

Shalom

Parrocchia SS. Giacomo
e Brigida, Cassago Brianza (Lc)

Notiziario di informazione
parrocchiale

Anno XXVII - Numero 04
Mese di luglio/agosto 2023

Editoriale

“Come vento che gonfia le vele”

di don GIUSEPPE COTUGNO

Dal 15 al 18 giugno abbiamo vissuto nella nostra comunità parrocchiale L'esperienza delle Giornate Eucaristiche. Siamo riconoscenti nei confronti di don Alberto Miggiano che con la sua predicazione ci ha aiutato a pregare e meditare davanti all'Eucaristia, “fonte e culmine” della vita cristiana. Don Alberto ha fatto riferimento a brani della Sacra Scrittura, al pensiero dei Santi e dei Padri della Chiesa, alla teologia, alla musica e all'arte. Ha inoltre commentato il brano del tradizionale inno eucaristico *Adoro Te devote* di San Tommaso d'Aquino. Tre immagini tratte dall'esperienza comune mi sono sembrate particolarmente suggestive per cercare di contemplare il mistero del Corpo di Cristo. La prima immagine è quella di una mano che raccoglie una manciata di sabbia: se la mano stringe la sabbia sfugge, non può essere trattenuta, ma se lievemente la mano si apre ad accogliere i granelli dorati allora quella sabbia trasmette il suo calore e la sua lucentezza! Il mistero dell'Eucaristia non possiamo pensare di esaurirlo e trattenerlo ma possiamo solo accoglierlo con stupore e gratitudine. La seconda immagine la raccogliamo

spostandoci dalla spiaggia al mare aperto. Il cammino di fede, essere discepoli e discepole di Gesù, nella Chiesa, non è paragonabile tanto ad una traversata a remi, dove ogni remata è un “devo fare così”, devo... devo... il cammino di fede non è uno sforzo volontaristico alla lunga estenuante. L'esperienza di fede è piuttosto lasciare le vele spiegate e navigare sospinti dalla brezza, dal vento dello Spirito che gonfia le vele! È l'amore di Dio che ci precede e ci spinge poi ad una risposta di amore, nella carità! L'ultima immagine è quella di un disegno opera di un bambino piccolo. Disegno magari non bellissimo, fatto solo di tratti o scarabocchi colorati... ma è un disegno ricco di amore, che il bambino piccolo dona alla mamma e al papà e li riempie di gioia. La nostra preghiera, i momenti di adorazione vissuti con Gesù forse sono un po' come quel disegno: non bellissimo, scarabocchiato come forse è un po' la nostra vita, ma se donato con il cuore siamo certi venga accolto da Dio con tutta la sua paternità, e maternità. Da Dio che continua a nutrire noi e la sua Chiesa attraverso il dono del Figlio Gesù, “nascosto ma veramente presente” nell'Eucaristia.

Sommario

- Editoriale (Pagina 1)
- Le Prime Comunioni 2023 (Pagina 2)
- Gli Anniversari di nozze 2023 (Pagina 4)
- Le Quarant'ore 2023 (Pagina 6)
- Il Rosario di maggio con i nostri preado (Pagina 8)
- La Festa di Sajopp 2023 (Pagina 9)
- Il recital sul Beato don Pino Puglisi (Pagina 10)
- Notizie dalla parrocchia (Pagina 11)
- In pellegrinaggio a Compostela (Pagina 12)
- Notizie dal Camerun (Pagina 14)
- Notizie dall'Associazione Sant'Agostino (Pagina 14)
- Notizie dalla Caritas (Pagina 16)
- Notizie dall'opera don Guanella (Pagina 17)
- In visita a Mons. Giuseppe Morstabilini (Pagina 18)
- Ottimi risultati per le nostre ginnaste (Pagina 19)
- Un australiano a Cassago (Pagina 20)
- Sessant'anni fa l'elezione di Paolo VI (Pagina 22)
- Una valigia per dire grazie (Pagina 24)
- Racconto *Una vita* (Pagina 25)
- Rubrica - Un libro per te (Pagina 27)
- Rubrica - “Vediamo” un'opera d'arte (Pagina 28)
- Rubrica - Buona Cucina (Pagina 30)
- Montmartre (Pagina 32)

Le Prime Comunioni 2023

di CATERINA VIGANÒ

Sabato 20 e domenica 21 maggio 2023 sono state celebrate, nella nostra Parrocchia, le Prime Comunioni per i bambini e le bambine di quarta elementare.

