. Prospettive*, Queriniana, Brescia. Il testo fondativo della teologia della liberazione latinoamericana: la lettura del Vangelo a partire dalla prospettiva dei poveri, l'opzione preferenziale per i poveri come chiave ermeneutica della fede cristiana. Una lettura

impegnativa e fondamentale per chiunque voglia capire il contesto teologico in cui si è formata la scelta di Romero.

Per il giovane

- Victor Hugo, *I miserabili*, Mondadori, Milano (edizione ridotta o integrale secondo l'età del gruppo). Il romanzo di Hugo è ancora, quasi due secoli dopo la sua pubblicazione, uno dei testi più potenti sulla distinzione tra la giustizia come legge e la giustizia come umanità. Jean Valjean e l'ispettore Javert sono due modi di intendere la giustizia che si fronteggiano per mille pagine senza che nessuno dei due abbia completamente torto – e quella tensione è pedagogicamente più ricca di qualsiasi saggio.

- Chimamanda Ngozi Adichie, *Americanah*, Einaudi, Torino. Già citato nel *percorso sul Volto*, questo romanzo torna qui per la sua capacità di mostrare la giustizia razziale come esperienza quotidiana, incarnata, impossibile da ridurre a statistica. La protagonista che scopre di essere «nera» solo quando arriva negli Stati Uniti è una delle descrizioni più oneste della giustizia come problema strutturale che tocca ogni persona concreta.

- Bryan Stevenson, *Questione di giustizia*, Sperling e Kupfer, Milano. L'avvocato americano che ha dedicato la propria vita a difendere condannati a morte ingiustamente – spesso poveri, spesso neri, spesso difesi malamente da avvocati d'ufficio sopraffatti dal carico di lavoro – racconta casi specifici con la precisione del giurista e la cura dello scrittore. Un libro che rende la giustizia come problema reale, con volti e nomi, impossibile da ridurre a dibattito astratto.

- Malala Yousafzai, *Io sono Malala*, Garzanti, Milano. La storia della ragazza pakistana sopravvissuta a un attentato talebano per il suo impegno per il diritto delle ragazze all'istruzione. Non è solo una storia di coraggio individuale: è una storia di giustizia educativa, del diritto all'istruzione come diritto fondamentale, della violenza come risposta di chi vuole impedire che quel diritto si realizzi.

- Film: *Selma*, regia di Ava DuVernay, 2014. La ricostruzione storica della marcia del 1965 da Selma a Montgomery, guidata da Martin Luther King, per il diritto di voto degli afroamericani nel Sud degli Stati Uniti. Un film che mostra la giustizia come processo collettivo, fatto di gesti strategici e di scelte morali, di paura e di determinazione, di alleanze difficili e di divisioni interne.

- Film: *Spotlight*, regia di Tom McCarthy, 2015. La storia del gruppo di giornalisti investigativi del Boston Globe che nel 2001-2002 portò alla luce gli abusi sessuali sistematici del clero cattolico nel Massachusetts e la copertura istituzionale che li aveva resi possibili per decenni. Un film sulla giustizia come lavoro lento, paziente, documentato – e sulla responsabilità dei sistemi istituzionali che proteggono i potenti a scapito dei vulnerabili.

- Film: *I figli degli uomini*, regia di Alfonso Cuarón, 2006. Un film distopico ambientato in un futuro prossimo in cui l'umanità ha perso la capacità di riprodursi, e in cui i migranti vengono rinchiusi in campi di detenzione. Una visione radicale della ingiustizia come sistema, e della resistenza come scelta individuale che apre una crepa in quel sistema. Un film che i giovani guardano spesso come uno specchio del presente, non come fantascienza.

- Opera d'arte: Käthe Kollwitz, *La rivolta dei tessitori* (ciclo di sei incisioni, 1893-1897), Käthe Kollwitz Museum, Berlino. La pittrice e incisore tedesca ha dedicato la propria opera a rappresentare la sofferenza e la resistenza delle classi lavoratrici più povere. Il ciclo dei tessitori – ispirato al dramma di Gerhart Hauptmann sulla rivolta operaia slesiana del 1844 – è una delle più potenti rappresentazioni visive dell'ingiustizia economica e della dignità di chi la subisce che l'arte europea abbia prodotto.

- Canzone: Bob Dylan, *Blowin' in the Wind*, dall'album *The Freewheelin' Bob Dylan*, 1963. La canzone che è diventata l'inno del movimento per i diritti civili americano e di molte lotte per la giustizia nel mondo. Non propone soluzioni: pone domande. «Quante volte un uomo deve guardare altrove prima di riuscire a vedere?» – una domanda che non ha risposta nel testo, ma che la esige nell'ascoltatore. Ancora oggi, sessant'anni dopo, difficile da ascoltare senza sentire che parla del presente.

- Canzone: Fabrizio De André, *La guerra di Piero*, dall'album *Tutto Fabrizio De André*, 1966. Il soldato che non riesce a guardare il volto del nemico prima di sparargli – e che muore per questo.

Una canzone sulla giustizia come incontro con l'umanità dell'altro, anche di chi si trova dall'altra parte di una trincea. Una delle descrizioni più precise che la musica italiana abbia prodotto del costo umano di ogni guerra, e della giustizia come riconoscimento reciproco che la guerra nega.

10. Raccontare la Pace

Per cominciare – Un gesto prima delle parole

Il conduttore invita il gruppo a un momento di camminata silenziosa nello spazio disponibile – anche piccolo, anche soltanto intorno alle sedie del cerchio. Non si dà una meta: si cammina e basta, lentamente, in silenzio, prestando attenzione a ogni passo. Dopo due minuti, il conduttore dice con voce tranquilla: «Thích Nhất Hạnh insegnava ai suoi studenti a camminare in modo che ogni passo lasciasse sul suolo un'impronta di pace. Non una grande azione: solo un passo. Solo questo passo.» Si continua a camminare per altri due minuti. Poi ci si siede.

Il conduttore chiede: «Come stava il vostro corpo, camminando in quel modo? Era diverso dal modo in cui camminate di solito?» Non si commenta: si raccolgono le risposte e si lascia che facciano il loro lavoro. Poi si comincia.

Riflessione personale – Le domande da portare dentro

Sulla pace interiore

C'è un luogo dentro di sé – un momento, una pratica, una relazione, un'attività – in cui si sperimenta qualcosa che assomiglia alla pace: non all'assenza di problemi, ma a una qualità di stabilità interiore che non dipende da ciò che accade fuori? Se sì, cosa lo rende possibile? Se no, cosa lo impedisce – e c'è qualcosa che lo potrebbe avvicinare?

Sul conflitto e la pace

C'è un conflitto nella propria vita – una relazione tesa, un disaccordo irrisolto, una distanza con qualcuno – che si vorrebbe trasformare in qualcosa di diverso? Non necessariamente di risolto in modo definitivo: ma almeno di affrontato in modo che non distrugga. Cosa impedirebbe di fare un passo in quella direzione? E: quale sarebbe il passo più piccolo possibile – quello che non richiede eroismo, ma solo un po' di coraggio?

Sulla pace nel mondo

Galtung distingue tra violenza diretta, strutturale e culturale. C'è una forma di violenza strutturale – un'ingiustizia sistematica – nel proprio contesto quotidiano che si tende a non vedere perché è diventata normale? E: c'è qualcosa che si potrebbe fare, anche di piccolo, che si orienti nella direzione opposta – nella direzione della pace positiva, della giustizia come condizione della pace?

Lavoro di gruppo – Quattro proposte concrete

Proposta 1 – La mappa del conflitto (durata: 45-50 minuti)

Il conduttore introduce brevemente la distinzione di Galtung tra violenza diretta, strutturale e culturale, con esempi concreti e vicini all'esperienza dei partecipanti. Poi divide il gruppo in sottogruppi di tre-quattro persone, ciascuno con il compito di costruire una «mappa del conflitto» relativa a un contesto che conoscono bene – la scuola, il quartiere, la propria città, un conflitto internazionale che seguono. La mappa deve identificare: le forme di violenza diretta visibili; le strutture che producono ingiustizia (violenza strutturale); le narrazioni culturali che le rendono normali (violenza culturale).

Ogni sottogruppo presenta poi la propria mappa in plenaria. La domanda per la discussione finale è questa: se si dovesse indicare un punto – uno solo – in cui un'azione concreta avrebbe il maggiore impatto su quella mappa, quale sarebbe? E chi dovrebbe compierla?

Proposta 2 – Il dialogo tra nemici (durata: 40 minuti)

Il conduttore chiede a due volontari di sedersi al centro del cerchio del gruppo e di sostenere per dieci minuti un dialogo su un tema su cui si trovano in disaccordo genuino – non una recita, ma una conversazione reale. Il resto del gruppo osserva in silenzio. L'unica regola: prima di rispondere all'altro, si deve ripetere con parole proprie ciò che l'altro ha detto, fino a che l'altro non dice «sì, è quello che intendevo».

Al termine del dialogo, il gruppo intero riflette su ciò che ha osservato: c'è stato un momento in cui la qualità della conversazione è cambiata? Cosa ha prodotto quella tecnica di ascolto – ha cambiato qualcosa nella posizione dei due interlocutori, o solo nel modo in cui si capivano? La domanda per la plenaria è questa: se si usasse questa regola – ripetere prima di rispondere – in tutti i conflitti della propria vita, cosa cambierebbe?

Proposta 3 – Lettera all'avversario (durata: 45 minuti, con momento di scrittura individuale)

Ciascun partecipante pensa a qualcuno con cui è in conflitto – o con cui è stato in conflitto, o con cui c'è una distanza difficile. Non deve necessariamente essere un nemico in senso drammatico: può essere un compagno di classe con cui il rapporto è teso, un familiare con cui ci si è allontanati, qualcuno a cui si ha difficoltà a rivolgersi. Il conduttore scrive sul foglio le prime parole:

«Non ti ho mai detto quello che penso davvero di questa distanza tra noi. Voglio provarci adesso, cercando di capire anche il tuo punto di vista...»

La scrittura dura almeno venti minuti di silenzio. La lettera non sarà consegnata, a meno che il partecipante non lo scelga liberamente e autonomamente dopo l'incontro. Chi lo desidera legge un frammento al gruppo. Non si commenta. La domanda conclusiva: scrivere a qualcuno con cui si è in conflitto cercando di capire anche il suo punto di vista cambia qualcosa nel modo in cui lo si vede?

Proposta 4 – Davanti a un'immagine di pace e di guerra (durata: 25-30 minuti)

Il conduttore proietta due immagini in sequenza. La prima: la *Guernica* di Pablo Picasso (1937, Museo Reina Sofia, Madrid) – il grande dipinto che documenta il bombardamento della città basca di Guernica durante la guerra civile spagnola, uno dei documenti più potenti che l'arte occidentale abbia prodotto contro la guerra. La seconda: una *fotografia di segnale di pace o di riconciliazione* – ad esempio la stretta di mano tra Nelson Mandela e F.W. de Klerk nel 1994, o l'abbraccio tra Jean-Claude Juncker e Angela Merkel durante una crisi europea, o qualsiasi immagine di incontro tra avversari che sceglie il dialogo.

Si lascia qualche minuto di silenzio davanti a ciascuna immagine. Poi si apre la discussione: cosa dicono queste immagini sulla pace e sulla guerra che le parole non riescono a dire? E: la pace nelle immagini di riconciliazione – quei volti, quei gesti – sembra reale o performativa? Come si distingue la pace che si mostra dalla pace che si abita?

Un impegno concreto – Tra questo incontro e il prossimo

Il primo impegno possibile è quello di fare, ogni giorno della settimana, cinque minuti di «camminata di pace» nel senso di Thich Nhất Hạnh: camminare lentamente, con attenzione al passo, senza telefono, lasciando che ogni passo sia intenzionale. Non è meditazione nel senso tecnico del termine: è semplicemente la pratica di essere presenti a ciò che si fa, anche nel gesto più ordinario.

Il secondo impegno possibile riguarda un conflitto attivo: identificare, nella propria vita della settimana, un momento di tensione con qualcuno – anche piccolo – e scegliere di rispondervi in modo diverso dal solito: con una domanda invece di un'affermazione, con un ascolto prima di una risposta, con la disponibilità a non avere l'ultima parola. Osservare cosa cambia, anche minimamente.

Il terzo impegno possibile è culturale: cercare e guardare – o rileggere, o riascoltare – un'opera d'arte, un film, una canzone che parla di pace non come assenza di guerra, ma come costruzione attiva. E chiedersi: cosa sta dicendo questa opera sulla pace che io non avevo ancora visto?

Al prossimo incontro, si comincia condividendo – chi lo desidera – non se si è stati abbastanza pacifici, ma cosa si è scoperto. Cosa ha sorpreso. Dove si è trovata resistenza – e dove, invece, qualcosa si è aperto.

Una parola finale – Per chi conduce

Chi porta questo tema a un gruppo porta con sé una domanda che vale la pena di portare apertamente, senza fingere di avere una risposta definitiva: come si fa a parlare di pace in un mondo in cui la pace sembra ogni giorno più fragile, più minacciata, più difficile da credere possibile? Come si fa a non essere né ingenui né cinici – né a fingere che le cose vadano bene, né a cedere alla convinzione che non cambieranno mai?

