

Avvento 2020

*Prepararsi al Natale è
DARE IL MEGLIO DI SÉ*



PRESENTAZIONE

*“Sentitevi chiamati a mettere in gioco la vita.
Non abbiate paura a spenderla per Dio e per gli altri,
ci guadagnerete!
Perché la vita è un dono che si riceve donandosi.
E perché la gioia più grande è dire sì all’amore,
senza se e senza ma. Come ha fatto Gesù per noi”
(Papa Francesco, 5 aprile 2020)*

Cari amici che sfoglierete queste pagine,

dal mondo dello sport prendiamo in prestito i **valori e le virtù** che vogliamo provare a **mettere in campo per** affrontare insieme questo tempo di emergenza sanitaria che stiamo attraversando, vivere intensamente il tempo di Avvento e **prepararci al meglio al Natale**.

Ci ricorda Papa Francesco: *“Lo sport è una ricchissima fonte di valori e virtù che ci aiutano a migliorare come persone. Come l’atleta durante l’allenamento, la pratica sportiva ci aiuta a **dare il meglio di noi stessi**, a scoprire senza paura i nostri limiti, e a lottare per migliorare ogni giorno”* (estratto dal documento *“Dare il meglio di sé”*).

Lo sport educa ad essere leali e onesti, a coltivare la semplicità, il senso di giustizia e l’autocontrollo, tutte virtù non solo di chi pratica lo sport ma più propriamente dell’uomo. I valori di costanza, impegno, spirito di squadra, umiltà, entusiasmo, coraggio... sono stati i frutti migliori dello sport emersi nel tempo del lockdown di marzo e aprile. Si rivelano preziosi alleati per superare vincitori questo tempo difficile che ancora stiamo vivendo, prepararci al Natale e, più ancora, riuscire bene nella corsa della vita.

Nell’anno in cui si sarebbero dovuti tenere i giochi olimpici a Tokio, rinviati al 2021, come segno di buon auspicio ci faremo accompagnare nel tempo di Avvento proprio dall’immagine della bandiera olimpica. Essa è composta da cinque anelli colorati che si intrecciano e che rappresentano i cinque continenti; mettono in evidenza il senso di fraternità e amicizia tra i popoli e di concordia e pace tra le nazioni.

Ci lasceremo coinvolgere in una sorta di “gara” universale in cui ognuno di noi cerca di dare il meglio di sé per il bene comune e si impegna a mettersi in gioco fino in fondo nell’incontro con gli altri in attesa di vivere e festeggiare, tutti insieme, il Natale!

Buon cammino di Avvento e Buon Natale a tutti voi e alle vostre famiglie.



La favola dell'ALBERO DI NATALE

C'era una volta un piccolo albero di Natale che, quando parlava con mamma albero di Natale e papà albero di Natale, non vedeva l'ora di poter indossare le palline colorate, i festoni argentati e le lampadine. Ogni notte sognava il suo momento, entrare nel salotto buono, gustarsi i sorrisi gli auguri in famiglia, lasciarsi sfuggire una lacrima di resina dalla contentezza.

E venne finalmente il giorno del piccolo albero di Natale. Venne scelto quasi per caso tra tanti amici alberi di Natale anche loro. Pensava: "Adesso è venuto il mio momento, adesso sono diventato grande". Dopo un viaggio, incappucciato di stoffa bagnata per non perdere il verde luminoso dei rami, il piccolo albero di Natale si trovò nella casa di una famiglia povera. Niente palline, niente festoni, solo il suo verde scintillante faceva la felicità dei bambini che lo stavano a guardare con gli occhi all'insù, affascinati. Era il loro primo albero di Natale. Subito fu deluso, sperava di poter dominare una sala ricca di regali e di addobbi eleganti.