La preparazione al primo incontro con Gesù si è protratta per l'intero anno catechistico, durante il quale, oltre a conoscere profeti e protagonisti dell'Antico e del Nuovo Testamento, i ragazzi hanno compreso il significato dei diversi momenti della celebrazione della Santa Messa, fino a capire l'importanza dell'incontro con Gesù attraverso il Sacramento della Comunione.

Il momento della S. Messa "in Coena Domini", giovedì 6 aprile, e il ritiro del 14 maggio, sulle orme del Beato Carlo Acutis, hanno permesso ai bambini e alle bambine (insieme ai loro genitori) di percepire quanto l'amicizia con Gesù possa aiutarli nella loro vita quotidiana e nei momenti di scelta, particolarmente importanti nel percorso di crescita.

L'incontro con Gesù, il 20 e il 21 maggio, ha riempito i loro cuori d'amore e l'intera Comunità cassaghese ha potuto ringraziare, ancora una volta, per il mistero di Dio che, per amore nostro, si fa uomo e si dona a noi, quotidianamente, attraverso l'Eucarestia.

Invitiamo, dunque, tutti i parrocchiani a leggere i pensieri di una coppia di genitori e dei bambini e delle bambine di quarta elementare perché le loro parole possano diventare preghiera e spunto di ulteriore riflessione.

"Ormai è passato quasi un mese dal giorno in cui nostro figlio ha ricevuto il sacramento dell'Eucaristia nel pomeriggio di sabato 20 maggio 2023, ma sono ancora vivi in noi i ricordi di quell'intensa esperienza. La settimana precedente avevamo partecipato al ritiro spirituale presso il Santuario di Santa Maria della

Noce ad Inverigo. Noi adulti avevamo ascoltato una toccante catechesi tenuta da don Ferdinando, con la possibilità di confessarci successivamente, mentre i bambini giocavano ed approfondivano la figura del Beato Carlo Acutis. Il giorno della Prima Comunione avevamo tutti il sole e la gioia nel cuore, nonostante il tempo fosse incerto, anzi alla fine della cerimonia pioveva, e di questa pioggia dopo tanti mesi di siccità rendiamo ancora grazie al Signore. Nostro figlio Davide non era particolarmente emozionato ma era sereno e contento di poter finalmente ricevere Gesù nel suo cuore e nel suo corpo, di entrare in comunione profonda con lui. 'Come il tralcio non può portare frutto da sé stesso se non rimane nella vite, così neanche voi se non rimanete in me. Io sono la vite, voi i tralci. Chi rimane in me, e io in lui, porta molto frutto, perché senza di me non potete far nulla'. (Gv 15,4-5). È bello cercare di comprendere questo mistero del corpo di Gesù che entra in un pezzo di pane come ha cercato di farlo comprendere Carlo Acutis ai suoi coetanei. Prendiamo una nostra foto da piccoli ed una da grandi, vedremo due corpi e forme diverse, ma la sostanza non cambia, siamo sempre noi. La cosa inversa succede con la transustanziazione, cioè il pane mantiene la sua forma ma cambia la sua sostanza. Diventa vero corpo di Gesù. Addirittura da poter sanguinare come è accaduto nei vari miracoli eucaristici, in uno dei quali si è potuto riscontrare al microscopio addirittura tracce di muscolo del miocardio, del gruppo sanguigno AB appartenente ad un cuore sottoposto ad agonia. (vedasi Il Miracolo eucaristico di Legnica in Polonia avvenuto nel 2013). Non saremo mai abbastanza grati a Dio per questo grande regalo che ci fa ogni giorno, grazie all'azione dei nostri cari sacerdoti, di scendere dal cielo e farsi piccolo per ognuno di noi, suoi piccoli ma importan-

ti grappoli d'uva. Padre Pio disse 'Se la gente sapesse cos'è la Messa, dinanzi alle chiese occorrerebbero i carabinieri per governare le folle'. Preghiamo perché sempre più persone capiscano questo dono e lo insegnino ai bambini. Per questo motivo ringraziamo tanto le nostre catechiste Mariangela, Daniela, Caterina e Mariangela per aver organizzato una cerimonia così bella e per aver seguito i nostri figli con amore. Ci è piaciuto molto l'ingresso dei bambini dal fondo della chiesa verso l'altare, a coppie, mentre ognuno teneva in mano una calla con una preghiera da depositare nel vaso alla Madonna. È stato tutto molto bello e toccante. Siamo contenti di fare parte di questa comunità" (Marina Perego e Marco Limonta, genitori di Davide).

