



AZIONE
CATTOLICA
ITALIANA
PRESIDENZA NAZIONALE

ALLENATI alla **Pa**ce

MESE della PACE
2023

MESE della PACE
2023

INDICE

Introduzione..... P. 3

Parte prima

ALLENATI ALLA PACE

“...e li inviò a due a due” (Mt 18, 14)

Momento di preghiera e spiritualità P. 5

“Lo sport è un alleato formidabile nel costruire la pace”

Le parole di Papa Francesco. P. 9

Parte seconda

L'INIZIATIVA DI PACE 2022

Allenati alla pace. Lo slogan P. 13

Il **PROGETTO di PACE 2023** | CSI PER IL MONDO P. 14

Il **GADGET 2023** | Il pallone di “Allenati alla Pace” P. 19

Parte terza

IL CAMMINO PER IL MESE DELLA PACE 2023

per i Bambini e i Ragazzi

Piccolissimi | 6-8 | 9-11 | 12-14 P. 20

per i Giovanissimi e Giovani P. 26

per gli Adulti P. 31

INTRODUZIONE

Tutti noi, in qualsiasi ruolo, abbiamo il dovere di essere uomini di pace.

Papa Francesco
nell'Introduzione al libro
"Un'enciclica sulla pace in Ucraina"

Dopo il periodo terribile della pandemia, proprio mentre ci si apprestava, non senza difficoltà e tragedie, ad uscire dalla sua fase più drammatica, l'umanità si è ritrovata una volta di più straziata dall'orrore della guerra.

Sgomenti di fronte all'invasione russa dell'Ucraina, che ha riportato la guerra anche nel cuore dell'Europa e ci scuote nel profondo, continuiamo a guardare con profonda inquietudine e preoccupazione i tanti fronti di guerra sparsi nel mondo intero, molti dei quali sconosciuti e colpevolmente dimenticati dai mezzi di informazione e, non di rado, anche da noi stessi.

È in questo momento di grandi paure e profondo dolore che ci prepariamo a celebrare nelle vite delle nostre comunità il Mese della Pace. E sentiamo ancora più necessario e urgente "scendere in campo" e mettere "in gioco" tutto noi stessi senza risparmio perché la pace è possibile con l'incessante impegno di donne e uomini di buona volontà che se ne prendono cura nel quotidiano. Solo in questo modo "Allenati alla pace" non resterà uno slogan che definisce un momento circoscritto del nostro cammino, ma, come ci ricorda papa Francesco, un dovere di tutti qualsiasi sia il ruolo che ci è affidato. La pace, infatti, non può essere costruita dal gioco del singolo, ma necessita degli sforzi di tutti perché possa essere vissuta e realizzata. Ogni allenamento richiede costanza e dedizione e per essere squadra è necessario allenarsi all'accoglienza e al rispetto dell'altro, mettendo in gioco le proprie qualità e fragilità allo stesso tempo. Nel contesto di un accorato invito a mettere la

nostra vita al servizio dell'opera di Dio, le parole di san Paolo, "gareggiate nello stimarvi a vicenda" (Rm 12,10), ci interpellano ad essere promotori di una nuova civiltà che sappia incoraggiare ciascuno a costruire una fraternità solidale. Nessuno può restare ai margini del campo da gioco, nessuno può restare indifferente alla sofferenza dell'altro, nessuno è legittimato a voltare lo sguardo dall'altra parte, al contrario ciascuno è titolare in questa partita nella quale è in gioco la sorte dell'umanità perché con la guerra siamo tutti sconfitti.

Spesso sono i più piccoli, i più giovani e i più fragili a pagare il prezzo più alto di questa sconfitta e per questo abbiamo deciso di sostenere il progetto Csi per il mondo volto a promuovere esperienze di volontariato sportivo internazionale nelle periferie del pianeta. "Allenati alla pace" vuole essere un piccolo ma concreto aiuto da parte di tutte le associazioni territoriali alla realizzazione di percorsi educativi dove allenatori, bambini e ragazzi potranno stringere relazioni con i fratelli, aprirsi a se stessi e agli altri, essere protagonisti di esperienze aggregative con le quali curare e rimarginare le ferite delle loro esistenze, sperimentare l'accoglienza e l'inclusione giocando la partita più importante: educare la vita attraverso lo sport, uno sport davvero per tutti.

La Presidenza Nazionale dell'Azione Cattolica Italiana

MOMENTO DI PREGHIERA E SPIRITUALITÀ

...e li inviò a due a due

(Lc 10, 1-9)

Il Mese della Pace ricorda, ogni anno, a tutta l'Associazione che la Pace è dono e impegno. Siamo chiamati a vivere nella Pace per essere missionari sulle vie della nostra storia e diventare operatori della Pace. Lo Spirito di Dio continuerà a condurci proprio lì dov'è necessario riscoprire un nuovo modo di vivere le nostre relazioni, più fraterno e solidale.

Canto

C. Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo.

T. Amen.

C. Il Signore Gesù che guida i nostri cuori sulla via della pace sia con tutti voi.

T. E con il tuo spirito.

C. O Dio, che nella luce del tuo Spirito guidi il cuore dei credenti alla conoscenza piena della verità, rinnova anche oggi nel nostro intimo i prodigi della tua bontà affinché si diffondano sino ai confini della terra i doni del tuo santo Spirito. Per Cristo nostro Signore.

T. Amen.

Alla finestra della speranza, don Tonino Bello

L 1. Occorre, forse, una rivoluzione di mentalità per capire che la pace non è un «dato», ma una conquista. Non un bene di consumo, ma il prodotto di un impegno. Non un nastro di partenza, ma uno striscione di arrivo.

La pace richiede lotta, sofferenza, tenacia. Esige alti costi di incomprendimento e di sacrificio. Rifiuta la tentazione del godimento. Non tollera atteggiamenti sedentari. Non annulla la conflittualità. Non ha molto da spartire con la banale «vita pacifica». Non elide i contrasti. Espone al rischio di ingenerosi ostracismi. Postula la radicale disponibilità a «perdere la pace» per poterla raggiungere.

L 2. Dal deserto fino al monte Calvario (salvo una piccola sosta sulla cima del Tabor), la pace passa attraverso tutte le strade scoscese della Terra Santa. E quando arriva ai primi tornanti del Calvario, non cerca deviazioni di comodo, ma vi si inerpica fino alla croce. Sì, la pace, prima che traguardo, è cammino. E per giunta, cammino in salita. Vuol dire, allora, che ha le sue tabelle di marcia e i suoi ritmi. I suoi percorsi preferenziali e i suoi tempi tecnici. I suoi rallentamenti e le sue accelerazioni. Forse anche le sue soste.

