QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:14 Pagina 1

Sommario

2 **La potenza di un germoglio**
Messaggio di mons. Roberto Repole

4 **Per una conversione all'ascolto**
Introduzione di mons. Alessandro Giraudo

5 **Mercoledì delle Ceneri**
22-25 febbraio
Il padre tuo vede nel segreto
Mt 6,4

13 **Prima settimana di quaresima**
26 febbraio - 4 marzo
Sta scritto: non di solo pane vivrà l'uomo, ma di ogni parola che esce dalla bocca di Dio
Mt 4,4

21 **Seconda settimana di quaresima**
5-11 marzo
Alzatevi e non temete
Mt 17,17

29 **Terza settimana di quaresima**
12-18 marzo
Chiedi da bere a me?
Gv 4,9

37 **Quarta settimana di quaresima**
19-25 marzo
Mi ha aperto gli occhi
Gv 9,30

45 **Quinta settimana di quaresima**
26 marzo - 1 aprile
Signore, vieni a vedere
Gv 11,34

53 **Settimana Santa**
Questi è il profeta Gesù, da Nazaret di Galilea
Mt 21,11

LA VOCE IL TEMPO

Direttore responsabile **Alberto Riccadonna**
Iscrizione al n.491 dell'8.11.1949 del registro del Tribunale di Torino. Aut. DSP/1/5681/042037/102/88LG

La presente pubblicazione è stata promossa da
Ufficio Missionario - Arcidiocesi di Torino, via Val della Torre 3 - 10149 Torino
Tel. 011 51 56 374,e-mail: **missionario@diocesi.torino.it**
Ufficio Missionario - Diocesi di Susa, piazza San Giusto, 14 - 10059 Susa (TO)
e-mail: **ufficio.missionariosusa@gmail.com**

Équipe redazionale **Caritas diocesana, Servizio diocesano per il Catecumenato, Servizio Pastorale Battesimale, Settore per la pastorale della Terza Età, Uffici Catechistico, Liturgico, Missionario, Uffici per la pastorale della Famiglia, dei Giovani e dei Ragazzi, del Lavoro, dei Migranti, della Salute, Universitaria dell'Arcidiocesi di Torino**

Coordinamento redazionale
Patrizia Spagnolo
Editore **Prelum** srl
Progetto grafico e impaginazione
Claudio Ruffino, Torino
Stampa
Spedim Montecompatri, Roma
www.spedim.it
Fotografie
Archivio Ufficio Missionario
Francisco Martinez
Immagine di copertina
Francisco Martinez

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:14 Pagina 2

La potenza di un germoglio

Carissime e carissimi,
mentre ci prepariamo ad entrare nel cammino quaresimale, vorrei vi giungesse il mio pensiero di vicinanza e il mio augurio per questo tempo che è donato a noi cristiani per prepararci alla celebrazione del mistero pasquale, che dà senso di fede e di speranza alla nostra vita e alla storia.
Nei passi che ci portano dall'aridità del deserto alla fioritura del giardino dove si colloca l'evento sconvolgente della tomba vuota, la liturgia ci accompagna con l'esortazione a metterci in un ascolto attivo del Signore della vita, che si fa presente nella Parola che ci è offerta, nei fratelli e nelle sorelle la cui esistenza si intreccia quotidianamente con la nostra e in noi stessi, nel nostro peccato toccato e redento.

Con questo spirito, il cammino di ricerca e di discernimento a cui ho invitato la comunità diocesana in questo anno pastorale ci spinge ad un ascolto umile, nuovo, da risorti, della realtà del nostro territorio, per comprendere quali germogli di novità e di futuro sono già vitali e ci indicano la strada verso la quale il Signore ci sta guidando per il domani della sua Chiesa.
Questa attitudine ci richiede, come comunità tutta, una conversione all'incontro autentico, liberato dalla fretta illusoria delle tante attività, una capacità rinnovata di volgere "l'orecchio del cuore" ai passi del Signore Gesù che muovono verso le contraddizioni della donna samaritana, verso la fragilità dell'uomo cieco e verso il dolore gridato da Marta e Maria per la morte del fratello.
Camminando, il Signore ci aiuti a riconoscere la potenza della sua risurrezione

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:14 Pagina 3

anche tra i deserti del nostro territorio, ad amarlo con il suo stesso amore totale, come al luogo della sua rivelazione e, al tempo stesso, come spazio nel quale siamo chiamati ad annunciarlo con la testimonianza della vita e nel servizio ai fratelli, soprattutto ai più esclusi e soli.
Anche con l'aiuto di questo semplice strumento che avete tra le mani, il percorso che ci porterà fino alla gioia della Pasqua sia dunque abitato da volti, da storie di donne e di uomini che credono nella potenza di un seme che cresce e germoglia, anche nell'apparente aridità del nostro tempo.
Buon cammino di quaresima!

† Mons. Roberto Repole
Arcivescovo di Torino e Vescovo di Susa

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:14 Pagina 4

INTRODUZIONE

Per una conversione all'ascolto

"Come va l'udito del nostro cuore? – ha chiesto papa Francesco il 10 ottobre 2021 durante l'omelia per l'apertura del Sinodo -. Permettiamo alle persone di esprimersi, di camminare nella fede anche se hanno percorsi di vita difficili, di contribuire alla vita della comunità senza essere ostacolate, rifiutate o giudicate?".

E' intorno a queste domande che si sviluppano i contenuti del presente sussidio, pensato e realizzato come di consueto con la collaborazione di diversi uffici diocesani. Un invito a riflettere, a metterci in discussione, ad arricchire un cammino di Chiesa sinodale capace di cogliere e interpretare i segni dei tempi e a fare spazio all'ascolto. Perché "nell'ascolto non cambia solo chi è ascoltato, ma anche chi ascolta".

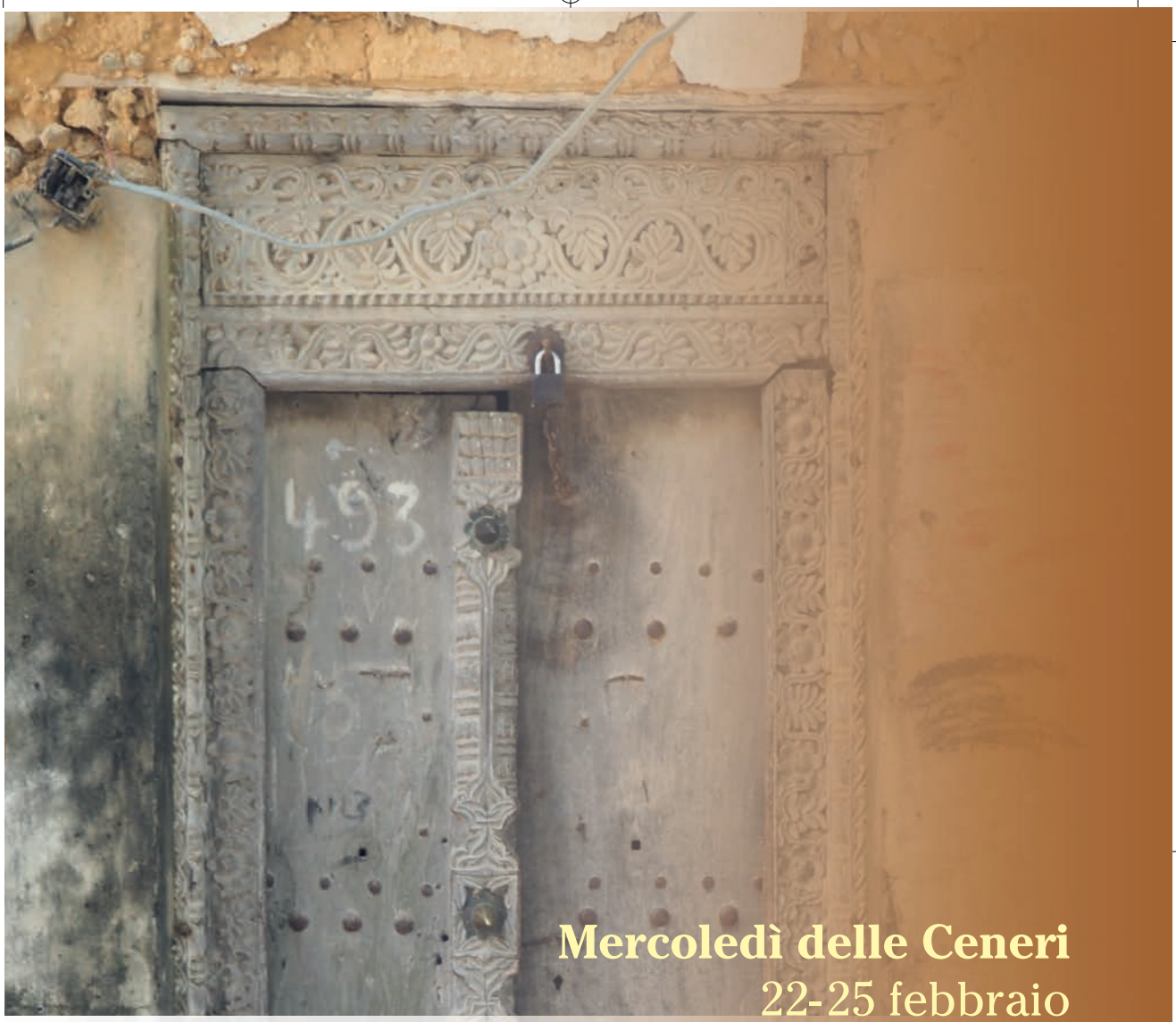
Il sussidio è occasione per mettere in luce i tanti percorsi che, soprattutto in questi anni così difficili, sono nati proprio dal desiderio di ascoltare, capire, accogliere, gettare semi di speranza. Ed è una proposta di conversione che individua nell'ascolto profondo di se stessi il punto di partenza per aprirsi all'ascolto della Parola di Dio, della realtà che ci circonda, degli esclusi e di chi è oggetto di pregiudizio, delle fragilità e dal grido di donne, uomini e bambini feriti dalla guerra, dalla povertà, dai cambiamenti climatici, dalle ingiustizie…

Dal mercoledì delle Ceneri fino alla Pasqua, la quaresima si snoda – settimana dopo settimana – attraverso contributi rivolti a tutte le fasce di età: dai commenti alla Parola di Dio alle interviste e articoli, dalle esperienze di persone e comunità alle preghiere per anziani e malati, dai racconti dal mondo alle proposte per famiglie e giovani, dall'inserto dedicato ai ragazzi alla celebrazione penitenziale.

Le circa 60 pagine, arricchite quest'anno da citazioni del Concilio Vaticano II, intendono pertanto offrire alle comunità ulteriori elementi di riflessione per allargare gli orizzonti e camminare, insieme, vivendo l'invito alla conversione che risuona in questo tempo di quaresima.

Mons. Alessandro Giraudo
Vescovo ausiliare, Vicario generale e Moderatore della Curia

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:14 Pagina 5



Mercoledì delle Ceneri
22-25 febbraio

Il padre tuo vede nel segreto

Mt 6,4

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:14 Pagina 6

Davanti a **Lui**, senza **maschere**

Preghiera dei fedeli

Ascolta la voce del Signore,
porgi l'orecchio del tuo cuore.

In questa quaresima, donaci Signore
la grazia di trovarti
nel profondo del nostro essere
e di rispondere alla tua chiamata,
Tu che sei nostro Padre.

Nel testo del profeta Gioele il Signore invita a "ritornare" a Lui con tutto il cuore. Il verbo usato in ebraico, "shuv", indica il mettersi in cammino. In un mondo in cui spesso ci si sente soli, riprendere la marcia significa anche unirsi al fiume di donne e uomini che nei secoli e nel presente erano e sono in cammino. Da chi scappa da guerra o povertà a chi con l'animo colmo di dolcezza cammina verso la casa dell'amata. Ascoltare significa anche comprendere l'altro percorrendo i suoi sentieri.
Ritornare da dove e perché? I luoghi da cui uscire sono quelli in cui ci siamo persi, perché lontani da ciò che siamo realmente. Il Vangelo dice: "Non praticate la giustizia per farvi vedere, non strombazzate come gli ipocriti". Interessante che sia "theomai", "farsi vedere", che "ipocrites", "attore", appartengano al repertorio del teatro: non è sbagliato essere attore, lo è farlo fuori dal palco, mostrandosi diversi da ciò che si è per cercare approvazione.
D'altro canto, però, tutti abbiamo bisogno di essere visti e apprezzati. La differenza sta nell'agire per farsi vedere o per il gusto di compiere qualcosa di buono per gli altri e per sé. Il Vangelo aggiunge "E il Signore che vede nel segreto vi ricompenserà": in questo caso l'esser visti non è lo scopo dell'azione, ma una conseguenza.
Il profeta Gioele, nel dare la motivazione del ritornare a Dio, pone l'accento sul fatto che Egli è ricco di tenerezza e grande nell'amore. Tornare a Lui, ma anche agli altri e a noi stessi, significa allora camminare verso ciò che ci fa vivere: le relazioni significative, il lavoro fatto con passione, un impegno nella storia per provare a darle un volto che assomigli un po' al Regno. Se proveremo a far questo senza smania di colmare quel vuoto che è un dato ineliminabile della vita, scopriremo che trovare tempo e spazio di silenzio e di azione per il Signore, per gli altri e per noi stessi, ci farà scoprire di esser visti nel segreto, amati, ascoltati, da Lui e da chi ci sta accanto.

padre Piero Demaria, missionario della Consolata

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:14 Pagina 7

Sui monti della speranza

Vi abbiamo già detto del passaggio clandestino di profughi attraverso le montagne a est di Van. Un confine desiderato e temuto per un esodo che pare non finire più.
L'immagine del "salire" sui monti della speranza e del "ri-discendere" verso l'attesa di un futuro di vita ci fa pensare ai tanti brani in cui Gesù sale sul monte a pregare per poi ridiscendere per portare nelle nostre vite, di allora e di oggi, i frutti che l'intimo incontro col Padre gli dona: amare, andare incontro, condividere, essere in relazione.
Ancora una volta questa umanità affannata ci porta ad una lettura viva e incarnata della Parola.
Alla fine della vita Gesù salirà sul monte più alto di tutti quelli che si possono immaginare, il Golgota, per noi luogo dell'Assoluto, dell'Amore infinito. Certo, è solo una collina, ma il senso non sta nei suoi metri.
Salirà ancora un po' più in alto, su di una croce.
Talvolta l'importante non è il monte in sé ma ciò che esso rappresenta in un determinato momento per ognuno di noi. Ci vengono in mente molte famiglie con cui condividiamo i nostri giorni qui in Turchia.
Le difficoltà che incontriamo nella vita richiedono sempre un tempo di riflessione e di accoglienza che colui che ha fede chiama preghiera.
Ha Lui accanto … chiunque di noi salga o scenda il proprio "monte".
Ha Lui accanto … chiunque salga un barcone fatiscente.
Ha Lui accanto … chiunque salga la propria disperazione … per togliersi la vita.
Ha Lui accanto … chiunque scenda i gradini della solitudine e tutti quelli che scendono per abbracciare chi è caduto.
Ha Lui accanto … chiunque salga la sommità della propria capacità di amare e ne scenda fin nel più profondo per essere una mano cui aggrapparsi …
Costui è immagine di ciò che siamo stati creati per essere: Amore

da *Cristalli di neve, fiocchi di cotone. Turchia, terra di incontri e di frontiere*, di Roberto Ugolini, ed. EMI, pp. 165-166.

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:14 Pagina 8

Le voci del silenzio

Suor Francesca, eremita: "Se non c'è ascolto di sé, non si può andare dagli altri. Bisogna valorizzare prima la propria vita. Occorre entrare nella pace più profonda di se stessi".

di Patrizia Spagnolo

Suor Francesca ha 52 anni e vive in cima a una montagna in provincia di Torino, da sola. È una sorella eremita, ma la sua non è la classica forma di eremitaggio: nella sua casetta sta poco perché è sempre in giro a prendersi cura dei poveri e dei malati, a qualunque ora del giorno e della notte, a tener loro la mano, a confortarli. Prega e va dove c'è bisogno di lei, con una macchina che le hanno regalato.

La sua vita è fondata sull'ascolto, "il grande assente dei nostri tempi – dice –. La vera malattia di oggi è la solitudine. Siamo distratti. Tutti abbiamo bisogno di essere guardati negli occhi, di essere ascoltati (e meno male che c'è il buon Dio ad avere sempre il cuore spalancato), perché non pensare dunque che anche gli altri ne hanno bisogno?".

Ma la capacità di ascoltare gli altri, col cuore e non solo con le orecchie, va coltivata, nutrita. E il suo nutrimento più importante è dato dall'ascolto di se stessi. Come? "Nel silenzio – risponde suor Francesca –. Il tema del silenzio mi pare essenziale in un mondo caotico che sembra averne paura, anche perché il silenzio è erroneamente inteso come assenza, vuoto, freddo… Non si comprende che il silenzio (che non è mutismo, cui spesso ricorriamo quando siamo offesi) è denso di parole e di presenza; è dunque il luogo privilegiato dell'incontro con Dio, con i fratelli, ma prima di tutto con se stessi".

