

# QUINTA DOMENICA DI QUARESIMA

# LA PACE È ... DONO

## 17 MARZO 2024

---

### PER LA CELEBRAZIONE LITURGICA

Di seguito mettiamo in evidenza alcuni suggerimenti per l'animazione liturgica. Sappiamo che spesso ogni domenica, nella Messa più partecipata a livello di famiglie-ragazzi, è affidata ad un gruppo di catechesi preciso. Suggeriamo di coinvolgere il gruppo incaricato attraverso una preparazione che cominci con l'ascolto della Parola della domenica.

### Saluto e Atto penitenziale

**P.** Il Signore Gesù, elevato da terra, vi attiri a sé,  
vi conceda la forza di donare la vita  
e la sua pace sia con tutti voi.

**R.** *E con il tuo spirito.*

**P.** Gesù ci invita a guardare la forza e la bellezza di un piccolo seme posto nella terra, Gesù è il seme di vita che affondato nelle zolle della nostra umanità, la vivifica e feconda. Il segno che accompagna questa quinta domenica di quaresima sono i **CHICCHI DI GRANO**. Gesù oggi ci invita a essere come il "chicco di grano", che donandosi totalmente produce frutto in abbondanza.

*(Prima dell'atto penitenziale verrà portata all'altare una ciotola con CHICCHI DI GRANO)*

**L.** Pochi semi messi insieme.

Dono dato e ricevuto.

Individualità che diviene comunione.

«Se il chicco di grano non muore...».

Accogli le nostre fatiche,

le gioie e le speranze,

la trepidazione e lo sconforto

della nostra vita.

Ci inviti, Signore ad essere come te,

chicco di grano affidato alla terra,

e perdere la propria vita

per far sbocciare vita nuova

nel mondo che attende salvezza.

Se con fiducia e amore

siamo l'uno per l'altro

seme che muore

rinascerà la vita nuova

mirabile creazione  
dello Spirito d'amore.

*(Si potrebbe preparare insieme ai bambini le invocazioni per l'atto penitenziale. Quelle proposte sono solo un esempio)*

**P.** Fratelli e sorelle, affidiamoci alla misericordia del Padre: egli perdoni il nostro peccato e scriva la sua alleanza nel nostro cuore.

**P.** Signore Gesù, perdona la nostra poca fede e la mancanza di coraggio: Kýrie, eléison.

**R.** Kýrie, eléison.

**P.** Cristo, Figlio di Dio, che ti sei sottoposto al supplizio della croce: Christe, eléison.

**R.** Christe, eléison.

**P.** Signore Gesù, abbiamo paura di soffrire qualcosa per testimoniarti: Kýrie, eléison.

**R.** Kýrie, eléison.

**P.** Dio onnipotente abbia misericordia di noi,  
perdoni i nostri peccati  
e ci conduca alla vita eterna.

**R.** Amen.

## Colletta

**P.** Vieni in nostro aiuto, Padre misericordioso,  
perché con la tua grazia possiamo camminare sempre  
in quella carità che spinse il tuo Figlio  
a consegnarsi alla morte per la vita del mondo.  
Egli è Dio, e vive e regna con te,  
nell'unità dello Spirito Santo,  
per tutti i secoli dei secoli.

**R.** Amen.

*(Si potrebbe preparare insieme ai bambini le preghiere dei fedeli. Quelle proposte sono solo un esempio)*

## Preghiera dei fedeli

**P.** O Padre, ci rivolgiamo a te con gli occhi fissi alla croce di Gesù. Ascolta le preghiere che ti rivolgiamo ed esaudiscile. Diciamo insieme:

**R. Padre, ascoltaci!**

**L.** Per la Chiesa, trovi il coraggio di mostrare a tutti il volto del Cristo morto e risorto, preghiamo.

**L.** Per i responsabili della vita pubblica: siano sempre più sensibili alle esigenze della solidarietà e della giustizia, preghiamo.

**L.** Per la nostra comunità, affinché come i greci, desiderosi di incontrare Gesù, sia desiderosa di conoscerlo con l'ascolto frequente della Parola di Dio, preghiamo.

**L.** Per tutti noi, gli ultimi giorni della Quaresima ci trovino pronti a vivere con Gesù i giorni più drammatici della sua vita, preghiamo.

**P.** Signore Gesù, che come il chicco di frumento hai accettato di morire per donarci i frutti della tua passione, fa' che viviamo questi giorni in comunione con te. Tu che vivi e regni nei secoli dei secoli.

**R.** Amen.

## **Dopo la comunione**

*(Un ragazzo legge una preghiera per aiutare i presenti ad interiorizzare il segno e il messaggio di questa quinta domenica di Quaresima).*

**L.** Signore Dio nostro,  
distogliti dai cammini facili della popolarità,  
della gloria a poco prezzo.  
Portaci sulle strade dei poveri della terra,  
perché sappiamo riconoscere nel loro volto  
il volto del Maestro e Redentore.  
Donaci occhi per vedere i percorsi possibili  
alla giustizia e alla solidarietà;  
orecchi per ascoltare  
le domande di senso e di salvezza di tanti che cercano;  
arricchisci il nostro cuore di fedeltà generosa  
e di delicatezza e comprensione  
perché ci facciamo compagni di strada  
e testimoni veri e sinceri della gloria  
che splende nel crocifisso risorto e vittorioso. Amen.