La risposta di Thich Nhất Hạnh era semplice e radicale insieme: si fa un passo. Non tutti i passi, non il percorso intero, non la soluzione del conflitto mondiale. Un passo. Questo passo. Qui, adesso, in questo gruppo, con queste persone specifiche. Se ogni persona in questa stanza esce con una relazione un poco meno tesa di prima, con una comprensione un poco più ampia di un punto di vista diverso dal proprio, con la consapevolezza che la pace si costruisce e non si subisce – allora qualcosa è già accaduto. Non è abbastanza. Non è mai abbastanza. Ma è un inizio che non si cancella.

Bibliografia e materiali

Per l'animatore e l'educatore

- Thich Nhất Hạnh, *La pace è ogni passo. Il cammino della consapevolezza nella vita quotidiana*, Ubaldini, Roma. Il libro più accessibile e più direttamente pedagogico di Thich Nhất Hạnh: breve, concreto, pieno di esercizi e di storie. Non è un testo di teoria, ma di pratica. Molti educatori lo descrivono come uno di quei libri che si leggono una volta e si tengono sul comodino per anni, tornarci quando si è smarrito il filo.

- Johan Galtung, *Pace con mezzi pacifici. Pace e conflitto, sviluppo e civiltà*, Esperia, Milano. Il testo più completo della teoria della pace di Galtung: ampio, sistematico, a tratti tecnico, ma fondamentale per chiunque voglia affrontare il tema con strumenti analitici adeguati. La distinzione tra pace negativa e pace positiva, tra violenza diretta, strutturale e culturale, è elaborata qui nella sua forma più compiuta.

- Desmond Tutu, *Il libro della gioia. La felicità dura nonostante tutto*, Feltrinelli, Milano (scritto insieme al Dalai Lama). Un libro straordinario, nato da una settimana di conversazioni tra i due anziani leader spirituali – l'arcivescovo anglicano e il monaco buddhista – sulla questione di come si possa vivere con gioia in un mondo pieno di sofferenza. Un testo che tiene insieme pace interiore e impegno esterno, spiritualità e responsabilità, con una leggerezza e una profondità che raramente si trovano insieme.

- Hannah Arendt, *Le origini del totalitarismo*, Einaudi, Torino. Il lavoro più completo della filosofa politica più importante del Novecento sull'analisi delle strutture che producono violenza di massa. Non è un libro sulla pace in senso diretto, ma è indispensabile per capire le radici profonde della guerra e dell'oppressione – e quindi per capire cosa occorre costruire in modo da non ricaderci.

- Romano Guardini, *La pace come compito*, Morcelliana, Brescia. Il teologo e filosofo italo-tedesco riflette sulla pace come opera – qualcosa che si costruisce, che richiede impegno e virtù, che non si trova ma si fa. Un testo breve e denso, che porta la tradizione cristiana in dialogo con le domande politiche del suo tempo (fu scritto nel 1956, nell'ombra della guerra appena finita e della guerra fredda appena iniziata) con una profondità che non ha perso nulla della propria attualità.

Per il giovane

- Thích Nhất Hạnh, *Il miracolo della presenza mentale*, Ubaldini, Roma. La guida più accessibile alla pratica della *mindfulness* secondo la tradizione del buddismo impegnato: semplice, diretto, pieno di esercizi concreti. Molti giovani lo leggono come una scoperta – come se qualcuno descrivesse qualcosa che avevano intuito ma non sapevano come praticare.
- Erich Maria Remarque, *Niente di nuovo sul fronte occidentale*, Mondadori, Milano. Il romanzo – pubblicato nel 1929 e bruciato dai nazisti nel 1933 – racconta la Prima Guerra Mondiale dalla prospettiva di un giovane soldato tedesco. È una delle descrizioni più oneste e più insopportabili della guerra che la letteratura abbia mai prodotto: non epica, non eroismo, ma fango e paura e morte insensata. Un libro che vaccinata contro la romanticizzazione della guerra in modo che nessuna conferenza o nessun documento storico riesce a fare con la stessa forza.
- Viet Thanh Nguyen, *Il simpatizzante*, Neri Pozza, Vicenza. Un romanzo scritto dalla prospettiva di un agente doppio vietnamita durante e dopo la guerra del Vietnam: una voce che vede da entrambe le parti allo stesso tempo, che non riesce ad appartenere completamente a nessun campo, e che per questo vede le menzogne di entrambi. Un libro sulla pace come complessità – sulla difficoltà di stare dalla parte della verità quando ogni parte ha le proprie ragioni e le proprie menzogne.
- Patrick Bringley, *Un anno al museo*, Einaudi, Torino. Un ex giornalista che lavora come guardiano al Metropolitan Museum di New York dopo la morte del fratello: un libro sulla pace come presenza, sulla lentezza come resistenza, sull'arte come luogo in cui il tempo si dilata abbastanza da permettere di stare. Un libro insolito e bello, che parla di pace in modo laterale e sorprendente.
- Film: *La zona d'interesse*, regia di Jonathan Glazer, 2023. Un film straordinario e perturbante sul comandante di Auschwitz e la sua famiglia che vivono in una villa con giardino fiorito direttamente a fianco del campo di sterminio. Un film sulla pace come ottundimento morale – sulla capacità umana di normalizzare l'orrore quando non ci tocca direttamente – e quindi, di rimbalzo, sulla pace come la sua impossibilità finché c'è qualcuno che soffre accanto a noi. Indicato per i gruppi più maturi.
- Film: *Jojo Rabbit*, regia di Taika Waititi, 2019. Un bambino tedesco nella Germania nazista degli ultimi anni della guerra, il cui amico immaginario è Adolf Hitler. Una commedia amara e tenerissima sulla capacità dei bambini di conservare l'umanità anche dentro il sistema più disumano, e sulla pace come il recupero dello sguardo dell'altro come persona. Un film che molti giovani guardano e non dimenticano.
- Film: *Il mio vicino Totoro*, regia di Hayao Miyazaki, Studio Ghibli, 1988. Tra i film del grande regista giapponese, questo è forse il più quieto e il più pieno di shalom nel senso più profondo del termine: la pace non come assenza di problemi (la madre delle bambine è gravemente malata), ma come capacità di stare nel mondo con meraviglia, di trovare sacralità nella natura, di essere in relazione con qualcosa di più grande di sé senza perdere la propria specificità. Un film per tutti, che parla a tutti i livelli di profondità.
- Opera d'arte: Pablo Picasso, *Guernica*, 1937, Museo Reina Sofía, Madrid. Il documento artistico più potente del Novecento contro la guerra: un dipinto in bianco e nero – come le fotografie dei giornali, come la cenere – che racconta il bombardamento di una città civile con una forza che nessuna fotografia riesce a eguagliare. Lo si guarda e non si può rimanere neutrali. La pace comincia nell'incapacità di rimanere neutrali davanti a un'immagine come questa.
- Musica: Benjamin Britten, *War Requiem*, op. 66, 1962. Composto per la riconsacrazione della Cattedrale di Coventry – distrutta dai bombardamenti tedeschi nel 1940 e ricostruita – il War Requiem intreccia il testo liturgico latino del Requiem con le poesie di guerra di Wilfred Owen, il poeta inglese morto sul fronte nel 1918. È una delle opere musicali più potenti mai scritte sulla pace come dolore e come speranza: un'opera che non celebra la guerra né la dimentica, ma la attraversa fino a chiedere, nell'amen finale, qualcosa che le parole da sole non riescono a chiedere.
- Canzone: John Lennon, *Imagine*, 1971. La canzone più venduta e più citata sulla pace di tutta la storia della musica popolare – e per questo anche la più consumata, la più svuotata dalla ripetizione. Vale la pena di riportarla alla sua origine: un giovane di trent'anni che immagina un mondo senza confini, senza proprietà, senza religioni in conflitto. Non come programma politico: come atto di

immaginazione. E chiedersi: cosa impedisce di immaginare quella cosa? E cosa succederebbe se si cominciasse a immaginare davvero?

11. Raccontare la Speranza

Per cominciare – Un gesto prima delle parole

Il conduttore porta in sala alcuni semi – semi di qualsiasi pianta da frutto o da fiore – e ne pone uno nel palmo della mano di ciascun partecipante. Si sta un momento in silenzio, con quel seme nel palmo. Poi il conduttore dice, lentamente: «Questo è l'oggetto più improbabile che esista. È morto – nel senso che non fa niente di visibile, non si muove, non respira. Eppure dentro ha qualcosa che, nelle condizioni giuste, diventa una pianta, poi un albero, poi un frutto che contiene altri semi. Tutto quello che diventerà è già qui, invisibile, in questo momento. Isaia dice che la cosa nuova che Dio sta facendo germoglia già, anche se non ce ne accorgiamo. Tenetelo in mano per un momento. Lasciate che faccia le sue domande.»

Si sta in silenzio per due minuti. Poi ci si siede, tenendo il seme davanti a sé per tutta la durata dell'incontro – come promemoria visibile della speranza come possibilità già in atto, non ancora visibile.

Riflessione personale – Le domande da portare dentro

Queste domande sono inviti a sostare, a scrivere qualcosa su un foglio o in un diario, senza fretta e senza cercare risposte definitive. Alcune apriranno cose semplici; altre potrebbero aprire cose più profonde. Si è liberi di fermarsi dove si vuole.

Sul proprio rapporto con la speranza

La prima domanda è diretta: sei una persona che spera? Non nel senso dell'ottimismo – di chi pensa che le cose andranno bene – ma nel senso più profondo: sei capace di credere che il futuro sia aperto, che il presente non sia definitivo, che qualcosa di buono possa ancora accadere anche quando non si vede ancora? Se sì: da dove viene quella capacità? Chi la alimenta? Se no, o se fatica ad arrivarci: c'è stato un momento in cui ce l'hai avuta, e poi è diminuita? Cosa l'ha scalfita?

Sulla speranza ricevuta

C'è qualcuno, nella propria vita, che è stato o che è un testimone di speranza – qualcuno che ha scelto di andare avanti, di costruire, di credere nel futuro anche in situazioni difficili, e il cui esempio ha trasmesso qualcosa anche a te? Non necessariamente una figura storica o eroica: può essere una nonna, un insegnante, un amico. Come è avvenuta quella trasmissione – attraverso le parole, i gesti, la semplice presenza? E: c'è qualcosa di quella speranza che senti di portare tu adesso, anche parzialmente?

Sul «non ancora»

Bloch dice che ciascuno porta in sé un «non ancora» – qualcosa che non si è ancora pienamente, che è in germe ma non si è ancora dispiegato. C'è qualcosa, in te, che senti come un «non ancora»: una capacità che non hai ancora espresso, un modo di essere che intuisce ma non hai ancora trovato, qualcosa che vorresti diventare e che senti possibile anche se non sai ancora come? Come si sta con quel «non ancora» – come una promessa o come una pressione?

Sulla speranza nel mondo

C'è qualcosa – nel mondo, nella società, nella propria comunità – in cui fai fatica a sperare? Non si chiede di trovare subito una risposta positiva: si chiede di stare onestamente con quella difficoltà. E poi: c'è qualcosa – anche piccolo, anche lontano – in cui riesci ancora a sperare, che ti sembra un seme di possibilità reale? Qual è la differenza, nella tua esperienza, tra queste due cose?

Lavoro di gruppo – Quattro proposte concrete

Proposta 1 – Le storie di speranza (durata: 45-50 minuti)

Il conduttore chiede a ciascun partecipante di pensare – in cinque minuti di silenzio – a una storia di speranza che conosce: può essere una storia personale, una storia familiare, una storia storica o letteraria, una storia di qualcuno che ha attraversato una situazione difficile senza perdere la capacità di credere nel futuro. Non deve essere una storia di trionfo: può anche essere una storia in cui la speranza non ha portato al lieto fine visibile, ma in cui qualcuno ha scelto di sperare comunque.

Si divide il gruppo in coppie. Ciascuno racconta la propria storia al compagno in cinque minuti. Chi ascolta non interrompe. Al termine, fa una sola domanda: «Cosa ha reso possibile la speranza di quella persona, secondo te?» Poi si invertono i ruoli. In plenaria, ciascun partecipante condivide – in una sola frase – l'elemento che ha sentito come il più ricorrente nelle storie raccontate. Il conduttore raccoglie quelle frasi e le mette insieme: emerge, quasi sempre, qualcosa che assomiglia a una mappa delle condizioni della speranza.

Proposta 2 – Lettera dal futuro (durata: 40-45 minuti, con momento di scrittura individuale)

Il conduttore invita ciascun partecipante a proiettarsi mentalmente vent'anni nel futuro – a immaginare se stesso a trentacinque, quaranta, cinquant'anni – e a scrivere una lettera a se stesso di oggi, dal punto di vista di quella persona futura che ce l'ha fatta, che ha attraversato le difficoltà del presente e che ha trovato – in modi che adesso non si possono ancora prevedere – qualcosa di buono e di vero in cui vivere. Il conduttore scrive le prime parole sul foglio:

«Ti scrivo da un posto che adesso non puoi ancora vedere, ma che esiste. Voglio dirti che hai ragione a sperare, perché...»

La scrittura dura almeno venti minuti di silenzio. Non è un esercizio di previsione né di ottimismo forzato: è un esercizio di immaginazione della speranza – di dare forma, con le parole, a un futuro possibile. Chi lo desidera legge un frammento al gruppo. Non si commenta: si riceve. La domanda finale è aperta: cosa ha prodotto, questa lettura del presente dal punto di vista di un futuro immaginato? Ha cambiato qualcosa nel modo in cui si guarda il presente?

