

SPIGHE



in cruce gloriantes

MENSILE DELL'AZIONE CATTOLICA TICINESE

Verso i 100 anni

Rendete grazie

Educare alla gratitudine

La capacità di riconoscere il bello in noi e in quello che ci circonda

Giovani ticinesi alla... conquista dello spazio
Yes, SwissCAN!

Marcello Candia, servo della provvidenza
Da imprenditore a servo degli ultimi

100° anno - C - N. 4 | Aprile 2021 | www.azionecattolica.ch





Letizia, pace e gratitudine sono interdipendenti “Di ogni cosa rendete grazie”

di Lara Allegri

Dopo un anno di pandemia la mente di molti di noi è focalizzata sui numeri che vengono quotidianamente resi noti, tramite i media, relativi al numero di contagiati e di decessi. In queste ultime settimane questo numero ha ripreso a salire, tanto che si ventila l'ipotesi di una terza ondata. Allo stesso tempo i titoli di giornale ci rendono attenti ai danni psicologici che molte persone stanno riportando a causa della pandemia. Si cerca allora di trovare altrove quella felicità che sarebbe stata altrimenti veicolata da abbracci che ora ci mancano come l'aria: chi forse sta mangiando troppo, altri che si danno allo shopping online, taluni passano troppo tempo sui social, altri decidono che “Basta! Stanno esagerando, noi abbiamo il diritto di uscire, non possono proibircelo!”.

San Paolo scriveva ai Filippesi: “Siate sempre lieti, pregate incessantemente, in ogni cosa rendete grazie; questa è infatti la volontà di Dio in Cristo Gesù verso di voi” (Fili 4, 6-7) e ancora ai Colossesi: “E la pace di Dio regni nei vostri cuori, perché ad essa siete stati chiamati in un solo corpo. E siate riconoscenti!” (Col 3, 15).

Non si può disgiungere quindi la letizia e la pace dalla gratitudine. Ma cos'è la gratitudine? Scriveva Roberts nel 1991: “La gratitudine non è merce consegnata in risposta al pagamento. È una risposta a un dono ... La gratitudine, come risposta a un dono, è anche una forma di generosità, di accreditare con gentilezza l'altro per qualcosa che non era strettamente dovuto”. La gratitudine inoltre “è anche un potente strumento per rafforzare le relazioni interpersonali. Le persone che esprimono la propria gra-

titudine tendono ad essere più disposte a perdonare gli altri e meno narcisistiche” (DeShea, 2003; Farwell & Wohlwend-Lloyd, 1998).

La gratitudine però non è una caratteristica innata di ciascuno di noi, va oltre il grazie che diciamo in maniera quasi automatica quando la cassiera ci dà il resto, senza realmente metterci il cuore e la mente. La gratitudine richiede una nostra attenzione, una nostra intenzione e azione. Soprattutto va esercitata, ogni giorno. Dobbiamo uscire dall'ottica, se ancora ci capita, di pregare solo quando siamo nel bisogno e aumentare quella che chiamiamo preghiera di lode. Un rendere grazie a Dio e ai nostri fratelli di quanto abbiamo ricevuto, senza spesso meritarcelo. Rendere grazie per la vita, per la bellezza del luogo in cui viviamo, per le persone che ci sono messe di fianco, per il lavoro che abbiamo e per quegli amici che ci stanno aiutando. Grazie per il tramonto, per i fiori che stanno spuntando copiosi. Abbiamo veramente tante cose di cui essere grati, dobbiamo però imparare nuovamente a riconoscerle, togliendo loro quello strato di polvere che si chiama abitudine, scontatezza. Così potremo essere più felici.

Luca nel suo vangelo ha scritto di Gesù: “Poi, preso un pane, **rese grazie**, lo spezzò e lo diede loro dicendo: *Questo è il mio corpo che è dato per voi; fate questo in memoria di me*” (Lc 22,19).

Con questo numero di Spighe cerchiamo quindi di esplorare le dimensioni della gratitudine, ma non ci fermiamo qui. Troverete anche tanti fatti di attualità e una nuova proposta per un cammino insieme di Azione cattolica: Piccoli gesti per cambiare lo stile di vita.

La capacità di riconoscere il bello in noi, negli altri e nella vita

Educare alla gratitudine

di Anna Grandi

“M*i viene in mente quel dialogo tra la quercia e il mandorlo. La quercia disse al mandorlo: Parlami di Dio. E il mandorlo fiori”* (Papa Francesco, 2 ottobre 2017).

Dio ci aspetta, come un mandorlo fiorito sul confine dell'inverno. Di fronte alla sua attesa, la gratitudine è la risposta immediata della nostra anima.

Scriveva Goethe che *“Non esistono uomini che siano allo stesso tempo eccellenti e anche ingrati”*. Tra le passioni del cuore, la gratitudine è quella che ci eleva maggiormente e che migliora chi ci è vicino. Ecco un breve dialogo che si ritrova in Internet:

- Mamma?

- Sì?

- “Grazie” è una parola magica?

- Perché, tesoro?

- Perché quando dico grazie tutti mi sorridono.

Numerosi studi, in particolare nell'ambito della scuola americana della “Psicologia Positiva”, dimostrano come coltivare un atteggiamento di gratitudine renda più felici le persone.

Non è facile, in questi tempi di pandemia, considerarsi fortunati; ma la gratitudine va coltivata soprattutto nei momenti difficili, proprio perché ha un ruolo protettivo e dona benessere, e quanto ne abbiamo bisogno!

Ben vengano allora tutte le proposte didattiche che da qualche anno sono realizzate nelle nostre scuole, a partire dalle elementari, di **“Educazione alla gratitudine”**. Tra i percorsi suggeriti, si invitano i bambini a contare le proprie fortune, a scrivere una lettera di ringraziamento a una persona, a tenere un “Diario della gratitudine”.

Diamo troppe cose per scontate. Forse fermarci ci sta dando la possibilità di ritrovare, nel groviglio delle preoccupazioni per il futuro, qualche frammento di consapevolezza di quanto di positivo la vita ci abbia portato finora, di quanti dolori ci abbia risparmiato.