## **Orazione dopo la comunione**

**P.** Dio onnipotente,  
fa' che rimaniamo sempre membra vive di Cristo,  
noi che comunichiamo al suo Corpo e al suo Sangue.  
Egli vive e regna nei secoli dei secoli.

**R.** Amen.

## **Preghiera di benedizione sul popolo**

**P.** Il Signore sia con voi.

**R.** *E con il tuo spirito.*

**P.** Benedici, o Signore, il tuo popolo,  
che attende il dono della tua misericordia,  
e porta a compimento i desideri che tu stesso hai posto nel suo cuore.  
Per Cristo nostro Signore.

**R.** *Amen.*

**P.** E la benedizione di Dio onnipotente,  
Padre e Figlio ✠ e Spirito Santo,  
discenda su di voi e con voi rimanga sempre.

**R.** *Amen.*

**P.** Ricordate che chi sacrifica la propria vita in questo mondo, la conserva per la vita eterna.  
Andate in pace.

**R.** *Rendiamo grazie a Dio.*

**Proponiamo che, al termine della celebrazione, venga consegnato un chicco di grano e un biglietto con la scritta: «Se il chicco di grano, caduto in terra, non muore, rimane solo; se invece muore, produce molto frutto».**

# QUINTA DOMENICA DI QUARESIMA

# LA PACE È ... DONO

## INTRODUZIONE

---

### Contenuti catechistici

Il Vangelo di questa domenica ci presenta, attraverso la parabola del chicco di grano, una riflessione sulla passione e morte di Gesù.

Alcuni greci, presenti a Gerusalemme per la Pasqua, desiderano incontrare Gesù ed esprimono a Filippo la loro richiesta, che non è semplice curiosità, ma desiderio di conoscere e di credere. Ciò diventa per il Maestro l'occasione per spiegare e approfondire il senso della sua morte imminente; egli dice, infatti, che è giunta l'«ora» della sua glorificazione.

Gesù, per far capire che la sua «ora» non è quella del trionfo e della riscossa, ricorre alla splendida similitudine del chicco di grano che, come ogni seme, per sprigionare tutta la sua fecondità, deve essere consegnato al buio della terra e lì marcire, prima che un nuovo stelo cresca, e produca nuova vita.

La sua vera «gloria» avverrà quando sulla croce donerà la salvezza a ogni persona.

Nell'offerta della sua vita il Maestro indica la misura alta della sua sequela, che non esige, però, dagli altri di offrire fisicamente la loro vita, ma di vivere, donando amore, coraggio, tempo, capacità, servizio... a tutti.

Se vogliamo entrare nella logica del chicco di grano, siamo chiamati a donare noi stessi con amore. Per dare vita occorre dare la vita!

### Brano biblico

#### Vangelo di Giovanni (12,20-33)

<sup>20</sup>Tra quelli che erano saliti per il culto durante la festa c'erano anche alcuni Greci. <sup>21</sup>Questi si avvicinarono a Filippo, che era di Betsàida di Galilea, e gli domandarono: «Signore, vogliamo vedere Gesù». <sup>22</sup>Filippo andò a dirlo ad Andrea, e poi Andrea e Filippo andarono a dirlo a Gesù.

<sup>23</sup>Gesù rispose loro: «È venuta l'ora che il Figlio dell'uomo sia glorificato. <sup>24</sup>In verità, in verità io vi dico: se il chicco di grano, caduto in terra, non muore, rimane solo; se invece muore, produce molto frutto. <sup>25</sup>Chi ama la propria vita, la perde e chi odia la propria vita in questo mondo, la conserverà per la vita eterna. <sup>26</sup>Se uno mi vuole servire, mi segua, e dove sono io, là sarà anche il mio servitore. Se uno serve me, il Padre lo onorerà. <sup>27</sup>Adesso *l'anima mia è turbata*; che cosa dirò? Padre, *salvami* da quest'ora? Ma proprio per questo sono giunto a quest'ora! <sup>28</sup>Padre, glorifica il tuo nome». Venne allora una voce dal cielo: «L'ho glorificato e lo glorificherò ancora!».

<sup>29</sup>La folla, che era presente e aveva udito, diceva che era stato un tuono. Altri dicevano: «Un angelo gli ha parlato». <sup>30</sup>Disse Gesù: «Questa voce non è venuta per me, ma per voi. <sup>31</sup>Ora è il giudizio di questo mondo; ora il principe di questo mondo sarà gettato fuori. <sup>32</sup>E io, quando sarò innalzato da terra, attirerò tutti a me». <sup>33</sup>Diceva questo per indicare di quale morte doveva morire.

## Simbolo

### **Il chicco di grano**

È simbolo del dono totale di sé stessi e della fecondità del sacrificio. «Morire per produrre molto frutto» non è certo porre fine alla propria vita, ma cercare di trasformare alcuni nostri atteggiamenti negativi, come l'egoismo, la gelosia, la rabbia, la pigrizia, in gesti positivi verso gli altri. Se riusciamo a soffocare questi nostri comportamenti sbagliati, saremo un seme che produce qualcosa di buono: amore, amicizia, altruismo, PACE.