Proposta 3 – Il progetto impossibile (durata: 50-60 minuti, in piccoli gruppi)

Il conduttore presenta una situazione concreta di difficoltà o di ingiustizia nel contesto dei partecipanti – un problema reale della scuola, del quartiere, della città – e divide il gruppo in sottogruppi di tre-quattro persone. Ogni sottogruppo ha il compito di progettare, in venti minuti, un'azione concreta per migliorare quella situazione – con un vincolo: non si può dire «non si può fare». Si può dire «sarà difficile» o «non so come», ma non «è impossibile».

Al termine del lavoro in sottogruppo, ciascun gruppo presenta la propria proposta. In plenaria si riflette: cosa ha prodotto quel vincolo – il divieto di dire impossibile? Ha cambiato il modo di pensare? E: c'è qualcosa, in queste proposte, che potrebbe davvero diventare un'azione reale – anche piccola, anche parziale? La speranza operosa di Don Tonino cominciava sempre da lì: dal rifiuto di accettare il «non si può», anche quando tutto sembrava dirlo.

Proposta 4 – Davanti a un'opera d'arte (durata: 25-30 minuti, richiede la proiezione di immagini)

Si proietta Il figliol prodigo di Rembrandt van Rijn (1668-1669, Museo dell'Ermitage, San Pietroburgo) – l'opera già incontrata in precedenti percorsi, che torna qui per la dimensione specifica della speranza: il figlio che decide di tornare – che sceglie il rischio del ritorno contro la certezza

della miseria – è uno dei gesti di speranza più precisi che la letteratura evangelica e la pittura occidentale abbiano mai raffigurato insieme. Si lascia cinque minuti di silenzio.

Poi il conduttore introduce brevemente il contesto – la parabola del figliol prodigo (Lc 15,11-32), la decisione del figlio di «rientrare in se stesso», il viaggio di ritorno senza garanzie di accoglienza. E apre la discussione attorno a questa domanda: che tipo di coraggio richiede sperare quando si è già stati delusi – quando si è già andati via convinti che fosse la scelta giusta, e si è rimasti con le mani vuote? Il padre che vede il figlio da lontano e corre incontro è, in questa prospettiva, l'immagine del Dio che anticipa la speranza di chi non osa ancora sperare del tutto.

Un impegno concreto – Tra questo incontro e il prossimo

Il primo impegno possibile consiste nell'identificare, nel corso della settimana, un momento in cui ci si sente tentati dal pessimismo – dalla tentazione di dire «non cambierà niente», «è inutile provare» – e di provare a sostituire quella frase con una domanda: «Cosa germoglia già qui, anche se non lo vedo ancora?» Non si tratta di forzare l'ottimismo: si tratta di restare aperti alla possibilità del «non ancora».

Il secondo impegno possibile è di trasmissione: trovare, nel corso della settimana, una persona – un amico, un familiare, un giovane più piccolo – che sembra aver perso la speranza in qualcosa, e starle accanto in modo che non risolva, non consoli in fretta, ma semplicemente testimoni – con la propria presenza – che la speranza è possibile. Non a parole: con il fatto di esserci.

Il terzo impegno possibile è di natura culturale: leggere, guardare o ascoltare qualcosa che sia stato creato da qualcuno in una situazione difficile – un libro scritto in prigionia, una canzone composta durante una guerra, un dipinto realizzato in esilio – e chiedersi: cosa ha reso possibile la creazione in quelle condizioni? Cosa dice quella creazione sulla speranza come atto di resistenza contro il nulla?

Al prossimo incontro, si comincia condividendo – chi lo desidera – non se si è stati abbastanza speranzosi, ma cosa si è scoperto: dove la speranza era più difficile del previsto, e dove – inaspettatamente – era più disponibile di quanto si pensasse.

Una parola finale – Per chi conduce

Chi porta questo tema a un gruppo di giovani porta con sé, inevitabilmente, la propria relazione personale con la speranza. Quella relazione è visibile – anche quando non viene esplicitata, anche quando si tace – nel tono della voce, nel modo di stare nel gruppo, nella qualità dell'attenzione che si porta. Un educatore che ha perso la speranza non può trasmettere ciò che non ha. E un educatore che finge una speranza che non sente produce, nei giovani, qualcosa di peggio del pessimismo: la diffidenza verso la speranza stessa, come verso qualcosa che si dice ma non si vive.

Non si chiede di essere sempre speranzosi – sarebbe chiedere qualcosa di umano, non di umano. Si chiede di essere onesti: di saper dire, quando è così, «anche io fatico a sperare in questo momento». E di saper dire, quando è così, «eppure qualcosa mi regge, e non so ancora del tutto cos'è». Quella onestà – lo spazio tra il faticoso e il reggente – è già, di per sé, una forma di testimonianza. È la forma più credibile di speranza che un educatore possa offrire: non la certezza che tutto andrà bene, ma la scelta, rinnovata ogni giorno, di continuare a credere che valga la pena di andare avanti. Come Don Tonino sul treno per Sarajevo: non perché fosse sicuro dell'esito, ma perché non poteva fare altrimenti – perché la speranza che portava era più grande di lui, e lui aveva imparato, nel corso di una vita intera, ad affidarsi a quella grandezza.

Bibliografia e materiali

Per l'animatore e l'educatore

- Ernst Bloch, *Il principio speranza*, La Nuova Italia, Firenze (3 volumi). L'opera enciclopedica della filosofia della speranza nel Novecento: vasta, a tratti difficile, sempre stimolante. Per chi non vuole

affrontare l'intera opera, la raccolta antologica *Il principio speranza. Antologia*, a cura di Remo Bodei (Pratiche, Parma) offre un accesso più agevole ai temi centrali. La categoria del «non ancora» come struttura costitutiva dell'essere umano è uno degli strumenti concettuali più fecondi che la filosofia contemporanea abbia prodotto per pensare alla speranza.

- Jürgen Moltmann, *Teologia della speranza*. Ricerche sui fondamenti e sulle implicazioni di una escatologia cristiana, Queriniana, Brescia. Il testo che ha rinnovato la teologia cristiana nella seconda metà del Novecento attraverso la riscoperta della dimensione escatologica – la speranza nel compimento futuro della storia – come centro della fede, non suo margine. Una lettura impegnativa e fondamentale per chiunque voglia pensare la speranza cristiana con rigore teologico.

- Don Tonino Bello, *Maria, donna dei nostri giorni*, San Paolo, Cinisello Balsamo. Tra i molti scritti di Don Tonino, questo è forse il più accessibile e il più bello: una meditazione su Maria come figura della speranza – non la speranza trionfante, ma quella che porta nel cuore il «sì» dell'Annunciazione e il dolore della Croce, e che rimane in piedi. Una scrittura che ha la qualità della grande letteratura spirituale italiana.

- Don Tonino Bello, *Ombre e luci*, San Paolo, Cinisello Balsamo. Raccolta di lettere pastorali, omelie e riflessioni: il documento più completo della sua visione del mondo e della sua teologia della speranza operosa. La lingua di Don Tonino – capace di andare dalla concretezza politica alla tenerezza contemplativa senza mai suonare falsa – è essa stessa una lezione di stile per chi educa.

- Gabriel Marcel, *Essere e avere e Homo viator*, Bompiani, Milano. Il filosofo francese del personalismo cristiano – contemporaneo di Sartre, molto meno celebre ma non meno profondo – ha elaborato una delle riflessioni più originali sul tema della speranza come distinzione dall'ottimismo e dalla disperazione. La sua analisi della speranza come «trascendenza dell'io» – come apertura verso ciò che supera i calcoli dell'ego – è complementare a quella di Bloch in modo sorprendente, nonostante le radici filosofiche diverse.

- Christoph Theobald, *La speranza cristiana: sfide e proposte*, Queriniana, Brescia. Un teologo gesuita contemporaneo – professore all'Institut Catholique de Paris – rilegge il tema della speranza cristiana alla luce delle sfide della secolarizzazione, del pluralismo religioso e della crisi ecologica. Un testo aggiornato e accessibile, utile per chi vuole connettere la riflessione teologica sulla speranza al contesto del mondo in cui i giovani vivono oggi.

Per il giovane

- Don Tonino Bello, *Scritti di pace*, San Paolo, Cinisello Balsamo. Una selezione degli scritti di Tonino Bello sul tema della pace e della speranza, accessibile anche ai giovani che non hanno una formazione teologica. La sua prosa ha una qualità rara: è allo stesso tempo profetica e concreta, capace di parlare al cuore senza rinunciare all'intelligenza.

- Vaclav Havel, *Il potere dei senza potere*, Editrice La Casa di Matriona, Milano. Il drammaturgo e politico ceco – dapprima dissidente sotto il regime comunista, poi primo presidente della Cecoslovacchia democratica – riflette sulla speranza come categoria politica e spirituale: la speranza non come previsione ottimistica, ma come orientamento esistenziale che permette di agire anche quando le probabilità sembrano sfavorevoli. Una delle riflessioni politiche più belle e più necessarie del Novecento.

- Andreï Makine, *Il testamento francese*, Einaudi, Torino. Un romanzo bellissimo sull'eredità culturale e spirituale che si trasmette attraverso le generazioni, e sulla speranza come dono ricevuto da chi ci ha preceduto. La nonna del protagonista, che racconta la Francia della Belle Époque a dei bambini russi durante il regime sovietico, è uno dei ritratti più commoventi che la letteratura contemporanea abbia prodotto della speranza come trasmissione.

- Viktor Frankl, *Uno psicologo nei lager*, Adelphi, Milano. Già citato in *Raccontare la Ferita*, Frankl torna qui per la sua riflessione specifica sulla speranza come ciò che permette la sopravvivenza nei contesti di estrema brutalità: la scoperta che chi riesce a trovare un senso – una ragione per andare avanti, un futuro verso cui orientarsi – ha risorse di resistenza che chi ha perso ogni orizzonte non

possiede. Una testimonianza che nessuna teoria sulla speranza riesce a eguagliare nella sua forza persuasiva.

- Film: *Le vite degli altri*, regia di Florian Henckel von Donnersmarck, 2006. Un ufficiale della Stasi tedesca orientale, incaricato di sorvegliare un drammaturgo sospettato di simpatie anti-regime, comincia ad ascoltare davvero – la sua musica, le sue conversazioni, la sua vita – e scopre qualcosa che il regime non ha potuto ancora distruggere in lui: la capacità di sperare in qualcosa di diverso. Uno dei film più belli degli ultimi vent'anni sulla speranza come conversione interiore, e sul fatto che la bellezza – la letteratura, la musica, l'amore – può aprire varchi anche nei luoghi più chiusi.

- Film: *The Shawshank Redemption - Le ali della libertà*, regia di Frank Darabont, 1994. Un uomo innocente, condannato a vita in un carcere americano, costruisce la propria speranza con la stessa pazienza con cui scava, di notte e per anni, un tunnel invisibile verso la libertà. Il film dice, con quella semplicità che appartiene ai capolavori, che la speranza è la cosa che il sistema non riesce a imprigionare, e che senza di essa anche la libertà fisica non vale granché.

- Film: *Soul*, regia di Pete Docter, Pixar/Disney, 2020. Già citato in *Raccontare il Volto*, questo film torna qui perché contiene una delle riflessioni più belle e più accessibili che il cinema contemporaneo abbia prodotto sulla differenza tra il «prima della nascita» e il «dopo la morte» – e quindi, implicitamente, su cosa rende la vita degna di essere vissuta con speranza. La scoperta del protagonista – che la vita non ha bisogno di una «scintilla» speciale per valere, che è bella in se stessa, nel momento presente – è una forma di speranza che i giovani capiscono immediatamente.

- Opera d'arte: Vincent van Gogh, *Il seminatore* (versione del 1888), Fondation Beyeler, Riehen/Basilea. Van Gogh – che conosceva bene la Bibbia, aveva tentato il ministero pastorale prima di diventare pittore, e ha disseminato la propria opera di simboli solari e agricoli con una consapevolezza teologica spesso sottovalutata – dipinse più volte il seminatore come figura della speranza: qualcuno che getta semi su una terra che forse non fiorirà in tempo per lui, che lavora per un futuro che non vedrà. Uno dei dipinti più intensi sulla speranza come atto di fiducia nel futuro dell'altro.

- Musica: Gabriel Fauré, *Requiem in re minore*, op. 48, 1887-1890. Il *Requiem* di Fauré è, tra i grandi *Requiem* della tradizione musicale occidentale, il più speranzoso – non nel senso consolatorio e superficiale, ma nel senso di una pace profonda, di una luce che attraversa il dolore senza negarlo. Fauré stesso disse che aveva composto il suo *Requiem* come una ninna nanna alla morte, non come espressione di terrore. Ascoltarlo in silenzio – specialmente il *Lux aeterna* e l'*In Paradisum* finale – è un'esperienza che dice sulla speranza qualcosa che nessuna parola riesce a dire con la stessa pienezza.

