

UdL n. 3 - "IO-PROGETTO di VITA"

Il parte - LABORATORIO

I - ESERCIZI

Esercizio n. 9

Tra le **Canzoni, Testi, Frasi per riflettere**, riportate in questa UdL, scegli quelle che ti piacciono di più, e fanne un tuo commento:

Canzone di _____

commento: _____

Testo di _____

commento: _____

Frase di _____

commento: _____

Esercizio n. 10

*Quanti giovani oggi sono soddisfatti della loro vita?
Cosa vorrebbero cambiare del loro modo di vivere?*

In numerose recenti indagini sulla condizione giovanile risulta che in genere vorrebbero un po' tutti cambiare qualche cosa della loro vita e, in particolare:

- la condizione economica
- il carattere
- l'aspetto fisico
- il rapporto con i genitori
- il modo di vivere il tempo libero
- l'uso del denaro
- il rapporto col ragazzo/a
- gli amici
- l'indirizzo degli studi
- gli ideali di vita
- lo stato di salute

Tu:

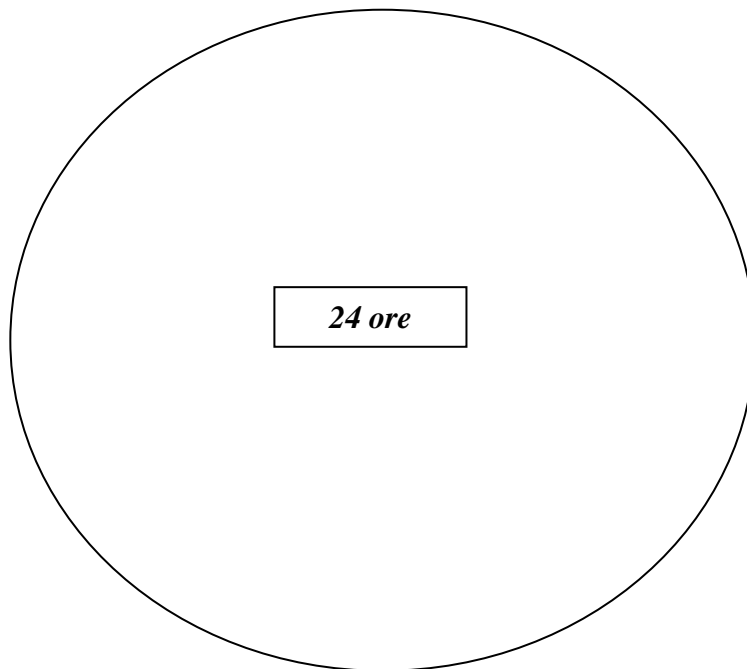
- *sei completamente soddisfatto di come hai vissuto finora la tua vita?*

- *cosa vorresti cambiare della tua vita?*

Esercizio n. 11 - "Cosa fa il 'papalagi' con il suo tempo?"

Rispondi a questa provocazione dividendo il cerchio in basso in tanti spicchi che insieme assommano alle 24 ore di una tua normale giornata, e dove ognuno di questi spicchi corrisponde alle ore che in genere tu dedichi¹:

- 1 - alle attività fisiologiche (mangiare, dormire, accudirti...)
- 2 - ai tuoi impegni (di studio...)
- 3 - alle attività del tempo libero (sport, hobby, associazionismo...)
- 4 - all'uso delle tecnologie massmediali e virtuali (videogiochi, internet, face book, TV...)
- 5 - alla vita di relazione (gruppo di amici, ragazzo/ragazza ...)
- 6 - allo "spirito" (prendere contatto con te stesso, pregare, riflettere, fare progetti di vita...)
- 7 - e altre cose ancora....



