

ACCOGLIENZA CHE CRESCE

*“Il Vangelo per il cristiano è sorgente
di dignità umana e di fraternità”*

(Papa Francesco)

Residenza Orsini



Casa di Riposo per Persone anziane

La cura e l'assistenza degli ospiti è affidata alle Suore Ospedaliere della Misericordia che, per vocazione propria, si dedicano a chi soffre con un amore incondizionato per gli ultimi e i bisognosi.

La Casa di Riposo "Residenza Orsini" offre un accogliente, comodo e signorile soggiorno a persone anziane autosufficienti d'ambidue i sessi e coniugi.



La Casa mette a disposizione comode stanze con telefono e televisione, ampi soggiorni e sale ricreative.



Residenza Orsini

Via Meleagro, 31 - 00058 S. Marinella (RM)

Tel. 0766 536397, 0766536384 e-mail: residenzaorsini@consom.it

ACCOGLIENZA CHE CRESCE

Rivista trimestrale delle Suore
Ospedaliere della Misericordia.
Con approvazione ecclesiastica
Reg. Trib. di Roma
n° 425, 3 ottobre 2003



Auguri cari di
Buon Natale e
sereno Anno Nuovo

Direttrice
Madre Paola Iacovone

Responsabile
Vito Cutro

Redazione
Cristina Allodi
Concita De Simone
Leonardo Lucarini

Segretaria di redazione
Annabelle Mamon

Anno XVIII - n. 4
Ottobre/Dicembre 2021

Abbonamento annuo 10,00
Sostenitore 50,00

Versamento su c.c.p.
n. 47490008
intestato a:
Suore Ospedaliere
della Misericordia

PAYPAL
sul sito www.consom.it

Finito di stampare nel mese
di Dicembre 2021
dalla Tip. L. Luciani
Via Galazia, 3 - 00183 Roma
Tel. 06 77209065

Spedizione abbonamento
postale - D.L. 353/2003
(conv. in L. 27/2/04 n. 46)
art. 1 comma 2 - DCB - Roma.

**Abbonamenti, indirizzi
e diffusione**
Redazione Accoglienza che cresce
Via Latina, 30 - 00179 Roma
Tel. 06 70496688
Fax 06 70452142

accoglienza@consom.it
www.consom.it

3 EDITORIALE
Ripartire con fede e misericordia
di Lucia Maroor

4 REDAZIONALE
Un anno speciale
di Vito Cutro



5 UNO SGUARDO AI PADRI
Rimuovere l'incertezza
a cura di Vito Cutro

6 RESIDENZA MARIA MARCELLA
L'umiltà e la fede
di Enrico Buonpensiere

7 CAPITOLO GENERALE
Una voce dal Capitolo
a cura di Paola Iacovone

9 TESTIMONIANZE
Ricorrente Presenza
di un paziente oncologico del Miulli

10 Essere apostole nel XXI secolo
di Ester Amante

12 PASTORALE SANITARIA
Un augurio a ripartire in fretta, al "volo"
di Paolo Ricciardi

14 RIFLESSIONI
Salire per ridiscendere
di Daniela Muliere

15 SALUTE E SANITÀ
La corretta alimentazione (X)
di Fabiola Bevilacqua

16 DALLA MISERICORDIA ALLE OPERE
San Giuseppe, padre nell'ombra
di Rino Fisichella

17 LA COMETA NEWS

21 IL RESPIRO DELL'ANIMA
di Pierino Montini

22 MAGISTERO
Fratelli tutti (IV)
a cura di Vito Cutro

24 IO PAPÀ
Don Fabio Rosini:
"Il buon padre è quello che c'è"
di Concita De Simone

26 MEDICO IN MISSIONE
"Que le Seigneur vous bénisse"
di Leonardo Lucarini

27 I CARE
Teniamo a cuore i nostri santi
di Leonardo Lucarini



30 LA COMUNICAZIONE
Ripartire sulle orme di San Giuseppe
di Giacomo Giuliani



31 GENERAZIONI
A CONFRONTO
Quanto ci ha cambiato la pandemia
di Cristina Allodi

32 SAPORI DIVINI
di Concita De Simone

33 BIBLIOTECA
San Giuseppe
a cura della Redazione

36 RELAX
a cura di Concita De Simone



Arrivavano gli zampognari ed era Natale

Gli zampognari e gli spazzacamini erano figure tipiche del periodo natalizio, oggi quasi dimenticate. Nella settimana precedente il Natale scendevano dai monti e venivano al piano.

Gli zampognari scendevano in coppia. Uno dei due suonava la zampogna mentre l'altro intonava uno struggente «Tu scendi dalle stelle» con un flauto di legno. Il suono di questi arcaici strumenti, patetico, dolce e malinconico, inondava le strade per annunciare le novene di preparazione al Natale. Richiamati da quella musica, i ragazzi li seguivano. Ai loro occhi erano personaggi da favola. Scendevano dai monti, da paesi lontani, dove abitava la stessa Befana.

I grandi dicevano che gli zampognari, portavano acqua in pianura e neve ai monti.

Ondeggiavano in mezzo alle strade avvolti in ampi tabarri, si fermavano poi in prossimità delle case, porgendo il cappello conico: un modo di chiedere la carità senza parlare.

Erano poveri, vergognosi, e si accontentavano di qualsiasi cosa ricevessero, sapendo bene che quel contributo veniva da persone altrettanto povere. Trascorrevano la notte nelle stalle dei contadini, accanto agli animali, per ripararsi dal freddo.

Sparivano, così com'erano apparsi, dopo le feste di Natale, ritornando sui monti.

Ripartire con fede e misericordia

A conclusione del 45° Capitolo Generale dell'Istituto delle SOM, cui mi sento fiera ed orgogliosa di appartenere, ho il piacere di ringraziare, anche attraverso lo strumento di questa bella rivista "Accoglienza che Cresce", tutti coloro che hanno pregato per noi: consorelle nelle varie parti del mondo, gli amici dell'Associazione Volontari la Cometa Aps e dell'Associazione "Teresa Orsini di Gravina", tutti i lettori della rivista ed i vari amici e benefattori della Congregazione.

Un ringraziamento particolare va al Consiglio Generale che è stato in parte rinnovato ed ovviamente, in modo del tutto particolare, a suor Paola Iacovone che, negli ultimi 13 anni, ha guidato magistralmente l'Istituto contribuendo, e non poco, a porre le basi per il cammino che ora, come Superiora Generale, mi incammino a compiere con il sicuro contributo delle nuove Consigliere Generali che la comunità ha posto al mio fianco - Sr. Mary Ann Cameros vicaria (Filippine), Sr. Rosalia Perumannil (India), Sr. Mary Ibe (Nigeria), Sr. Lea Rasoloarisoa (Madagascar)- a simboleggiare la pluralità di culture, già esistente nelle varie comunità, e rappresentata anche nel nostro Consiglio.

Come certamente già avete avuto modo di apprendere, il Capitolo Generale appena concluso ha proceduto ad una oculata revisione delle nostre Costituzioni al fine di renderle più attuali e più in sintonia con i tempi che stiamo vivendo, difficili e turbolenti, nei quali essere misericordiosi è sempre più urgente e nello stesso tempo sempre più difficile.

Questo capitolo e il nuovo corso della Congregazione rispecchiano il fatto che questa non è solo un'epoca di grandi cambiamenti, ma un vero cambiamento d'epoca, come ha detto papa Francesco. Siamo in un periodo difficile sotto tanti aspetti per il mondo e per la Chiesa: il perdurare dell'emergenza sanitaria, l'esplosione delle povertà, l'aumento delle disuguaglianze a causa di un progresso che non guarda alla persona ma al business, la crisi delle vocazioni.

Molto significativo, per la mia missione e per il mio nuovo impegno a servizio dell'Istituto, è stato l'intervento che papa Francesco ha tenuto ai partecipanti all'udienza generale del 1 dicembre nella quale, oltre che rivolgere un incitamento particolare a noi suore con le parole "E sono brave queste suore, tutte! Sono brave. Per ciascuna invoco la continua assistenza del Signore, affinché i momenti di riflessione e di discernimento le rafforzino nel generoso impegno di fedeltà al Vangelo", ha svolto la sua riflessione sulla figura di san Giuseppe. Edificante, stimolante e colma di significativi spunti di riflessione che spero di condividere con voi nei prossimi numeri della rivista.



Voglio augurarmi, con l'aiuto di Dio e della santa Vergine Maria, di riuscire a svolgere al meglio il mio mandato e di poter adempiere in pieno ai miei compiti di madre e di sorella. È l'impegno che sento di dover prendere davanti a tutti voi, in particolare e soprattutto perché siamo in prossimità del santo Natale, un Natale pregno di storia (si sta concludendo il bicentenario e l'anno che sta per concludersi, in particolare, è stato molto impegnativo e ricolmo di grazie per noi SOM). Un santo Natale che deve essere di viatico per il nuovo, per gli altri a venire e per le sfide che essi comporteranno.

Buon Natale a tutti, dal più profondo del cuore, e che il buon Dio che viene a porre la sua dimora in mezzo a noi, ci benedica e ci protegga.





UN ANNO SPECIALE

L'anno che sta per concludersi ha visto, in aggiunta alla "normale" attività quotidiana, il succedersi di eventi molto importanti per la vita della Congregazione delle SOM.

A parte lasciando gli influssi più o meno condizionanti che le problematiche sociali e sanitarie, in particolare quelle legate all'evento pandemico ancora in corso, hanno avuto sulla vita della stessa Congregazione e delle sue suore, tra gli altri eventi susseguirsi c'è assolutamente da menzionare il 200° dalla fondazione delle SOM e lo svolgimento del 45° Capitolo Generale.

La crisi epidemica non ha consentito lo svolgimento di tutti gli eventi che erano in programma per celebrare degnamente il 200° anniversario di fondazione, ma, come abbiamo già illustrato in altri numeri della rivista, i momenti che è stato possibile svolgere hanno lasciato un segno memorabile, come la celebrazione liturgica officiata dal cardinal vicario per la diocesi di Roma, Eminenza Angelo de Donatis, all'interno dell'Ospedale san Giovanni-Addolorata di Roma, il luogo per eccellenza, la casa natale, da dove tutto ha avuto origine.

Per la Chiesa intera e, quindi, in particolare per la nostra Congregazione, il 2021 ha rappresentato anche l'anno che papa Francesco ha voluto, con la Lettera apostolica *Patris corde* "Con cuore di Padre", un documento intriso di spiritualità, ma soprattutto di un'umanità profonda e consapevole, venisse dedicato alla figura di san Giuseppe. Ciò ha rappresentato per tutte le Suore Ospedaliere della Misericordia motivo di profonda riflessione sulla dimensione della paternità, avendo come spunto e stimolo la figura del più fortunato tra i padri umani, per l'appunto il "papà" di Gesù.

Altro momento forte di questo 2021 è rappresentato dalla

celebrazione del 45° Capitolo Generale – di cui in altra parte di questo numero vengono date ulteriori informazioni - che si è svolto a Loreto, presso la casa di accoglienza "San Giuseppe" dal 4 al 26 novembre appena trascorso, avente come tema "Radicalità evangelica e revisione delle Costituzioni" e che ha visto il suo momento culmine nella nomina della nuova Madre Generale in suor Lucia Maroor, alla quale vanno gli affettuosi auguri di buon lavoro da parte di tutta la Redazione della rivista "Accoglienza che Cresce" che, grazie anche ai sostegni morali ed economici da parte della Congregazione stessa ed anche da parte di molti tra i nostri affezionati lettori, sta concludendo il suo XXVIII° anno di esistenza.

Questa rivista, infatti, nata grazie alla determinazione della defunta Madre Generale di allora, suor Elisabetta Longhi, e dell'allora sempre infaticabile e di compianta memoria suor Elvira Iacovone, anche in questo 2021 ha fatto del suo meglio per rimanere fedele agli scopi per cui è nata, in particolare nell'essere al servizio di una corretta informazione, formazione e documentazione e spera di poter proseguire in questa sua attività speculare a quella della Congregazione cercando, come sempre, di essere presente e documentare, per sommi capi s'intende, i momenti più salienti della vita della Comunità.

Alla nuova madre Generale passa il testimone chi l'ha preceduta come guida delle SOM, madre Paola Iacovone, alla quale vogliamo dire, all'unisono, il nostro grazie, confidando nel fatto che continui a dare alla nostra Redazione il contributo che non ci ha fatto mai mancare.