"Il giorno della Prima Comunione ero impaziente di ricevere Gesù e, quando l'ho ricevuto, ho sentito un grande amore da parte sua" (Alessandro Serra).

"Quando ho ricevuto Gesù mi sono sentita abbracciata nel suo cuore" (Benedetta Adamo).

"Quando siamo entrati con il fiore in mano mi sono sentita molto molto emozionata, quando ho ricevuto Gesù mi sono sentita felice" (Naomi Gatti).

"All'inizio ero molto agitata nel mio cuore ma allo stesso tempo ero anche felice, quando ho ricevuto Gesù mi sono sentita tranquilla, come se Gesù mi avesse abbracciato" (Emma Sisti).

"Quando ho ricevuto l'ostia mi sono sentito liberato dai peccati. Questo giorno è stato molto emozionante" (Saimon Pelucchi).

"Il giorno della Prima Comunione ero felice di ricevere il corpo di Gesù" (Samuele Bonfanti).

"Le mie emozioni, il giorno della Prima Comunione, sono state felicità e timidezza" (Alex Maggioni).

"Il giorno della mia Prima Comunione ero un po' agitata quando stavo por-

tando il fiore e quando sono andata a ricevere la Comunione” (Ginevra Villa).
 “La mattina, quando mi sono svegliato, non credevo che davvero fosse arrivato il giorno in cui avrei ricevuto Gesù nel mio cuore” (Davide Limonta).

“Quando ho ricevuto per la prima volta l’ostia ho provato una sensazione di affetto per Gesù” (Elisa Dell’Era).

“Gesù ti voglio bene!” (Silvia Redaelli).

“Ero agitata all’inizio, poi mi sono tranquillizzata perché ho pensato che Gesù ha abbracciato il mio cuore fortissimo” (Nicole Vitullo).

“Il giorno della mia Prima Comunione ero felice perché in quel momento, che desideravo da tempo, ho sentito Gesù nel mio cuore e la sua voce che mi diceva quanto fosse felice di me” (Lara Albertini).

“Il giorno della Prima Comunione ero emozionata, felice e contenta” (Illenia D’Amore).

“Grazie Gesù per avermi donato il perdono in quel giorno di comunione così importante” (Alessandro Giambona).

“Quando ero fuori dalla Chiesa ero nervoso e un po’ agitato, quando ho ricevuto la prima Comunione ero felice perché sono entrato nella famiglia di Gesù” (Thomas Basaglia).

“Le mie emozioni sono state: felicità, emozione, gioia e agitazione perché era da tanto che volevo ricevere l’ostia. Quando ho ricevuto Gesù ho sentito una sensazione di calore e affetto” (Mirko Rigamonti).

“Il giorno della prima Comunione ero felice di ricevere Gesù nel mio cuore, anche se l’emozione era tanta” (Simone Redaelli).

“Quando mi sono avvicinata all’altare e il don mi ha stretto la mano ero felicissima. Prima di ricevere la comunione ero un po’ in ansia ma quando l’ho ricevuta mi sono rilassata e mi sentivo bene. Ho parlato con Gesù come se fosse il mio migliore amico, gli ho confidato tutto” (Miriam Micciché).

“Io ho provato gioia e armonia, è stato bellissimo!” (Gabriel Di Sanzo).

“Il giorno della mia prima comunione ero in ansia; poi quando ho ricevuto l’o-

stia consacrata mi sono calmata perché ho sentito Gesù che nel mio cuore mi dava un abbraccio caloroso” (Matilda Fumagalli).

“Quando ho ricevuto per la prima volta Gesù nel mio cuore mi sono sentita molto felice!” (Dalia Carrino).

“Prima della Comunione ero agitata e poi mi sono tranquillizzata” (Nicole Barzaghi).

“Il giorno della Prima comunione ero agitato ed emozionatissimo” (Nicolo Bonza).

“Prima dell’inizio della Messa ero emozionata e prima della Comunione ero agitata; però, dopo aver ricevuto il corpo di Gesù, mi sono tranquillizzata” (Ginevra Papa).

“All’idea di portare i doni ero agitato, quando ho ricevuto la comunione mi sono calmato” (Lorenzo Magni).