L 3. Se è così, occorrono attese pazienti.

E sarà beato, perché operatore di pace, non chi pretende di trovarsi all'arrivo senza essere mai partito. Ma chi parte. Col miraggio di una sosta sempre gioiosamente intravista, anche se mai (su questa terra, s'intende) pienamente raggiunta.

Dal vangelo secondo Luca (10, 1-9)

Dopo questi fatti il Signore designò altri settantadue e li inviò a due a due davanti a sé in ogni città e luogo dove stava per recarsi. Diceva loro: «La messe

è abbondante, ma sono pochi gli operai! Pregate dunque il signore della messe, perché mandi operai nella sua messe! Andate: ecco, vi mando come agnelli in mezzo a lupi; non portate borsa, né sacca, né sandali e non fermatevi a salutare nessuno lungo la strada. In qualunque casa entriate, prima dite: "Pace a questa casa!". Se vi sarà un figlio della pace, la vostra pace scenderà su di lui, altrimenti ritornerà su di voi. Restate in quella casa, mangiando e bevendo di quello che hanno, perché chi lavora ha diritto alla sua ricompensa. Non passate da una casa all'altra. Quando entrerete in una città e vi accoglieranno, mangiate quello che vi sarà offerto, guarite i malati che vi si trovano, e dite loro: "È vicino a voi il regno di Dio"».

Per riflettere

In compagnia dei fratelli

Lì dove c'è la Chiesa, lì c'è Cristo; e dove c'è Cristo si ha l'opportunità di vivere la propria vita con un stile davvero evangelico. Il dono della fraternità, che Dio continua ad elargire con abbondanza in mezzo agli uomini e alle donne di buona volontà, è la testimonianza più efficace della Sua misericordia. Solo riconoscendoci figli amati - attraverso il volto dei fratelli - possiamo abitare con verità le relazioni che accompagnano il nostro cammino terreno.

È la fede nel Signore Gesù, che ci ha chiamati per nome, a permetterci di accogliere l'altro nella sua unicità, di custodirlo valorizzando il meglio che abita in lui.

In questa bella compagnia c'è posto per tutti, nessuno viene escluso, nessuno che realmente apra il proprio cuore al progetto con il quale Dio desidera realizzare la nostra felicità.

Missionari nel mondo

La chiamata si realizza sempre in una missione, in un modo specifico di amare e di farsi dono nell'incontro con l'altro. È questo il tempo in cui portare nel

campo del mondo la nostra mitezza e la nostra capacità di raccogliere tutto il bene che Dio continua a seminare lungo i solchi di una terra assetata di giustizia e di pace. Tutto ciò che sta nella possibilità di ciascuno realizza il bene per tutti e porta frutti in abbondanza.

La Parola che diffondiamo riempie di profumo tutte quelle relazioni che viviamo in comunità, in famiglia, in ogni ambito del nostro vissuto; ed è così che ci si sente davvero a 'casa': proprio nel cuore di Dio. È Lui che ci mette insieme e ci dà la serenità di riconoscerci piccoli fratelli e sorelle che hanno la gioia di condividere se stessi.

La fatica del cammino si tramuterà nella gioia di un incontro che lascia il segno nella nostra vita e ci insegna a saper attendere le prime luci dell'alba per allontanare tutto il male che ci impaurisce e ci immobilizza.

Per costruire il regno di Dio

È l'amore che esprime nella sua interezza il regno di Dio: un amore che dona se stesso per annientare il potere dell'egoismo. Per questo siamo chiamati a vivere un amore che sappia farsi 'povero' per riscoprire ciò che è essenziale, mettere in grado l'altro di accogliere la nostra parola e dare il giusto valore a tutto ciò che ci viene donato. Come Gesù, poniamoci in ascolto delle speranze di ogni uomo e con gratuità sperimentiamo processi in cui si mette al centro la storia di ogni persona. La missione si farà servizio d'amore per Dio e per tutti gli uomini.

Solo così possiamo far spazio ai poveri e agli ultimi, rigettare ogni ingiustizia e accogliere l'altro perché nostro fratello, nostra sorella.

Vivere da fratelli per costruire il regno di Dio: questa è la vera pace. Allora daremo compimento ad una nuova comunità in cui dimora la pace e si condivide, alla stessa mensa, la vita e la gioia.

Padre nostro

Preghiera cristiana ecumenica (Papa Francesco)

Dio nostro, Trinità d'amore,
dalla potente comunione della tua intimità divina
effondi in mezzo a noi il fiume dell'amore fraterno.
Donaci l'amore che traspariva nei gesti di Gesù,
nella sua famiglia di Nazaret e nella prima comunità cristiana.
Concedi a noi cristiani di vivere il Vangelo
e di riconoscere Cristo in ogni essere umano,
per vederlo crocifisso nelle angosce degli abbandonati
e dei dimenticati di questo mondo
e risorto in ogni fratello che si rialza in piedi.
Vieni, Spirito Santo! Mostraci la tua bellezza
riflessa in tutti i popoli della terra,
per scoprire che tutti sono importanti,
che tutti sono necessari, che sono volti differenti
della stessa umanità amata da Dio. Amen.

C. Il Signore vi benedica e vi custodisca,
vi mostri il suo volto e abbia misericordia di voi,
Rivolga verso di voi il suo sguardo e vi dia pace.

T. Amen.

Canto

LE PAROLE DI PAPA FRANCESCO

*Lo sport è un alleato
formidabile nel
costruire la pace*

Lo sport è un alleato formidabile nel costruire la pace.