# QUINTA DOMENICA DI QUARESIMA

## LA PACE È ... DONO

### Scheda BIMBI 3-8 anni – Fase prima evangelizzazione

---

#### Obiettivi

In questo incontro cercheremo di aiutare i bimbi:

- ad ascoltare il brano di *Giovanni 12,20-33*;
- a valorizzare l'immagine evangelica del seme caduto a terra: «se il chicco di grano, caduto in terra, non muore, rimane solo; se invece muore, produce molto frutto» (*Gv 12,24*);
- ad approfondire il tema del dono di sé, indispensabile per portare frutti di vita nuova. Solo grazie a questa apertura del cuore e al dono della propria vita fatta ai fratelli e alle sorelle si riesce a portare un frutto di pace, gioia, unità. La logica del seme chiede di saper vivere la vita dell'altro come un dono che diventa una domanda rivolta alla nostra sensibilità. Una domanda di accoglienza, rispetto e valorizzazione di ogni aspetto della persona che chiede gesti e pensieri di gratuità e generosità.

#### Innesto – Accoglienza

Per iniziare l'incontro proponiamo un racconto.

##### **Mi chiamo Chik**

Ciao bimbi! Sono un piccolo chicco di grano, anzi... ero un piccolo chicco di grano... Mi chiamo Chik. La mia storia inizia quando un seminatore cominciò a seminare. Eravamo tantissimi piccoli chicchi e, cadendo a terra, ognuno di noi trovò il proprio posticino. Io, sinceramente, mi ritenni molto fortunato perché, a differenza di altri chicchetti, fui gettato in una zolla di terra molto soffice, calda e sicura.

Ero proprio felice della mia nuova casetta ma, man mano che il tempo passava... brrr che freddo! Dopo un po' cominciai a sentire anche uno strano rumore che aumentava sempre più: era la pioggia che, un po' alla volta, si era trasformata in un acquazzone incredibile. Potete ben capire che la mia situazione non era delle più allegre: ero fradicio, congelato e solo. Chissà dove erano i miei amici...

A questo punto pensai che fosse tutto finito, che la mia vita non fosse servita a niente: attorno a me c'era solo terra e per di più bagnata! Stavo per marcire e in quel momento mi sono sentito morire. Credo di essermi addormentato e, nel sogno, sentii una voce che mi diceva: "Non aver paura, tu sei stato creato per un motivo ben preciso. Ora la tua sofferenza è grande, ma stai certo che da questo tuo soffrire ben presto nasceranno molti frutti". Io, a dire la verità, credevo di essere già morto... non capivo proprio che frutti avrei potuto dare!

Un mattino di primavera sentii dei formicolii dentro di me... "Ma allora sono vivo!" pensai, e vidi che dal fondo del mio guscio stavano uscendo delle "zampette", mentre dalla parte superiore usciva un piccolo germoglio che un po' alla volta si allungò sempre più e... pluf... bucò la terra. Che bello vedere il sole! Ero proprio io, ed ero tornato a vivere un'altra volta!

Inoltre, meraviglia delle meraviglie, attorno a me vidi tanti altri piccoli germogli: erano tutti i miei amici. La mia gioia era così grande che solo le radici mi trattennero dal saltare qua e là come un grillo!

Col passare dei giorni mi feci sempre più robusto e mi trasformai in una spiga color oro. Ero proprio bello! Ed anche i miei amici erano belli come me! Un giorno però arrivarono dei mietitori che ci tagliarono, sbatterono le spighe e misero tutti i chicchetti in un grande sacco: eravamo molto pigiati ma almeno eravamo in compagnia. Ci portarono in un mulino e lì ci successe un po' di tutto: passammo attraverso dei rulli, ci soffiaron aria per pulirci, ci fecero saltare su delle reti per toglierci il guscio e ci trasformarono in una polvere bianca: la farina.

Sapete quale è stato il finale di questo viaggio? Sono diventato pane.

## Brano biblico

**Dal vangelo secondo Giovanni (12,20-33)**

## Simbolo

**Il chicco di grano**

## Attività

Si invitano i bimbi ad ascoltare attentamente la lettura o la narrazione del brano del vangelo di questa quinta domenica di Quaresima.

Il Vangelo di questa domenica ci presenta, attraverso la parabola del chicco di grano, una riflessione sulla morte e resurrezione di Gesù. Gesù si trova a Gerusalemme per la pasqua e incontra alcuni greci che vogliono conoscerlo. Ecco che parla di sé come di un chicco di grano che, caduto nella terra, germoglia, il guscio che ha intorno si rompe e ne esce la piantina, che poi cresce e diventa una spiga, producendo molto frutto. In un certo senso il seme muore, perché quando c'è la piantina il seme non c'è più, si è trasformato. Se invece il guscio del seme non si rompesse, non nascerebbe nulla.

Con questa immagine Gesù ci invita a vivere donandoci agli altri, ad offrire loro il nostro tempo, la nostra attenzione, il nostro amore, così come lui fa con ciascuno di noi, offrendo la sua vita sulla croce.

## La semina

Prendere un vaso, riempirlo di terra e seminarci i semi di grano ricevuti. Tenere al buio il vaso e innaffiarlo periodicamente. In pochi giorni i chicchi germoglieranno. Il giovedì santo, preparare il vaso con carta colorata e portarlo in chiesa per l'altare della Reposizione. Se vuoi, il sabato santo, puoi ritirare la tua piantina, da mettere sulla tavola nel giorno di Pasqua.

