

Nelle tue mani

Sussidio catechistico
Quaresima 2023

Un percorso attraverso la Parola di Dio,
le parole della Beata Costanza Panas,
riflessioni, opere d'arte, giochi...

Sulle orme
della
Beata
Madre
Maria
Costanza
Panas



Ufficio Catechistico
Diocesi Fabriano-Matelica



Sussidio catechistico Quaresima 2023
a cura
dell'Ufficio Catechistico
Diocesi Fabriano-Matelica

(Ad esclusivo uso interno dei catechisti e degli educatori)

Lettera ai catechisti e breve presentazione del sussidio

Carissimi catechisti e catechiste,

con piacere presentiamo questo secondo sussidio ispirato dalla Beatificazione della Beata Maria Costanza Panas dedicato al periodo quaresimale. Vista la ricchezza della vita della Beata e la particolarità di questo evento in questo anno per la nostra diocesi, abbiamo pensato di completare il percorso con nuovi episodi della vita di Madre Costanza.

Il titolo del sussidio è ispirato al voto della Beata Costanza dell'offerta della sua vita per le anime (24 giugno 1925): «O Gesù perché io vi voglio amare, come mai nessuno vi ha amato, mi metto **nelle vostre braccia ...** ogni cosa che farò sarà una preghiera per ottenere questa grazia: delle anime, delle anime da portarvi». Lo abbiamo intitolato "*Nelle tue mani*", per sottolineare il tempo verso il quale ci stiamo incamminando e la volontà di avvicinare i ragazzi a questo grande incontro. Abbiamo mantenuto la medesima struttura, sostituendo i cineforum per la riflessione sulla realtà, con la presentazione di opere d'arte del nostro territorio (ove possibile) o di altre opere molto famose legate ai Vangeli domenicali. Per fare questo, ci siamo ispirati ad alcune attività proposte nel Sussidio per la Quaresima 2022 dalla Commissione regionale per la Dottrina della Fede, L'Annuncio e la Catechesi della regione Puglia: "**Non di solo pane. Catechesi per adulti attraverso opere d'arte**" (<https://bit.ly/3kbO80L>).

Nel sussidio trovate un percorso attraverso la Parola di Dio, le parole della Beata Panas, opere d'arte, riflessioni, giochi. La parte finale è invece dedicata a dei semplici spunti per eventuali incontri con i genitori per affrontare il delicato tema dell'educazione alla fede.

Come la volta precedente lasciamo alla competente *artigianalità*, fantasia e ispirazione dei catechisti e delle catechiste, adattare le parti del sussidio alle varie fasce di età dei bambini e ragazzi.

Ancora una volta grazie per l'entusiasmo e il calore che in diverse occasioni ci avete dimostrato e che ci aiuta a motivare gli impegni che ci siamo assunti.

Ufficio Catechistico
Diocesi Fabriano-Matelica

INDICE



❖ I Settimana di Quaresima	p. 5
❖ Arte: l'occasione per uno sguardo nuovo	p. 8
❖ Uno sguardo nuovo attraverso l'arte I settimana	p. 9
❖ II Settimana di Quaresima	p. 12
❖ Uno sguardo nuovo attraverso l'arte II settimana	p. 15
❖ III Settimana di Quaresima	p. 18
❖ Uno sguardo nuovo attraverso l'arte III settimana	p. 21
❖ IV Settimana di Quaresima	p. 24
❖ Uno sguardo nuovo attraverso l'arte IV settimana	p. 27
❖ V Settimana di Quaresima	p. 30
❖ Uno sguardo nuovo attraverso l'arte V settimana	p. 33
❖ Una comunità educante: incontro possibile	p. 36

Le cliparts del presente sussidio sono tratte dal sito: <https://it.freepik.com>.

I disegni della Beata sono stati realizzati dai bambini durante il Convegno Pastorale Diocesano 2022-2023.

Nelle tue mani

I settimana Quaresima 2023



Pregiera: ogni ragazzo esprime un'intenzione libera. Recitiamo un Padre nostro e affidiamo questo incontro all'opera dello Spirito.

Key words: FIDUCIA



UN GIOCO A SCELTA PER INIZIARE:

DI COSA MI IMPORTA VERAMENTE?

Si preparano due tavoli con due banchetti:

- 1- con cose essenziali (tipo pane, strumento musicale, coperta, un cappello, passatempo semplice ecc.);
- 2- con cose più sfiziose (barattolo cioccolata, tablet, cellulare, torta, bevanda frizzante ecc.).

I bambini prenderanno un oggetto da uno dei due tavoli e inventeranno una piccola storia che giustifichi l'importanza dell'oggetto scelto.

SAI RESISTERE ALLE TENTAZIONI?

Un giocatore si siede e chiude gli occhi. Gli altri giocatori si mettono davanti a lui, come meglio credono. Al segnale il giocatore sulla sedia apre gli occhi e deve fissare i suoi compagni, i quali fanno smorfie, mimiche, ridono, ecc.. Cercando, senza toccarlo, di farlo ridere. Il capo gioco conta lentamente fino a 25: se il giocatore riesce a rimanere impassibile per tutto il tempo ha vinto e un altro prende il suo posto. Se invece il giocatore ride, sorride o anche distoglie lo sguardo viene eliminato e ha diritto ad un punteggio pari al numero al quale è arrivato a contare il capo gioco.

La parola...



Va
ng
elo

Vangelo Mt 4, 1-11

In quel tempo, Gesù fu condotto dallo Spirito nel deserto, per essere tentato dal diavolo. Dopo aver digiunato quaranta giorni e quaranta notti, alla fine ebbe fame. Il tentatore gli si avvicinò e gli disse: «Se tu sei Figlio di Dio, di' che queste pietre diventino pane». Ma egli rispose: «Sta scritto: *Non di solo pane vivrà l'uomo, ma di ogni parola che esce dalla bocca di Dio*».