La guerra si è preparata da tempo con grandi investimenti e commerci d'armi ed è triste vedere come l'entusiasmo per la pace sorto dopo la seconda guerra mondiale sia negli ultimi decenni affievolito

Papa Francesco in occasione
del viaggio apostolico a Malta, 2 aprile 2022

Negli ultimi mesi i riflettori sugli scenari di guerra si sono prepotentemente riaccesi. Quei conflitti, che per molto tempo sono sembrati addormentati sotto una coltre fuligginosa di interessi e disformazione, hanno trovato nuovo vigore con il conflitto Russo-Ucraino. L'equilibrio mondiale già scricchiolante ha subito un duro colpo. Instancabilmente il Santo Padre da anni pone l'attenzione sul tema, e nella Fratelli tutti scriveva

Ogni guerra lascia il mondo peggiore di come lo ha trovato. La guerra è un fallimento della politica e dell'umanità, una resa vergognosa, una sconfitta di fronte alle forze del male. Non fermiamoci su discussioni

teoriche, prendiamo contatto con le ferite, tocchiamo la carne di chi subisce i danni. Rivolgiamo lo sguardo a tanti civili massacrati come "danni collaterali". Domandiamo alle vittime. Prestiamo attenzione ai profughi, a quanti hanno subito le radiazioni atomiche o gli attacchi chimici, alle donne che hanno perso i figli, ai bambini mutilati o privati della loro infanzia. Consideriamo la verità di queste vittime della violenza, guardiamo la realtà coi loro occhi e ascoltiamo i loro racconti col cuore aperto. Così potremo riconoscere l'abisso del male nel cuore della guerra e non ci turberà il fatto che ci trattino come ingenui perché abbiamo scelto la pace. (Fratelli tutti, 261)

Scegliere la pace, non è da tutti, farlo senza condizioni è molto difficile. Le parole del Papa ci esortano non solo a riconoscere il male che compie la guerra ma a pensare alle cause che a essa ci conducono. La condizione fondamentale per aprire spiragli di pace è farsi prossimi alle vittime collaterali, ai profughi, ancora scegliendo la pace sociale, l'accoglienza e il soccorso. La guerra emargina, recide connessioni sociali che difficilmente nel tempo possono essere riannodate senza fatica. In occasione dell'udienza ai partecipanti al Convegno Internazionale "Sport for all. Cohesive, Accessible and Tailored to each person" - Summit internazionale di presentazione della Dichiarazione sullo sport, organizzato dal Dicastero per i Laici, la Famiglia e la Vita, insieme al Dicastero per la Cultura e l'Educazione, Papa Francesco ha ricordato come lo sport e i suoi valori rappresentino un formidabile messaggio per i costruttori di pace

Lo sport può essere simbolo di unità per una società, un'esperienza di integrazione, un esempio di coesione e un messaggio di concordia e di pace. Oggi abbiamo tanto bisogno di una pedagogia di pace, di far crescere una cultura di pace, a partire dalle relazioni interpersonali quotidiane per arrivare a quelle tra i popoli e le nazioni. Se il mondo

dello sport trasmette unità e coesione può diventare un alleato formidabile nel costruire la pace.

C'è in gioco la Pace

Lo sport è generatore di comunità, accoglie e sostiene, fa rete e diventa laboratorio di integrazione. Gli sportivi possono essere modello di integrazione, siano essi professionisti o amatori. Lo sport rimane sempre e comunque un gioco e come tale ci ricorda il Papa che **la dimensione del gioco è fondamentale, soprattutto per i più giovani: dà gioia, crea socialità e fa nascere amicizie, e nello stesso tempo è formativa. Grazie allo sport si possono stabilire relazioni forti e durature. Lo sport è un generatore di comunità.**

Lo sport che si fa gioco, rifiuta l'individualismo diventa crescita personale e condivisione. Intervenendo all'incontro promosso dal centro sportivo italiano in Piazza San Pietro il Santo Padre in uno dei passaggi tra i più significativi augura ai presenti **di sentire il gusto, la bellezza del gioco di squadra, che è molto importante per la vita. No all'individualismo! No a fare il gioco per se stessi.**

che tutti giochino, non solo i più bravi, ma tutti, con i pregi e i limiti che ognuno ha, anzi, privilegiando i più svantaggiati, come faceva Gesù. E vi incoraggio a portare avanti il vostro impegno attraverso lo sport con i ragazzi delle periferie delle città: insieme con i palloni per giocare potete dare anche ragioni di speranza e di fiducia.

L'abitudine a giocare con gli altri abbatte le barriere sociali, etniche e territoriali. L'abitudine al coinvolgimento è una sorta di orizzonte missionario di cui ogni sportivo, ogni persona, può essere parte attiva. Attraverso lo sport, dunque, si realizzano quelli che nella Fratelli tutti Papa Francesco chiama **processi di incontro, processi che possano costruire un popolo capace di raccogliere le differenze. Armiamo i nostri figli con le armi del dialogo! Insegniamo loro la buona battaglia dell'incontro!**

L'unica battaglia da compiere è la buona battaglia dell'incontro, la battaglia in

cui l'unico vincitore è il dialogo e dove vengono sconfitte **paure ancestrali** (FT, 27). L'avversario individuato come colui che è fuori dal mio mondo, dalla mia squadra, diventa compagno di squadra, prossimo, amico. La cultura che alza i muri, che separa e rassicura non è la cultura della cura e dell'accoglienza. La spinta di un mondo sempre più globalizzato ma paradossalmente più diviso e diseguale, obbliga a immaginare **percorsi di pace che conducano a rimarginare le ferite, c'è bisogno di artigiani di pace disposti ad avviare processi di guarigione e di rinnovato incontro con ingegno e audacia.** (FT, 225)

IL MESE DELLA PACE 2023



“Allenati alla pace”. Il titolo scelto per il Mese della Pace di quest’anno (come accade ogni anno) non è soltanto uno slogan, ma una consapevolezza vissuta da un lato e un preciso impegno dall’altro, che ragazzi, giovani e adulti di Ac intendono assumersi nel proprio percorso di laici impegnati dentro le comunità delle quali sono parte.

Essere allenati alla pace significa vivere pienamente, da protagonisti, la vita delle proprie comunità, provando ad essere instancabili costruttori di ponti, tessitori di alleanze generative, capaci di rendere fecondo quello stile associativo che ci insegna a fare della fraternità e della sinodalità le cifre distintive del nostro essere cristiani nel mondo.

Allenarsi alla pace significa continuare su questa strada, consapevoli del fatto che la realtà intorno a noi pone domande sempre nuove e le persone che la abitano hanno bisogni e desideri che devono essere ogni giorno accolti e fatti propri rinunciando alla strategia per puntare sulla tattica. Non affannarsi a programmare ogni cosa rischiando di perdere di vista le persone che siamo chiamati ad incontrare, provando invece ad impegnarci per imparare a incontrarle e accoglierle sempre di più e sempre meglio ogni giorno, lì dove viviamo.

IL PROGETTO DI PACE 2023 CSI per il mondo


il **csi** per il **mondo**
Volontariato Sportivo Internazionale





L'iniziativa di Pace 2023 "Allenati alla Pace" sosterrà attraverso l'acquisto del Gadget una particolare sezione del CSI: **CSI per il Mondo**.