Le piantine di grano saranno proprio il segno di quello che esprimono le parole di Gesù, portate a compimento con la sua Resurrezione.

## Strumenti

Il racconto *Mi chiamo Chik*, vaso, terra, semi, acqua, Bibbia e una ciotola con chicchi di grano.

## Preghiera

Calmiamo le acque: basterà rimanere seduti in silenzio qualche istante. Prepariamo il clima: entriamo scalzi nel luogo della celebrazione, sediamoci per terra e chiediamo ai bimbi di fare altrettanto, abbassiamo le luci, mettiamo al centro una Bibbia e una ciotola con chicchi di grano.

Aiutiamo i bimbi a fare bene il *Segno di croce*.

*Catechista:* «Signore Gesù,  
per noi sei diventato un chicco di grano,  
che cade in terra e muore  
per produrre molto frutto.  
Quello che abbiamo ricevuto  
non possiamo tenerlo per noi.  
Sul tuo esempio, Gesù,  
vogliamo essere come il chicco di grano  
per donarci ai nostri fratelli.  
Riempici, Signore, della forza dello Spirito Santo  
per essere una sola famiglia,  
un cuor solo ed un'anima sola.  
Amen!».

Concludiamo con la recita del *Padre nostro* - leggendolo da un cartellone precedentemente preparato - e il *segno della croce*.

# QUINTA DOMENICA DI QUARESIMA

## LA PACE È ... DONO

### Scheda BAMBINI 8-9 anni – Riconciliazione e Comunione

---

#### Obiettivi

In questo incontro cercheremo di aiutare i bambini:

- ad ascoltare il brano di *Giovanni* 12,20-33;
- a valorizzare l'immagine evangelica del seme caduto a terra: «se il chicco di grano, caduto in terra, non muore, rimane solo; se invece muore, produce molto frutto» (Gv 12,24);
- ad approfondire il tema del dono di sé, indispensabile per portare frutti di vita nuova. Solo grazie a questa apertura del cuore e al dono della propria vita fatta ai fratelli e alle sorelle si riesce a portare un frutto di pace, gioia, unità. La logica del seme chiede di saper vivere la vita dell'altro come un dono che diventa una domanda rivolta alla nostra sensibilità. Una domanda di accoglienza, rispetto e valorizzazione di ogni aspetto della persona che chiede gesti e pensieri di gratuità e generosità.

#### Innesto – Accoglienza

Per iniziare l'incontro proponiamo un video.

#### CGI Animated Short Film "Joy and Heron" by Passion Pictures | CGMeetup

A questo link puoi trovare il video: <https://youtu.be/1lo-8UWhVcg>

Tu chi hai aiutato oggi?

#### Brano biblico

Dal vangelo secondo Giovanni (12,20-33)

#### Simbolo

Il chicco di grano

#### Attività

Si invitano i bambini ad ascoltare attentamente la lettura o la narrazione del brano del vangelo di questa quinta domenica di Quaresima.

La frase del vangelo di oggi è così vera! Per far crescere il grano bisogna seminare... è il grande mistero della natura: si gettano tanti piccoli semi, e crescono delle piante. Perché? Perché il seme muore e, dalla sua morte, nasce la pianta. Ed è vero! Il seme non c'è più, ma morendo permette

che nasca quella cosa bellissima che è il grano maturo. Se sotto una zolla di terra il chicco di grano non dà la vita marcendo, non può germogliare e non può diventare spiga e poi pane per tutti noi! Rimarrebbe là solo, triste, infreddolito, rinsecchito e la sua vita non avrebbe alcun senso. Con quella frase però Gesù non vuole dirci che dobbiamo morire fisicamente! Lui vuole dire che dobbiamo avere il coraggio di donare tutto a Lui con amore: il nostro tempo, le nostre capacità, i nostri piccoli sacrifici, i vostri desideri... tutto! Allora, occhi sempre bene aperti: non rimandiamo al domani, perché è oggi che dobbiamo capire il segreto del chicco di grano che dona la vita per dare frutto! E... quando mangiamo il pane, ricordiamoci che lì dentro c'è l'amore di tanti chicchi!

Proponiamo di seguito due attività tra cui scegliere.

### **1. Facciamo crescere un seme di...**

Procuriamoci due piccoli contenitori nei quali far crescere le nostre piantine; possono essere dei fondi di bottiglia o delle semplici vaschette. Dopodiché avremo bisogno del cotone. Possiamo usare del cotone normale, ma vanno benissimo anche dei dischetti da trucco. Infine, l'ingrediente principale: i nostri semini: di fagioli, di lenticchie, di ceci... Per prima cosa prendete il cotone e posizionate sul fondo del recipiente. Una volta posato prendere l'acqua e incominciare a bagnare il cotone in modo abbondante, e aspettate sino a far assorbire bene tutto il liquido. Attenzione a non bagnarlo in modo eccessivo, deve essere ben bagnato ma non zuppo. Dopo prendete i semini e posizionate sopra al cotone. Non metteteli troppo attaccati, ma con una certa distanza tra di loro in modo che abbiano lo spazio per crescere. Copriteli con un po' di cotone o dischetto e inzuppatelo di acqua senza però esagerare. Ogni due giorni, circa, controllate che tutto proceda bene e che il cotone sia ben bagnato. Nel caso sia asciutto bisognerà sempre bagnarlo nuovamente con abbondante acqua. Ora non vi resterà che aspettare fino a quando i semini non si trasformeranno in piantine.

