

## TEMPO DI QUARESIMA

### *Consolare le solitudini*

#### “Non distogliere lo sguardo dal povero”

L’invito che Papa Francesco ci ha consegnato nell’ultima Giornata Mondiale dei Poveri ha sollecitato ciascuno di noi, le nostre comunità, i servizi della Caritas a metterci in ascolto delle fragilità e povertà presenti nel nostro territorio, nelle nostre città, nelle storie di tanti volti che incontriamo.

Tra i tanti bisogni emersi, certamente la **solitudine** è stata una delle povertà più evidenziate: solitudine negli affetti, nelle relazioni, nel dolore, nella malattia, nel diritto di essere riconosciuto, nel disagio economico, nella perdita del lavoro...

In questo tempo di grazia della Quaresima la Caritas propone, a partire dalla Parola di Dio, un cammino di riflessione, di impegno concreto e due progetti di carità perché - insieme - possiamo prenderci cura della solitudine.

Buon cammino!



*“Le lacrime di Freyja”*  
dipinto di Anne Marie Zilberman  
(erroneamente attribuito a Klimt)



**dal Messaggio del Santo Padre Francesco  
per la XXXII Giornata Mondiale del Malato – 11 febbraio 2024**

*«Non è bene che l'uomo sia solo» (Gen 2,18).*

*Fin dal principio, Dio, che è amore, ha creato l'essere umano per la comunione, inscrivendo nel suo essere la dimensione delle relazioni. Così, la nostra vita, plasmata a immagine della Trinità, è chiamata a realizzare pienamente sé stessa nel dinamismo delle relazioni, dell'amicizia e dell'amore vicendevole.*

***Siamo creati per stare insieme, non da soli.***

*E proprio perché questo progetto di comunione è iscritto così a fondo nel cuore umano, l'esperienza dell'abbandono e della solitudine ci spaventa e ci risulta dolorosa e perfino disumana. Lo diventa ancora di più nel tempo della fragilità, dell'incertezza e dell'insicurezza, spesso causate dal sopraggiungere di una qualsiasi malattia seria. [..]*

*Ci fa bene riascoltare quella parola biblica: non è bene che l'uomo sia solo! Dio la pronuncia agli inizi della creazione e così ci svela il senso profondo del suo progetto per l'umanità ma, al tempo stesso, la ferita mortale del peccato, che si introduce generando sospetti, fratture, divisioni e, perciò, isolamento. Esso colpisce la persona in tutte le sue relazioni: con Dio, con sé stessa, con l'altro, col creato.*

*Tale isolamento ci fa perdere il significato dell'esistenza, ci toglie la gioia dell'amore e ci fa sperimentare un oppressivo senso di solitudine in tutti i passaggi cruciali della vita.*



## I DOMENICA

### Dal Vangelo secondo Marco 1,12-15

*In quel tempo, lo Spirito sospinse Gesù nel deserto e nel deserto rimase quaranta giorni, tentato da Satana. Stava con le bestie selvatiche e gli angeli lo servivano. [..]*

#### **La solitudine come il saper stare con sé**

Mettersi in ascolto del nostro “di dentro”, per scendere in profondità del nostro vissuto.

Nel “di dentro” dove coabitano sia lo Spirito sia Satana.

Spirito: ricchezza della nostra interiorità; Satana: tutte quelle forze oscure che sono in noi, prima di noi, nonostante noi. Ciò che non ci apre alla vita e agli altri. Che ci tiene imprigionati in una paura, in una rabbia, in una non volontà e desiderio di bene e speranza.

#### **Coltivare la dimensione del silenzio**

Vivo la **solitudine** come uno spazio interiore che mi permette di rielaborare e approfondire il mio vissuto?

Uno spazio dove mi guardo con verità?

Uno spazio di distanza e deserto che sempre ospita tutto l’umano e all’umano mi permette di tornare con parole nuove?