Pronti, tutti, per una ripartenza nel nome della Misericordia divina ed umana, accogliamo questo nuovo anno con lo spirito di conversione, di serenità e di amore.

Buon Natale a tutti.



Rimuovere l'incertezza

Mi dice: «Rimuovi da te l'incertezza e non dubitare assolutamente di chiedere a Dio, dicendo in te stesso: come posso chiedere e ricevere dal Signore avendo io peccato molto contro di lui? Non pensare così, ma con tutto il tuo cuore **rivolgiti al Signore e pregalo con fermezza**, e **conoscerai la sua grande misericordia**, perché non ti abbandonerà, ma compirà la preghiera della tua anima. Dio non è come gli uomini che serbano rancore, ma egli non ricorda le offese e ha compassione per la sua creatura. Tu, intanto, **purifica il tuo cuore da tutte le vanità di questo mondo e dai vizi che ti vengono detti, e chiedi al Signore**. Riceverai tutto e sarai esaudito in ogni tua richiesta, se richiederai con fermezza al Signore. Se nel tuo cuore sei titubante, non otterrai nessuna tua richiesta. Coloro che dubitano in Dio sono indecisi e assolutamente nulla ottengono dalle loro richieste. Coloro che sono perfetti nella fede tutto chiedono credendo nel Signore e ottengono, perché chiedono con fermezza, senza mostrarsi incerti. Ogni uomo incerto, se non si converte, difficilmente si salverà. Purifica, dunque, il tuo cuore dall'incertezza, rivestiti della fede, che è forte, credi in Dio e otterrai tutte le richieste che fai. **Se avendo fatto al Signore qualche richiesta, ottieni più tardi, non dubitare perché non ottieni presto la richiesta della tua anima**. Certamente per qualche prova o per qualche colpa che tu ignori, ottieni più tardi la tua richiesta. Tu, dunque, non ti stancare di fare al Signore la richiesta della tua anima, e l'otterrai. **Se nel chiedere ti scoraggi e dubiti, accusa te stesso e non chi ti è munifico**. Guardati dall'incertezza: essa è turpe, insensata e sradica dalla fede molti credenti e i forti. Tale incertezza è figlia del diavolo e troppo inganna i servi di Dio. **Disprezza, dunque, l'incertezza e vincila in ogni cosa, rivestendoti della fede forte e potente**. La fede, infatti, tutto promette, tutto compie, mentre l'incertezza, non avendo fiducia in sé, sbaglia tutte le opere che intraprende. Vedi, dunque – dice – che la fede è dall'alto, da parte del Signore, e ha una

PASTORE di ERMA (II sec. dopo Cristo). Il brano che rileggiamo è tratto ancora dal Nono precetto (XXXIX – XLI) e verte su un altro aspetto della vita del cristiano: l'incertezza che va rimossa sempre dato che, alla fine, può essere l'origine dell'ira. Erma in tutta la sua opera dottrinarica incita il neofita a rendersi portatore di messaggi ed atteggiamenti decisamente anacronistici rispetto a quello che è il 'vivere comune'.

Il brano che consideriamo è ancora tratto da I Padri apostolici, Città Nuova, Roma, 1998 ed è preso dai precetti IX e X.

grande forza, L'incertezza, invece, spirito terrestre, è dal diavolo e non ha forza. Tu servi la fede che ha forza e allontana l'incertezza che non ne ha e vivrai con Dio. Vivranno con Dio quanti la pensano così(...)

Ascolta, dunque, o stolto, in che modo l'incertezza caccia lo Spirito Santo e poi salva. Quando un indeciso è indotto a qualche impresa e fallisce per la sua incertezza, il dolore entra nell'uomo, contrasta lo Spirito Santo e lo caccia. Poi se la collera si attacca all'uomo, per qualunque faccenda sia, lo esaspera molto; di nuovo la tristezza subentra nel cuore dell'uomo adirato che prova dolore per l'impresa compiuta e si pente perché ha agito male. Sembra che questa tristezza abbia salvezza perché chi ha fatto il male si è pentito. Ambedue le cose contristano lo Spirito; l'incertezza perché non riuscì nell'impresa, l'ira contrasta lo Spirito perché operò il male. **Ambedue sono moleste allo Spirito Santo, l'incertezza e la collera. Lungi da te la tristezza e non angustiare lo Spirito Santo che abita in te**, perché non si rivolga a Dio contro di te e si allontani da te. Lo Spirito di Dio dato a questa carne non tollera né tristezza né angustia»





L'UMILTÀ E LA FEDE

Non avevo mai pensato prima di ora che l'umiltà è sinonimo perfetto della ricchezza, senz'altro della più immensa ricchezza. Eppure la storia lo testimonia da secoli, senza che l'uomo se ne rendesse ampia contezza. Si è parlato sempre di grande umiltà dei Santi, ma mai si è parlato di quella vera sensibilità dell'animo umano, quella che inevitabilmente si fonde con la fede, la grande fede, come quella di un grande Santo della Chiesa: di Giuseppe, piccolo, insignificante falegname, povero, misero artigiano, sposato con Maria, ancor più misera e povera donna di casa.

Questa famiglia, la più povera ed umile del mondo, fu scelta dal Signore per inviare sulla terra suo figlio Gesù. Lui onnipotente poteva scegliere tra le famiglie più ricche e grandi del pianeta, anch'esse credenti e capaci di una fede incrollabile per dare i natali al suo Figlio, alla sua stessa venuta tra gli uomini. Scelse invece il disagio della paglia al posto di un letto di sete pregiate e di morbidi cuscini; scelse la tristezza di una decrepita capanna al posto di palazzi sontuosi; scelse l'aiuto di poveri pastori al posto di solleciti servitori, sempre pronti ad eseguire gli ordini dei padroni. Scelse la famiglia più povera dei poveri, per donare l'onore più gran-

de del mondo: la grazia di essere il padre di Gesù a Giuseppe e la gioia di dare alla luce il futuro salvatore dell'umanità a Maria. L'umiltà di questa famiglia fu premiata per la grande fede avuta nei confronti del Signore e la loro miseria fu gratificata dall'universale riconoscimento della santità per entrambi.

A Giuseppe per la grande fede accettando una paternità putativa ed a Maria per la gioia di diventare la madre di Dio. Gli umili e poveri Giuseppe e Maria furono ossequiati dai potenti, dai re, oltre che da tanta povera gente. Tutti ci rivolgiamo a Loro per ottenere l'intercessione nei confronti del figlio per l'accoglimento delle nostre tante richieste. La Chiesa ha dedicato la consacrazione di quest'anno al Santo dei Santi che ha sempre esaltato la povertà come vero dono del Signore e la sua esemplare umiltà, vero modello di una vita vissuta nel totale rifiuto dei beni terreni, nella consapevolezza che la grande vera ricchezza è quella dell'animo goduta nella gioia della santità. A San Giuseppe rivolgiamo le nostre preghiere prendendo ad esempio per la nostra vita la Sua miseria, la Sua umiltà, e la Sua ricchezza spirituale.

(* Ospite della Residenza)



UNA VOCE DAL CAPITOLO

Noi suore Capitolari del 45° Capitolo Generale SOM, celebrato a Loreto, dal 4 al 26 novembre, dell'Anno Giubilare 2021, ringraziamo il Signore per questo evento di grazia, preparato tra molte difficoltà, ma svoltosi in laboriosa pace, all'ombra della basilica della Santa Casa e sotto la speciale protezione della Beata Vergine Lauretana.

Per mezzo nostro, noi crediamo che il Signore stesso abbia voluto scegliere il nuovo Governo generale dell'Istituto. A queste nostre sorelle maggiori promettiamo obbedienza e sostegno, preghiera e affetto; auguriamo loro di poter svolgere un buon servizio all'Istituto nell'esercizio dell'autorità che viene loro richiesto dalla Chiesa.

La **revisione** delle nostre **Costituzioni** ha rappresentato lo sforzo maggiore di questo Capitolo; un lavoro preparato da tempo nell'Istituto, con la partecipazione di molte suore ad ogni livello e giunto qui per l'approvazione ufficiale.

La conoscenza di questi nuovi testi sarà un **important** obiettivo dei prossimi anni, per giungere alla pratica dello spirito e delle norme che essi contengono.

In Capitolo abbiamo preso atto della vita dell'intero nostro Istituto, nella sua attuale diffusione geografica, nelle strutture di cui si compone, nello spirito di cui vive e nelle forme di missione in cui si esprime.



Ringraziando ancora una volta il Signore, abbiamo potuto registrare importanti progressi avvenuti in questi ultimi anni, dalle nuove aperture di missione, alla crescita di vocazioni, all'evoluzione di certe nostre strutture in direzione di una più forte comunione ecclesiale: tutti segni positivi di sensibilità spirituale e culturale, di generosità operativa e di fiducia nel futuro dell'Istituto, presenti in chi ha avuto compiti di reponsabilità in questi anni, come pure in tutte le suore che hanno testimoniato i valori della vita consacrata vissuta nel nostro speciale carisma.

Di fronte a questo stato di cose, ci siamo tuttavia interrogate sulla chiamata del Signore a rispondere ai nuovi bisogni presenti nella vita delle persone e delle comunità nostre, a una migliore conoscenza della

nostra spiritualità, ai nuovi appelli della Chiesa e alle sfide del mondo moderno, per colmare le nostre lacune, pur presenti, per migliorare il nostro servizio evangelico e rendere più autentica la testimonianza della misericordia di Dio verso tutti.

Sotto forma di *Orientamenti*, abbiamo perciò raccolto alcune indicazioni che ci sono sembrate utili per il cammino dei prossimi anni; consigli formulati per chi è chiamato al servizio di autorità, ad ogni livello, ma anche diretti a tutte le nostre sorelle, non con la presunzione di insegnare né di imporre, ma nella coscienza di dover comunicare ciò che nell'assemblea capitolare è risuonato e che noi crediamo possa essere voce sommessa del Signore e soffio del suo Santo Spirito.



di un paziente oncologico del Miulli



ENTE ECCLESIASTICO OSPEDALE MIULLI

Ricorrente Presenza

Lungo un corridoio davanti a me, due piccole scarpe bianche mi fanno strada, una suora filippina piccola piccola nella sua divisa bianca, come una scorta, mi accompagna per questa mia nuova esperienza. Il bianco prende a destra e così mi ritrovo in una immensa stanza, qui la chiamano “il bosco”, dove ci sono due letti e cinque poltrone a mia disposizione per la prima chemio della mia vita.

Mi siedo sulla poltrona che secondo me è la più adatta per vedere meglio e capire che forse non c'è niente da capire. Sono qui, punto.

La poltrona è di quelle che ti fanno assumere tutte le posizioni, come quelle della pubblicità e così incomincio a far conoscenza del suo telecomando e assumo la mia posizione ideale e resto in attesa.

Di fronte a me una grande parete ed un



manifesto raffigurante un bellissimo bosco, dove se si vuole si può vedere tutto: la sera, il tramonto, l'aurora, basta avere occhi buoni per vedere ciò che si vuole.

La suora arriva, si presenta e mi chiede se ho esperienza del trattamento e se sono sereno ed io, con un sorriso, apro il mio

volto a lei, così piccola, ma adesso così importante per me e per quanti sono stati in questo luogo.

Una vita la sua, dedicata agli altri, piccola ma grande, immensa creatura di Dio. La suora mi si avvicina e dopo aver colorato il mio cognome e confermata la mia data di nascita, ha iniziato la sua missione, con grande professionalità, con grande attenzione e soprattutto con grande amore.

Così è iniziata questa mia nuova esperienza ed ho ancora assaporato questo tempo ed il bosco di fronte a me è diventato “incantato” ed un nuovo fremito, una nuova calda solitudine di meditazione e di preghiera mi hanno coinvolto. Così ho accettato ancora questo dono e, protetto dalla sorella, ho vissuto ancora un tempo dedicato alla mia intimità e sono entrato in me stesso a scoprire ancora una ricorrente Presenza.



ESSERE APOSTOLE NEL XXI SECOLO

La proposta di diventare un'apostola mi ha colta impreparata. Sono stata scelta proprio io, Ester, che ho un fede tiepida, costellata da tanti dubbi e contraddizioni. Io, che sono sempre alla ricerca delle risposte logiche ad ogni evento della vita. Come avrei potuto testimoniare la fede incondizionata che Gesù aveva verso il Padre?