Il filosofo Seneca sottolineava che *“La memoria è labile nel ricordare i benefici, ma tenace nel ricordare i torti”*. Purtroppo spesso cogliamo negli altri, e a volte anche in noi, una scintilla di veleno in cerca di bersagli; svisceriamo presunti o veri torti imperdonabili che qualcuno ci ha fatto, e ci rimuginiamo tutto il giorno. Fatte salve le legittime rimostranze di chi davvero soffre per una perdita, l'invidia verso gli altri, il rancore verso la vita, non migliorano la nostra condizione. Qualche volta occorrerebbe fermarsi e concedersi di guardare indietro, ammirare tutta la strada che abbiamo percorso, i fiumi guadati e le montagne salite; e dalla cima di noi stessi percepire che si può essere felici, proprio qui e proprio ora, anche se il dolore non è passato del tutto. Allora ci diventano cari anche i giorni in cui abbiamo attraversato tratti sconnessi, densi di buche, perché ci ricordano la forza che ci abbiamo messo, anche se di forza pensavamo di non averne più.

Come era solito dire Steve Jobs, l'informatico statunitense creatore dell'Apple Computer Company e degli odierni iPhone e iPad, **“Non potete sperare di unire i puntini della vostra vita guardando avanti, potete farlo solo guardandovi alle spalle: quindi dovete avere fiducia che, nel futuro, i punti che ora vi sembrano senza senso possano unirsi”**.

E chissà che alla fine i frammenti della nostra vita non si uniscano nelle linee di un mandorlo fiorito...



Intervista impossibile al cieco nato Un incontro fatto di luce, vita e speranza

di Gianni Ballabio

Cosa sai dirmi della tua vita?

Cosa posso dirti? Sono nato nella notte e sono rimasto nelle tenebre per tantissimi anni. Come nel nulla. Mi rimaneva solo un angolo di strada per tendere la mano e sopravvivere. Qualcuno ogni tanto mi aiutava: per compassione o forse per curiosità.

Eppure un giorno....

Era un giorno come tanti altri, senza attese e senza speranza ormai, sempre in quella notte che nemmeno lei aveva un volto. Eppure quel giorno, come hai detto tu, mi si avvicinò un uomo.

Com'era il suo volto?

Non posso dirtelo, non lo vidi. Sentii solo qualcosa sul mio volto. Avvertii però la sua voce, mi diceva di andare a lavarmi alla vicina fontana. Forse qualcuno mi avrà accompagnato.

Cosa pensavi, magari speravi...

La speranza non ha mai fatto parte del mio vivere, ma improvvisa e pure inattesa arrivò la luce. La prima cosa che vidi fu una manciata di fango che toglievo dal mio volto e forse finalmente anche dal cuore.

Cosa hai capito, cosa hai visto, cosa sentivi?

Compresi che il colore di un fiore è soave come il suo profumo. Mi incantai al volo di una rondine e ai disegni infiniti dei suoi voli. Mi accorsi che gli occhi degli uomini rivelano il cuore. Pure la manciata di fango che levavo dal mio volto aveva riflessi di sole. Per la prima volta nella mia vita e nel mio cuore sorridevo.

E poi cosa è capitato?

I capi dei farisei, che sempre m'avevano ritenuto un peccatore, un maledetto da Dio, mi fecero tante domande su chi mi aveva guarito.

Cosa rispondevi?

Che non lo sapevo, che anche se l'avevo incontrato non avrei potuto riconoscerlo, perché non l'avevo visto.

E loro?

Mi dissero molte cattiverie su quell'uomo. Affermarono che era un ubriacone, che gozzovigliava con miscredenti e peccatori, dissero persino di averlo visto con delle prostitute.

Cosa hai riposto?

Che non sapevo nulla di quell'uomo, ma con coraggio e con la gratitudine nel cuore dissi che se mi aveva guarito non poteva essere come dicevano loro.

Quando poi affermai che forse era un profeta, mi cacciarono fuori come un malfattore qualsiasi. Vidi su quei volti cattiveria, odio e violenza.

Così me ne andai. Fatti pochi passi però ritornai con coraggio e dissi loro queste sacrosante parole.

Non può essere quello che dite voi, perché Dio non lo avrebbe ascoltato e io non sarei guarito. Solo uno che viene da Dio poteva guarirmi. Le loro facce divennero ancora più minacciose, sempre più cattive. Me ne andai, quasi fuggendo.

Dove?

Volevo trovare quell'uomo, gettarmi ai suoi piedi e dirgli che credevo in lui. La mia fede in lui diventava il mio grazie per avermi donato la luce, quella degli occhi, ma soprattutto quella del cuore.

L'hai incontrato e riconosciuto?

Temevo di non riuscirci. Fu lui però a venirmi vicino, a posare la sua mano sul mio cuore, come prima l'aveva posata sui miei occhi, aprendoli alla luce.

Cosa ti disse?

Nulla. Mi guardò e io mi inginocchiai a suoi piedi, il pianto che mi usciva dal cuore era un canto di gioia e di gratitudine. Il suo sguardo era forza e insieme dolcezza.

Gli dissi queste parole: è povero il mio cuore, ma tu mi accetti come sono, io credo, nonostante la mia miseria. Era il mio grazie, profondo e sincero. E lui mi sorrise.



Cercando di essere ciò che il Signore ha sognato per me Una vita di cui essere grati

di don Angelo Ruspini

La costruzione della propria persona è un prodigio realizzato da incontri di persone che sanno cosa sia una vita ben costruita.

Ebbene, nel mio percorso di uomo, ho una immensa gratitudine verso la mia famiglia. Mio padre, mia mamma e tutti i miei fratelli sono stati per me un dono perché non li ho cercati, ma li ho trovati e sono stati un vero dono. Ho imparato ad avere una vita da condividere, da salvaguardare, da costruire con il lavoro e il sudore. La gratitudine prima è per loro.

In seminario ho incontrato compagni, docenti e un direttore spirituale a cui devo quello che sono perché mi hanno aperto gli orizzonti verso l'infinito durante la mia adolescenza. **Ho imparato da loro che dovevo essere ricercatore di strade personali, ma essere uomo che percorre le strade degli uomini, insieme agli uomini.** L'adolescenza non è il tempo della libertà ad ogni costo. L'adolescenza è il tempo in cui impari quali sono le tue doti e le tue qualità da mettere a disposizione degli altri.

In questo periodo ho imparato la bellezza della spiritualità, del camminare dietro a Cristo e insieme ai battezzati con la mia originalità che, a mano a mano, si formava.

