

**DIOCESI DI VOLTERRA**  
UFFICIO CATECHISTICO DIOCESANO

# Sussidio catechístico per l'anno dell'Eucarestia (2023-2024)



*La nostra strada  
verso il cielo*

# Introduzione

In questo anno pastorale 2023-2024, la nostra Diocesi è invitata dal Vescovo Roberto a vivere uno speciale "Anno dell'Eucarestia", come risposta al desiderio di Papa Francesco che la preparazione al Giubileo del 2025 sia vissuta da tutta la Chiesa in un clima di preghiera.

Tra le iniziative proposte, il presente *Sussidio* è stato pensato come uno strumento per accompagnare i catechisti e le catechiste nel loro specifico servizio. Le pagine che seguono possono contribuire a far sì che i ragazzi e le ragazze che frequentano i gruppi del catechismo conoscano sempre meglio il Sacramento dell'Eucaristia e la celebrazione della S. Messa. Le singole schede possono essere utilizzate, tutte o in parte, per la preparazione degli incontri del catechismo, secondo la fantasia e la sensibilità dei singoli catechisti, adattandole di volta in volta alle diverse esigenze ed età dei ragazzi.

Il titolo scelto si ispira alla famosa frase del Beato Carlo Acutis che definiva l'Eucarestia "la mia autostrada verso il cielo". Anche noi (insieme ai ragazzi del catechismo e a tutta la comunità cristiana, primo soggetto della catechesi) vogliamo percorrere una strada, quella della celebrazione della S. Messa, seguendo un percorso che possa aiutarci a celebrare, comprendere e vivere insieme questo Sacramento.

In questo sussidio troverai:



Il tema dell'incontro, con l'indicazione di alcune parole-chiave che ne indicano il contenuto.



Il suggerimento di un testo biblico (accompagnato da un breve commento) che può essere letto con i ragazzi o proposto in altre modalità (recita, video...).



Alcune idee per possibili attività che potranno essere svolte in uno o più incontri di catechismo.

*L'Ufficio catechistico diocesano, che sarà costituito in questi prossimi mesi con un gruppo di lavoro, raccoglierà volentieri indicazioni, suggerimenti e verifiche del modo con cui è stato vissuto questo cammino nelle singole parrocchie.*

## 1. Dalla casa alla chiesa



La **domenica** è il "giorno del Signore", nel quale i cristiani fanno memoria della **risurrezione** di Gesù. Come le donne che il mattino di Pasqua si recano al sepolcro, anche noi ci mettiamo in **cammino** per incontrare il Signore. La piccola **processione** con la quale inizia la S. Messa è segno di quei passi che ciascuno di noi compie dalla propria **casa** (la "chiesa domestica") fino alla **chiesa** ("la casa in mezzo alle case"), dove la comunità dei credenti, la Chiesa con la "C" maiuscola, si **raduna** insieme per lodare il Signore e celebrare la **S. Messa**.



### Mt 28,1-7

Il mattino di Pasqua le donne vanno al sepolcro e ricevono l'annuncio della risurrezione di Gesù. Esse sono invitate ad andare dai discepoli per dare loro questa lieta notizia.

### Salmo 122

Il popolo di Israele, in pellegrinaggio verso il tempio di Gerusalemme, gioisce perché nella città santa potrà incontrare il suo Signore.



I ragazzi disegnano o parlano della loro **casa**, delle varie cose che ci sono, dei membri della loro famiglia. Come trascorrono il loro tempo in casa?

I ragazzi sono invitati a conoscere la loro **chiesa**, attraverso un disegno, una piantina o la visita alla chiesa stessa, accompagnati dai catechisti (e dal sacerdote), soffermandosi a riconoscere i suoi vari elementi (altare, ambone, tabernacolo...) e a comprenderne il significato.

L'attività può essere l'occasione di porci alcune domande:

Che importanza ha per i ragazzi la domenica come giorno del Signore?

Conosciamo le loro famiglie?

I ragazzi pregano a casa?

## 2. Chi è il sacerdote?



Colui che presiede la celebrazione della S. Messa è il **sacerdote**. Il suo abito liturgico, la sua parola, i gesti che compie e le parole che dice ci rendono presente la persona di Gesù che si dona a noi nel Sacramento dell'Eucarestia.

Chi è il nostro parroco?

Qual è la sua storia?