Ma dopo un attimo di smarrimento ho deciso di cogliere questa "sfida". In fondo anche Gesù stesso aveva scelto i suoi apostoli tra la gente più semplice. E loro si erano fidati di Lui, avevano lasciato le loro certezze e hanno cominciato a seguirlo. Questa riflessione mi ha aiutato a decidere: **anch'io dovevo fidarmi di questa chiamata e scoprire dove mi avrebbe portata.**

Ho cominciato così a fare la catechista e poi a seguire l'associazione Teresa Orsini di Gravina (Ba), sempre sedendomi all'ultimo posto, riscoprendo il piacere dell'ascolto che nutre l'anima.

Essere un'apostola nel XXI secolo non è affatto semplice. Si corre il rischio di essere anacronistici e di essere derisi. Essere vicini agli "ambienti della chiesa" e impegnarsi per un serio cammino di fede non è di moda. Anzi ti fa passare come una persona che vive fuori dal tempo reale, che si isola nella preghiera e fugge dai problemi quotidiani. Ma se si vuole crescere, bisogna trovare anche il coraggio di andare controcorrente.

Ho cominciato ad incamminarmi per quella strada che mi avrebbe portato ad

incontrare Gesù e a seguirlo nel suo esempio. Ogni catechesi, ogni incontro di natura cattolica, ogni omelia mi ha fatto avvicinare sempre di più a Lui. E man mano che percorro questa via mi accorgo di quante risposte mi arrivano. Tanti dubbi si chiariscono. La fede che ci ha insegnato Gesù non è complicata. Lui stesso ci insegna come vivere il quotidiano, in armonia con se stessi, con gli altri e soprattutto con il Padre.

Oggi, se penso a Gesù, non mi viene in mente solo il suo grande sacrificio, fatto per noi, sulla croce; ma penso agli insegnamenti di vita che ci ha lasciato, quelli basati sull'amore per il prossimo, il perdono, la tolleranza, la fratellanza. Ed ecco che mi accorgo che essere apostola, seguace di



Gesù, non è anacronistico. Posso vivere il mio tempo attuale applicando gli stessi principi nella mia vita di tutti i giorni, nelle relazioni e in tutte le vicissitudini che mi accadono. Scopro così un grande senso di pace dentro di me, la consapevolezza di fare la cosa giusta in armonia con Dio.

Non sempre è facile comportarsi come Gesù. Essere un "apostolo moderno" è una grande responsabilità, richiede impegno e coerenza. **Bisogna saper modellare la propria vita sul modello da lui indicato e diventare un esempio per chi ci guarda.** Non bisogna scoraggiarsi, rispondere alle provocazioni o lasciarsi intimidire da chi ci deride. Bisogna concentrarsi solo sull'obiettivo: incontrare e seguire Gesù.

La responsabilità di un apostolo è quello di riuscire a diventare un autentico "portatore di gioia". La vita, spesso ci mette davanti tante difficoltà: contrasti in famiglia, problemi di lavoro e di salute, lutti. È proprio in quei momenti che si misura la nostra fede, in un Padre che ci ama e non ci abbandona mai. Gli apostoli devono essere in grado di dimostrare che il bene prevale sempre sul male.



Oltre ad una responsabilità personale, si diventa anche responsabili degli altri, di chi ci guarda e si affida a noi. Come i primi apostoliche, dopo la morte di Gesù, hanno cominciato a viaggiare per il mondo, per far conoscere il loro Maestro e i suoi insegnamenti. Così noi apostoli del XXI secolo, dobbiamo essere capaci di emanare la luce di Gesù, soprattutto in chi si sente perso, solo, stanco della vita. Siamo responsabili del messaggio che diffondiamo: di speranza, di amore, di pace interiore.

A chi mi chiede il motivo per cui dedico gratuitamente il mio tempo, mettendomi al servizio del Signore e degli altri, la risposta è semplice: mi fa star bene! Sento dentro di me che è la cosa giusta da fare. Quando sono stata sul punto di mollare è sempre accaduto un evento che mi ha riportato sui miei passi. Non sono coincidenze.

È Gesù che mi manda dei segnali, perché vuole che continui a percorrere, seppure nelle difficoltà, la sua strada.





Un augurio a ripartire in fretta, al "volo"

L'ultimo Capitolo SOM – come sapete – si è celebrato a Loreto. Ho pensato allora di offrire questo articolo come un augurio alle Suore Ospedaliere della Misericordia, ripartendo proprio da Loreto.

In una semplice casa di Nazaret, borgo della Galilea sconosciuto all'Antico Testamento, avviene l'evento che ha cambiato la storia. Dio guarda ad una giovane di quattordici-quindici anni, promessa sposa di Giuseppe, e le invia l'angelo Gabriele per annunciarle che è stata scelta per essere la "Casa" preparata ad accogliere l'incarnazione del Figlio di Dio.

In una "casa" di mattoni e paglia, dove quella semplice ragazza viveva la sua quotidianità, fatta di famiglia, preghiera e lavoro, entra il Messaggero divino dicendo: "Rallegrati!". L'esperienza dell'Incontro con Dio è prima di tutto un invito alla Gioia, alla pienezza della felicità cui tende l'uomo di ogni tempo.

Davanti al turbamento di Maria, l'angelo continua dicendo: "Non temere!"

Questo invito si rinnova in ogni tempo, con ogni uomo. Presi da paure di ogni tipo, gli uomini sono portati dal Signore a vincere queste paure con la certezza della Fede. Sono tante, infatti, le nostre paure a volte inespresse: la mancanza di vocazioni, di mezzi, l'incertezza del futuro, il mondo ostile. Maria ci prende per mano ricordandoci che Dio entra "nella nostra casa", nella mia vita ordinaria, per darci amore, pace, gioia.

Quando accolgo Dio fugge ogni paura. Maria riceve l'invito dell'Angelo e si fida.

Non mette alcun dubbio sull'opera di Dio, vuole solo capire *come* accadrà. Poi si abbandona alla volontà di Dio, dicendo: "Ecco la serva del Signore". È semplicemente il "Sì" a Dio.

A questo proposito così Papa Benedetto XVI si è rivolto ai giovani il 1° settembre 2007, alla veglia di preghiera a Loreto in occasione dell'Agorà dei Giovani italiani:

Ciascuno di voi se resta unito a Cristo, può compiere grandi cose. Ecco perché, cari amici, non dovete aver paura di sognare ad occhi aperti grandi progetti di bene e non dovete lasciarvi scoraggiare dalle difficoltà. Cristo ha fiducia in voi e desidera che possiate realizzare ogni vostro più nobile ed alto sogno di autentica felicità. Niente è impossibile per chi si fida di Dio e si affida a Dio. Guardate alla giovane Maria! L'Angelo le prospettò qualcosa di veramente inconcepibile: partecipare nel modo più coinvolgente possibile al più grandioso dei piani di Dio, la salvezza dell'umanità. Dinanzi a tale proposta Maria rimase turbata, avvertendo tutta la piccolezza del suo essere di fronte all'onnipotenza di Dio; e si domandò: com'è possibile, perché proprio io? Disposta però a compiere la volontà divina, pronunciò prontamente il suo "sì", che cambiò la sua vita e la storia dell'umanità intera. È grazie al suo "sì" che anche noi ci ritroviamo qui'.

Maria diviene la prima "casa" di Dio nell'umanità.

L'Incarnazione ci dice che Dio vuole entrare dentro la nostra storia, abitare in mezzo a noi, camminare con gli uomini.

Una casa per tutti, perché c'è Amore

La Santa Casa custodisce oggi la statua della Madonna di Loreto. È una Madonna "nera" che richiama l'Amata del Cantico dei Cantici che dice, proprio alle prime battute del poema: "Sono bruna, ma bella, perché mi ha abbronzato il sole" (Ct 1,6: *Nigra sum, sed formosa*).



Maria è l'Amata del Signore resa "nera" da Dio stesso, Sole della nostra vita. E come i protagonisti del Cantico, due giovani innamorati, così crediamo che Dio con ogni persona, e in particolare con ogni ferito nel corpo o nell'anima, si comporti come un innamorato folle che cerca la sua amata, per darle pace e gioia nella casa dell'amore. La casa di Loreto è la casa in cui il Verbo, l'Amore, si fa carne, si rende concreto.

Una casa in cui sostare per ripartire, anche volando...

Dopo l'annuncio dell'angelo, Maria si mette poi subito in viaggio, lasciando la casa di Nazaret, per raggiungere in fretta la cugina Elisabetta, ricordandoci che l'unica fretta che dovrebbe avere un cristiano è la fretta di fare del bene, la fretta di amare.

Lei, giovane, porta in fretta il Signore Gesù per le strade del mondo, ma in realtà è portata da Gesù a servire il prossimo.

Anche noi nella Santa Casa non possiamo fermarci, ma occorre ripartire. Chi porta Dio è sempre in cammino, sempre in viaggio.

Secondo la tradizione, anche la casa di Maria, la "Santa Casa", è una casa che si sposta o, meglio, "che vola". Gli angeli hanno portato in alto la casa di Nazaret per farla poi "atterrare" in Italia, dove ora sorge il santuario di Loreto.

Al di là delle leggende e della storia, ci piace pensare a questa tradizione come ad un invito: quello di metterci sempre in viaggio, sapendo che chi ama corre, anzi... vola?

Poi l'evangelista Luca annota che, dopo la nascita del Battista, Maria tornò a casa sua. Ma quel ritorno a casa fu per lei una breve sosta, per rimettersi in marcia. Maria cambiò spesso la casa. Da Nazaret a Betlemme, da Betlemme in Egitto, poi di nuovo a Nazaret, poi a Cana, poi ancora al seguito di Gesù, a Gerusalemme, fino a entrare nell'intimità del discepolo prediletto del suo Figlio. La casa di Efeso, dove ebbe fine la sua esistenza terrena, fu solo la penultima dimora. La morte non l'ha frenata nel suo cammino, forse neanche tre giorni, com'era successo a Gesù nel sepolcro. La morte di Maria ha ceduto subito il passo alla sua resurrezione per raggiungere in fretta quella Casa desiderata da sempre, nella luce di Dio.

Anche a Loreto si sosta per ripartire, cari-

chi di un incontro intimo con il Signore, in quella casa che ci ricorda che *qui e ora*, il Verbo continua a incarnarsi nella vita. Dio sceglie tra noi una casa, per aiutarci a camminare verso la sua Casa.

La Casa di "Nazaret-Loreto" è dunque un punto di partenza, una sosta necessaria, che ci invita a camminare e, a volte, a *volare*.

Allo stesso modo, a conclusione di un Capitolo, l'invito è quello di ripartire imparando a camminare e a volare nella vita di ogni giorno, sospinti dall'amore, sollevati dalla Misericordia per raggiungere, in fretta, quanti attendono la visita di Dio.

¹ Benedetto XVI, *Discorso durante la veglia di preghiera in occasione dell'Agorà dei Giovani italiani a Loreto*, Piana di Montorso, 1° settembre 2007.

² Così si esprime Giovanni Paolo I, Albino Luciani, nella quarta e ultima delle quattro catechesi del mercoledì (26 agosto 1978), due giorni prima di morire: *"Amare significa viaggiare, correre con il cuore verso l'oggetto amato. Dice l'imitazione di Cristo: chi ama «currit, volat, laetatur», corre, vola e si rallegra. Amare Dio è dunque un viaggiare col cuore verso Dio. Viaggio bellissimo. Da ragazzo, mi estasiavo nei viaggi descritti da Giulio Verne («Ventimila leghe sotto i mari», «Dalla terra alla luna», «Il giro del mondo in ottanta giorni», ecc.). Ma i viaggi dell'amore a Dio sono molto più interessanti".*



Salire per ridiscendere



Ogni volta che la vita mi distoglie dalla pace e dalla quiete in cui sono immersa con Te e in Te molte ore del giorno, mi ritrovo meno serena, frastornata, appesantita, tanto da desiderare il silenzio nel quale sento la Tua voce, e nel ristabilirsi dell'intimo rapporto con Te, con l'aiuto della preghiera, mi ritrovo lungo il Tuo sentiero, e nel Tuo Spirito mi placo, l'anima alleggerita si riempie di Te in una pace infinita. Questo credo provassero i tre

apostoli di Gesù nel giorno della Sua trasfigurazione, quando Pietro, immerso in quella serenità indescrivibile disse al Signore: "Maestro, è bello per noi stare qui...". Erano saliti su un monte, lontani dalla vita abituale, in alto, protesi verso Dio, lontani dal frastuono della giostra terrena che rimbomba incessante e inutile, soffocando l'unica voce autorevole che dà senso e pienezza alla nostra vita. Dopo, però, gli apostoli dovettero scendere dal monte, come a indicarci che

bisogna riprendere la strada che ci è stata donata da Dio per la nostra purificazione e dopo essere stati illuminati dalla sua trasfigurazione, dobbiamo rientrare nella nostra umanità perché solo attraverso di essa possiamo entrare nella Sua divinità. "Scendere" per vivere tutto quello che ci accade anche se non è quello che vorremmo, seguendo il Suo insegnamento ma senza fuggire dalla realtà, nel fondo della quale si trova il significato della vita.