- Canzone: Leonard Cohen, *Anthem*, dall'album *The Future*, 1992. Cohen – poeta e cantautore canadese di origine ebraica, vissuto tra il 1934 e il 2016, voce tra le più profonde e più oneste della musica popolare del Novecento – canta in questa canzone una delle immagini più belle sulla speranza che la canzone d'autore conosca: «C'è una crepa in ogni cosa / è così che entra la luce». Non la perfezione come condizione della speranza, ma la crepa, la ferita, il limite – come il luogo preciso da cui filtra ciò che illumina. Una canzone che i giovani ascoltano spesso come una rivelazione, e che accompagna bene il percorso di questo sussidio intero.

12. Raccontare la Libertà

Per cominciare - Un gesto prima delle parole

Il conduttore porta in sala un foglio di carta bianco per ciascun partecipante. Chiede a ciascuno di scrivere, in alto al centro, una sola parola: la prima parola che viene in mente pensando alla libertà. Non si discute, non si spiega, non si commenta. Si scrivono le parole e si tengono davanti a sé per

tutta la durata dell'incontro. Alla fine dell'incontro, il conduttore richiede di rileggere quella parola e di chiedersi: è ancora la stessa risposta che avrei dato all'inizio?

Poi, prima di cominciare, il conduttore legge ad alta voce – una sola volta, lentamente – la frase di Bonhoeffer scritta in una lettera dalla cella del carcere di Tegel: 'La libertà non è tanto qualcosa che si ha quanto qualcosa che si è.' Si lascia un momento di silenzio. Poi si comincia.

Riflessione personale - Le domande da portare dentro

Sulla propria esperienza di libertà

C'è un momento nella propria vita in cui ci si è sentiti davvero liberi – non nel senso di non avere obblighi o responsabilità, ma nel senso più profondo: di agire in piena coerenza con ciò che si è, di scegliere senza la paura del giudizio altrui, di essere pienamente presenti alla propria vita? Come ci si sentiva in quel momento? Cosa lo rendeva possibile?

Sulle proprie prigioni invisibili

Fromm parla di meccanismi di fuga dalla libertà: il conformismo, l'obbedienza all'autorità, la fusione nel gruppo come modo di evitare la fatica della scelta individuale. C'è qualcosa – nella propria vita, nelle proprie relazioni, nei propri comportamenti abituali – che assomiglia a una fuga dalla libertà? Non si chiede di accusarsi: si chiede di osservare con onestà. Da dove viene quella fuga – dalla paura, dalla stanchezza, dal bisogno di appartenenza? E: c'è qualcosa che si vorrebbe scegliere davvero, se si avesse il coraggio?

Sulla libertà come responsabilità

Sartre dice che siamo condannati ad essere liberi – che non possiamo evitare di scegliere, e che ogni scelta porta con sé una responsabilità totale. C'è qualcosa – nella propria vita, nelle proprie relazioni, nel proprio modo di stare nel mondo – di cui si tende a non sentirsi responsabili, attribuendo la causa a circostanze o a forze esterne? È una attribuzione onesta – ci sono davvero condizionamenti reali – o è anche, in parte, una fuga dalla responsabilità? Come cambia il modo di vedere quella situazione quando si dice: 'In qualche misura, ho scelto questo'?

Sulla libertà per qualcosa

Paolo scrive che la libertà cristiana è libertà per il servizio dell'amore. C'è qualcosa – qualcuno, una causa, un valore – per cui si sarebbe disposti a limitare liberamente la propria libertà? Non come obbligo imposto dall'esterno, ma come scelta libera e piena? E: quella disponibilità – se c'è – dice qualcosa su chi si è davvero, su ciò che conta di più, su dove si trova il proprio centro?

Lavoro di gruppo - Quattro proposte concrete

Proposta 1 - La mappa delle libertà e delle prigioni (durata: 45-50 minuti)

Il conduttore divide un foglio grande in due colonne: '*Cose che mi rendono libero*' e '*Cose che mi imprigionano*'. Ogni partecipante riceve un foglio e ha dieci minuti per compilarlo da solo, in silenzio. Poi si dividono in piccoli gruppi di tre-quattro persone e si condivide – non tutto, ma ciò che si sceglie di condividere – cercando di trovare tre elementi comuni: tre cose che, nel proprio gruppo, risultano condivise come fonti di libertà, e tre che risultano condivise come fonti di prigionia.

In plenaria, i gruppi presentano le proprie liste. Il conduttore raccoglie tutto su un foglio grande e chiede: cosa dice di noi, come gruppo e come generazione, ciò che ci libera e ciò che ci imprigiona? E: ci sono 'prigioni' nella lista che sono invisibili – cose che di solito non vengono nominate come tali ma che riconosciamo come limitanti quando le vediamo scritte?

Proposta 2 - La scena della scelta (durata: 50-60 minuti, con parte teatrale)

Il conduttore prepara cinque o sei scenette brevi – scritte su cartoncini – che descrivono situazioni di scelta difficile: un ragazzo che deve dire a un gruppo di amici che non vuole fare qualcosa che gli viene chiesta; una ragazza che deve scegliere tra la sicurezza di un percorso già tracciato e il rischio di qualcosa che desidera; qualcuno che deve dire una verità scomoda a qualcuno a cui vuole bene; qualcuno che deve rifiutare un'opportunità che sembra vantaggiosa ma non corrisponde a ciò che sente.

A coppie, i partecipanti recitano una scenetta – non cercando la risposta 'giusta', ma esplorando le possibilità. Dopo ogni scenetta, il gruppo riflette: quale scelta era più libera? Cosa rendeva difficile la scelta più libera? La domanda finale per la plenaria è questa: cosa impedisce, nella vita quotidiana, di fare la scelta che si riconosce come più autentica? E cosa renderebbe possibile farla più spesso?

Proposta 3 - Lettera a se stesso libero (durata: 45 minuti, con momento di scrittura individuale)

Questa proposta è la versione della libertà dell'esercizio di scrittura che attraversa l'intera serie. Il conduttore scrive le prime parole sul foglio:

'So che ci sono cose che mi impediscono di essere pienamente libero. Ma so anche che c'è qualcosa in me che nessuna di quelle cose riesce a toccare del tutto. Voglio scrivere a quella parte di me...'

La scrittura dura almeno venti minuti di silenzio. La lettera può essere un dialogo, una promessa, un riconoscimento, una domanda. Chi lo desidera legge un frammento al gruppo. Non si commenta: si riceve in silenzio. La domanda finale: mettere in parole la parte di sé che è libera – anche parzialmente, anche nascostamente – cambia qualcosa nel modo in cui si abita la propria vita?

Proposta 4 - Davanti a un'opera d'arte: la libertà come uscita (durata: 25-30 minuti)

Si proietta La liberazione di san Pietro di Raffaello (1514, Stanze di Raffaello, Musei Vaticani). Si lascia cinque minuti di silenzio. Il conduttore introduce brevemente la scena: l'angelo che entra nella cella buia, la luce che irrompe nell'oscurità, il prigioniero che si alza e cammina verso la libertà mentre le guardie dormono. È uno dei dipinti più belli della tradizione cristiana sulla liberazione come grazia – come qualcosa che arriva dall'esterno, che non si produce da soli, che richiede di alzarsi e di camminare verso di essa, ma che è già lì, già data, già reale prima ancora che si sia mosso un passo.

La domanda per la discussione è doppia. La prima: c'è qualcosa, nella propria vita, che assomiglia alla cella di Pietro – un luogo da cui si vorrebbe uscire ma in cui si è fermi, addormentati, abituati? La seconda: se l'angelo di Raffaello entrasse in quella cella adesso – se qualcosa di inaspettato aprisse un varco – saresti pronto ad alzarti e a camminare verso di esso? Cosa ti trattiene? E chi o cosa potrebbe essere, nella tua vita, quell'angelo?

Un impegno concreto - Tra questo incontro e il prossimo

Il primo impegno possibile consiste nell'identificare, nel corso della settimana, un momento in cui ci si trova a fare qualcosa 'perché lo fanno tutti' o 'perché è sempre stato così' – e fermarsi a chiedersi: lo scelgo davvero? È mia quella scelta, oppure è una scelta che ho ereditato o subito senza mai deciderla? Non si chiede necessariamente di cambiare nulla: si chiede di portare alla consapevolezza ciò che di solito rimane automatico.

Il secondo impegno possibile riguarda la responsabilità: identificare qualcosa – una situazione, una relazione, uno stato di cose – di cui si tende a sentirsi vittime, e provare a ridescriverla in prima persona, come qualcuno che ha contribuito a creare quella situazione. Non per colpevolizzarsi, ma per recuperare la posizione di soggetto: se ho contribuito a creare questo, posso anche contribuire a cambiarlo.

Il terzo impegno possibile – il più difficile, e forse il più bello – è di fare, nel corso della settimana, almeno una scelta piccola e concreta che sia davvero propria: non dettata dalla paura del giudizio altrui, non decisa per conformità, non scelta perché era la cosa più semplice. Una scelta che,

guardandola di sera, si possa riconoscere come autentica. Anche se piccola. Anche se non cambia il mondo. Perché la libertà comincia sempre da lì: da una scelta piccola e autentica, da un passo verso ciò che si sa vero, da un sì o da un no detti con tutto se stessi.

Al prossimo incontro, si comincia rileggendo la parola che si è scritta all'inizio di questo percorso. E chiedendosi: è cambiato qualcosa?

Una parola finale - Per chi conduce: alla fine della serie

Questo è l'ultimo sussidio della serie Raccontare l'Umano. Non è la fine di un discorso: è la fine di un invito – l'invito a raccontare, a cercare, a credere che le storie delle persone reali siano lo strumento più potente che si abbia per accompagnare i giovani nel percorso difficile e magnifico di diventare ciò che sono. L'invito a credere che le domande grandi – sulla luce e sul volto, sulle radici e sulla ferita, sul silenzio e sul dono, sul corpo e sulla giustizia, sulla pace e sulla speranza e sulla libertà – non siano troppo grandi per un gruppo di adolescenti seduti in cerchio in una sala parrocchiale o in un oratorio o in un'aula scolastica. Al contrario: sono esattamente le domande che i giovani portano dentro, anche quando non sanno come nominarle.

Chi ha percorso questa serie con un gruppo sa – o saprà – che i momenti più vivi non sono stati quelli in cui ha parlato di più, ma quelli in cui ha avuto il coraggio di tacere abbastanza a lungo da lasciare che qualcosa di vero emergesse. E sa che la libertà di cui si è parlato nell'ultimo sussidio è esattamente quella che si esercita in quei momenti: la libertà di non riempire il silenzio, di non controllare il percorso, di lasciare che i giovani facciano le proprie domande e trovino le proprie risposte – diversissime dalle proprie, spesso più coraggiose, spesso più vere di quanto ci si aspettasse.

Bonhoeffer scriveva, dalla cella di Tegel, che la libertà non è qualcosa che si ha ma qualcosa che si è. Vale anche per chi educa: la libertà che si può trasmettere ai giovani non è quella che si insegna, ma quella che si vive – quella che si porta nel corpo, nella voce, nella qualità dell'attenzione con cui si sta davanti a loro. Se la serie ha aiutato a capire qualcosa di più su quella libertà – o anche soltanto ha aperto una domanda su di essa – ha già fatto tutto ciò che era necessario fare.

Bibliografia e materiali

Per l'animatore e l'educatore

- Dietrich Bonhoeffer, *Resistenza e resa. Lettere e scritti dal carcere*, Paoline, Milano. Il documento più diretto e più potente della libertà interiore di Bonhoeffer: le lettere scritte dalla cella del carcere di Tegel tra il 1943 e il 1944, indirizzate principalmente all'amico teologo Eberhard Bethge. Testi di straordinaria densità filosofica e teologica, scritti con la leggerezza e la cura di chi sa di avere poco tempo e non vuole sprecarne nemmeno un minuto. Una lettura che cambia il modo di stare nella propria vita.

- Dietrich Bonhoeffer, *Sequela*, Queriniana, Brescia. La riflessione più sistematica di Bonhoeffer sulla 'grazia costosa' – l'unica grazia reale – contrapposta alla 'grazia a buon mercato' che non chiede nulla e non trasforma niente. Il capitolo sulla chiamata dei discepoli è uno dei testi più belli che la teologia del Novecento abbia prodotto sul tema della libertà come risposta a una vocazione.

- Erich Fromm, *Fuga dalla libertà*, Mondadori, Milano. Il libro che ha cambiato il modo in cui le scienze sociali pensano al rapporto tra libertà e paura. La diagnosi psicologica e sociologica dei meccanismi di fuga dalla libertà – scritto negli anni del nazismo e del fascismo, ma valido per ogni tempo in cui la libertà spaventa più del conformismo – è di un'attualità che si rinnova a ogni lettura.

- Isaiah Berlin, *Quattro saggi sulla libertà*, Feltrinelli, Milano. Il filosofo politico lettone-britannico – nato nel 1909 a Riga e morto nel 1997 a Oxford – ha elaborato la distinzione tra libertà negativa (assenza di impedimenti) e libertà positiva (capacità di essere artefici di se stessi) in termini che sono diventati lo strumento concettuale di riferimento per tutta la filosofia politica successiva. Un testo essenziale per chiunque voglia pensare alla libertà con precisione.

- Jean-Paul Sartre, *L'esistenzialismo è un umanismo*, Mursia, Milano. La conferenza del 1945 in cui Sartre espone in modo accessibile i principi fondamentali del suo esistenzialismo: breve, chiara, inevitabilmente semplificatoria rispetto alle opere maggiori, ma perfetta come introduzione per chi non ha una formazione filosofica specifica. La spiegazione della 'condanna alla libertà' è qui nella sua forma più accessibile e più provocatoria.