Al termine di questo esercizio prova a rispondere:

Che cos'è per te il tempo? _____

Che valore ha nella tua vita? _____

Sei soddisfatto del modo in cui gestisci il tuo tempo? _____

Come potresti gestire più efficacemente il tuo tempo? _____

In quali attività ti piacerebbe spendere meglio il tempo? _____

Sprechi il tuo tempo? In che modo? _____

A quali attività vorresti:

togliere tempo? _____

dare più tempo? _____

Cosa potresti fare per cambiare il tuo modo di spendere il tempo? _____

¹ Da VOPEL K.W., o.c., n. 1, pp. 207-209; versione ridotta e rielaborata.

Esercizio n. 12 - **“COME sarò/COSA farò da GRANDE”?**

Immagina di avere 20 anni in più:

Come sarà ripartito il tuo tempo nell'arco delle 24 ore? _____

Quali saranno le attività che occuperanno di più il tuo tempo? _____

Quali saranno le cose più importanti per te? _____

Chi vivrà accanto a te? _____

Come ti divertirai? _____

Quale sarà la differenza con la tua vita attuale? _____

Quali dei tuoi progetti di vita saranno già realizzati? _____

Quali saranno i nuovi progetti da realizzare? _____

Esercizio n. 13 - **Tu “*CHF*” hai deciso di diventare?**

Completa ciascuna delle seguenti frasi con la prima cosa che ti viene in mente²:

Io spero di _____

Io desidero ardentemente _____

Io mi propongo di _____

Io sto tentando di _____

Io sono determinato a _____

Io sogno di _____

Io ho realmente bisogno di _____

Io sono deciso a _____

Io farò tutto il possibile per _____

Io sarò pienamente soddisfatto quando _____

Ad ogni costo io voglio che _____

Al termine:

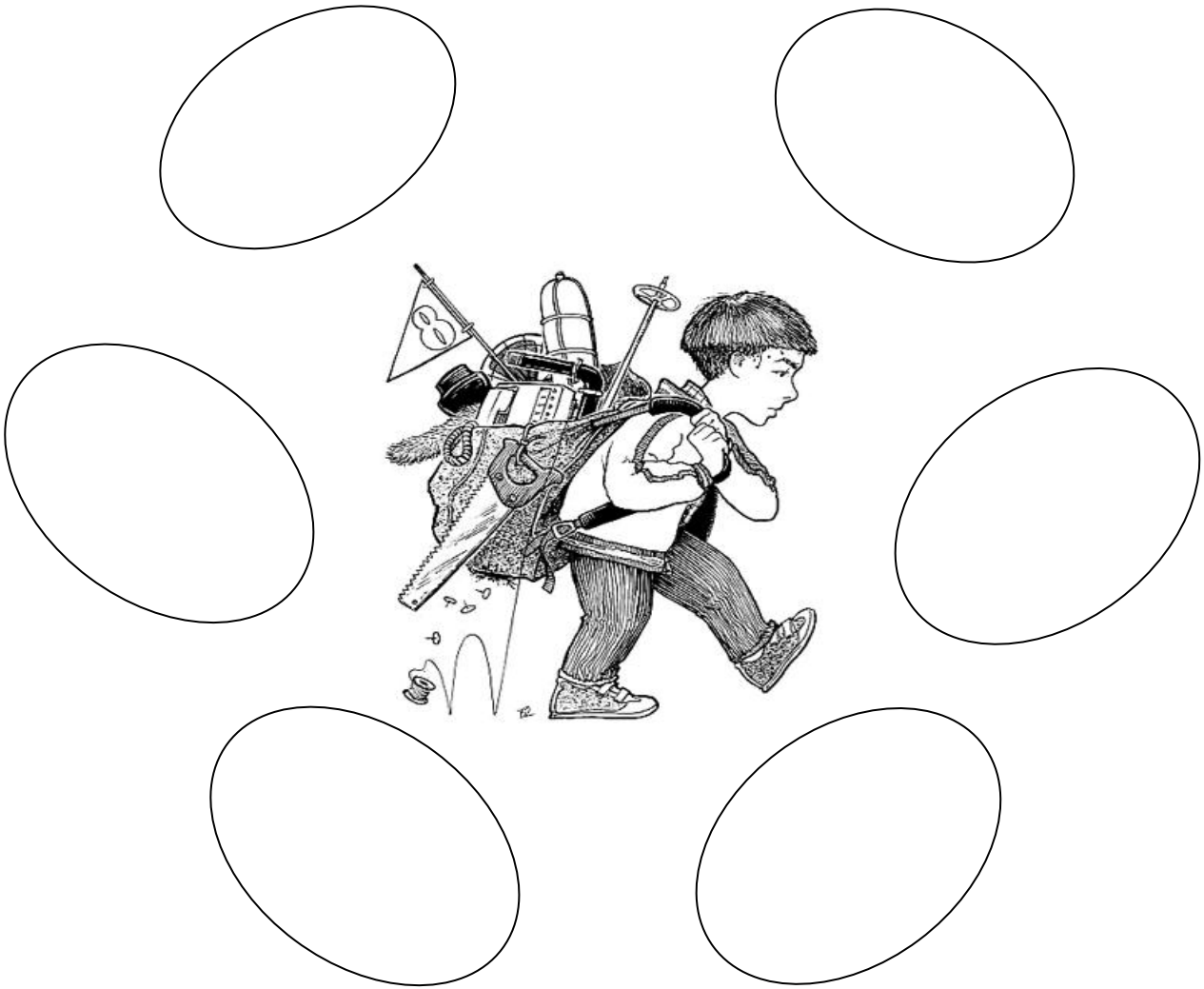
Quante probabilità hai per raggiungere gli obiettivi espressi sopra?

