SPIGHE

in cruce gloriantes

MENSILE DELL'AZIONE CATTOLICA TICINESE

Verso i 100 anni

La forza del perdono

Cosa posso fare per renderti felice?
La storia vera dello scrittore Richard Evans

Il figlio prodigo
La storia di un adolescente alla scoperta del mondo

L'anno di San Giuseppe
Uomo giusto e forte nella sua mitezza

100° anno - C - N. 3 | Marzo 2021 | www.azionecattolica.ch

Un regalo per sé stessi e gli altri

Arrivare al perdono attraverso l'A.M.O.R.E.

di Lara Allegri

Quando si parla di perdono non si può non parlare di amore. Amore verso sé stessi e verso gli altri. Sì, perché perdonare è un atto di amore che in primo luogo libera noi stessi dal rancore e rompe le catene da un passato che non ci permette di vivere in libertà il presente e pianificare il futuro. Ma se il perdono riusciamo anche a donarlo (per-dono) a chi ci ha ferito, allora potrà diventare un ponte di nuove possibilità.

L'atto del perdono è assolutamente liberatorio. E non sempre si tratta di perdonare gli altri, spesso dovremmo iniziare con il perdonare noi stessi, con la disponibilità con cui perdoniamo gli altri. Con la stessa misericordia, con lo stesso amore.

Padre Pietro Marini, frate cappuccino di Santa Maria degli Angeli in Assisi, alla Santa messa del capodanno 2014, raccontò l'**A.M.O.R.E.** a 200 giovani:

*"**Dio è amore** e chi sei tu, chi sono io, è scritto nelle lettere di questa parola, l'unica che Dio conosce.* E così scopriamo che siamo:

- **A**ccoglienza: perché da sempre siamo stati accolti, custoditi, come la nostra preziosa vita, pensata, voluta e sostenuta da Dio. È Lui che ci chiama da "sentirci accolti" a "diventare accoglienza" a nostra volta, per essere Suo strumento e continuare la catena del Suo "far sentire accolti" che cambia la vita.
- **M**isericordia: perché ciascuno di noi è una povertà, ma guardata con amore. Siamo al centro di un grande amore che ci sovrasta, ci ingloba e da cui "non possiamo fuggire", una tenerezza che non smette di accoglierci così come siamo.
- **O**rizzonte di Dio: perché siamo al centro dei pensieri di Dio, un "Padre che sa contare solo fino a uno", com'è unica la nostra esistenza nel fiume di vite che ci circondano. Un Padre premuroso che ci precede là dove il nostro limite (orizzonte) ci spaventa per non farci sentire soli, e per ricordarci che "la Sua Divina Provvidenza si alza prima del sole" per trovarci al nostro arrivo.
- **R**oveto di Dio: perché il nostro dolore è da Lui visitato. Egli entra nel dolore come lui sa fare; non a salvarci dalla morte, ma nella morte. Spesso il nostro roveto ci spaventa e ci invita istintivamente alla fuga. Dio ci visita per chiederci di passare dal piacere (illusione mancata) alla gioia (restare nella verità del Vangelo).
- **E**-Vangelo di Dio: perché è la nostra vita personale chiamata ad "annunciare" la buona notizia che la nostra vita è amata fino al sangue da Dio. Il nostro volto, i nostri occhi sono chiamati ad essere i testimoni di una vita nuova che vive e brucia in noi, forieri di quella sana invidia di bellezza e di gioia che spinge il nostro prossimo a porsi domande grandi, le uniche capaci di riempire il nostro cuore".

Se impariamo a guardare noi stessi e gli altri con gli occhi dell'A.M.O.R.E. ci verrà sicuramente più facile sia amare che perdonare.

In questo numero troverete alcuni esempi fra amore e perdono, dati e ricevuti. Dalla parabola del figliol prodigo, fino all'odierna realtà del come vivere le difficoltà del rapporto di coppia. Vedremo che il perdono sta anche nella nostra capacità di imparare a modificare il nostro modo di guardare. Amare e perdonare sicuramente non sono legati all'anagrafe, ne è stata maestra la beata Laura Vicuña.

La storia vera dello scrittore Richard Evans

Che cosa posso fare per renderti felice?

di Giulio Mulattieri

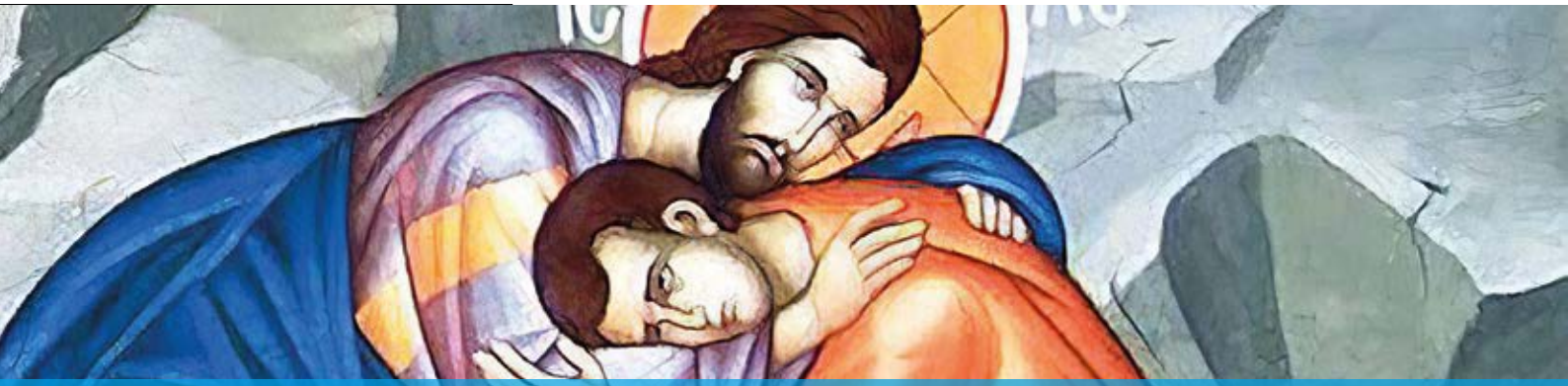
«Mio marito (o mia moglie) non vuole cambiare! Ci ho provato troppe volte. Non ce la faccio più!» Quante volte ognuno ha partecipato ad uno sfogo di un uomo o di una donna che racconta la voglia di separarsi. O anche personalmente, in prima persona. Il tema, diciamolo, è delicato. Quando c'è una separazione, poi, è ancora più complicato individuare la responsabilità. Anche perché il concetto di colpa spesso accresce ancora di più la distanza…