Allora il diavolo lo portò nella città santa, lo pose sul punto più alto del tempio e gli disse: «Se tu sei Figlio di Dio, gettati giù; sta scritto infatti: Ai suoi angeli darà ordini a tuo riguardo ed essi ti porteranno sulle loro mani perché il tuo piede non inciampi in una pietra». Gesù gli rispose: «Sta scritto anche: *Non metterai alla prova il Signore Dio tuo*».

Di nuovo il diavolo lo portò sopra un monte altissimo e gli mostrò tutti i regni del mondo e la loro gloria e gli disse: «Tutte queste cose io ti darò se, gettandoti ai miei piedi, mi adorerai». Allora Gesù gli rispose: «Vattene, satana! Sta scritto infatti: *Il Signore, Dio tuo, adorerai: a lui solo renderai culto*».

Allora il diavolo lo lasciò, ed ecco degli angeli gli si avvicinarono e lo servivano.

Per riflettere...



Questa domenica ci invita a fermarci per riflettere sulla nostra vita, sulle nostre priorità. Il primo gioco ci fa scegliere tra oggetti diversi: sappiamo riconoscere quelli fondamentali per la vita? Cosa è importante per te? Prova a pensarci. Il secondo ci fa scoprire la perseveranza della nostra volontà verso ciò che è giusto: siamo capaci di non cadere nelle tentazioni del quotidiano? Sappiamo rimanere saldi e non barattare i nostri valori per fare ciò che è più facile o ciò che conviene?

La nostra esistenza non è in bianco e nero ma è ricca di sfumature ed abbiamo tanti esempi che ci possono aiutare ad individuare la strada.

Madre Costanza è una di noi, conosce il tormento della scelta e si pone dubbi, ma è sostenuta da una profonda fede.

Ha il coraggio di affidarsi completamente a Dio e in questo abbandono nelle “braccia del Signore” scopre ciò che per lei è essenziale: la sua vocazione.

Gesù, nel Vangelo di Matteo, è saldo e risponde al “Tentatore” con: *sta scritto*.

Lui conosce la via giusta e ce la indica.



... Rieccomi

Vi ricordate? Prima dello scorso Natale vi avevo raccontato di come don Luigi Fritz mi aveva parlato del monastero delle Cappuccine a Fabriano e di come la mia famiglia fosse contraria, primo fra tutti zio don Angelo, che parlò anche con il vescovo pur di non farmi partire. In quei giorni ho pregato intensamente per essere sicura che la scelta che stavo per fare fosse quella giusta. In particolare ho chiesto aiuto a Maria Santissima e ricordo come fosse adesso quando, quella mattina, dopo aver ricevuto la Santa Comunione, ho avuto la sicurezza della mia vocazione a Cappuccina.

L'8 ottobre 1917 sono partita alle 6 di mattina, avevo avvisato solo mia sorella Onorina. In carrozza sono arrivata alla stazione ferroviaria di Adria. Qui mi attendeva don Luigi Fritz e da lì siamo arrivati a Firenze e poi ad Assisi dove ho visitato i luoghi di San Francesco e Santa Chiara.

Il 10 ottobre sono arrivata a Fabriano e il giorno successivo ho fatto il mio ingresso nel convento.

In segno di benvenuto le mie consorelle mi hanno fatto trovare il letto pieno di fiori, simbolo di delicate virtù da offrire ogni giorno. Che meraviglia!! Ancora ne conservo alcuni secchi.

Il primo periodo in convento non è stato facile, era tutto così nuovo per me, l'ambiente, i visi, il linguaggio, il lavoro... ma mi sono affidata totalmente al Signore.

... per riflettere:



Prima di entrare in convento, durante il suo combattimento spirituale, la Beata Costanza Panas così scrive al suo Padre Spirituale: "Sento vivo, vivo tanto ormai, il bisogno di dedicare totalmente la mia vita a Gesù".

Nel ricordare il suo primo periodo in convento, piuttosto duro, scrive: "Però non perdetti la fiducia nel mio Diletto ed attesi che Egli mi scoprisse, perché parevami impossibile che, dopo tanta forza di vocazione datami, m'abbandonasse così all'avventura in un mondo sconosciuto".

Arte: l'occasione per uno sguardo nuovo

Papa Francesco ci esorta ad una speciale attenzione alla via della bellezza (*Evangelii Gaudium*, 167).

L'arte può essere un reale strumento di incontro con i ragazzi e l'occasione per coniugare il Vangelo domenicale con la vita, grazie ad una interpretazione artistica coinvolgente che pone in evidenza la via del Vangelo attraverso una prospettiva diversa, fatta di luci e di ombre proprio come l'esperienza. Nelle diverse sensibilità interpretative dei pittori, ogni bambino e ragazzo potrà ritrovare la chiave per interpretare la propria. L'approccio metodologico proposto riprende un sussidio pubblicato dalla Commissione Regionale per la dottrina delle Fede della regione Puglia, "*Non di solo pane*"¹, adattato alle opere e agli artisti da noi proposti. Oltre all'introduzione dell'opera e a una breve biografia dell'autore, nel sussidio citato sono proposti i cinque momenti seguenti:²

Vedere:

Ogni partecipante è invitato a guardare l'opera in modo oggettivo, senza preconcetto. Si può suggerire di scrivere le proprie impressioni facendo attenzione ai colori, agli oggetti, ai personaggi, alle forme, a eventuali atteggiamenti...

Sentire:

E' il momento in cui ogni partecipante coglie le emozioni che l'opera fa scaturire e riflette sul mutamento dei propri sentimenti.

Capire:

E' il momento in cui l'educatore racconta l'opera. In modo semplice e chiaro offre le chiavi di lettura confrontando l'opera con il testo evangelico. Attraverso le parole illustra il contesto storico e iconografico per far conoscere in profondità l'opera e l'artista.

Meditare/Riflettere:

E' il momento centrale in cui ogni bambino/ragazzo mette in gioco se stesso, la sua esperienza di fede. L'educatore lascia che ogni bambino/ragazzo racconti la propria esperienza davanti al quadro. L'empatia e l'ascolto attivo da parte dell'educatore è fondamentale affinché il Vangelo penetri e porti frutto.