## II DOMENICA

### Dal Vangelo secondo Marco 9,2-10

*In quel tempo, Gesù prese con sé Pietro, Giacomo e Giovanni e li condusse su un alto monte, in disparte, loro soli. [..]*

*Mentre scendevano dal monte, ordinò loro di non raccontare ad alcuno ciò che avevano visto, se non dopo che il Figlio dell'uomo fosse risorto dai morti. Ed essi tennero fra loro la cosa, chiedendosi che cosa volesse dire risorgere dai morti.*

#### **La solitudine dell’intimità**

*“Gesù prese con sé Pietro, Giacomo e Giovanni e li condusse su un alto monte, in disparte, loro soli.”*

Gesù ci invita a recuperare la dimensione dell'intimità nelle relazioni, saper ascoltare e consegnarci con rispetto e gentilezza le nostre verità, le nostre fragilità, le nostre aspirazioni.

Nella **solitudine**, sul monte con pochi discepoli, Gesù vive una profonda esperienza di intimità: come possiamo recuperare la dimensione dell'intimità nelle relazioni, per saper ascoltare e consegnarci con rispetto e gentilezza le nostre verità, le nostre fragilità, le nostre aspirazioni? *“Ordinò loro di non raccontare ad alcuno ciò che avevano visto”*.

La **solitudine** è capacità di custodire nel cuore le esperienze vissute. Ascoltare il senso di quello che si vive richiede tempo. Sappiamo prenderci cura di questo momento?

### **III DOMENICA**

#### **Vangelo secondo Giovanni 2,13-25**

*Si avvicinava la Pasqua dei Giudei e Gesù salì a Gerusalemme. Trovò nel tempio gente che vendeva buoi, pecore e colombe e, là seduti, i cambiamonete. Allora fece una frusta di cordicelle e scacciò tutti fuori del tempio, con le pecore e i buoi [..]*

*Allora i Giudei presero la parola e gli dissero: «Quale segno ci mostri per fare queste cose?». Rispose loro Gesù: «Distruggete questo tempio e in tre giorni lo farò risorgere». Gli dissero allora i Giudei: «Questo tempio è stato costruito in quarantasei anni e tu in tre giorni lo farai risorgere?». Ma egli parlava del tempio del suo corpo. [..]*

#### **La solitudine del non essere compresi**

C'è una **solitudine** che nasce dall'esclusione, dal non aver diritto di cittadinanza; il Tempio è la casa del Padre ma non c'è posto per Dio.

La **solitudine** del profeta, di chi richiama a logiche “altre” rispetto ai luoghi comuni e ai modi di pensare più istintivi e semplificatori.

Non il mercato, ma la gratuità, non la contrapposizione ma sempre la ricerca di una terza via all'interno di un conflitto; ecc...

Quando viviamo la **solitudine** dell'essere esclusi, non visti, non riconosciuti non compresi nel nostro bisogno più profondo, che passi possiamo fare per uscire?

Quando incontriamo la **solitudine** dell'altro che si sente escluso, non visto, non riconosciuto, non compreso nel suo bisogno più profondo, quali passi possiamo fare per avvicinarci?

Ci sono spazi relazionali (la famiglia, il lavoro, la scuola, la comunità, lo sport, il servizio...) dove in realtà noi e gli altri viviamo grandi solitudini. Come uscire? Come avvicinarci?

## **IV DOMENICA**

### **Vangelo secondo Giovanni 3,14-21**

*In quel tempo, Gesù disse a Nicodemo: «Come Mosè innalzò il serpente nel deserto, così bisogna che sia innalzato il Figlio dell'uomo, perché chiunque crede in lui abbia la vita eterna [..]*

### **La solitudine dell'egoismo**

*“Come Mosè innalzò il serpente nel deserto”*

La **solitudine** può nascere anche da un egoismo; quando innalziamo “serpenti” la nostra vita diventa deserto, quando viviamo sentimenti e logiche che desertificano le nostre relazioni e i nostri ambienti: la competizione, la ricerca del mio benessere, dei nostri privilegi.

Quali sono i nostri “serpenti”? la fretta, l'efficientismo, la competizione, la conflittualità (intesa come eliminazione dell'altro, e del confronto con l'altro), la difesa gelosa dei miei spazi e del mio tempo; il mio benessere al primo posto, ...?