Quali difficoltà dovrai superare per realizzare i desideri espressi sopra?

Chi o che cosa ti può aiutare? Su chi o su che cosa potrai fare affidamento?

² Da PALMONARI A. et al., *Identità imperfette*, Bologna, Il Mulino, 1979, p. 299; versione ridotta.

Esercizio n. 14 - **“Cosa vorresti mettere nel tuo zaino per la vita?”**



II - PISTE di RICERCA - APPROFONDIMENTO

a) Film

- Bille Woodruff - **Honey** (2003)³

Honey Daniels ha la musica nel sangue, insegna danza hip-hop al centro giovanile del Bronx, il quartiere in cui vive, e si mantiene lavorando come commessa di giorno e barista la notte. Notata per caso da Michael Ellis, regista di videoclip, trova il successo come coreografa. Ma quando respinge le avances del suo pigmalione, questi, per vendicarsi, la licenzia e le impedisce di trovare altri ingaggi. Per Honey, l'apparente fallimento, è l'occasione per ripensare a cosa vuole davvero e dà vita così a un progetto che coinvolge i ragazzi e i giovani del quartiere per toglierli dalla strada e dare loro un'alternativa, grazie alla musica e alla danza.

Per riflettere dopo aver visto il film

- *Qual è il sogno di Honey all'inizio del film?*
- *A cosa attinge per creare le coreografie che la portano al successo?*
- *Come si rapporta con i suoi genitori? E con i suoi amici (grandi e piccoli)?*
- *Quali valori condividono Honey e Chaz?*
- *In che modo la giovane si lascia provocare e coinvolgere dalla realtà che la circonda?*
- *Da un sogno iniziale, Honey passa a un **progetto**: quale?*

Una possibile lettura

Come passare da un sogno individuale ad un progetto che tocca la vita di tanti, questo è il percorso che compie Honey Daniels. Poco più che ventenne, con un buon talento come coreografa, ha un sogno che riguarda il suo futuro: sfondare nel mondo della danza, realizzando videoclip. Ci riesce e dimostra di saperci fare, conquistando la stima dei cantanti con cui lavora. Eppure, dopo aver assaporato il successo e la sua fuggevolezza, lascia perdere i sogni di gloria e sente sgorgare in sé un **progetto** vero, coinvolgente, difficile ma non impossibile.

Un progetto che nasce dalla presa di coscienza della realtà che la circonda e dell'urgenza di fare qualcosa, di offrire un'alternativa ai ragazzini coinvolti nello spaccio di stupefacenti o come corrieri per la piccola malavita.