Poi ho scoperto lo scoutismo. Una meraviglia di vita comunitaria che mi indicava che il servizio era la strada della realizzazione della vita. Ragazzi e ragazze, lupetti, esploratori, pionieri e Rover, comunità dei capi tutti dediti a imparare mentre si insegnava, per usufruire di tutte le ricchezze degli altri. Sono

grato allo scoutismo per avermi formato al servizio e alla comunità eterogenea. Ho scoperto che l'entusiasmo è una molla che mi coinvolge anche in mezzo alle scelte difficili e alle imprese grandi.

Poi la gratitudine migliore la devo alla formazione PRH (personalità e relazioni umane). Ho imparato, da adulto, a conoscere me stesso con le pieghe che mi sono venute dalle esperienze belle e brutte della vita. Ho saputo dare un nome alle mie difficoltà e ho scovato le radici dei miei difetti.

Lavorando su me stesso mi sono fatto uomo in mezzo alle persone. Ho scoperto il valore degli affetti e ho imparato a lavorare su me stesso e dentro me stesso per divenire una persona con la mia personalità. Ho avuto una maestra della quale dovrei baciare le orme che ha lasciato sul terreno dove è passata. Ho avuto amici e amiche che hanno condiviso la stessa ricchezza di formazione. Sono grato anche a loro. Li ho ascoltati e sono stato ascoltato.

Sono felice di aver dato tanto a tutte le comunità che ho servito e incontrato. So che ho incontrato collaboratori e corresponsabili con cui ho vissuto grandi imprese che hanno segnato il mio modo di essere prete e parroco.

A tutti sono riconoscente e, verso queste persone, ho una grande gratitudine.

Nutro gratitudine verso il Signore Dio che, progettando il mio nascere in questa generazione, attraverso gli incontri che mi hanno costruito, mi ha aiutato ad essere un pochino quello che sognava di me.



Alcune news dalla Chiesa svizzera

Donne, famiglia e premio dei media cattolici

di Corinne Zaugg

Anno della famiglia 2021

Per l'Anno della Famiglia proclamato da Papa Francesco, con inizio a partire dal 19 marzo, festa di San Giuseppe, la diocesi di St. Gallo ha realizzato un video con i racconti di varie famiglie (a partire dai bambini, fino ai nonni) sulle sfide che incontrano e su cosa le aiuta in questo periodo di Covid-19. Il vescovo Markus Büchel, che in seno alla Conferenza dei vescovi svizzeri si occupa della pastorale familiare, stabilisce un legame tra queste testimonianze e le posizioni fondamentali dell'esortazione apostolica "Amoris laetitia". Il titolo del video che si può vedere sul sito **kath.ch** è "Famiglia – non sempre un mondo perfetto, ma occasione di cammino verso la santità".

Il tema delle "donne" durante la visita ad limina dei vescovi svizzeri a Roma

Tra i vari temi di cui si occupano i vescovi svizzeri nei loro incontri (l'ultimo dei quali si è tenuto online ad inizio marzo) vi è anche quello che riguarda il ruolo e la posizione delle donne all'interno della Chiesa svizzera. Dallo scorso 15 settembre sono iniziate, infatti, quelle che - in un comunicato stampa congiunto - sono state definite "discussioni intense" tra vescovi, alcune donne del Frauenrat (Consiglio delle donne) e del Frauenbund (della Lega delle donne). Le donne hanno formulato sette "richieste" o "aspettative", che ora sono al vaglio dei vescovi svizzeri. La questione femminile sarà comunque uno dei temi che i vescovi svizzeri discuteranno col Papa in occasione della prossima visita *ad limina* che avrebbe dovuto aver luogo all'inizio di questo anno, ma che probabilmente avverrà in autunno.

Premio cattolico dei media

Per sottolineare quanto i media siano importanti, anzi "vitali" per la missione di predicazione della Chiesa, i vescovi svizzeri assegnano ogni anno il "Premio media cattolici". Il concorso si rivolge a persone, istituzioni, professionisti o meno, attivi nell'ambito dei media che abbiano prodotto (tra la Pasqua del 2020 e quella del 2021) un lavoro giornalistico o editoriale in TV, alla radio, sulla stampa o in internet, che non sia però un lavoro accademico, una discussione teologica o un'emissione nata nell'ambito di un programma religioso o su un periodico cattolico. I vescovi intendono premiare così quei servizi o quegli scritti il cui contenuto faccia riflettere sul messaggio del Vangelo, in ambiti che vanno oltre la cerchia ristretta dei media propri della Chiesa. A giudicare i prodotti inviati (che devono giungere entro il 16 luglio all'indirizzo mail medien@bischoefe.ch) sarà una giuria composta da **Anita Capaul**, amministratrice della Chasa Editura Rumantscha, dal "vescovo dei media", **Alain de Raemy**, vescovo ausiliare di Losanna, Ginevra e Friburgo, da **Harry Ziegler**, redattore capo della Zuger Zeitung, da **Bernard Litzler**, già direttore del Centro cattolico dei media di Losanna, da **Davide Adamoli**, giornalista e archivist, diocesi di Lugano, da **Encarnación Berger-Lobato**, responsabile Marketing & Comunicazione della Conferenza dei vescovi svizzeri.

PS: Forse anche i lettori di Spighe hanno potuto ascoltare un servizio o leggere un articolo (non sulla stampa cattolica, però) che li ha colpiti per il suo messaggio evangelico. Lo potete senz'altro segnalare.



Sul recente viaggio del Papa in Iraq Fratelli in un'unica casa

di Anna Grandi

Najaf, sud dell'Iraq, 6 marzo 2021. Due anziani, seduti uno di fronte all'altro, in una stanza sobria, dietro loro una parete intonacata. Uno, Papa Francesco, vestito di bianco, l'altro, il Grande Ajatollah Al-Sistani, di nero. Il Vescovo di Roma e la massima autorità spirituale dei musulmani **sciiti** in Iraq si incontrano per concordare un patto di "Amicizia e collaborazione tra le religioni".

Si guardano negli occhi, in silenzio, come due fratelli che si ritrovano dopo tanto tempo e si riconoscono. Sono a 300 km da **Ur** dei Caldei, la città del Patriarca Abramo, il progenitore delle tre grandi religioni monoteiste, venerato da ebrei, cristiani e musulmani.

Ur: la casa comune. A volte si deve tornare alla casa paterna per ricordare che si è fratelli, che il rispetto reciproco e il dialogo vanno ripristinati e nutriti.