Se tutti siamo a conoscenza di quello che il CSI rappresenta per il mondo sportivo italiano e per la stretta familiarità con l'azione cattolica, "CSI per il mondo" si colloca in un progetto di volontariato internazionale che rappresenta una bella novità per le associazioni sportive italiane.

Il concetto cardine che ha ispirato "CSI per il mondo" va ricercato nella possibilità di creare una filiera di volontariato sportivo internazionale, che dia la possibilità a giovani delle società sportive e degli oratori, di partire in missione per 3 settimane all'anno e vivere un'esperienza di volontariato sportivo internazionale nelle periferie del mondo.

Partire con "CSI per Mondo" regala la possibilità ai volontari di sviluppare un sguardo nuovo sulla vita e sul mondo e consente un interscambio proficuo con i volontari locali. Una delle finalità del progetto è formare giovani dei paesi ospitanti, abilitandoli a ruoli di allenatore, dirigente sportivo, arbitro o educatore sportivo.

Le finalità del progetto però non si fermano a una sola formazione di ambito sportivo, in quanto investono nella totalità i soggetti coinvolti. **La progettualità messa in campo e la cura particolare delle relazioni innesca una dinamica di crescita personale e sociale al di là dello sport.**



La formazione di questi giovani permette di evitare che la presenza di “CSI per il Mondo” sia episodica e sporadica. I giovani dirigenti formati e accompagnati per qualche tempo porteranno avanti le attività quotidianamente per tutto l’anno. Questo passaggio frequentemente ratifica la nascita di un CSI locale come è accaduto in Camerun e Haiti.

Le società costituite formano una rete di società sportive d’oratorio gemellate tra loro e provenienti da vari paesi del mondo. Per questa finalità si è costituito il “club società sportive” CSI per il mondo” a cui oggi aderiscono 30 società sportive che si prenderanno cura di altrettante realtà in giro per il mondo. I primi gemellaggi sono stati tra le società sportive Linea Verde di

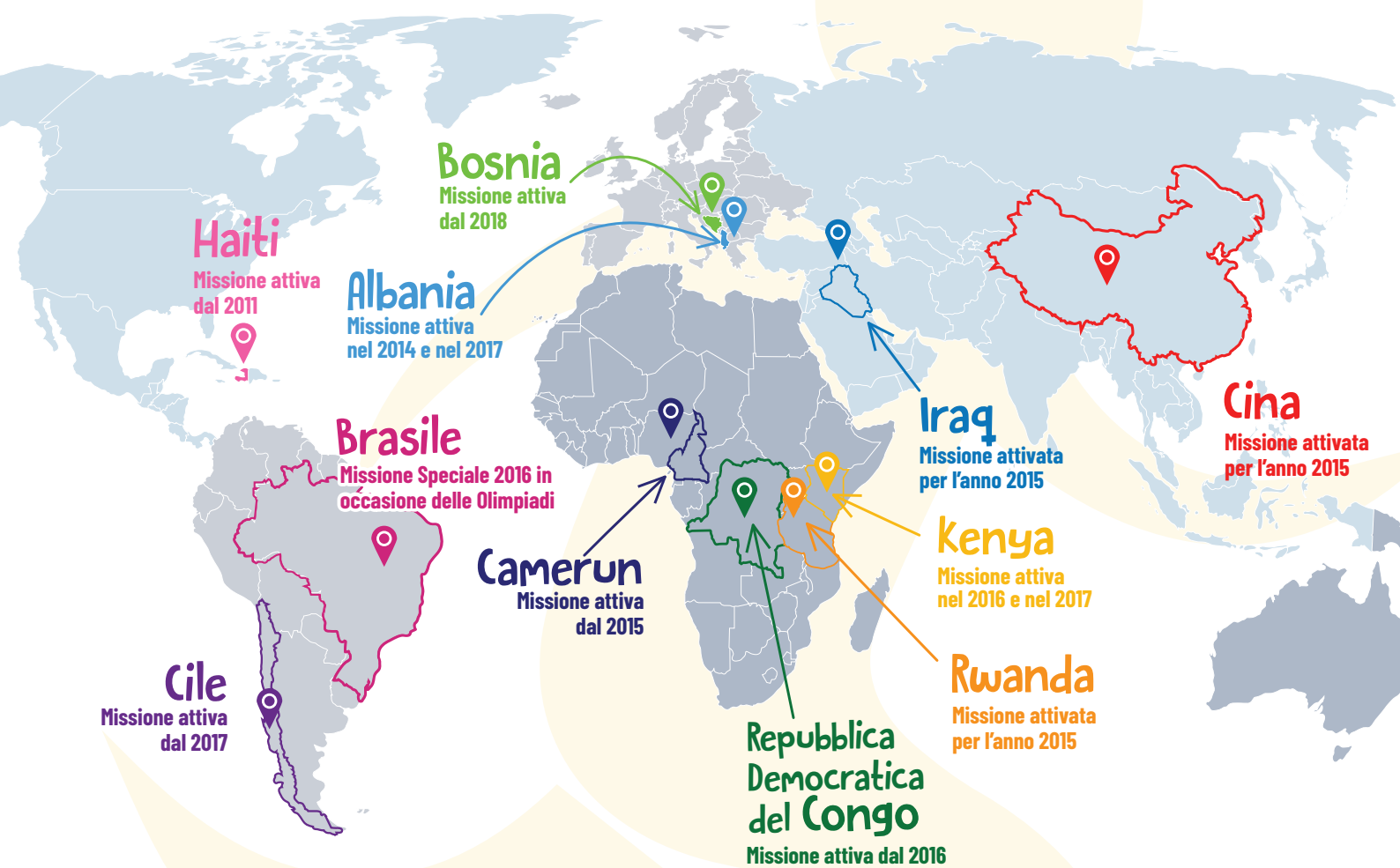
Cormano e Santa Cecilia di Milano con la realtà di Ambalakilonga in Madagascar. Il gemellaggio che non è a distanza si attiva con una visita della società sportiva nella realtà gemellata, in modo che le persone possano conoscersi e incontrarsi dal vivo, in una cooperazione da subito produttiva. Possono partire per il volontariato internazionale tutte le persone che hanno compiuto 18 anni, provenienti da tutta Italia e dopo aver frequentato un corso di formazione di 3 weekend residenziali prima della partenza.