“All’inizio ero agitata, ma dopo aver ricevuto l’ostia ero tranquilla” (Luce Sabato).

“Ero agitata e felice perché Gesù sarebbe venuto nel mio cuore” (Martina Magni).

“Quando sono entrato in Chiesa ero emozionato e in ansia, dopo la Comunione mi sono tranquillizzato” (Stefano Rigamonti).

“All’inizio ero agitata, ma quando ho ricevuto Gesù mi sono tranquillizzata ed ero molto contenta e felice” (Francesca Modaffari).



■ Gli Anniversari di nozze 2023

di PIERA MERLINI

Anche quest'anno, la scorsa domenica 4 giugno, la nostra Parrocchia ha invitato a festeggiare le coppie che durante questo 2023 ricordano un anniversario importante del loro cammino di sposi. È un impegno alle volte anche faticoso, ma portato avanti con il sostegno e la certezza che un Amore grande ci è sempre vicino. Le coppie che hanno aderito all'invito sono state ventitré, anche se poi il giorno della festa, purtroppo, per motivi di salute, quattro di esse non hanno potuto essere presenti. Queste le coppie festeggiate:

- Maria Guerini e Giovanni Perego (cinquantacinquesimo Anniversario),
- Maria Fumagalli e Carlo Amati,
- Piera Merlini e Carlo Ripamonti,
- Luisella Talamoni e Gaetano Sala,
- Rita Mora e Carlo Cattaneo,
- Maria Teresa Poli e Giuseppe Poli,
- Anna Sanzi e Giuseppe Colnaghi (cinquantesimo Anniversario),
- Rita Molteni e Renato Valagussa,
- Marina Moreschi e Pierangelo Cavenaghi,
- Enrica Colnago e Giuseppe Parolini,
- Tiziana Giussani e Giuseppe Amato (quarantacinquesimo Anniversario);
- Maria Raffaella Fumagalli e Claudio Luigi Colombo,
- Patrizia Mapelli e Giuseppe Cocco,
- Argenia Pozzi e Edoardo Motta,
- Claudia Barbiero e Sergio Rigamonti (quarantesimo Anniversario),
- Marina Ghezzi e Fabio Molteni,
- Monica Molteni e Giovanni Ballabio,
- Elena Cappellini e Fabrizio Agrati (trentesimo Anniversario),
- Sara Colzani e Vittorio Giussani (venticinquesimo Anniversario),
- Veronica Corno e Ferdinando Bruno Carrino,
- Rossana Amato e Silvano Ciotta (ventesimo Anniversario),
- Albina Terenghi e Devis Ciotta (quindicesimo Anniversario),
- Fiammetta Carniani e Riccardo Ghezzi (decimo Anniversario).

All'inizio della Santa Messa, al suono della marcia nuziale, le coppie, dopo essere state accolte da don Giuseppe e dai chierichetti alla porta della chiesa, sono entrate in processione. Durante l'omelia don Giuseppe ha sottolineato che le coppie, come la Santissima Trinità che oggi si festeggia ed è una comunione d'amore di tre Persone in un'unica sostanza, testimoniano la fedeltà di ogni coppia. Vita di famiglia, dentro ogni realtà, dentro le loro vicissitudini, anche in quelle più drammatiche, riconoscere un bagliore dell'amore di Dio, uniti come una cosa sola, in un abbraccio che si può trasmettere con affetto, amore, amicizia nella comunità e nella società. Essere testimoni di questo legame oggi e sempre lasciandoci guidare dallo Spirito Santo e accompagnati da Maria, nostra Madre.

Dopo l'omelia, gli sposi sono stati chiamati per nome e, stando al proprio posto, hanno rinnovato le promesse matrimoniali, infine, dopo la S. Comunione, una coppia a nome di tutti, ha letto la preghiera della famiglia, tratta dalla conclusione dell'Esortazione papale "Amoris Laetitia" di Papa Francesco, portando poi il cero all'altare della Madonna.

Al termine la tradizionale foto di gruppo ai piedi dell'altare, poi un piccolo rinfresco nel giardino della casa Parrocchiale con la consegna da parte di don Giuseppe di una rosa, di un dono da parte di tutta la comunità e della poesia degli anniversari di matrimonio (dai 25 ai 50) scritta dal nostro poeta Orazio Caliendo, mentre alle altre coppie sono state consegnate altre poesie diverse in base agli anni festeggiati.