Che compito ha il parroco nella vita della Parrocchia e nella celebrazione dei sacramenti?



**Mt 4,18-22**

Gesù chiama i primi discepoli a seguirlo.

Essi, lasciato tutto, seguono il Signore.



I ragazzi incontrano il proprio sacerdote, preparando alcune domande per questo incontro. Può essere l'occasione per conoscere, oltre al proprio parroco, anche il Sacramento dell'Ordinazione sacerdotale e comprendere meglio la missione del sacerdote nella parrocchia.

Con il gioco "memory", i ragazzi sono guidati alla conoscenza degli oggetti e dei paramenti nei diversi colori liturgici che servono per la S. Messa. Gli oggetti vengono stampati in doppia copia e messi sul tavolo a faccia in giù. Una volta che, a turno, i ragazzi hanno individuato la coppia, viene loro chiesto se sanno a cosa quell'oggetto serve, quando si usa ecc...

### 3. Tutti insieme nel nome del Signore

La S. Messa inizia con il **segno della croce** che fa memoria del **Battesimo** che abbiamo ricevuto "nel nome del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo".



Anche l'acqua benedetta che usiamo entrando in chiesa ci invita a ricordare il nostro Battesimo.

La Chiesa, la grande famiglia dei figli di Dio, si raduna insieme per l'incontro con il Signore. Siamo diversi, ma formiamo un corpo solo.



#### **Mt 15,18-20**

Gesù ha promesso di essere presente in mezzo a coloro che sono riuniti nel suo nome.

#### **1Cor 12,12-27**

San Paolo utilizza l'immagine del corpo per parlare della Chiesa che è unita insieme dall'unico Cristo, sebbene nella diversità delle sue membra.



I ragazzi riflettono sul Sacramento del Battesimo. Potrebbero portare una foto del loro Battesimo e impararne la data per poterla festeggiare, così come si festeggia il compleanno. Con l'aiuto del catechista ricordano o imparano le diverse parti del Rito del Battesimo anche con l'aiuto dei simboli (acqua, olio, veste bianca, candela...)

I ragazzi scoprono che la Chiesa fa esperienza di "comunione" anche nella diversità di ciascuno dei suoi componenti. Come in famiglia, ciascuno offre il proprio contributo per creare un clima di armonia e di amore. Nella celebrazione della S. Messa essi riconoscono i diversi compiti e servizi (lettore, cantore, ministrante...). Quale contributo potrebbero offrire?

## 4. È colpa mia, ma ti chiedo perdono!



All'inizio della S. Messa chiediamo **perdono per i nostri peccati**. Disposti a ricevere in dono la presenza del Signore, chiediamo di avere un cuore pronto per incontrarci con lui. I ragazzi sono guidati a conoscere che cosa è il peccato e che cosa è il perdono di Dio. Inoltre, ricordano o imparano che cosa è la **Confessione**.

Che differenza c'è tra "sbaglio/errore" e "peccato"  
Cosa significa che quando Dio perdona cancella il peccato?



### Lc 15, 1-10

Nelle parabole della misericordia, Gesù ci mostra il cuore di Dio, sempre disposto a mettersi alla ricerca di noi fino a che non ci ritrova.



Con alcuni esempi che i catechisti propongono (o mettono in scena), i ragazzi discutono su alcune situazioni in cui si sono o non si sono sentiti perdonati (a casa con la mamma, a scuola con i compagni o gli insegnanti, nel gioco, ecc..).

Davanti ad alcune situazioni tratte dalla vita dei ragazzi si può anche fare un piccolo dibattito sul tema del perdono. Che cosa avremmo fatto noi in quella determinata occasione? Che cosa vuol dire per noi perdonare? Ci siamo mai sentiti perdonati?

## 5. Tutti zitti... parla Lui!



La **Liturgia della Parola** è il momento in cui ci mettiamo in ascolto del Signore che ci parla attraverso le **letture** che vengono proposte.

In silenzio e stando **seduti ascoltiamo** i brani delle letture, tratti dalla **Bibbia**. Essa ci racconta la storia dell'amore di Dio per il suo popolo e per ognuno di noi. Il **salmo** ci invita a pregare, rispondendo a Dio che ci parla.



### Mc 4,1-20

Come il seminatore della parabola, Dio semina nei nostri cuori il seme della sua Parola, chiedendo a noi di essere disponibili ad accoglierla per portare frutto.