### **2. Spighe di grano**

La/il catechista propone ai bambini di realizzare in 3D le spighe di grano. Le spighe di grano sono il prodotto del seme che cade in terra, marcisce, e solo così porta frutto. Gesù è come quel chicco di grano: dalla sua morte e risurrezione verrà la vita per noi. Anche noi possiamo essere il seme che dà la vita, quando non pensiamo solo a noi stessi, ma ci apriamo all'amore di Dio e lo doniamo agli altri.

A questi link potete trovare degli utili suggerimenti per la costruzione delle spighe di grano:

<https://youtu.be/OzCbMPQX6qY>

Le spighe potrebbero essere presentate durante la santa Messa domenicale.

Invitiamo i bambini a scrivere su un biglietto quali gesti possiamo donare agli altri per produrre frutti buoni: amore, bontà amicizia, PACE.

## **Strumenti**

Il video *CGI Animated Short Film "Joy and Heron" by Passion Pictures | CGMeetup*, supporto multimediale per vedere/sentire il video, piccoli contenitori come bicchierini di plastica o alluminio, semini di cereali (grano, farro) oppure fagioli o lenticchie, cotone, acqua, carta crespata, colla a caldo, biglietti, penne, colori, Bibbia e una ciotola con chicchi di grano.

## Preghiera

Calmiamo le acque: basterà rimanere seduti in silenzio qualche istante. Prepariamo il clima: entriamo scalzi nel luogo della celebrazione, sediamoci per terra e chiediamo ai bambini di fare altrettanto, abbassiamo le luci, mettiamo al centro una Bibbia e una ciotola con chicchi di grano.

Aiutiamo i bambini a fare bene il *Segno di croce*.

*Tutti:* «Signore Gesù, solo guardandoti sulla croce,  
possiamo conoscerti e comprendere che la salvezza  
offerta a tutti noi è frutto della tua vita donata,  
come il chicco di grano  
che porta frutto solo se muore.  
Signore Gesù, aiutaci ad accogliere  
la logica del chicco di grano donando tempo,  
energie, attenzione ... a te e al prossimo. Amen».

Concludiamo con la recita del *Padre nostro* e il *segno della croce*.

# QUINTA DOMENICA DI QUARESIMA

## LA PACE È ... DONO

Scheda BAMBINI/RAGAZZI 9-11 anni – Fase mistagogica post-comunione

---

### Obiettivi

In questo incontro cercheremo di aiutare i bambini e/o ragazzi:

- ad ascoltare il brano di *Giovanni* 12,20-33;
- a valorizzare l'immagine evangelica del seme caduto a terra: «se il chicco di grano, caduto in terra, non muore, rimane solo; se invece muore, produce molto frutto» (Gv 12,24);
- ad approfondire il tema del dono di sé, indispensabile per portare frutti di vita nuova. Solo grazie a questa apertura del cuore e al dono della propria vita fatta ai fratelli e alle sorelle si riesce a portare un frutto di pace, gioia, unità. La logica del seme chiede di saper vivere la vita dell'altro come un dono che diventa una domanda rivolta alla nostra sensibilità. Una domanda di accoglienza, rispetto e valorizzazione di ogni aspetto della persona che chiede gesti e pensieri di gratuità e generosità.

### Innesto – Accoglienza

Per iniziare l'incontro proponiamo un video.

#### weeds | awesome short story

A questo link puoi trovare il video: <https://youtu.be/eTNH35FhASY>

Il cortometraggio mostra bene il senso del donare la propria vita per gli altri, accettando di non poter tenere la propria vita solo per sé.

### Brano biblico

### Simbolo

#### Il chicco di grano

### Attività

Si invitano i bambini/ragazzi ad ascoltare attentamente la lettura o la narrazione del brano del vangelo di questa quinta domenica di Quaresima.

Gesù, quando fece il paragone del chicco di frumento caduto in terra e chiamato a portare frutto ci parla di sé e della sua Pasqua. Gesù, come il seme di grano, si è fatto uomo, si è fatto piccolo come un seme, è caduto, è sceso sulla terra e ha portato frutto come lo fa un seme che muore, aperto,

spezzato sotto terra. Così facendo sembra svelarci che il segreto più bello della vita è il dono di sé. La vita è così bella e preziosa che quanto più cerchi di trattenerla per te solo, sei destinato a perderla o a renderla grigia e infelice. Quanto più la condividi, donando te stesso, anche nel sacrificio e nell'impegno, nella fatica e nel silenzio, tanto più avrai in cambio gioia e pace. Gesù ci sogna così: persone lieti di portare frutto nel dono di sé senza calcoli! Persone capaci di far nascere qualcosa di buono: potrò far sorridere un amico, aiutare la mamma anche se non ne ho voglia. Tante piccole cose di tutti i giorni a cui a volte non presto attenzione, ma che possono far piacere agli altri.

Questa parola di Gesù sembra difficile da digerire: «Chi ama la propria vita, la perde». Gesù ci vuol forse dire che non dobbiamo volere bene a noi stessi? Proprio no! Ci vuol dire che il modo migliore di voler bene a noi stessi è il dono di sé, come ha fatto lui. Sembra una contraddizione, ma invece è proprio così. E l'esempio del seme ce lo fa capire bene...