Sono stato molto colpito da un racconto di un famoso scrittore americano, Richard Evans, e di sua moglie Keri. Ve la faccio breve anche perché la storia completa, si trova facendo una ricerca su Internet. Richard litiga spesso con sua moglie; lo salva il fatto che è spesso in giro per il mondo per le presentazioni dei suoi libri. Un giorno, al culmine di un litigio in cui la moglie gli attacca il telefono in faccia, Richard inizia a stare male: «Allora mi rivolsi a Dio – racconta Richard –, o meglio me la presi con Lui! Non so se urlare a Dio possa considerarsi una preghiera o meno ma, qualsiasi cosa fosse, non lo dimenticherò mai. Ero nella doccia dell'hotel Ritz-Carlton di Atlanta e gridavo a Dio che il matrimonio era uno sbaglio, che non ce la facevo più. Dentro di me sapevo che mia moglie era una brava persona e che io lo ero a mia volta. Allora perché non riuscivamo ad andare d'accordo? Perché lei non cambiava? Alla fine, a pezzi, scoppiai a piangere. Anche in quel buio riuscii a vedere una luce. Non puoi cambiarla, Rick, puoi solo cambiare te stesso. In quel momento iniziai a pregare. "Dio, se lei non può cambiare, allora cambia me". E pregai fino a tarda notte.»

La storia iniziò a cambiare al ritorno dal viaggio. Richard domanda a Keri: «Cosa posso fare per renderti felice?». Una domanda che non sortì subito grandi effetti. Anzi, sembrava fare arrabbiare ancora di più la moglie. Ma Richard non mollò. Ogni giorno la stessa domanda. Poi, alla seconda settimana, il miracolo. «Alla mia domanda gli occhi di Keri si riempirono di lacrime e scoppiò a piangere. Quando riuscì a parlare disse: "Ti prego smettila di chiedermelo. Non sei tu il problema, sono io. Vivere con me è difficile, non so perché resti insieme a me". Le sollevai dolcemente il mento per guardarla negli occhi e dissi: "Perché ti amo. Cosa posso fare per rendere migliore la tua giornata?".

La costanza di Richard ha aperto il cuore di Keri; non deve essere stato facile per lui anche perché il peso del passato e le risposte di Keri sfiancavano. Ma non ha mollato. E ora sono una coppia felice capace di sostenersi e vivere la grazia del perdono. E da loro, il messaggio è arrivato ai figli, agli amici, a noi tutti.

Personalmente questa storia mi aiuta a cambiare prospettiva: perché è sempre chi mi sta di fronte che deve cambiare? Non sono forse io il primo a fare il primo passo? Questa storia ci può insegnare molto perché ci fa entrare nel concetto di responsabilità personale del bene altrui. Al posto di guardare il prossimo con l'occhio del fariseo, la proposta è quella di guardare il prossimo con gli occhi di Gesù che dice ad ognuno di noi: cambia il tuo cuore e vivi dell'amore che ti dono ogni secondo della tua vita.



L'empatia ci permette di capire il dolore dell'altro

Perdonare non è un atto di debolezza

di Anna Grandi

Una madre sa perdonare, perché sa guardare il figlio con gli occhi dell'amore. Dicono che, a volte, una madre tra i suoi figli ne prediliga uno, e in genere non è quello che è fonte di gratificazione e orgoglio, ma è quello più fragile, quello che non accetta le regole, che si caccia nei guai.

Per perdonare occorre avere la stessa capacità di immedesimazione di una madre: l'amore a volte consente di vedere l'altro come se lo si guardasse con i suoi occhi.

Con i nostri occhi vediamo troppo spesso solo le nostre ferite, le nostre sofferenze; se guardassimo con gli occhi dell'altro, vedremmo anche il suo dolore, la malattia, l'ingiustizia subita, l'ignoranza, a volte la disperazione più svuotante: non sono giustificazioni, sono motivi. Che Gesù seppe cogliere in Croce, prima di spirare, invocando il perdono del Padre sui suoi assassini, perchè "… non sanno quello che fanno". La misericordia di Dio sa leggere nel cuore di ogni persona.

Ci sono cattiverie e atrocità che sembrano imperdonabili. Ci sono persone che esigono settanta volte sette quintali di pazienza. A volte una madre, e così un educatore, deve diventare anche un domatore di leoni. Lo sanno bene gli insegnanti che si tengono sempre vicino il più "pestifero" della classe, o almeno ci provano, perché la stessa persona diventa totalmente diversa se guardata con amore anziché con disprezzo. E poi, chi siamo noi per giudicare chi è il "più pestifero"? Ricorda Papa Francesco che ***"l'unica forma lecita per guardare una persona dall'alto in basso è quando le dai una mano per aiutarla ad alzarsi"***.

È la grande fatica del perdono.

Si tratta di consolidare un'abilità che tutti abbiamo, di rinforzare dei percorsi interiori che portano a quel risultato. Negli anni novanta del secolo scorso un gruppo di ricercatori dell'Università di Parma, coordinati da Giacomo Rizzolatti, scoprì che abbiamo delle cellule chiamate "neuroni-specchio", per cui siamo predisposti a sentire quello che sentono gli altri.

Per empatia, una sorta di contagio, capiamo l'altro perché dentro di noi proviamo gli stessi sentimenti, le stesse emozioni. Quando vediamo qualcuno che soffre, i neuroni-specchio ci consentono di leggere l'espressione del suo viso e ci fanno provare la sua stessa sofferenza: tutto ciò è la base del senso morale ed è un forte antidoto all'indifferenza.

Perdonare non è un atto di debolezza: ***"Persino di fronte alle offese subite, la bontà non è debolezza, ma vera forza, capace di rinunciare alla vendetta"*** (Omnes Fratres, p. 243).

Un esempio? Nel secolo scorso Albert Bruce Sabin scoprì il vaccino contro la poliomielite e rinunciò a brevettare la sua invenzione affinchè il prezzo contenuto consentisse di diffonderlo anche tra i poveri. Era ebreo e le sue due nipotine furono uccise dalle SS. Alla domanda se lui avesse desiderio di vendetta, rispose:

"Mi hanno ucciso due meravigliose nipotine, ma io ho salvato la vita a centinaia di migliaia di bambini di tutto il mondo. Non la trova una splendida vendetta? Vede, io credo che l'uomo più potente sia quello che riesce a trasformare il nemico in un fratello".