- Eberhard Bethge, *Dietrich Bonhoeffer. Una biografia*, Queriniana, Brescia. La biografia più completa e più autorevole di Bonhoeffer, scritta dal suo migliore amico, destinatario delle lettere dal carcere. Un'opera monumentale che ricostruisce non solo la vita ma il pensiero teologico di Bonhoeffer nel suo sviluppo, e che è imprescindibile per chiunque voglia capire davvero la profondità di quella testimonianza.

Per il giovane

- Viktor Frankl, *Uno psicologo nei lager*, Adelphi, Milano. Già citato in altri percorsi della serie, Frankl torna qui come il testimone più preciso della libertà interiore come 'ultima libertà' – quella che nessun regime può strappare: la libertà di scegliere il proprio atteggiamento davanti a ciò che non si può cambiare. Una lettura che trasforma il modo di pensare alla propria vita.

- Albert Camus, *Lo straniero*, Bompiani, Milano. Il romanzo con cui Camus ha esplorato la condizione dell'uomo che non riesce – o non vuole – conformarsi alle aspettative sociali, e che paga il prezzo di quella non-conformità con la condanna. Una lettura che pone in modo acuto e disturbante la domanda: essere se stessi, in una società che chiede conformità, è una forma di libertà o di suicidio?

- Hannah Arendt, *La banalità del male. Eichmann a Gerusalemme*, Feltrinelli, Milano. La filosofa politica analizza il processo a Adolf Eichmann e conclude con una delle intuizioni più inquietanti del Novecento: il male radicale non richiede una personalità malvagia, ma solo l'assenza di pensiero, l'assenza della capacità di giudicare in prima persona. La libertà come pensiero critico, come rifiuto dell'automatismo, come responsabilità che non si delega – questa è la lezione pedagogica più diretta che il libro porta.

- Vaclav Havel, *Il potere dei senza potere*, Editrice La Casa di Matriona, Milano. Già citato nel percorso sulla Speranza, Havel torna qui perché la sua analisi del sistema totalitario come sistema che chiede alle persone di 'vivere nella menzogna' – e la sua proposta di resistenza come 'vivere nella verità' – è forse la descrizione più precisa che esista della libertà come scelta quotidiana, piccola, concreta, praticabile anche senza risorse straordinarie.

- Film: *La vita è bella*, regia di Roberto Benigni, 1997. Un padre ebreo che usa la fantasia e l'ironia per proteggere il figlio dalla realtà del lager: una storia sulla libertà interiore come resistenza all'orrore, sulla creatività come spazio inviolabile anche quando tutto il resto è stato tolto. Un film che i giovani guardano spesso con la sensazione di toccare qualcosa di vero sull'umanità.

- Film: *Good Will Hunting - Genio ribelle*, regia di Gus Van Sant, 1997. Un ragazzo di straordinario talento intellettuale che usa l'intelligenza come difesa contro la propria vulnerabilità, che non riesce a scegliere la propria vita perché ha paura di ciò che la scelta potrebbe costargli. La scena in cui lo psicologo gli dice 'non è colpa tua' è una delle rappresentazioni cinematografiche più precise della libertà come possibilità di scegliersi, invece di essere determinati dal proprio passato.

- Film: *V per Vendetta*, regia di James McTeigue, 2005. Una distopia in cui un individuo mascherato sfida un regime totalitario futuro, in una Gran Bretagna in cui la paura è lo strumento principale di controllo. Un film che pone in modo diretto e accessibile le domande su libertà e obbedienza, su resistenza e conformismo. Indicato per i gruppi più maturi.

- Opera d'arte: Raffaello Sanzio, *Liberazione di san Pietro*, 1514, Stanze di Raffaello, Musei Vaticani. Il dipinto più bello che la tradizione cristiana abbia prodotto sulla liberazione come grazia: la luce dell'angelo che irradia nell'oscurità della cella, il prigioniero che si alza, le guardie che dormono. La libertà come evento che arriva dall'esterno e tuttavia richiede di alzarsi e di camminare verso di essa. Un'opera che dice sulla libertà qualcosa che nessuna definizione filosofica riesce a dire con la stessa immediatezza visiva.

- Opera d'arte: Michelangelo Buonarroti, *I Prigioni (o Schiavi)*, 1513-1534, Galleria dell'Accademia, Firenze. Le sei figure non finite – i corpi che emergono solo parzialmente dalla pietra, come se lottassero per liberarsi dalla materia che li contiene – sono forse la metafora scultorea più potente che esista sulla libertà come processo, come lotta, come tensione tra ciò che si è già e ciò che non si è ancora. Michelangelo stesso diceva di vedere nella pietra la figura che vi era intrappolata, e che compito dello scultore era liberarla. Quella visione è, in filigrana, la visione dell'educatore: vedere nella persona che ha davanti ciò che essa può diventare, e lavorare pazientemente per liberarla.
 - Musica: Ludwig van Beethoven, *Fidelio*, op. 72. L'unica opera lirica di Beethoven è interamente costruita attorno al tema della libertà: una moglie che si traveste da uomo per liberare il marito ingiustamente imprigionato. Il coro dei prigionieri del secondo atto – 'O welche Lust' – è uno dei momenti più commoventi di tutta la storia del teatro musicale: prigionieri che escono per un momento all'aria aperta, che sentono la luce del sole sul viso, che cantano la libertà come qualcosa di fisico, incarnato, quasi tattile. Beethoven – sordo al momento della composizione – ha scritto sulla libertà con il corpo, prima ancora che con l'intelletto.
 - Canzone: Francesco De Gregori, *La donna cannone*, dall'album *Titanic*, 1982. Una canzone sulla libertà come volo – e come paura del volo. La donna cannone vuole volare sopra i tetti con qualcuno che le voglia bene ma ha paura. L'amore come ciò che rende possibile il salto verso la libertà – e la libertà come qualcosa che si può osare solo quando non si è soli. Una delle metafore più belle che la canzone italiana abbia prodotto sulla relazione tra libertà e amore, tra autonomia e legame.
-

13. RACCONTARE IL TEMPO

Gesto iniziale – Entrare nel tempo presente

Prima di cominciare, il conduttore invita il gruppo a un esercizio corporeo di circa cinque minuti. Si chiede a tutti di stare seduti con i piedi bene a terra, la schiena appoggiata allo schienale, le mani appoggiate sulle ginocchia. Si chiede di chiudere gli occhi e di portare l'attenzione alla respirazione: non di modificarla, soltanto di osservarla. Poi si chiede di notare quello che c'è – i rumori della stanza, la temperatura dell'aria, il peso del corpo sulla sedia. Infine: «Dove sei adesso? Non domani, non ieri. Qui, in questo momento: come stai?» Si lascia un minuto di silenzio. Poi si comincia.

Domande per la riflessione personale scritta

Primo nucleo – Il mio rapporto con il tempo

Il conduttore chiede ai partecipanti di scrivere liberamente – senza correggere, senza rileggere subito – in risposta a questa domanda: «Quando sento che il tempo si dilata – che un momento vale molto più di quanto il suo numero di minuti dovrebbe consentire – di solito sono in quale tipo di situazione? E quando invece il tempo mi sembra sempre in scadenza, sempre troppo poco, sempre che mi sfugge di mano?» La scrittura dura almeno quindici minuti, in silenzio.

Secondo nucleo – Il tempo perduto e il tempo ritrovato

La seconda domanda è ispirata alla vita di Agostino: «C'è un periodo della tua vita che in qualche modo senti come tempo sprecato – un periodo in cui sembra che non sia successo niente di importante, o in cui hai fatto scelte che ora non rifaresti? Se ci guardi adesso, con qualche distanza: c'è qualcosa in quel periodo che non era pura perdita? Qualcosa che ti ha portato dove sei, anche se per una strada tortuosa?»

Terzo nucleo – Il momento presente

La terza domanda riguarda il qui e ora: «Nella tua vita di adesso, c'è qualcosa che non riesci a vivere pienamente perché sei già con la testa altrove – nel futuro di cui hai paura, o nel passato che ti manca? Cosa succederebbe se potessi stare davvero in questo momento, in questa stagione della tua vita, senza confrontarla con quello che era o con quello che potrebbe essere?»

Quarta domanda – La propria storia

La quarta domanda è la più ampia e la più difficile: «Se dovessi raccontare la tua vita fino ad oggi come una storia – con un inizio, dei personaggi, delle svolte, dei momenti cruciali – qual sarebbe il titolo? E qual sarebbe la frase con cui comincia il capitolo che stai vivendo adesso?»

Proposte di lavoro di gruppo

Proposta 1 – La linea del tempo (durata: 40-50 minuti)

Il conduttore distribuisce a ciascun partecipante un foglio lungo – o un rotolo di carta – e chiede di disegnare la propria linea del tempo, dalle origini fino ad oggi, segnando non gli eventi biografici oggettivi ma i momenti che hanno avuto un peso soggettivo: i momenti di svolta, i momenti di buio e i momenti di luce, le persone che sono apparse e che hanno lasciato una traccia. La linea non dev'essere dritta: può avere curve, salite, precipizi, ritorni.

Dopo venti minuti di lavoro individuale, si formano piccoli gruppi di tre persone. Ciascuno mostra la propria linea del tempo e racconta, in cinque minuti, il momento che considera più significativo – non necessariamente il più bello o il più felice: il più formativo. Il gruppo riceve in silenzio. Poi il conduttore apre una riflessione in plenaria: «Guardando la propria linea, si riesce a vedere un filo che la attraversa?»

Proposta 2 – Chronos e kairos: la mappa della mia settimana (durata: 30-40 minuti)

Il conduttore introduce la distinzione tra *chronos* e *kairos*, e chiede a ciascun partecipante di disegnare una mappa della propria settimana tipo: non un'agenda, ma una mappa in cui si colorano in modo diverso i momenti di *chronos* (il tempo programmato, misurato) e i momenti di *kairos* (i momenti in cui qualcosa ha avuto un peso diverso, in cui il tempo si è dilatato).

Il confronto in piccoli gruppi parte dalla domanda: «Quanto spazio occupa il kairos nella mia settimana? Nei momenti di *kairos*: cosa sta succedendo? C'è un tipo di attività o di relazione che produce *kairos* più spesso?» In plenaria: «C'è qualcosa che possiamo fare – come scelta concreta – per creare più spazio al *kairos* nella nostra vita quotidiana?»

Proposta 3 – Una lettera al tempo (durata: 45 minuti)

Questa proposta è la versione del tema del tempo dell'esercizio di scrittura personale che attraversa l'intera serie. Il conduttore propone le prime righe su un foglio visibile a tutti:

«Caro Tempo, non ho mai capito bene cosa sei. So che mi appartieni e che non mi appartieni, che ti do per scontato e che a volte mi spaventi. Voglio provarci: voglio dirti...»

La scrittura dura almeno venti minuti, in silenzio. La lettera può essere una riflessione, un dialogo immaginario, una confessione, una domanda. Chi lo desidera legge un frammento al gruppo. Non si commenta: si riceve in silenzio, con rispetto.

Proposta 4 – Davanti a un'opera d'arte: il tempo sospeso (durata: 25-30 minuti)

Si proietta *La persistenza della memoria* di Salvador Dalí (1931, Museum of Modern Art, New York). Si lascia un minuto di silenzio. Il conduttore introduce brevemente l'opera: gli orologi che si sciolgono come cera al sole, il paesaggio deserto, il tempo che perde la sua rigidità e diventa liquido, malleabile, quasi organico.

Le domande per la discussione sono due. La prima: «Hai mai vissuto un momento in cui il tempo sembrava sospeso – in cui non esisteva né il prima né il dopo, soltanto quel momento? Dove eri, cosa

stavi facendo, con chi?» La seconda: «Se potessi sciogliere un orologio della tua vita – liberarti di una misura di tempo che ti opprime, di un’attesa che ti consuma – quale sarebbe?»

Un impegno concreto – Tra questo incontro e il prossimo

Il primo impegno possibile riguarda la presenza: scegliere ogni giorno, per una settimana, un momento della giornata – anche breve: dieci minuti – da dedicare a fare una sola cosa alla volta, senza il telefono, senza musica di sottofondo, senza il pensiero di quello che viene dopo. L’obiettivo non è il risultato di quell’attività: è la qualità dell’attenzione con cui la si vive.

Il secondo impegno possibile riguarda la memoria: cercare, tra le fotografie o tra i ricordi, un momento del passato che si è dimenticato o che si è allontanato, e dedicargli dieci minuti di attenzione reale – non nostalgia, ma riconoscimento. Chiedersi: cos’era importante in quel momento che forse non avevo riconosciuto allora?

Il terzo impegno – il più difficile e forse il più prezioso – è ringraziare qualcuno per del tempo che ti ha dato. Non un regalo materiale: tempo. Qualcuno che ha passato del tempo con te in modo che ha lasciato una traccia. Il tempo che si riceve da un altro è sempre un dono; e i doni meritano gratitudine.