Ma passarono i giorni e si abituò a quella **casa povera ma ricca di amore**. Nessuno aveva l'ardire di toccarlo. Venne la sera di natale e furono pochi i regali ai suoi piedi ma tanti i sorrisi di gioia dei bambini che per giorni erano rimasti a guardarli sotto il suo sguardo severo per cercare di indovinare che cosa ci fosse dentro. Venne il pranzo di Natale, niente di speciale. Venne Capodanno, con un brindisi discreto, ma auguri sinceri. E venne anche l'Epifania e il momento di andare via. Questa volta non lo incappuciarono. Lo tolsero dal vaso, gli bagnarono le radici e tutta la famiglia lo accompagnò verso il bosco. Era felice di ritornare con mamma albero di Natale e papà albero di Natale. Passando per la strada vide tanti suoi amici, ancora con le palline colorate e i fili d'oro e d'argento, che lo salutavano. Ma c'era qualcosa di strano, erano tutti nei cassonetti della spazzatura, ricchi e sventurati, piangevano anche loro resina, ma non per la contentezza. Chissà dove sarebbero finiti!

Ora il piccolo albero di Natale è diventato un abete grande e possente, ha visto tanti figli andare in vacanza per le feste. Qualcuno è ritornato, sano o con un ramo spezzato. Lui guarda da lontano la città dove i bambini del suo Natale lo hanno amato e rispettato. Perché un albero di Natale è albero di Natale tutto l'anno; perché Natale non vuol dire essere buoni e bravi solo il 25 dicembre, Natale può essere ogni giorno. Basta volerlo come quel piccolo albero di Natale che ci tiene compagnia sulla montagna, anche se lontano, anche se non lo vediamo.

Giulio Gavino
(dal web)





Allenarsi con costanza *Approfondimenti RAGAZZI 11-14 anni*

Video-testimonianza: **LA FORZA DI ARTURO**



<https://www.youtube.com/watch?v=itcYsx4Ne7M>

Arturo Mariani è un ragazzo romano di 26 anni cresciuto in uno dei quartieri popolari della capitale con sani principi morali e cristiani grazie alla sua famiglia. Sogna di diventare un calciatore solo che è nato senza una gamba. Come si fa? Lui non molla. Lotta, crede, si impegna con tutte le sue forze. Oggi gioca come difensore nella Nazionale Italiana Amputati del Centro Sportivo Italiano e aiuta gli altri a realizzare i propri sogni.



Se vuoi saperne di più, leggi l'intervista ad Arturo:

<https://www.infooggi.it/articolo/arturo-mariani-la-federe-non-e-avere-la-bacchetta-magica/106804>

Parola di ...



"Lo sport è un mezzo di incontro, di formazione della personalità, di testimonianza e di annuncio della gioia di essere cristiano con quelli che lo circondano" (Papa Francesco)

"Impossibile è solo una parola pronunciata da piccoli uomini che trovano più facile vivere nel mondo che gli è stato dato, piuttosto che cercare di cambiarlo" (Muhammed Ali)



La parola all'arte: CORRIDORI

Robert Delaunay, *Corridori* (1924; olio su tela, 114 x 146 cm; Troyes, Musée d'Art Moderne de Troyes)

Tra le specialità dell'atletica leggera, la corsa è la regina dello sport, ma accessibile a tutti. Capace di esplodere in un lampo o protrarsi in uno sforzo estenuante e prolungato.

Con colori vivaci, l'artista costruisce le forme di un gruppo di cinque atleti che si contendono la vittoria sulla pista arancione di uno stadio. La scomposizione geometrica tipicamente cubista è ancora uno dei fondamenti dell'arte di Delaunay, che però con i suoi colori sgargianti (le maglie dei corridori sono tutte dipinte con toni diversi dei tre colori primari), le linee curve della pista e, per contrasto, i blocchi orizzontali delle tribune, imprime al dipinto un forte **dinamismo**.

Il senso del movimento è accentuato dalla mancanza dei piedi e dall'indistinguibilità dei lineamenti: un po' come se Delaunay avesse scattato un'istantanea dei corridori, venuta mossa.

L'elemento maggiormente distintivo che permette di caratterizzare gli atleti è il colore delle magliette, anche perché a Delaunay, come a molti altri artisti dell'epoca che si cimentano sul tema dello sport, non interessa celebrare il singolo campione o il singolo atleta.

I suoi corridori incarnano l'**universalità dello sport**, l'essenza stessa della pratica sportiva: sono semplicemente atleti che, con allenamenti costanti e pazienti scendono in pista e corrono, lottano, sudano, in vista del traguardo finale. (*Liberamento tratto da "Finestre sull'arte"*)





Dare il meglio di sé *Approfondimenti RAGAZZI 11-14 anni*

Video-testimonianza: L'ultima maratona di Gabriela Andersen



<https://www.youtube.com/watch?v=GM5wTcltbuY>



La gara di Gabriela Andersen-Schiess alle olimpiadi di Los Angeles del 1984 fu uno dei momenti più drammatici ed emozionanti che la storia delle olimpiadi ricordi.