Dio ha un progetto per noi

"Ascoltare se stessi – continua l'eremita francescana – è fondamentale per poter scoprire, ogni giorno di più, il progetto che Dio ha per noi. La nostra vita non può essere insignificante o tiepida. Dice il Signore nel libro dell'Apocalisse: 'Conosco le tue opere: tu non sei né freddo né caldo. Magari tu fossi freddo o caldo! Ma poiché sei tiepido, sto per vomitarti dalla mia bocca' (Ap 3, 15-16). La nostra esistenza dovrebbe portare in sé la bellezza del Creatore".

Ecco perché suor Francesca – di cui non riveliamo né il cognome né il luogo in cui abita perché desidera stare lontana dai riflettori – 23 anni fa ha scelto di vivere la fraternità in solitudine. "Dove la solitudine – sottolinea – non è sinonimo di isolamento. L'isolamento è un tagliarsi fuori, ma la solitudine, quella che io tanto amo, è piena, cordiale, intrisa di silenzio ma, allo stesso tempo, percorsa da voci e animata da presenza".

Quella solitudine, quel silenzio necessari per dialogare con se stessi, conoscersi e accettarsi, per poi aprirsi agli altri. "Sì, sono convinta che il si-

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:14 Pagina 9

lenzio sia un continuo, ininterrotto dialogo per ascoltare ed incontrare noi stessi nel più profondo e per vivere nella pace la nostra presenza sulla terra. Chiediamo a Dio la grazia di conoscere e accettare noi stessi per quelli che siamo, senza scimmiottare quei modelli che ci vengono proposti ovunque, tradendo e snaturando, così, l'opera di Dio in noi".

Ascoltare per capire

Nella sua casa suor Francesca non ha il televisore né il cellulare e neanche un computer. Soltanto un telefono fisso per ricevere le chiamate di chi ha bisogno e correre a dare conforto. "Solo nel silenzio posso far sedimentare e metabolizzare le cose che vivo – dice –. Chi fa volontariato è generoso, ma per me servire i poveri è una missione. Gesù mi chiede questo servizio e non posso essere indifferente: è la chiamata della mia vita, ma devo essere in pace con me stessa, fare silenzio". E aggiunge: "Se sapremo fermarci davanti al Signore in ascolto silenzioso e in un prolungato dialogo d'amore, sperimenteremo in noi stessi l'immensità e la gioia. Da qui spunterà inesorabile il desiderio di recuperare l'ascolto degli altri, un ascolto il più delle volte silenzioso, dove non sempre ci è chiesto un parere, tantomeno soluzioni banali, che non permettono di entrare in empatia con chi ti sta aprendo il cuore. Se non c'è ascolto di sé, non si può andare dagli altri. Bisogna valorizzare prima la propria vita. Occorre entrare nella pace più profonda di se stessi".
Una volta suor Francesca ha letto una frase che da allora porta nel cuore come uno dei pilastri della sua vita: "Mi affascina chi ascolta per capire e non chi ascolta solo per rispondere".

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:14 Pagina 10

Cristo in ogni **uomo**

"Solo alla luce della fede e nella meditazione della parola di Dio è possibile, sempre e dovunque, riconoscere Dio nel quale 'viviamo, ci muoviamo e siamo' (At 17,28), cercare in ogni avvenimento la sua volontà, vedere il Cristo in ogni uomo, vicino o estraneo, giudicare rettamente del vero senso e valore che le cose temporali hanno in se stesse e in ordine al fine dell'uomo.
Quanti hanno tale fede vivono nella speranza della rivelazione dei figli di Dio, nel ricordo della croce e della risurrezione del Signore".

Apostolicam actuositatem, 4

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:14 Pagina 11

A Piano Stefano per ritrovarsi

Nell'ottobre 2008, a Piano Stefano di Coazze, il parroco di Maddalena e Ponte Pietra di Giaveno don Gianni Rege Gianas e la psicoterapeuta Milva Tortone hanno creato uno spazio dove credenti e non credenti sono liberi di incontrarsi – al di fuori delle strutture parrocchiali – per entrare in contatto con la parte più profonda di se stessi.

di don Gianni Rege e Milva Tortone

Volevamo uno spazio dove ognuno fosse accolto nelle sue fatiche, stimato e amato per ciò che è, cercando con ciascuno strade di speranza e di liberazione. Così abbiamo deciso di creare qualcosa di nuovo per dare la possibilità a tutti, indistintamente, di trovarsi a proprio agio andando al di là dei limiti che le strutture parrocchiali alcune volte portano in sé.
Il silenzio, il lavoro e la sobrietà di Nazareth, la generosità, la convivialità e l'ospitalità di Betania sono diventati il nostro modello.
Abbiamo deciso di rendere accogliente il nostro luogo di vita, curando la ristrutturazione della casa e la sistemazione dei giardini perché ogni persona che arrivava, a maggior ragione se sofferente, potesse trovare nell'armonia della bellezza ristoro e conforto.
Diversi sono gli aspetti che coltiviamo per donare a noi stessi e a chi ci avvicina la possibilità di intraprendere percorsi per entrare in contatto con la parte più profonda di se stessi: dal vivere il Silenzio del luogo alla cura dei giardini, dal lavoro costante nell'orto all'ascolto offerto singolarmente sia sotto l'aspetto psicologico che spirituale nella continuità, dalla disponibilità interiore ad accogliere la Presenza all'esperienza di vita comunitaria con piccoli gruppi formati da persone che nel tempo si sono avvicinate, dalla Parola di Dio meditata quotidianamente all'Eucarestia del sabato.
Un aspetto a noi caro è la valorizzazione dei momenti del pasto, pranzo e cena, come spazio per potersi incontrare nella naturalezza di ciò che siamo veramente, liberi da schemi e ruoli.
Ci occupiamo in prima persona di coltivare, cucinare, servire; il tutto è permeato, durante il pasto, dall'accogliere gioie e fatiche che vengono portate nel cuore e coltivate alla Presenza. È un vero "spezzare il pane".
Si creano così intimità profonde tra le persone e legami che nel tempo sono andati ben al di là del mangiare insieme: alcune persone hanno fatto proprio questo stile tanto da riproporlo nel loro quotidiano.
È vivere nel nostro piccolo l'esperienza del chinarsi sulle altrui e proprie ferite con umiltà e semplicità nutrendoci dello stile del Buon Samaritano.
Alcune delle numerose persone con cui abbiamo camminato sono già morte. Abbiamo scritto i loro nomi su "la strada della vita", uno spazio ai piedi di un bellissimo arcobaleno, segno di speranza, che si erge su un prato e che dà il benvenuto a chiunque passa da Piano Stefano.

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:15 Pagina 12

Signore, che vedi nel segreto

purificami dalle parole.
Troppe. Sulla prossimità, sul volontariato,
sull'accompagnamento.
Fammi stare, e basta. Segno della Tua presenza.
Accanto: con la mia pochezza e le mie miserie.
Non devo mostrare me buono, ma Te vicino.

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:15 Pagina 13

Prima settimana di quaresima

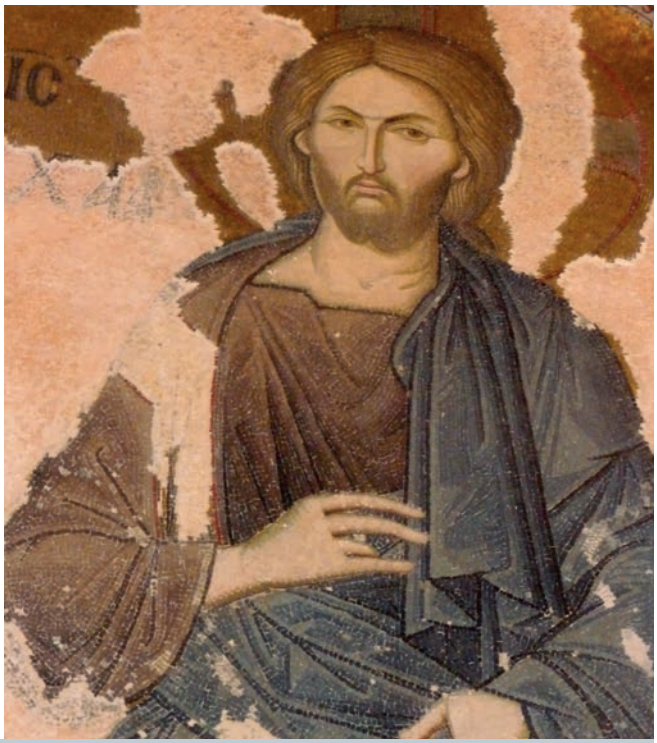
26 febbraio - 4 marzo

Sta scritto: non di solo pane vivrà l'uomo, ma di ogni parola che esce dalla bocca di Dio

Mt 4,4

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:15 Pagina 14

Quale **voce** ascoltiamo?



Preghiera dei fedeli

Ascolta la voce del Signore,
porgi l'orecchio del tuo cuore.

Signore, donaci la grazia
di ascoltare la tua Parola
e il tuo spirito di audacia
affinché possiamo essere fedeli
alla tua volontà e al tuo Vangelo.

Ogni giorno siamo posti di fronte alla scelta tra il bene e il male: tra la condivisione o la competizione, la custodia della Terra e di tutti i viventi o lo sfruttamento. La scelta dipende da noi e da quale voce ascoltiamo. Il Vangelo riassume in modo drammatico le tentazioni che Gesù ha vissuto e che anche noi sperimentiamo nella nostra vita.

La prima si riferisce alle situazioni in cui si avverte la possibilità di far valere le proprie doti per trarre vantaggi personali, dimenticando la globalità delle situazioni e le conseguenze sulla vita delle persone. "Colui che divide" si avvicina a Gesù e gli dice: "Se tu sei il Figlio di Dio, comanda a queste pietre di diventare pane!". Ma Gesù risponde: "E' scritto: non di solo pane vive l'uomo … ". Se ci nutriamo della Parola di Dio, siamo sollecitati a procurare tutto ciò che è necessario a ogni persona, comunità e popolo per vivere con dignità.

La seconda tentazione riguarda la bramosia dell'acquisire denaro, terra, acqua, risorse di ogni genere. Spesso il potere economico, intrecciato con quello politico, ruba vita e speranza a centinaia di milioni di persone; per riuscire in questo scopo si è disposti a vendere persino la coscienza. Il diavolo disse: "Ti darò tutto questo, se mi adorerai". Gesù rispose: "Vattene Satana! Perché è scritto: adora il Signore, tuo Dio, a Lui solo rivolgi la preghiera". Mettersi in ascolto dell'autorità di Dio porta a relativizzare ogni potere. La libertà di coscienza ci rende umani, impegnati a costruire giustizia e condivisione.

La terza tentazione riguarda l'uso strumentale di Dio: nel Suo nome si sono compiute stragi e tragedie, fino a esprimere disprezzo verso gli stranieri che arrivano e arriveranno. "Allora il diavolo lo mise sul punto più alto del tempio e gli disse: 'Se tu sei il Figlio di Dio, buttati giù'". Dio si ascolta, si cerca, si intuisce, in Lui si crede, si dubita, a Lui ci si affida nella preghiera di gratitudine e di invocazione, non Lo si strumentalizza, non Lo si usa.

Antonio Soffientini, missionario comboniano del Cuore di Gesù

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:15 Pagina 15

La lezione di Mahmud

Quando il mese di Ramadan cade in estate è proprio un notevole sforzo di volontà per i fedeli musulmani resistere alla fame e soprattutto alla sete in attesa dell'iftar (interruzione del digiuno a fine giornata).
Guardo Mahmud seduto per terra a gambe incrociate mentre attende il canto del muezzin per cominciare a mangiare. Siamo tutti insieme, la sua famiglia e noi, felici di essere stati invitati a condividere questo momento. Sopra la tovaglia stesa a terra le due donne di casa hanno apparecchiato e disposto la cena: due piattini con alcuni datteri, yogurt, una brocca d'acqua, due piatti con insalata e pomodori, qualche cetriolo e, uno per ciascuno, un abbondante piatto di riso condito con zafferano e zaresh (bacche di mirtillo).
Mi colpisce la lentezza dei movimenti di Mahmud, seduto a gambe incrociate davanti alla tovaglia, che dopo aver ascoltato il canto del muezzin per prima cosa recita la preghiera di ringraziamento e poi beve un bicchiere d'acqua, che dopo 15-16 ore è difficile immaginare quale sollievo possa dargli.
Poi Mahmud prende un dattero e, masticando lentamente, lo assapora. Tutti i suoi movimenti sono permeati da una grande calma.
Ho una domanda da fargli, ma rimando a più tardi, quando avremo finito la cena. "Mahmud, stasera mi ha colpito il fatto che, benché tu avessi sicuramente molta fame dopo tutte quelle ore di digiuno, hai però mangiato lentamente, senza fretta e senza voracità". La risposta è arrivata semplice e pacata come i suoi gesti. "Nonostante, arrivato a quest'ora, io abbia indubbiamente desiderio di mangiare, questa condizione non mi è nuova, perché conosco la fame fin da bambino. Mio padre mi ha insegnato a mangiare con calma e con sobrietà quello che era possibile, masticando lentamente per poterne assaporare il gusto. Quello che Dio ci ha donato nella sua compassione e misericordia non può essere consumato con leggerezza, perché ha un grande valore … ma questo non vale solo per il cibo, vale per tutto".

da *Cristalli di neve, fiocchi di cotone. Turchia, terra di incontri e di frontiere*, di Roberto Ugolini, ed. EMI, pp. 185-189.

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:15 Pagina 16

L'**ascolto** nasce da un **cuore** liberato

Intervista a don Gian Luca

Carrega, responsabile della pastorale della Cultura e incaricato per la pastorale delle persone omosessuali della diocesi torinese: "Dio non parla sempre dagli stessi luoghi. Il nostro compito è andare in cerca della sua voce che si può manifestare nei luoghi più inaspettati e nelle situazioni più inattese".

a cura di Patrizia Spagnolo

Cosa vuol dire ascoltare nel nostro contesto ecclesiale?

Mi pare che il modo con cui ci accostiamo a questo tema sia un po' ingenuo. C'è ancora il pregiudizio che ascoltare sia un esercizio passivo rispetto al parlare, invece richiede un forte dispendio di energie nel tenere a freno la nostra irruenza, cioè il desiderio di intervenire subito per interagire con ciò che stiamo sentendo.
Spesso intuiamo dove vuole andare a parare il nostro interlocutore e quindi tendiamo a precederlo. I social hanno accorciato la tempistica di assimilazione dei contenuti e dunque il tempo dell'ascolto si è fatto più breve, anche nella Chiesa. Questo purtroppo va a scapito della profondità, perché per dire certe cose c'è bisogno di creare le condizioni e quindi di molto più tempo.

Come possiamo imparare ad ascoltare in profondità nei comportamenti quotidiani, spesso condizionati da ignoranza, intolleranza e paura?

Ascoltare è qualcosa che dobbiamo imparare perché non è naturale. Ci hanno insegnato a parlare, ma raramente qualcuno ci ha spiegato come dovevamo ascoltare. L'ascolto nasce da un cuore libero, anzi, da un cuore liberato dalle barriere difensive che tendiamo a innalzare quando temiamo che qualcuno voglia sopraffarci. Intendiamoci, avere paura è umano: non biasimo chi è spaventato all'idea di dover sentire delle opinioni che mettono in discussione le convinzioni che sono maturate col tempo e a cui ci si è affezionati. Per poterlo fare devo essere convinto che quella parola non viene pronunciata per giudicarmi o accusarmi, ma per farmi crescere. E la crescita non è un processo indolore.

Ascoltare le realtà in cui la Parola ci parla significa anche uscire dai soliti ambienti, esplorando nuovi percorsi per sperimentare e trasmettere la bellezza del Vangelo anche a chi dalla Chiesa si sente rifiutato…

Vorrei rispondere citando un episodio curioso nella vita del profeta Elia. Braccato dalla regina Gezabele che ha promesso di fargli la pelle, scappa nel deserto, ma alla fine il Signore lo convince a recarsi al monte Oreb, dove evidentemente ha qualcosa da dirgli. Elia si reca all'appuntamento ed è pronto ad ascoltare la voce del Signore.
Elia assiste a grandi fenomeni, tra cui il vento, il terremoto e il fuoco. Ricordiamoci che Dio aveva parlato a Mosè dal fuoco di un roveto ardente, quindi era del tutto logico che il profeta si aspettasse di udire la sua voce nel fuoco. E invece il Signore gli parlerà dal "sussurro di una brezza leggera" (1Re 19,12) che alcuni traducono anche "voce di un sottile silenzio".

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:15 Pagina 17

C'è una certa ironia nel fatto che Dio parli dal silenzio, ma l'aspetto più importante è che Dio non parla sempre dagli stessi luoghi. Per questo non dobbiamo pensare che siccome il Signore ha parlato da un certo posto continuerà sempre a parlare da lì. Non abbiamo alcuna garanzia che continuerà a farlo, è un Dio nomade a cui piace spostarsi e dunque il nostro compito è andare in cerca della sua voce che si può manifestare nei luoghi più inaspettati e nelle situazioni più inattese.