La corretta alimentazione

ELISIR DI LUNGA VITA (X)

Condizioni in cui si può avere perdita di massa magra

Ci sono condizioni che portano ad una perdita di massa magra anche se non necessariamente con stati ipercatabolici così gravi da portare a sarcopenia. In ogni caso è necessaria una integrazione proteica per ripristinare la massa muscolare persa o per evitare che si riduca (prevenzione). Una sensibile perdita di massa muscolare può avvenire:

- gradatamente con l'invecchiamento dell'organismo;
- in caso di riduzione dell'attività motoria (ad esempio, allenamento a seguito di una operazione o a patologie che riducono il movimento);
- dopo gravi traumi, ustioni estese o altri stati ipercatabolici importanti;
- quando si ha un insufficiente apporto proteico alimentare;
- durante le diete ipocaloriche: in fase ipocalorica il nostro organismo che necessita di energia per funzionare "attacca" in primis le riserve proteiche piuttosto che quelle lipidiche. Spesso inoltre alla dieta si associa un aumento dell'attività fisica che necessita pertanto di substrato al fine di aumentare e non intaccare la massa muscolare;
- malnutrizione e cattive abitudini alimentari: diete monotone, anoressia, bulimia, possono portare l'organismo ad un deficit proteico;
- difficoltà di masticazione: persone edentule o con problemi di masticazione: potrebbe essere necessaria l'integrazione proteica non potendo essere assunta e regolarmente con una normale alimentazione;
- diete vegetariane e vegane: le proteine di origine vegetale contengono quantità insufficienti o nulle di uno o più aminoacidi essenziali; le proteine dei legumi contengono tutti gli aminoacidi essenziali ma sono carenti di aminoacidi solforati;
- soggetti adulti sani che hanno un'intensa attività sportiva spesso hanno bisogno di una integrazione proteica, substrato per la "costruzione" della massa muscolare.

Secondo dati ISTAT nel 2050 circa il 34% della popolazione italiana avrà più di 65 anni, contro il 19,5% del gennaio 2005. Un fenomeno che richiede una modifica delle politiche di programmazione sanitaria e la predisposizione di interventi specifici di educazione alimentare e alla pratica regolare dell'esercizio fisico. Diversamente si avranno pesanti ricadute in termini di costi

sociali per assicurare servizi di assistenza (domiciliare o residenziale) a un crescente numero di soggetti incapaci di svolgere le normali attività quotidiane in sufficiente autonomia. Abbinato a una corretta alimentazione e all'utilizzo di eventuali supplementi, l'esercizio di forza è l'intervento più produttivo e scientificamente validato per conservare la massa muscolare, la forza e la potenza esecutiva di un gesto. Esercizio aerobico e ginnastica dolce, raccomandate per anni come uniche attività per gli anziani, pur essendo capaci di regolare il peso, migliorare la capacità aerobica e la flessibilità articolare non possono certo sostituirsi al lavoro contro resistenza.

Come citano autori anglosassoni riferendosi alla funzione muscolare specifica di forza: "use it or lose it" (usala o la perderai).

L'invecchiamento della popolazione è caratterizzato dall'aumento prevalente degli ultraottantenni (oldest old).

In questo gruppo di soggetti è estremamente frequente la cosiddetta sindrome clinica da fragilità.

Essa esprime una condizione di estrema instabilità omeostatica che mette l'anziano a rischio di gravi complicanze, perdita dell'autosufficienza, istituzionalizzazione e morte anche per eventi di per sé di modesta entità.

Nei confronti dell'anziano fragile la medicina geriatrica propone un'originale metodologia di valutazione, la cosiddetta valutazione multidimensionale, ed un modello di assistenza continuativa che si sono dimostrati in grado non solo di ridurre il numero di ricoveri in ospedale ed in istituzioni residenziali, con conseguente riduzione dei costi sanitari, ma anche di migliorare la qualità della vita del paziente.

CONCLUDO DICENDO CHE: Umanità vuol dire fragilità, debolezza, malattie, traumi, menomazioni, invecchiamento e molti altri segni della mortalità. Varia però nel corso della vita la considerazione sociale di questa fragilità; se ne parla anche nell'età anziana, ma certo questa non viene letta con la stessa cura.

Oggi si tratta di affermare che un anziano fragile ha il diritto ad avere servizi di supporto e lo stesso livello di dignità e qualità di vita di qualsiasi altro membro della società.

(fine)



SAN GIUSEPPE

Padre nell'ombra

Un'ultima caratteristica con la quale *Patris corde* descrive San Giuseppe, e con la quale concludiamo la rubrica di questo anno, è quella di essere *nell'ombra*. Riprendendo l'immagine dell'autore polacco Jan Dobraczyfski, Papa Francesco afferma che san Giuseppe “nei confronti di Gesù è l'ombra sulla terra del Padre Celeste: lo custodisce, lo protegge, non si stacca mai da Lui per seguire i suoi passi” (Pc 7). Giuseppe è padre di Gesù non perché lo ha messo al mondo, ma perché se ne è preso cura, se ne è assunto la *responsabilità*. Giuseppe invita ognuno di noi a diventare “padre”, non necessariamente perché biologicamente abbiamo dei figli ma perché, come il buon Samaritano del Vangelo (Lc 10,30-37), ci prendiamo cura di qualcuno che incontriamo sulla nostra strada: “Tutte le volte che qualcuno si assume la responsabilità della vita di un altro, in un certo senso esercita la paternità nei suoi confronti” (Pc 7). Il nostro contesto risente molto della crisi della paternità, che nel passato faceva dire: “Una società senza padre”. Sempre più frequentemente, infatti, “i figli sembrano essere orfani di padre” continua *Patris corde*, in quanto ci sono sempre meno figure di riferimento: dai padri biologici, a chi governa e, purtroppo, talvolta anche alle figure nella Chiesa. Dall'altra parte, invece, il mondo attuale sembra rifiutare le figure di paternità, compresa quella di Dio. La cultura attuale, infatti, ha costantemente insistito perché l'uomo fosse sempre più emancipato, anche da Dio, vivendo come *se Dio non ci fosse*. La paternità di Giuseppe, ci ricorda che tutti abbiamo bisogno del Padre e, se anche noi lo fuggiamo per affermare la nostra presunta libertà, lui, proprio come l'ombra, non ci abbandona e viene a cercarci. Come affermava san Giovanni Paolo II nella Lettera apostolica in preparazione al Giubileo dell'anno 2000, *Tertio millennio adveniente* (1994): “In Gesù Cristo Dio non solo parla all'uomo, ma lo cerca. L'incarnazione del Figlio di Dio testimonia che Dio cerca l'uomo” (tma 7). Infine *Patris corde* afferma che l'essere ombra di Giuseppe ricorda che la paternità, quella vera, non



è mai possessiva, per “introdurre il figlio all'esperienza della vita, alla realtà. Non trattenerlo, non imprigionarlo, non possederlo, ma renderlo capace di scelte, di libertà, di partenze” (Pc 7). Non a caso, fa ancora notare Papa Francesco, spesso Giuseppe è chiamato “castissimo”, che non vuole essere un'indicazione affettiva o fisica, ma la sintesi di un atteggiamento che esprime il contrario del possesso. È il modo con cui Dio ci è Padre, non privandoci della nostra libertà, è il modo con cui noi dovremmo esserlo.

Al termine mi piace concludere con le parole stesse con cui la Lettera apostolica si rivolge a san Giuseppe, domandandone l'intercessione perché anche noi, sul suo esempio, possiamo essere “padri” con la sua stessa modalità:

*O Beato Giuseppe, mostrati padre anche per noi,
e guidaci nel cammino della vita.
Ottienici grazia, misericordia e coraggio,
e difendici da ogni male. Amen.*





La Cometa news

a cura di Concita De Simone

Stiamo ormai per iniziare il terzo anno di convivenza con il Covid, o, come continuamente sentiamo dire da radio e televisione, stiamo ormai affrontando “la quarta ondata” di pandemia.

In questi anni, sono stati scritti fiumi di pagine, rilasciate interviste pressoché quotidiane da virologi, economisti, specialisti di tutto il mondo per fare il punto sui risvolti economici, psicologici e sociali provocati da questo inarrestabile virus che sta mettendo tutti a dura prova.

Ma come associazione che promuove l'accoglienza, l'attenzione all'altro, l'integrazione di qualunque tipo di prossimo, che non fa differenze, ma che si spinge ai limiti delle periferie geografiche ed esistenziali, abbiamo il dovere di interpellarci non solo su quali siano

le conseguenze di questa pandemia sui nostri concittadini, sulle popolazioni dell'occidente ricco, ma su quanti sono già storicamente provati dalla povertà, dalla malattia, dalla impossibilità di accedere a standards di cura che per noi occidentali sono scontati, ma anche, e soprattutto, sulle nuove povertà che questa epidemia sta provocando.

Questa pandemia sta veramente scatenando una crisi globale, che è crisi non solo sanitaria ed economica, ma anche sociale, ambientale, politica, e dei rapporti umani. Per questo motivo, non può essere la logica del profitto a guidare i vari stati nella lotta sempre più impegnativa contro la malattia: se la crisi è – come è vero che sta diventando – crisi sociale e dei rapporti umani, l'unico approccio possibile è quello del sapersi prendere cura dell'altro, del farsi carico dei suoi problemi, del preoccuparsi del suo domani.

All'indomani della commercializzazione dei primi vaccini le parole di papa Francesco espressero chiaramente il dovere morale di ogni Paese civile affinché nessun paese del mondo venisse escluso dalla distribuzione dell'unica arma che abbiamo per combattere questa malattia. Con estrema chiarezza il papa ha denunciato – e continua instancabile a farlo ogni giorno - che la pandemia è una metafora del virus ben più grave che avvelena il cuore dell'uomo: «C'è bisogno di luce e speranza – spiegò allora il Pontefice -. Abbiamo bisogno di cammini di guarigione e di salvezza. E mi riferisco a una guarigione alla radice, che curi la causa del male e non si limiti solo ai sintomi. In queste radici malate troviamo il virus dell'individualismo, che non ci rende più liberi né più uguali, né più fratelli, piuttosto ci trasforma in persone indifferenti alla sofferenza degli altri».



Vincenzo Del Signore
Presidente Ass. Volontari
la Cometa aps

Appello per le adozioni a distanza

616: è il numero delle adozioni a distanza attive. Ma solo nel 2021 quelle concluse - con successo di cui abbiamo riscontro, vuoi per aver portato a termine il percorso di studi, vuoi per aver trovato lavoro o per aver messo su famiglia - o interrotte, è 1071.

Considerando che dal 2001 possiamo contare 1271 adozioni, il sospetto di un drastico calo, avviato a partire dal 2013, diventa certezza.

In pratica hanno lasciato almeno un terzo dei benefattori.

Un problema riscontrato da tutte le associazioni che, come noi, si occupano di adozioni a distanza, a cui il Covid ha dato la mazzata.

Infatti, molti bambini adottati a distanza hanno perso il sostegno a causa della crisi economica indotta dalla pandemia.

Un contributo vitale, che in India, soprattutto per le bambine, significa avere la dignità dei maschi (sì, nel 2021 ancora parliamo di questo, purtroppo!), nelle Filippine rappresenta un'opportunità per sfuggire dalla strada, e in Congo o Nigeria per non morire di fame, per fare degli esempi.

Il contributo di 300 euro l'anno, 25 euro al mese, viene destinato per iscrizione a scuola, sostegno alimentare e cure mediche, ma, come sappiamo, migliora la qualità di vita dell'adottato e della comunità in cui vive.