L'atleta svizzera arrivò sulla pista di atletica che conduceva al traguardo in condizioni al limite del collasso, ma la volontà di portare a termine la gara le permise di superare tutti gli ostacoli e realizzare il suo sogno di sportiva!

Parola di ...

"Dare il meglio di sé nello sport, è anche una chiamata ad aspirare alla santità"
(Papa Francesco)



"Una persona, uomo o donna che sia, che da sempre il meglio di sé, diventa un leader naturale, anche solo con l'esempio"
(Joe di Maggio)

La parola all'arte: BALLERINE DIETRO LE QUINTE (Edgar Degas - c. 1897)

Edgar Degas (1834-1917) è il pittore impressionista che più ha rappresentato il mondo del balletto. Con grande passione, e attenzione per il dettaglio, ha restituito in pittura non soltanto i momenti "ufficiali" delle rappresentazioni sul palcoscenico, ma anche quelli della vita quotidiana, delle lezioni, del riposo o invece quelli di tensione, negli spogliatoi o dietro le quinte teatrali, prima dell'ingresso in scena. All'artista interessavano le emozioni private e gli aspetti per così dire "umani". Persino la stanchezza, o il gesto di allacciarsi la scarpetta, potevano entrare a far parte della tavolozza di gesti ritratti dal pittore.

In questo dipinto le ballerine dietro le quinte si stanno preparando per entrare in scena. Tutto il loro impegno profuso in estenuanti prove si condensa in pochi gesti, come quelli di allacciarsi le scarpette da ballo o di accomodarsi la spallina del tutù o di fermare una ciocca di capelli ribelle. Tutti i loro sacrifici, rappresentati dalla ballerina che dai vetri della finestra guarda fuori, alludono ad un rimpianto per qualcosa o qualcuno a cui ha rinunciato. Degas aveva scorto una grande similitudine tra arte e danza, tra danza e vita, avvicinando il mondo della pittura al ballo, come mai nessuno aveva fatto in precedenza, restando il pittore per eccellenza di questo mondo. Sembra aver dato vita a una narrazione silenziosa, in cui a parlare sono le stesse protagoniste delle sue opere, che ci conducono alle soglie del loro mondo fatto di danza, di sacrifici, di studio e di emozioni senza tempo. Sale la tensione dietro le quinte, le ballerine sono pronte a dare il meglio di loro stesse: una manciata di minuti e si andrà in scena! (*Liberamento tratto da "Istituto italiano arte e danza"*)





Riscoprire lo spirito di squadra Approfondimenti RAGAZZI 11-14 anni

Al cinema in famiglia: **COACH CARTER: Spirito di squadra**



<https://www.videomotivazionali.it/video/bellissimo-video-sullo-spirito-di-squadra/>

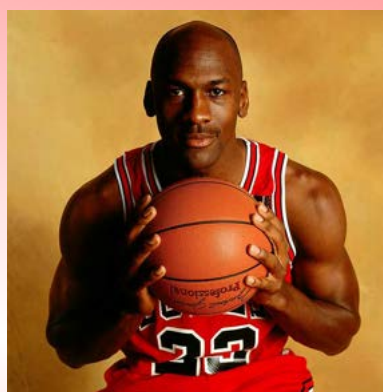
Il film è tratto da una storia vera accaduta nel 1999. Ken Carter, un ex campione di basket, accetta l'incarico di allenatore della squadra nella sua vecchia scuola, in uno dei quartieri più poveri di Los Angeles, Richmond, dove da giovane era diventato un atleta di successo. Colpito dagli atteggiamenti malsani dei ragazzi, Carter insegna loro non soltanto le regole e i trucchi del gioco, ma anche il rispet-



to per se stessi e gli altri: "Noi siamo una squadra, se si sforza uno ci sforziamo tutti, se un giocatore trionfa trionfiamo tutti".

Parola di ...

