



Il bastone da cammino

IN SINTESI



Testo biblico Isaia 40,29-31



Tema Resistere nei cammini lunghi



Messaggio Dio dà forza quando la nostra finisce



10-15 minuti



Oggetto: un bastone da escursione o da trekking



Preparazione: 10 min



al chiuso o intorno al fuoco



Rendila personale: racconta in due frasi un'esperienza tua sul tema «Resistere nei cammini lunghi». Le storie vere restano impresse più a lungo.



Come si svolge

2 min

Inizio

Fai passare il bastone. Chiedi: Quando aiuta di più un bastone in un'escursione – in salita, in discesa, su un sentiero scivoloso?

3 min

Testo biblico

Leggi Isaia 40,29-31: «Egli dà forza allo stanco e accresce il vigore a colui che è spossato. ... Quelli che sperano nel Signore acquistano nuove forze, si alzano a volo come aquile, corrono e non si stancano, camminano e non si affaticano.»

5 min

Pensiero

Nei cammini lunghi non conta la velocità, ma la resistenza. Un bastone non fa la strada al posto tuo, ma dà appoggio, alleggerisce e previene le cadute. Dio è un sostegno così: non un taxi che ci risparmia il percorso, ma qualcuno che dà forza quando la nostra finisce – nella formazione, agli esami, nelle relazioni e nelle responsabilità.

5 min

Confronto

Su quale lungo tratto sei in cammino ora – e dove hai bisogno di nuove forze?



Il bastone da cammino

Preghiera da leggere ad alta voce

Dio, tu dai forza allo stanco. Sii il mio sostegno nei cammini lunghi. Donami resistenza quando le mie forze finiscono. Amen.

Per riflettere ancora

- Quali sono i tuoi «bastoni» – persone, abitudini, pratiche di fede che ti sostengono?
- Come si può resistere senza sfinirsi?

Per i capi

- Lascia spazio ai dubbi e alle domande critiche: un confronto sincero conta più di una risposta veloce.
- Come capo, puoi condividere un'esperienza personale.
- Con i temi pesanti, tieni d'occhio chi sta male e resta disponibile dopo.

 **Sezione:** Meditazioni con oggetti. Su scouts-cloud.com trovi attività di gruppo collegate e altre meditazioni.