Il giorno prima, sabato pomeriggio, all'inizio dell'Adorazione Eucaristica in chiesa Parrocchiale, don Ferdinando Citterio ha tenuto una meditazione per tutti ma, principalmente per gli sposi. Ha ricordato che più si va avanti negli anni, mentre prima sembrava che tra la coppia andasse tutto bene, ora, soprattutto se si è tutti e due pensionati, sembra che non vada più bene niente, si critica, non ci si capisce ecc. ecc. (esperienza confessionale). Il suo consiglio è di avere pazienza (tanta), cercare comunque di pensare più che hai propri bisogni, a quelli dell'altro o altra, e, insieme alla tisana elargire anche un po' di coccole. La preghiera insieme è fondamentale. A tutti un grande augurio di continuare a crescere insieme nell'Amore.

Ecco alcuni pensieri dei festeggiati. *"Dopo tanti anni, a preparare per festeggiare gli anniversari importanti in chiesa Parrocchiale, è giunto anche il mio/nostro momento di emozionarci all'ingresso in processione al suono della marcia nuziale. Eh sì, sono passati 50 anni! Mai avremmo pensato di raggiungere questo traguardo anche perché pensando ai propri genitori, loro hanno festeggiato solamente 15 anni. Se rivediamo il nostro cammino*

fatto insieme, dobbiamo riconoscere che ci sono stati momenti belli, sereni e gioiosi ma, anche difficili, con ostacoli che inevitabilmente si incontrano, però con il perdono, l'amore, la fede e la grazia del Sacramento, li abbiamo superati. Continueremo a camminare sapendo di non essere soli: Gesù, Maria Santissima e i nostri Angeli Custodi saranno sempre con noi, con la loro tenerezza, la loro forza e la loro guida, insieme ai nostri cari e amici. Per tutto questo ringraziamo il Signore" (Piera Merlini e Carlo Ripamonti).

"Il 4 giugno si sono celebrati gli anniversari di matrimonio, un momento particolare ed emozionante per ricordare il nostro" si "per sempre davanti a Dio e alla comunità. L'anniversario di nozze è un momento importante nella vita di ogni coppia, ogni anno che passa rappresenta un traguardo. Auguriamo a noi e a tutte le coppie di continuare a vivere con amore e "coltivare", quel sentimento di bene che

c'è stato affidato. Tutti i matrimoni a volte affrontano momenti difficili, ma anche questi "attimi" possono rendere il cammino dell'amore ancora più forte" (Rossana Amato e Silvano Ciotta).

"Il 3 gennaio di quest'anno abbiamo festeggiato la ricorrenza dei venticinque anni di matrimonio. Quel piccolo nucleo di allora si è allargato, grazie all'arrivo dei nostri tre figli, frutto dell'amore di Dio e quindi del nostro. Domenica 4 giugno, insieme a molte altre coppie, abbiamo ringraziato il Signore per essere giunti a questo traguardo ancora entusiasti della scelta di allora. Affidiamo al Signore anche i nostri figli, ormai non più piccoli, a loro volta alla ricerca della propria vocazione" (Sara Colzani e Vittorio Giussani).

"Incredibile ma vero, siamo riusciti a festeggiare i 45 anni di matrimonio! La scelta di un matrimonio religioso è stata determinata dalla consapevolezza che lo Spirito Santo, che ci

avrebbe accompagnato nel cammino di coppia, sarebbe stato un importante sostegno alle nostre fragilità e un aiuto determinante nei momenti difficili della nostra vita in comune. Il ritrovarsi insieme ad altre coppie, per ringraziare il Signore di averci concesso di arrivare a traguardi significativi, stato un momento importante per noi ma anche di testimonianza a quanti in futuro avranno la forza e la volontà di iniziare questo cammino, che la società in modo egoistico fa di tutto per scoraggiare, impegnata com'è a promuovere il consumismo e l'individualismo, dimenticando che solo l'amore e l'impegno di due persone unite e aiutate da Dio potranno portare ad un futuro più sereno. Speriamo che i giovani riescano a riavvicinarsi a Dio e a scindere il bene, che porta progresso, dal male che porta problemi ed instabilità, aiutati e non "coccolati" dalle loro famiglie" (Enrica Colnago e Giuseppe Parolini).