"I grandi risultati, nello sport come nella vita, li otteniamo insieme, in squadra. Lo sport è un buon antidoto all'individualismo e alla cultura dello scarto"
(Papa Francesco)



"Con il talento si vincono le partite, ma è con il lavoro di squadra che si vincono i campionati"
(Michael Jordan)



La parola all'arte: **TRE CALCIATORI**

(Angel Zàrraga, Tres futbolistas 1931. Olio su tela – collezione privata)

Il pittore messicano Angel Zàrraga (1886- 1946), nel corso della sua carriera dipinse numerosi quadri sul gioco del calcio e del rugby spaziando tra vari generi: il ritratto, la scena d'azione ed anche la natura morta. Fu il primo a rappresentare su una tela giocatori di colore e calciatrici.

Zarraga fu un pittore profondamente religioso e in lui la passione per lo sport si univa alla fede cattolica: il football era un mezzo non solo per fortificare il corpo, definito da San Paolo "tempio dello Spirito Santo", ma anche per glorificare Dio. Gli atleti da lui rappresentati hanno corpi ben modellati che non comunicano una sensazione dinamica, ma l'idea di solidità.

Zarraga ritrasse soprattutto atleti sconosciuti, perché per il pittore messicano lo sport era rivolto a tutti, esattamente come il messaggio cristiano.

La relazione tra calcio e religione è particolarmente evidente in questo dipinto: tre calciatori in posa statuaria sono raffigurati in piedi. Si abbracciano a vicenda e mentre due tengono un pallone (posto al centro del dipinto) il terzo regge

un palo. La loro divisa bianca è caratterizzata all'altezza del cuore da una croce con le lettere IHSV ricamate in rosso.

La sigla IHSV sta per la frase latina "in hoc signo vinces" (con questo segno vincerai) ed è un chiaro rimando alla visione della croce di luce apparsa in cielo all'imperatore Costantino prima della battaglia di Ponte Milvio. Anche i colori della divisa sono carichi di simbologia: il bianco rappresenta la fede, mentre il rosso è il colore dell'amore di Dio.

Lo stesso palo bianco pare evocare il legno verticale della croce. Il messaggio di Zarraga è evidente: attraverso il calcio gli atleti perfezionano non solo il proprio corpo, ma anche il proprio spirito, avvicinandosi così a Dio. (Liberamento tratto da "AF artefootball")



Collaborare con umiltà *Approfondimenti RAGAZZI 11-14 anni*

Il cortometraggio:

COACH CARTER: Lezione di umiltà

<https://www.youtube.com/watch?v=iJZLIXh3RE>

Questa scena è estrapola dal film "Coach Carter" (vedi presentazione pag. 30) e vede l'allenatore rimproverare i propri giocatori per essersi comportati da teppistelli quando la situazione richiedeva un po' di classe, ovvero ... un comportamento da veri campioni!



Parola di ...

"Lo sport è un luogo di incontro dove persone di ogni livello e condizione sociale si uniscono per ottenere un risultato comune"
(Papa Francesco)



A proposito di umiltà ...

"Puoi avere talento, ma se non lavori duramente non diventi un campione"
(Usain Bolt)

La parola all'arte: I REMATORI

(Manuel Losada Pérez de Nenin - Museo delle Belle Arti di Bilbao)

"I rematori" sono un dipinto del pittore spagnolo Manuel Losada Pérez de Nenin, nato e vissuto a Bilbao dal 1864 al 1949 in cui si rappresenta una competizione di "traineras" (barche tipiche del mar Cantabrico). La presenza in primo piano e in diagonale della trainera, con il cadenzato sforzo dei rematori, è potenziata dal tratto fermo del disegno e da una certa ruvidità del colore. Invece la superficie calma del mare possiede un trattamento cromatico più delicato con echi impressionisti.

L'attenzione del pittore si focalizza sul gesto perfettamente sincronizzato della remata: il forte spirito di collaborazione che permea il gruppo dei vogatori e l'attento ascolto dei comandi del capovoga che dà il ritmo di regata, stanno permettendo all'imbarcazione di essere in testa alla gara.

Il canottaggio a squadre è un'attività sportiva che implica la ricerca di sintonia, attivando sinergie positive e propositive, ed incrementa le relazioni sociali, con evidenti vantaggi per la costruzione di un maggior senso di integrazione e di adattamento.