Pregare/Agire:

E' il momento in cui ciascuno trae le proprie considerazioni e i propri impegni dall'esperienza vissuta. Questi possono essere scritti personalmente in modo da poterli vedere durante la settimana oppure essere condivisi su un tabellone da poter riprendere all'occasione.

Ad essi, aggiungiamo poi un collegamento con la Beata Panas:

Attraverso gli scritti della Panas possiamo confrontare la nostra esperienza di fede con i tentennamenti e le lotte che lei ha saputo affrontare con una riflessione profondissima, facendo voto di affidamento e cogliendo la bellezza di appartenere completamente ad un Altro.

Al termine dell'esperienza possiamo consegnare l'immagine del quadro ai bambini/ragazzi invitandoli a discuterne con i genitori e a meditare/pregare davanti all'immagine durante la settimana.

¹ Cfr. COMMISSIONE REGIONALE PER LA DOTTRINA DELLA FEDE, L'ANNUNCIO E LA CATECHESI PUGLIA, Sussidio Quaresima *Non di solo pane. Catechesi per adulti attraverso opere d'arte*, 2022, <https://bit.ly/3kbO80L> (ultimo accesso 16.01.2023)..

² Cfr. *Ibidem*, 5.



... Uno sguardo nuovo

Attraverso: le tentazioni di Gesù



Ivan Kramskoy, *Cristo nel deserto*, 1872, olio su tela, 180x210 cm, Mosca, Galleria Tretyakov.

In questo quadro di Ivan Kramskoj, c'è un particolare che sottolinea la drammaticità della prova: le mani giunte di Gesù il quale, dunque, supera la tentazione affidandosi costantemente alla Parola di Dio: “Sta scritto” replica al tentatore. Queste mani sono un invito alla preghiera e alla fiducia in Dio. La quaresima è come un inizio di un nuovo giorno, in attesa della nostra redenzione e in preparazione dell'alba del mattino di Pasqua.³

Mission ~~im~~-possible:

Creo il deserto nella mia camera attraverso dei momenti di silenzio nei quali metto da parte il telefonino, la televisione, etc. Cerco di recuperare il mio rapporto con Gesù chiedendo di vincere le tentazioni quotidiane e di scoprire la bellezza e la gioia di essere figli amati per sempre.

Preghiamo con la Beata Madre Maria Costanza



“Il Signore vorrà essere l'unico testimone di quanto avviene nell'anima mia e vorrà che a me basti la sua grazia, senza alcun umano aiuto. Sia benedetta la sua amorosissima Volontà, io mi sento estremamente calma, riposata e sicura nelle braccia divine del mio Signore e non bramo di più.”

³ Cfr. *Ibidem*, 7.

... Uno sguardo nuovo



Sulle orme di Cristo nel Deserto



Ivan Kramskoy, *Cristo nel deserto*, 1872, olio su tela, 180x210 cm, Mosca, Galleria Tretyakov.

Il dipinto presenta un Cristo solitario e maestoso. Sin dal primo sguardo si coglie il paesaggio arido e deserto segnato dalla prova, dalla fatica, come pure si intuisce la pietà come conseguenza dell'aver colto la dignità umana. Il Cristo incarna l'immagine della forza interiore capace di affrontare le situazioni difficili della vita quotidiana. Il volto di Cristo ci fa intuire il combattimento interiore e la prova della fame. Gli occhi di Gesù sono rivolti verso il basso, verso se stesso: in preparazione al dono di sé. Come uomo dovrà affrontare prove terribili e qui ne avverte tutta la portata. Se esaminiamo il contesto, Gesù è solo nel deserto. Siamo davanti alla completa essenzialità, all'uomo che si spoglia del superfluo (mangiare, potere, etc.) per raggiungere il profondo del cuore.⁴

L'AUTORE

Ivan Nikolaevic Kramskoj (Ostrogozsk, 8 giugno 1837 - San Pietroburgo, 6 aprile 1887) è stato un pittore e critico d'arte russo. Studiò all'Accademia Imperiale d'Arte, in seguito si oppose all'arte proposta dall'accademia che lo espulse. Kramskoj, facendo sue le idee democratiche della rivoluzione russa, promosse il realismo e la nazionalità dell'arte. Dipinse molti ritratti di personaggi famosi (Lev Nikolaevic Tolstoj nel 1873, Ivan Ivanovic Siskin nel 1873, Pavel Mikhailovich Tretyakov). Uno dei suoi quadri più importanti è Cristo nel deserto del 1872 (conservato alla galleria Tretyakov) che riprende la tradizione umanistica di Aleksandr Ivanov.⁵

⁴ Cfr. *Ibidem*, 6-7.

⁵ Cfr. *Ibidem*, 9.

Blocchi di appunti per la riflessione⁶



VEDERE:

Porre attenzione a tutto ciò che vediamo nell'opera che abbiamo di fronte: i colori, le forme, ciò che viene rappresentato, i personaggi.... Dietro ad ogni opera d'arte vi è un autore con il proprio orizzonte culturale e spirituale, con le proprie tecniche. Cerchiamo di comprendere cosa abbiamo davanti, il significato originale dell'opera, cosa proviamo noi...



SENTIRE:

Ascoltiamo il nostro cuore. Le opere d'arte parlano a noi oggi, alla nostra vita, richiamano i nostri vissuti e suscitano le nostre emozioni:

1. cosa mi colpisce di questa opera?
2. Cosa mi piace o non mi piace...?
3. E perché?
4. Possiamo inoltre chiederci cosa richiama alla nostra memoria, a cosa ci fa pensare...



CAPIRE:

Analizzare l'opera attraverso un'analisi iconografica e iconologica.