Proponiamo di seguito due attività tra cui scegliere.

### 1. Coltiviamo i semi!

Mettiamo un po' di cotone nei contenitori, appoggiamoci i semini e copriamoli con altro cotone. Il cotone deve sempre rimanere umido, quindi ricordiamoci di bagnarlo a giorni alterni. I semini dovrebbero iniziare a germogliare dopo 3 o 4 giorni. Quando i germogli saranno cresciuti, possiamo trasferirli nel terriccio di un vaso e vedere crescere le nostre nuove pianticelle!

### 2. Semi di un Puzzle

I bambini/ragazzi vengono divisi in 3 sottogruppi. Ad ognuno di questi vengono consegnati i pezzi di un puzzle da ricomporre (fotografia o cartolina fotocopiata a colori, magari nel solito formato A3, così è un po' più grande; il soggetto dovrebbe fare riferimento al vangelo di questa domenica di Quaresima). Essi hanno 10' di tempo e hanno solo i pezzi a loro disposizione, nessun altro tipo di aiuto. Dopo un po' si accorgeranno che qualcosa non quadra. Possono, se vogliono, chiedere aiuto al catechista, che può solo consegnar loro l'immagine completa del loro puzzle (altra copia dell'immagine, delle stesse dimensioni e colorata). Facilmente, a questo punto, i ragazzi si accorgeranno che qualcos'altro non quadra ancora. Ogni gruppo infatti ha, tra i suoi pezzi, altri due pezzi che non c'entrano per nulla, fanno infatti parte dei puzzle degli altri due sottogruppi!!! L'unica soluzione è di scambiarsi i pezzi giusti, in modo da poter completare l'immagine.

*Riflessione:* per risolvere le nostre "questioni" quotidiane (problemi, difficoltà, sofferenze, ...) a volte abbiamo bisogno del dono degli altri. Spesso possiamo donare qualcosa di noi a chi potrebbe averne bisogno per risolvere le sue di "questioni". Capire ciò che ci serve e ciò che possiamo dare (non sempre solo il superfluo... il pezzo di cui non ce ne facciamo proprio nulla) non è facile: il sacrificio di Gesù e la sua resurrezione danno senso a tutto questo: sono come la foto con l'immagine intera, che ci fa capire quali pezzi servono per ricostruire il puzzle.

Atteggimento di Gesù nel Vangelo Gv. 12,20-33 «Se il chicco di grano caduto in terra non muore ...» ci ricorda che il chicco di frumento dà tutto ... la vita, per non rimanere solo e portare frutto.

## Strumenti

Il video *weeds | awesome short story*, le canzoni *Mi basta la tua grazia* del Rinnovamento nello Spirito, supporto multimediale per vedere/sentire il video, piccoli contenitori come bicchierini di plastica o alluminio, semini di cereali (grano, farro) oppure fagioli o lenticchie, cotone, acqua, immagine/foto, forbici, Bibbia e una ciotola con chicchi di grano.

## Preghiera

Calmiamo le acque: basterà rimanere seduti in silenzio qualche istante. Prepariamo il clima: entriamo scalzi nel luogo della celebrazione, sediamoci per terra e chiediamo ai bambini o ai ragazzi di fare altrettanto, abbassiamo le luci, mettiamo al centro una Bibbia e una ciotola con chicchi di grano.

Iniziamo con il canto *Mi basta la tua grazia* del Rinnovamento nello Spirito.

Il canto lo trovi al link: <https://youtu.be/MLW5Dz0Bnmw>

Aiutiamo i bambini o i ragazzi a fare bene il *Segno di croce*.

*Insieme:* «Ti sei fatto il più piccolo tra gli uomini,  
Gesù, Figlio di Dio,  
e come un chicco di grano  
non hai avuto paura di essere messo nella terra  
perché solo così,  
dall'offerta della propria vita,  
il piccolo seme diventa albero,  
genera nuova vita  
e produce frutti abbondanti per tutti.  
Custodiremo il tuo segreto:  
solo dall'amore  
che non teme di donarsi nasce la vita. Amen».

Concludiamo con la recita del *Padre nostro* e il *segno della croce*.

# QUINTA DOMENICA DI QUARESIMA

## LA PACE È ... DONO

### Scheda RAGAZZI 11-14 anni – Cresima

---

#### Obiettivi

In questo incontro cercheremo di aiutare i ragazzi:

- ad ascoltare il brano di *Giovanni* 12,20-33;
- a valorizzare l'immagine evangelica del seme caduto a terra: «se il chicco di grano, caduto in terra, non muore, rimane solo; se invece muore, produce molto frutto» (*Gv* 12,24);
- ad approfondire il tema del dono di sé, indispensabile per portare frutti di vita nuova. Solo grazie a questa apertura del cuore e al dono della propria vita fatta ai fratelli e alle sorelle si riesce a portare un frutto di pace, gioia, unità. La logica del seme chiede di saper vivere la vita dell'altro come un dono che diventa una domanda rivolta alla nostra sensibilità. Una domanda di accoglienza, rispetto e valorizzazione di ogni aspetto della persona che chiede gesti e pensieri di gratuità e generosità.

#### Innesto – Accoglienza

Per iniziare l'incontro proponiamo un video.