Inoltre il rematore deve imparare a mantenere in equilibrio se stesso e la barca e poi traslare questo apprendimento in una barca più lunga, con altri compagni. La vita è come questo sport: un delicato gioco di equilibri cui concorrono necessariamente non solo la coordinazione, ma anche l'orientamento, il tempismo, l'intensità, la velocità e soprattutto umiltà e collaborazione.

(Liberamento tratto da Bilbaopedia)





Festeggiare insieme *Approfondimenti RAGAZZI 11-14 anni*

Il cortometraggio: **PRIMO POSTO**



<https://www.youtube.com/watch?v=5XpzamneyPl>

Per una gara è importante allenarsi. Ci sacrificiamo, mettiamo tutto noi stessi per cercare di arrivare alla meta che è il primo posto. Ma qual è la nostra meta? A cosa puntiamo?

"Amatevi gli uni gli altri con affetto fraterno, garegiate nello stimarvi a vicenda" Rm 12,10



Parola di ...



"Quando lo sportivo festeggia la vittoria con i suoi sostenitori, si può vedere lo sport come luogo di unione e di incontro tra le persone" (Papa Francesco)



"In ogni gara c'è sempre l'amico senza volto che ha esattamente il tuo passo. Stai pronto a lasciare il vecchio per quello nuovo e concentrati sul tuo obiettivo: tagliare il traguardo con il sorriso sulle labbra" (Stefano Baldini)

La parola all'arte: DINAMISMO DI UN CICLISTA

(U. Boccioni, 1913. Olio su tela, Peggy Guggenheim Collection)

Quest'opera rappresenta un ciclista che sfreccia a tutta velocità in sella alla sua bicicletta!

Boccioni, esponente di spicco del futurismo, in quest'opera vuole rendere visibili due cose: i cambiamenti che il movimento produce sugli oggetti e i cambiamenti che l'oggetto in movimento causa sull'ambiente circostante.

Il contrasto tra le tonalità scure del ciclista e quelle brillanti dello sfondo serve a dare ancor più dinamismo all'opera.

Il movimento produce cambiamenti, come il Natale!

Perché il Natale è cambiamento: un'opportunità per cambiare il nostro "punto di osservazione" sulla realtà che ci circonda.

L'annuncio del Natale, come il ciclista di Boccioni, non si può fermare e corre veloce: fiducia, speranza, gioia, rinnovano e trasformano il mondo come preziosi frammenti di scintillanti arcobaleni.

(Liberamento tratto da "Boccioni e lo sport")





Osare con coraggio *Approfondimenti RAGAZZI 11-14 anni*

Il cortometraggio: NON SEI UN FALLITO FINCHÉ NON MOLLI

<https://www.youtube.com/watch?v=WbrCmb8ntU8>

Ai **Giochi olimpici di Barcellona 1992**, l'atleta britannico Derek Redmond, durante la semifinale, mentre era a poco meno della metà del giro di pista, si strappò il bicipite femorale della gamba destra ma, pur di raggiungere il traguardo, proseguì dapprima saltellando sulla gamba sinistra e poi appoggiandosi a suo padre che lo raggiunse dagli spalti oltrepassando gli addetti alla sicurezza. Appena superarono la linea del traguardo l'intero stadio gli dedicò una standing ovation. Questo incidente è diventato uno dei momenti da ricordare nella storia delle Olimpiadi.



Parola di ...

"Lo sport può aprire la strada verso Cristo in quei luoghi dove non è possibile annunciarlo in maniera diretta"
(Papa Francesco)



"Ho conosciuto centinaia di atleti. Alcuni vincenti, altri perdenti. La differenza? I vincenti trovano soluzioni. I perdenti cercano alibi" (Julio Velasco)

La parola all'arte: GHIACCIAIO DEL LYS (Monte Rosa)

(Pompeo Mariani (1857-1927) - Olio, cm 60x75 Courtesy Gallerie Enrico Milano)

Questa tela raffigura un'escursione condotta nel 1880 sul Monte Rosa (Ghiacciaio del Lys, a 4.200 metri di quota) nella quale si scorgono gli escursionisti arrancare con fatica nella neve alle falde della Piramide Vincent, dal quale nasce il Torrente Lys, affluente della Dora Baltea. Possiamo utilizzare la metafora dell'escursionismo per raccontare come il coraggio, l'energia, la determinazione, la creatività e il desiderio di condivisione sono qualità vive e presenti in ciascuno di noi: virtù fondamentali per portare a termine la scalata e per ottenere la miglior vita possibile. Una scalata è sempre faticosa, fatica spesa per raggiungere nuovi paesaggi, nuovi punti di vista. Una scalata è condivisione di emozioni e di esperienze coinvolgenti con avventure, rischi, pericoli e grandissime gioie. La vista di maestosi paesaggi durante la scalata diventa un'epifania sulla bellezza del creato.