MEDITARE:

Si raccolgono i significati, i messaggi, le implicazioni per la propria vita. Ci si pone con un atteggiamento contemplativo/orante davanti all'immagine:

1. cosa dice questo dipinto alla mia vita?
2. Quale messaggio di fede mi offre?
3. Quando, nella mia vita, ho sperimentato la prova e la tentazione e mi sono sentito nel deserto come Gesù?
4. In quel momento, chi mi ha dato la forza di combattere?
5. In che modo ho avuto la forza di aggrapparmi a Gesù?
6. "Non di solo pane vive l'uomo" Di cosa mi nutro nella mia quotidianità e quale fame profonda avverto che ha bisogno di essere appagata?

Mi apro silenziosamente al dialogo con Gesù. Esprimo le mie paure, i bisogni e le debolezze.



PREGARE:

Dopo la meditazione raccogli i significati, i messaggi, le implicazioni per la vita. Quali propositi scaturiscono dall'incontro con l'opera?



La Beata Costanza Panas amava le immagini espressive, come ad esempio le cartoline, ed era grata a chi gliele inviava. Una volta scrisse alla Madre Floris "... grazie per le belle cartoline espressive di tanto amore celeste. Se semplici figure di carta possono parlare al cuore ed aiutarlo, che farà Gesù nell'intimo dei cuori e che farà nei gaudii eterni?"



Due esempi di disegno della Madre Costanza: «Durante il sonno», riproduzione a matita e un «Particolare del Battesimo di Gesù», riproduzione a penna.



⁶ Per i contenuti dei primi cinque "blocchi di riflessione" (questi e anche per quelli delle domeniche successive): cfr. COMMISSIONE REGIONALE PER LA DOTTRINA DELLA FEDE, L'ANNUNCIO E LA CATECHESI PUGLIA, «Schede per i partecipanti» allegate a Sussidio Quaresima *Non di solo pane. Cit.*



Nelle tue mani

II settimana Quaresima 2023



Preghiera: ogni ragazzo esprime un'intenzione libera. Recitiamo un Padre nostro e affidiamo questo incontro all'opera dello Spirito.

Key words: LUCE

UN GIOCO A SCELTA PER INIZIARE:

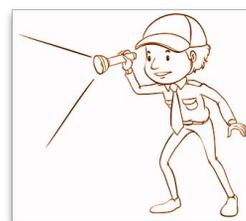


RICONOSCI LA LUCE?

Si sceglie un messaggio semplice da trasmettere ai ragazzi mediante una luce emessa da una pila utilizzando il codice Morse.

Che cos'è il codice Morse? A cosa serve?

Il codice Morse è un sistema che trasmette lettere, segni di punteggiatura e numeri per mezzo di codici a intermittenza. Il codice Morse si basa su cinque semplici stadi: il punto, la linea, l'intervallo breve, l'intervallo medio e l'intervallo lungo. Ogni punto e ogni linea, disposti in una precisa sequenza, rappresentano una lettera o un numero, mentre gli intervalli rappresentano le pause, da quella breve (tra lettera e lettera), a quella media (tra una parola e l'altra), a quella più lunga (pausa tra le frasi).



A	• —	V	• • • —
B	— • • •	W	— • —
C	— • • — •	X	— • • —
D	— • • •	Y	— • • — —
E	•	Z	— — • •
F	• • — •	,	• — — — • —
G	— • • •	,	— • • • — —
H	• • • •	?	• • — — • •
I	• •	/	— • • — •
J	• — — — —	@	• — — • • •
K	— • • —	1	• — — — —
L	— • • • •	2	• • — — —
M	— —	3	• • • — —
N	— •	4	• • • • —
O	— — — —	5	• • • • •
P	• — — • •	6	— • • • •
Q	— — • • —	7	— — • • •
R	• — • •	8	— — — • •
S	• • •	9	— — — — •
T	— —	0	— — — — —
U	• • •		

CACCIA AL TESORO:

Fare una caccia al tesoro utilizzando messaggi scritti con inchiostro simpatico o invisibile. L'inchiostro simpatico è una sostanza che è invisibile al momento della scrittura, ma che può essere resa visibile tramite una pila con luce a led UV.

La parola...



Va
nge
lo

Vangelo Mt 17, 1-9

In quel tempo, Gesù prese con sé Pietro, Giacomo e Giovanni suo fratello e li condusse in disparte, su un alto monte. E fu trasfigurato davanti a loro: il suo volto brillò come il sole e le sue vesti divennero candide come la luce. Ed ecco apparvero loro Mosè ed Elia, che conversavano con lui.

Prendendo la parola, Pietro disse a Gesù: «Signore, è bello per noi essere qui! Se vuoi, farò qui tre capanne, una per te, una per Mosè e una per Elia». Egli stava ancora parlando, quando una nube luminosa li coprì con la sua ombra. Ed ecco una voce dalla nube che diceva: «Questi è il Figlio mio, l'amato: in lui ho posto il mio compiacimento. Ascoltatelo».

All'udire ciò, i discepoli caddero con la faccia a terra e furono presi da grande timore. Ma Gesù si avvicinò, li toccò e disse: «Alzatevi e non temete». Alzando gli occhi non videro nessuno, se non Gesù solo.

Mentre scendevano dal monte, Gesù ordinò loro: «Non parlate a nessuno di questa visione, prima che il Figlio dell'uomo non sia risorto dai morti».

Per riflettere...



In questa seconda domenica di Quaresima Dio ci dà un segno, ci presenta nuovamente suo Figlio, anzi porta anche dei testimoni credibili: Mosè ed Elia. Sembra voler dire “non potete non capire, non potete non credere”.

Giacomo e Giovanni sono intimoriti, come lo siamo anche noi nel testimoniare la nostra fede.

E' possibile credere anche nei momenti più difficili perché Dio non ci abbandona, anzi ci illumina.

Subito dopo essere stato riconosciuto come Figlio, Gesù si avvicina ai discepoli e cammina con loro scendendo la montagna.

Madre Costanza durante la cerimonia della sua vestizione non ha accanto la sua famiglia, ma non è sola: Dio è con lei, le sue consorelle sono con lei. Questo le dà il coraggio di perseverare nella sua vocazione e di rendersi lei stessa testimone di fede. Una testimonianza fatta di azioni concrete svolte con umiltà.