Nell'ottobre scorso la Chiesa torinese ha avviato un cammino di discernimento per ridisegnare la Chiesa sul territorio. Cosa conta davvero oggi nella vita delle comunità cristiane a fronte delle trasformazioni sociali?

Sono rimasto colpito quando, a fronte della richiesta di un nuovo giro di confronto con i fedeli, diversi parroci hanno replicato dicendo che la gente non vuole più essere ascoltata, ma attende delle risposte.

Forse è vero, ma non sono così convinto che noi abbiamo delle risposte all'altezza di queste domande. Dovremo arrivare a delle scelte, questo è ovvio, ma temo che molti abbiano vissuto questo passaggio della fase narrativa come uno stadio preliminare per arrivare a delle conclusioni. Ma così si dimentica che il dialogo e quindi l'ascolto è parte costitutiva di questi processi di trasformazione.

Da dove arrivano le soluzioni? Nella Scrittura c'è un episodio interessante, quello di Susanna che sta per essere condannata a morte dal giudizio popolare, ma è grazie ad una sola persona, il giovane Daniele, che viene a galla la verità. Lui vedeva più lontano degli altri, ma è stato grazie all'ascolto del suo metodo di interrogatorio che fu salvata una vita innocente. La morale mi sembra che sia ascoltare tutte le voci possibili, anche quella di un ragazzo.

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:15 Pagina 18

Il **tesoro** più **grande**

"Con la lettura e lo studio dei sacri libri 'la parola di Dio compia la sua corsa e sia glorificata' (2 Ts 3,1), e il tesoro della rivelazione, affidato alla Chiesa, riempia sempre più il cuore degli uomini. Come dall'assidua frequenza del mistero eucaristico si accresce la vita della Chiesa, così è lecito sperare nuovo impulso alla vita spirituale dall'accresciuta venerazione per la parola di Dio, che 'permane in eterno' (Is 40,8; cfr. 1 Pt 1,23-25)".

Dei Verbum, 26

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:15 Pagina 19

La Parola in piola

Presso la parrocchia torinese di Nostra Signora della Salute, in una piola libreria, dal 2019 si riunisce un gruppo biblico che sperimenta un nuovo percorso di ascolto e accoglienza. Un luogo insolito dove condividere la Parola anche con coloro che, usciti dalla Chiesa per motivi diversi, attendevano una possibilità per riavvicinarsi.

di Catia Bruzzo e Stefania Dessí

L'ascolto della Parola dovrebbe essere uno dei cardini della nostra vita cristiana e sentirsi ascoltati e accolti è umanamente molto importante. Il gruppo biblico "in piola", per essere precisi "in piola libreria", è un luogo particolare che accoglie gli incontri quindicinali guidati da don Franco Pairona, parroco del santuario torinese di Nostra Signora della Salute.
L'ambiente familiare e accogliente, la confidenza sempre maggiore fra noi e il desiderio di condividere la Parola hanno un punto di partenza: nel dicembre 2019 si è deciso di seguire le parole di papa Francesco che nell'esortazione apostolica "Christus Vivit" spinge la Chiesa a uscire dai soliti ambienti rassicuranti, ma talvolta asfittici, per osare nuovi percorsi in luoghi diversi come appunto una piola.
Perché farlo? Nella speranza di arrivare a chi magari non si riuscirebbe a raggiungere altrimenti. L'obiettivo è stato centrato, infatti siamo un gruppo eterogeneo: qualcuno già immerso nella vita parrocchiale, altri usciti dalla Chiesa per motivi diversi e che attendevano una possibilità per riavvicinarsi.
Per la Chiesa di oggi è essenziale ricordarsi dei lontani, del loro bisogno di essere ascoltati e del loro desiderio di essere accolti e ri-accolti.
L'analisi di un brano delle letture della domenica che segue il mercoledì dell'incontro, grazie all'esegesi di don Franco, riesce a portarci all'ascolto condiviso della Parola. Una partecipazione sempre più attiva ci ha resi più consapevoli, più coinvolti nell'ascolto della sacra scrittura durante la messa, più propensi a interessarci, a capire, a porre domande e a pregare meglio.
Leggere insieme la Parola di Dio può spalancare prospettive inaspettate in ognuno di noi con ritmi, necessità e sensibilità diversi, ma con la consapevolezza di essere accolti ognuno con le proprie caratteristiche in una Chiesa che può tornare a essere madre con le braccia e le porte spalancate. Anche passando attraverso spazi nuovi e insoliti come, ad esempio, una piola libreria di periferia.

Le registrazioni degli incontri del gruppo biblico "in piola" si possono trovare sul canale YouTube Franco Pairona.

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:15 Pagina 20

Famiglia

"Sta scritto: non di solo pane vivrà l'uomo, ma di ogni parola che esce dalla bocca di Dio" (Mt 4,4)

Stiamo iniziando il cammino che ci conduce alle fondamenta della nostra fede, la Pasqua. Noi siamo uomini e donne di Dio, sposi in Cristo, famiglie aperte allo Spirito. In queste settimane saremo chiamati a mettere in atto delle piccole conversioni che ci aiuteranno a vivere sempre più nel mondo come testimoni credibili dell'Amore di Cristo per ogni persona. La prima conversione a cui siamo chiamati è quella all'ascolto della Parola che Dio ci rivolge qui e ora per il bene della nostra vita. Ascoltare Dio richiede non solo la capacità di discernimento, ma il coraggio di lasciarsi «sconvolgere la vita» da ciò che il Padre ci sta chiedendo.
La Parola ci sorprende sia per ciò che enuncia sia per come ci viene enunciata. Sicuramente la Scrittura è Parola di Dio che va ascoltata, ma il Signore utilizza anche altri canali: in primis il coniuge messo al nostro fianco per aiutarci a divenire «santi», poi i nostri figli che riescono a dirci la verità su di noi con la loro schiettezza, infine ogni persona che incontriamo nel nostro quotidiano che con la sua vita ci può stupire e sconvolgere.

IMPEGNO DI COPPIA In questa settimana, proviamo ad ascoltare le persone che vivono intorno a noi, le quali, attraverso le parole, i gesti, i silenzi, ci indicano strade di conversione per il bene della nostra vita.

Giovani

Ho un cuore disponibile all'ascolto?

Come trasformare un contatto in un autentico incontro? La soglia di ogni incontro è la disponibilità ad una relazione, che si attua nella disposizione a un ascolto attento e rispettoso dell'altro, non giudicante e accogliente, che lo sappia mettere al centro. Questo ascolto comincia dalla capacità di "stare", dal desiderio di essere semplicemente presenti e accoglienti, prima della premura di dover "fare" qualcosa di significativo. È un "saper stare" che comincia necessariamente prima dell'incontro, un'attesa del cuore a ricevere la novità che l'altro, arrivando, potrà portare.
Questo ascolto non viene naturalmente, ma richiede impegno, attenzione ed esercizio. Si nutre prevalentemente di silenzio. È il silenzio di chi ascolta con rispetto, senza giudicare, senza voler cambiare o correggere immediatamente l'altro, lasciandolo libero di esprimere se stesso. È il rispetto che lascia esposti alla realtà degli altri, ci chiede di abbassare le difese e, al limite, lasciarsi colpire. È il silenzio del gesto attento, della premura e della presenza delicata che invitano ad aprirsi senza pressioni o forzature.

Preghiera per anziani e malati

Signore, noi viviamo della tua parola.
Ci precede, ci accompagna e ci guida.
Ti affidiamo tutti quelli che sono nella strada del dolore.
Possano dire con Te : "Come vuoi Tu".
Possano essere con Te quando gridano: "Perché mi hai abbandonato?".
Possano sempre vederle, le Tue braccia spalancate.

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:15 Pagina 21

Seconda settimana di quaresima
5-11 marzo

Alzatevi e non temete

Mt 17,17

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:15 Pagina 22

L'ascolto esige **sincerità**

Preghiera dei fedeli

Ascolta la voce del Signore,
porgi l'orecchio del tuo cuore.

Signore, tu che sei il Dio della storia,
aiutaci a camminare fedelmente
attraverso le sofferenze
e le gioie di questa vita,
per leggere i segni dei tempi
e per raggiungere un giorno Tuo Figlio,
che ora è nella Tua luce.

La risposta dei tre apostoli al manifestarsi di Gesù è duplice. Prima vivono un senso di pace, poi di terrore. Queste reazioni si collocano agli estremi di una relazione ed è curioso come vengano vissute quasi nello stesso istante. Gesù si mostra splendente ed è dichiarato figlio di Dio, si manifesta cioè nella sua vera natura. Ma in una relazione "normale", vissuta ogni giorno, non si riesce a vedere l'altro nella sua interezza, nel suo essere più profondo. Non riusciamo a vedere l'essenza di una persona, il cuore da cui tutto si origina, neanche se si tratta di noi stessi. Ci sono molti modi per scavare, dalla psicologia alla filosofia all'arte, ma vediamo sempre dei frammenti. Scopriamo, di noi e dell'altro, un pezzo alla volta.

Per questo gli apostoli non sanno come reagire di fronte alla manifestazione vera di Gesù. Perché vivere una relazione di sincerità e verità assoluta esce dall'esperienza umana, non è contemplata in una relazione a due, per quanto profonda possa essere.

Eppure, prima di esigere di essere ascoltato, Gesù si mostra. L'ascolto totale necessita di sincerità totale. Non c'è altra via.

In una relazione sincera si può parlare di ciò che si è vissuto. Il resto, spesso, è poco più che speculazione. I legami che viviamo ci coinvolgono nella misura in cui riusciamo ad essere sinceri e a sentire l'altro come autentico. Sono quelli in cui riusciamo a percepire una risonanza, quando la presenza dell'altro ci fa vibrare.

Le parole dette sono un mezzo perché alcuni pezzi della vita di uno si tocchino con quelli dell'altro. Solo nella sincerità del vissuto ci si riesce a trovare. E l'ascolto dell'altro presuppone la sincerità di noi stessi. Non può esserci un legame a senso unico. Gesù ha un legame privilegiato con i tre apostoli e fa loro un dono. Vedere la verità splendente davanti a sé dev'essere stata un'esperienza unica. Ed è un dono che tocca, che non può lasciare indifferenti. E' un invito ad andare oltre, un invito alla sincerità.

Alberto Boriano, fisico

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:15 Pagina 23

La forza dell'amore

Avrebbero certamente fatto volentieri a meno di essere i Giulietta e Romeo d'Afghanistan. Ma non sempre si può scegliere, soprattutto quando certe decisioni non si possono prendere liberamente perché bisogna sottostare alla volontà della famiglia.

Molti anni fa, in un villaggio afghano abitavano Esmetullah, 18 anni, e Parvin, una ragazza di 16. Essendo vicini di casa, giorno dopo giorno, mese dopo mese commisero la grave "colpa" di innamorarsi. Difficilissimo potersi incontrare, lei infatti poteva uscire di casa solo accompagnata da un parente maschio. Riuscivano a vedersi e parlare un po' nei momenti in cui lei andava a prendere l'acqua alla fontana del villaggio. Era diventata quella la loro quotidianità di un ricercarsi clandestino.

Le famiglie dei due ragazzi erano da molto tempo in conflitto per questioni legate al pascolo di pecore e capre.

Parvin era in età da marito e il padre della ragazza ha già deciso a chi darla in sposa. Grande festa per il matrimonio … Grande tristezza per i due innamorati che vorrebbero vivere insieme, lontano dagli obblighi della tradizione.

Parvin si sposa e ha un bambino, Soheil. Due anni dopo la nascita del piccolo, però, il marito muore.

Il giorno in cui il padre di lei si allontana da casa alcuni giorni per andare nel capoluogo della provincia, si presenta il momento adatto per tentare la fuga. Esmetullah, Parvin e Soheil in brevissimo tempo si ritrovano insieme sulla strada per Kabul, dove lui ha dei parenti a cui chiedere ospitalità. La fuga non è facile, soprattutto finché sono ancora nei paraggi del villaggio dove tutti li conoscono. La fortuna comunque li aiuterà, ma solo fino a Kabul, perché la sperata ospitalità dei parenti di Esmetullah sarà negata per evitare uno scandalo familiare.

Rimanere a Kabul era impensabile, perché la famiglia di Parvin doveva riparare l'onta subita ed era già alla ricerca dei due. Questo significava dover di nuovo scappare rapidamente il più lontano possibile, perché ogni tempo, ogni epoca, ogni storia di vita ha il suo Erode di turno.

Durante il viaggio di fuga, che durò alcuni mesi, Esmetullah riuscì a guadagnare qualcosa grazie a lavoretti saltuari. Nel 2009 abbiamo conosciuto questa famiglia a Van, dov'era arrivata dopo aver attraversato buona parte dell'Afghanistan, dell'Iran e le montagne che lo separavano dalla Turchia. Abbiamo stretto una bella amicizia, proprio grazie al piccolo Soheil, nato con una grave malattia neuromuscolare.

A differenza di Romeo e Giulietta, questa storia ha una lieta continuazione perché grazie all'amore e al coraggio di Esmetullah e Parvin si è aperto per loro e per Soheil un nuovo capitolo di vita.

da *Cristalli di neve, fiocchi di cotone. Turchia, terra di incontri e di frontiere*, di Roberto Ugolini, ed. EMI, pp. 45-47.

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:15 Pagina 24

“Facciamo qualcosa **insieme**?”

Di fronte agli sconvolgimenti di questi anni, come ascoltare il mondo? Quali sono gli elementi di speranza per non lasciarsi schiacciare dagli eventi? Lo chiediamo a Isabella Brianza, credente impegnata a dare un’impronta cristiana in quegli spazi dove qualcosa si può fare.

di Patrizia Spagnolo

Un mondo sempre più violento, un’emergenza climatica e ambientale che si aggrava di giorno in giorno, l’aumento delle disuguaglianze e dell’ingiustizia, la pandemia, la crisi energetica… Come non sentirsi spaesati, inadeguati, angosciati di fronte a quanto accade intorno a noi? Eppure, ascoltare il mondo significa capire cosa ci sta dicendo per coglierne sfide e cambiamenti, significa non lasciarsi sopraffare dalla paura e dal senso di impotenza. Perché se c’è paura, non c’è ascolto ma difesa.

Isabella Brianza ha lavorato 12 anni in PerMicro (società torinese che eroga microcrediti con la mission dell’inclusione sociale attraverso l’inclusione finanziaria), è nata e cresciuta in Azione Cattolica, fa parte della fraternità francescana “Evangelii Gaudium”, è appassionata dell’enciclica “Laudato Si’ di papa Francesco (i cui temi porta in giro ovunque, assieme al marito e alla fraternità, perché arrivino al maggior numero possibile di persone) e dal 2021 è consigliera e capogruppo della lista civica “Torino domani” presso la Circoscrizione 1 di Torino. Tutte attività confluite in un unico percorso centrato sull’ascolto del mondo, vicino e lontano.

Non possiamo restare a guardare

Isabella ascolta e guarda il mondo con gli occhi e l’entusiasmo di chi vuole cambiarlo, “di chi non vuole restare passivo di fronte agli sconvolgimenti degli ultimi anni, a un crescente degrado ambientale e umano, a un modello economico insostenibile che accentua le disuguaglianze e produce scarto – dice –. Un modello che non stiamo mettendo in discussione ma anzi è dominante e ci vuole persone sole, ognuna concentrata sulle proprie fatiche quotidiane e sulla propria dimensione. E in questa dimensione ci sentiamo impotenti, incapaci di migliorare le cose”.

Le chiediamo: in questo contesto, cosa potrebbe e dovrebbe fare un cristiano? “Abbiamo davvero una grossa opportunità – risponde –. Se davvero

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:15 Pagina 25

ci sentiamo innestati in Cristo e in una fraternità universale, non possiamo restare a guardare. Dobbiamo ascoltare le tante grida di questa società: il grido del Sud del mondo, di chi è solo, di chi è povero, anche culturalmente, dei migranti climatici… Dobbiamo riflettere sul fatto che il nostro stile di vita qui ha un costo molto alto in luoghi lontani ma anche noi iniziamo a vederne le conseguenze, ad esempio la siccità e l'innalzamento della temperatura".

"Tutte queste grida sono forti – continua – e il rischio che corriamo come cristiani è di leccarci le nostre ferite di Chiesa più piccola, che fa fatica e ha paura di crollare, anziché avere il coraggio di andare nel mondo, in tutti gli ambiti, e occuparci della cosa comune. Non dobbiamo ascoltare solo le grida ecclesiali, ma siamo chiamati a non perdere quegli spazi (politici, economici, finanziari, sociali, culturali) dove possiamo dare un'impronta cristiana. Non ci dimentichiamo delle persone scartate".