Mentre il sogno ambizioso era declinato al singolare e solo Honey ne era protagonista, fino al punto da prendere le distanze dalle amiche di sempre, il progetto della scuola di danza coinvolge tutti coloro che le sono intorno: Chaz, che l'aiuta a trovare il posto dove tenere lo spettacolo, gli amici che si attivano per dare pubblicità all'evento, le associazioni che hanno a cuore lo sviluppo dei quartieri più degradati e naturalmente i ragazzi che ballano sulle sue coreografie. Il nuovo progetto permette ad Honey di porre a servizio degli altri tutte le sue doti: quelle artistiche e quelle di temperamento. Ha un carattere generoso e cordiale: è ben voluta da tutti quelli che la conoscono, condivide con gli amici i soldi che riesce a guadagnare. È onesta, affabile, solare. Ha rispetto di sé stessa, così non si vende in nessun caso a Mike: prima rifiuta le sue avances e poi, quando il regista torna a proporle dei lavori con interessanti offerte di denaro, si dimostra coerente non accettando. La giovane donna è capace di rapporti sereni con i genitori e gli amici. Ha un forte legame affettivo con il padre, che la incoraggia in tutto, ha una profonda stima di sua madre, che ha dato vita al Centro Giovanile, punto di riferimento per i ragazzi del quartiere. I suoi desiderano per lei un futuro diverso, lontano dai problemi del Bronx, magari una carriera di successo, ma Honey ha la libertà di confidarsi con loro e provare a condividere il suo progetto di vita: *“Lo sai che cosa vedo stando con voi?”* - confida alla madre - *“Vedo ragazzini fare la spola tra case disastrose e*

³ www.honey.paoline.it. Schede a cura di Teresa Braccio.

scuole malandate, e l'unico luogo, qui, dove loro possono sentirsi al sicuro, l'hai aperto tu. Certo, magari ho sbagliato a non andare a Parigi, a Milano o chissà dove, ma per la verità io vorrei solo seguire il tuo esempio!"

Con le amiche di sempre, e con Geena in particolare, ha un'allegria complicità, insieme fanno festa, sanno riconoscere il bene che è nell'altra, gioiscono per i successi e si incoraggiano nei momenti difficili. Honey è particolarmente attenta e premurosa verso i più piccoli: sembra comprendere che solo offrendo loro un'alternativa alla vita di strada, lì si può far crescere onesti e buoni. Per questo fa sentire loro che valgono, che hanno doni e capacità, come quando dimostra la sua ammirazione per i passi di danza inventati da Benny.

Offre il suo tempo, la sua attenzione, le sue premure: accompagnando Raymond dal barbiere, per esempio, oppure andando a trovare Benny in riformatorio, senza prediche e con cuore sincero. Speciale è poi il rapporto con Chaz: la loro reciproca attrazione, pian piano diventa qualcosa di più. Lui la tratta sempre con molto rispetto, la protegge dai boss di quartiere come BB, la incoraggia nei momenti difficili. Honey e Chaz hanno in comune la voglia di una vita pulita, sincera, si riconoscono come più fortunati rispetto a tanti altri, lì nel Bronx, e sentono la responsabilità verso i ragazzi più giovani. Confida Chaz alla ragazza: *"BB mi prende per il culo come se fossi un fallito, come se mi perdessi il mondo a non frequentare più la strada, ma sai che ti dico? Ho trovato qualcosa che posso amare sinceramente, che mi rende felice, ed è molto più importante di quello che può farmi diventare ricco"*.

Chaz è anche una persona di fede: quando Honey è demoralizzata perché non riesce più a trovare lavoro e si lamenta con lui riguardo al comportamento di Mike, il suo ragazzo le ricorda: *"Se ti ha fatto lavorare è perché hai talento, grinta e perché ami quello che fai! Questi sono doni di Dio!"* Diversi sono i riferimenti alla dimensione religiosa che il film fa in maniera più o meno esplicita: viene inquadrata più volte la crocetta che Honey porta al collo, in una sequenza indossa una t-shirt con stampata l'immagine della Madonna di Guadalupe, ed è interessante notare come lo spettacolo di beneficenza si svolga dentro ad una chiesa, seppure sconosciuta.