E allora, proviamo anche noi nelle piccole cose ad avere il coraggio di mostrare la nostra fede senza timore di “sembrare strani” o “fuori moda”.



... Rieccomi!

Dopo 6 mesi di permanenza in convento mi hanno ritenuta idonea alla vocazione claustrale cappuccina.

Così il 18 aprile 1918 è avvenuta la mia vestizione ed è iniziato il mio noviziato.

Alla cerimonia non ha partecipato nessuno della mia famiglia e anche don Luigi è stato impossibilitato a venire. Nonostante questo mi sia umanamente dispiaciuto, ho sentito una grande calma come se Gesù mi prendesse tra le sue braccia divine.

In questa occasione mi hanno dato il nome di Costanza del Divino Maestro.

Il noviziato si è concluso l'8 maggio 1919 quando ho fatto la promessa di vivere in povertà, castità e obbedienza donandomi al mio Signore.

Il 9 maggio 1922 ho emesso la professione religiosa perpetua.

Dopo la consacrazione ho potuto partecipare più intensamente alla vita comunitaria e ho svolto le mansioni più disparate: segretaria dell'Abbadessa, addetta al guardaroba, alla cucina, al giardino e alla portineria.

Mi sono sempre resa disponibile a qualsiasi servizio fosse stato necessario per le mie amate consorelle e quello che ho amato sopra ogni cosa è stata la Santa Eucaristia.



... per riflettere:

“La Comunione deve essere il Sole della mia giornata; la fonte a cui attingo la forza per qualsiasi sacrificio; la pace in qualsiasi incontro. Gesù sacramentato è il sorriso perenne della mia vita; è l'ospite graditissimo del mio cuore che mi tiene compagnia in ogni momento. Ogni mattina, dopo averlo goduto dentro di me, devo rimanere con la fame di ritornare al suo tabernacolo e visitarlo e starmene con Lui che è l'unico Amico della mia esistenza!... Quando non potrò andarmene vicino al tabernacolo, mi ritirerò in me stessa, nel santuario del mio cuore dove inviterò il mio Gesù e mi tratterrò con Lui”.

... Uno sguardo nuovo



Attraverso: la trasfigurazione di Gesù



Raffaello Sanzio, Giulio Romano, *Trasfigurazione*, 1518-1520, Tempera grassa su tavola, 279 x 410 cm, Città del Vaticano, Pinacoteca Vaticana.

“Gesù, Giacomo, Giovanni e Pietro sono dipinti nella parte superiore della tela su di un’altura. Gli apostoli giacciono a terra confusi e spaventati dalla Trasfigurazione di Gesù che levita in alto circondato da un alone luminoso. A fianco di Cristo si trovano Mosè ed Elia. Sulla sinistra, ai bordi della collinetta, sono presenti alla visione due Santi. A destra della collina nel cielo il sole tramonta. In basso invece i nove apostoli rimasti ai piedi del Monte Tabor accolgono il ragazzo indemoniato e tentano di prestargli soccorso invano. Insieme al ragazzo ci sono anche i genitori. Il padre tenta di trattenere il ragazzo mentre la madre è inginocchiata con le spalle rivolte all’osservatore” (<https://bit.ly/3Yb7Lo7>).

Mission ~~im~~-possible:

Contemplare la trasfigurazione ci fa capire qual’è la nostra vera meta. Questa settimana pratico la gentilezza e l’accoglienza gustando l’amicizia con Gesù.

Preghiamo con la Beata Madre Maria Costanza



“Il cuore umile vede le cose nella luce, conosce il suo niente e non lo cava mai dal Tutto, dove si perde, quando l’anima ama. Veniamo, da qualunque argomento, alla conclusione che tutto consiste nell’amore; anche l’umiltà di cuore, dunque, esce spontanea, fresca, affascinante, dall’intimo affetto che senti verso Dio.”

Uno sguardo nuovo: Trasfigurati con Cristo⁷



“Il dipinto è una scena dinamica, non solo nel movimento e nell’espressività dei protagonisti che vengono messi nella rappresentazione, ma anche in un prima e in un dopo che vengono descritti nella composizione. Il quadro di Raffaello, infatti, mette insieme due diversi passi del Vangelo: quello della trasfigurazione di Cristo vera e propria e quello del giovane affetto dal *morbus lunaticus* da cui inutilmente gli apostoli provano a scacciare il demone che lo possiede. Solo Gesù, sceso dal Monte Tabor, riuscirà poi a liberarlo.”

Copia della trasfigurazione di Raffaello fatta realizzare su richiesta di Padre Ferdinando Campana, Chiesa di Valleremita, Fabriano.



“Nella parte alta, dunque, la rivelazione di Cristo nel suo “corpo nuovo” appare tra le nuvole celesti accompagnata dai due profeti Elia e Isaia. Questi ultimi ne annunciano l’arrivo tra gli uomini ai tre apostoli che siedono ai piedi della rappresentazione sopra un masso: si tratta di Giacomo, Pietro e Giovanni, i quali sono anche i rappresentanti della Fede, della Speranza e dell’Amore. A corollario, la parte alta a sinistra si completa con la presenza di due santi in preghiera, Giusto e Pastore, ai quali la cittadinanza di Narbonne, dove l’opera era destinata, è devota. Sullo sfondo a destra un mirabile paesaggio completa la composizione.”



“Nella parte inferiore del dipinto si descrive la scena con i nove altri apostoli che si accalcano intorno alla figura del fanciullo ossesso. Questi volge lo sguardo sbieco verso l’alto, impaurito, circondato dai membri della sua famiglia. Una donna inginocchiata in primo piano, il corpo quasi sinuoso nei movimenti, avvolta anch’essa da un’ angelica luminosità che la distingue, pare il tramite attraverso cui si congiungono i due lati del dipinto nella parte inferiore.”