Attraverso il gioco del "telefono senza fini" (o simili) i ragazzi fanno esperienza di come sia importante ascoltare e quali caratteristiche deve avere l'ascolto (parlare la stessa lingua, silenzio, sintonia, attenzione, ecc..). Che differenza c'è tra udire e ascoltare? Quando è più facile o più difficile ascoltare (a casa, a scuola, con gli amici...)?

I ragazzi costruiscono (o disegnano) la "biblioteca della Bibbia", collocando i diversi libri nei giusti scaffali. Imparano così la differenza tra Antico e Nuovo Testamento e conoscono i vari libri presenti nella Bibbia, o almeno i più comuni.

## 6. Una "lieta notizia" annunciata a tutti



Preceduto dal canto gioioso dell'**alleluia**, il **vangelo** è il centro della Liturgia della Paola. Lo ascoltiamo **in piedi** e con attenzione, sapendo che in questo momento *Gesù* ci parla e che le sue parole ci scaldano il cuore. Il vangelo, infatti, è sempre una "lieta notizia" annunciata a tutti.

Nell'**omelia** il sacerdote ci aiuta a capire che il Signore sta parlando proprio a me, qui ed ora e che la sua Parola è luce per illuminare il mio cammino.



### Lc 4,14-21

Nella sinagoga a Nazareth *Gesù* legge il profeta Isaia e poi annuncia che lui viene a compiere tutta la Parola di Dio. Tutto ciò che ascoltiamo nella Scrittura si compie "oggi" in *Gesù*, parola vivente del Padre.



I ragazzi raccontano o disegnano un episodio del vangelo che li ha particolarmente colpiti o che ricordano maggiormente. Perché è rimasto loro impresso? Che cosa ci sta dicendo *Gesù* "oggi" con quella sua parola?

Il catechista sceglie un brano del vangelo (ad esempio quello della domenica precedente o successiva all'incontro) e con i ragazzi si cerca di analizzare bene il testo, ricostruire l'ambiente e capire il messaggio. Se il ragazzo fosse il sacerdote che deve fare l'omelia, cosa direbbe a tutti?

## 7 L'ascolto si fa preghiera



Nella recita del **Credo**, ciascun cristiano, insieme a tutta la Chiesa, professa la propria fede. Sono parole dense di significato, che racchiudono tutto ciò in cui noi cristiani crediamo.

L'ascolto della Parola di Dio diventa, poi, **preghiera** per tutti (la "preghiera universale"). Come in un dialogo tra amici, la nostra preghiera diventa risposta a Dio che ci ha parlato, una preghiera che abbraccia tutti.



### Lc 11,9-13

Gesù invita a chiedere, cercare, "bussare" senza stancarsi mai, confidando nella bontà del Padre che dona soltanto cose buone ai suoi figli.



I ragazzi sono invitati a fare un'esperienza di preghiera, partendo da una piccola indagine sulla loro preghiera personale. A casa pregano? Quando? Come?

Se ancora non le hanno imparate, potrebbe essere l'occasione per insegnare loro alcune facili preghiere da ricordare.

In chiesa i ragazzi vivono un'esperienza di piccolo "deserto", scrivendo una lettera a Gesù nella quale possono ringraziarlo e/o chiedere quello che hanno nel cuore in questo periodo.

## 8 I nostri doni per il "Dono" di Dio



L'**offertorio** è il momento della S. Messa nel quale sono portati all'altare il **pane** e il **vino**, doni che diventeranno il Corpo e il Sangue di Gesù. Come recitano le parole del sacerdote (che purtroppo spesso non si sentono perché c'è il canto) questi doni sono frutto della terra, della vite e del lavoro dell'uomo. Noi contribuiamo al dono di Dio, e mentre portiamo le cose che Dio ci ha dato, Lui in cambio ci dona se stesso.

La **raccolta** delle offerte, che avviene in questo momento, ci invita a essere generosi per le necessità della nostra parrocchia e dei poveri e ci ricorda che dobbiamo avere sempre il cuore aperto verso tutti.



### Lc 21,1-4

Al momento di dare la sua offerta, la vedova dona tutto quanto ha per vivere, tutta la sua vita. Così testimonia di confidare in Dio e nella sua provvidenza, dalla quale ha ricevuto tutto quello che possiede.