Un viaggio a lungo preparato, la prima volta di un Pontefice nella terra di Abramo; **forse l'appuntamento più importante del pontificato di Francesco.**

Ancora oggi i musulmani si dividono in due comunità, sciita e sunnita; con la guida spirituale dei **Sunniti**, il Grande Imam Ahmad Al-Tayyeb, Francesco aveva già firmato il 4 febbraio 2019 ad Abu Dabhi il "Documento sulla fratellanza umana per la pace mondiale e la convivenza comune", che ha stimolato l'Enciclica *Fratelli Tutti*: **"Con il grande Imam Ahmad Al Tayyeb abbiamo ricordato che... è importante consolidare i diritti umani generali e comuni, per contribuire a garantire una vita dignitosa per tutti gli uomini in Oriente e in Occidente"** (cfr ibid, 136).

Ancora Iraq, cambio immagine: l'incontro interreligioso nella piana di Ur, e l'invito di Papa Bergoglio: **"Sto a noi dissolvere con chiarezza i fraintendimenti. Non per-**

mettiamo che la luce del cielo sia coperta dalle nuvole dell'odio! Ostilità, estremismo e violenza non nascono da un animo religioso: sono tradimenti della religione!"

Un viaggio di quattro giorni in Iraq, nelle terre devastate da guerre e terrorismo; Francesco ha pregato tra le macerie e gli altari spezzati lasciati dai combattimenti. Nel paese in cui i cristiani sono passati da 1,6 milioni a 300.000 nel giro di vent'anni, la dichiarazione di Al Sistani dopo il colloquio col Papa è epocale: **"I cristiani devono vivere in pace e in sicurezza"**.

L'intreccio tra le religioni ai nostri giorni è inestricabile, in particolare in Medio Oriente. A Baghdad il Papa celebra Messa con il rito caldeo, liturgia della chiesa cattolica locale. E ci sono cristiani di lingua araba che si rivolgono a Dio chiamandolo Allah. Dopo la Messa nello stadio di Erbil, il Papa saluta con queste parole: "Salam, salam, salam! Dio vi benedica tutti! Dio benedica l'Iraq!" Sembra facile dire *"Fratelli Tutti"*, ma la fratellanza non è di per sé una relazione scontata, va costruita: la vicenda di Caino e Abele ci insegna qualcosa in merito; e le guerre più massacranti della storia sono spesso avvenute per questioni di eredità.

Avere un fratello è innanzitutto avere qualcuno con cui dover dividere l'amore dei propri genitori, del quale vorremmo avere l'esclusiva, significa "Non è tutto mio".

La foto dei due venerabili saggi infonde speranza e coraggio.

L'avvenire si costruisce insieme, oppure non c'è.

La canzone del mese

Siamo la gente che loda il Signor – I cristiani sono persone di gioia e fede che lodano il Signor! Una canzone che mi ricorda momenti bellissimi di vita condivisa in ACG negli anni passati.

Ascoltatela, pregate e ballate ☺

<https://www.youtube.com/watch?v=C5k780IDGjg>



Nessuno è più povero di colui
che non ha gratitudine.
La gratitudine è una moneta
che possiamo coniare da soli,
e spendere senza timore di fallimento.

Fred De Witt Van Amburg



Allenarsi alla gratitudine

Ogni giorno succedono piccole o grandi cose per cui essere grati. Avvenimenti di cui, presi dal corso (e dalle corse) della vita, presto ci dimentichiamo. Eppure, il fare memoria di questi momenti ha spesso un influsso positivo sulla nostra vita, sul nostro tono dell'umore. Ci aiuta a vedere che oltre le difficoltà abbiamo sempre delle belle cose di cui gioire.

Il nostro sguardo va però allenato a queste bellezze! Vi proponiamo, magari in compagnia delle vostre famiglie di inserire questi due strumenti:

- Ogni sera, magari prima della cena, **nominate dieci cose belle**, per cui siete grati, accadute in giornata! Se siete tanti in famiglia, che ognuno ne racconti almeno tre! Avete visto un bel panorama? Vi ha fatto piacere incontrare la tal persona? Quello sconosciuto vi ha fatto passare con la macchina? E quel bellissimo fiore appena sbocciato? E quella pasta buonissima che oggi a pranzo mamma ha preparato?
- Allestite un **album della gratitudine**. Molti di noi hanno un cellulare che può fare foto e una stampante in casa. Fotografiamo le cose belle e stampiamole e poi attacchiamo queste foto sul nostro album scrivendo due parole che ricordino il momento. Non avete la possibilità di fare foto? Disegnate, scrivete, colorate, andate di ritagli! Alla fine dell'anno avrete un intero album di eventi bellissimi che avrete saputo valorizzare e ricordare!



Come posso ricevere la rivista Spighe?

- Chi desidera richiedere il singolo numero di *Spighe* può contattare il segretariato. Il costo è di 3.- + spese di spedizione. Tel: 091 950 84 64, mail segretariato@azionecattolica.ch
- Chi desidera abbonarsi a *Spighe* lo può fare versando la quota di 30 franchi (per 9 numeri annui) sul conto: Banca Raiffeisen, 6942 Savosa, CH77 8080 8009 0124 2585 8, intestato a Azione Cattolica Ticinese, Via cantonale 2A, CP 5286, CH- 6901 Lugano
- Chi è indeciso può richiedere un periodo di prova gratuito di 3 mesi.
- Per gli aderenti dell'Azione Cattolica Ticinese e dell'Unione Femminile *Spighe* è compreso nella quota sociale.

Preghiera di lode

Ti benedico o Padre, all'inizio di questo nuovo giorno. Accogli la mia lode e il mio grazie per il dono della vita e della fede. Con la forza del tuo Spirito guida i miei progetti e le mie azioni: fa che siano secondo la tua volontà. Liberami dallo scoraggiamento davanti alle difficoltà e da ogni male. Rendimi attento alle esigenze degli altri. Proteggi con il tuo amore la mia famiglia. Così sia



"... MA ESSI UDITO CHE ERA VIVO E VISTO DA LEI, NON VOLLERO CREDERE" (MARCO 16,11)



Il libro del mese

Autrice di questo libro, edizioni Paoline (2017), è Anna Maria Cànopi, fondatrice e abbadessa del monastero benedettino "Mater Ecclesiae" dell'Isola di San Giulio, sul lago d'Orta (Novara). Dal silenzio del chiostro svolge un fecondo mistero spirituale che porta avanti con la lectio divina, con colloqui e con numerose pubblicazioni. Il libro **Alle sorgenti della grazia** raccoglie suoi commenti e riflessioni sui testi dei vangeli. In particolare, nella prima parte, si trovano dei brani che hanno come tema Gesù inviato dal Padre "perché la vostra gioia sia piena" e i racconti e le parole di gioia nei Vangeli. Nella seconda parte troviamo i canti di gratitudine quali ad esempio il Magnificat e il Benedictus, come i gesti di gratitudine rivolti a Dio per i suoi benefici.