Anonimo,
Studio per la trasfigurazione di
Raffaello, Vienna, Albertina .

“L’analisi dei disegni preparatori ha messo in evidenza come in verità le due scene siano speculari, composte entrambe da due perfetti cerchi che si incrociano geometricamente nel centro dell’opera e che, se formalmente le due scene paiono così differenti tra il sopra e il sotto, tra la simmetrica e astrattamente divina parte superiore, e la convulsa ed irregolare zona inferiore, tutto si ricompone in una perfetta armonia che si regge intorno all’asse verticale che taglia la composizione, nella direzione della rivelazione salvifica del figlio di Dio all’umanità.”

Per la **biografia** di Raffaello consultare il sito: <https://bit.ly/3IPzc2D>.

⁷ Le descrizioni delle opere di questa pagina sono tratte da: <https://bit.ly/3Y9CJxa> (ultimo accesso: 16.01.2023). 16

Blocchi di appunti per la riflessione



VEDERE:

Porre attenzione a tutto ciò che vediamo nell'opera che abbiamo di fronte: i colori, le forme, ciò che viene rappresentato, i personaggi.... Dietro ad ogni opera d'arte vi è un autore con il proprio orizzonte culturale e spirituale, con le proprie tecniche. Cerchiamo di comprendere cosa abbiamo davanti, il significato originale dell'opera, cosa proviamo noi...



SENTIRE:

Ascoltiamo il nostro cuore. Le opere d'arte parlano a noi oggi, alla nostra vita, richiamano i nostri vissuti e suscitano le nostre emozioni:

1. cosa mi colpisce di questa opera?
2. Cosa mi piace o non mi piace...?
3. E perché?
4. Possiamo inoltre chiederci cosa richiama alla nostra memoria, a cosa ci fa pensare...



CAPIRE:

Analizzare l'opera attraverso un'analisi iconografica e iconologica



MEDITARE:

Si raccolgono i significati, i messaggi, le implicazioni per la propria vita. Ci si pone con un atteggiamento contemplativo/orante davanti all'immagine:

1. cosa dice questo dipinto alla mia vita? Quale messaggio di fede mi offre?
2. Mi capita di riflettere sul senso della mia esistenza?
3. Le persone che mi circondano mi aiutano a crescere spiritualmente?
4. Sono consapevole di essere destinato a cose grandi?

Mi apro silenziosamente al dialogo con Gesù. Esprimo le mie paure, i bisogni e le debolezze.



PREGARE:

Dopo la meditazione raccogli i significati, i messaggi, le implicazioni per la vita. Quali propositi scaturiscono dall'incontro con l'opera?



“Tutta la nostra vita e felicità consistono nel contentare Lui (Dio, *n.d.r.*) e, per riuscirci, dobbiamo sorvolare su tutto, sacrificare tutto, senza calcoli e limiti, poiché Egli ci ha amato infinitamente”.

Nelle tue mani

III settimana Quaresima 2023



Preghiera: ogni ragazzo esprime un'intenzione libera. Recitiamo un Padre nostro e affidiamo questo incontro all'opera dello Spirito.

Key words: SETE

UN GIOCO A SCELTA PER INIZIARE:



LE ANFORE

I giocatori si dispongono a coppie tenendosi a braccetto a mo' di antica anfora (se siamo in numero dispari sarà il capogioco a pareggiare il conto facendo coppia con un giocatore). Ogni coppia si divide in guardia e ladro e iniziano a rincorrersi fino a quando la guardia avrà raggiunto e toccato il ladro. La presa causa l'inversione dei ruoli, chi era guardia diventa ladro e viceversa. Il ladro ha la facoltà di potersi mimetizzare tra le anfore. Per sottrarsi alla presa della guardia il ladro deve allacciarsi a un'anfora, in questo modo l'altra metà dell'anfora fuggerà trasformata in ladro. Il capogioco può disporre il cambio dei ruoli tra guardia e ladro gridando "CAMBIO" (tale comando è utile quando due giocatori la tirano per le lunghe...). **Suggerimento:** il ladro può essere un pellegrino alla disperata ricerca di acqua.



STAFFETTA DELL'ACQUA

Vince la squadra che riempie di più la propria bottiglia portando l'acqua con il proprio bicchiere bucato. Per rendere il gioco ancora più difficile si può praticare un piccolo foro anche nella bottiglia di raccolta dell'acqua.

Il campo è composto dalla zona di partenza dei giocatori, dal percorso e dalla zona dove sono presenti i catini con l'acqua. I giocatori si dividono in squadre e si mettono in fila incolonnati sulla linea di partenza (accanto alla bottiglia graduata del proprio gruppo) scegliendo l'ordine dei corridori.

Il gioco è a tempo. Al via un corridore per squadra esegue il percorso con il bicchiere in mano, arriva al catino, riempie il bicchiere, rifà il percorso al contrario, svuota il contenuto nella bottiglia graduata e dà il cambio al corridore successivo consegnandogli il bicchiere.

Il bicchiere è bucato e quindi perde lentamente il suo contenuto.

Allo scadere del tempo non si può più riempire la bottiglia e l'arbitro segna il livello raggiunto dalla squadra (cioè il volume di acqua raccolta).

Il gioco viene vinto da chi riempie maggiormente la propria bottiglia.

La parola...



Vangelo Gv 4, 5-42

In quel tempo, Gesù giunse a una città della Samaria chiamata Sicar, vicina al terreno che Giacobbe aveva dato a Giuseppe suo figlio: qui c'era un pozzo di Giacobbe. Gesù dunque, affaticato per il viaggio, sedeva presso il pozzo. Era circa mezzogiorno. Giunge una donna samaritana ad attingere acqua. Le dice Gesù: «Dammi da bere». I suoi discepoli erano andati in città a fare provvista di cibi. Allora la donna samaritana gli dice: «Come mai tu, che sei giudeo, chiedi da bere a me, che sono una donna samaritana?». I Giudei infatti non hanno rapporti con i Samaritani.

