

## Nonviolenza, uno stile di politica per la pace: proposte di approfondimento sul tema della 50ª giornata della pace

**Personalmente, in famiglia e in gruppo, ecco alcune tracce di approfondimento per aiutarci ad entrare dentro il tema della Nonviolenza e lasciarci trasformare per poterlo raccontare con la nostra vita.**

**1) Approfondimento di uno dei testimoni di cui il papa ci parla nel suo messaggio:** essi parlano alla nostra vita attraverso la loro scelte, conoscerli è un'occasione per gustare i loro gesti e farli nostri, in modo creativo.

**2) Lavoro di analisi sulla violenza e nonviolenza che ciascuno di noi comunica con i 5 sensi:** una lettura del nostro modo di esprimerci e di quello altrui che ci aiuti a superare l'assuefazione alla violenza, a prenderne consapevolezza, a valorizzare ciò che costruisce pace, cercando non ciò che divide ma ciò che unisce e imparando l'alfabeto della riconciliazione.

Concretamente....

- possiamo scegliere una giornata della nostra settimana appena trascorsa sulla quale concentrare la nostra attenzione: parole dette e ascoltate, silenzi, gesti, sguardi, risposte, nostre reazioni ai problemi, tensioni, imprevisti, ingiustizie, ma anche complimenti, ringraziamenti, condivisioni, sorprese che raccontano ed esprimono violenza o nonviolenza. Proviamo a fare un bilancio e chiediamoci: ho ringraziato per ...? ho chiesto scusa per ...? ho perdonato?

- adesso proviamo a rifare lo stesso esercizio con la giornata di domani, ponendo fin da subito attenzione a ciò che comunica violenza e ciò che semina pace