LO SAPEVATE CHE...



esiste la **giornata mondiale della gratitudine**? Questa si osserva in tutto il mondo il **21 settembre di ogni anno**. Ebbe inizio grazie al Meditation Group delle Nazioni Unite nel 1977 ed è stata pensata come un'opportunità per il genere umano di ringraziare per la vita, per tutte le cose ricevute, per quello che facciamo, per gli eroi moderni, per la famiglia allargata e per gli amici. La cosa che incuriosisce particolarmente è che lo stesso giorno ogni anno si ricorda anche la giornata mondiale dell'Alzheimer. L'abbinamento di questi due avvenimenti ci pone a fare diverse riflessioni. Ringraziare per la vita nel contesto di una malattia così invalidante sembra difficile, soprattutto se scegliamo di vederla come una malattia che ruba l'identità alla persona. Dall'altro lato può essere un invito a guardare la persona oltre la malattia che gli è stata diagnosticata, oltre la difficoltà. Porre lo sguardo in un termine non di perdite e di deficit, ma di risorse che rimangono, di possibilità. Un grande insegnamento che riceviamo da questi e da molti altri malati che pur dovendo adattare la loro vita al limite della malattia, spesso ci aiutano a sorridere e ci danno più di quanto noi non riusciremo mai a dare a loro.



Giovani ticinesi che fanno ...buone notizie! Un pezzetto di Ticino... nello spazio

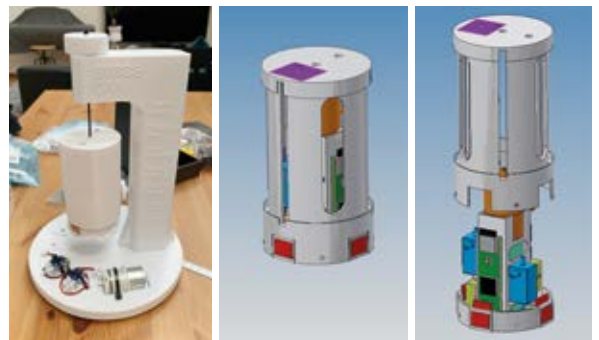
di Sara Allegri

Un team di sei studenti (17-18 anni) della Scuola d'arti e mestieri di Bellinzona quest'anno ha l'onore di rappresentare la Svizzera alla finale europea del concorso CanSat promosso dall'Agenzia Spaziale Europea (ESA).

La competizione consiste nello sviluppare e creare un minisatellite (CanSat) dalle dimensioni di una lattina di bibita, da qui il nome "can" (lattina) e "sat" (satellite). La sfida per noi è quella di sviluppare tutti i principali sottosistemi che si trovano in un satellite, come l'alimentazione, i sensori e un sistema di salvataggio dei dati ecc. in un volume minimo. Durante la finale, che si terrà nel mese di maggio, il CanSat verrà portato ad una quota di 1km di altezza da un razzo, dopodiché si staccherà e durante la discesa svolgerà un esperimento scientifico ed atterrerà in maniera sicura per mezzo di un paracadute da noi sviluppato.

L'esperimento scientifico che il CanSat dovrà compiere è composto da una "missione primaria", obbligatoria per tutti i team, che consiste nella misurazione della temperatura e della pressione, ed una "missione secondaria" a scelta; noi continueremo con la misurazione dei valori atmosferici aggiungendo la misura dell'umidità dell'aria, dell'intensità e della direzione del vento. Durante la discesa del dispositivo effettueremo un campionamento d'aria che analizzeremo in seguito in laboratorio. Questo ci permetterà di arrivare a dei risultati che con delle stazioni di misurazione a terra non è possibile ottenere.

Il nostro team si chiama SwissCAN; il nome è nato sfruttando il significato inglese di "can", che oltre a "lattina" significa anche "essere capaci", questo richiama il fatto che siamo un team svizzero ma anche



che la Svizzera è capace di fare grandi cose e di farsi valere anche se piccola. Data l'attuale situazione pandemica non sarà per noi possibile essere presenti durante il lancio a giugno. Avremo comunque la possibilità di seguire la "missione" grazie a una video-diretta zoom che sarà organizzata dall'ESA.

Questo progetto ci aiuta nel complesso ad imparare mentre lavoriamo, acquisire delle metodologie che sono realmente applicate nel mondo del lavoro e della ricerca, acquisire e/o rinforzare delle conoscenze di base e capire l'importanza del lavoro di squadra e della coordinazione.

Per far conoscere il progetto abbiamo sviluppato un sito internet (swisscan.tobiarossi.ch) al cui interno è presente un blog dove vengono caricati diversi aggiornamenti su come procede il progetto. Per chi fosse interessato e volesse maggiori informazioni segnaliamo che il 4 maggio 2021 si terrà una presentazione on-line alla quale parteciperanno due professori dello Space center della Scuola politecnica federale di Losanna (EPFL): Bruno Storni, ingegnere elettronico ed ex-studente della SAM di Bellinzona e Claude Nicollier, astrofisico e unico astronauta svizzero (ora ritirato). La partecipazione alla presentazione è libera e può avvenire tramite il link disponibile sulla homepage della nostra scuola (www.samb.ti.ch).



Ora anche per le donne

L'importanza di passare dalla concessione al diritto

di Corinne Zaugg

Anche le donne posso leggere la Parola di Dio durante le celebrazioni liturgiche, svolgere un servizio all'altare e distribuire l'Eucaristia. Sostanzialmente significa questo la notizia che d'ora in avanti le donne avranno accesso agli ordini del lettorato e dell'accollitato. Due servizi, che secondo il codice di diritto canonico, erano riservati esclusivamente ai laici di sesso maschile. Ma già da tempo, nelle nostre come nelle chiese di buona parte del mondo, le donne leggono all'ambone, le bambine fanno le chierichette e in diverse già ora, portano l'eucaristia: soprattutto a casa dei malati. Nella mia parrocchia, siamo da anni abituati a ricevere l'eucaristia anche dalle mani di una suora.