■ Le Quarant'ore 2023

di TIZIANO PROSERPIO E PIERA MERLINI

Quaranta è un numero particolare che ricorre nella Bibbia: il primo e più conosciuto richiamo è quello che riguarda i quaranta anni di peregrinazione nel deserto del popolo di Israele, seguito poi dai quaranta giorni trascorsi da Gesù sempre nel deserto, dai quali ha avuto origine la nostra Quaresima.

C'è poi un altro "quaranta" che compare nella Bibbia, forse meno visibile, ma altrettanto importante: quaranta sono le ore che, secondo il calendario lunare conosciuto dal popolo ebraico, Gesù passò nel sepolcro tra la Sua morte e la Sua gloriosa Risurrezione.

Nei paesi di tradizione germanica, su alcune case antiche, è possibile trovare un bassorilievo che raffigura Gesù, seduto nel sepolcro, che attende la risurrezione.

Questo momento di attesa della vita di Cristo, negli anni gloriosi della Controriforma, diede inizio alla solenne preghiera delle Quarantore.

Le Quarantore, che a Milano vennero istituite da sant'Antonio Maria Zaccaria, e poi promulgate da San Carlo, grandioso artefice del Concilio di Trento, altro non sono che la solenne e pubblica esposizione dell'Eucaristia alla venerazione e alla preghiera dei fedeli.

Nella tradizione liturgica questa solenne esposizione Eucaristica è accompagnata da fiori, candele, incenso e da canti e preghiere che, proprio per quaranta ore, accompagnano il Santissimo Sacramento. Anche la nostra parrocchia di Cassago ha sempre celebrato solennemente queste giornate eucaristiche, una pratica antica e

sempre nuova che fino a qualche anno fa veniva vissuta in preparazione alla Festa patronale di Santa Brigida, da qualche anno, invece, la viviamo in preparazione alla Solennità del Corpus Domini.

Ogni anno poi queste giornate sono guidate da un predicatore che propone le sue omelie con un unico filo conduttore legato all'Eucaristia: quest'anno è stato tra noi don Alberto Miggiano, che ha le sue origini proprio nella nostra parrocchia di Cassago e che ora svolge il suo ministero presso la Basilica di Varese, e le sue meditazioni hanno avuto come tema "Eucaristia e Comunità", con commento anche al famoso inno latino della nostra tradizione *Adoro te devote*.

Certamente in tutti questi anni sono cambiati il periodo, il modo di pregare, la frequenza stessa a questi momenti di adorazione, ma una cosa non è mai cambiata: il fervore e la preghiera del popolo cristiano di fronte all'Eucaristia, vero corpo e vera bevanda, cibo di grazia per il mondo.

Nello specifico, le giornate eucaristiche che si sono tenute nella nostra parrocchia sono state predicate attorno al tema "Eucaristia e Comunità", e don Alberto ha esordito dicendo: "Quando parliamo delle cose umane, diciamo che occorre conoscerle prima di amarle, il che è diventato proverbiale. I santi invece dicono, parlando delle cose divine, che bisogna amarle per conoscerle". Con questa premessa siamo entrati entriamo nella pia pratica delle Quarant'ore concedendoci un tempo di sosta adorante di fronte al Mistero dell'Eucaristia.

Partendo dalle letture usate per la S. Messa del Sacratissimo Cuore di Gesù: (*Dt 7,6-11; Salmo 102; Rom 1 5,5-9; Mt 11,25-30*) don Alberto ci ha introdotto alla consapevolezza che Dio è legato al Popolo d'Israele perché lo ama, ma anche il Popolo lo deve riconoscere come Dio perché è il Dio fedele che mantiene l'alleanza.

Di fronte al Corpo e al Sangue di Cristo, siamo di fronte a un desiderio che ci precede e ci interpella, un'esigenza che abbiamo percepito e che guida la mia vita (la verità, la giustizia, la felicità... sono esigenze che ci reclamano e mettono in gioco il nostro io).

Di fronte al Santissimo Sacramento, non siamo soltanto di fronte ad un pane, ma è per grazia dello Spirito Santo e attraverso le azioni e le parole del sacerdote che diventa Il Corpo di Cristo. Ma, come dice San Paolo, il presupposto per conoscerlo è l'Amore e la Carità. Una comunità cristiana non può essere considerata solo "umana", ma è animata da una Fede comune, guidata da una Speranza condivisa, costruita e consolidata nella Carità. Dobbiamo allora amare per poter conoscere il Mistero Eucaristico e la via per entrarvi la docilità di cuore imparando da Gesù che festeggiamo come mite e umile di cuore.