..... per altra strada fecero ritorno al loro paese.... Una volta incontrato Cristo, non si può più tornare indietro per la stessa strada. L'incontro con Cristo deve determinare una svolta, un cambiamento di abitudini.

Anche se la nuova strada non è facile da seguire e il percorso è faticosamente in salita, lungo, impervio, pericoloso e noi stessi non siamo adeguatamente attrezzati per affrontare le difficoltà, non possiamo, anche noi oggi, tornare a casa per la strada per cui siamo venuti, essere oggi quello che eravamo.

(Liberamento tratto dal catalogo della mostra "La montagna dipinta")

Riflessione per RICHIESTA DI PERDONO in preparazione al Natale

Premessa

Riportiamo di seguito la traccia per una riflessione di richiesta di perdono in preparazione al Natale con l'auspicio che sia possibile organizzare in Parrocchia una celebrazione penitenziale con i bambini e i ragazzi.

Traccia

Rileggendo i vangeli dell'Avvento vogliamo soffermarci su alcune frasi e riflettere sul nostro operato.

«Vegliate: non sapete quando il padrone di casa ritornerà» (Mc 13, 33-37)

- Svolgiamo il nostro dovere con costanza o rimandiamo sempre a un altro momento?
- Ci prepariamo con la preghiera e le opere buone ad accogliere Gesù?

«Preparate la strada del Signore, raddrizzate i suoi sentieri» (Mc 1,3)

- Cerchiamo di correggere il nostro carattere e rimediare ai nostri errori?
- Diamo il meglio in ogni situazione o ci accontentiamo di essere discreti?

«Egli venne come testimone per dare testimonianza alla luce» (Gv 1, 6-8. 19-28)

- Sappiamo essere testimoni della Buona notizia comportandoci come Gesù ci ha insegnato?
- Andiamo a Messa o diamo più importanza ad altre attività?

«Ecco la serva del Signore: avvenga per me secondo la tua parola» (Lc 1, 26-38)

- Ci mettiamo a disposizione per aiutare in casa, a scuola o in altre situazioni?
- Ci preoccupiamo solo di noi stessi o sappiamo anteporre i bisogni di chi ci è accanto ai nostri?

«Ecco, vi annuncio una grande gioia» (Lc 2, 1-14)

- Sappiamo gioire per i risultati degli amici o siamo invidiosi?
- Cerchiamo di portare serenità o seminiamo discordia?

Preghiera

Signore,
perdona i nostri peccati
e aiutaci ad essere attenti a tutti.
Insegnaci a smussare
gli spigoli del nostro carattere
e ad essere testimoni della tua Parola.
Aiutaci a superare i nostri limiti
per metterci a servizio del fratello
e rendici capace di gioire
per le piccole cose belle della vita.
Amen





PREGHIERA DELLO SPORTIVO

Signore!

È bello per me correre con i miei amici,
nella gioia e nella fatica, nella vittoria e nella sconfitta.

Là, sul campo, ci metto tutto me stesso perché
per me giocare è un po' come vivere
e vivere è un po' come giocare.

E se penso alla mia vita come a quel campo di gara
allora, Signore, aiutami a viverla
con lo stesso entusiasmo
con lo stesso impegno
con la stessa voglia di vincere
e di diventare grande.

Sii tu la mia guida e il mio maestro.
Insegnami a giocare la mia partita,
indicami il mio ruolo in campo,
incoraggiami a lottare
e dare sempre il meglio di me stesso.
E quando sarò tentato di arrendermi
e di non combattere più,
ti prego abbandona la panchina
ed entra in campo con me!

Con te vicino ricomincio a giocare.

Amen