Si tratta di un gesto semplice e immediato di solidarietà, che consente di scegliere e di costruire insieme un mondo più giusto, ognuno nel nostro piccolo. Rinunciare a circa 83 centesimi al giorno significa investirli nella scommessa di una vita migliore per un'altra persona dall'altro lato del pianeta.

Ecco allora che l'adozione a distanza diventa espressione di vicinanza ma anche testimonianza che il futuro si costruisce nel presente. E questo vale per tutti i figli del mondo.



Rispettata e cara Zia,
sono K. Mohan. Come stai? Spero che tu e tutti
stiate bene lì. Qui io e i mem-
bri della mia famiglia stia-
mo bene con la grazia di
Dio e con tutte le tue pre-
ghiere e aiuti. Ho comple-
tato la mia laurea in
Ingegneria meccanica. Ora
sto aspettando per un buon
lavoro ma è veramente dif-
ficile trovarlo. La mia
famiglia sta bene. Mia
sorella K. Navja Jyothi sta
al 3° anno della scuola di
assistenza infermieristica.
Come sta il tuo figlio mag-
giore? Spero che tu e tutti stiate bene e molto felici.

Sto andando a Hyderabad per seguire un corso di
tre mesi. Per favore prega per il mio futuro e per la
mia famiglia anche. Ti siamo molto grati per tutto
l'aiuto che ci hai dato. Il nostro sincero grazie a te
ed a tutta la tua famiglia. Ti ricordiamo quotidia-
namente nelle nostre pre-
ghiere giornaliere.

Auguro un veramente felice
e prospero anno nuovo a te
ed alla tua famiglia.

Grazie
Il tuo affezionato

K. Mohan e famiglia



5X1000, UN AIUTO PER TUTTI

La pandemia Covid-19 ci ha costretti a ripensare le nostre attività a sostegno dei più poveri.
Ma abbiamo bisogno del vostro aiuto per poter fare di più, meglio, e per continuare ad aiutare, perché siamo convinti che:

ANDRÀ TUTTO BENE SOLO SE ANDRÀ BENE PER TUTTI!

E poi, naturalmente, perché il nostro motto "Se molti uomini di poco conto, in molti posti di poco conto, facessero cose di poco conto, la faccia della terra potrebbe cambiare", vale sempre!

**NOI CI SIAMO
CONTINUA AD ESSERCI ANCHE TU!**

Dona il Tuo 5 per mille all'ASSOCIAZIONE VOLONTARI LA COMETA

Codice fiscale 07191011001

Grazie!

Sostegno a distanza


Per informazioni :
Associazione Volontari LA COMETA onlus
Via Latina, 30 - 00179 Roma
Tel. 0670496688 - Cell. 331.4204526
E-mail: lacometa@consom.it
www.lacometaonlus.it

seguici anche su



You Tube

Conto corrente bancario
Iban: IT85V0306909606100000164350 - BIC: BCITITMM
conto corrente postale n. 45938974 intestati a
Associazione Volontari La Cometa Onlus
Via Latina, 30 - 00179 Roma



...RESPIRI
DELL'ANIMA...

L' Amore non è solo Amore. Cioè un monolitico. **L'Amore è veramente andare incontro all'Amare. Perché è il respiro di Dio che Dio non ha spruzzato sull'uomo, ma ha alitato nell'uomo.** Come dire: dentro l'uomo ed in direzione della persona che egli è e di quello che avrebbe comportato la relazione partecipativa tra Egli e lui/lei. **L'Amare è vita. È cammino. È scoperta. Impegno.** Anche perdersi ma, poi, ritrovarsi: "*Chi perde la propria vita per...*", negli altri e a vantaggio degli altri, scoprirà che Dio gli cammina accanto.

Abbiamo accennato alle parole di quel saggio che un giorno disse: "*Il cuore di ogni uomo è della stessa sostanza del cielo*". Ora, per riflettere un poco alla vicinanza che Dio ha stabilito con noi, facciamo riferimento ad un saggio il quale, ogni volta che parlava della relazione che intercorre tra Dio e l'umanità, si serviva di due esempi.

Il primo esempio. C'era una volta un re. Potente più di ogni altro re. Tutti avevano timore di lui, perché era conosciuto come *Il potente dei potenti*, dal momento che con i suoi eserciti aveva sterminato tutti i suoi nemici. Per questo da molti anni

viveva beatamente dentro la propria reggia: sfarzo, ossequi, servitù a non finire. E distanza infinita tra lui e le sue genti. Nel corso degli anni nessuno dei suoi consiglieri gli aveva mai riferito sulla qualità della vita in cui vivevano i suoi sudditi. Nè lui stesso si era preoccupato più di tanto. Un giorno, però, gli venne in mente di farlo di persona. Ma da incognito. Attraversò in lungo ed in largo i territori del suo vasto regno. Ebbe modo, così, di rendersi conto che non popoli lontani e sconosciuti, non popoli di altri re ma i suoi stessi popoli vivevano la povertà. Non nella povertà, ma la povertà, perché ovunque c'era chi aveva fame, chi aveva sete, chi non aveva vestiti, chi non... ed ancora chi non ... Ritornò nella sua reggia. Pensò e pensò. E pensò solo a cosa fare. Alla fine decise di donare ai suoi sudditi anelli come i suoi. Vestiti come i suoi. Preparare cibi e bevande in abbondanza. E portò tutti nella sua reggia.

Il secondo esempio dice così. C'era una volta un re. Potente più di ogni altro re. Tutti avevano timore di lui, perché era conosciuto come *Il potente dei potenti*, dal momento che con i suoi eserciti aveva sterminato tutti i suoi nemici. Per questo

da molti anni viveva beatamente dentro la propria reggia: sfarzo, ossequi, servitù a non finire. E distanza infinita tra lui e le sue genti. Nel corso degli anni nessuno dei suoi consiglieri gli aveva mai riferito sulla qualità della vita in cui vivevano i suoi sudditi. Nè lui stesso si era preoccupato più di tanto. Un giorno, però, gli venne in mente di farlo di persona. Ma da incognito. Attraversò in lungo ed in largo i territori del suo vasto regno. Ebbe modo, così, di rendersi conto che non popoli lontani e sconosciuti, non popoli di altri re ma i suoi stessi popoli vivevano la povertà. Non nella povertà, ma la povertà, perché ovunque c'era chi aveva fame, chi aveva sete, chi non aveva vestiti, chi non... ed ancora chi non... Ritornò nella sua reggia. Pensò e pensò. E pensò solo a cosa fare. Alla fine decise di *non* donare ai suoi sudditi anelli come quelli che lui aveva. Di *non* far confezionare per loro vestiti sontuosi come i suoi. Di *non* far preparare cibi e bevande, di cui egli godeva in abbondanza. Rinunciò ai suoi titoli. Distribuí tutti gli averi. Andò a stare tra loro. Perché **quel re non ascoltò le parole delle cose e della sua gloria, ma i respiri della sua anima** ...si può intuire qual è il re che quel saggio preferiva. **E noi? Ma noi?**



Pubblichiamo un estratto del Capitolo VIII dell'Enciclica di papa Francesco "Fratelli Tutti". Lasciamo, come al solito, ai nostri lettori la raccomandazione di leggerla ed approfondirla per intero.

Fratelli tutti

Sulla fraternità e l'amicizia sociale (IV)

CAPITOLO OTTAVO LE RELIGIONI AL SERVIZIO DELLA FRATERNITÀ NEL MONDO

271. Le diverse religioni, a partire dal riconoscimento del valore di ogni persona umana come creatura chiamata ad essere figlio o figlia di Dio, offrono un prezioso apporto per la costruzione della fraternità e per la difesa della giustizia nella società. Il dialogo tra persone di religioni differenti non si fa solamente per diplomazia, cortesia o tolleranza. Come hanno insegnato i Vescovi dell'India, «l'obiettivo del dialogo è stabilire amicizia, pace, armonia e condividere valori ed esperienze morali e spirituali in uno spirito di verità e amore».

Il fondamento ultimo

272. Come credenti pensiamo che, **senza un'apertura al Padre di tutti, non ci possano essere ragioni solide e stabili per l'appello alla fraternità.** Siamo convinti che «soltanto con questa coscienza di figli che non sono orfani si può vivere in pace fra noi». Perché «la ragione, da sola, è in grado di cogliere l'uguaglianza tra gli uomini e di stabilire una convivenza civica tra loro, ma non riesce a fondare la fraternità».

273. In questa prospettiva, desidero ricordare un testo memorabile: «Se non esiste una verità trascendente, obbedendo alla quale l'uomo acquista la sua piena identità, allora non esiste nessun principio sicuro che garantisca giusti rapporti tra gli uomini. Il loro interesse di classe, di gruppo, di Nazione li oppone inevitabilmente gli uni agli altri. **Se non si riconosce la**

verità trascendente, allora trionfa la forza del potere, e ciascuno tende a utilizzare fino in fondo i mezzi di cui dispone per imporre il proprio interesse o la propria opinione, senza riguardo ai diritti dell'altro. [...] **La radice del moderno totalitarismo, dunque, è da individuare nella negazione della trascendente dignità della persona umana,** immagine visibile del Dio invisibile e, proprio per questo, per sua natura stessa, soggetto di diritti che nessuno può violare: né l'individuo, né il gruppo, né la classe, né la Nazione o lo Stato. Non può farlo nemmeno la maggioranza di un corpo sociale, ponendosi contro la minoranza».

274. A partire dalla nostra esperienza di fede e dalla sapienza che si è andata accumulando nel corso dei secoli, imparando anche da molte nostre debolezze e cadute, **come credenti delle diverse religioni sappiamo che rendere presente Dio è un bene per le nostre società.** Cercare Dio con cuore sincero, purché non lo offuschiamo con i nostri interessi ideologici o strumentali, ci aiuta a riconoscerci compagni di strada, veramente fratelli. Crediamo che «quando, in nome di un'ideologia, si vuole estromettere Dio dalla società, si finisce per adorare degli idoli, e ben presto l'uomo smarrisce sé stesso, la sua dignità è calpestata, i suoi diritti violati. Voi sapete bene a quali brutalità può condurre la privazione della libertà di coscienza e della libertà religiosa, e come da tale ferita si generi una umanità radicalmente impoverita, perché priva di speranza e di riferimenti ideali».

275. Va riconosciuto come «tra le più

importanti cause della crisi del mondo moderno vi siano una coscienza umana anestetizzata e l'allontanamento dai valori religiosi, nonché il predominio dell'individualismo e delle filosofie materialistiche che divinizzano l'uomo e mettono i valori mondani e materiali al posto dei principi supremi e trascendenti». **Non è accettabile che nel dibattito pubblico abbiano voce soltanto i potenti e gli scienziati.** Dev'esserci uno spazio per la riflessione che procede da uno sfondo religioso che raccoglie secoli di esperienza e di sapienza. «I testi religiosi classici possono offrire un significato destinato a tutte le epoche, posseggono una forza motivante», ma di fatto «vengono disprezzati per la ristrettezza di visione dei razionalismi».

276. Per queste ragioni, benché la Chiesa rispetti l'autonomia della politica, non relega la propria missione all'ambito del privato. Al contrario, «non può e non deve neanche restare ai margini» nella costruzione di un mondo migliore, né trascurare di «risvegliare le forze spirituali» che possano fecondare tutta la vita sociale. **È vero che i ministri religiosi non devono fare politica partitica, propria dei laici, però nemmeno possono rinunciare alla dimensione politica dell'esistenza** che implica una costante attenzione al bene comune e la preoccupazione per lo sviluppo umano integrale. La Chiesa «ha un ruolo pubblico che non si esaurisce nelle sue attività di assistenza o di educazione» ma che si adopera per la «promozione dell'uomo e della fraternità universale». Non aspira a competere per poteri terreni, bensì ad offrirsi come «una famiglia tra le famiglie – questo è la Chiesa –, aperta a testimoniare [...] al mondo odierno la fede, la speranza e l'amore verso il Signore e verso coloro che Egli ama con predilezione. Una casa con le porte aperte. La Chiesa è una casa con le porte aperte, perché è madre». **E come Maria, la Madre di Gesù, «vogliamo essere una Chiesa che serve, che esce di casa, che esce dai suoi**



templi, dalle sue sacrestie, per accompagnare la vita, sostenere la speranza, essere segno di unità [...] per gettare ponti, abbattere muri, seminare riconciliazione».