Ogni presenza di "CSI per il Mondo" nei vari Paesi è in collaborazione con un partner locale che ha progetti significativi e permanenti in quel Paese. In modo particolare:

- ▶ Camerun: COE (Centro Orientamento Educativo) di Barzio e Conferenza Episcopale Camerunense
- ▶ Haiti: ASCS (Padri Scalabriniani)
- ▶ Repubblica Democratica del Congo: Padri Saveriani e Diocesi Locale
- ▶ Cile: Associazione Realmonte (Università Cattolica del Sacro Cuore)
- ▶ Bangladesh: Pime
- ▶ Perù: Diocesi di Milano
- ▶ Repubblica Dominicana: Associazione Giovanni XXIII
- ▶ Madagascar: ESF (Educatori Senza Frontiere) di Exodus



LE MISSIONI NEL MONDO



9 anni
di attività

4
continenti

11
paesi

378.000
kilometri circa

IL GADGET 2023



PREZZO

Fino a 100 pezzi > **6 €** / cad

Oltre i 100 pezzi > **5,5 €** / cad



Per ordinare il pallone è necessario compilare il modulo d'ordine on line in ogni sua parte. Per tutte le informazioni e per procedere all'ordine consulta il sito **azionecattolica.it** o scrivi a **pace@azionecattolica.it**

Il saldo del versamento va effettuato entro il **30 aprile 2023**. Le spese di spedizione sono a carico delle singole diocesi. Nel pacco verrà inserito un prospetto con l'indicazione dell'importo da versare, comprensivo delle spese di spedizione, e delle modalità di versamento (conto corrente postale o bonifico bancario).



IL CAMMINO DEL MESE DELLA PACE

La festa della Pace nelle nostre associazioni parrocchiali e diocesane è l'approdo di un percorso che accompagna bambini, ragazzi, giovani e adulti in una riflessione ampia che prova a tradurre e declinare l'impegno per la pace a misura delle varie età.

Nelle prossime pagine riportiamo alcune attività che possono accompagnare questo tempo di discernimento e impegno integrando gli itinerari formativi ordinari e conferendogli un'ulteriore spinta missionaria.

PICCOLISSIMI

CAMPIONI DI PACE

— cfr. guida d'arco pp. 84-85

Prendendo spunto dall'attività in preparazione alla Festa della Pace, i bambini si confrontano con vari "Campioni di pace", scoprendo i gesti di pace che hanno compiuto e in cui anche loro possono allenarsi, per diventare dei veri campioni. Non è necessario presentare tutte le 8 figure ai ragazzi, ma si possono selezionare quelle che si ritiene siano più adatte e più a misura per quello specifico gruppo, così come se ne possono anche scegliere di nuove, pur rispettando il criterio di coloro che, anche grazie allo sport, si sono distinti in atteggiamenti di pace che hanno portato a un cambiamento. I campioni così

scelti vengono svelati uno alla volta, unendo al racconto degli educatori, quando possibile, immagini, video e oggetti caratteristici di quegli sport e persone, proprio come avviene nei musei delle squadre sportive dove spesso ci sono angoli o pareti intere con cimeli e immagini di quel particolare campione che si è rivelato così importante per il club. Dopo aver conosciuto i vari campioni, ciascun bambino riceve l'album dei Campioni di pace, in cui sono stampate le foto dei testimoni appena conosciuti e accanto a ciascuna di esse è presente un rettangolo bianco, su cui ognuno può disegnare il gesto o atteggiamento di pace compiuti dal campione che più l'ha colpito.

In aggiunta ogni bambino può scegliere una singola figurina di un campione, stampata su metà A4, e disegnare sull'altra metà un gesto di pace o un episodio della sua storia, per poi donarlo a qualcuno che vuole invitare ad allenarsi con lui in occasione della Festa della Pace.

ACR
6-8 anni

GUERRA E PACE

I bambini vengono divisi in sottogruppi, si dispongono in cerchio e al centro del cerchio vengono posti due cartelloni con le scritte "guerra" e "pace". A turno i bambini scrivono sul cartellone di riferimento più parole possibili che collegano a questi concetti. Al termine del brainstorming i bambini leggono le parole emerse, ponendo attenzione a quelle che si ripetono, quelle più interessanti, quelle in contrasto tra loro. Ogni gruppo prova a creare una definizione dei due concetti: guerra e pace. Per la definizione possono essere usate, oltre alle parole, anche immagini, disegni o quanto di più creativo venga in mente ai bambini.

MEMORY DELLA PACE

I bambini vengono divisi in piccoli sottogruppi, si dispongono in cerchio e al centro vengono posti dei cartoncini formato A4 capovolti. Le regole sono

quelle del classico memory.

Gli educatori avranno precedentemente preparato dei cartoncini con la parola pace e con l'immagine di riferimento (esempio: stretta di mano – scusa; donare un fiore – gentilezza ecc.). Le immagini possono essere poi colorate dai bambini.

Si capovolgono le carte e bisogna cercare di formare coppie di carte con la parola e l'immagine correlata.

NOTIZIE DAL MONDO

Ai bambini viene proposto un video di un telegiornale dove sono annunciate delle cattive notizie e delle buone notizie, in ordine sparso. I bambini hanno ricevuto due emoticon (sorriso e tristezza) e alla fine di ogni notizia devono attaccare su un cartellone l'emoticon corrispondente alla notizia vista e ascoltata – secondo ciascuno di loro. Successivamente viene proposto loro di inventare una notizia e annunciarla nella televisione costruita con una grande scatola. Qui si alterneranno come presentatori di buone e cattive notizie.

ACR
9-11 anni

Nel Mese della Pace i ragazzi riflettono sul fatto di non poter bastare a sè stessi, si accorgono del fatto che allenarsi da soli non porta ad un miglioramento significativo: solo attraverso il confronto con gli altri si riesce a maturare come squadra. Una squadra che gioca bene, che ha un buon gioco, è una squadra unita, con giocatori che si sostengono a vicenda e che si rispettano l'un l'altro riconoscendo le ricchezze e le debolezze dei compagni (attività di studio). Lo spirito di squadra non si dimostra solo in campo, ma in ogni momento che i ragazzi sono chiamati a vivere in comunione con gli altri. Anche lo spogliatoio, quindi, è il luogo in cui si respira lo spirito di squadra dove può essere protagonista in spirito anche chi non lo è in campo. Così anche nella vita di tutti

i giorni, nelle nostre comunità, lo spirito di squadra, come lo Spirito Santo, si mostra nelle caratteristiche di ciascuno ed è proprio in questa unicità che si trova la ricchezza di ciascuno.

Allenarsi in una squadra non significa solo migliorare il proprio fisico, ma anche le affinità con i compagni. I ragazzi vivono diversi gruppi e sempre più spesso in ciascuno di essi si trovano circondati da coetanei di diverse etnie e tradizioni provenienti da altri luoghi, da cui possono scoprire sempre nuove tecniche di gioco arricchendo la vita di ciascuno. Una squadra è completa, infatti, se ciascuno mette in gioco le proprie abilità e caratteristiche senza omologarsi agli altri: è unendo le forze di ciascuno che una squadra è completa.