Chi perdona non cade nell'errore di usare il male per fare altro male. E merita i suoi applausi!

Rilettura della parabola del “Padre misericordioso”

Aspettare un rimprovero, ricevere un abbraccio

di Gianni Ballabio

Una vita insieme: anni felici d’infanzia, adolescenza di scoperte, giovinezza di nuovi orizzonti. Poi improvvisamente quel figlio se ne va. Delusione? Incomprensione? Voglia di nuove scoperte? Di chi la colpa?

Padre
Quale colpa? Un giorno ha deciso di andarsene e se n’è andato. Gli avevo dato tutto: l’amore, i soldi, le cose di cui necessitava. È una colpa amare? Se n’è andato lontano, oltre quella collina, oltre il mio cuore stanco e solo. Forse non l’avevo capito o forse lui non poteva più capirmi. È una colpa l’incomprensione? Da una generazione all’altra il tempo scava un fossato: lento, amaro, spietato. A tratti le parole non significano più nulla e cadono nel vuoto. Rimaneva il mio amore, ma lui se n’è andato. Ogni sera salgo su quella torre, ogni giorno con una manciata in più di fatica per guardare lontano.

Figlio
Ma quale colpa? Volevo andarmene e me ne sono andato. Una scelta di vita. Il desiderio di nuove esperienze, di uno spazio più ampio e più mio. Ho preteso però la mia parte. Forse è stata questa la mia colpa.

La lontananza però tradisce le attese, la nuova esistenza non appaga il coltivato desiderio, il piacere soffoca lentamente ogni slancio di vita. Delusione, amarezza e sconfitta riportano un anelito di certezza e forse di amore. Il volto del padre, smarrito nell’ansia di andare, ritorna nitido, mentre il vuoto fa valanga nel cuore come il ricordo. Ma tu, padre, perché l’hai tanto atteso, nonostante l’amarezza e la sofferta delusione di quella partenza?
E tu, figlio, perché sei tornato?

Padre
È difficile educare, specialmente quando i valori sembrano cambiare a ogni folata di vento e le certezze diventano inafferrabili come manciate di acqua. Quanti sbagli possono esserci nella vita di un padre, ma anche quanto amore. Sta tutta qui la mia risposta: l’amore non si stanca mai di attendere; non può stancarsi.

Figlio
Perché sono tornato? Perché ero solo, perché avevo bisogno, perché forse, in fondo, amavo ancora.

Una sera gli occhi appesantiti e stanchi scorgono qualcosa nell’orizzonte di polvere, contro il sole del tramonto. E tu, padre, gli sei andato incontro. Cos’era per voi quell’istante?

Padre
Attesa, tensione, speranza, dolore diventavano sintesi profonda del cuore in quell’istante. L’intera strada percorsa vibrava in quel brevissimo spazio di tempo, che superava ogni barriera. Ritrovare, accogliere, abbracciare erano amore e silenzio che valeva più, molto di più, di tante parole.

Figlio
Attenderti un rimprovero e trovare un abbraccio; aspettarti un castigo e vederti festeggiato; pensa-

re a uno sguardo freddo e capire di essere soltanto amato. Sono esperienze insolite, ma tanto forti. Cadevano incomprensioni, rivalità, divergenze. Lui mi parlava con il suo silenzio e il suo perdono.

Forse un giorno tu ripartirai nella tua inquietudine di andare?
Tu, padre, lo attenderesti ancora?

Padre
Non si può ipotecare il futuro, perché il rapporto fra le persone è fragile, delicato, ma per questo prezioso. Basta poco per rovinarlo.

Forse un giorno questo figlio ripartirà, ripercorrendo ancora quella strada di polvere e sassi che conduce lontano. Io l'aspetterò, sempre, sino alla fine. L'accoglienza e il perdono non conoscono confini e il loro orizzonte sfiora l'infinito.
Un padre può amare soltanto così.

Figlio
Me ne andrò ancora? Forse. L'inquietudine fa parte del nostro cuore. Anche se dovessi ripartire verso l'invitante sole di un orizzonte misterioso e lontano, so che ritornerò, certo di essere ancora accolto e perdonato.

La Laudato si': un documento da vivere

La Laudato si' è un documento quanto mai contemporaneo, che tiene conto delle ferite di questa epoca. La lettura non può lasciarci indifferenti.
È scritto chiaramente fin dall'inizio: «L'obiettivo non è di raccogliere informazioni o saziare la nostra curiosità, ma di prendere dolorosa coscienza, osare trasformare in sofferenza personale quello che accade al mondo, e così riconoscere qual è il contributo che ciascuno può portare» (LS, n. 19). Ci richiede di attuare un cambiamento in prima persona, tangibile, a partire dalle nostre abitudini, dal nostro stile di vita in favore della casa comune.
Questa, l'abbiamo detto, non è banalmente da intendersi come natura, ma nel senso più ampio del creato. Tutti i numeri di Spighe del 2021 ne approfondiranno diversi aspetti. Con questo numero di marzo parliamo di perdono e di relazioni.
Al numero 89 della LS il Papa dice che *"noi tutti esseri dell'universo siamo uniti da legami invisibili e formiamo una sorta di famiglia universale, una comunione sublime che ci spinge a un rispetto sacro, amorevole e umile."* Continua al numero 90 dicendo *"Certamente ci deve preoccupare che gli altri esseri viventi non siano trattati in modo irresponsabile, ma ci dovrebbero indignare soprattutto le enormi disuguaglianze che esistono tra di noi, perché continuiamo a tollerare che alcuni si considerino più degni di altri. Non ci accorgiamo più che alcuni si trascinano in una miseria degradante, senza reali possibilità di miglioramento, mentre altri non sanno nemmeno che farsene di ciò che possiedono, ostentano con vanità una pretesa superiorità e lasciano dietro di sé un livello di spreco tale che sarebbe impossibile generalizzarlo senza distruggere il pianeta."*
Che tipo di legami creiamo con le persone? Siamo capaci di curare la relazione? Dedichiamo il giusto tempo alla famiglia e agli amici? Abbiamo dedicato del tempo al volontariato? Siamo disponibili per la comunità? O mettiamo al primo posto sempre il lavoro o noi stessi.
Chiediamoci se siamo ancora capaci di indignarci per le disuguaglianze, siamo capaci di far sentire la nostra voce? Aiutiamo quelli in difficoltà a far sentire la loro?
Come utilizziamo le risorse che abbiamo a disposizione? Siamo attenti al consumo dell'acqua, ad esempio, bene tanto prezioso? Abbiamo pensato a montare i miscelatori d'aria sui lavandini per ridurne il flusso? Abbiamo messo un limite di tempo alla nostra doccia quotidiana? Usiamo la lavastoviglie /lavatrice solo a carico pieno?
Ogni piccolo gesto ripetuto diventa un'abitudine. Ogni abitudine instaurata è l'inizio del cambiamento. Iniziamo! E aiutiamoci vicendevolmente a migliorare.