L'identità cristiana

277. La Chiesa apprezza l'azione di Dio nelle altre religioni, e «nulla rigetta di quanto è vero e santo in queste religioni. Essa considera con sincero rispetto quei modi di agire e di vivere, quei precetti e quelle dottrine che [...] non raramente riflettono un raggio di quella verità che illumina tutti gli uomini». Tuttavia come cristiani non possiamo nascondere che «se la musica del Vangelo smette di vibrare nelle nostre viscere, avremo perso la gioia che scaturisce dalla compassione, la tenerezza che nasce dalla fiducia, la capacità della riconciliazione che trova la sua fonte nel saperci sempre perdonati-inviati. **Se la musica del Vangelo smette di suonare nelle nostre case, nelle nostre piazze, nei luoghi di lavoro, nella politica e nell'economia, avremo spento la melodia che ci provocava a lottare per la dignità di ogni uomo e donna.**» Altri bevono ad altre fonti. Per noi, questa sorgente di dignità umana e di fraternità sta nel Vangelo di Gesù Cristo. Da esso «scaturisce per il pensiero cristiano e per l'azione della Chiesa il primato dato alla relazione, all'incontro con il mistero sacro dell'altro, alla comunione universale con l'umanità intera come vocazione di tutti».

278. Chiamata a incarnarsi in ogni situazione e presente attraverso i secoli in ogni luogo della terra – questo significa “cattolica” –, la Chiesa può comprendere, a partire dalla propria esperienza di grazia e di peccato, la bellezza dell'invito all'amore universale. Infatti, «tutto ciò ch'è umano ci riguarda. [...] Dovunque i consessi dei popoli si riuniscono per stabilire i diritti e i doveri dell'uomo, noi siamo onorati, quando ce lo consentono, di assiderci fra loro». Per molti cristiani, questo cammino di fraternità ha anche una Madre, di nome Maria. Ella ha ricevuto sotto la Croce questa maternità universale (cfr Gv 19,26) e la sua attenzione è rivolta non solo a Gesù ma anche al «resto della sua discendenza»

(Ap 12,17). Con la potenza del Risorto, vuole partorire un mondo nuovo, dove tutti siamo fratelli, dove ci sia posto per ogni scartato delle nostre società, dove risplendano la giustizia e la pace.

279. Come cristiani chiediamo che, nei Paesi in cui siamo minoranza, ci sia garantita la libertà, così come noi la favoriamo per quanti non sono cristiani là dove sono minoranza.

C'è un diritto umano fondamentale che non va dimenticato nel cammino della fraternità e della pace: è la libertà religiosa per i credenti di tutte le religioni.

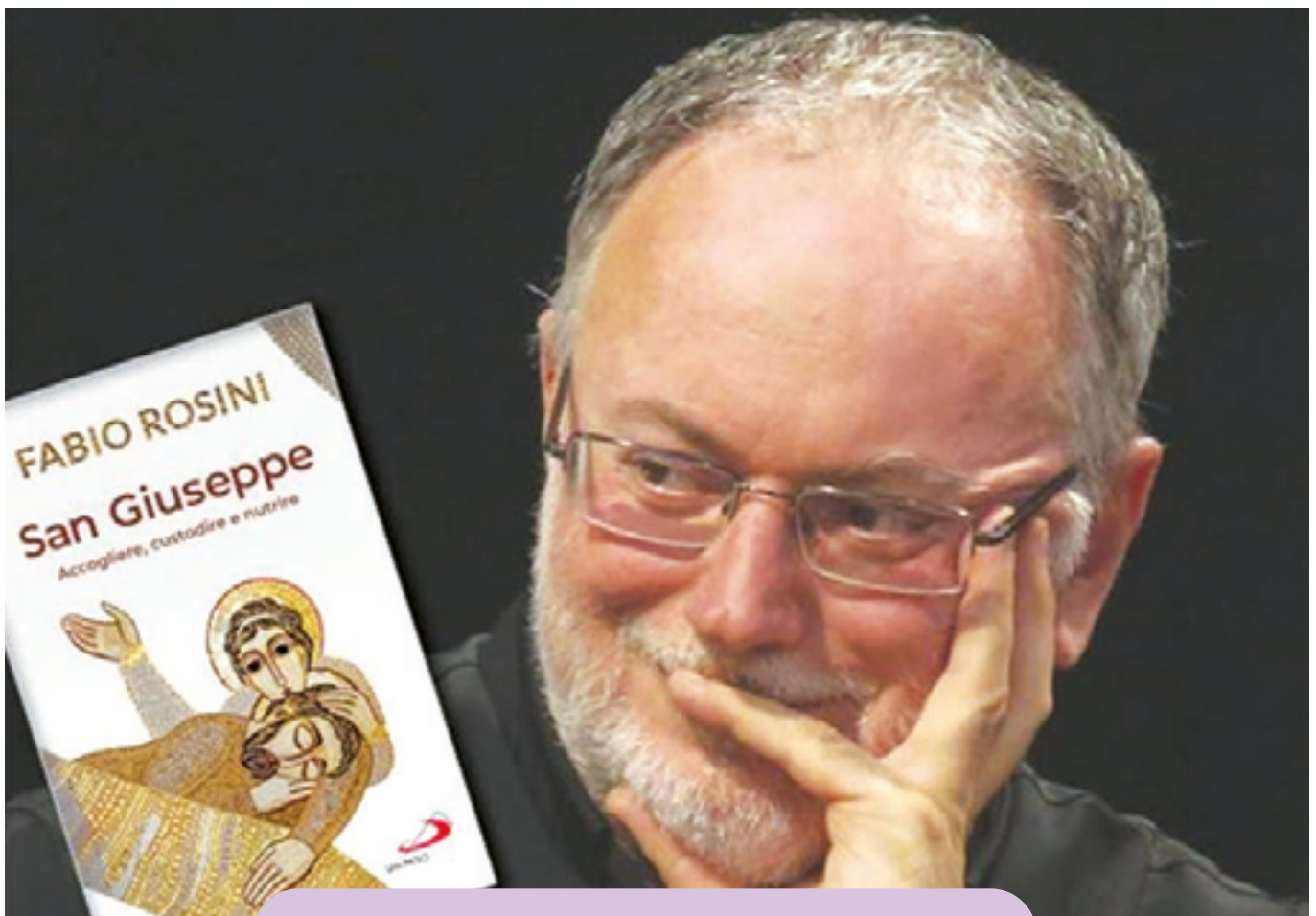
Tale libertà manifesta che possiamo «trovare un buon accordo tra culture e religioni differenti; testimonia che le cose che abbiamo in comune sono così tante e importanti che è possibile individuare una via di convivenza serena, ordinata e pacifica, nell'accoglienza delle differenze e nella gioia di essere fratelli perché figli di un unico Dio».

280. Nello stesso tempo, chiediamo a Dio di rafforzare l'unità nella Chiesa, unità arricchita da diversità che si riconciliano per l'azione dello Spirito Santo. Infatti «siamo stati battezzati mediante un solo Spirito in un solo corpo» (1 Cor 12,13), dove ciascuno dà il suo apporto peculiare. **Come diceva Sant'Agostino, «l'orecchio vede attraverso l'occhio, e l'occhio ode attraverso l'orecchio».** È urgente inoltre continuare a dare testimonianza di un cammino di incontro tra le diverse confessioni cristiane. Non possiamo dimenticare il desiderio espresso da Gesù: che «tutti siano una sola cosa» (Gv 17,21). Ascoltando il suo invito, riconosciamo con dolore che al processo di globalizzazione manca ancora il contributo profetico e spirituale dell'unità tra tutti i cristiani. Ciò nonostante, «pur essendo ancora in cammino verso la piena comunio-

ne, abbiamo sin d'ora il dovere di offrire una testimonianza comune all'amore di Dio verso tutti, collaborando nel servizio all'umanità (...)».



Don Fabio Rosini: "Il buon padre è quello che c'è"



Accogliere, custodire, nutrire: sono le tre azioni che don Fabio Rosini, prendendo come esempio il papà terreno di Gesù, propone nel suo ultimo libro dedicato alla paternità (*"San Giuseppe. Accogliere, custodire e nutrire"*, Edizioni San Paolo). Un cammino per imparare a non sprecare la bellezza, per aprirsi ad accogliere la grazia, per custodire ciò che è prezioso e nutrire ciò che salva, utile a chiunque, uomo o donna, voglia apprendere l'arte di accogliere e vivere le cose grandi che gli sono riservate.



Don Fabio a Roma è molto conosciuto. Attualmente Direttore del Servizio per le Vocazioni della Diocesi, è stato Incaricato della pastorale interna per i dipendenti della RAI e poi Parroco. Nel 1993 ha dato vita a un percorso per i giovani sul Decalogo e sui conseguenti Sette Segni del Vangelo di Giovanni, diventato negli anni sempre più partecipato e condiviso con tanti sacerdoti in Italia e all'estero.

Don Fabio è abituato a parlare in maniera molto schietta e diretta, squarciando i cammini di fede di chi lo ascolta. Di San Giuseppe sostiene che è «quel padre che manca a questa generazione e che dobbiamo riscoprire e ridiventare». Avendo da tempo a che fare con moltissimi giovani, si è reso conto che le ultime generazioni hanno un grande **vuoto di paternità**. «Avevo davanti a me queste creature piene di bellezza – ricorda – e vedevo che non riuscivano a sbocciare. Ma non era colpa loro. Non avevano più alcun punto di riferimento, non avevano più nessuno che dicesse loro: ce la puoi fare. Noi esseri umani siamo fatti così, abbiamo bisogno di qualcuno che ci inviti a diventare noi stessi. A fiorire, a splendere», ha dichiarato don Fabio Rosini in un'intervista ad Avvenire.

«Veniamo da un lungo periodo di contestazione della figura paterna intesa come simbolo dell'autorità, è vero – incalza don Fabio –. Ma di per sé questa contestazione aveva i suoi buoni, buonissimi motivi. Se guardiamo al passato, non possiamo nasconderci come la paternità sia stata troppo spesso confusa con il paternalismo, fino a punte innegabili

di dispotismo. Già prima della crisi attuale, insomma, la paternità era nella necessità di riscoprire sé stessa. Il punto è che si sarebbe dovuto correggere, non stroncare né tanto meno cancellare. **Di un padre abbiamo bisogno tutti, sempre. Di un padre che ci riveli chi siamo e ci valorizzi.** Quando non lo fa, quando ti ignora, finisce per castrarti, ma anche in quel caso non ti è mai indifferente. I padri di oggi, purtroppo, sono troppo spesso latitanti e vergognosi. In circostanze estreme e patologiche, cercano di ristabilire il primato ricorrendo alla violenza, e questa è una tragedia nella tragedia. **Un padre non si riconosce dal fatto che alza la voce o, peggio ancora, le mani. Si riconosce dalla capacità di dare un nome al figlio, consegnandolo alla vita.** Questo ha fatto Giuseppe con Gesù: dandogli un nome ha sancito la sua appartenenza alla stirpe di Davide».

Don Fabio lo ripete di frequente, in modo anche colorito: ci sono troppe madri ipertrofiche, troppi padri inconsistenti. «Che a una cert'ora svincolano verso la porta di casa con la borsa del calcetto, sperando di passare inosservati», scherza. Ma subito torna a insistere: «Davanti alla complessità del ruolo educativo il senso di inadeguatezza è più che comprensibile, ma è a questo punto che viene in soccorso la figura di san Giuseppe. Sintetizzando al massimo, si potrebbe dire che **un buon padre non deve per forza essere perfetto. Però deve esserci, esserci sempre**, in qualsiasi circostanza. Il requisito fondamentale dell'accoglienza, infatti, non consiste nell'essere belli, ma nell'immaginare la bellezza di colui che si accoglie. Potrà essere debole finché si vuole,

ma il padre avrà sempre dalla sua uno straordinario punto di forza, che è la bellezza del figlio».

Il dramma è, appunto, quando la bellezza non viene riconosciuta o quando viene addirittura negata. «Eppure, anche in un'eventualità così tremenda, il padre rimane insostituibile – ribadisce Rosini –. È necessario qualcuno che dica “no”, più ancora è necessario qualcuno che pronunci un “sì” saggio. La chiave di tutto sta in questo equilibrio. Il “no” da solo non è abbastanza e rischia di risultare distruttivo. Ma anche il “sì”, per essere autentico, non può prescindere da un “no”».