Ai ragazzi viene proposto un allenamento speciale che ha come obiettivo quello di migliorare le capacità di accoglienza e inclusione, sperimentando lo strumento creato con l'attività di animazione: si prevede una fase di riscaldamento Warm-up, una fase centrale di allenamento intenso Training e una fase finale di scioglimento Cool-down.

- > Nella fase **Warm-up** ai ragazzi viene presentata una situazione in cui c'è la possibilità che una o più persone vengano integrate all'interno di un gruppo in base alle azioni degli altri e in cui quindi i ragazzi possono dimostrare ciascuno il proprio modo di accogliere o non accogliere l'altro: si presenta la situazione scrivendola su un cartellone e con dei post-it i ragazzi attaccano le proprie risposte su di esso.
- > Nella fase di **Training** i ragazzi, confrontando le proprie risposte, cercano di capire su cosa possono migliorare il loro livello di accoglienza degli altri all'interno del gruppo prendendo spunto anche dalle risposte degli altri.
- > Nella fase di **Cool-down** i ragazzi individuano quali sono per ciascuno di loro le azioni fondamentali per l'accoglienza e si chiede loro se possono o meno essere complementari tra loro.

Per dimostrare l'importanza di essere accolti e di accogliere, i ragazzi individuano alcune persone all'interno della propria comunità parrocchiale che sentono più lontane dalla loro realtà e donano loro uno dei gadget del Mese della Pace per far sentire la propria vicinanza.

ACR 12-14 anni

IL CUORE OLTRE L'OSTACOLO

– cfr. guida d'arco a pp. 88-93

Nel Mese della Pace i ragazzi riconoscono che la presenza di tutti in campo è un requisito fondamentale per giocare una buona partita. Tutti, con la loro originalità, le proprie fragilità, difficoltà o anche disabilità, hanno il diritto di sentirsi parte attiva e integrante di una squadra, così come della vita sociale. I ragazzi sono chiamati, dunque, ad allenarsi all'inclusione e ad essere portatori di pace, per abbattere ogni barriera e vivere il valore della corresponsabilità in tutti i gruppi di cui fanno parte.

Riconoscere

I ragazzi sono invitati a riflettere sulle volte in cui si sono ritrovati ad affrontare un ostacolo o a vivere una certa difficoltà: da un raffreddore che non fa sentire gli odori a una brutta caduta che costringe a letto col piede ingessato, fino ad una super timidezza che fa arrossire davanti ad altre persone. Compilano una tabella in cui riportano:

- > ostacolo (esempio: piede ingessato)
- > difficoltà (esempio: camminare)
- > rimedio / aiuto (esempio: stampella)

La condivisione aiuta i ragazzi a riconoscere che anche a loro, in un modo o nell'altro, può capitare di sentirsi "disabili" in alcune situazioni, ovvero ritrovarsi a vivere una difficoltà che impedisce loro di svolgere un compito o un'attività in maniera semplice e "normale".

Sperimentare

I ragazzi vivono esperienze sensoriali attraverso una serie di giochi, comprendendo così quanto sia complicato vivere con una disabilità:

- > provare a infilare perline in un filo indossando guanti larghi;
- > fare un percorso ad ostacoli a coppie, con le caviglie legate fra loro;
- > muoversi per la stanza ad occhi chiusi guidati dalla voce di un compagno;
- > indossare un paraorecchie ed eseguire azioni sussurrate da un compagno;
- > far comprendere ai compagni un proprio desiderio o bisogno (ho fame, vorrei andare in vacanza ecc.) senza parlare, ma potendo utilizzare solo gesti.

Sperimentare in prima persona le difficoltà e le sensazioni che tutti possiamo vivere aiuta i ragazzi a capovolgere il proprio sguardo per fare sempre più attenzione a ogni piccolo gesto.

Condividere

È giunto il momento di scendere in campo: in collaborazione con associazioni sportive del territorio che promuovono attività sportive per disabili a vari livelli, i ragazzi partecipano ad un pomeriggio di gioco cimentandosi in discipline diverse. Grazie al prezioso supporto di istruttori e tecnici specializzati, sperimentano la bellezza di condividere il terreno di gioco con ragazzi che hanno saputo sfidare i propri limiti, abbattere ogni barriera e dimostrare di essere veri campioni nella vita. Lo sport diventa così un'occasione di incontro e inclusione, dove l'unica cosa che conta è che ciascuno si senta chiamato a dare il meglio di sé per il bene della propria squadra.

GIOVANISSIMI E GIOVANI

Nell'ultimo anno, abbiamo assistito all'inizio di un conflitto alle porte dell'Europa. A tutti noi, giovani e giovanissimi, nati in un periodo di pace per il continente e abituati a considerare la guerra come "lontana", lo scoppio del conflitto in Ucraina ha ricordato il bisogno di tenersi allenati, di impegnarsi, di giorno in giorno, a costruire la pace.

Allenarsi alla pace non è certo (o comunque, non è solo) uno stare in pace. Forse, nel linguaggio comune la pace è intesa come uno stato di tranquillità, lontano da tutte quelle situazioni di conflitto, che siano guerre tra nazioni o litigi in famiglia. "Gesù, invece, non chiama beati i tranquilli, quelli che stanno in pace, ma quelli che fanno la pace e lottano per fare la pace, i costruttori, gli operatori di pace" (Papa Francesco, Angelus 1 novembre 2022).

Si tratta, dunque, di qualcosa che ci interroga e ci chiama, giorno dopo giorno, a "scendere in campo" per la pace, compiendo azioni concrete in tutti gli ambienti di vita, dalla famiglia alla parrocchia, da scuola e università al lavoro, fino al club sportivo.

Del resto, i traguardi non si raggiungono di certo dall'oggi al domani, ma sono il frutto di un costante allenamento, che si nutre di impegno continuo e paziente e che ci invita a vivere in pienezza ogni minuto della nostra esistenza. Quest'anno siamo stati testimoni di numerosi traguardi da parte di atleti italiani, che ci ricordano quanto sia importante l'allenamento costante e la preparazione attenta.

Lo stesso vale per il "traguardo" della pace. Come operatori di pace, siamo chiamati a compiere azioni di giustizia e misericordia verso coloro che ci sono prossimi: non quando abbiamo tempo o siamo di buon umore, ma ogni giorno, in ogni momento della nostra vita.