Una parola finale – Per chi conduce

Il tema del tempo è, tra tutti quelli di questa serie, forse il più personale per chi conduce. Perché nessuno può parlare del tempo in modo astratto: ci si porta dentro la propria storia, le proprie attese, i propri rimpianti, la propria pace o la propria inquietudine con il fatto di invecchiare, con il fatto che i giovani crescono e cambiano mentre noi cambiamo insieme a loro.

Agostino diceva che non si può dare ciò che non si ha. Chi porta il tema del tempo a dei giovani senza aver mai fatto i conti con il proprio rapporto con il tempo – senza aver mai chiesto a se stesso come lo sta abitando, se lo sta vivendo o soltanto consumando – corre il rischio di dire cose giuste in modo vuoto. La parola più viva è sempre quella che viene da un’esperienza reale.

Non si tratta di essere arrivati. Si tratta di essere in cammino – e di esserlo in modo abbastanza consapevole da poter accompagnare altri nel loro cammino. Questa è la condizione dell’educatore: non il maestro che possiede la verità, ma il compagno di strada che conosce abbastanza bene il percorso da non lasciare soli chi ci cammina per la prima volta.

«Il nostro cuore è inquieto», scriveva Agostino, «finché non riposa in te.» Forse il dono più grande che un educatore può fare ai giovani sul tema del tempo è questo: mostrare loro, con la propria vita prima che con le proprie parole, che l’inquietudine non è il nemico. È la forma che il desiderio prende nel tempo. E il desiderio, quando è autentico, trova sempre – prima o poi – la porta che lo aspettava.

Bibliografia e materiali

Per l’animatore e l’educatore

- Agostino di Ippona, *Le Confessioni*, Rusconi, Milano (con testo latino a fronte, o qualsiasi edizione con introduzione critica). Il libro undicesimo è interamente dedicato alla meditazione sul tempo: è forse la pagina filosofica più bella che l’Occidente abbia scritto su questo tema, e rimane accessibile nonostante la densità perché è scritta in prima persona, come diario dell’anima.

- Paul Ricœur, *Tempo e racconto* (tre volumi), Jaca Book, Milano. L’opera maggiore del filosofo francese sul rapporto tra temporalità e narrazione. Il primo volume è il più accessibile e sviluppa la tesi centrale: che il tempo diventa umano soltanto quando viene articolato in forma narrativa. Un testo fondamentale per chi lavora con storie e vuole capire perché le storie hanno la potenza formativa che hanno.

- Henri Bergson, *Saggio sui dati immediati della coscienza*, Raffaello Cortina Editore, Milano. Il testo in cui Bergson elabora per la prima volta la distinzione tra il tempo misurato dalla scienza e la *durée*

– il tempo vissuto dalla coscienza. Ancora oggi uno dei modi più profondi per pensare all'esperienza interiore del tempo.

- Martin Heidegger, *Essere e tempo*, Longanesi, Milano (in particolare i capitoli sulla temporalità autentica). Heidegger mostra come l'essere-verso-la-morte – la consapevolezza della propria finitezza – sia la condizione che rende autentica l'esistenza umana, perché è soltanto di fronte alla morte che il tempo cessa di essere ovvio e diventa prezioso.

- Romano Guardini, *Accettare se stessi. Le età della vita*, Morcelliana, Brescia. Una riflessione matura e profonda sulle stagioni della vita umana, vista da un pedagogista-teologo che ha dedicato la vita ai giovani. Un libro di grande saggezza pratica che aiuta chi lavora con i giovani a capire cosa significa accompagnare qualcuno in una stagione della vita che non è la propria.

Per il giovane

- Agostino di Ippona, *Le Confessioni* (Libri I-IX), San Paolo, Cinisello Balsamo. Prima che trattato filosofico, le Confessioni sono il racconto di un giovane che ha cercato se stesso attraverso molte strade sbagliate prima di trovare quella giusta. I libri biografici si leggono come un romanzo di formazione, con una modernità psicologica che sorprende.

- Marcel Proust, *Dalla parte di Swann* (prima parte: «Combray»), Einaudi, Torino. La scena della madeleine – il biscotto intinto nel tè che risveglia un'intera infanzia nella coscienza del narratore – è forse la descrizione più precisa che esista di come funziona la memoria involontaria. Accessibile nelle prime cento pagine anche per chi non ha familiarità con la narrativa del Novecento.

- Italo Calvino, *Se una notte d'inverno un viaggiatore*, Mondadori, Milano. Un romanzo che gioca con il tempo della lettura e con il tempo del racconto, mettendo in scena il lettore stesso come personaggio. Un libro che insegna – senza insegnare – che il tempo della storia è diverso dal tempo dell'orologio, e che il primo è il tempo in cui davvero si vive.

- Film: *Boyhood*, regia di Richard Linklater, 2014. Un film girato nell'arco di dodici anni con gli stessi attori, che segue la crescita di un bambino texano dalla prima infanzia all'università. Non c'è trama nel senso convenzionale: c'è il tempo stesso, nella sua concretezza e nella sua irreversibilità, che scorre sullo schermo.

- Film: *Midnight in Paris*, regia di Woody Allen, 2011. Una meditazione leggera ma non superficiale sulla tentazione di vivere in un tempo diverso dal proprio, e sull'arte di imparare ad amare il presente.

- Film: *About Time*, regia di Richard Curtis, 2013. Un giovane che scopre di poter tornare indietro nel tempo e alla fine capisce che il vero dono non è la capacità di tornare indietro, ma la capacità di vivere ogni momento come prezioso e irripetibile.

- Musica: Pink Floyd, *The Dark Side of the Moon*, 1973. Il brano *Time* descrive il momento in cui ci si accorge che dieci anni sono già volati via senza che ci si fosse davvero fermati a viverli. Una canzone che i giovani capiscono subito, e che apre conversazioni serie sul modo in cui il tempo scivola via quando non gli si presta attenzione.

- Opera d'arte: Salvador Dalí, *La persistenza della memoria*, 1931, Museum of Modern Art, New York. Gli orologi che si sciolgono come cera al sole, il paesaggio desertico e silenzioso – da proiettare in silenzio, senza spiegare, lasciando che i giovani dicano cosa vedono.

- Opera d'arte: Paul Klee, *Angelus Novus*, 1920, Israel Museum, Gerusalemme. Walter Benjamin ha letto questo acquerello come l'immagine dell'angelo della storia, con il viso rivolto verso il passato ma trascinato in avanti verso il futuro. Un'opera minuscola (31 × 24 cm) che provoca domande importanti sul rapporto tra passato e futuro, tra memoria e speranza.

14. RACCONTARE LA TERRA

Gesto iniziale – Portare la terra dentro la stanza

Prima di cominciare, il conduttore porta nella stanza alcune cose concrete: una manciata di terra in un vassoio, un ramo con delle foglie, un sasso, qualcosa che venga dal mondo naturale. Chiede a ciascun partecipante di prendere in mano uno di questi oggetti e di tenerlo durante l'incontro. Poi invita il gruppo a chiudere gli occhi e a ricordare un momento della propria vita in cui si era in contatto con la natura – un momento preciso, con un luogo, un suono, un odore. Si lascia un minuto di silenzio. Poi si apre chiedendo: dove eri? Cosa ti ha lasciato quel momento?

Domande per la riflessione personale scritta

Primo nucleo – Il mio rapporto con la terra

Scrivi liberamente in risposta a questa domanda: c'è un luogo naturale – un paesaggio, un bosco, un mare, un giardino, anche una piccola pianta sul davanzale – che senti come tuo, con cui hai una relazione che non sai spiegare del tutto? Cosa ti dà quel luogo? Cosa ti chiede? E se non hai mai sentito questa relazione: cosa pensi che ti abbia impedito di averla?

Secondo nucleo – La mia parte nella crisi

Senza colpevolizzarsi e senza minimizzare, chiediti: qual è la mia parte in ciò che succede alla terra? Non la parte generica di tutta l'umanità: la mia parte specifica, nelle scelte che faccio ogni giorno. C'è qualcosa che potrei cambiare – una scelta concreta, piccola, verificabile – che sento come autentica e non come obbligo imposto dall'esterno?

Terzo nucleo – Gratitudine e cura

Kimmerer descrive la pratica del ringraziamento verso il mondo naturale come un atto necessario per abitare la terra con giustizia. Prova questo esercizio: scrivi una breve lettera di ringraziamento a qualcosa del mondo naturale – un albero, un fiume, il sole, la terra stessa – come se fosse una persona a cui devi qualcosa. Cosa gli diresti?

Quarta domanda – La responsabilità verso il futuro

Jonas parla di responsabilità verso le generazioni che verranno. Immagina di scrivere una lettera a qualcuno che verrà dopo di te – un figlio, una nipote, un giovane nato tra cinquant'anni. Cosa gli vuoi dire sulla terra che hai ricevuto e su come l'hai abitata? Cosa gli chiedi perdono? Cosa speri di aver lasciato?

Proposte di lavoro di gruppo

Proposta 1 – Mappa dei luoghi naturali (durata: 40 minuti)

Ciascun partecipante disegna su un foglio la mappa dei luoghi naturali che hanno avuto un significato nella propria vita: non necessariamente luoghi spettacolari, ma luoghi in cui si è sentita una forma di connessione con il mondo vivente. In piccoli gruppi, si condividono le mappe e si cerca una parola comune: qual è la qualità dell'esperienza che descrivono? Cosa accomuna i luoghi che sono stati scelti? In plenaria, la domanda: c'è qualcosa in questi luoghi che ci dice qualcosa di importante su chi siamo?

Proposta 2 – Piantare insieme (durata: 45 minuti)

Il conduttore propone un'attività ispirata alla pratica del Green Belt Movement: piantare insieme qualcosa. Può essere un seme in un vasetto di terra, una piccola pianta aromatica. L'atto del piantare è accompagnato da una domanda: cosa vuoi che cresca – nella pianta e in te – nei prossimi mesi?

Ogni partecipante porta via con sé la propria pianta e si prende la responsabilità di accudirla. Al prossimo incontro si riferisce: com'è andata? Cosa ha insegnato questo gesto di cura?

Proposta 3 – Lettera alla terra (durata: 45 minuti)

Il conduttore propone le prime righe su un foglio visibile a tutti:

«Cara Terra, non so bene cosa tu sia per me. Forse uno sfondo, forse una casa. Forse qualcosa di cui ho paura. Voglio provare a dirtelo...»

La scrittura dura venti minuti, in silenzio. Chi lo desidera legge un frammento al gruppo. Non si commenta: si riceve in silenzio, con rispetto. La domanda finale: scrivere una lettera alla terra cambia qualcosa nel modo in cui la si guarda?

Proposta 4 – Una passeggiata silenziosa (durata: 30 minuti)

Se il contesto lo permette – un giardino, un cortile, un piccolo bosco – il conduttore porta il gruppo all'aperto per una passeggiata di venti minuti in silenzio. Si dà a ciascuno una sola consegna: trovare una cosa – una foglia, un sasso, un insetto, qualcosa – che non avevano mai notato prima. Al ritorno, si condivide la scoperta. La domanda: cosa succede quando si guarda la natura con l'intenzione di scoprire invece che di passare?

Un impegno concreto – Tra questo incontro e il prossimo

Il primo impegno possibile è il più semplice: trascorrere venti minuti all'aperto, da soli, senza il telefono, senza un obiettivo preciso. Non serve andare in un bosco: basta un giardino, un parco, un cortile con un albero. La domanda al ritorno: c'è qualcosa che hai visto che non avevi mai notato prima?

Il secondo impegno riguarda la gratitudine: prima di un pasto – anche uno solo, nel corso della settimana – fermarsi un momento a pensare da dove viene il cibo che si sta mangiando. Non come esercizio di colpa, ma come atto di riconoscimento: quanta terra, quanta acqua, quante mani hanno lavorato perché questo pasto fosse possibile?

Il terzo impegno è fare o continuare a fare qualcosa di concreto per la terra: piantare qualcosa, raccogliere rifiuti da un luogo pubblico, scegliere un prodotto locale. Non per senso di colpa, ma per il piacere di fare la propria parte – di scoprire che anche un gesto piccolo ha il sapore della responsabilità.

Una parola finale – Per chi conduce

Portare il tema della terra a un gruppo di giovani richiede all'educatore una cosa particolare: la credibilità di chi abita davvero la domanda. Non serve essere un esperto di ambiente. Ma serve aver fatto i conti con il proprio rapporto con il creato – con il modo in cui si abita il pianeta, con le scelte che si fanno o non si fanno, con la relazione che si ha o non si ha con il mondo naturale.

C'è un pericolo specifico in questo tema: quello del moralismo ecologico, che trasforma la cura della terra in un nuovo sistema di colpa e di merito. I giovani che si sentono in colpa per ogni scelta sbagliata non sono più liberi di quelli che ignorano il problema: sono soltanto più ansiosi. Il compito dell'educatore non è aumentare l'ansia ma trasformarla: da paura paralizzante a responsabilità creativa, da senso di colpa a capacità di cura.

Wangari Maathai non predicava la colpa: offriva un gesto. Piantare un albero. Piccolo, concreto, bello, capace di connettere la persona al suolo e agli altri. Forse il dono più grande che un educatore può fare ai giovani sul tema della terra è questo: aiutarli a trovare il proprio albero da piantare. Non un progetto enorme. Un gesto preciso, autentico, proprio.