Gesù le risponde: «Se tu conoscessi il dono di Dio e chi è colui che ti dice: "Dammi da bere!", tu avresti chiesto a lui ed egli ti avrebbe dato acqua viva». Gli dice la donna: «Signore, non hai un secchio e il pozzo è profondo; da dove prendi dunque quest'acqua viva? Sei tu forse più grande del nostro padre Giacobbe, che ci diede il pozzo e ne bevve lui con i suoi figli e il suo bestiame?».

Gesù le risponde: «Chiunque beve di quest'acqua avrà di nuovo sete; ma chi berrà dell'acqua che io gli darò, non avrà più sete in eterno. Anzi, l'acqua che io gli darò diventerà in lui una sorgente d'acqua che zampilla per la vita eterna». «Signore - gli dice la donna -, dammi quest'acqua, perché io non abbia più sete e non continui a venire qui ad attingere acqua». Le dice: «Va' a chiamare tuo marito e ritorna qui». Gli risponde la donna: «Io non ho marito». Le dice Gesù: «Hai detto bene: "Io non ho marito". Infatti hai avuto cinque mariti e quello che hai ora non è tuo marito; in questo hai detto il vero».

Gli replica la donna: «Signore, vedo che tu sei un profeta! I nostri padri hanno adorato su questo monte; voi invece dite che è a Gerusalemme il luogo in cui bisogna adorare». Gesù le dice: «Credimi, donna, viene l'ora in cui né su questo monte né a Gerusalemme adorerete il Padre. Voi adorarete ciò che non conoscete, noi adoriamo ciò che conosciamo, perché la salvezza viene dai Giudei. Ma viene l'ora - ed è questa - in cui i veri adoratori adoreranno il Padre in spirito e verità: così infatti il Padre vuole che siano quelli che lo adorano. Dio è spirito, e quelli che lo adorano devono adorare in spirito e verità». Gli rispose la donna: «So che deve venire il Messia, chiamato Cristo: quando egli verrà, ci annuncerà ogni cosa». Le dice Gesù: «Sono io, che parlo con te».

In quel momento giunsero i suoi discepoli e si meravigliavano che parlasse con una donna. Nessuno tuttavia disse: «Che cosa cerchi?», o: «Di che cosa parli con lei?». La donna intanto lasciò la sua anfora, andò in città e disse alla gente: «Venite a vedere un uomo che mi ha detto tutto quello che ho fatto. Che sia lui il Cristo?». Uscirono dalla città e andavano da lui.

Intanto i discepoli lo pregavano: «Rabbi, mangia». Ma egli rispose loro: «Io ho da mangiare un cibo che voi non conoscete». E i discepoli si domandavano l'un l'altro: «Qualcuno gli ha forse portato da mangiare?». Gesù disse loro: «Il mio cibo è fare la volontà di colui che mi ha mandato e compiere la sua opera. Voi non dite forse: ancora quattro mesi e poi viene la mietitura? Ecco, io vi dico: alzate i vostri occhi e guardate i campi che già biondeggiano per la mietitura. Chi miete riceve il salario e raccoglie frutto per la vita eterna, perché chi semina gioisca insieme a chi miete. In questo infatti si dimostra vero il proverbio: uno semina e l'altro miete. Io vi ho mandati a mietere ciò per cui non avete faticato; altri hanno faticato e voi siete subentrati nella loro fatica».

Molti Samaritani di quella città credettero in lui per la parola della donna, che testimoniava: «Mi ha detto tutto quello che ho fatto». E quando i Samaritani giunsero da lui, lo pregavano di rimanere da loro ed egli rimase là due giorni. Molti di più credettero per la sua parola e alla donna dicevano: «Non è più per i tuoi discorsi che noi crediamo, ma perché noi stessi abbiamo udito e sappiamo che questi è veramente il salvatore del mondo».

Per riflettere...

In questa domenica di Quaresima l'invito è all'accoglienza. Gesù parla con la Samaritana, senza giudicare. Madre Costanza accoglie, si prende cura e insegna con umiltà alle ragazze che bussano al suo convento.

Proviamo anche noi a essere disponibili verso chi ci è accanto con pazienza e semplicità.



... Rieccomi!

Una delle mansioni che mi hanno assegnato è stata quella di “Maestra delle novizie”, forse perché prima di farmi monaca mi sono diplomata maestra. Era il 1927 e io avevo appena 31 anni. Per questo motivo hanno iniziato a chiamarmi Madre come si fa con l’Abbadessa e la Vicaria.

Durante questi 9 anni di servizio ho conosciuto tante ragazze che chiedevano di essere accolte in monastero. Ho cercato di prendermi cura di loro, di permettere a ognuna di crescere secondo il disegno di Dio, di correggerle con tenerezza e dare loro qualche consiglio.

Ho cercato di insegnare quello che avevo capito e cioè che essere umili significa una cosa semplicissima: avere gli stessi sentimenti che furono in Cristo Gesù ossia comportarsi come Lui.

Ho capito che il miglior simbolo dell’umiltà è l’acqua perché in qualunque posizione si trovi tende sempre a scendere e occupare il posto più basso.



... per riflettere:

Madre Costanza alle novizie: “Cominciate la mattinata a proporvi d’essere amabili, sorridenti, piene di gioia e poi vincete, con generosità, ogni senso di asprezza, d’indifferenza, di freddezza fra voi. Abitatevi a non essere mai come vi sentite ma come vi vuole il Signore, superando le inclinazioni; dovete, però, giungere a volervi bene non per dovere di riflessione, ma per un bisogno del cuore. Vogliate bene al Signore tanto tanto e vi vorrete bene anche fra voi. E soprattutto, riprendete sempre da capo con lena e confidate nel Signore che vi vuole bene e raccoglie con compiacenza ogni atto della vostra buona volontà”.

... Uno sguardo nuovo



Attraverso: l'incontro con Gesù



I protagonisti della scena sono Gesù e la samaritana che si trovano a sinistra di questo affresco purtroppo danneggiato.