I tanti fiori della prossimità

La determinazione di Isabella e la consapevolezza che le cose si possono migliorare sono state rafforzate dalla sua esperienza politica. "All'inizio – confessa – ero distante dalla politica, mi sembrava complessa, ma poi mi sono detta che se non entriamo dove si può decidere non possiamo poi lamentarci. Mi piacerebbe scuotere il fratello e dirgli di non rimanere bloccato nella tristezza per la situazione intorno a noi, di non guardarsi l'ombelico, ma di uscire. È questo un modo anche per verificare il nostro livello di vitalità e vivacità".

E dal suo osservatorio, come credente e come persona impegnata nel sociale e in politica, Isabella Brianza coglie due elementi di speranza. Il primo: "Ci sono tante realtà – dice – che provano a tenere coesa la popolazione e la città, associazioni e gruppi che promuovono iniziative per far uscire la gente dall'isolamento. Se guardiamo fuori, scopriamo che già ci sono tante esperienze di singoli e comunità che si spendono per gli altri e vivono la prossimità".

Il secondo: "La famiglia umana non potrà tutta orientarsi al bene – continua –, ma ci sono tanti credenti che provano a vivere il loro impegno e servizio senza recriminazioni, liberi e senza la paura del risultato. Vivono la prossimità, la passione per gli altri senza l'ansia di prestazione, ma cercano di essere onesti con se stessi sui frutti del loro operato".

L'ascolto oltre la cronaca

Ascoltare il mondo significa anche andare oltre un'informazione parziale, basata sulla cronaca che quotidianamente riporta tragedie che ci lasciano sbigottiti ma che non ci aiuta a compiere il passo successivo, quello della consapevolezza. "Dobbiamo avere il coraggio, la voglia e la pazienza – sottolinea Isabella – di andare oltre, di studiare, di avere più fonti di informazione. I giornalisti non possono sottrarsi a questa responsabilità e i cristiani non possono essere passivi di fronte alla cronaca che ci sprofonda nella depressione e ci fa sentire impotenti. E da questo sentire depresso possiamo uscirne non da soli, ma insieme, in una dimensione di Chiesa dove ognuno mette in campo le proprie energie e competenze. Come sarebbe bello se ogni fratello si alzasse e facesse la sua parte e invitasse altri fratelli a fare qualcosa insieme, ad aprire lo sguardo".

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:15 Pagina 26

Per una società **umana**

"Ai nostri giorni l'umanità, presa d'ammirazione per le proprie scoperte e la propria potenza, agita però spesso ansiose questioni sull'attuale evoluzione del mondo, sul posto e sul compito dell'uomo nell'universo, sul senso dei propri sforzi individuali e collettivi, e infine sul destino ultimo delle cose e degli uomini.

Per questo il Concilio, testimoniando e proponendo la fede di tutto intero il popolo di Dio riunito dal Cristo, non potrebbe dare una dimostrazione più eloquente di solidarietà, di rispetto e d'amore verso l'intera famiglia umana, dentro la quale è inserito, che instaurando con questa un dialogo sui vari problemi sopra accennati, arrecando la luce che viene dal Vangelo, e mettendo a disposizione degli uomini le energie di salvezza che la Chiesa, sotto la guida dello Spirito Santo, riceve dal suo Fondatore. Si tratta di salvare l'uomo, si tratta di edificare l'umana società".

Gaudium et Spes, 3

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:15 Pagina 27

“Love food”, i frutti dell’ascolto

Nel 2018 a Settimo Torinese nasce “Casa Betania”, il Centro d’Ascolto Caritas interparrocchiale, attivo sull’Unità Pastorale 28. Impegnato innanzitutto a riconoscere e valorizzare la dignità di ogni persona e poi a instaurare e coltivare una relazione di prossimità, il centro, che collabora con i servizi e numerose realtà del territorio, è diventato un volano di altri progetti, tra cui “Love food”.

di Pasquale dell’Aquila
Coordinamento Caritas Settimo Torinese

“Love food” è un progetto assai originale, che potremmo definire di “carità creativa”, nato ancora una volta dall’ascolto: dall’ascolto della povertà alimentare e della fame di dignità, ma anche dall’ascolto del desiderio di tante persone e realtà di camminare accanto a chi fa più fatica.
Si tratta di un progetto che coniuga la solidarietà, l’inclusione sociale, la formazione, la sostenibilità alimentare e la lotta allo spreco. Le eccedenze di alimenti freschi e freschissimi che diventerebbero inevitabilmente scarti vengono consegnate dai supermercati cittadini alle Caritas parrocchiali, che poi le distribuiscono a persone in difficoltà.
Una volta la settimana, tali prodotti vengono ritirati, presso le parrocchie, dagli studenti del primo e del secondo anno della Scuola Alberghiera dell’Enaip (Ente Nazionale Acli Istruzione Professionale) di Settimo. Per tutto il periodo scolastico, da ottobre a maggio, i ragazzi, assieme ai loro insegnanti, in base ai prodotti di cui dispongono preparano un menu comprensivo di antipasto, primo, secondo, contorno e dessert, per 120 pasti. Oltre alle eccedenze, vengono utilizzati altri ingredienti necessari, in parte acquistati grazie al contributo del Rotary cittadino e in parte offerti da un’azienda agricola locale. Inoltre, un supermercato di Settimo dona grandi quantità di uova, mentre un’altra ditta del territorio fornisce gli imballaggi riciclabili per il trasporto.
All’ora del pranzo, un’organizzatissima squadra di volontari ritira i pasti a scuola e li consegna alle famiglie segnalate dalla Caritas. Gli studenti sono anche accompagnati da Casa Betania e dalla Gioc in un percorso di formazione all’ecosostenibilità e alla lotta allo spreco alimentare, mentre gli scout di Settimo hanno preparato il materiale informativo per la divulgazione del progetto. Un bell’esempio, insomma, di economia circolare e di collaborazione tra realtà molto diverse tra loro, ma tutte desiderose di farsi accanto in maniera creativa a chi è nel bisogno.
“Fate attenzione, dunque, a quello che ascoltate” (Mc 4,24). Perché l’ascolto di quel Dio che si è fatto carne, che è entrato nella storia e che quindi ci parla anche attraverso le situazioni e le persone, è sempre generativo di bene e il bene è sempre diffusivo.

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:15 Pagina 28

Famiglia

"Alzatevi e non temete" (Mt 17,7)

Quante volte abbiamo vissuto momenti di fatica e sofferenza all'interno della nostra relazione di coppia, o forse li stiamo vivendo in questo periodo. Quando si vive una crisi tutto sembra difficile, complesso, a volte non si riesce ad intravedere una via d'uscita e la fatica e la paura ci fanno «sedere e fermare».
«Alzatevi e non temete» dice il Signore, non perdete la speranza, abbiate il coraggio di vedere oltre il buio della tomba e cercate la luce del Risorto. Il Signore sa che da soli facciamo fatica a vedere oltre il buio, allora manda i suoi angeli a portare la speranza, angeli che hanno la sembianza di una coppia di amici, di un prete, di un collega, di un professionista. Come diventa importante sapersi fidare e affidare, ascoltando storie di risurrezione e speranza, storie che ci aiutano a vedere la coppia bella che possiamo essere domani, anche quando sembrerebbe non esserci un domani.

IMPEGNO DI FAMIGLIA In questa settimana, facciamo memoria di un momento di fatica e di come lo abbiamo superato, pensiamo alle persone che ci hanno aiutato e ringraziamo il Signore per questi «angeli» che ha messo sul nostro cammino.

Giovani

Ho un cuore disponibile al coinvolgimento?

L'incontro e l'ascolto richiedono necessariamente un pieno coinvolgimento personale. Un coinvolgimento doppio, che ci rimanda, a un tempo, al Signore e gli altri. È il Signore che desidera coinvolgersi con noi donandoci la Sua grazia, che vuole essere nostro amico e ci chiede soltanto di lasciarci amare (CV 250-115). È un'amicizia che si vive con la preghiera, la partecipazione ai Sacramenti e il desiderio di formazione personale.
Questo coinvolgimento riguarda l'intera persona, con le sue fragilità, insicurezze, dubbi e insieme le risorse e potenzialità, è una richiesta di mettersi costantemente in cammino, di lasciarsi animare dallo Spirito. E la comunione con Cristo passa necessariamente attraverso la comunione con la Chiesa. L'esperienza piena per l'incontro con Dio nella Chiesa si compie nella partecipazione alla messa e a tutti i sacramenti della Chiesa. Dopo la soglia dell'incontro e la disponibilità al silenzio siamo dunque chiamati a coinvolgerci più profondamente con il Signore, per poterci coinvolgere con chi ci sta accanto, attraverso il coinvolgimento con una comunità concreta.

Preghiera per anziani e malati

Signore, che ci rialzi e ci dici: "Non temete".
Ti preghiamo per tutte le persone che soffrono nel corpo e nell'anima,
nella solitudine della malattia e nel crepuscolo della vecchiaia.
Trovino la Tua mano. Pronta, amica: ad ogni caduta, ad ogni ricaduta.
Trovino la forza nella Tua debolezza totale sul Calvario.

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:15 Pagina A

BACK TO GOD

TORNARE A DIO...

IL CAMMINO DI QUARESIMA DEI RAGAZZI

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:15 Pagina B

Cari ragazzi,

all'inizio della quaresima staccate l'inserto e attaccatelo con una calamita al frigorifero, oppure vicino alla vostra scrivania... insomma, in un posto bene visibile.

È una traccia per il cammino di quaresima.

Prima di avventurarvi, cercate un vecchio zaino o una borsa di stoffa, quelle dei supermercati andranno benissimo. Potete chiedere alla mamma, oppure potete costruirne voi una con il cartoncino o con altro materiale.

Qui, ad esempio, trovate un video che spiega come fare:

https://www.youtube.com/watch?v=ExN4ejcgafM.

Personalizzatela con la vostra fantasia!

Ogni settimana, riunitevi in famiglia, accedente una candela e

- leggete la Parola di Dio: è la luce che illumina i nostri passi
- mettete nello zaino quello che viene indicato: ci aiuta a camminare
- pregate con la frase che trovate scritta: con l'aiuto di Dio e il nostro impegno possiamo fare cose grandi

Al termine, pregate insieme il Padre nostro.

Buon cammino, cari amici!

Scansiona questo codice per costruire la borsa di cartoncino

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:15 Pagina C

...ERI

...camera
...prega
...uel luogo

...tua Parola,

...e la tua
...ntra nella
...a Preghiera,

...RESIMA

... | *Mt 4,1-11*

...scritto: Non di solo pane
...l'uomo, ma di ogni parola
...sce dalla bocca di Dio".

...io zaino metto:
...zzo di pane.

...: 40 giorni per passare del
... ad amarti meglio, Gesù.
...rni per passare del tempo
...e. Sostienimi con la tua

...nta-
...ce".

...te

DOMENICA DELLE PALME

2 aprile | *Mt 21,1-11*

"La folla era numerosissima. Alcuni stendevano sulla strada i loro mantelli (...) La gente gridava: "Osanna! Gloria al Figlio di Davide!".

Tengo saldamente il mio zaino; il sentiero è difficile, ripido ma sicuro perché Gesù stesso mi apre la strada.

Prego: Gesù, ti chiedo di passare attraverso la mia vita! Vorrei vivere come tu vivi.

V DI QUARESIMA

26 marzo | *Gv 11,1-45*

"Quando Marta sentì che veniva Gesù, gli andò incontro. (...) "Signore, se tu fossi stato qui, mio fratello non sarebbe morto!"(...) Gesù le disse: "Tuo fratello risorgerà".

Nel mio zaino metto: un paio di scarpe.

Prego: Anch'io voglio camminare verso te con il passo della fiducia e voglio credere che tu sei fonte di vita.

III DI QUARESIMA

12 marzo | *Gv 4,5-42*

"Se tu conoscessi il dono di Dio e chi è colui che ti dice: "Dammi da bere!",tu stessa gliene avresti chiesto ed egli ti avrebbe dato acqua viva".

Nel mio zaino metto: una borraccia.

Prego: Fammi gustare, Signore, l'acqua del tuo pozzo: l'acqua pura della Vita.

IV DI QUARESIMA

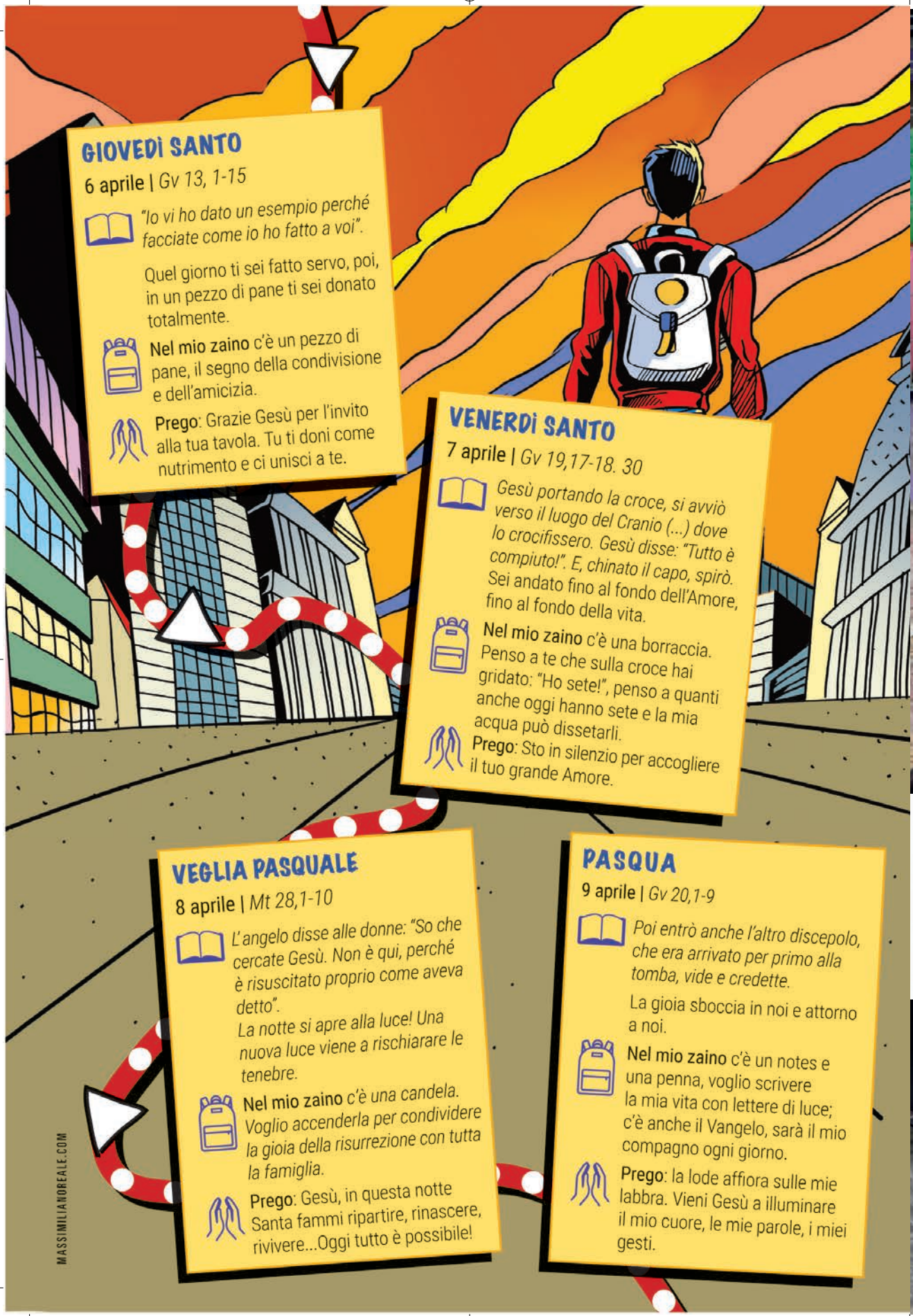
19 marzo | *Gv 9,1-41*

"Passando vide un uomo cieco dalla nascita (...) Va' a lavarti nella piscina di Siloe". Quegli andò, si lavò e tornò che ci vedeva. (...) Ed egli disse: "Io credo, Signore!".

Nel mio zaino metto: un notes e una penna.

Prego: Fa' che i miei occhi non siano ciechi. Fammi vedere l'amore che mi circonda.

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:15 Pagina D



GIOVEDÌ SANTO

6 aprile | *Gv 13, 1-15*

"Io vi ho dato un esempio perché facciate come io ho fatto a voi".

Quel giorno ti sei fatto servo, poi, in un pezzo di pane ti sei donato totalmente.

Nel mio zaino c'è un pezzo di pane, il segno della condivisione e dell'amicizia.

Prego: Grazie Gesù per l'invito alla tua tavola. Tu ti doni come nutrimento e ci unisci a te.

VENERDÌ SANTO

7 aprile | *Gv 19,17-18. 30*

Gesù portando la croce, si avviò verso il luogo del Cranio (...) dove lo crocifissero. Gesù disse: "Tutto è compiuto!". E, chinato il capo, spirò.
Sei andato fino al fondo dell'Amore, fino al fondo della vita.