La danza è il modo privilegiato che ha Honey per comunicare, è la sua passione, è l'espressione della sua vita. Per costruire le sue coreografie, Honey si serve dei gesti quotidiani, da ciò che vede intorno a sé, l'animazione della strada, i ragazzi che giocano a basket o le bambine che saltano la corda. La danza hip-hop è una danza aggressiva e insieme sexy, come appare evidente dai videoclip cui partecipa la giovane, ma quando decide di coinvolgere i più piccoli, ecco che le coreografie diventano più acrobatiche e coinvolgenti, più giocose e prive di allusioni erotiche. Un piccolo film quello di Woodruff, semplice nella struttura e intenso nei contenuti, capace di parlare con immediatezza al pubblico più giovane, ma i valori che sa comunicare sono senza età.

b) Commento ad una canzone per la vita - ***OPEN SPACE***⁴

*È un cantiere aperto
un'architettura ardita,
mai finita
la mia vita.
Dalle fondamenta al tetto
ristrutturo il mio passato
ridipingo il mio futuro.
Arredare la mia mente
con pensieri confortevoli
dare spazio ai desideri
farli andare liberi*

⁴ Di M. VENUTI; commento di P. FANELLI, in www.canzoniperriflettere.it

*e godere ai piani alti
di una luce quasi mistica
poi discendere le scale
giù fino in fondo all'anima.
I lavori sono in corso
non risparmierei nemmeno
la facciata del mio corpo
ed abatterei pareti
che separano le stanze
troppo strette
del mio cuore.
Open-space.*

“È un cantiere aperto un'architettura ardita, mai finita la mia vita”: la nostra vita è soggetta a continue mutazioni, aperta al cambiamento, in costante evoluzione e tutta la nostra persona ne è coinvolta: corpo, psiche, anima ... Il corpo segue il ciclo biologico della natura: da corpo-bambino si trasforma in corpo-adulto e, poi, in corpo-anziano.

Tutto indipendentemente dalle nostre scelte. Nel DNA è scritta la “data di scadenza” della vita.

Ma, se è vero che siamo soggetti al determinismo della natura, la nostra vita è anche ricca di interiorità, di energie spirituali libere e creative che sfuggono alle sue leggi. Accanto alla “crescita biologica” c'è anche la “crescita spirituale”. Siamo insieme corpo e anima. E il cambiamento coinvolge entrambi. Con la ***nostra libertà di scegliere*** possiamo continuamente dare una direzione diversa alla nostra vita. E ogni scelta, fatta con responsabilità, diventa un'occasione di crescita. Anche a livello cognitivo la nostra mente si arricchisce continuamente di conoscenze ed esperienze.

Siamo un libro aperto con delle pagine sempre nuove da scrivere!

“Dalle fondamenta al tetto ristrutturato il mio passato”: il nostro passato ci appartiene e serve a gettare una luce sul presente, a comprendere chi siamo, ci insegna anche a non ripetere certi errori, proprio perché ne abbiamo fatto l'esperienza in prima persona. Ristrutturare il nostro passato è prendere coscienza di tutti i *punti deboli* (le nostre fragilità) per correggerli.

“Ridipingo il mio futuro”: la capacità di progettualità è quella tensione dinamica che ci proietta verso quello che siamo *“chiamati ad essere”*. Ci spinge ad andare *“oltre”* le esperienze e le conoscenze già acquisite, oltre l'orizzonte terreno per aprirci alla dimensione *“altra”* che è fondamento e meta della nostra esistenza. Tutta la nostra vita e l'intera creazione vivono nell'attesa di questo futuro che è *“oltre”*, come dice S. Paolo: *“tutta la creazione geme e soffre fino ad oggi nelle doglie del parto; essa non è la sola, ma anche noi... gemiamo interiormente aspettando l'adozione a figli, la redenzione del nostro corpo. Poiché nella speranza noi siamo stati salvati”* (Rm 8.22-24).