News dalla Chiesa d'Oltralpe

Di vescovi, donne e dimissioni

di Corinne Zaugg

Nuovo vescovo a Coira

Dallo scorso otto febbraio la diocesi di Coira – la più grande della Svizzera- ha un nuovo vescovo nella persona di mons. **Joseph Maria Bonnemain**. Dopo più di due anni di "vacanza", tamponata da mons. Peter Bürcher, che era stato chiamato a ricoprire da amministratore apostolico ad interim, il seggio che fu di mons. Vitus Huonder; i fedeli della diocesi sperano ora, di lasciarsi alle spalle anni caratterizzati da forti animosità, screzi e profonde divisioni, grazie alle doti di "costruttore di ponti" del nuovo vescovo.

Mons. Bonnemain, con una laurea in medicina in tasca, da anni risiede tra Zurigo e Coira, dividendo il suo tempo tra le corsie dell'ospedale Limmattal, dove è assistente spirituale e le aule del tribunale ecclesiale di Coira, dove da ormai una trentina di anni indossa la toga del giudice. Nel 1978 viene ordinato sacerdote della prelatura dell'Opus Dei, proseguendo poi i suoi studi in diritto canonico. Dal 1983 al 1991 è membro della delegazione della Santa Sede presso l'Organizzazione mondiale della Sanità, a Ginevra. Nel 2003 diviene "canonico di residenza", nominato dall'allora vescovo Amedée Graab e dal 2002 ad oggi, fa parte della commissione "Abusi in ambito ecclesiale".

La sua nomina è stata accolta positivamente sia dagli ambienti più conservatori che da quelli più progressisti. Dopo che i 22 canonici della Cattedrale di Coira - che in nome di una antica tradizione godono del privilegio di poter proporre al loro interno il nome del loro futuro vescovo- non erano riusciti a venire ad una, il nome di Bonnemain era stato deciso da papa Francesco.

Altri cambiamenti ai vertici

Con la nomina del vescovo mons. Joseph Bonnemain sono divenute effettive anche le dimissioni per raggiunti limiti di età – inoltrate nel 2019- di mons. Marian Eleganti, vicario generale della diocesi di Coira.

E se di queste dimissioni da lungo si sapeva, quelle di mons. Denis Theurillat, vicario di Basilea, hanno colto invece, di sorpresa la Conferenza dei Vescovi Svizzeri (CVS). Mons. Denis, che tra i suoi diversi compiti si occupava anche di far da tramite tra le donne del Frauenbund e la CVS, era caduto qualche tempo fa e sarebbero i postumi di questo incidente, ad averlo spinto a rassegnare le dimissioni.

Donne e Conferenza dei Vescovi (CVS)

La Lega delle donne cattoliche della Svizzera (Frauenbund) e quelle del Consiglio delle donne (l'organo della CVS preposto ad analizzare il rapporto Chiesa e società, in prospettiva femminile), da alcuni mesi a questa parte stanno incontrando regolarmente i vescovi svizzeri in occasione dei loro incontri plenari, sul tema "In cammino insieme per il rinnovamento della Chiesa".

Le donne hanno posto ai vescovi diverse questioni, a cui di incontro in incontro, i vescovi cercano di rispondere. Il tramite, tra i vescovi e le donne, era Mons. Dennis Theurillat, che ora ha rassegnato le dimissioni. Lo sostituirà ora Mons. Markus Büchel, vescovo di San Gallo.

Le buone notizie di marzo

A San Pietro al Tanagro, paese del Cilento, in un centro di accoglienza per rifugiati è nata a inizio marzo '21 una bellissima bambina, di nome **Fatima**. Figlia di una ragazza africana arrivata a settembre a Lampedusa. Per festeggiare questa nascita la maggior parte degli abitanti della cittadina di ca 2000 anime, ha voluto regalare qualcosa. Fra passeggino, biberon, giochi e vestitini sono riusciti a creare il "corredo della solidarietà". *«Ogni volta che avete fatto queste cose a uno solo di questi miei fratelli più piccoli, l'avete fatto a me»* (Mt 25,40)

Ricetta di quaresima

Sono dette **ciambelline di Quaresima** o ciambelline di S.Siro e in certe regioni vengono distribuite in particolare la domenica delle Palme.

Ingredienti: 150g farina di manitoba, 100g farina, 50ml acqua, 1 uovo, 1 tuorlo, 60g zucchero, 40g olio di semi, 2g lievito di birra fresco, palline colorate, 1 albume.
Preparazione: acqua tiepida a ca 38° in cui sbricciolare il lievito di birra con 1C di zucchero prelevato dal totale. Mescolare. Lasciar riposare 10 minuti. Aggiungere zucchero, tuorlo e uovo intero e infine l'olio. Aggiungere gradualmente farina di manitoba e farina e impastare. Lasciar lievitare ca 2 ore. Dividere l'impasto il 12 parti uguali e con ogni pallina creare dei rotolini che andremo ad attorciliare a 2 a 2, chiudendoli alla fine, formando delle ciambelline. Mettere sulla carta da forno a lasciar lievitare 40 minuti. Cuocere in forno statico per 25 minuti a 170°.

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.

La citazione del mese

"Dio non ci perdona in conseguenza del nostro pentimento, ma è il suo perdono che precede e suscita il pentimento. Inaudito. Scandaloso. Uno scandalo da conservare, che segna la misura dell'amore di Dio che è senza misura e senza condizioni. Uno scandalo prezioso che è la differenza cristiana."