#### “L'altro paio” di Sarah Rozik

A questo link puoi trovare il video: <https://youtu.be/CcJFABaLrO8>

Per contestualizzare il video ai ragazzi, la/il catechista può documentarsi a questo link:

<https://alleyoop.ilsole24ore.com/2017/09/04/due-bambini-ed-un-paio-di-scarpe-the-other-pair-insegna-il-valore-della-generosita/>

Si stimola il confronto con le seguenti domande:

- Dove si svolge la vicenda?
- Quali differenze sociali, fisiche, di carattere hanno i due protagonisti?
- Cosa li accomuna secondo te?
- Il bambino più “ricco” teneva molto alle sue scarpe, basta vedere come all'inizio del video le ha lucidate, e le ha donate al bambino più povero. Io nella vita di tutti i giorni dono la parte più bella di me o me la tengo stretta? Cos'è che potrei donare di bello?
- Prova a riassumere la vicenda soffermandoti su tutti i particolari che ricordi.
- Il bambino povero si rende conto della grandezza di ciò che ha ricevuto. Io mi rendo conto che in coloro che incontro c'è un dono da custodire e di cui prendermi cura?
- Continua il racconto. Immagina che i due protagonisti si incontrino dieci anni dopo. Descrivi il luogo dell'incontro, cosa sono diventati, il dialogo tra i due. Comincia così: “Un giorno, dopo dieci anni, i due ragazzi, ormai diventati adulti, si incontrarono di nuovo”.

Leggi il tuo racconto e confrontalo con quello dei tuoi compagni.

## Brano biblico

**Dal vangelo secondo Giovanni (12,20-33)**

## Simbolo

**Il chicco di grano**

## Attività

Si invitano i ragazzi ad ascoltare attentamente la lettura o la narrazione del brano del vangelo di questa quinta domenica di Quaresima.

Guardiamo cosa succede ad un CHICCO DI GRANO: è piccolissimo, sembra inerte, statico, quasi inutile, eppure se quella pellicola che lo ricopre e protegge si rompe, marcisce a contatto con l'umidità del terreno (in questo senso MUORE) sprigiona la sua potenza vitale germinando, dilatandosi fino a dar vita ad una pianta e questa a dar vita alla spiga del grano che moltiplica il chicco iniziale. Il chicco di grano di cui parla il vangelo è Gesù stesso. Come il chicco di grano egli è caduto nella terra con la sua passione e morte, ed è rispuntato e ha portato frutto con la sua resurrezione.

Ma la storia del piccolo chicco di grano, aiuta anche, a capire noi stessi e il senso della nostra vita. Come un seme così Gesù, ed ogni uomo, possiede una potenza straordinaria, una ricchezza di vita, di amore, di bontà che immette nella storia solo a condizione di rinunciare alla difesa della sua vita, facendo della sua vita un dono gratuito di amore che porta frutto.

Cadere in terra e morire, non è solo la via per portare frutto, ma anche per continuare a vivere. Provate a pensare cosa succede al chicco di grano che rifiuta di cadere in terra? O viene beccato dagli uccelli o inaridisce in un angolino. Se invece, viene seminato, rispunterà e conoscerà una nuova vita. Il chicco di grano è l'immagine di ciascuno di noi. Anche noi possiamo essere il seme che dà la vita quando non pensiamo solo a noi stessi ma ci apriamo all'amore di Dio e lo doniamo agli altri: dalla morte del nostro Gesù viene il frutto della Resurrezione, dalla morte di ciascuno a se stesso e al proprio egoismo, viene la vita dell'amore donato che dà luce e speranza al mondo.

Cosa può significare per me, per te ... morire? Cercare di trasformare alcuni atteggiamenti negativi come l'egoismo, l'invidia, la gelosia, la rabbia, la pigrizia, l'avarizia in gesti positivi verso gli altri. Se riusciamo a soffocare questi nostri comportamenti sbagliati, saremo un seme che produce qualcosa di buono: amore, amicizia, altruismo, pace.

Proponiamo di seguito tre attività tra cui scegliere.

### 1. Un seme come dono

Procurati dei semi da piantare in questo mese (sia in terra che in vaso) possono andare bene rucola, ravenello e basilico (li si può trovare al supermercato, all'agraria o al vivaio). Invitiamo i ragazzi a scegliere un compagno del gruppo a cui regalare i semi. Chiediamo di unire alla busta dei semi un biglietto con su scritto che cosa si vuol donare (l'allegria, la gentilezza, l'ascolto, la pazienza, ecc...). Chiedi al compagno di mettere il biglietto là dove planterà i semi e di fare un reportage fotografico per dividerlo assieme. Con l'aiuto del/la catechista potreste rimettere insieme gli scatti... sarà una meraviglia!

## 2. #donodisé

Sarebbe bello poter invitare qualcuno che possa raccontare ai ragazzi la sua esperienza di #donodisé. Non necessariamente dev'essere qualcuno legato al mondo ecclesiale: potrebbe essere anche una mamma, un insegnante, un'infermiera, una persona "normale" che vive la sua vita come #donodisé. In un momento di preghiera alla fine della testimonianza, verrà letto il passaggio del vangelo di Giovanni (12,24-26), poi la persona che ha fatto la testimonianza consegna ad ogni ragazzo un vasetto con un po' di terra e dei semi da seminare (vasetti e semi preparati dal catechista). Ogni ragazzo metterà i semi sotto terra.

## 3. Passaparola

*Luogo:* chiuso o aperto.