Dona perché sa di aver ricevuto.



I ragazzi fanno un elenco dei doni ricevuti (vita, famiglia, amici... i loro doni personali) e scoprono che questi doni possono essere offerti a Dio, mettendo la loro vita nelle Sue mani.

Il pane e il vino posti sull'altare sono un invito ad accorgerci di chi ha fame e non ha il necessario per vivere. I ragazzi organizzano (o danno il loro contributo, se già esiste) una raccolta di generi alimentari a favore dell'*Emporio diocesano della Caritas* o da devolvere a gruppi o associazioni che, nella loro zona, aiutano le famiglie e le persone in difficoltà.

## 9. Un miracolo che si ripete ogni volta



Il cuore della S. Messa è il momento della **preghiera eucaristica**, che, come dice la parola, è il "rendimento di grazie" che *Gesù* fa al Padre prendendo tra le sue mani il pane e il vino. Il nostro sguardo e la nostra attenzione sono concentrati sull'**altare**, dove il sacerdote stende le mani sui doni e invoca lo **Spirito Santo** perché venga a trasformare il pane e il vino nel Corpo e nel Sangue di Cristo. È "mistero della fede", un grande **miracolo**. Da questo momento in poi il pane non è più pane e il vino non è più vino. Anche se all'apparenza non è cambiato nulla, la "sostanza" si è trasformata. Nella fede riconosciamo **Gesù presente in mezzo a noi** nel suo Corpo e nel suo Sangue. Stare **in ginocchio**, come segno di adorazione, ci ricorda il miracolo che avviene in questo momento.



### Lc 22,14-20

Nell'ultima cena *Gesù* prende il pane e il vino, rende grazie al Padre e li dona ai suoi discepoli. Così egli anticipa il dono della vita che, di lì a poche ore, avverrà sull'altare della croce. Ogni volta che celebriamo la S. Messa siamo ricondotti al Calvario, dove *Gesù* si offre per noi.



Attraverso il racconto o la visione di alcuni video sui miracoli eucaristici (Siena, Lanciano, Rimini, Bolsena...), i ragazzi scoprono come *Gesù* sia realmente presente nell'Eucarestia.

## 10. Tutta la Chiesa attorno a Gesù



Nella preghiera eucaristica, a nome di tutti, il sacerdote chiede al Padre alcuni doni. Lo Spirito Santo è invocato perché dia **unità** a tutti quelli che partecipano all'unica mensa. Siamo noi, **Chiesa pellegrina sulla terra**, che siamo convocati attorno al Signore Gesù. La preghiera si allarga a tutta la Chiesa, con il ricordo del nostro **Papa** Francesco, del nostro **Vescovo** Roberto e di tutto il **popolo di Dio**. Lo sguardo poi si allarga al cielo, sentendo presenti con noi la **Madre di Gesù** e tutti i **Santi**, compresi i santi legati al nostro territorio e i patroni delle nostre chiese. Infine preghiamo per tutti i **defunti**, a partire dai nostri cari, che sono in attesa della resurrezione. Tutta la Chiesa ("militante", "trionfante" e "purgante") è presente attorno al Signore.



### Mt 28,16-20

Gesù, al momento dell'ascensione, promette di essere presente in mezzo alla sua Chiesa tutti i giorni, fino alla fine del mondo.



Con una visita alla nostra Cattedrale o raccogliendo in un cartellone diverse immagini sulla Chiesa (vescovi, preti, laici, Santi...), i ragazzi fanno esperienza della bellezza e della varietà della Chiesa, come una grande famiglia che unisce cielo e terra.

I ragazzi imparano la bellezza della Chiesa universale (con il Papa) e della chiesa diocesana (con il Vescovo).

I ragazzi conoscono i santi patroni della Parrocchia e i santi di cui portano il nome.

I ragazzi si ricordano dei defunti e pregano per loro.

NB. I ragazzi hanno mai sentito parlare a catechismo di Paradiso, Purgatorio e Inferno???

## 11. Un cibo donato per noi



Prima di ricevere la Comunione, recitiamo insieme la preghiera del "**Padre nostro**" che ci ricorda che siamo tutti fratelli, figli dello stesso Padre. Il sacerdote, poi **spezza l'Ostia** consacrata mentre recitiamo l'**Agnello di Dio**: è Gesù, Agnello immolato per noi, che si offre in sacrificio.