(Paolo Curtaz)

Il libro del mese

L'abbraccio benedicente - meditazione sul ritorno del figlio prodigo di Henri Nouwen. Ed Queriniana, 1994.

Da un incontro casuale con una riproduzione de *Il ritorno del figlio prodigo*, la celeberrima tela di Rembrandt, Henri Nouwen è stato catapultato in una lunga avventura spirituale. Egli ne rende partecipe il lettore in questa intensissima meditazione. E così la parabola si fa dramma avvincente e coinvolgente. La sfida ad amare come il padre e ad essere amati con il figlio verrà vista come la rivelazione ultima della parabola forse più nota ai cristiani di tutti i secoli, ma qui dischiusa ai contemporanei con una interpretazione magistrale. Per quanti si chiedono "Dove sono arrivato?" o per quanti, in cammino, cercando l'illuminazione di un passaggio sicuro, questo scritto darà ispirazione e farà da guida spirituale.

LO SAPEVATE CHE...

Il 21 marzo si celebra la giornata mondiale dedicata alla sindrome di Down?
Celebrata fin dal 2005, è dal dicembre 2021 che l'assemblea generale delle Nazioni Unite ha stabilito il 21 marzo come giorno da dedicare alla sindrome di Down. Abbiamo scoperto un'iniziativa sul sito del comune di Arezzo, in cui viene promossa la sfida "Danza per il 21 marzo". Nel concreto verrà realizzata una coreografia in cui saranno incluse le persone con questa sindrome e sarà realizzato un filmato sulle note di "Back on my feet" di Kimberose. Questo perché *"con la musica riescono a mettere in luce la loro predisposizione per il ballo e riescono ad esprimere la loro gioia di vivere"*.
I promotori dell'iniziativa sono una comunità di genitori di bambini con la sindrome di Down. Vogliono promuovere i diritti dei loro figli in 4 aree prioritarie: vivibilità, non discriminazione, salute ed autonomia. Alle nostre latitudini, con gli stessi intenti, abbiamo l'Associazione Avventuno. Sul suo sito web www.avventuno.org potete trovare e comandare il libro **"Daniel oltre la sidrome di down"**, un libro illustrato per parlare di questo tema, di empatia, di amicizia e di inclusione.

Papa Francesco dedica il 2021 a San Giuseppe

“Tradusse in gesti la sua fede”

di don Angelo Ruspini

Papa Francesco in occasione del 150.mo anniversario della dichiarazione di San Giuseppe quale patrono della Chiesa universale ha voluto indire l’anno di S. Giuseppe. Nella sua lettera di indizione mostra le caratteristiche di Giuseppe nella Sacra famiglia dando questi titoli: padre amato, padre nella tenerezza, padre nell’obbedienza, padre nell’accoglienza, padre dal coraggio creativo, padre lavoratore e padre nell’ombra.

Desidero proporre ai lettori di Spighe di andare a leggere questa lettera, perché Giuseppe appare un uomo scritto maiuscolo, un uomo completo, perché ascolta la sua vocazione nella vita, perché traduce in gesti – e senza parola alcuna – la sua fede nella realtà della vita a Nazaret con Maria, giovane Gesù e con le persone del villaggio.

Vedo in queste qualità un invito a tutti i papà perché sappiano compiere un lavoro su sé stessi, coscienti che la vita è un cammino verso la perfezione, imitabile nel modello Giuseppe di Nazaret.

Nella prima caratteristica di S. Giuseppe Papa Francesco cita Papa Paolo VI il quale osserva che la sua paternità si è espressa «nell’aver fatto della sua vita un servizio, un sacrificio, al mistero dell’incarnazione e alla missione redentrice che vi è congiunta; nell’aver usato dell’autorità legale, che a lui spettava sulla sacra Famiglia, per farle totale dono di sé, della sua vita, del suo lavoro; nell’aver convertito la sua umana vocazione all’amore domestico nella sovrumana oblazione di sé, del suo cuore e di ogni capacità, nell’amore posto a servizio del Messia germinato nella sua casa».

Nel capitolo dedicato a Giuseppe *padre dal coraggio creativo* Papa Francesco scrive: “A una lettura superficiale di questi racconti, si ha sempre l’impressione che il mondo sia in balia dei forti e dei potenti, ma la “buona notizia” del Vangelo sta nel far vedere come, nonostante la prepotenza e la violenza dei dominatori terreni, Dio trovi sempre il modo per realizzare il suo piano di salvezza. Anche la nostra vita a volte sembra in balia dei poteri forti, ma il Vangelo ci dice che ciò che conta, Dio riesce sempre a salvarlo, a condizione che usiamo lo stesso coraggio creativo del carpentiere di Nazaret, il quale sa trasformare un problema in un’opportunità anteponendo sempre la fiducia nella Provvidenza.

Nei momenti difficili Dio si fida di noi, di quello che possiamo progettare, inventare, trovare.

Si tratta dello stesso coraggio creativo dimostrato dagli amici del paralitico che, per presentarlo a Gesù, lo calarono giù dal tetto (cfr Lc 5,17-26). “…

Dobbiamo sempre domandarci se stiamo proteggendo con tutte le nostre forze Gesù e Maria, che misteriosamente sono affidati alla nostra responsabilità, alla nostra cura, alla nostra custodia. Il Figlio dell’Onnipotente viene nel mondo assumendo una condizione di grande debolezza. Si fa bisognoso di Giuseppe per essere difeso, protetto, accudi-

to, cresciuto. Dio si fida di quest'uomo, così come fa Maria, che in Giuseppe trova colui che non solo vuole salvarle la vita, ma che provvederà sempre a lei e al Bambino. In questo senso San Giuseppe non può non essere il Custode della Chiesa, perché la Chiesa è il prolungamento del Corpo di Cristo nella storia, e nello stesso tempo nella maternità della Chiesa è adombrata la maternità di Maria. Giuseppe, continuando a proteggere la Chiesa, continua a proteggere *il Bambino e sua madre, e anche noi amando la Chiesa continuiamo ad amare il Bambino e sua madre.*

Cari lettori, ho trovato nutrimento spirituale in questo scritto di Papa Francesco e, chiudendo, lo propongo a tutti i papà, perché al 19 marzo (festa del papà) potremo essere gioiosi di essere cresciuti nella statura di padre.