*Numero di giocatori:* almeno quattro, l'importante è che ci siano due squadre di uguali dimensioni.

*Materiale:* strisce di carta con descrizione sintetica di un oggetto tagliata a ogni singola parola (Es. Strumento|atto|a|fornire|la|misura|del|tempo|anticamente|costituito|da|sistemi|basati|sul|movimento|apparente|del|Sole|nella|volta|celeste|o|sullo|scorrimento|di|acqua|o|sabbia|da|un|recipiente|a|un|altro = orologio), tanti oggetti o fotografie di oggetti. Oggetti che abbiano un valore importante in fatto di dono di se stessi.

*Scopo:* completare più frasi e indovinare più oggetti.

*Regole:* sul campo di gioco, in un punto determinato, posizionare tutti gli oggetti o le loro foto in modo che siano bene visibili. Ad ogni turno di gioco una squadra sarà in difesa e l'altra in attacco. All'inizio di ogni turno la squadra che è in difesa si posizionerà in cerchio intorno agli oggetti guardando verso l'interno del cerchio, mentre la squadra in attacco si metterà in disparte con un animatore che consegnerà ai partecipanti le strisce di carta e li metterà in fila perché correndo una alla volta con il biglietto in mano possano in ordine completare la frase intera. Occorre scegliere anche un ultimo giocatore che correrà senza bigliettino, ma che dovrà indovinare l'oggetto descritto dai suoi compagni. Non tutti i ragazzi della squadra avranno un foglietto, quindi bisogna fare in modo che in ogni turno di attacco ci sia un ricambio di corridori. Dopo la distribuzione dei bigliettini e la decisione dell'ordine di corsa, tutta la squadra in attacco (anche chi non ha il foglietto) si dovrà disporre nel cerchio in modo che si alternino un giocatore in difesa e uno in attacco (anche loro rivolti verso il centro del cerchio, dove ci sono gli oggetti). Quindi ogni giocatore in attacco dovrà andare a posizionarsi tra due giocatori in difesa. Al via del/della catechista, il primo giocatore scelto con il bigliettino inizia a correre in senso antiorario fuori dal cerchio (la squadra in difesa non deve sapere chi siano i giocatori con i bigliettini), il giocatore in difesa che lo precede (quindi alla sinistra del giocatore in attacco che corre) dovrà anche lui correre nella stessa direzione (o direzione opposta a discrezione degli animatori). Vince la sfida chi dei due torna per primo al suo posto, se il primo ad arrivare è il giocatore con il bigliettino, esso potrà aprirlo e leggerlo ad alta voce, viceversa l'animatore sequestrerà il bigliettino senza farlo leggere a nessuno. Si continua così fino alla fine della frase, il giocatore che sa di avere l'ultimo bigliettino dovrà urlare "ultimo" mentre inizia a correre. Una volta finita la fase di componimento della frase, il giocatore designato per indovinare l'oggetto dovrà iniziare a correre come tutti gli altri giocatori, così anche il suo avversario a sinistra, però a questo punto non vince chi torna per primo al posto, ma chi rientrando nel cerchio dal proprio posto riuscirà a prendere per primo l'oggetto corretto descritto dalla frase. Il punteggio sarà dato in base al numero di pezzi di frase portati in salvo e urlati, ossia saranno a disposizione 100 punti da distribuire a ogni bigliettino (Es. 10 pezzi di frase = 10 punti a bigliettino portato in salvo) e 50 punti per chi riesce ad aggiudicarsi

per primo l'oggetto al centro del cerchio. A ogni fine frase la squadra che giocava in attacco andrà a giocare in difesa e viceversa.

## Strumenti

Il video "L'altro paio" di Sarah Rozik, le canzoni *Mi basta la tua grazia* del Rinnovamento nello Spirito, supporto multimediale per vedere/sentire il video e/o la canzone, semi, vasi, terra, acqua, foglietti, penne, strisce di carta con descrizione sintetica di un oggetto tagliata a ogni singola parola, una Bibbia e una ciotola con chicchi di grano.

## Preghiera

Calmiamo le acque: basterà rimanere seduti in silenzio qualche istante. Prepariamo il clima: entriamo scalzi nel luogo della celebrazione, sediamoci per terra e chiediamo ai ragazzi di fare altrettanto, abbassiamo le luci, mettiamo al centro una Bibbia e una ciotola con chicchi di grano.

Iniziamo con il canto *Mi basta la tua grazia* del Rinnovamento nello Spirito.

Il canto lo trovi al link: <https://youtu.be/MLW5Dz0Bnmw>

Aiutiamo i ragazzi a fare bene il *Segno di croce*.

*Insieme:* «Signore,  
fammi buon amico di tutti,  
anche di chi cerca luce lontano da te.  
Aiutami,  
perché io non passi accanto a nessuno  
con il volto indifferente,  
con il cuore chiuso,  
con il passo affrettato.  
Ricordami che non c'è amore più grande  
di chi dà la vita per gli amici,  
e che non c'è nulla di più appagante al mondo  
che amare e lasciarsi amare.  
Signore, che io ti possa servire,  
che io ti possa amare,  
che io ti possa ascoltare  
in ogni fratello che mi fai incontrare».  
(cfr. da una preghiera di San Vincenzo de' Paoli)

Concludiamo con la recita del *Padre nostro* e il *segno della croce*.