La paternità autentica, invece, accoglie per custodire. «In questo senso – aggiunge Rosini – ogni uomo è chiamato a essere padre, così come ogni donna è chiamata a essere madre. **La virtù della custodia è simile a quella dell'accoglienza: si fonda sulla consapevolezza di avere tra le mani qualcosa di prezioso, che non può andare sciupato.** Una volta che viene assunto con serietà, questo compito porta a comprendere che la vita del figlio è più importante della propria».

Altra caratteristica della paternità è la capacità di nutrire, che ha la stessa radice etimologica di educare e, come sostiene don Fabio: «rimanda alla capacità di cibare l'altro, senza mai dimenticare che noi stessi siamo stati nutriti da qualcuno. C'è un principio di gradualità da rispettare, perché lo stesso cibo non è adatto a tutti in qualsiasi momento. **Educare non significa mettere a disposizione una dispensa dalla quale attingere a capriccio, ma dosare gli alimenti con intelligenza e delicatezza.**»



“QUE LE SEIGNEUR VOUS BÉNISSE” (*)

Le donne ivoriane, soprattutto se in compagnia di altre, non disdegnano di lanciare occhiate espressive nei confronti dei forestieri bianchi e magari esprimono, spesso ma non necessariamente nel loro dialetto, anche qualche commento istantaneo accompagnato talvolta da un piccolo scoppio di ilarità, ma non lo fanno mai con insistenza: credo che lo ritengano un loro diritto.

Stavamo attraversando l'ampio cortile interno dell'ospedale di Alépé per raggiungere la sala visita...

Quella donna, in disparte, aveva preso a fissarmi fin dal momento in cui ero sceso dall'auto e continuava a guardarmi da lontano con un timido accenno di sorriso. Mi ero ormai abituato a destare curiosità: era normale che un “bafué” (bianco) la potesse destare, ma la discreta insistenza del suo sguardo sembrava chiedere una risposta...

Ero tornato ancora una volta in visita in quell'ospedale dove una giovane suora italiana, Tiziana, medico assunto dallo Stato Ivoriano, si prodigava da sola con tutte le sue forze nei confronti della popolazione di un'area estremamente povera. Una novantina di chilometri dal nostro, su una strada sulla quale tra le innumerevoli buche era ancora possibile riconoscere le tracce di un manto di asfalto steso in un'epoca forse più fortunata: avevo voluto portarla direttamente a conoscenza della mia presenza ad Ayamé in modo che potesse approfittarne come in passato per inviarmi tutti i pazienti che necessitavano di un intervento chirurgico.

L'accoglienza fu come al solito calorosa: non appena mi aveva scorto la suora aveva rapidamente abbandonato le sue incombenze del momento per venirmi incontro con sollecitudine. Secondo le consolidate,

istintive abitudini dei medici, dopo poche intense parole di saluto, la conversazione era caduta immediatamente sui tanti casi clinici di cui ci eravamo occupati in comune in passato e su quelli più interessanti occorsi alla sua osservazione in quel periodo. Poi, quasi con naturalezza, come si trattasse di una consuetudine quotidiana, attraversando l'ampio cortile interno dell'ospedale ci eravamo diretti verso la sala visita perché potessi valutare i malati che avrebbero potuto giovare della mia presenza... quelli che avessi ritenuto candidabili all'intervento sarebbero giunti pochi giorni dopo tutti insieme a bordo del pulmino dell'ospedale guidato da Tiziana... come per una originale gita in comitiva.

...Quella donna, prestando attenzione a rimanere accortamente in disparte, aveva preso a muoversi nella stessa direzione continuando a fissarmi da lontano con il suo timido accenno di sorriso. Incuriosito dal suo atteggiamento, rispettoso ma meno riservato e prudente di quello dell'uso comune, feci in modo che il nostro percorso deviasse leggermente verso di lei. Prese coraggio e con pochi passi avanzò cautamente verso di me, poi, quando si ritenne abbastanza vicina, distendendo più ampiamente il suo sorriso sussurrò delle parole che non arrivai a comprendere. Più chiaramente “provocato” mi decisi



anch'io a fare qualche passo nella sua direzione e lei, evidentemente soddisfatta, continuando a sorridere, ripeté a voce alta: “Que le Seigneur vous bénisse” (“Che il Signore ti benedica”). Poi, per aiutarmi a comprendere, sollevò il mento estendendo il collo un po' raggrinzito per le rughe dei suoi cinquant'anni. Solo in quel momento arrivai a scorgere, in corrispondenza del suo giugolo, la tenue traccia dell'incisione che mi aveva permesso di liberarla alcuni mesi prima del suo voluminoso gozzo.

(*) Racconto tratto dal libro dell'autore “Pourquoi pas? ancora e sempre”.



TENIAMO A CUORE I NOSTRI SANTI

“**U**na maestra di una scuola materna aveva portato la sua classe a visitare il Duomo di Milano e raccontava le figure dei santi sulle vetrate luminose. Qualche giorno dopo, in occasione della festa dei santi, il parroco domanda ai bambini: “Chi sono i santi?”. Prontamente un bambino risponde: “Sono quelli che fanno passare la luce”.

La più bella definizione dei santi che io abbia mai sentita l’ha detta quel bambino. Ogni volta che incontriamo una persona che ha luce negli occhi, che diffonde attorno a sé questa luce, non abbagliandoti ma illuminando la strada, quello è un santo...

Io credo che ognuno di voi ha conosciuto questi santi, non uomini e donne perfetti, ma persone vere, semplici, che stanno in ascolto della vita... sanno creare benessere, trasmettono la gioia di vivere...”

Questo brano tratto da un racconto di Fra Giorgio Donati della Comunità di Romena esprime con semplicità il mio sentire.

Io credo infatti che, senza voler in alcun modo sminuire le figure dei santi ufficial-



mente canonizzati dalla chiesa, il loro esempio, vissuto in gran parte in tempi e contesti lontani dai nostri, possa spesso risultare per noi di più modesta utilità rispetto alle persone che praticando con impegno le loro scelte di vita quotidiane hanno contribuito positivamente in

modo diretto alla nostra formazione umana in tutti i suoi aspetti.

Tra coloro che non ho più al mio fianco penso ai miei genitori maestri di lealtà e di servizio, ai molti uomini e donne di fede incontrati nel mio cammino spirituale, al mio primo primario, padre della mia pratica di chirurgo e ad alcuni amici fraterni con i quali ho potuto condividere tratti e momenti più o meno facili della mia vita.

Tenerli a cuore è celebrarli e poter vivere, in questo caso agevolmente, il comandamento: “ama il prossimo tuo come te stesso”.

Un’ultima considerazione in proposito al modo di vivere le figure dei santi. Pur rispettando sensibilità diverse dalla mia, ho sempre pensato quanto meno superfluo ricorrere nella preghiera alla loro intercessione avendo bene a mente ed impresse nel cuore le parole di Gesù riportate in Mt 6, 31-32:


“Dunque, non state a preoccuparvi troppo, dicendo:

‘Che cosa mangeremo? Che cosa berremo? Come ci vestiremo?’. 32 Sono gli altri, quelli che non conoscono Dio, a cercare sempre tutte queste cose. *Il Padre vostro che è in cielo sa che avete bisogno di tutte queste cose.*”





Porta a compimento, Signore,
l'opera redentrice della tua misericordia
e perché possiamo conformarci in tutto
rendici forti e generosi nel tuo amore: (c

A photograph showing two nuns in white habits walking away from the camera on a narrow, rocky path. The path is bordered by a large, grey rock wall on the right and dense green foliage on the left. The scene is brightly lit, suggesting a sunny day. The nuns are wearing traditional white veils and long, flowing robes. The overall atmosphere is peaceful and contemplative.

alla tua volontà,
(alla Liturgia)



Ripartire sulle orme di San Giuseppe

È arrivato il momento di ripartire, per noi, per il Paese, per il Mondo. E di farlo con un rinnovato sguardo al futuro, di certo complesso, ma siamo certi ricco di tanti cambiamenti in grado di modificare le nostre vite, radicalmente. Non sarebbe infatti la prima volta che dopo anni funestati da grandi crisi politiche e/o economiche, l'avvenire si riproponga diverso dal più recente passato.

È successo dopo le due Grandi Guerre del '900, così come dopo le crisi del passato. Succederà ancora.

Albert Einstein ricordava che le crisi sono la più grande benedizione per le persone e gli Stati, perché i momenti difficili portano il progresso. La creatività infatti nasce dall'angoscia come il giorno dalla notte. Ed è nella crisi che sorge l'inventiva, le scoperte e le grandi strategie utili a superarle, e la volontà di continuare nella strada che ci è stata offerta. Noi siamo convinti che anche stavolta sarà così, e chissà che gli anni a venire ci consegnino un'umanità diversa da quella del più recente passato. Più attenta, e finalmente consapevole, dei suoi errori, tanti. In

tutti i settori della vita, dall'economia all'ambiente, dalla società alla famiglia. Dobbiamo quindi ripartire, o rigenerare le nostre vite. Ed è qui che la figura, semplice e modesta, di San Giuseppe e il suo esempio di fiducia nel disegno di Dio, dovrebbe esserci di conforto. E accompagnarci in un viaggio che non sarà facile ma che ci riporterà la vita. **L'uomo nuovo che guarda, con fiducia e coraggio, al futuro deve diventare la nostra guida.** Fidiamoci di lui e guardiamo avanti. Lo dice la Chiesa, lo dice Papa Francesco, pensiamolo e diciamolo anche noi e ripartiamo!



Quanto ci ha cambiato la pandemia

Ogni cambiamento è un nuovo inizio



Lavinia è una giovane donna che per diversi anni ha lavorato nelle scuole come Assistente alla Comunicazione. Nella primavera del 2020 ha sperimentato la didattica a distanza con gli alunni disabili, con tutte le difficoltà che questa modalità ha inevitabilmente comportato. La frustrazione avvertita per il non poter far sentire la propria vicinanza a quei bambini ha fatto sì che, con il passare dei mesi, si consolidasse in lei la volontà di impiegare le proprie competenze professionali in un contesto diverso dall'ambito scolastico:

“Avevo già avvertito il desiderio di un maggior coinvolgimento, in un rapporto uno a uno, mentre nella scuola mi ero sempre sentita come una appendice delle insegnanti di ruolo. La DAD e, più in generale, le regole di distanziamento sociale mi hanno fatto capire quanto importante fosse per me il potermi dedicare ai disabili facendo invece sentire loro che io ci sono a 360°”.

Lavinia dopo l'estate lascia la cooperativa per cui lavora da anni e comincia una nuova collaborazione con una associazione che si occupa anche di assistenza domi-

ciliare a disabili di tutte le età, con i quali adesso a suo dire *“si crea un legame molto più stretto e questo è un vantaggio per tutti. Nella quotidianità ti rendi veramente conto dell'aiuto concreto che dai ai familiari”.*

L'aver preso una decisione non facile – cambiare lavoro nel periodo di pandemia, con conseguente senso di precarietà in primis a livello lavorativo – le ha permesso di seguire con determinazione quello che il suo istinto le suggeriva di fare già da tempo per realizzare un percorso professionale che fosse più consono alle sue reali attitudini e capacità, quella che dentro di sé sapeva essere la sua strada e che la fa sentire ora più sicura e consapevole di ciò che vuole e di ciò che invece non va bene per lei.

Questo è un chiaro esempio di come il brusco *stop&reset* che la pandemia ha impresso alle nostre abitudini ed impostazioni di vita possa aver stimolato in molti di noi un maggiore confronto con se stessi, spingendo ad uscire dalla cosiddetta *Zone of comfort*, quel “conosciuto” che non richiede sforzi di adattamento e di ricontestualizzazione. Non fosse altro che per istinto di sopravvivenza, ogni

mancanza – dopo un congruo periodo di riflessione su quanto accaduto – stimola un naturale desiderio di compensazione. Lavinia ha preso atto delle proprie istanze che premevano da tempo divenendone pienamente consapevole e la consapevolezza è un grandissimo passo avanti rispetto al semplice sapere, in quanto rende più saldi nelle scelte di vita fatte e da fare, permettendo di acquisire una maggior sicurezza in se stessi, proprio in virtù del fatto che le priorità appaiono più chiare e, quindi, meglio perseguibili. Durante questo ultimo anno e mezzo abbiamo tutti dovuto apportare dei cambiamenti nelle nostre vite, ma anche là dove un cambiamento potrebbe sembrare soltanto una remissione, in realtà l'aver dovuto rinunciare o l'essere stati privati di qualcosa sarà sempre successivamente compensato dall'entrata in campo di nuove possibilità, nuove forze vitali fino a quel momento sconosciute; è un vero peccato che queste nuove opportunità che si aprono spesso non vengano riconosciute ed accolte, perché in tal modo ci si priva di quella splendida capacità di rialzarsi e di continuare a progredire verso la propria personale autorealizzazione.