Dov'è, allora, tutta questa novità? Il fatto è che questi ruoli venivano svolti senza un mandato istituzionale vero e proprio, in virtù di una deroga. Oggi, invece, Papa Francesco -ricependo quanto richiesto dai vari sinodi dei vescovi e menzionando il documento finale del sinodo dell'Amazzonia- ci dice che "per tutta la Chiesa, nella varietà delle situazioni, è urgente che si promuovano e si conferiscano ministeri a uomini e donne... È la Chiesa degli uomini e delle donne battezzati che dobbiamo consolidare promuovendo la ministerialità e, soprattutto, la consapevolezza della dignità battesimale".

I commenti sono stati tanti: per alcune donne si è trattato di un "contentino", una piccola concessione per dimostrar loro di venir prese in considerazione, nel tentativo (forse) di tacitare ulteriori richieste. Per altre si è trattato di una parziale delusione, perché è stato concesso quanto già si aveva. Io preferisco unirmi al coro di quelle che venendo a cono-

scenza della modifica del codice, hanno esclamato: "Oggi è un bel giorno!" Sì, per me è stato un giorno bello, perché siamo passati da una "concessione" ad un diritto. Perché mi ha fatto comprendere che la Chiesa davvero *semper reformanda est!* E quindi non solo è giusto ma forse anche necessario portare in cuore dei sogni, al suo riguardo. Sognare che verrà un momento in cui tutti i battezzati al suo interno, uguale se uomini e donne, verranno valorizzati per quello che sono, che non sarà il genere a decidere della propria vocazione. E che sarebbe bellissimo che la Chiesa capisse quanto sia importante dare spazio, al suo interno anche allo sguardo e all'intelligenza femminili, capendo quanto questa mancanza, abbia impoverito la Madre Chiesa, ma anche l'animo (per non dire l'anima) degli uomini che hanno rinunciato a questo "aiuto" che il Signore ha posto loro accanto perché non fossero soli. Ma siamo in cammino: una volta di più lo abbiamo visto.

Ho trovato questo post in calce ad un articolo apparso sul tema. Mi ha commosso. Si tratta del commento di Marisa Sfondrini, che cita Maria Dutto: due figure di spicco dell'AC italiana: "Nel 1972 Maria Dutto ed io, lei donna pienamente inserita e assai stimata nella Chiesa ambrosiana ed io soltanto una volonterosa, organizzammo il "Gruppo Promozione Donna". (...) Obbedienti, accettavamo un'esclusione che faticavamo a capire per molti motivi. Ora la decisione del Papa viene a sancire ufficialmente ciò che di fatto già si pratica. Sono felice e credo anche, in Paradiso, l'amica Maria! È solo un primo passo, ma è pur sempre un passo..."



Dalla Pentecoste all'estate, inviate a Spighe una foto o una frase Piccoli gesti per cambiare lo stile di vita

di Luigi Maffezzoli

Non usare plastica e non sprecare carta; consumare meno acqua e cucinare solo ciò che si può mangiare; utilizzare il trasporto pubblico o condividere la propria auto; piantare alberi, rispettare gli animali, spegnere le luci inutili. Piccoli gesti quotidiani, vissuti nella sobrietà, che molti di noi fanno, capaci però di cambiare una mentalità e diventare un segno per coloro che invece, ormai condizionati dalla società consumistica nella quale viviamo, non ci pensano e vivono nello spreco. Piccoli gesti contenuti non nel manuale del perfetto ecologista, ma in una enciclica papale.

È Francesco che ci invita, nella sua lettera *Laudato si'*, ad *"avere cura del creato con piccole azioni quotidiane" che possano diventare "stili di vita"*. Ed è Francesco che ci chiede una *"educazione alla responsabilità ambientale" che possa "incoraggiare vari comportamenti che hanno un'incidenza diretta e importante nella cura per l'ambiente, come evitare l'uso di materiale plastico o di carta, ridurre il consumo di acqua, differenziare i rifiuti, cucinare solo quanto ragionevolmente si potrà mangiare, trattare con cura gli altri esseri viventi, utilizzare il trasporto pubblico o condividere un medesimo veicolo tra varie persone, piantare alberi, spegnere le luci inutili, e così via"* (LS 211).

L'Azione cattolica, convinta che questi comportamenti possano favorire la cura di quell'ambiente creato da Dio perché diventi dimora dell'umanità, vuole far suo questo invito con una proposta concreta. A partire dalla Pentecoste, cioè domenica 23 maggio, invita tutti noi a mettere in atto questi gesti, e altri che ciascuno di noi individuerà, per mostrare che un

cambiamento è possibile, che sappiamo vivere quella *"conversione ecologia"* della quale ci parla Francesco *"che comporta il lasciar emergere tutte le conseguenze dell'incontro con Gesù nelle relazioni con il mondo che ci circonda"* (LS 217).

Facciamolo tutti, ciascuno per conto proprio ma nello stesso tempo facciamolo insieme, condividendo questi gesti con una foto, una frase, una preghiera che manderemo a Spighe mostrando la gioia e la bellezza di un creato che ci è affidato e del quale abbiamo cura. Condividere è il primo passo per realizzare quel gruppo, quell'associazione di cui ci ha parlato don Angelo Ruspini nel numero scorso, perché diventi arricchimento reciproco.

È una nuova tappa di quel cammino che abbiamo iniziato l'estate scorsa quando ci siamo ritrovati a Loverciano per riflettere proprio sulla *Laudato si'* e su come metterla in pratica perché avvenga una conversione del cuore e possiamo diventare testimoni dell'amore di Dio. *"Vivere la vocazione di essere custodi dell'opera di Dio è parte essenziale di un'esistenza virtuosa, non costituisce qualcosa di opzionale e nemmeno un aspetto secondario dell'esperienza cristiana"* (LS 217).

Mandateci una mail (spighe@azionecattolica.ch) mostrandoci gesti, anche molto semplici, oppure anche solo la bellezza della natura che ci mostra questo amore di Dio per noi e della quale ci prendiamo cura. Quando poi questa estate – sempre che sia possibile – ci ritroveremo insieme, cercheremo di fare un ulteriore passo per approfondire una riflessione che possa sfociare anche in un coinvolgimento delle nostre comunità e delle nostre parrocchie.



Una vita spesa al servizio dei più poveri Marcello Candia: imprenditore di Dio

di Rita Bertoldo Ciardelli

“**G**ratuitamente avete ricevuto, gratuitamente date” (Matteo 10,8): sicuramente Marcello Candia ha saputo offrire agli altri ciò che la Provvidenza gli aveva donato.