Davanti all'Eucaristia dobbiamo sostare come hanno fatto tutti i santi della Carità, spiegare la vela e lasciare che lo Spirito lavori in noi. Abbiamo scoperto che l'uomo è l'impronta di Dio, ma come ogni vaso d'argilla è fragile. La vita è piena solo se donata e se accoglie la grazia.

Forse davanti a Gesù Eucaristico, il pregare che è ripieno del senso di Dio, lo facciamo con svogliatezza o malavoglia, come un disegno fatto da un bambino che è sproorzionato, brutto ma che per i

genitori è degno di essere appeso in casa come fosse un capolavoro, ecco noi siamo così considerati agli occhi del Signore.

Ha fatto riferimento a diversi Santi, tra cui il nostro Sant'Agostino

e riprendeva da San Tommaso D'Aquino, l'inno "Adoro Te devote" che abbiamo cantato in latino durante l'Esposizione del Santissimo. Eccone il testo nella traduzione italiana.

"Adoro Te devotamente, o Dio nascosto sotto queste apparenze Ti celi veramente: a te tutto il mio cuore si abbandona, perché contemplandoTi, tutto vien meno. La vista, il tatto, il gusto, in Te si ingannano, ma solo con l'udito si crede con sicurezza: Credo tutto ciò che disse il Figlio di Dio, nulla è più vero di questa parola di verità. Sulla croce era nascosta la sola divinità, ma qui è celata anche l'umanità: eppure credendo e confessando entrambe, chiedo ciò che domandò il ladrone penitente. Le piaghe, come Tommaso, non vedo, tuttavia confesso Te mio Dio. Fammi credere sempre più in Te,

che in Te io abbia speranza, che io Ti ami. O memoriale della morte del Signore, Pane vivo, che dai vita all'uomo, concedi al mio spirito di vivere di Te, e di gustarTi in questo modo sempre dolcemente.

O pio Pellicano, Signore Gesù, purifica me, immondo col Tuo sangue, del quale una sola goccia può salvare il mondo intero da ogni peccato. O Gesù, che velato ora ammiro, prego che avvenga ciò che tanto bramo, che contemplandoTi col volto rivelato, a tal visione io sia beato della Tua gloria. Amen".



Le Quarant'ore sono state infine concluse domenica 18 giugno dalla processione eucaristica che

si è snodata per le vie del centro paese dopo la S. Messa delle 18, a guidarla don Giuseppe coadiuvato

da don Alberto e don Ferdinando e accompagnato dai nostri seminaristi Davide e Lorenzo.

■ Il Rosario di maggio con i nostri preado

di GIULIO CATTANEO

I ragazzi preadolescenti della nostra parrocchia hanno recentemente illuminato il Rosario con la loro partecipazione entusiasta e il loro impegno. Mercoledì 28 maggio, presso l'oratorio, si è recitato il Rosario per la conclusione del mese mariano, durante il quale i giovani hanno guidato la preghiera insieme all'intera comunità.

Ciò che ha reso questo momento ancora più speciale è stata la loro partecipazione attiva nella meditazione dei misteri gloriosi, che han-

no rielaborato e interpretato in modo creativo.

Ma la sorpresa più emozionante è avvenuta al termine della recita del Rosario. In un momento suggestivo e toccante, alcuni genitori dei ragazzi con gli educatori hanno acceso ben settecento ceri disposti sul campo di calcio, creando l'immagine luminosa della Madonna.

La scena dei ceri accesi ha rappresentato un'immagine potente e simbolica della devozione dell'intera comunità.

Questa esperienza ha dimostrato che i ragazzi preadolescenti sono capaci di grandi gesti di fede e di un coinvolgimento attivo nella vita della parrocchia. La loro partecipazione e la loro creatività sono un esempio ispiratore per tutti noi. Desideriamo ringraziare di cuore tutti i ragazzi che hanno reso possibile questo momento speciale, così come gli educatori che li hanno seguiti e sostenuti.



■ La Festa di Sajopp 2023

di DARIO CASATI

I colori rosa e grigio non sono cromaticamente difficili da combinare, danno spesso vita ad abbinamenti piacevoli. E anche in questo caso, ovvero durante la "Festa de Sajopp" svoltasi dall'11 al 14 maggio scorsi, l'accoppiata ha funzionato bene, seppur solo parzialmente decisa a tavolino dagli organizzatori, i volontari dell'Associazione Sajopp.