Bibliografia e materiali

Per l'animatore e l'educatore

- Francesco, *Laudato si'*. Lettera enciclica sulla cura della casa comune, Libreria Editrice Vaticana, Città del Vaticano, 2015. Il testo di riferimento indispensabile per chi vuole affrontare il tema dell'ecologia in prospettiva cristiana. Accessibile, appassionato, fondato su una riflessione filosofica e teologica solida. Il capitolo sull'ecologia integrale è uno dei contributi più originali del magistero contemporaneo.
- Hans Jonas, *Il principio responsabilità. Un'etica per la civiltà tecnologica*, Einaudi, Torino. La riflessione filosofica più rigorosa disponibile in italiano sul tema della responsabilità verso le generazioni future. Impegnativo ma essenziale per chi vuole capire i fondamenti etici dell'azione ambientale al di là delle emozioni.
- Wangari Maathai, *Sfida verde. Un'africana per l'ambiente*, Mondadori, Milano. L'autobiografia di Wangari, scritta con la stessa chiarezza e la stessa forza della sua vita. La storia del *Green Belt Movement* raccontata dall'interno, con tutta la complessità politica e spirituale che la caratterizza. Un libro che si legge come un romanzo di formazione.
- Romano Guardini, *Lettere dal lago di Como. La tecnica e l'uomo*, Morcelliana, Brescia. Un piccolo libro del 1927 – sorprendentemente attuale – in cui Guardini riflette sull'impatto della modernità tecnica sul rapporto tra essere umano e natura. La domanda di fondo è la stessa della *Laudato si'*: come si abita il mondo quando la tecnica ha trasformato ogni cosa in risorsa?

Per il giovane

- Robin Wall Kimmerer, *Intrecciare dolcevita. Storie di piante, popoli e doni della natura*, Einaudi, Torino. Una delle letture più belle e più trasformative disponibili sul rapporto con il mondo naturale: scienza e sapienza indigena che si intrecciano in una prosa di grande bellezza. Un libro che cambia il modo di guardare un prato, un albero, la propria mano.
 - Antoine de Saint-Exupéry, *Il Piccolo Principe*, Bompiani, Milano. Il testo canonico sulla responsabilità di cura: la rosa, la volpe, il proprio pianeta. La frase del Piccolo Principe – che si è responsabili per sempre di ciò che si è addomesticato – è forse la migliore definizione di ecologia integrale che la letteratura abbia prodotto.
 - Film: *Nausicaa della Valle del Vento*, regia di Hayao Miyazaki, 1984. Miyazaki è il regista che più profondamente ha esplorato nel cinema il rapporto tra essere umano e natura. *Nausicaa* è forse il suo film più radicale: una protagonista che sceglie la comprensione e la cura invece della paura e della guerra, di fronte a un ecosistema che gli adulti hanno distrutto.
 - Film: *Il sale della terra*, regia di Wim Wenders e Juliano Ribeiro Salgado, 2014. Il documentario sul fotografo brasiliano Sebastião Salgado – che dopo aver documentato i più grandi disastri umanitari e ambientali del Novecento è tornato alla propria terra natale e ha piantato due milioni di alberi – è un'opera di straordinaria bellezza e di straordinaria rilevanza per questo tema.
 - Opera d'arte: Agnes Denes, *Wheatfield – A Confrontation*, 1982, documentazione fotografica. Due acri di grano piantati su un terreno di due milioni di dollari a Manhattan, a pochi passi da Wall Street e dalla Statua della Libertà. Un gesto artistico che è anche un atto politico e spirituale: la vita che spunta dove si costruisce il potere.
-

15. RACCONTARE L'ALTRO

Gesto iniziale – Il gioco dello sguardo

Il conduttore divide il gruppo a coppie – preferibilmente tra persone che si conoscono poco. Chiede di sedersi di fronte e di guardarsi negli occhi in silenzio per un minuto, senza parlare, senza sorridere per forza, senza fare nulla: soltanto guardarsi. È un esercizio semplice e quasi sempre imbarazzante, e l'imbarazzo è la cosa più interessante. Dopo il minuto, si condivide: cosa si è provato? Cosa fa paura in questo tipo di contatto? E: c'è stata, anche brevemente, una sensazione di riconoscimento – di vedere davvero qualcuno?

Domande per la riflessione personale scritta

Primo nucleo – Il mio rapporto con la diversità

Scrivi liberamente: chi sono gli 'altri' della tua vita – le persone che non somigliano a te, che non capisce bene, di cui hai un po' paura o che tendi a evitare? Non come giudizio su di te: come osservazione onesta. Cosa c'è in quelle persone che ti mette a disagio? E: c'è qualcosa in quel disagio che dice qualcosa di te, più che di loro?

Secondo nucleo – Un incontro che mi ha cambiato

Ripensa a un incontro con qualcuno molto diverso da te che ti ha lasciato qualcosa di positivo – qualcosa che non ti aspettavi, qualcosa che ha cambiato il tuo modo di vedere. Puoi raccontarlo? Cosa ha reso possibile quell'incontro? E: c'è qualcosa che hai ricevuto da quella persona che non avresti potuto trovare da solo?

Terzo nucleo – La paura dell'altro

Levinas dice che il volto dell'altro è il luogo originario dell'etica. Ma il volto dell'altro è anche, spesso, il luogo di una paura. Prova a identificare una paura concreta che hai nei confronti di qualcuno o di un gruppo di persone: stranieri, persone con opinioni molto diverse, persone con un corpo o un'identità diversa. Da dove viene quella paura? È una paura che ha conosciuto una smentita – una persona reale che non corrispondeva all'immagine temuta? Cosa succederebbe se quella paura potesse diminuire un po'?

Quarta domanda – Charles de Foucauld

Charles de Foucauld ha scelto di stare con i Tuareg senza volerli cambiare – soltanto stare, ascoltare, imparare la lingua. C'è qualcuno nella tua vita con cui potresti praticare questo tipo di presenza – stare senza voler insegnare, ascoltare senza voler rispondere, imparare qualcosa che quell'altra persona sa e che tu non sai? Chi è? E cosa ti impedisce di farlo?

Proposte di lavoro di gruppo

Proposta 1 – Le mie frontiere (durata: 40 minuti)

Ciascun partecipante disegna un cerchio al centro di un foglio: il cerchio è il 'noi' – le persone con cui si sente a proprio agio, con cui condivide valori e abitudini. Fuori dal cerchio disegna i gruppi che sente come 'altri': può usare distanze diverse dal cerchio per indicare diversi gradi di estraneità o di disagio. In piccoli gruppi, si condividono i disegni e si cercano le differenze: cosa abbiamo in comune nei nostri cerchi? E cosa ci dice, delle differenze, il modo in cui ognuno ha disegnato i propri confini?

Proposta 2 – Intervista all'altro (durata: 50 minuti)

Il conduttore invita il gruppo a pensare a una persona reale – nella propria vita o nella storia – con cui incontrare realmente difficoltà di comprensione o di relazione. A coppie, ciascuno racconta

brevemente chi è questa persona e perché è difficile. Poi il partner fa una domanda semplice: cosa pensi che quella persona direbbe di te, se le chiedessero come ti vede? L'esercizio di adottare il punto di vista dell'altro – anche in modo immaginario – è quasi sempre una sorpresa.

Proposta 3 – Lettera a qualcuno di diverso (durata: 45 minuti)

Il conduttore propone le prime righe su un foglio visibile a tutti:

«Caro [nome di qualcuno molto diverso da me], non ti conosco abbastanza per capire come ti senti. Ma voglio provarci. Ti scrivo quello che penso di te, e poi quello che non so di te, e poi quello che vorrei chiederti...»

La scrittura dura venti minuti. Chi lo desidera legge un frammento. La domanda finale: scrivere questa lettera ha cambiato qualcosa nella percezione che hai di quella persona?

Proposta 4 – Davanti a un'opera d'arte: il volto dell'altro (durata: 25 minuti)

Si proietta un ritratto fotografico di Sebastiao Salgado o di Dorothea Lange – uno dei grandi fotografi del Novecento che ha fatto del volto degli ultimi il proprio soggetto. Si lascia un minuto di silenzio. La domanda per la discussione: cosa provi guardando questo volto? C'è qualcosa che ti avvicina a questa persona e qualcosa che ti sembra lontano? Cosa succederebbe se potessi guardare le persone della tua vita quotidiana con la stessa qualità di attenzione con cui un grande fotografo guarda il suo soggetto?

Un impegno concreto – Tra questo incontro e il prossimo

Il primo impegno è un gesto semplice: parlare – anche brevemente, anche in modo formale – con una persona con cui di solito non si parla. Non necessariamente uno straniero o qualcuno di molto diverso: può essere il cassiere al supermercato, il vecchio del palazzo, il compagno di classe con cui non si hanno rapporti. Non una grande conversazione: uno sguardo, un saluto, una domanda. L'obiettivo non è cambiare la vita: è notare come ci si sente dopo.

Il secondo impegno riguarda l'ascolto: scegliere, nel corso della settimana, una conversazione in cui si è in disaccordo con qualcuno – su politica, su valori, su opinioni – e provare ad ascoltare fino in fondo prima di rispondere. Non per convincersi che l'altro abbia ragione: per capire davvero come ragiona, da dove viene la sua posizione, cosa c'è di vero in ciò che dice anche quando non si condivide.

Il terzo impegno è il più difficile: identificare qualcuno con cui si ha un conflitto o un disagio, e fare un gesto di avvicinamento – anche piccolo. Non una riconciliazione forzata, non una resa: un gesto che dica: ti ho visto, e sono disposto a continuare a guardarti.

Una parola finale – Per chi conduce

Il tema dell'altro è forse il più esplosivo di questa serie, perché tocca direttamente le tensioni sociali e politiche del nostro tempo. Chi conduce un gruppo di giovani su questo tema deve essere preparato all'emergere di posizioni molto diverse – xenofobia esplicita o latente, entusiasmo multiculturale acritico, paure reali mescolate a pregiudizi, esperienze personali di esclusione o di incontro. Tutte queste posizioni meritano di essere accolte senza giudizio e interrogate con intelligenza.

La tentazione da evitare è quella di fare di questo tema un'occasione di educazione civica nel senso stretto – insegnare i valori giusti, correggere i pregiudizi sbagliati. Questo approccio non funziona: produce resistenza invece di apertura, perché i giovani sentono quando vengono trattati come contenitori di atteggiamenti sbagliati da correggere invece che come persone con una storia e con domande legittime.

Charles de Foucauld non andò nel Sahara per correggere i Tuareg: andò per imparare da loro. Questo è il modello pedagogico più efficace per il tema dell'altro: non il maestro che insegna la fraternità, ma l'accompagnatore che crea le condizioni perché i giovani possano fare, nella propria vita,

l'esperienza dell'incontro autentico. Quell'esperienza – quando accade – cambia più di qualsiasi conferenza sul dialogo interculturale.

Bibliografia e materiali

Per l'animatore e l'educatore

- Emmanuel Levinas, *Totalità e infinito. Saggio sull'esteriorità*, Jaca Book, Milano. L'opera filosofica più compiuta di Levinas sull'etica dell'altro. Impegnativa, ma la lettura della sezione sul volto – anche da sola – è un'esperienza intellettuale e spirituale difficilmente dimenticabile. Per chi ha meno tempo: il saggio breve *Etica e Infinito* (Castelvecchi, Roma) è un'introduzione accessibile al suo pensiero.

- Francesco, *Fratelli tutti. Lettera enciclica sulla fraternità e l'amicizia sociale*, Libreria Editrice Vaticana, Città del Vaticano, 2020. Il testo di riferimento per il tema della fraternità universale in prospettiva cristiana. Fondato sulla parabola del Buon Samaritano, propone una visione della fraternità che non esclude nessuno e che sfida le logiche dell'identità chiusa.

- Carlo Carretto, *Il deserto nella città*, Edizioni Paoline, Roma. Carlo Carretto fu uno dei primi ad essere ispirato dalla spiritualità di Foucauld: Piccolo Fratello di Gesù, visse per anni nel Sahara algerino. Questo libro racconta come portare la qualità dell'incontro del deserto nella vita quotidiana. Un testo accessibile e profondo.

- Xavier Le Pichon, *Aux racines de l'homme. De la mort à l'amour*, Presses de la Renaissance, Parigi (in francese, non ancora tradotto in italiano). Il grande geo-fisico francese – scopritore della tettonica a placche – riflette sull'incontro con la fragilità dell'altro come fondamento dell'umanità. Un testo raro che connette scienza, filosofia e vita spirituale.

Per il giovane

- Antoine Cayrol e Thierry Hubert, *Fratel Charles. Fumetto biografico*, Paoline, Milano. Una biografia a fumetti di Charles de Foucauld, accessibile anche ai giovanissimi, che racconta la trasformazione straordinaria di un ufficiale aristocratico in fratello universale del deserto.

- Khaled Hosseini, *Il cacciatore di aquiloni*, Piemme, Casale Monferrato. Un romanzo sull'amicizia tra un bambino afgano privilegiato e il figlio del suo servo, sulla colpa e sul perdono, sull'incontro tra culture diverse e sull'impossibilità di separare la propria storia da quella degli altri. Una lettura che tocca il cuore della domanda sull'altro.

- Chimamanda Ngozi Adichie, *Americanah*, Einaudi, Torino. Il romanzo più ricco e più intelligente degli ultimi anni sull'incontro tra culture, sull'identità diasporica, sul modo in cui la razza, il genere e l'origine determinano il modo in cui si viene visti dagli altri. Un libro che fa pensare e che non lascia indifferenti.