Mi piace immaginarlo con un cesto ricolmo di frutti che con generosità porge ad altri. Lui è grato di ciò che ha ricevuto dalla vita: la sua famiglia d'origine, i beni materiali, l'intelligenza, la fede... E il solo modo per far fruttificare ciò che ha ricevuto è condividerlo con altri, per farli felici, e così a loro volta perpetueranno il circolo virtuoso della gratitudine.

Come lui stesso diceva: *“Io non sono nulla, sono solo un modesto strumento della Provvidenza”*.

Ma chi era?

Marcello Candia è un milanese nato nel 1916 da una famiglia agiata. Cresce con sani valori, e soprattutto dalla mamma riceve un'educazione improntata ai valori religiosi. Lei lo porta con sé quando visita famiglie in difficoltà, e lui farà suo questo senso di fraternità.

Si laurea in chimica, biologia e farmacia. Affianca il padre nella fabbrica di acido carbonico, che aveva sedi in varie città. Successivamente ereditando “l'impero” è chiamato in prima persona a dirigere l'industria familiare (dal 1939 al 1964).

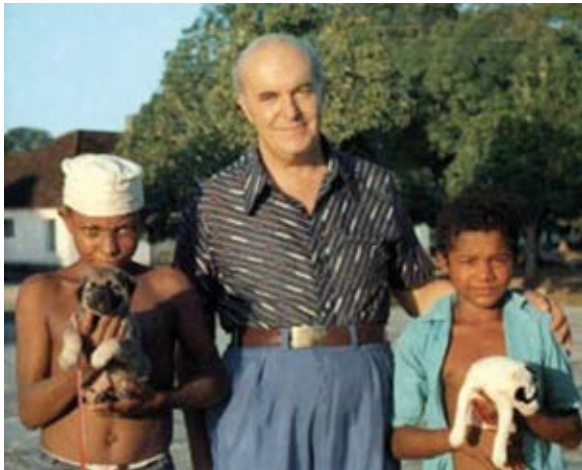


Nel 1937 approda in Brasile in crociera, viaggiando con ogni comfort. Ma s'imbatte nella vista delle favelas. Tornato alla sua vita di sempre in Lombardia, al fondo del cuore gli rimane il ricordo di ciò che ha visto. Viene a contatto con Mons. Pirovano, prete brianzolo, missionario in Brasile, con il quale nasce una forte amicizia e una grande collaborazione.

Marcello continua ad amministrare la fabbrica, anche attraversando periodi difficili. Si trova infatti a gestire le conseguenze di un disastroso incendio, ma lui resiste, e grazie al suo sforzo permetterà ai suoi 150 operai di non perdere il lavoro. Quando finalmente riesce a risollevarne le sorti dell'azienda, la vende ed è pronto a lasciare la sua terra per trasferirsi in Brasile. Non si sposa, affermando lui stesso che sarebbe stato egoistico pensare di costringere una moglie e dei figli in questa missione per il mondo.

A Macapà costruisce con i suoi proventi, e poi aiutato da centinaia di benefattori, un ospedale con 150 posti letto, che accoglierà 5000 malati all'anno.

Come non fare un parallelo tra il numero degli operai che aveva in fabbrica con lo stesso numero dei posti letto? Sembra quasi un filo che lega la sua storia,



un prima e un dopo che solo una Mano sapiente può unire.

Lui stesso ha detto: *“Mi coinvolgo, lascio che la piena mi porti, sto dalla parte dei poveri, il mio posto diventa con loro.”*

Nel 1975 dona l'ospedale ai Camilliani, come ulteriore gesto di generosità e di distacco dai beni terreni. *“Non si può condividere il Pane del cielo se non si condivide il pane della terra.”*

Prima il cardinale di Milano G. B. Montini e poi lo stesso papa Giovanni Paolo II (che tra l'altro andrà anche in quei luoghi) lo incoraggiano nell'opera che sta portando avanti, mentre lui dà vita ad un'altra struttura.

A Marituba, sempre nel nord est del Brasile, apre una casa per lebbrosi, ospitandone fino a 750, con il supporto di preti e suore, di cui lui stesso ha voluto l'insediamento.

La sua non è una semplice opera filantropica, ma è radicata nel Vangelo. Tutti i giorni Marcello dedica un'ora alla preghiera, adorazione, meditazione...per trovare la carica per affrontare la giornata.

“Prima la preghiera, poi qualsiasi attività fraterna e apostolica: questa è la forza fondamentale per l'annuncio della verità e la testimonianza dell'amore.”

Insieme alla costruzione di opere di misericordia corporale affianca la costruzione di due luoghi di preghiera: a Macapà un Piccolo Carmelo di santa Teresa del Bambin Gesù e a Marituba una casa di preghiera di Nostra Signora della Pace.

“Pregate per me, sono io che vi prego di pregare. I soldi, gli aiuti, le braccia, i ponti aerei, la decisione di farmi da retroterra per sostenermi vengono dopo. Tutto viene dopo la preghiera.”

La sua vita però non scorre sempre liscia, e senza intoppi. Ben rappresentata da un fiore che lui amava molto: la rosa. Gli piaceva attorniarci da questi fiori,

sia recisi che dipinti. La rosa con le spine potrebbe essere il simbolo della sua vita e della sua carità: profumata, ma con delle spine di sofferenza e di incomprendimento.

Troverà sul suo cammino persone che lo criticheranno, che non lo capiranno, lo intralceranno, lo giudicheranno negativamente.

Ma questo non è una novità nel cammino di un cristiano....

Lui però mantiene il suo cuore aperto agli altri e alla carità, riconoscente per ciò che la Vita gli ha offerto e attento ai piccoli segni di gratitudine che trova sul suo cammino.

“...si vede palesemente che il Signore ci viene incontro. Io ho sempre trovato della gente grata. Devo anche aggiungere che io non l'ho certo fatto per questo. Non si devono sentire le cose che si fanno come una realizzazione di sé stessi. Inorridivo quando qualcuno mi diceva: lei costruendo l'ospedale si è realizzato. Io non volevo realizzarmi in niente. Le opere si fanno per amore di Dio, perché questo è motivo di vita su un piano di fede. Così mi sono comportato”.

A causa della sua infaticabile azione, il suo cuore ne risente, nel corso della vita ha avuto vari infarti ed è stato sottoposto a diversi interventi per by-pass coronarici.