Donne che fanno la differenza

di Dacia Maraini

L'America ha cambiato passo, ha imboccato una nuova strada per cui, nel Paese di Biden, l'essere umano tornerà al primo posto. Dopo anni di ubriacatura razzista, dopo quelle manifestazioni nelle quali sembrava prevalere l'ideologia dell'uomo bianco contro l'uomo nero, dopo quelle scene e quegli episodi visti in tv che ci avevano fatto tremare e temere che una nuova ideologia divisiva attraversasse l'America in modo irreversibile, l'arrivo di Amanda Gorman cambia lo scenario. Questa ragazza di origini afro-americane, che ha soltanto 22 anni, ma negli Stati Uniti è già una poetessa affermata, è un segnale fortissimo contro il razzismo. Spinto fuori scena dal presidente proprio nel giorno in cui giura di difendere i valori di libertà e di uguaglianza che sono il fondamento della nazione. La presenza di Amanda, e la sua poesia, rappresentano una presa di posizione coraggiosa di questo new deal, uno strappo con quello che ci aveva fatto vedere e capire Trump in questi anni. Se tutto questo lo avesse fatto Obama sarebbe stato più naturale.

Invece era la giornata di Biden, un uomo bianco, di fede cattolica. E la poesia che irrompe sulla scena politica, vuol dire inoltre che la nuova guida del Paese intende dare credito alla cultura, indicandola come parte stessa della vita di una nazione. Ma ricordiamoci che Amanda non è una ragazzina venuta dal nulla. Lei è già una artigiana della poesia che ha ricevuto il titolo di National Youth Poet Laureate, nel 2017, e prima ancora di Youth Poet Laureate di Los Angeles, la sua città d'origine. È una giovane donna che già conosce la poesia nelle sue complicazioni. Sa cos'è l'arte, intesa non soltanto come improvvisazione, ma come costruzione ed elaborazione.

Ma c'è di più. Vedere Amanda Gorman e Kamala Harris insieme, ci fa capire come il dialogo e il rispetto, anche nella politica, fanno la differenza. Anzi, è proprio in politica che si deve rispondere agli oppositori con i fatti e con scelte coraggiose. (…) Per creare un futuro credibile dovremmo prima di tutto costruire fiducia, investendo come ha fatto Biden, nei giovani e nel talento. Quello che ha dimostrato di avere Amanda Gorman.

(Da La Stampa del 22.01.2021)

Con lo sguardo sospeso fra il cielo e la terra

Un Ticino insolito: il Malcantone

di Davide De Lorenzi

Continuiamo il viaggio alla scoperta delle meraviglie del nostro territorio, raggiungendo il Malcantone. Affacciata a sud, questa terra poco estesa ma variegata, è davvero particolare, modellata da monti e vallette, con bellissimi villaggi sui poggi. Partendo dal Ceresio e dalle zone più urbanizzate della pianura, si raggiunge in poco tempo un mondo sospeso, ancora alpino ma già un po' mediterraneo.

Tra le tante possibilità di visite e passeggiate non può mancare **Santo Stefano al Colle di Miglieglia** (745 m): si tratta di un monumento di importanza nazionale di origine romanica. Si resta attratti dal campanile millenario che spunta sopra il villaggio; giunti alla chiesa si gode di un panorama quasi toscano. L'edificio, più volte ampliato, è magnifico. Nel coro quadrangolare di origine tardogotica, si possono ammirare gli affreschi realizzati nel 1511 dalla bottega di Antonio da Tradate, ben nota in Ticino. Nell'abside domina la scena una magnifica Crocifissione, con le tre croci che si ergono davanti alle case e alle torri Gerusalemme. Sui lati troviamo gli affreschi degli Apostoli, schierati e solenni ma al contempo molto umani e chiaramente in atteggiamento di intercessione. In questa chiesa essi sono protagonisti di un'antica forma di devozione popolare, la tradizione dell'apostolare: attraverso preghiere (o messe) e con l'accensione di candele sotto ogni apostolo, si richiede il dono di un figlio o la protezione per il parto. Per tradizione l'ultimo cerino a spegnersi darebbe l'indicazione del nome da assegnare al nascituro. Gli altri affreschi mariani (una scena della Natività e una Madonna del latte sull'arco trasversale, solitamente dedicato all'Annunciazione) sembrano fare da cornice a questa antica tradizione, ancor oggi praticata.

Il Malcantone offre altri tesori da scoprire, a livello artistico, storico e paesaggistico, con una fitta rete di sentieri, strade e piste per mountain bike. Per completare un percorso culturale si potrebbe visitare la chiesa di **Sant'Ambrogio vecchio a Cademario**, con affreschi del XIII secolo. E per ammirare il Malcantone dall'alto salire con la funivia (da Miglieglia) sul **Monte Lema** (1620 m), per affacciarsi su un panorama che spazia a 360° da nord a sud, dalla Pianura Padana alle Alpi vallesane. Dal Lema parte la magnifica traversata sul crinale che porta al **Monte Tamaro**, ma trattandosi di un tragitto piuttosto lungo (5 ore) occorre avere un certo allenamento e una giornata di tempo. Un consiglio: l'itinerario si può percorrere anche partendo dal Tamaro (si arriva all'Alpe Foppa da Rivera in funivia) ma partendo dal Lema il dislivello in salita è un poco inferiore e si cammina con il sole alle spalle.

Un’adolescente che offrì la sua vita per la conversione della mamma

Laura Vicuña: “Perché tu sia conosciuto ed amato”

di Rita Bertoldo Ciardelli

Questa Beata è molto conosciuta negli ambienti salesiani, ma forse ancora poco altrove. A mio parere, meriterebbe invece una grande diffusione perché potrebbe essere un esempio di perdono e dono di sé per la salvezza delle anime, a partire da quelle del nostro oikos.

Laura nasce il 5 aprile 1891 a Santiago del Cile. Il papà Josè Domingo Vicuña non risulta, da alcun documento, sposato con la sua mamma, Mercedes Pino.

La famiglia, di origini aristocratiche, sarà costretta all’esilio a causa di una rivoluzione. I genitori con Laura e la sorellina Amanda si rifugiano quindi in Argentina, a Temuco, dove però poco dopo il padre muore.

Mercedes si trova sola a crescere due bambine ancora piccole. È una donna coraggiosa, simpatica, dedita all’educazione delle sue figlie. Decide di recarsi a Junin de los Andos, e durante il percorso incontra un uomo che sembra darle il giusto sostegno: Manuel Mora.