A questo siamo chiamati tutti, nessuno escluso, come una sola grande squadra che giorno dopo giorno si allena insieme, affiatata, per raggiungere quella sinergia e capacità di collaborazione che non è un traguardo definitivo, ma il risultato di un lavoro continuo verso la comunione e l'unità; "che non è

uniformità, che non ignora i conflitti ma li trasforma in tappe di un cammino condiviso, che sa praticare il confronto, si allena al dialogo, rifiuta l'intolleranza e la contrapposizione, non ama la polemica" (Perché sia formato Cristo in voi, p.54).

La capacità di saper dialogare, di incontrarsi e anche di scontrarsi, con chi ha idee, opinioni, culture e religioni diverse dalle nostre è un elemento chiave per poter essere autentici costruttori di pace già nel piccolo della nostra rete di relazioni e negli ambienti che viviamo.

A partire da queste riflessioni, proponiamo due attività per giovanissimi e giovani con due diverse accezioni: nella prima, poniamo l'attenzione sui conflitti nei quali potremmo ritrovarci ogni giorno, con un momento di riflessione, personale e/o di gruppo. La seconda ci invita a muoverci e ad uscire da noi stessi per andare incontro all'altro nei luoghi della nostra vita quotidiana.

PROPOSTE DI ATTIVITÀ

1) Attività di riflessione: Sette passi per la pace

In questa attività vogliamo partire da noi stessi e dalla nostra vita quotidiana. Ogni giorno a scuola, a lavoro, in famiglia e negli altri sport viviamo situazioni di conflitto. Ma le sappiamo riconoscere? Come ci poniamo in questi contrasti?

Esistono diversi modi di partecipare al conflitto, lo possiamo alimentare, possiamo affrontarlo o fuggire, possiamo anche non prendere nessuna posizione. Ognuno di noi ha un modo diverso di approcciarsi, ma qual è il mio modo specifico di avvicinarmi?

Nell'ottica di costruire la pace proponiamo, dunque, un percorso di riflessione che possa accompagnare ciascuno, singolarmente, per una settimana, che culminerà in un momento di incontro di gruppo. Ogni giorno chiediamo a giovani e giovanissimi di approfondire e riflettere su una frase, un atteggiamento che costituisce un piccolo passo verso la pace, suggerendo alcuni "esercizi" per allenarsi nella riflessione.

- **Giorno 1:** Amo me stesso - il necessario primo passo verso la pace.

Es. provo a scrivere una lista di ciò che mi piace di me: i miei pregi, le cose che so fare, le cose belle che sento di poter donare agli altri e quelle che penso di

aver donato a qualcuno o in una circostanza particolare; mi impegno anche a ricordarmi dei miei sogni e di quanto belli possano essere i miei progetti.

- **Giorno 2:** Perdono me stesso - il conflitto con se stessi è spesso quello più nascosto. Es. provo a dedicarmi del tempo per rileggere la lista delle "cose belle", per riflettere che non sono poi "così male", e che se anche qualche volta ho sbagliato, se qualcosa non è andata come avrei voluto, c'è sempre tempo per rimediare, anche perché: non sono solo!

Questo giorno potrebbe diventare anche l'occasione per fare un buon esame di coscienza e accostarsi al sacramento della confessione.

- **Giorno 3:** Amo per primo - mi lancio verso l'altro, non aspetto.

Es. provo a sorprendere qualcuno, con delle parole non dette o con dei gesti inaspettati: un messaggio, una lettera, un regalo. Anche, o forse soprattutto, qualcuno che c'è sempre per me, e al quale magari non dimostro spesso il mio affetto.

- **Giorno 4:** Amo l'altro - prospettiva di dono gratuito.

Es. provo a fare un'esperienza di servizio: mi metto a servizio della mia parrocchia; della caritas parrocchiale o della mensa solidale della mia città; mi informo su qualche esperienza di servizio da intraprendere nel mio territorio.

- **Giorno 5:** Amo tutti - allargo lo sguardo a chi sento più lontano, incluso il creato.

Es. mi prendo cura di uno spazio degradato o sporco, vicino a dove abito, in parrocchia, o in città, provando a coinvolgere anche altre persone.

- **Giorno 6:** Ascolto l'altro - accolgo l'altro con il cuore, me ne prendo cura.

Es. cerco di stare attento a chi parla oggi, posando il cellulare, magari, durante la conversazione. Se ho una chiacchierata in sospeso con qualcuno, questo è il giorno giusto per contattarlo e rimediare davanti a un bel caffè.

- **Giorno 7:** Perdono l'altro - camminiamo insieme, siamo pronti a venirci incontro e aiutarci.

Es. Forse è il passo più difficile perché difficile, a volte, è perdonare! Questo,

però, può essere il giorno buono per riflettere su alcuni nodi non sciolti nella mia vita, e provare a sfilarli anche solo un pò. Se c'è qualcuno che mi ha fatto un torto, provo a pensarlo, a ricordare le cose belle che ho condiviso con lui; provo a inviargli un messaggio anche solo per sapere come sta.

Nel momento di incontro finale, al termine di questo personale percorso di pace, proviamo a condividere le riflessioni e le fatiche sperimentate nel confronto con queste frasi e a raccontarci le esperienze che eventualmente abbiamo vissuto.

Nel momento di condivisione poniamo l'attenzione anche sulle emozioni scaturite dalle provocazioni.

1. Con quale passo ci siamo sentiti più a nostro agio?
2. Quale passo si è rivelato un ostacolo?
3. Il percorso mi ha aiutato a riflettere sulla costruzione della pace? È stato facile o difficile?

A fine incontro possiamo presentare il "Manifesto del buon conflitto", in cui sono rappresentati 9 consigli che ci possono aiutare a vivere i contrasti in maniera più sana e costruttiva. (https://cPPP.it/documenti_caricati/70x100.pdf)

PROPOSTE DI ATTIVITÀ

2) Attività Comunitaria: Incontri di pace

In questa seconda proposta di attività vogliamo continuare ad allenarci alla pace con un esercizio comunitario. La pace si costruisce con il dialogo, con la scoperta che il "diverso" e il "lontano" sono più simili a noi di quanto immaginiamo e che la diversità costituisce la ricchezza di ogni relazione.