Nel mio zaino c'è una borraccia. Penso a te che sulla croce hai gridato: "Ho sete!", penso a quanti anche oggi hanno sete e la mia acqua può dissetarli.

Prego: Sto in silenzio per accogliere il tuo grande Amore.

VEGLIA PASQUALE

8 aprile | *Mt 28,1-10*

L'angelo disse alle donne: "So che cercate Gesù. Non è qui, perché è risuscitato proprio come aveva detto".
La notte si apre alla luce! Una nuova luce viene a rischiarare le tenebre.

Nel mio zaino *c'è una candela. Voglio accenderla per condividere la gioia della risurrezione con tutta la famiglia.*

Prego: Gesù, in questa notte Santa fammi ripartire, rinascere, rivivere...Oggi tutto è possibile!

PASQUA

9 aprile | *Gv 20,1-9*

Poi entrò anche l'altro discepolo, che era arrivato per primo alla tomba, vide e credette.

La gioia sboccia in noi e attorno a noi.

Nel mio zaino c'è un notes e una penna, voglio scrivere la mia vita con lettere di luce; c'è anche il Vangelo, sarà il mio compagno ogni giorno.

Prego: la lode affiora sulle mie labbra. Vieni Gesù a illuminare il mio cuore, le mie parole, i miei gesti.

MASSIMILIANOREALE.COM

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:15 Pagina 29

Terza settimana di quaresima
12-18 marzo

Chiedi da bere a me?

Gv 4,9

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:15 Pagina 30

L'acqua che **disseta**

Preghiera dei fedeli

Ascolta la voce del Signore,
porgi l'orecchio del tuo cuore.

Signore, che ascolti
gli oppressi e gli esclusi,
donaci la grazia di ascoltare
il grido dei poveri
e i gemiti del mondo
affinché prendiamo coscienza
dei nostri pregiudizi
e vi poniamo rimedio

Gesù arriva stanco dal viaggio quando il sole ormai picchia e si trova ai piedi di un pozzo. Si avvicina una donna del posto ed egli, noncurante delle opinioni razziste rese ancora più vive dai dissapori centenari fra le due etnie, chiede da bere ad una samaritana, ad una donna.

Fa specie vederla attingere al pozzo proprio a quell'ora. Perché? E' distratta o c'è qualcosa che ancora non sappiamo? Il pozzo nella tradizione biblica è il luogo degli incontri. Qui si flirta e ci si mette d'accordo per i futuri matrimoni. Quest'uomo che le chiede da bere vorrà solo dissetare la sua sete di acqua o non pretenderà di dissetarsi anche della donna?

La donna, che vuole capire bene se il suo interlocutore stia flirtando con lei, lo stuzzica. Ai suoi orecchi, Gesù le sta offrendo di soddisfare la sua sete di affetto e di maternità. Gesù le legge dentro e le rivela tutto il suo dolore, la sua voglia di essere amata fino in fondo, i suoi fallimenti nella sfera degli affetti. Gesù non la giudica, ma con discrezione la mette di fronte alla sua realtà di dolore e di precarietà.

La donna intuisce la grandezza del suo interlocutore e alza il tono del discorso. C'è in lei la voglia che costui possa essere colui che le fa dare una svolta, che le porti la salvezza di fronte alla sua arsura dell'anima, che sia l'atteso che può rendere presente Dio anche in chi da quella cultura è visto indegno di Lui.

La donna molla lì la brocca. C'è un cambiamento profondo in lei e lo testimonia intorno a sé. Con quel suo parlare che dice e tace, mette la pulce nell'orecchio alla gente: c'è un uomo, il quale le ha detto quello che lei è… lui, uno straniero. Sarà possibile che lui possa essere colui che era atteso dal popolo?

Molti credono alle parole della donna, la missionaria di Samaria, la discepola che non ha lasciato le reti ma la sua brocca… Poi, andando alla fonte e ricevendo l'acqua viva, facendo esperienza di Dio, molti consolidano le loro convinzioni oltre quanto affermato dalla testimone.

padre Fabio Malesa, missionario della Consolata

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:15 Pagina 31

La compassione del soldato

Abbiamo conosciuto e seguito con tanta apprensione le dolorose vicende di una famiglia afghana composta da un padre anziano, la madre e cinque fratelli e sorelle. Le necessità per chi arriva illegalmente sono sempre le stesse: documenti, casa, lavoro, cure mediche. Ne sapeva qualcosa il padre di quella famiglia, Ibrahim, che oltre ad essere anziano era malato a causa di una trasfusione di sangue sbagliata che lo aveva lasciato quasi completamente paralizzato. Era stato molto difficile farlo arrivare dall'Iran fino a Van con mezzi di fortuna.

Come se non bastassero le difficoltà affrontate per arrivare in Turchia, quella famiglia dovette vivere un altro evento di grande dolore quando uno dei figli maschi rimase vittima di un incidente sul lavoro e morì. La responsabilità era chiaramente imputabile al datore di lavoro e ad alcune elementari norme di sicurezza non rispettate. Fu così che il proprietario della fabbrica, consapevole della propria colpevolezza, fece una proposta alla famiglia: se non lo avessero citato in giudizio avrebbe corrisposto una somma importante come indennizzo.

E così da una tragedia nacque un'opportunità … Dopo alcuni giorni di dolorose discussioni decisero di accettare l'offerta, anche perché sapevano bene che la giustizia avrebbe richiesto tempi lunghissimi. … Arrivarono alla conclusione che accettando quella somma avrebbero potuto tentare la carta del viaggio verso l'Europa affidandosi ai trafficanti che da Van li avrebbero portati fino al confine e oltre…

Tra ansie e paure arrivò la temuta notte. Una delle figlie aiutava la madre a muoversi nel buio mentre i tre fratelli con l'altra figlia, presa una coperta, vi misero sopra il padre per trasportarlo di peso, poiché non poteva camminare.

Mentre camminavano, la domanda ricorrente era: "Dove siamo? Avremo superato il confine?". A un tratto, delle grida: "Dur, dur!" (Fermi, fermi!). Da quella parola ripetuta capirono di essere ancora in Turchia.

Stava di fronte a loro un soldato di una quarantina d'anni che non una grossa torcia elettrica li illuminava. Credevano di essere stati attenti … e invece erano arrivati a un capolinea che non serviva a nulla.

Il soldato si avvicinò e per prima cosa vide la ragazza che sosteneva la madre per un braccio. Poi spostò lo sguardo verso i "barellieri" e rimase sbalordito da quello che gli si presentò davanti agli occhi: un uomo anziano trasportato dentro una coperta.

Dopo qualche secondo di silenzio, il soldato, senza dire una parola, così come dal nulla si era materializzato, nel nulla si allontanò…. Non riuscivano a credere a ciò che era successo. La famiglia di Ibrahim era libera di attraversare il confine grazie all'impeto di compassione di uno sconosciuto.

da *Cristalli di neve, fiocchi di cotone. Turchia, terra di incontri e di frontiere*, di Roberto Ugolini, ed. EMI, pp. 49-52.

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:15 Pagina 32

Il grido degli **invisibili**

Il lavoro umano trattato come merce: i "rider", che consegnano i pasti a casa, sono senza volto, al servizio di un algoritmo. Fanno parte dei cosiddetti "working poor", lavoratori poveri e precari. Come aiutarli a superare isolamento e solitudine?

di Patrizia Spagnolo

Il 10 ottobre 2021, all'apertura del Sinodo, il Papa sottolineò: "Quando ascoltiamo con il cuore l'altro si sente accolto, non giudicato, libero di narrare il proprio vissuto e il proprio percorso spirituale. Un vero incontro nasce solo dall'ascolto". Che non significa offrire soluzioni preconfezionate, ma permettere all'altro "di raccontare la propria storia, di parlare di sé con libertà". Tutti vorremmo essere ascoltati così, con il cuore e non solo con le orecchie, soprattutto nei momenti difficili, bui, in cui ci sentiamo soli e disperati e non vediamo via d'uscita, al punto da perdere ogni speranza e desiderio di vita. Com'è accaduto in questi anni, per esempio, a tante persone che a causa della pandemia hanno perso il lavoro. Come accade a coloro che svolgono attività in cui il lavoro umano viene trattato come merce, a coloro che pur avendo un'occupazione sono a rischio di povertà e di esclusione sociale a causa di salari bassi.

Il lavoro schiavo

I cosiddetti "working poor", lavoratori poveri, costituiscono il 25 per cento della popolazione italiana occupata. Tra questi, i "rider", attivi nell'industria del "food delivery", al servizio di algoritmi che garantiscono la massima efficienza. Lavorano a cottimo, più consegne fanno, più guadagnano. Invisibili più di altre categorie per l'individualismo e la spersonalizzazione del loro lavoro e anche perché non sono rappresentati dai sindacati, che fanno fatica ad agganciarli. Più soli perché non hanno rapporti con le persone ma tutto è gestito da piattaforme informatiche. Più isolati perché molti sono stranieri, non conoscono la lingua e non riescono a socializzare neanche coi colleghi.

Il lavoro umano trattato come merce, appunto, e quindi disumanizzante. L'ufficio della pastorale Sociale e del Lavoro della diocesi di Torino da tempo si interroga su come far emergere questi lavoratori. "Vorremmo creare con loro rapporti di fiducia per aiutarli a superare isolamento e solitudine, creando comunità di vicinanza – spiega il direttore Alessandro Svaluto Ferro –. Riteniamo che sia importante affiancare queste persone, in una collaborazione tra i sindacati (da cui i "rider" non si fanno rappresentare per paura di perdere il lavoro) e i volontari, che possono stabilire una relazione con queste persone, ascoltarle, accompagnarle".

Come è stato con il progetto "Risorse resilienti" realizzato con la Fondazione Operti e l'Agenzia Piemonte Lavoro. Lo scorso anno alcuni volontari sono stati al fianco di 20 lavoratori ex Embraco, che per circa due mesi e mezzo si sono incontrati al Sermig una volta a settimana per rileggere con l'aiuto di psicologi la loro esperienza, per immaginare un nuovo progetto di lavoro e di vita. "Un'iniziativa che vogliamo replicare – sottolinea Svaluto Ferro – perché il rimando che abbiamo avuto è che la vicinanza e il calore sono importanti, secondo un approccio che non è di 'maternage', ma di gratuità".

Foto di Massimo Masone

Veloci, sempre più veloci

Sono "invisibili", ma le strade ne sono piene. Col bello e col brutto tempo, i "rider" corrono giorno e notte da una parte all'altra della città, li vediamo sfrecciare e spesso cadere sul selciato bagnato o ghiacciato, con l'ansia e la pressione di rispettare i tempi, di non perdere le notifiche di assegnazione delle consegne. Lo scorso ottobre, vicino a Firenze, Sebastian, 26 anni, al lavoro per Glovo, fu travolto da un'auto e in occasione dei suoi funerali il parroco don Paolo Tarchi sottolineò come la sete insaziabile di denaro abbia scelto ai nostri giorni "come vettore insostituibile la velocità. La velocità, che sul lavoro prende il nome di lavoro a cottimo, la velocità a cui non interessa il volto della persona e le sue necessità, ma affida ad un algoritmo il rispetto insindacabile dei tempi, la velocità che nella viabilità può mettere a rischio la vita propria e degli altri".

Quella velocità che a noi, però, fa comodo. "Se da un lato c'è il tema dei diritti di questi lavoratori, dall'altro c'è il tema della nostra responsabilità di consumatori. Come cittadini – dice Alessandro Svaluto Ferro – possiamo decidere che di tali servizi non usufruiamo se non c'è rispetto della persona umana. Ma il fascino per le nuove tecnologie, la comodità dell'app e l'immediatezza nel suo utilizzo non ci fanno riflettere su chi c'è dietro, e cioè persone. Diventare più consapevoli non significa rinunciare ai pasti consegnati a casa, ma significa usare certe app e non altre". Significa avere il coraggio di rinunciare, a volte, ad abitudini e vantaggi che danneggiano la dignità di altri.

La costruzione di un'economia a misura d'uomo, che faccia spazio a chi non ha spazio, non si gioca quindi solo sul piano dei diritti ma anche su quello della prossimità e della responsabilità di ognuno. "Il nostro compito – continua il direttore della pastorale del lavoro – è di stimolare le comunità di credenti ad ascoltare ed essere vicine agli 'invisibili', in collaborazione con le istituzioni e con le realtà che di queste persone si devono occupare: senza sostituirsi ad essi, ma farlo insieme. Fare giustizia insieme, che poi è il significato della parola 'sindacato', che proviene dal greco 'dike', giustizia, e 'syn', insieme. Non c'è giustizia insieme se non è insieme agli esclusi di oggi".

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:15 Pagina 34

Il Vangelo rende **liberi**

"Chiunque segue Cristo, l'uomo perfetto, diventa anch'egli più uomo.
Partendo da questa fede, la Chiesa può sottrarre la dignità della natura umana al fluttuare di tutte le opinioni che, per esempio, abbassano troppo il corpo umano, oppure lo esaltano troppo.
Nessuna legge umana è in grado di assicurare la dignità personale e la libertà dell'uomo, quanto il Vangelo di Cristo, affidato alla Chiesa.
Questo Vangelo, infatti, annunzia e proclama la libertà dei figli di Dio, respinge ogni schiavitù che deriva in ultima analisi dal peccato, onora come sacra la dignità della coscienza e la sua libera decisione, ammonisce senza posa a raddoppiare tutti i talenti umani a servizio di Dio e per il bene degli uomini, infine raccomanda tutti alla carità di tutti".

Gaudium et Spes, 41

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:15 Pagina 35

“Io, migrante senza volto”

Jean-René Bilongo è arrivato in Italia dal Camerun nel 2000 e per anni ha lavorato come bracciante e come mandriano nelle campagne del centro-sud. Oggi è responsabile del Dipartimento politiche migratorie della Federazione lavoratori agroindustria della Cgil.

di Jean-René Bilongo

Caporalato, sfruttamento, abusi. Un trittico che ho conosciuto anch’io, nella mia esperienza umana di migrante. Già. Ero un invisibile, come tanti, arrivato in Italia in cerca di prospettive, animato da tanta voglia di calarsi nel presente e proiettarsi fiduciosamente nel futuro.

La mia innata carica di ottimismo cozzava però con l’inclinazione a voler approfittare della fragilità intrinseca alla condizione di migrante. Ricordo le levatacce all’alba, le pedalate al buio, sulla mia sgangherata bicicletta, in cerca di occasioni di lavoro. Ricordo i furgoni, usati come carro-bestiame, che ci portavano al lavoro. Ricordo le estenuanti giornate di lavoro – dall’alba al tramonto – per la raccolta del pomodoro, delle angurie o delle patate. Si era pagati a cottimo, in base allo sforzo fisico: più si raccoglieva questo o quel prodotto della terra, più si poteva sperare di racimolare qualche spicciolo dal caporale.

Ricordo le affannose transumanze, qua e là, inseguendo il ciclo delle colture. Ricordo la soffocante angoscia che mi inseguiva, come un’ombra, nella mia condizione di “clandestino”. Ancora oggi, come ieri, le frustrazioni sociali sembrano individuare nello straniero la perfetta valvola di sfogo, in un clima di caccia alle streghe.

Tanti anni dopo, il paradigma è immutato. Con fatica, la consapevolezza è cresciuta e l’Italia si è dotata di norme stringenti per contrastare la deriva, ma il fenomeno dello sfruttamento continua a mietere vittime, autoctoni e migranti. Le stime dell’Osservatorio Placido Rizzotto quantificano in 230 mila gl’imbrigliati nelle forche caudine dello sfruttamento in agricoltura.

Alcune intercettazioni danno lo spaccato dei soprusi, della dignità violentata: c’è chi ordina di dissetare “le scimmie con l’acqua del canale di scolo”; c’è pure chi, malvagiamente, si definisce “maschio dominante” nella dialettica con i lavoratori. Ricorrono gli assalti libidinosi di padroni-predoni sulle lavoratrici. Poi le tante vite spezzate. E condizioni di vita ripugnanti negli accampamenti rurali informali che da nord a sud destano il sentenzioso sospetto che i prodotti agricoli siano insudiciati dal sangue e dal sudore degl’invisibili.

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:15 Pagina 36

Famiglia

"Chiedi da bere a me?" (Gv 4,9)

Ognuno di noi porta con sé dei pregiudizi riguardo ad alcune persone o situazioni in cui si trova. Ci è capitato di non dare retta al coniuge, ai figli, ad un collega o amico, ad alcune persone estranee che abbiamo incontrato, perché in quel momento pensavamo di poter fare da soli, o ritenendo che l'altro non fosse in grado di esserci d'aiuto, che non avesse nulla da insegnarci. Questo nostro atteggiamento di distrazione o di superbia diventa un ostacolo nella relazione di amore, un atto di disistima nei confronti dell'altro, chiunque esso sia, e non ci permette di ascoltare la novità che il Signore porta nella nostra vita.

IMPEGNO DI FAMIGLIA In questa settimana proviamo ad ascoltare coloro che solitamente ignoriamo, con i quali abbiamo poca relazione, con la convinzione che il Signore ci parla anche attraverso di loro.