Lui la prende a servizio, mantenendo lei e le sue bimbe, ed offrendo a queste la possibilità di risiedere presso un collegio salesiano. Tutto ciò però ha un prezzo: Mercedes diventa di fatto “proprietà” di Manuel, oggetto della sua tirannia.

A febbraio del 1900 le due bambine entrano nel collegio a Junin, separandosi per la prima volta dalla madre. Ma quel luogo diventa per loro familiare, e soprattutto per Laura sarà come un’oasi di pace nel deserto arido della sua situazione.

Nell’Istituto tesse rapporti di amicizia e di confidenza, che le danno la forza di radicarsi nella fede e di arrivare a donarsi per la sua mamma affinché ella possa metter fine alla convivenza fuori dal matrimonio e allo stato di peccato in cui vive.

Laura e Amanda vivono in collegio per quattro anni. L’ambiente è molto semplice, la struttura è all’inizio del suo funzionamento. Risulta molto interessante la presenza di varie figure che affiancheranno Laura nel suo rapido percorso di crescita umana e spirituale.

In particolare suor Anna Maria Rodriguez, un’ottima educatrice, insegnante di Laura, dalla spiccata spiritualità. Affianca la bambina nel suo cammino, anche se solo per otto mesi, perché muore improvvisamente per una peritonite acuta.

Padre Crestanello è il suo confessore, direttore spirituale. La guida con sapienza e discernimento verso la santità. Sarà lui a scrivere la prima biografia.

Lì trova due amici fraterni: uno è Felix Ortiz, un chierico di 19 anni, la cui permanenza a Junin coincide con quella di Laura, è per lei come un fratello maggiore. Sarà lui a ricevere le ultime confidenze di Laura, ed è talmente convinto della sua santità che appena morta scriverà alcuni articoli su di lei.

L’altra amica è una compagna di classe, Maria Mercedes Vera, chiamata familiarmente Merceditas. È un pochino più grande di Laura, ma le due sono unite da un’affinità spirituale speciale e sono di stimolo di crescita una all’altra. Entrambe diventano lo stesso giorno “Figlie di Maria” con le parole di ammissione: *“Vergine concepita senza peccato, ti scelgo come madre e come protettrice. Voglio vivere come una tua figlia nella santità della vita”*.

A 10 anni Laura, riceve la Prima Comunione, ottenendo il permesso di anticipare di due anni il sacramento, visto il suo desiderio di Dio e la sua precoce maturità. In un suo quadernetto si trovano i propositi di quel giorno:

"O mio Dio, voglio amare e servire te solo, tutta la mia vita; ti do il mio cuore, la mia anima, tutto il mio essere. Voglio morire piuttosto che offenderti con il peccato mortale. Farò tutto il possibile perché tu sia conosciuto e amato, e per riparare le gravi offese che ricevi ogni giorno dagli uomini, e specialmente dai membri della mia famiglia. Mio Dio dammi una vita di amore e di sacrificio."

La sua donazione a Dio per la sua famiglia viene subito messa alla prova all'inizio del 1902 quando recandosi a casa per le vacanze vivrà un'esperienza di vera sofferenza. Lei è cresciuta, non è più la Lauretta di un tempo, ormai è una ragazza che attira gli sguardi maschili. Anche Manuel Mora la nota in un modo diverso e, come descritto dalle biografie, la cerca insistentemente. Lei rifiuta anche di stare solo a contatto con lui e questi si vendica sulla madre, percuotendola e frustandola. Decide di togliere il finanziamento agli studi e alla residenza presso il collegio salesiano per le due bambine.

Ma la direttrice del collegio, informata di ciò che stava avvenendo, invita la mamma di Laura a mandare ugualmente la figlia, anche senza retta, contribuendo magari con alcuni lavoretti domestici (la sorella continuò ad andare solo per un breve periodo).

Laura a Junin è felice, ma tutto ciò che aveva visto e vissuto a casa le tolgono la serenità. Avrebbe desiderato tanto diventare religiosa (strada che aveva intrapreso la sua amica fraterna Merceditas), ma la situazione irregolare della madre glielo impedisce, oltre al fatto di risultare figlia illegittima. Accetta quindi questa prova, offrendola come sacrificio per le sue intenzioni. In quel periodo le preghiere, le suppliche, i sacrifici per la conversione di sua mamma, si moltiplicano, ma senza apparenti risultati visibili. Ad un certo punto le viene un'ispirazione: bisogna offrire la vita stessa! È determinata, e il suo confessore, dopo varie insistenze, accoglie la sua richiesta. Lui stesso scrive nella testimonianza resa per il processo di beatificazione, che: *"lei corse davanti all'altare e in ginocchio si offrì a Gesù e a Maria come olocausto per la sua mamma"*.

Nel 1903 si dedica anima e corpo alla vita del collegio: oltre la preghiera incessante, si prodiga in faccende domestiche, e cerca di aiutare le allieve neoarrivate. Purtroppo la salute inizia ad incrinarsi: dolori al torace e forte tosse non la lasciano, anzi sono sempre più persistenti. Le suore sono costrette a convocare la madre affinché la porti a casa. Mercedes accorre subito, ma Laura dopo solo due mesi di vita a casa, viene riportata a Junin, dove le medicine risultano più facilmente reperibili. Il Mora acconsente a lasciar andare Mercedes con le sue figlie, trovando loro una casetta a Junin. Questo è un primo barlume di liberazione per la mamma, che con qualche lavoretto di sartoria riesce a guadagnare qualche soldo rendendosi lentamente autonoma.

Pur nella malattia, con la consapevolezza che stava giungendo alla fine della vita, riesce a mantenere i contatti con le suore. È il mese di gennaio e Laura si mette a letto definitivamente. Il Mora cerca ancora di intervenire con la forza, ma la madre finalmente si oppone al despota.

Prima di morire Laura rivela alla madre il suo patto con il Signore: *offrire la vita per la sua conversione*. La madre tra le lacrime, capendo solo in quel momento tante cose, accanto al letto di morte della figlia promette che la sua vita sarebbe cambiata. A quel punto la ragazzina può morire in pace. È il 22 gennaio 1904. Mercedes mantiene la promessa fatta al capezzale della figlia, e resiste alle nuove angherie del Mora (che poi morirà assassinato alcuni anni più tardi).