“Arredare la mia mente con pensieri confortevoli, dare spazio ai desideri, farli andare liberi”: tirare fuori il meglio di sé, ma se *“confortevole”* è sinonimo di comodità e disimpegno, non possiamo certo dividerlo. La nostra mente, oltre che da pensieri di pace, deve essere abitata anche da pensieri *“scomodi”*, che ci mettono in discussione e ci spingono al cambiamento interiore e a trovare il coraggio di andare controcorrente. Ancora S. Paolo ci viene incontro con un testo illuminante: *“tutto quello che è vero, nobile, giusto, puro, amabile, onorato, quello che è virtù e merita lode, tutto questo sia oggetto dei vostri pensieri”* (Fil 4,8).

“e godere ai piani alti di una luce quasi mistica, poi discendere le scale giù fino in fondo all'anima”: *“guardare in alto”* e *“guardarsi dentro”* sono due atteggiamenti da coltivare. Il centro di gravità permanente verso cui tutta la vita converge è sempre sopra di noi. È importante, ogni tanto, volgere il nostro sguardo verso il cielo, ma è anche importante volgerlo nelle profondità dell'animo, perché *“Dio è più intimo a noi di noi stessi”* (S. Agostino), per scoprire, alla sua luce, la nostra vera identità. Tutta la nostra vita è un interrogativo aperto. **“Chi Siamo?”** è la domanda

che chiede una risposta, sempre da ridefinire, alla luce delle nuove esperienze che facciamo e della parola di Dio. Crescere in questa consapevolezza è la nostra vocazione!

“I lavori sono in corso non risparmierò nemmeno la facciata del mio corpo”: la nostra cultura dà molto spazio all’immagine, al *look*. C’è un’attenzione esagerata alla cura del corpo. Si moltiplicano gli istituti di bellezza e i centri di *fitness*; si investono fiumi di denaro in prodotti cosmetici. Per non parlare poi del ricorso alla chirurgia plastica per migliorare l’aspetto fisico e nascondere l’invecchiamento... La Bibbia, a riguardo, ci dice che è importante curare il corpo, perché è dono di Dio. Ma cadiamo in errore se assolutizziamo la bellezza fisica, finendo così per dare più importanza alla “facciata” che alla interiorità.

Una serena accettazione del nostro corpo è importante per evitare “complessi” inutili e vivere in pace con noi stessi e con gli altri.

Puntare più all’**essere** che *all’apparire* è la scelta che la nostra generazione è chiamata a fare.

Rifletti:

- ⇒ *Vedi la tua vita come un insieme di conoscenze immutabili o un cantiere sempre aperto?*
- ⇒ *Sei capace di metterti in discussione e di rinnovarti come persona?*
- ⇒ *Quali sono le fondamenta della tua vita?*
- ⇒ *Vedi il tuo futuro come un destino già scontato o come un progetto da costruire e ridefinire continuamente?*
- ⇒ *Quali pensieri abitano la tua mente?*
- ⇒ *Sei capace di guardare in alto e di guardarti dentro?*
- ⇒ *Come vedi la tua corporeità? Che importanza le dai?*

c) Frasi per riflettere

“Non è mai troppo tardi per essere ciò che avresti potuto essere”
(G. Eliot)

“Oggi l’obiettivo principale non è di scoprire che cosa siamo, ma piuttosto di rifiutare quello che siamo. Dobbiamo immaginare e costruire ciò che potremmo divenire”
(M. Foucault)

“Se ti manca il coraggio per iniziare...hai già finito”
(anonimo)

“Le uniche persone che non falliscono mai sono quelle che non provano mai”
(anonimo)

“Non è nelle stelle che è conservato il nostro destino, ma in noi stessi”
(Shakespeare)

“La libertà non è nient’altro che la possibilità di essere migliori”
(A. Camus)