Giovani

Ho un cuore disponibile all'affidamento?

Coinvolti in una comunità affidabile, occorre lasciarsi aiutare a rileggere la propria storia personale. In questa luce sarà possibile riconoscere il filo rosso della grazia dello Spirito, nella trama spesso accidentata e aggrovigliata dell'esistenza umana. Ogni uomo è una storia che può diventare "storia di salvezza", se accompagnata e sostenuta dalla grazia e dalla presenza di una comunità affidabile.

È la grande avventura del discernimento: "Formare la coscienza è il cammino di tutta la vita in cui si impara a nutrire gli stessi sentimenti di Gesù Cristo assumendo i criteri delle sue scelte e le intenzioni del suo agire (cfr Fil 2,5)". Questa formazione implica il lasciarsi trasformare da Cristo e allo stesso tempo "una pratica abituale del bene, verificata nell'esame della coscienza: un esercizio in cui non si tratta solo di identificare i peccati, ma anche di riconoscere l'opera di Dio nella propria esperienza quotidiana, nelle vicende della storia e delle culture in cui si è inseriti, nella testimonianza di tanti altri uomini e donne che ci hanno preceduto o ci accompagnano con la loro saggezza. Tutto ciò aiuta a crescere nella virtù della prudenza, articolando l'orientamento globale dell'esistenza con le scelte concrete, nella serena consapevolezza dei propri doni e dei propri limiti". (CV 281-282).

Preghiera per anziani e malati

Signore, che chiedi da bere a me.
Tu, che potresti dissetare il mondo intero con un battito di ciglia.
Non lo so perché hai deciso di aver bisogno di noi;
ma lo fai, continuamente.
Trasforma Tu la terra, che io sono, in acqua
per chi ha sete e mi sta vicino.

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:15 Pagina 37

Quarta settimana di quaresima
19-25 marzo

Mi ha aperto gli occhi

Gv 9,30

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:15 Pagina 38

Un popolo di "**guariti**"

Preghiera dei fedeli

Ascolta la voce del Signore,
porgi l'orecchio del tuo cuore.

Signore, che ti riveli
nella fragilità della nostra umanità:
donaci la forza di raggiungere
i nostri fratelli nell'amore
così che la tua luce
illumini tutti gli uomini.

È un Vangelo affollato quello del cieco nato. Ci sono Gesù e i discepoli, il cieco e i suoi genitori, la folla, i farisei. È affollato anche di sentimenti: quelli luminosi della guarigione, quelli oscuri di chi è spaventato o ostile. Uno scenario non dissimile dal nostro quotidiano dove l'incontro con Gesù è subito messo alla prova dell'indifferenza o del dubbio. Quasi un copione teatrale da rimettere in scena in famiglia o in comunità, voce e gesti, una narrazione comprensibile anche ai più piccoli.

Incontriamo il cieco vicino alla piscina. Dopo l'incontro con Gesù è tutto un progressivo movimento: verso la piscina per lavar via la malattia, impegnato nel rispondere alle obiezioni dei farisei, espulso da loro ed infine "ritrovato" da Gesù. Si muovono anche i suoi sentimenti: la fiducia in Gesù, la gratitudine – inscalfibile -, l'affermazione della fede.

Dopo l'incontro con Gesù lo immaginiamo pronto a "partire". Del missionario ha la gioia dell'incontro e la capacità di testimoniare la fede con la vita e la parola. Potrebbe gridare "Io sono una missione" con papa Francesco.

Incontriamo Gesù mentre passa dalla piscina e incrocia il cieco, sollecitato dai discepoli sulle ragioni della cecità: predica, lenisce gli occhi inabili e lo manda a lavar via le sue oscurità. Irrompe di nuovo in scena cercandolo e lo ingaggia in un'alleanza che diventa professione di fede.

Riscopriamo così Gesù vivo tra noi: immaginiamo i suoi piedi in cammino, le mani mischiare il fango, la voce che chiama. Pensiamo alla comunità dell'evangelista, credenti di una giovane chiesa: si saranno sentiti ciechi e persi senza Gesù? Quante obiezioni avranno ricevuto? Quanta paura? Molta, tuttavia, deve esser stata la gioia, se la loro fede è arrivata fino a noi.

Giovanni ci aiuta a sentirci parte di quel popolo di "guariti", che vivono una vita ostinatamente grata, che si sentono chiamati a offrire l'incontro con Lui a tutti, ad ogni latitudine, ad gentes come a Km0.

Emanuela, Nicola, Edoardo e Giacomo Costa,
famiglia missionaria a Km0

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:15 Pagina 39

Una buona notizia

Ci siamo chiesti spesso che cosa potesse spingere una persona a prendere in seria considerazione un'eventuale conversione dall'islam. Poteva capitare che alcune di queste conversioni fossero in un certo senso strumentali, in quanto tra i rifugiati si pensava questo potesse facilitare la concessione di un visto per l'Europa, gli Stati Uniti o il Canada. La maggior parte di quanti abbiamo incontrato ha invece vissuto un incontro con il Signore, al quale è seguito un profondo cammino di fede che li ha portati a prendere una decisione che, in alcuni paesi, li mette anche a rischio della vita.

Anche il pastore Jakub con sua moglie Mina, una coppia iraniana sulla quarantina, si erano convertiti alcuni anni prima al cristianesimo.

Avevano conosciuto a Teheran un pastore evangelico che a sua volta – a rischio della vita poiché in Iran non è consentita alcuna forma di proselitismo – aveva fatto questa scelta missionaria.

Dopo essere finiti in carcere per la loro conversione, una volta liberati Jakub e Mina avevano deciso di lasciare l'Iran. Arrivati in Turchia avevano cominciato a lavorare nella vigna che li aveva accolti – la Chiesa evangelica armena, che ha sede a Londra, con una scuola di studi teologici – per offrire anche ad altri la gioia che la nuova vita aveva loro dato.

Insieme portavano avanti un bel lavoro con i rifugiati afghani e iraniani, sia la domenica con la liturgia della Parola che, tre volte la settimana, con le lezioni di introduzione e approfondimento alla parola di Dio. Uno studio vivo, basato sul quel Vangelo che parla come nessun'altra voce alla realtà della vita di ognuno per portarvi pace, speranza, amore. Proprio un euangelion, una buona notizia.

da *Cristalli di neve, fiocchi di cotone. Turchia, terra di incontri e di frontiere*, di Roberto Ugolini, ed. EMI, pp. 117-118.

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:15 Pagina 40

Il volto di **Dio** va **cercato**

Suor Simona Corrado, superiora generale delle Suore Missionarie dell'Immacolata Regina della Pace: "Un vero ascolto ci fa scoprire che nella storia dell'altro ci sono i segni, i semi della presenza di Dio che già opera in quella storia".

di Patrizia Spagnolo

"Nella vita riconoscersi piccoli è un punto di partenza per diventare grandi", ha detto il Papa. Ecco allora che l'abbandono dell'illusione di essere autosufficienti, di bastare a noi stessi, può aprire la strada all'ascolto, all'incontro, nella consapevolezza che lungo questo percorso sono tanti i fiori che sbocciano.

Lo sa bene suor Simona Corrado, superiora generale delle Suore Missionarie dell'Immacolata Regina della Pace. Lei di persone ne ha incontrate tante, in missione in Italia e all'estero, in ascolto e soccorso di coloro che non hanno niente ma anche di coloro che pur vivendo nella prosperità e nel benessere fanno fatica a vivere. Per lei ascoltare significa prima di tutto "capire che ho davanti un volto, delle persone e che l'ascolto non è solo funzionale a risolvere problemi. Ho davanti persone con la loro storia e questa storia potrebbe regalarmi qualcosa. Non siamo solo funzionari che risolvono problemi e li cataloghiamo".

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:15 Pagina 41

All'inizio di un percorso di catechesi per genitori in una parrocchia di Rivoli, la prima domanda che suor Simona si è posta è stata: "Questi genitori hanno una vita, perché non partiamo dalle loro domande, ad esempio rispetto ai loro figli? Se non ascoltiamo le loro domande offriamo solo soluzioni dall'alto, quando invece un vero ascolto ci fa scoprire che nella storia dell'altro ci sono i segni, i semi della presenza di Dio che già opera in quella storia".

Non esisto solo io

Spesso, la focalizzazione non sulla persona, ma sui servizi, rende le parrocchie carenti di ascolto. "Siamo carenti perché non ci poniamo dentro la realtà di fede – continua suor Simona –. Non dobbiamo rinunciare al nostro bagaglio, ma metterlo in stand by e dirci che è possibile che Dio stia lavorando nelle storie che ascoltiamo. Se Dio c'è e lavora, lavora anche in quelle persone. L'ascolto non è un'applicazione, non è solo tecnica. Prima della tecnica viene l'approccio agli altri, che va cambiato con un atteggiamento di apertura, di scambio: chi è davanti a noi è esperto della sua vita, non è inferiore".

L'atteggiamento di apertura, l'accoglienza della fragilità dell'altro partono dal riconoscimento che ognuno di noi è piccolo e fragile e dell'altro ha bisogno per diventare grande e forte, uscendo dalla percezione di onnipotenza. "La fragilità non è brutta e cattiva – sottolinea la religiosa –, ma fatichiamo ad accettarla chiedendo aiuto solo quando non ce la facciamo più. Eppure, farci aiutare ci permette di instaurare relazioni. Ti chiedo aiuto non perché non ce la faccio da sola, ma perché insieme possiamo farlo diversamente. Una visione realistica di sé apre a una dimensione di ascolto più grande e costruisce fraternità. Non esisto solo io, sono un pezzettino, non il tutto, e quel tutto lo posso costruire con tutti e non solo con quelli che ritengo possano contribuire a questo mondo".

Da qui la scoperta che ci sono altri modi di affrontare i problemi e la spinta a chiederci che volto ha il Signore nella nostra vita, cercando i semi, i segni del suo operato nelle persone che incontriamo. Suor Simona ha avuto modo di confrontarsi anche con chi all'interno del percorso di fede si è sentito rifiutato dalla Chiesa. Ad esempio coloro che hanno diversi orientamenti sessuali. "Ho colto la loro fatica, la sofferenza – dice –. Ho ascoltato e sentito una sete genuina rispetto alla fede. Una sete che mi ha interrogata come credente, perché queste persone non hanno desistito, ma hanno continuato a cercare, a sentire la loro fede, consapevoli che Dio ha un progetto per loro. Questo mi ha fatto un gran bene, è stato un bel regalo per me".

"E poi – aggiunge suor Simona Corrado –, ho sentito un'altra sete in loro: non partono dal testo biblico, ma dalla loro vita, chiedendosi che volto ha il Signore in essa. È una bella lezione per aiutarci a cogliere che a volte il volto che avevamo dato a Dio non era proprio quello. E questo mi aiuta ad andare avanti con fede. Il volto di Dio va cercato".

In ascolto del mondo

Un diverso approccio agli altri non può prescindere da un diverso approccio al mondo. "Ci sentiamo inadeguati, a volte angosciati – conclude la madre superiora — Così ci chiudiamo nel nostro ambito, difendiamo le nostre idee, senza riflettere su quello che il mondo ci sta dicendo. Ascoltare il mondo significa essere consapevoli della paura che abbiamo e darle un nome. Ma non si può ascoltare il mondo da soli: occorre creare spazi di confronto dove ognuno mette le sue competenze. Perché il mondo non è brutto e cattivo, ma dentro c'è Dio e dentro ci sono i semi, i segni che Dio sta operando".

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:15 Pagina 42

Una comunità **solidale**

"Le gioie e le speranze, le tristezze e le angosce degli uomini d'oggi, dei poveri soprattutto e di tutti coloro che soffrono, sono pure le gioie e le speranze, le tristezze e le angosce dei discepoli di Cristo, e nulla vi è di genuinamente umano che non trovi eco nel loro cuore.
La loro comunità, infatti, è composta di uomini i quali, riuniti insieme nel Cristo, sono guidati dallo Spirito Santo nel loro pellegrinaggio verso il regno del Padre, ed hanno ricevuto un messaggio di salvezza da proporre a tutti. Perciò la comunità dei cristiani si sente realmente e intimamente solidale con il genere umano e con la sua storia".

Gaudium et Spes, 1

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:15 Pagina 43

“L’ascolto è una danza”

La testimonianza di Dorina, membro del gruppo diocesano di omosessuali credenti “Il Pozzo di Sicar”.

Sono una donna di 52 anni e da qualche anno partecipo al gruppo diocesano di omosessuali credenti “Il Pozzo di Sicar”. Nonostante questa mia frequentazione, ad oggi non posso affermare in tutta calma di sentirmi parte integrata della “ecclesia cattolica romana” e questo per svariati motivi. Ci sono nata, ci sono cresciuta e ad essa devo molto, ma ad un certo punto della mia storia ho dovuto fare i conti con il sentirmi espulsa, a causa della mia sempre più consapevole scoperta d’essere “omosessuale”.

La chiesa, come anche la mia famiglia, mi cacciava fuori, e per riaccogliermi chiedeva che io disconoscessi la mia identità. Questo ha provocato in me una ferita dolorosa, uno scandalo che sembrava insanabile. La comunità a cui appartenevo non aveva altro da darmi se non formule, risposte preconfezionate, giudizi, esclusioni ed io, ad un certo punto, non li ho più sentiti compagni di viaggio. I compagni condividono con te il pane, assieme alle reciproche inquietudini e imperfezioni, assieme a tutto quello che ci fa esseri umani, senza relegarti ai margini, senza giocare a farsi tuoi maestri, giudici.

Davanti a quelle “formule granitiche” che dicevano che sì Dio mi voleva bene, ma che in fondo ero “sbagliata” e che dovevo cambiare, ho sperimentato l’impossibilità di tenere insieme tutti i pezzi della mia persona. Avevo la tremenda sensazione che il mio corpo e la mia anima, profondamente ferite e divise, non avrebbero più potuto ricomporsi. Sentivo urgente cercare una risposta, per non morire a me stessa! Questo voleva Dio da me?

Amici della parrocchia e familiari non c’erano più, avevano ormai preso le distanze da quella novità scandalosa che era la mia persona. Al loro posto solo un grande vuoto. Sono stati anni di rabbia, di ricerca, ma anche di ascolto profondo di me stessa, delle mie aspirazioni, di quello che non potevo più rinnegare. La cosa più difficile è stato mettere in dialogo i postulati religiosi e la mia vita concreta, imparando a non giudicare me stessa e nemmeno gli altri. Nonostante tutto, la mia esperienza mi ha portato a comprendere che quello che la dottrina stava dicendo non poteva essere un assoluto… E la compagnia di altre persone, che come me stavano ricercando, mi ha aiutata molto in questo. Negli anni ho incontrato vari gruppi di omosessuali, sia politici che di fede, e in essi ho trovato uno spazio che si è rivelato molto prezioso per me. Ho potuto conoscere meglio le persone in spazi di ascolto silenzioso, spazi in cui parlare dei miei e dei loro amori, in cui la mia carne e il mio spirito potevano coesistere senza condizioni, se non quello del ricercare la vita.

Oggi posso affermare che, se non ho perso la fede, è anche grazie a queste persone così diverse. La loro presenza mi ha permesso di scoprire cosa voglia dire ascoltare. È un’arte che non finiremo mai d’imparare, una danza che ci apre all’ascoltarsi, all’ascoltare e all’essere ascoltati. Spesso mi chiedo quanto siamo veramente capaci di metterci in ascolto degli altri, rimanendo aperti e curiosi, senza cadere nella tentazione di riempire gli spazi di silenzio altrui. Sappiamo metterci in ascolto dell’inaudito che la vita dell’altro porta a noi, senza giudicarlo a priori come negativo, un peccato grave, senza farlo tacere emettendo sentenze? Sappiamo metterci in dialogo con noi stessi ascoltandoci senza giudizio, ma accogliendoci con amore? L’ignoto fa sempre paura, ma siamo tutti chiamati a farcene carico, nessuno escluso. Queste domande continuano ad accompagnarmi e sono per me il costante punto di partenza. Come regalo per questa quaresima ho voluto condividere con voi questa riflessione, nella speranza che possa farvi riflettere e sia occasione per distoglierci per un attimo dalle nostre certezze… Buon cammino a tutti noi.

Dorina

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:15 Pagina 44

Famiglia

«MI ha aperto gli occhi" (Gv 9,30)

Tutti noi siamo consapevoli di avere dei limiti, degli aspetti del nostro carattere che non sempre ci rendono amabili e in qualche modo ci ostacolano nelle relazioni d'amore e amicali. Il passaggio dall'essere consapevoli all'accettarli non è sempre immediato, come non è sempre piacevole quando qualcuno ce li fa notare, e se quel qualcuno è il nostro coniuge o i nostri figli la faccenda si complica.
Eppure, se chi ci fa notare il limite lo fa con amore e per amore e non per tornaconto personale («se cambia quel suo aspetto che tanto mi da fastidio io sto meglio..."), allora sarà per noi più facile accettarlo e mettere in atto un piccolo cambiamento. Sbagliando pensiamo che i limiti siano di ostacolo al nostro cammino verso la santità, invece, come ci ricorda André Louf, "nel limite ci giochiamo la nostra santità», se attuiamo giorno per giorno delle piccole conversioni, perché con il limite ci dovremmo confrontare tutta la vita, fa parte di noi, ma questo è anche il motivo per cui Dio non smetterà mai di amarci e fare il tifo per noi affinché, giorno per giorno, riusciamo a compiere un piccolo passo verso la perfezione.