Laura viene successivamente sepolta a Bahia Blanca nella cappella dell'Istituto delle Figlie di Maria Ausiliatrice. Nel 1988 Giovanni Paolo II la proclama beata, riconoscendo la sua intercessione per la prodigiosa guarigione di una suora cilena affetta da una grave malattia polmonare.

Ora attendiamo la sua canonizzazione, chiedendo la sua intercessione.

PREGHIERA PER OTTENERE GRAZIE

Ci rivolgiamo a te, Laura Vicuňa, che la Chiesa ci propone come modello di adolescente, coraggiosa testimone di Cristo. Tu che sei stata docile allo Spirito Santo e ti sei nutrita di Eucaristia, concedici la grazia che con fiducia ti domandiamo… Ottienici fede coerente, purezza coraggiosa, fedeltà al dovere quotidiano, fortezza nel vincere le insidie dell'egoismo e del male.

Fa che anche la nostra vita, come la tua, sia totalmente aperta alla presenza di Dio, alla fiducia in Maria e all'amore forte e generoso verso gli altri. Amen.

Il gruppo è lo stile di Azione Cattolica

Dove due o tre sono riuniti nel mio nome: la Chiesa

di don Angelo Ruspini

Condividere.
L'aspetto che ho sperimentato più difficile è la proposta di ritrovarsi in gruppo. In gruppo perché ci si senta Chiesa; in gruppo perché la fede cresce stando nella comunità; in gruppo perché è uno stile di vita stampato in noi da quel "due o tre riuniti nel mio nome e io sono in mezzo a loro".
Si ha paura di farsi vedere in gruppo. Ma non siamo gregge, non siamo bande di vandali. Non siamo nemmeno isole. Siamo membri di una comunità e voluti in comunità fin dalla nascita perché siamo nati in una famiglia, accolti in una comunità con il Battesimo.
Ci vuole un laboratorio di speranza anche per creare la gioia di ritrovarsi come gruppo.
Si mette in risalto la mancanza di tempo, l'impegno professionale e di famiglia, l'essere bravi genitori, i migliori papà del mondo, le migliori mamme del mondo e si propone che, invece della porta di casa che fa entrare nell'individualità, vi sia una soglia più spaziosa: l'entrata in una piazza.
L'entrata di una piazza non ha porte, ma strade; non ha finestre, ma vetrine e monumenti che indicano la storia di un villaggio o di una città. Starci, anche solo a guardare, incoraggia il desiderio di vivere la piazza che è il luogo della vita comunitaria. I caffè e i negozi, le banche, la Posta, tutti i servizi, dal calzolaio al parrucchiere…tutto è sulla piazza. Ma che sarebbe una piazza senza la gente?
Ed ecco che si scopre la bellezza dell'aspetto comunitario della vita. Sabato ci troviamo con tutta la famiglia e con le famiglie dei partecipanti al Gruppo di AC in piazza a bere il caffè e a mangiare il gelato. Un laboratorio di speranza perfettamente riuscito che è il primo passo per riscostruire la gioia di trovarsi in gruppo e non essere più isole.

L'arricchimento del gruppo.
Non credo di affermare grandi novità se dico che il gruppo arricchisce l'esperienza individuale. Tanti occhi, tante mani, tante labbra possono mostrare le sfaccettature di una tematica messa sul tavolo da contemplare. La differenza di vita, di professione e di esperienze, le scuole e gli avvenimenti diversi che ci hanno plasmato danno ad ognuno dei membri del gruppo una visione diversa di ciò che sarà obiettivo comune.
Chiedessimo anche di scegliere un salmo bello, ognuno troverebbe la bellezza in una espressione poetica diversa.
La persona che guida il gruppo è importante perché non dovrebbe lasciar divagare dal tema. Dovrebbe saper sottolineare gli aspetti di novità nell'apporto di ognuno. Non la migliore idea del gruppo, ma la miglior sottolineatura nel dire di ognuno. La serietà della vita di gruppo ha ovviamente un verbale che poi segnerà il progredire di AC nella vita della Parrocchia.
Da ultimo ritengo che, se siamo Associazione Diocesana, occorre essere attenti a chi è preposto all'Associazione nella Diocesi e avere la sensibilità di accogliere le proposte che sgorgano da una visione più ampia che non quella della singola Parrocchia. Di qui l'abbonamento a *Spighe*, la partecipazione all'Assemblea e al comitato diocesano, insieme alla preoccupazione di far pervenire alle istanze superiori le idee della sezione parrocchiale.

G.A.B. 6600 LOCARNO 4

SPIGHE

Ritorni a
Amministrazione *Spighe*
CP 5286
6901 Lugano

Domande e risposte

Il giorno più bello? Oggi.
L'ostacolo più grande? La paura.
La cosa più facile? Sbagliarsi.
L'errore più grande? Rinunciare.
La radice di tutti i mali? L'egoismo.
La distrazione migliore? Il lavoro.
La sconfitta peggiore? Lo scoraggiamento.
I migliori professionisti? I bambini.
Il primo bisogno? Comunicare.
La felicità più grande? Essere utili agli altri.
Il mistero più grande? La morte.
Il difetto peggiore? Il malumore.
La persona più pericolosa? Quella che mente.
Il sentimento più brutto? Il rancore.
Il regalo più bello? Il perdono.
Quello indispensabile? La famiglia.
La rotta migliore? La via giusta.
La sensazione più piacevole? La pace interiore.
L'accoglienza migliore? Il sorriso.
La miglior medicina? L'ottimismo.
La soddisfazione più grande? Il dovere compiuto.
La forza più grande? La fede.
Le persone più necessarie? I sacerdoti.
La cosa più bella del mondo? L'amore.

Madre Teresa di Calcutta

TBL Tipografia Bassi Locarno
GEEK VISION
visual communication & print

BOLLETTINI
PARROCCHIALI
RIVISTE E LIBRI
INSERTI COLLETTE
SANTINI
CARTOLINE
PROSPETTI
E POSTERS

GRAFICA PERSONALIZZATA
E SVILUPPATA CON ESPERIENZA PLURIENNALE
BOLLETTINI SFOGLIABILI SU WWW.ISSUU.COM/GEEKVISION

► GEEKVISION SA - 091 751 04 06 - info@geekvision.ch - www.geekvision.ch

AC

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