



Non preoccupatevi

IN SINTESI

**Testo biblico**

Matteo 6,25-34

**Tema**

Affrontare preoccupazioni e ansia da prestazione

**Messaggio**

Vivere oggi e fidarsi di Dio



8 minuti



Oggetto: un fiore



Preparazione: 5 min



al chiuso o all'aperto



Rendila personale: racconta in due frasi un'esperienza tua sul tema «Affrontare preoccupazioni e ansia da prestazione». Le storie vere restano impresse più a lungo.



Come si svolge

1 min**Inizio**

Domanda: Che cosa ti toglie di più il sonno in questo periodo? Ognuno ci pensa in silenzio.

2 min**Testo biblico**

Leggi Matteo 6,25-34. Gesù indica gli uccelli e i gigli: non seminano, non filano – e Dio si prende cura di loro. «Cercate prima il regno di Dio... non preoccupatevi del domani.»

3 min**Pensiero**

Gesù non proibisce di fare progetti, ma di consumarsi. Scuola, aspetto fisico, futuro, social – tanta pressione. Gesù invita a fare un passo indietro: vali più di un uccello. A ogni giorno basta la sua pena; non devi portare tutto oggi.

2 min**Confronto**

Quale preoccupazione vuoi affidare consapevolmente a Dio oggi?



Non preoccupatevi

Preghiera da leggere ad alta voce

Padre nei cieli, tu ti prendi cura degli uccelli e dei fiori. Ti affido le mie preoccupazioni. Dammi pace per oggi. Amen.

Per riflettere ancora

- Qual è la differenza tra preoccuparsi e prevedere?
- Con chi puoi parlare delle preoccupazioni che non ti lasciano in pace?

Per i capi

- Non mettere mai in imbarazzo i ragazzi: fai domande aperte, nessuno deve rispondere.
- Fai leggere il testo biblico a uno dei ragazzi.
- Incoraggiali a dire la preghiera da soli: il testo scritto dà sicurezza.

 **Sezione:** Storie bibliche conosciute. Su scouts-cloud.com trovi attività di gruppo collegate e altre meditazioni.