IMPEGNO DI FAMIGLIA Pensiamo ad un nostro limite, ad una nostra mancanza e in questa settimana proviamo a fare un piccolo passo concreto per superarla.

Giovani

Ho un cuore disponibile al dono?

"Tante volte nella vita perdiamo tempo a domandarci: 'Ma chi sono io?'. Tu puoi domandarti chi sei tu e fare tutta una vita cercando chi sei tu. Ma domandati: 'Per chi sono io?', concepisci cioè la tua vita come un servizio (cfr CV, 286)".
L'accoglienza della vocazione d'amore di Dio, di amore offerto e di amore che chiede di essere donato, è l'orizzonte ultimo dell'essere giovani. Divenire adulti significa rispondere alla chiamata alla santità che riguarda ognuno di noi, incarnando una presenza matura nella vita della Chiesa e una gioiosa testimonianza nel mondo. La vocazione all'amore si misura con una vita di fraternità perché "la crescita spirituale si esprime soprattutto nell'amore fraterno, generoso, misericordioso" (CV, 163).
La vocazione all'amore vive con gioia le diverse occasioni di servizio (animazione, poveri, malati...), nelle quali si impara il dono di sé e il valore della carità, si incontra la gioia che viene dal poter servire e alimenta la capacità di amare. Questo si rivela una strada maestra per l'accoglienza della propria vocazione, specie nel servizio ai poveri, i quali vanno considerati autentici "maestri dello Spirito", la cui frequentazione ci aiuta a crescere nella fede.

Preghiera per anziani e malati

Signore, tu che apri gli occhi.
Spalanca una buona volta anche i miei.
Lascia che io veda Te là dove tu sei: in chi soffre e in chi è solo,
nei letti di ospedale, nelle sedie a rotelle,
nelle forze che si fanno sempre minori,
nelle menti che si offuscano, nelle parole che diventano difficili.
Chiamami e aspettami lì.

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:15 Pagina 45

Quinta settimana di quaresima

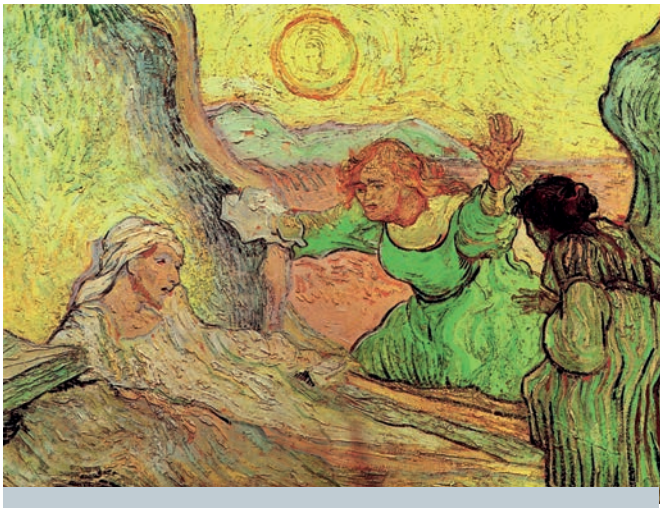
26 marzo - 1 aprile

Signore, vieni a vedere

Gv 11,34

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:15 Pagina 46

L'ultimo **grido**



Preghiera dei fedeli

Ascolta la voce del Signore,
porgi l'orecchio del tuo cuore.

Signore dei vivi e non dei morti:
Tu, la cui compassione
per l'umanità è sconfinata,
donaci la grazia di vedere in ogni morte
la luce della tua vittoria
e della pace promessa.

Credo nel Dio dei viventi,
che vede la lacrima,
quell'unica lacrima
che solca il viso di ogni morente,
e la rende rugiada di ogni mattino.

(Marco Manco)

L'ascolto di Dio non è mai separato dallo sguardo, e fin dall'Esodo si dice che il Signore vede la miseria del suo popolo e ascolta il suo grido. Nel Vangelo di questa domenica si parla dell'ultimo grido che sale dall'uomo, quello della morte. Gesù ascolta, vede e piange. "Gli dissero: 'Signore, vieni a vedere'. Gesù scoppiò in pianto".
Il suo è un coinvolgersi totale, fino al pianto, fino a toccare il nostro dolore standovi emotivamente dentro, per trasformare tutta la nostra esistenza. Da allora anche le lacrime dell'umanità sono unite alle sue. Gesù è turbato davanti alla morte, vede che la vivrà a breve nel suo corpo, ma per dichiararla sconfitta per sempre. In questa vicenda, l' ultimo "segno", è già annunciata la sua risurrezione: le lacrime, il sepolcro, la pietra ribaltata, le bende sciolte, e l'invito a "lasciarlo andare".
L'arte di Vincent Van Gogh ci fa vedere quel grido tra morte e vita. Nella "Risurrezione di Lazzaro" (1890) egli ritrae il proprio volto nel profilo di Lazzaro e l'anno coincide proprio con la sua morte. In Lazzaro è rappresentato ogni uomo, che viene rialzato da un sole abbagliante, come un naufrago che risale dalle acque, o come un neonato che esce alla luce dal ventre della terra.
Nelle figure stupefatte di Marta e Maria si esprime drammaticamente, quasi in ginocchio, lo spaesamento di fronte all'impossibile di quella rinascita. Nel giallo del sole che pervade la scena, e nel verde che anima i corpi, l'artista imprime la speranza che portava in sé nel tempo della sua malattia: quella di rialzarsi e uscire dai lacci della morte che avvertiva incombente.
Un particolare importante è l'assenza di Gesù. La sua presenza, infatti, che sembra assente nei sepolcri della storia, va cercata anche là, mettendoci in ascolto della sofferenza e vedendo già agire la Sua luce di vita.

Antonella Del Grosso, missionaria saveriana

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:15 Pagina 47

Padre, perdonali...

Zehra è una ragazza iraniana che ha vissuto sulla sua pelle un'esperienza molto dura. Studiava all'università di Teheran e avendo respirato il vento della protesta che soffiava tra gruppi di studenti, anche lei aveva deciso di impegnarsi politicamente. Purtroppo però dalla parte sbagliata, secondo l'intellighenzia al potere … finché un giorno, durante una manifestazione di protesta venne arrestata. Quei giovani gridavano "Azadi! Azadi!", che in farsi significa "libertà". Questa parola divenne il loro biglietto per il carcere. Capi d'imputazione contro di lei: partecipazione a manifestazione non autorizzata, oltraggio e resistenza a un Guardiano della Rivoluzione. Zehra sarebbe ancora a Teheran in attesa di essere giudicata se il padre, per vie traverse e col pagamento di una cauzione, non fosse riuscito a farla scarcerare con l'obbligo dei domiciliari. Per scongiurare altre sofferenze riuscì ad organizzare per la figlia una fuga, quella che appunto l'ha portata in Turchia.

Psicologicamente molto sofferente per le torture subite in carcere, Zehra aveva cercato aiuto presso un'associazione che offriva sostegno legale, medico e psicologico a donne vittime di violenza.

Talvolta è difficile immaginare quanto perversa possa essere la fantasia di chi detiene il potere. Questo caso non fa eccezione. Le dimensioni della cella in cui veniva tenuta in isolamento non le permettevano di sdraiarsi, perché troppo corta, né di stare in piedi, perché troppo bassa. Veniva picchiata quasi ogni giorno …

Per Zehra il ricordo più terribile era però un altro. Durante l'attesa del processo e di una sicura condanna che l'avrebbe portata sulla "retta via", veniva ripetutamente messa dentro un'angusta cassa di metallo. Insieme a lei veniva gettato dentro anche un gatto … Mentre il gatto la graffiava dappertutto, l'unica preoccupazione di Zehra era proteggersi con le mani il viso e soprattutto gli occhi.

Zehra non era credente, ma aveva un fratello, Ilyas, che si era convertito al cristianesimo … Nei suoi racconti di sofferenza, Zehra confessò che nei momenti più terribili di solitudine, dolore, paura, le veniva in mente il fratello che le parlava. Disse: "Io non sono mai stata credente, ma le uniche parole che ripetevo dentro di me mentre cercavo di resistere ai colpi di bastone dei carcerieri erano: 'Padre, perdona loro perché non sanno quello che fanno'. Non so perché mi venissero in mente quelle parole, ma so che le ripetevo in continuazione e mi davano consolazione. Avrei tanto voluto che mio fratello potesse sentirmi mentre le pronunciavo".

da *Cristalli di neve, fiocchi di cotone. Turchia, terra di incontri e di frontiere*, di Roberto Ugolini, ed. EMI, pp. 65-68..

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:15 Pagina 48

Sono **qui**, **accanto** a te

Da Susa, una storia di accoglienza e di prossimità: una coppia di nonni ha basato sull'incontro e sulla vicinanza a chi è in difficoltà uno stile di vita centrato sull'ascolto e sul contatto umano.

di Patrizia Spagnolo

Quasi tre anni fa Maria e Alberto, una coppia di nonni residente a Susa, hanno messo a disposizione della Caritas un mini alloggio per ospitare temporaneamente famiglie e singoli in difficoltà. Dietro la decisione, la volontà di andare incontro agli altri, l'esigenza di allargare i propri orizzonti di accoglienza e di non chiudere gli occhi e la mente di fronte al grido di chi soffre e ha bisogno di aiuto. Un'esigenza fortemente sentita già prima del matrimonio, che nel corso degli anni li ha portati a incontrare e a tessere relazioni con tante persone alle quali hanno donato affetto e vicinanza.

L'offerta del monolocale ha dato loro un'ulteriore occasione per interessarsi a chi per un certo periodo aveva bisogno di un tetto, di conforto e di una rete di accoglienza. E nella costruzione di questa rete, Maria e Alberto, mossi dal desiderio di stare "accanto" agli altri prima ancora che di offrire assistenza, hanno coinvolto anche figli e nipoti. "Abbiamo sempre visto intorno a noi persone in difficoltà per cui si riesce a fare meno di quanto si vorrebbe – dicono –. Diverse volte abbiamo verificato che basta la vicinanza a qualcuno per dare e ricevere una mano, creando un rapporto che nasce dall'incontro".

Oksana e Demian

È dunque in un clima caldo e familiare che Maria e Alberto hanno accolto lo scorso anno per due mesi nel loro monolocale Oksana, 25 anni, e il piccolo Demian, 6 anni, mamma e figlio ucraini partiti da Leopoli non appena è scoppiata la guerra, nel febbraio 2022. Lasciati marito e suocera in Ucraina, Oksana è stata dapprima accolta da una famiglia conosciuta in passato in occasione di una gita scolastica in Italia, poi è stata ospitata nel centro di raccolta della Croce Rossa a Bussoleno e infine, attraverso la Caritas, è approdata nell'alloggio dei due nonni.

La ragazza, al suo arrivo in Italia, non aveva raccontato dei problemi neuropsichiatrici del bambino, della difficoltà di gestire certi suoi comportamenti. "Solo dopo – racconta Alberto – si è scoperto che già in Ucraina il piccolo era seguito da uno specialista. Così abbiamo cercato di fare del nostro meglio per sostenere la giovane mamma nella relazione col figlio. Spesso ci chiamava per chiederci aiuto, anche solo per accompagnarla a fare la spesa, che non riusciva a fare da sola per le situazioni difficili che il bambino creava. Anche in casa Demian era agitato". Con una scarsa esperienza genitoriale e di gestione familiare, la fragile Oksana andava aiutata, sostenuta anche nelle piccole cose. "Aveva bisogno di cose materiali, ma soprattutto di contatto umano e affetto, di vicinanza – continua la coppia —. Tutta la nostra famiglia, soprattutto le donne, le è stata vicina. E noi abbiamo fatto i nonni, che è il nostro mestiere. È stata un'esperienza positiva, grazie alla quale abbia-

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:15 Pagina 49

mo capito e verificato che la solitudine umana è il problema più grande, ovunque, a qualunque latitudine, a qualunque età. Soprattutto in certe situazioni, come la guerra, c'è bisogno di contatto umano, che è la molla di qualsiasi soluzione si possa intravedere. C'è bisogno di persone con cui parlare, da ascoltare e da cui essere ascoltati, che trattino alla pari, come familiari e amici. Oksana viveva il doppio disagio della guerra e dei problemi del bimbo. Le soluzioni materiali sono le più semplici, è facile fare un'offerta nella cassetta delle elemosine e poi voltare gli occhi dall'altra parte. È il nostro egoismo la colpa più grave".

In famiglia

Maria e Alberto non nascondono che alcuni comportamenti del piccolo Demian hanno creato situazioni difficili, anche di notte. Situazioni che Oksana non era in grado di gestire da sola. Ma non si sono fatti spaventare. Anzi. Hanno stretto ancora di più le maglie della rete di accoglienza, consapevoli che più importanti degli aiuti materiali sono le relazioni umane, i rapporti con le persone, a prescindere dai problemi e dalle storie di ognuno, "superando i pregiudizi e senza storcere il naso, ma dando una mano in tutti i sensi".

Le persone ospitate nel mini alloggio e tutti coloro che hanno incontrato nel corso della loro vita sono stati per la coppia esperienze arricchenti. "Ognuno di questi incontri ci ha insegnato qualcosa – sottolinea Alberto – E anche Oksana e Demian, fuggiti da un paese in guerra, hanno contribuito ad aprire la nostra mente e allargare i nostri orizzonti. Questa esperienza, ad esempio, mi ha spinto ad approfondire, a capire meglio cosa sta capitando tra Russia e Ucraina, a comprendere da cosa nasce questa violenza".

Per due mesi Oksana e Demian hanno fatto parte della famiglia di Maria e Alberto, che hanno ascoltato e accolto il loro grido di dolore non espresso a parole e se ne sono fatti carico con la vicinanza. È questo il bagaglio più prezioso che la mamma e il suo bambino, tornati in Ucraina, hanno portato con sé.

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:15 Pagina 50

La **carità** è **amore**

"La presenza dei cristiani nei gruppi umani deve essere animata da quella carità con la quale Dio ci ha amato: egli vuole appunto che anche noi reciprocamente ci amiamo con la stessa carità. Ed effettivamente la carità cristiana si estende a tutti, senza discriminazioni razziali, sociali o religiose, senza prospettive di guadagno o di gratitudine. Come Dio ci ha amato con amore disinteressato, così anche i fedeli con la loro carità debbono preoccuparsi dell'uomo, amandolo con lo stesso moto con cui Dio ha cercato l'uomo. Come quindi Cristo percorreva tutte le città e i villaggi, sanando ogni malattia ed infermità come segno dell'avvento del regno di Dio, così anche la Chiesa attraverso i suoi figli si unisce a tutti gli uomini di qualsiasi condizione, ma soprattutto ai poveri ed ai sofferenti, prodigandosi volentieri per loro (61). Essa infatti condivide le loro gioie ed i loro dolori, conosce le aspirazioni e i problemi della vita, soffre con essi nell'angoscia della morte. A quanti cercano la pace, essa desidera rispondere con il dialogo fraterno, portando loro la pace e la luce che vengono dal Vangelo".

Ad Gentes, 12

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:15 Pagina 51

L'accoglienza che scalda

Nella primavera 2018, in Valle di Susa, quando la neve si sciolse furono ritrovati alcuni ragazzi africani, morti per il freddo. Da allora il rifugio Fraternità Massi di Oulx accoglie i migranti provenienti dalla rotta balcanica e da quella africana.

di don Luigi Chiampo

Al rifugio passano mediamente 50-60 persone al giorno. Persone e non numeri: uomini, donne e bambini con la loro storia, la loro sofferenza, la loro speranza, raccontate nei vari momenti in cui un pasto caldo, un vestito pesante, una stanza in cui riposarsi, un ambulatorio per sanare le ferite diventano dialogo e sguardo negli occhi. Le ferite più profonde stanno nell'anima e il loro bisogno primario è di condividere la fatica del cammino con la speranza, che dona speranza, di chi li accoglie.

L'esperienza del rifugio è stata catalizzante per il territorio della Valle di Susa e non solo: la sensibilità che spinge al coinvolgimento è sempre stata caratteristica del territorio e anche in questo caso si sono mobilitate le amministrazioni comunali dei paesi di frontiera, la Croce Rossa e le varie associazioni di volontariato non solo valsusine ma provenienti da varie parti d'Italia. A coordinare l'accoglienza è la Fondazione Talità Kum, presente sul territorio da molti anni.