Ma sarà un altro il motivo che lo induce a rientrare a Milano, poiché si rende conto di star male. Qui viene repentinamente ricoverato in ospedale, dove gli viene diagnosticato un tumore, purtroppo già ad uno stadio molto avanzato, che nel giro di pochi giorni lo porterà alla morte. Era il 31 agosto 1983.

Nel 2014 Papa Francesco dopo tutto l'iter canonico, dichiara il servo di Dio Marcello Candia: Venerabile, riconoscendo ufficialmente l'eroicità delle sue virtù. Ora chiediamo la sua intercessione per essere pronti come lui a spenderci per gli altri: *“Un cristiano deve sacrificare la sua vita per un bene d'amore”.*

... in attesa del riconoscimento di un miracolo per la sua beatificazione.





Tracce per lavorare in gruppo in maniera costruttiva

Un cuor solo e un'anima sola

di don Angelo Ruspini

Il lavoro di gruppo in una Associazione.

Scrivo per scoprire l'acqua calda, ma anche per ogni gruppo che ha desiderio di un vero lavoro di gruppo. La perdita del metodo, a volte, ha annebbiato l'agire spegnendo entusiasmo e incisività.

Il dato essenziale:

ognuno ci metta davvero del suo.

La nota iniziale per lo svolgimento di questa sinfonia è l'ordine del giorno della riunione. È una questione di metodo, ma l'ordine del giorno sollecita ogni partecipante a venire in sede di gruppo con la propria idea e la propria proposta. Tutti dovrebbero prepararsi con cura e intelligenza (penetrare nell'argomento) leggendo e rileggendo l'o.d.g. in modo che tutti si sentano promotori e non rimorchiati nel gruppo.

Chi guida la riunione deve saper ascoltare le proposte di ognuno e deve evitare che i commenti tra i partecipanti spostino l'accento verso differenze personali o punti di vista individuali.

È vera arte anche saper dirigere una riunione.

Dopo l'ascolto di tutte le proposte per lo svolgimento delle attività del mese o dei mesi (la durata delle attività scaturisce dall'importanza per il gruppo e per la comunità) si tratta di *scegliere il programma di attività*. Ovviamente bisogna accettare che le proposte hanno una piramide di valori e di incidenza. È la discussione e non l'alzata di mano che farà emergere da dove iniziare e la scaletta da seguire per un secondo e un terzo obiettivo di attività.

Chi guida il gruppo deve saper gestire questo momento di scelta, perché non si possono realizzare tutte le proposte scaturite dall'iniziale pioggia di

idee. Quando il gruppo ha scelto la priorità *tutti devono proporsi di lavorare come se fosse la propria idea* e ognuno mette del suo meglio per fare proposte concrete per lo svolgimento dell'attività settimana dopo settimana.

Il programma da svolgere diventa chiaro e concreto e soprattutto si crea "il cuore solo e l'anima sola" che sono le caratteristiche dell'entusiasmo dei membri di una associazione o di qualsiasi gruppo.

La guida del gruppo saprà *scegliere la Parola di Dio che più incarna l'obiettivo scelto* per le attività. Possono essere testi del Primo come del Nuovo Testamento. La Parola di Dio scelta merita una riunione intera, perché risuoni nel cuore dei partecipanti. La lettura ripetuta a casa da parte dei membri farà scoprire il posto che il Signore ha nella testimonianza.

Ogni membro eleverà la preghiera allo Spirito Santo, perché illumini le menti, rafforzi nella stanchezza e giunga Lui prima di noi al cuore del fratello per aprirlo al Cristo, sarà pane di ogni giorno per chi agisce in AC.

Ad ogni ritrovo la guida dovrà indirizzare *alla mentalità di lode, al riconoscere il dono e la riconoscenza, perché emerga che l'attività è la risposta alla chiamata del Signore per testimoniare la fede nella comunità*. La scoperta che AC è una vocazione data nel Battesimo ha questa caratteristica essenziale.

Alla scadenza del tempo per lo svolgimento dell'obiettivo è indispensabile che vi sia *la verifica* alla quale tutti partecipano con il racconto del proprio impegno, con il riconoscimento della forza venuta dalla Parola di Dio e dall'esempio dei membri del gruppo.

SPIGHE

Ritorni a
 Amministrazione Spighe
 CP 5286
 6901 Lugano

La Chiesa dopo la pandemia: un invito alla riflessione

La Consulta svizzera per l'apostolato dei Laici (CSAL), composta da quattro membri laici provenienti dalle differenti aree linguistiche e la cui presidenza in questo momento è affidata a Corinne Zaugg, ha elaborato una riflessione per sollecitare i laici svizzeri a riprendere la vita nelle loro parrocchie (quando la pandemia lo permetterà) con nuovo entusiasmo e nuova creatività.

A questo scopo propone alcune domande che potrebbero fungere da stimolo per animare la discussione all'interno delle parrocchie.

- La Chiesa condivide con la società la medesima condizione e sorte terrena. Ma più della società, ha la capacità di far intravedere anche nella tempesta che il Signore è sempre presente. Qual è il contributo che oggi, le cristiane e i cristiani possono dare alla costruzione della società civile?
- Per un periodo di tempo più o meno lungo, tutti noi abbiamo vissuto l'esperienza di un tempo senza celebrazioni in presenza. Quali riflessioni, quali desideri, quali mancanze questo periodo inedito nella vita di tutti, ha generato in noi?
- In che comunità desideriamo fare ritorno?
- Abbiamo dei temi che ci preme portare avanti come comunità e che la pandemia ci ha aiutato ad individuare?
- Che sogno di Chiesa portiamo nel cuore?

Trovate il testo integrale al sito presente: <https://www.catt.ch/newsi/siamo-tutti-sulla-stessa-barca-la-chiesa-dopo-la-pandemia/>



Responsabile

Lara Allegri

Redazione

Gianni Ballabio
 Rita Bertoldo Ciardelli
 Davide De Lorenzi
 Anna Grandi
 Pietro Invernizzi
 Giulio Mulattieri

Redazione-Amministrazione

CP 5286
 6901 Lugano
 Telefono 091 950 84 64
spighe@azionecattolica.ch

Abbonamento annuo

Fr. 30.- (o più)

Geekvision SA, Locarno

(Tipografia Bassi)

Repubblica e Cantone Ticino
 Aiuto federale per la lingua
 e la cultura italiana