Accogliendo il suo Corpo, la Sua anima si unisce alla nostra. Il sacerdote, dopo aver fatto la Comunione, distribuisce l'Eucarestia ai fedeli. Ricevendo la Comunione sulla lingua o sulla mano, il sacerdote ci dice: "Il Corpo di Cristo". Noi rispondiamo: "**Amen**". Così noi professiamo la nostra fede, credendo che Gesù è realmente presente nell'Ostia consacrata. Il canto e la preghiera in silenzio dopo la Comunione ci aiutano a **ringraziare** per questo grande dono che abbiamo ricevuto.

### Gv 6,1-13



Nel segno della moltiplicazione dei pani è anticipato il dono che noi riceviamo facendo la S. Comunione. È il Padre che dona a noi il "pane disceso dal cielo", il Figlio Gesù.



I ragazzi, con l'aiuto dei catechisti e dei genitori, fanno il pane. Lo scopo è quello di far vivere loro un'esperienza di comunione, di unità tra di loro, di reciproca collaborazione. Imparano cosa vuol dire fare "comunione" gli uni con gli altri. Che significa essere in "comunione" con il Signore Gesù?

Nella catechesi i ragazzi ricordano o imparano quali sono le caratteristiche per fare una buona Comunione: essere in grazia di Dio, sapere chi si va a ricevere, osservare il digiuno di almeno un'ora.

## 12. "Ha posto la sua tenda in mezzo a noi"



Il gesto che il sacerdote compie dopo la Comunione spesso passa inosservato. Egli raccoglie le particole consacrate e le porta nel **tabernacolo** (che vuol dire "tenda") dove vengono custodite perché siano portate a chi è assente (ammalati e anziani) e siano adorate.

L'**adorazione** è il gesto con cui i cristiani riconoscono Gesù presente nell'Ostia consacrata. Gesù se ne sta sempre nelle nostre chiese e ci chiama a visitarlo, riconoscerlo e adorarlo. Il lume rosso accanto al tabernacolo ci ricorda la presenza di Gesù.



### Lc 24,28-35

I discepoli in cammino verso Emmaus esprimono il desiderio che hanno nel cuore dicendo a quel misterioso viandante: "*Resta con noi, Signore*". Gesù rimane con noi nel Sacramento dell'Eucarestia anche dopo la S. Messa e nel tabernacolo realizza il nostro desiderio che egli rimanga sempre con noi.



I ragazzi fanno l'esperienza dell'adorazione eucaristica, riconoscendo Gesù nell'Eucarestia. In questo incontro silenzioso ci è chiesto di riconoscere la voce di Gesù che parla al nostro cuore.

Può essere organizzata un'adorazione tutta per loro, con alcuni segni (lumini, incenso) che possono facilitare la preghiera.

La presenza di Gesù nel tabernacolo ci invita a riconoscere la sua presenza nella nostra vita. Dove egli si nasconde? Dove possiamo incontrarci con lui? I ragazzi imparano a riconoscere il Signore Gesù e a crescere nell'amicizia con lui.

## 13. Dalla chiesa alla casa



I riti di **conclusione** della S. Messa comprendono la preghiera finale, la benedizione e il congedo. L'assemblea si scioglie e ognuno ritorna alla propria casa, alla propria **vita ordinaria**. Dalla partecipazione alla S. Messa attingiamo la forza per vivere ogni giorno facendo il bene, crescendo nell'**amicizia con Gesù** e con **le persone che incontriamo** lungo la nostra strada. Gesù ci chiede ogni giorno di diventare più simili a lui, amando il prossimo che incontriamo, chi ci sta accanto.

### Atti 2,42-47



La prima comunità cristiana è ritratta insieme nel momento in cui ascolta l'insegnamento degli apostoli e vive nella frazione del pane, nelle preghiere e nella carità. L'incontro con Gesù continua laddove viviamo, testimoniando l'amore che abbiamo ricevuto.



Ai ragazzi sono consegnate alcune orme disegnate sulla carta. Ciascuno scriverà alcuni desideri, propositi o impegni per continuare a vivere l'incontro con il Signore nella vita di tutti i giorni. Di quale cambiamento ho bisogno? Come posso impegnarmi meglio a vivere da cristiano?