Al rifugio di Oulx sono passati circa 15 mila migranti all'anno, accolti con la semplicità evangelica di chi prova a dare risposte ad una situazione emergenziale che si protrae e si protrarrà nel tempo e che spesso è gestita con criteri legali che mettono l'umanità in secondo piano.

Definiamo "centri di accoglienza" strutture con recinti alti 7 metri dove le persone vivono ammassate, ma la vera accoglienza si realizza in tre passaggi: accorgermi che l'altro è un mio fratello perché siamo figli di uno stesso Padre che possiamo chiamare anche in modi diversi; volgere l'animo, cioè la parte più intima di me stesso, verso colui che ho davanti per chiedermi che cosa sta vivendo, come posso raggiungerlo; segue la capacità di ascoltare, non solo come l'altro risuona dentro di me ma come è lui in se stesso.

Coloro che aiutano le persone in difficoltà devono quindi essere "umane", non mosse dal pietismo, né giudicanti, cercando di umanizzare in loro il disagio che l'altro porta dentro; poi devono essere professionali, con competenze pratiche ma anche con risorse che nascono dalla propria spiritualità interiore; infine devono essere gioiosi, cioè ricchi e densi di speranza, con orizzonti della vita che niente e nessuno avrà mai la forza di chiudere, perché sono dentro di loro.

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:15 Pagina 52

Famiglia

"Signore, vieni a vedere" (Gv 11,34)

Spesso ci troviamo al fianco di persone che stanno vivendo una situazione complicata di fatica fisica, psicologica, morale o spirituale: può essere il coniuge preoccupato o affaticato, un figlio in crisi, un amico in difficoltà, un collega triste…
Di fronte a queste situazioni non sempre siamo preparati, a volte cerchiamo di evitarle perché ci mettono in difficoltà, altre volte interveniamo come i "signor aggiustatutto" proponendo soluzioni a breve termine, ma rendendoci conto che questo non aiuta, anzi, talvolta crea ulteriori tensioni. Spesso chi vive un momento di crisi o di fatica chiede solo di essere ascoltato e compreso nel suo dolore.
Abbiamo dunque bisogno di imparare ad ascoltare con tutto il nostro corpo e il nostro spirito affinché l'altro si senta pienamente accolto, compreso e libero di potersi esprimere nella sua fatica. In poche parole, c'è bisogno di imparare a mettere in atto un ascolto che genera, un ascolto capace di far sentire l'altro amato nel suo dolore, nella sua fatica, un ascolto capace di far intravedere che dopo la passione e la morte c'e sempre la risurrezione, c'è sempre una possibilità di ricominciare e rinascere a vita nuova.

IMPEGNO DI FAMIGLIA In questa settimana impegniamoci nel portare un annuncio di risurrezione in quelle situazioni di fatica che percepiamo nelle persone a noi vicine.

Giovani

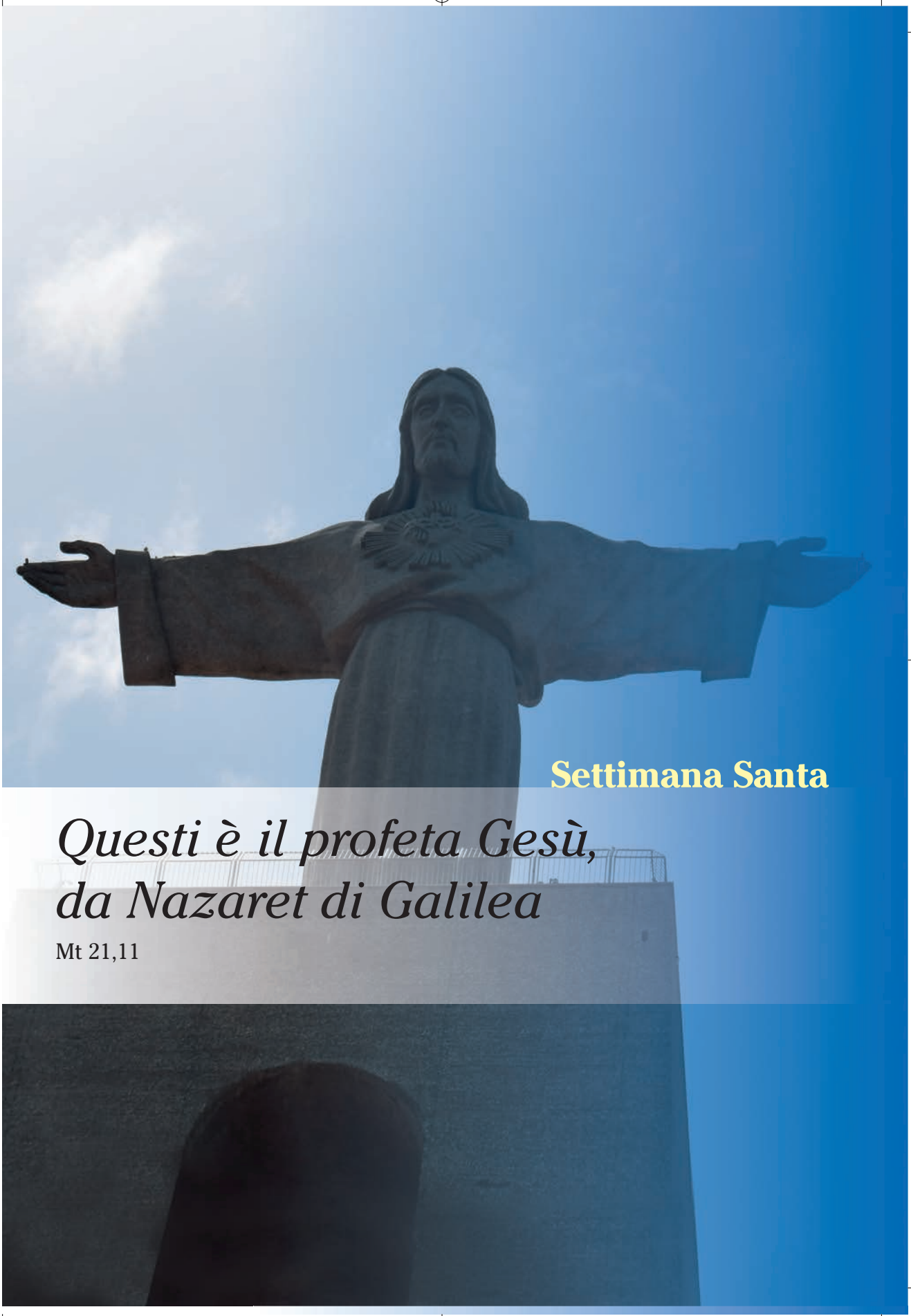
Ho un cuore disponibile all'accompagnamento?

Il percorso di conversione della quaresima si apre alla Pasqua e continua per tutta la vita, accompagnati da una comunità, ma anche disponibili ad accompagnare quanti si incontrano sul proprio cammino. Si tratta di accompagnare, secondo "un cammino di libertà, che porta alla luce quella realtà unica di ogni persona, quella realtà che è così sua, così personale, che solo Dio la conosce. Gli altri non possono né comprendere pienamente né prevedere dall'esterno come si svilupperà. Perciò, quando uno ascolta l'altro in questo modo, a un certo punto deve scomparire per lasciare che segua la strada che ha scoperto. Scomparire come scompare il Signore dalla vista dei suoi discepoli, lasciandoli soli con l'ardore del cuore, che si trasforma in impulso irresistibile a mettersi in cammino (cfr Lc 24,31-33). Al loro ritorno nella comunità, i discepoli di Emmaus riceveranno la conferma che il Signore è veramente risorto (cfr Lc 24,34)".
In prossimità della Pasqua, domandiamoci chi stiamo accompagnando, con chi condividiamo il passo e il cammino. Quanto abbiamo ricevuto deve essere condiviso.

Preghiera per anziani e malati

Perdonaci Signore, per tutte le volte in cui separiamo da noi gli altri.
Quando mettiamo sulla schiena delle persone una anonima etichetta.
"Malati" o "Anziani".
Perdonaci per i recinti che per loro costruiamo.
Per i silenzi che non sappiamo fare.
Per le risposte che vogliamo dare loro a tutti i costi.
Ricordaci che sulla croce, si tace: e si tace anche quando ci si trova sotto.

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:16 Pagina 53



Settimana Santa

Questi è il profeta Gesù, da Nazaret di Galilea

Mt 21,11

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:16 Pagina 54

CELEBRAZIONE PENITENZIALE

A cura dell'Ufficio Liturgico

La quaresima è un tempo privilegiato per ascoltare e "confessare l'amore di Dio insieme al nostro peccato" (cfr. Rituale della Riconciliazione). In linea con il tema di quest'anno, proponiamo una celebrazione penitenziale basata sul Salmo 50.

I. ACCOGLIENZA RECIPROCA

La Croce, fonte di salvezza, e il libro della Parola, fonte di conversione, circondati da candele, saranno collocati tra il presbiterio e la navata della chiesa. Permetteranno così a ciascuno di sentirsi chiamato da Dio per accogliere il suo perdono.

Si inizia con un canto d'ingresso, come ad esempio:

Dono di grazia (CdP 493)
Io ti cerco, Signore (CdP 495)
Io verrò a salvarvi (CdP 496)
Se tu mi accogli (CdP 501)

Davanti alla Croce e al libro della Parola, il celebrante procede al saluto liturgico e alla preghiera di apertura:

Padre di misericordia e Dio di ogni consolazione,
che non vuoi la morte,
ma la conversione dei peccatori,
soccorri il tuo popolo,
perché torni a te e viva.
Donaci di ascoltare la tua voce
e di confessare i nostri peccati;
fa' che riconoscenti per il tuo perdono
testimoniamo la tua verità
e progrediamo in tutto e sempre
nell'adesione al Cristo tuo Figlio,
che vive e regna nei secoli dei secoli.
Amen.

II. L'ASCOLTO DELLA PAROLA DI DIO

Sono possibili diversi modelli. Suggeriamo la lettura condivisa del Salmo 50

Alcune indicazioni per pregare un salmo:

1. *Ascoltiamo insieme le parole di Dio*
Un lettore legge lentamente il salmo, senza dirne il titolo o il numero.
Tutti ascoltano, seduti, senza leggere nello stesso momento.

2. *Riprendiamo le parole di Dio*
Con il testo del salmo davanti a noi, il lettore ne fa una presentazione, utilizzando il «commento» qui proposto, basato sul vocabolario del poema e sulla sua struttura.

3. *Gustiamo le parole di Dio*
Dopo un tempo di silenzio, ognuno ripete ad alta voce, liberamente, come per se stesso, le parole, le espressioni, i versi che ha particolarmente gustato.

4. *Cantiamo insieme le parole di Dio*
Con o senza antifona, il salmo viene cantato.
Concludiamo questo momento con una preghiera.

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:16 Pagina 55

1. *Ascoltiamo insieme le parole di Dio*

Salmo 50 (traduzione CEI)

3 Pietà di me, o Dio,
secondo la tua misericordia;
nel tuo grande amore
cancella il mio peccato.

4 Lavami da tutte le mie colpe,
mondami dal mio peccato.
5 Riconosco la mia colpa,
il mio peccato mi sta sempre dinanzi.

6 Contro di te, contro te solo ho peccato,
quello che è male ai tuoi occhi,
io l'ho fatto;
perciò sei giusto quando parli,
retto nel tuo giudizio.

7 Ecco, nella colpa sono stato generato,
nel peccato mi ha concepito mia madre.
8 Ma tu vuoi la sincerità del cuore,
e nell'intimo m'insegni la sapienza.

9 Purificami con d'issopo e sarò mondato;
lavami e sarò più bianco della neve.
10 Fammi sentire gioia e letizia:
esulteranno le ossa che hai spezzato.

11 Distogli lo sguardo dai miei peccati,
cancella tutte le mie colpe.

12 Crea in me, o Dio, un cuore puro,
rinnova in me uno spirito saldo.

13 Non respingermi dalla tua presenza
e non privarmi del tuo santo spirito.
14 Rendimi la gioia di essere salvato,
sostieni in me un animo generoso.

15 Insegnerò agli erranti le tue vie
e i peccatori a te ritorneranno.
16 Liberami dal sangue, Dio, Dio mia salvezza,
la mia lingua esalterà la tua giustizia.

17 Signore, apri le mie labbra
e la mia bocca proclami la tua lode;
18 poiché non gradisci il sacrificio;
e se offro olocausti, non li accetti.

19 Uno spirito contrito
è sacrificio a Dio,
un cuore affranto e umiliato
tu, o Dio, non disprezzi.

20 Nel tuo amore
fa' grazia a Sion,
rialza le mura
di Gerusalemme.

21 Allora gradirai i sacrifici prescritti,
l'olocausto e l'intera oblazione;
allora immoleranno vittime
sopra il tuo altare.

QdF 2023_16,8x24.qxp_Layout 1 10/01/23 19:16 Pagina 56

2. *Riprendiamo le parole di Dio*

È bello trovare nella Parola di Dio questa preghiera che ci insegna come stare davanti a Dio con il nostro peccato, qualunque esso sia, come riconoscerci peccatori davanti a Lui, come esporci alla sua misericordia. Il significato di questa poesia può essere meglio compreso se distinguiamo due parti. Cioè:
La prima (3-11) è determinata dall'inclusione: "cancella il mio peccato/cancella tutte le mie colpe" (3 e 11), con la predominanza del vocabolario della colpa e dell'offesa (4, 5, 7, 11) e le ripetizioni simmetriche di «purificami» e «lavami» (4 e 9). È un'umile richiesta di purificazione.
La seconda (12-19) è determinata dall'inclusione del «cuore», con la predominanza del vocabolario dello «spirito» e anche della "giustizia" (12, 13, 14, 19) e le ripetizioni simmetriche di «salvato/salvezza» (14 e 16) e «non» (18). È una richiesta di nuova creazione (12, 13, 14).
Questa divisione del poema in due parti, come due elementi che si rispondono l'un l'altro, legati da «peccatori» (7, 15), da « spezzato/disprezzi» (10, 19), così come da «vuoi / non vuoi» (8, 18), rivela il posto centrale della «giustizia» di Dio: da un lato, la giustizia è legata al perdono (6); dall'altro, la giustizia dà origine alla lode (16). Nella bocca del peccatore, questa preghiera è una lode a Dio che rivela la sua giustizia quando perdona la colpa. È la preghiera del peccatore che «riconosce la sua colpa» (5a) e allo stesso tempo afferma la fedeltà di Dio. San Paolo dirà questo ai Romani: "*Dio è veritiero, mentre ogni uomo è mentitore, come sta scritto nel salmo: 'Affinché tu sia riconosciuto gusto nelle tue parole e vinca quando sei giudicato'* (Rm 3, 4)".

Se mi presento come penitente davanti al Dio della misericordia (3), con uno «spirito spezzato» e un «cuore schiacciato» (9), se do una parola al peccato che ho commesso (5, 6), se riconosco che il peccato segna la mia storia fin dall'inizio (7), se chiedo a Dio di purificarmi fino a diventare bianco come la neve (9), allora troverò, come il prodigo al suo ritorno, «letizia» (10), «gioia» (10, 14) e «lode» (17), e potrò io stesso insegnare ai «perduti» le vie del «ritorno a» Dio (15).
Se sono così, parlando davanti a Dio che «vuole dame la sincerità» e la «sapienza» (8), allora Dio stesso potrà « parlare e mostrare la sua giustizia, essere giudice e mostrare la sua vittoria» (6). È come se la mia parola-confessione desse a Dio la possibilità di avere una parola-perdono; e io, una volta liberato (16), potrò avere una parola-perdono: quella della lode rivolta a Dio (16) e della carità rivolta agli altri (15).

La quaresima ci insegna che il posto del peccatore è ai piedi della croce di Cristo, colui che «non ha conosciuto il peccato», ma che Dio ha «identificato con il peccato degli uomini per noi, affinché per mezzo di lui fossimo identificati con la giustizia di Dio» (2 Cor 5, 21). Gesù, il Cristo, implora il perdono della misericordia di Dio (3, 4, 9, 11, 13); nella rottura della sua Passione (10, 19), offre a suo Padre l'unico sacrificio a lui gradito (18, 19), l'unico giusto (21); gli chiede la risurrezione (10, 12, 14), per poter riportare i perduti che siamo (15), per cantare la sua lode (16, 17) e acclamare la sua giustizia (6). È con Cristo che dobbiamo pregare questo salmo.

3. *Gustiamo le parole di Dio*

Dopo un tempo di silenzio, ognuno ripete ad alta voce, liberamente, senza commento, come se fosse per se stesso, le parole, le espressioni, i versetti del salmo che ha particolarmente apprezzato.

4. *Cantiamo insieme le parole di Dio*

Cantiamo il salmo 50, ad esempio nella versione di CdP 107 o di CdP 108.
Segue una preghiera che conclude l'ascolto della Parola di Dio:

Con spirito contrito e con cuore affranto
confessiamo il nostro peccato.
Pietà di noi, Signore, nella tua grande bontà:
solo il tuo amore può creare in noi un cuore puro,
e renderci la gioia della tua salvezza.
Per Cristo nostro Signore.