- Film: *Terraferma*, regia di Emanuele Crialese, 2011. Un film sull'arrivo dei migranti sulle coste di Lampedusa e sul dilemma morale di chi li incontra. Sobrio, preciso, capace di mostrare la complessità di una situazione senza semplificarla né in senso sentimentale né in senso ideologico.

- Film: *La finestra di fronte*, regia di Ferzan Özpetek, 2003. Un film sull'incontro imprevisto con un anziano che ha perduto la memoria e che porta con sé una storia di fuga, di amore e di guerra. L'altro come portatore di una storia che trasforma chi l'incontra.

- Opera d'arte: Leila Alaoui, serie fotografica *Moroccan Portraits* (2010-2012). La fotografa franco-marocchina, uccisa a Ouagadougou nel 2016 durante un attentato, ha costruito la sua opera sulla convinzione che ogni persona meriti di essere guardata con la stessa dignità e la stessa attenzione. I suoi ritratti di persone ai margini sono tra le più potenti immagini contemporanee della filosofia levinasiana del volto.

16 RACCONTARE LA MEMORIA

Gesto iniziale – Un oggetto del passato

Il conduttore chiede a ciascun partecipante – in anticipo, come compito per la riunione – di portare un oggetto che appartenga alla storia della propria famiglia: una fotografia, un documento, un oggetto di uso quotidiano, qualcosa di tramandato. Se non si ha nulla di così specifico, si porta qualcosa che si associa al passato – anche un oggetto di seconda mano, trovato in un mercatino, che “conta una storia”. L’incontro comincia con ciascuno che mostra l’oggetto e dice in due frasi da dove viene e cosa rappresenta. Non si commenta: si riceve. La domanda finale del gesto: cosa ci dicono questi oggetti su chi siamo?

Domande per la riflessione personale scritta

Primo nucleo – La memoria della mia famiglia

C’è una storia difficile nella tua famiglia – una vicenda di guerra, di migrazione, di perdita, di ingiustizia, di silenzio – che sai o che intuisci ma che non viene mai raccontata del tutto? Cosa sai di essa? Cosa vorresti sapere? E: pensi che quella storia, anche se non viene raccontata, abbia lasciato qualcosa in te?

Secondo nucleo – La storia collettiva e io

Pensa a un evento storico – della storia del tuo paese, dell’Europa, del mondo – che ti coinvolge in modo emotivo, che non ti lascia indifferente. Non soltanto quello che hai studiato: quello che ti turba, quello che senti come vicino. Perché ti coinvolge? C’è qualcosa di quella storia che ti parla del presente – che ti aiuta a capire qualcosa che sta accadendo adesso?

Terzo nucleo – Il mio passato personale

Levi parla di zone grigie: spazi di ambiguità morale in cui non si è né eroi né mostri, in cui le scelte sono complesse e i giudizi difficili. C’è qualcosa nel tuo passato personale – qualcosa che hai fatto o non hai fatto, qualcosa in cui non sei stato all’altezza delle tue stesse aspettative – che hai difficoltà a guardare? Cosa ti impedisce di guardarla? E: cosa cambierebbe se potessi guardarla senza giudizio, soltanto cercando di capire?

Quarta domanda – La trasmissione

Cosa vuoi trasmettere della tua storia a chi verrà dopo di te – ai figli che potresti avere, ai giovani di cui potresti prenderti cura? Non le cose belle soltanto: anche le difficili, anche le ambigue, anche le scomode. Cosa pensi che sia necessario trasmettere, anche a costo di disagio?

Proposte di lavoro di gruppo

Proposta 1 – La linea della storia (durata: 45 minuti)

Il conduttore prepara una linea del tempo del Novecento con i principali eventi storici – le due guerre mondiali, i totalitarismi, la Shoah, le decolonizzazioni, il Muro di Berlino, le guerre degli anni Novanta – e la mostra al gruppo. Chiede a ciascuno di segnare sulla linea il punto in cui si sente: gli eventi di cui sa di più, quelli che sente come più vicini, quelli che lo coinvolgono emotivamente. In piccoli gruppi, si confrontano le scelte: perché alcuni eventi ci parlano di più di altri? Cosa dice di noi il modo in cui sentiamo la storia?

Proposta 2 – Testimonianza in prima persona (durata: 50 minuti)

Il conduttore cerca – in anticipo – un testimone reale: qualcuno che ha vissuto un evento storico difficile e che è disposto a raccontarlo. Può essere un anziano della propria comunità, un migrante

con una storia di fuga, un ex-detenuto politico. L'incontro con il testimone è strutturato in tre tempi: il racconto (senza interruzioni), le domande (dei giovani, non del conduttore), il silenzio conclusivo (qualche minuto in cui non si parla). La domanda finale: cosa cambia quando la storia la racconta una persona reale, invece di un libro o di un documentario?

Proposta 3 – Lettera a chi viene dopo (durata: 45 minuti)

Il conduttore propone le prime righe su un foglio visibile a tutti:

«A chi leggerà queste parole tra vent'anni: non so ancora cosa di ciò che stiamo vivendo merita di essere ricordato. Ma voglio provarci. Ti scrivo ciò che vedo, ciò che temo, ciò che spero...»

La scrittura dura venti minuti, in silenzio. Chi lo desidera legge un frammento. Non si commenta.

La domanda finale: cosa significa sapere che le proprie parole potrebbero essere lette da qualcuno che non si conosce ancora?

Proposta 4 – Davanti a un'opera d'arte: i sommersi (durata: 25 minuti)

Si proiettano alcune fotografie di Christian Boltanski, l'artista francese che ha costruito buona parte della propria opera sull'urgenza di non dimenticare i morti anonimi della storia: le sue installazioni di migliaia di fotografie, i suoi archivi di nomi, i suoi memoriali per le vittime sconosciute. Si lascia un momento di silenzio. La domanda per la discussione: cosa fa l'arte quando si occupa della memoria? Cosa rende questi lavori diversi da un manuale di storia? E: c'è qualcuno – nella storia o nella tua vita – che rischia di essere dimenticato e che meriterebbe di essere ricordato?

Un impegno concreto – Tra questo incontro e il prossimo

Il primo impegno è chiedere a un anziano della propria famiglia o della propria comunità di raccontare un ricordo del passato – qualcosa che non si conosce ancora, qualcosa di cui non si parla di solito. Non un'intervista strutturata: una conversazione. Portare all'incontro successivo ciò che si è sentito. Il secondo impegno riguarda la lettura: leggere almeno un capitolo di *Se questo è un uomo* di Primo Levi – non importa quale, anche uno scelto a caso. Portare all'incontro successivo una frase, un'immagine, un pensiero che ha lasciato qualcosa.

Il terzo impegno è il più personale: scegliere qualcosa del proprio passato – un errore, una ferita, un'ambiguità morale – che si tende a non guardare, e dedicargli dieci minuti di attenzione onesta. Non per colpevolizzarsi: per capire. La domanda da portarsi: cosa ha insegnato quel momento, anche se è stato difficile?

Una parola finale – Per chi conduce

Il tema della memoria è tra i più delicati di questa serie, per ragioni specifiche che vale la pena di nominare. Il rischio principale è quello di trasformare la memoria storica in un peso morale che schiaccia invece di liberare – di far sentire i giovani colpevoli per ciò che altri hanno fatto, di creare un'identità fondata sul senso di colpa collettivo piuttosto che sulla responsabilità attiva. La memoria serve a capire, non a condannare. Serve a vigilare, non a punire.

C'è anche il rischio opposto: quello di usare la memoria come scudo, di rifugiarsi nella commemorazione rituale come sostituto dell'impegno reale. Ricordare i morti è necessario; ma non basta se non si traduce in attenzione verso i vivi che subiscono ingiustizie analoghe nel presente. Primo Levi lo sapeva bene: il valore della sua testimonianza non stava nel commemorare Auschwitz come evento unico e irripetibile, ma nel mostrare i meccanismi del male come qualcosa di comprensibile – e quindi di riconoscibile e di contrastabile – in ogni tempo.

L'educatore che porta questo tema porta con sé la propria storia di rapporto con il passato – le proprie memorie familiari, le proprie ferite non dette, il proprio modo di fare i conti con ciò che è stato. Non serve esibirla: ma essere consapevoli di essa aiuta a non proiettarla sul gruppo, a non trasformare il proprio irrisolto nel tema dell'incontro. Il compito è creare uno spazio sicuro in cui i giovani possano

guardare il passato – collettivo e personale – con occhi abbastanza aperti da imparare e abbastanza protetti da non essere sopraffatti.

Levi ha scritto fino alla fine. Ha testimoniato fino alla fine. Anche quando la vecchiaia e la malattia rendevano il peso della memoria sempre più difficile. Il suo gesto – continuare a raccontare, continuare a esigere che si guardasse ciò che era stato – è la forma più alta di speranza che un testimone possa offrire: la speranza che qualcuno ascolti, che qualcosa cambi, che il mondo futuro sia un po' più capace di riconoscere il male prima che si compia.

Bibliografia e materiali

Per l'animatore e l'educatore

- Primo Levi, *I sommersi e i salvati*, Einaudi, Torino. L'opera più matura e più riflessiva di Levi: scritta quarant'anni dopo Auschwitz, con la distanza che permette l'analisi senza attenuare il peso. Il capitolo sulla zona grigia e quello sul testimone sono testi fondamentali per chiunque voglia pensare seriamente al tema della memoria e della responsabilità.

- Paul Ricœur, *La memoria, la storia, l'oblio*, Raffaello Cortina Editore, Milano. L'opera più completa sulla memoria come problema filosofico. Impegnativa, ma la lettura della terza parte – dedicata all'oblio e al perdono – è accessibile e profondissima. Un testo che cambia il modo di pensare al rapporto tra passato e futuro.

- Hannah Arendt, *La banalità del male. Eichmann a Gerusalemme*, Feltrinelli, Milano. Il libro più discusso di Arendt: controverso al momento della pubblicazione, oggi riconosciuto come uno dei testi più lucidi sul male ordinario. La tesi sulla banalità del male e la riflessione sull'assenza di pensiero sono di una rilevanza pedagogica che non si esaurisce.

- Walter Benjamin, *Tesi di filosofia della storia*, in *Angelus Novus. Saggi e frammenti*, Einaudi, Torino. Diciotto frammenti brevi, oscuri, folgoranti. La lettura della nona tesi – quella sull'angelo della storia – da sola vale l'acquisto del libro. Un testo che cambia per sempre il modo di leggere la storia.

- Jan Assmann, *La memoria culturale. Scrittura, ricordo e identità politica nelle grandi civiltà antiche*, Einaudi, Torino. Il lavoro fondamentale dell'egittologo e studioso della religione tedesco sul concetto di memoria culturale: come le società costruiscono e trasmettono la propria identità attraverso la memoria condivisa. Un testo che aiuta a capire perché la memoria è una questione politica e non soltanto sentimentale.

Per il giovane

- Primo Levi, *Se questo è un uomo*, Einaudi, Torino. Il libro necessario. Il resoconto di un anno ad Auschwitz scritto con la precisione dello scienziato e la pietà del testimone. Un libro che si legge in un giorno e che rimane per sempre. Da leggere, se possibile, insieme alla Tregua, che racconta il lungo e gioioso viaggio di ritorno verso casa.

- Elie Wiesel, *La notte*, Giuntina, Firenze. Il racconto autobiografico di uno dei più grandi testimoni della Shoah: la deportazione, il campo, la perdita della fede e la sua lenta, difficile ricostruzione. Breve, essenziale, capace di toccare il lettore in modo immediato.

- Art Spiegelman, *Maus*, Einaudi, Torino. La storia della deportazione del padre di Spiegelman raccontata a fumetti – con gli ebrei come topi e i nazisti come gatti. Un capolavoro del fumetto contemporaneo che ha dimostrato che il linguaggio visivo può avvicinarsi all'orrore storico con una forza che la prosa ordinaria a volte non raggiunge.

- Film: *La vita è bella*, regia di Roberto Benigni, 1997. Già citato nel *percorso sulla Libertà*, ritorna qui per il tema specifico della memoria: il film è anche una riflessione su come si trasmette la verità difficile ai bambini, su cosa si può dire e cosa non si può dire, sulla creatività come forma di protezione e di resistenza.

- Film: *Son of Saul*, regia di László Nemes, 2015. Un film durissimo – da proporre solo a gruppi maturi – girato in primo piano sul volto del protagonista, membro del Sonderkommando ad

Auschwitz. L'esperienza visiva è quella della prossimità assoluta: non si vede l'orrore dall'esterno, lo si percepisce attraverso il corpo e la voce di un uomo che cerca di fare un'ultima cosa umana in mezzo alla macchina dello sterminio.

- Opera d'arte: Christian Boltanski, *Menschlich* (1994) e *Reserve du Muse des enfants* (1989). Le installazioni di Boltanski costruiscono archivi visivi di persone sconosciute, di fotografie di bambini, di nomi che rischiano di essere dimenticati. Il suo lavoro è un'interrogazione incessante sulla fragilità della memoria e sull'obbligo di non dimenticare. Da discutere in gruppo dopo la proiezione di qualche immagine delle sue opere.