Della donna resta solo parte del volto, mentre la figura di Cristo è appoggiata al pozzo e pronuncia le parole "M(u)lier).DA.M (ih)I.BIBERE".

Allegretto Nuzi, *Incontro di Gesù al pozzo con la Samaritana*, affresco, particolare, Fabriano, sagrestia Santa Lucia Novella.

Mission ~~im~~-possible:

Ognuno di noi ha il proprio pozzo intimo a cui attingere acqua, ma Gesù ci propone un'acqua nuova che ci fa rinascere. Questa settimana cerchiamo di essere testimoni di Gesù verso i nostri compagni, amici e verso la nostra famiglia. Cerchiamo di essere come la Samaritana che ha attinto l'acqua che estingue ogni sete ed è corsa ad annunciarlo a tutti.

Preghiamo con la Beata Madre Maria Costanza



"Sì, amiamo, amiamo di più, attualmente, più vivamente. Viviamo tutta la nostra vita in ogni momento; che ogni momento abbia tratto il nostro cuore, la nostra offerta, il nostro amore. Non vi deve essere un istante di sosta, di riposo, di abbassamento: il termometro deve sempre segnare il massimo di ciò che possiamo dare e allora arriveremo a consumarci per Lui!"

Uno sguardo nuovo:



...solo l'amore di Dio, la sua Parola e il suo Spirito
potranno dissetarci



Allegretto Nuzi, *Incontro di Gesù al pozzo con la Samaritana*, affresco, particolare, Fabriano, sagrestia Santa Lucia Novella.

Al seguito di Gesù ci sono due apostoli, il più giovane sorregge una cesta di vimini e indica al più anziano l'incontro che sta avvenendo presso il pozzo di Giacobbe. Quest'ultimo, raffigurato di profilo, ha con sé una bisaccia legata a un bastone e, in un muto dialogo con l'altro compagno, manifesta la sorpresa per l'avvenimento in corso, proprio come descritto nel Vangelo di Giovanni. L'episodio si conclude sulla destra dove si intravede la parte posteriore di un animale: un cavallo o forse un asino. L'inedita composizione di Allegretto si trova nella sagrestia della Chiesa di Santa Lucia Novella di Fabriano (attualmente non accessibile al pubblico) al di sotto della *Crocifissione*. La scena colpisce per l'efficacia della narrazione basata sull'eloquenza delle pose e dei gesti dei protagonisti. Da notare l'attenzione di Allegretto nel rispecchiare la realtà come ad esempio la struttura a cui è collegata la carrucola del pozzo, la cesta realizzata con grande minuzia nel restituire la materialità del vimine, o la sacca di stoffa dell'altro apostolo, un bellissimo panno bianco decorato con motivi e intrecci rossi, rigonfia di oggetti legati al bastone da un sapiente gioco di nodi.⁸

Biografia

Allegretto Nuzi, Fabriano, 1315/20 ca - 1373. Dopo aver soggiornato in Toscana, lavorò stabilmente a Fabriano dal 1347 al 1373, anno della sua morte. Grazie alla sua opera, la pittura popolare marchigiana ha potuto arricchirsi di nuovi influssi fiorentini e senesi. Nella sua città dipinse opere di diverso genere: altaroli, polittici, cicli affrescati. Il pittore fabrianese ebbe una grande notorietà grazie ai fondi oro per non parlare dei tessuti operati con fantasie di uccelli e tartarughe.⁹

⁸ Cfr. A. Latini, Fabriano, Santa Lucia Novella (*alias* San Domenico), in *Allegretto Nuzi e il '300 a Fabriano. Oro e colore nel cuore dell'Appennino*, catalogo della mostra (Fabriano, Pinacoteca Civica B. Molajoli, 14 ottobre 2021 - 30 gennaio 2022), a cura di A. De Marchi, M. Mazzalupi, Cinisello Balsamo 2021, 245.

⁹ Cfr. «[Allegretto Nuzi](https://bit.ly/3jk9B7B)», in *Enciclopedia Treccani*, <https://bit.ly/3jk9B7B> (ultimo accesso 08.02.2023).

Blocchi di appunti per la riflessione



VEDERE:

Porre attenzione a tutto ciò che vediamo nell'opera che abbiamo di fronte: i colori, le forme, ciò che viene rappresentato, i personaggi.... Dietro ad ogni opera d'arte vi è un autore con il proprio orizzonte culturale e spirituale, con le proprie tecniche. Cerchiamo di comprendere cosa abbiamo davanti, il significato originale dell'opera, cosa proviamo noi...



SENTIRE:

Ascoltiamo il nostro cuore. Le opere d'arte parlano a noi oggi, alla nostra vita, richiamano i nostri vissuti e suscitano le nostre emozioni:

1. cosa mi colpisce di questa opera?
2. Cosa mi piace o non mi piace...?
3. E perché?
4. Possiamo inoltre chiederci cosa richiama alla nostra memoria, a cosa ci fa pensare...



CAPIRE:

Analizzare l'opera attraverso un'analisi iconografica e iconologica



MEDITARE:

Si raccolgono i significati, i messaggi, le implicazioni per la propria vita. Ci si pone con un atteggiamento contemplativo/orante davanti all'immagine:

1. cosa dice questo dipinto alla mia vita?
2. Quale messaggio di fede mi offre?
3. Ti è mai capitato di fare un incontro speciale che ti ha colpito profondamente?

Mi apro al dialogo con Gesù. Esprimo le mie paure, i bisogni e le debolezze.



PREGARE:

Dopo la meditazione raccogli i significati, i messaggi, le implicazioni per la vita. Quali propositi scaturiscono dall'incontro con l'opera?



“Sii felice, sii felice, ché la nostra felicità è un atto di fede nell'amore di Dio per noi. Anche lo sforzo si deve fare con meno sforzo possibile, dissimulando a noi stesse la difficoltà e affidandola con tanta confidenza a Lui che ci ama. Credi, credi nell'amore”.