Cotolette di S. Alfonso

Sant'Alfonso Maria de' Liguori, vescovo e compositore, fondatore della Congregazione del Santissimo Redentore (i Redentoristi), è conosciutissimo come autore di opere letterarie, teologiche e di celebri melodie, tra cui "Quanno nascette Ninno", da cui deriva "Tu scendi dalle stelle". Ma lo sapevate che a lui si deve anche questa sfiziosa ricetta di cotolette, che piaceranno a grandi e piccini?

Ingredienti:

- Fettine di carne magra
- uova
- pane grattugiato
- prosciutto cotto
- fior di latte/ o formaggio a pasta filante
- sale q.b.
- olio per friggere

Preparazione:

Impanare la carne prima nell'uovo e poi nel pane grattugiato dopodiché friggere le cotolette nell'olio. Disporre le cotolette fritte su una piastra da forno.

Coprire la cotoletta così ottenuta con una fetta di prosciutto cotto e di formaggio. Lasciare in forno per circa 10 minuti e gustare la cotoletta calda.

La tradizione

Sant'Alfonso Maria de' Liguori nacque a Napoli il 27 settembre 1696 e morì a Nocera dei Pagani l'1 agosto 1787 dopo aver sofferto dolori fisici, persecuzioni e prove di ogni genere. Iniziò a studiare teologia in casa e nel 1726 fu ordinato sacerdote. Per due anni si dedicò all'attività apostolica nel regno di Napoli e si guadagnò la reputazione di predicatore schietto e di confessore efficace, che evitava le ricercatezze e il rigorismo giansenista. «È un piacere ascoltare le sue prediche: lei dimentica la sua persona e predica Gesù Cristo», gli fu detto. Trattava i penitenti come anime

da salvare e non come criminali da punire o spaventare. Si dice che non abbia mai rifiutato l'assoluzione ad alcuno. Egli organizzò i "lazzaroni", cioè i disoccupati e gli sfaccendati di Napoli, in gruppi che si riunivano per ricevere l'istruzione religiosa. Una volta rimproverò uno dei membri

che mostrava eccessivo zelo per il digiuno e a un altro prete aggiunse: «Dio vuole che per vivere mangiamo; se avete ricevuto delle cotolette, mangiatele e siate riconoscenti: vi faranno bene». La storia cominciò a circolare e si volse a discreditare di Alfonso: si disse che i

gruppi erano società segrete di epicurei o quietisti o addirittura che facevano parte di una nuova setta chiamata "Le cotolette" (!). Alcuni membri furono arrestati e Alfonso dovette spiegare che cosa fosse successo.



SAN GIUSEPPE

Il custode del redentore nella vita di Cristo e della Chiesa

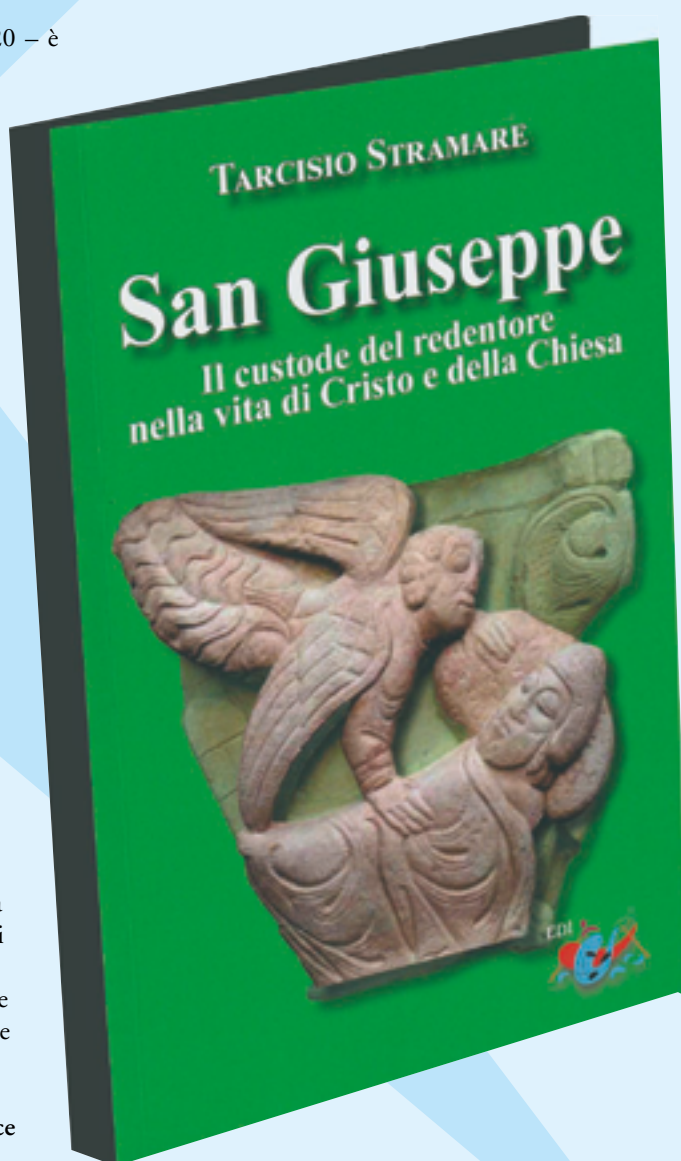
L' autore del volume, Tarcisio Stramare – 1928-2020 – è stato religioso della Congregazione degli Oblati di san Giuseppe, presbitero, teologo, biblista ed è stato considerato uno dei massimi studiosi, a livello internazionale, di giosefologia: un esperto certamente sulla figura di quest'uomo sempre considerato in secondo piano nella nostra religione. È un testo che comporta delle difficoltà, ma, a nostro avviso, vale la pena affrontarle per approfondire meglio la conoscenza del santo padre 'putativo' di Gesù. Tali difficoltà vengono facilmente superate dalla grande abbondanza di notizie, di studi e di riferimenti di cui il volume è ricco e, alla fine, la lettura diviene appassionante.

Si compone di due parti: **nella prima** è contenuta una serie di inni liturgici dedicati a san Giuseppe, tradotti dal latino e, quindi, più accessibili a tutti, con note didascaliche che ne facilitano la lettura.

Nella seconda parte, molto più ampia della prima, troviamo una carrellata storica sul periodo che va da Leone XIII a Giovanni Paolo II e, quindi, una particolare attenzione all'Esortazione Apostolica *Redemptoris custos*, soffermandosi particolarmente sull'aspetto dei misteri della vita nascosta di Gesù, dei quali san Giuseppe è stato particolare testimone. Lo studio si allarga, poi, al pensiero dei grandi Padri sant'Agostino e san Tommaso, concentrando l'attenzione sul ruolo determinante avuto dallo Spirito Santo nella vita di Gesù, Giuseppe e Maria. Altri temi vengono affrontati come quello del rapporto fra verginità e paternità in san Giuseppe; la sua azione educativa con Maria nei riguardi di Gesù; gli ultimi anni e la morte.

Un volume certamente di leggere con particolare attenzione meditativa avendo l'accortezza di ben riflettere sulle molte tematiche che vengono, nel suo contesto, suscitate.

TARCISIO STRAMARE, *San Giuseppe*, Editrice Domenicana Italiana, Napoli, 2021, pp. 256, € 17,00.





50° Conferenza
della Conferenza
di Canterbury
Global
SOCIETÀ

World, GAO CONFERENZA 2018

45° Ca
Gene

Radicalità e
e revisione
Costitu

World, GAO CONFERENZA 2018



Capitolo
Generale

Evangelica
Unione delle
Missioni

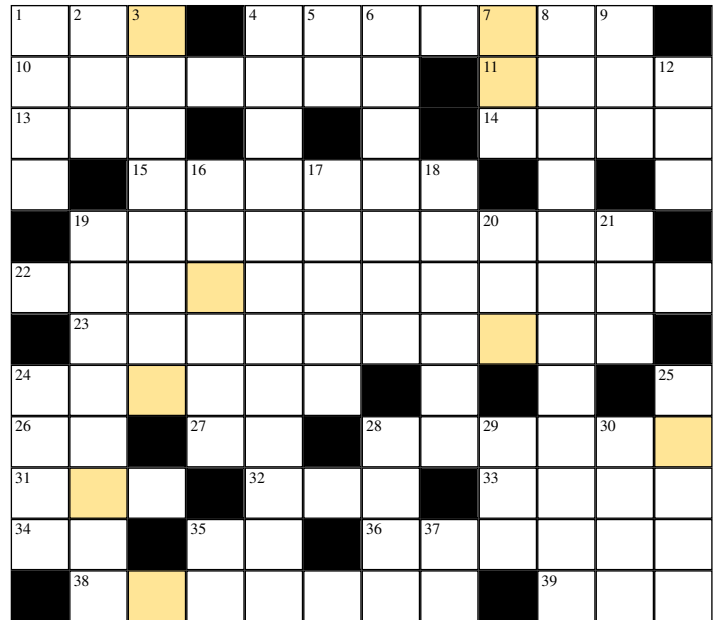
Anagrammando le lettere evidenziate, scoprirete cosa arriva il 1 gennaio 2022...

ORIZZONTALI

1. Sigla dei Centri di Aiuto alla Vita. 4. Le conseguenze di una sbronza 10. Native di Asmara 11. Parte posteriore del capo 13. Talvolta è confesso 14. Formano lo scheletro 15. Strappata, stracciata 19. Condizione di eguale 22. Ridire in succinto 23. Scrupoloso, pignolo 24. Contenitore per la spesa 26. Taranto 27. Sì a Berlino 28. Non abbondante, né cospicuo 31. Un'importante compagnia d'assicurazioni 32. Quello Grande ... scorre 33. Lo segue la pratica burocratica 34. E ... nel telegramma 35. Associazione Sportiva 36. Sono spiccate dal creditore 38. Gelosie, rancori 39. Importante città olandese sede del governo

VERTICALI

1. Si accende in chiesa 2. Altari pagani 3. Color turchino cupo 4. Affrettarsi, accorrere con rapidità 5. Due estremi della bussola 6. Per alcuni è difficile tenerlo per sé 7. Articolo indeterminativo 8. E' stata soppiantata dal cd-rom 9. Il segno della parità 12. Fiume della Svizzera 16. Strumenti agricoli per rovesciare il terreno 17. Parte della filosofia che si occupa del bene 18. Isolotti 19. Briosi, vispi 20. Figlio di Troo 21. C'è quello nero 24. Gabbie per polli 25. In Asia c'è quella del nord e quella del sud 28. Movimenti, spostamenti 29. Segue talvolta così 30. Le usano i pescatori 35. Avellino 37. Dopo il do, prima del mi.



Vincitore numero 3/2021:
Don Ambro, Loreto

Soluzione cruciverba numero precedente
Loreto



Tra chi invierà la soluzione del cruciverba entro il 28 febbraio 2022 verranno sorteggiati graditi premi. Potete inviare le vostre risposte al seguente indirizzo: Concita De Simone, Via Latina, 30 - 00179 Roma c/o Rivista Accoglienza che Cresce Fax: 06 70452142 e-mail: accoglienza@consom.it



RESIDENZA
RAFFAELLA
SVORE OSPEDALIERE
DELLA MISERICORDIA



*Una nuova Oasi di cura
e di sollievo per gli anziani
alle porte di Roma*



IRR

RESIDENZA RAFFAELLA



residenzaraffaella21@gmail.com

Via Lemonia, 223/227 - Roma - Tel. 06.52721213



ISO 9001:2015
9122.CCMM

Residenza Maria Marcella

Casa di riposo per Anziani delle Suore Ospedaliere della Misericordia

Via della Vignaccia, 197 - 00163 Roma (Aurelio)

Tel. 06.66419012-8 Fax 06.66419019

Email: rmm@consom.it