Proponiamo quindi al gruppo giovani o giovanissimi di entrare in relazione con un persone che non vivono un cammino di AC o che non abitano i luoghi della nostra quotidianità; con le altre realtà presenti nel nostro quartiere o nella città. Nel nostro territorio abbiamo diverse possibilità di incontro: possiamo proporre un dialogo con persone di un'altra religione, con persone non credenti, con realtà associative di diversa estrazione (circolo/club anziani, società sportive, gruppi culturali, associazioni cittadine) o con le istituzioni locali. In caso di difficoltà a identificare questo gruppo "diverso" con cui dialogare, possiamo

contare sulla parrocchia, cercando una realtà differente non solo per il servizio che compie, ma anche per la presenza di persone con età non uguali alle nostre. Potrebbe essere di grande aiuto decidere insieme a tutti i giovani o giovanissimi quale gruppo invitare al dialogo, così da farli sentire partecipi alla costruzione di questo incontro di pace.

Per approfondire il tema del dialogo interreligioso, segnaliamo i percorsi proposti dall'Ufficio nazionale per l'ecumenismo e il dialogo interreligioso della CEI, reperibili al questo link <https://ecumenismo.chiesacattolica.it/percorsi-2022-2023/>.

La trama dell'incontro varierà in base alla realtà che avremo di fronte, ma sarebbe bene partire dal raccontare la propria esperienza di gruppo, ponendo poi l'attenzione su:

- come agiamo per costruire la pace?
- collaboriamo con altre associazioni per la costruzione della pace?
- abbiamo vissuto dei conflitti all'interno del gruppo? Come li affrontiamo?

Per concludere sarebbe bene riuscire a restare in contatto con l'altro gruppo (programmando una nuova iniziativa assieme, una tavola rotonda periodica ecc...) nella speranza che il dialogo possa continuare e che si possano costruire nel futuro dei percorsi di pace condivisi.

Materiali utili:

- Discorso Papa Francesco per la LV Giornata Mondiale della Pace, 01/01/2022 <https://www.vatican.va/content/francesco/it/messages/peace/documents/20211208-messaggio-55giornatamondiale-pace2022.html>
- Papa Francesco, Angelus 01/11/2022, solennità di Tutti i Santi <https://www.vatican.va/content/francesco/it/angelus/2022/documents/20221101-angelus.html>
- Papa Francesco, Ai giovani dell'Azione Cattolica Italiana <https://www.vatican.va/content/francesco/it/speeches/2022/october/documents/20221029-azionecattolica-italiana.html>

ADULTI

L'evangelizzazione come messaggio di pace e impegno per la pace

Tra pace ed evangelizzazione vi è una significativa relazione, che può essere constatata da diversi punti di vista. L'annuncio del Vangelo, infatti, è annuncio di una salvezza che raggiunge gli uomini in una comunità attraverso Gesù. Di conseguenza, i contenuti e il metodo dell'evangelizzazione dovranno tener conto di questo rapporto tra evangelizzazione e pace, in modo che l'annuncio del Vangelo rimanga fedele alla consegna fatta dal Maestro ai suoi discepoli: «In qualunque casa entriate, prima dite: «Pace a questa casa!» (Lc 10,5).

Nell'Evangelii Gaudium, Papa Francesco ha ricordato che «la Chiesa proclama "il vangelo della pace" (Ef 6,15) ed è aperta alla collaborazione con tutte le autorità nazionali e internazionali per prendersi cura di questo bene universale tanto grande» (n. 239).

Pertanto, «nell'annunciare Gesù Cristo, che è la pace in persona (cf. Ef 2,14), la nuova evangelizzazione sprona ogni battezzato ad essere strumento di pacificazione e testimonianza credibile di una vita riconciliata» (ivi).

In un mondo diviso e frammentato, i cristiani sono dunque invitati a diffondere i valori della pace, della convivenza e del bene comune, a impegnarsi per la riconciliazione e la fratellanza tra tutti i credenti e anche tra tutte le persone di buona volontà, promuovendo insieme la pace e la giustizia nel mondo. In questo senso, anche la pace – così come l'evangelizzazione – è anzitutto una questione di "fatti" che si realizzano e di incontri che accadono. L'impegno per la pace interpella dunque ciascuno: c'è un "artigianato" della pace che ci coinvolge tutti

(cf. Fratelli tutti, n. 231).

Quest'anno allora gli adulti di AC sono sollecitati a vivere il mese della pace:

- dando voce a "fatti di pace", in sintonia con il tema (l'evangelizzazione) e lo slogan ("Fatti di voce") che accompagnano il loro percorso formativo annuale;
- mettendosi in gioco, facendo squadra tra loro e con gli uomini e donne di buona volontà per aiutare tutti (e le nuove generazioni in particolare) ad allenarsi alla pace, come suggerisce l'Iniziativa annuale ACR di quest'anno.

PROPOSTE PER ATTIVITÀ DI GRUPPO

- > Riflettere sul messaggio del Santo Padre per la 56^a giornata della pace (1° gennaio 2023);
- > Approfondire il rapporto tra evangelizzazione e pace, o più in generale, tra evangelizzazione e dimensione sociale, consapevoli che se la dimensione sociale dell'evangelizzazione «non viene debitamente esplicitata, si corre sempre il rischio di sfigurare il significato autentico e integrale della missione evangelizzatrice» (Evangelii gaudium, 176).

Alcuni materiali utili per questo approfondimento:

- La dimensione sociale dell'evangelizzazione Evangelii gaudium (capitolo quarto): https://www.vatican.va/content/francesco/it/apost_exhortations/documents/papa-francesco_esortazione-ap_20131124_evangelii-gaudium.html
- Dottrina sociale, evangelizzazione e promozione umana Compendio della dottrina sociale della Chiesa, nn. 66-68
https://www.vatican.va/roman_curia/pontifical_councils/justpeace/documents/rc_pc_justpeace_doc_20060526_compendio-dott-soc_it.html
- L'impegno per la pace è missione della Chiesa:
<https://www.interris.it/editoriale/impegno-pace-missione-chiesa/>
- > Promuovere un percorso di riflessione ed educazione alla pace, rivolto alla propria comunità parrocchiale e cittadina;

> Promuovere – in collaborazione con i ragazzi, i giovanissimi e i giovani di AC – la realizzazione di una mostra, reale o virtuale (ad esempio un padlet) dal titolo “fatti di pace”, per dare voce e far conoscere alcuni eventi, iniziative o buone prassi di “allenamento alla pace” che vengono realizzate a livello locale, nazionale o mondiale.

Tale mostra può essere allestita a livello parrocchiale oppure diocesano.

Per la realizzazione di tutte queste proposte sarebbe bello coinvolgere anche altre realtà ecclesiali o laiche sensibili e attive sul tema.