## V DOMENICA

### Dal Vangelo secondo Giovanni 12,20-33

*In quel tempo, tra quelli che erano saliti per il culto durante la festa c'erano anche alcuni Greci [..]*

*Gesù rispose loro: «È venuta l'ora che il Figlio dell'uomo sia glorificato. In verità, in verità io vi dico: se il chicco di grano, caduto in terra, non muore, rimane solo; se invece muore, produce molto frutto. Chi ama la propria vita, la perde e chi odia la propria vita in questo mondo, la conserverà per la vita eterna [..] Adesso l'anima mia è turbata; che cosa dirò? Padre, salvami da quest'ora? Ma proprio per questo sono giunto a quest'ora! Padre, glorifica il tuo nome». [..]*

*Diceva questo per indicare di quale morte doveva morire.*

### La solitudine nella prova

*“È venuta l'ora che il Figlio dell'uomo sia glorificato”*

La **solitudine** della prova (la paura di non farcela), della sofferenza (fisica e psichica), dell'angoscia. Rimanere soli di fronte ad una difficoltà o un problema.

La **solitudine** di chi attraversa il mistero della morte, che si può trasformare nel venir meno della speranza. Che ciò che si è vissuto non abbia più senso.

Ci sono momenti della vita, in cui maggiormente avremmo bisogno di essere raccolti, confortati, accompagnati, compresi: è il tempo della malattia, dell'angoscia, del dolore per la scomparsa di una persona cara, dei cambiamenti che non volevamo, di una sconfitta, di un fallimento, della paura di non farcela, della notti più angosciate...eppure sono i tempi a volte di maggior **solitudine**, in cui non riusciamo ad avvicinarci a chi li vive o in cui maggiormente ci ritiriamo e non ci lasciamo avvicinare.

Come vedere, accogliere e avvicinarci?

A che condizioni noi apriamo la porta del nostro cuore per lasciarci incontrare?

## dal Messaggio del Santo Padre Francesco per la Quaresima 2024

*“Nella misura in cui questa Quaresima sarà di conversione, allora, l’umanità smarrita avvertirà un sussulto di creatività: il balenare di una nuova speranza. Vorrei dirvi, come ai giovani che ho incontrato a Lisbona la scorsa estate: «Cercate e rischiate, cercate e rischiate. In questo frangente storico le sfide sono enormi, gemiti dolorosi. Stiamo vedendo una terza guerra mondiale a pezzi. Ma abbracciamo il rischio di pensare che non siamo in un’agonia, bensì in un parto; non alla fine, ma all’inizio di un grande spettacolo.”*

## PROGETTI

### **LA CARITAS di CASCAJAL (Cuba)**

La Comunità di Cascajal ad oggi sostiene 28 persone, quasi tutte raggiunte a domicilio perché non hanno nessuno che vada a prendere per loro il pasto. I volontari svolgono anche un prezioso servizio di "compagnia" a queste persone che rischiano di rimanere sole tutto il giorno.



- ✓ 380 euro al mese è la spesa per dare pranzo e cena
- ✓ 880 euro al mese è la spesa che la Caritas di Cascajal sostiene per accompagnare una decina di altre piccole comunità sparse nei campi di canna da zucchero con bambini malati, persone sole, famiglie che non hanno risorse.

## **IL CENTRO RIFUGIATI di AMMAN (Giordania)**

Di fronte al crescere della violenza e all'inasprimento dei conflitti in Medio Oriente, è necessario e urgente offrire accoglienza e supporto alle famiglie di profughi e sfollati della Regione.



Il centro di JRS Giordania (Servizio dei Gesuiti per i Rifugiati) ad Amman è un luogo di ascolto, accoglienza e incontro. In un clima di rispetto reciproco, cura per il prossimo e umanità, rifugiati di varie nazionalità, origini e religioni, tra cui Siria, Yemen, Iraq, Sudan e Somalia, trovano operatori pronti ad ascoltarli, ad accogliere le loro preoccupazioni, a non farli sentire soli. È un luogo vivo e ricchissimo di diversità, dove si costruisce una comunità inclusiva, aperta all'Altro, pronta ad accogliere, e si promuovono percorsi di pace, attraverso attività ricreative, arte e musica.

Perché nessuno rimanga solo o dimenticato,  
e la logica della guerra non prevalga".



Le offerte - specificando nella causale il nome del progetto -  
possono essere versate presso:

- ✓ L'ufficio della Caritas Diocesana – P.za N.S. dell'Orto 7 Chiavari  
aperto il martedì e giovedì ore 9-12
- ✓ Sul c/c bancario intestato **DIOCESI DI CHIAVARI - Caritas Diocesana**  
Iban IT 02 Z 05034 31950 000000102862
- ✓ Le Parrocchie sul territorio