Il colore simbolicamente scelto per questa festa era infatti il rosa, a simboleggiare la novità di questa edizione. Tutti i gruppi musicali esibitisi infatti erano interamente composti, senza eccezione alcuna, da sole donne. Stili diversi, dall'hard rock alla musica classica, ma tutti molto apprezzati e applauditi.

Il grigio, invece, era relativo al colore del cielo, pressoché rimasto della stessa tonalità per tutta la festa, con pioggia a catinelle che, di tanto in tanto, rendeva l'ormai famoso tendone giallo simile ad una nave in mezzo alla burrasca.

Ciò nonostante, la nave è arrivata in porto, al termine della festa, con un carico di soddisfazione. Il maltempo, infatti, non ha scalfito l'amore dei brianzoli per questo tradizionale evento, portandoli comunque ad affollare le serate e l'intera giornata di domenica, la quale per tradizione è dedicata a lui, il protagonista della festa e l'emblema dell'associazione Sajopp, il mausoleo Visconti di Modrone.

Monumento sempre più ammirato, sempre più affascinante, anche in questa edizione ha aperto le sue porte ai tanti visitatori, ma anche agli artisti della "Bottega dell'arte" di Missaglia, i quali hanno esposto la domenica mattina le proprie opere attorno ai marmi del monumento.

La bagnatissima edizione 2023 della festa è stata quindi archiviata con successo, ma anche con la consapevolezza di essere un evento che sempre più, sin dalla rinascita avvenuta nel 2006, permette alla comunità cassaghese di celebrare la propria storia e le proprie tradizioni (un sentito ringraziamento a Casateonline.it per le foto che accompagnano l'articolo).



Il recital sul beato don Pino Puglisi

di CINZIA CIOTTA



Il 2 giugno scorso, nella tensostruttura dell'Oratorio di Cassago è stato messo in scena *“L'amore salverà il mondo - Don Pino Puglisi, il musical”*. Lo spettacolo, realizzato dagli adolescenti e giovani dell'oratorio e che ha coinvolto nella sua realizzazione oltre quaranta persone, illustra alcuni momenti della vita del prete siciliano proclamato beato. Quando trent'anni fa fu barbaramente ucciso da Cosa Nostra mentre rientrava a casa il sacerdote accolse i suoi assassini sorridendo e dicendo solo *“me l'aspettavo”*.

Un prete in prima linea nella Sicilia degli anni '90 nel tentativo di sottrarre alle grinfie della criminalità la gioventù del posto attraverso l'istruzione, il gioco, la musica e la cultura più in generale. Lo spettacolo

non è stato un mero ripercorrere la sua vita in maniera cronologica, è stata proposta la sua testimonianza di fede e legalità intervallata da momenti più leggeri che inquadravano l'ambiente in cui si muoveva.

Dal punto di vista di noi adulti, registi, musicisti ed educatori è stata un'esperienza molto positiva, come ha detto don Giuseppe a fine serata pensiamo di aver raggiunto due obiettivi: aver trasmesso un messaggio di testimonianza cristiana nel rispetto della legalità; aver visto lavorare insieme un bel gruppo di ragazzi di differenti età che, nonostante le normali difficoltà incontrate hanno stretto legami di amicizia e vissuto con gioia questa esperienza come pensiamo si sia visto nella stessa messa in scena.

Di seguito riportiamo alcune loro riflessioni.

“Credo sia stata una bellissima esperienza e mi sono divertita tantissimo. Durante le prove abbiamo fortificato legami già esistenti e creati di nuovi tra noi ragazzi, è stato indimenticabile e sono rimasta sbalordita dal risultato finale” (Alice).

“L'esperienza del musical è stata meravigliosa anche da un punto di vista immersivo perché mi ha permesso di calarmi nei panni di padre Pino Puglisi che ha vissuto in una difficile situazione. Una persona che nonostante l'ambiente che lo circondava alquanto pesante e pericoloso, non si è mai scoraggiata e ha sempre lottato fino all'ultimo secondo per il suo popolo per la sua terra. Si è trattato un argomento non leggero, purtroppo ancora attuale,

che nonostante il sacrificio di persone dello stato o delle forze dell'ordine oggi è quasi ignorato ma che comunque bisogna ricordare per continuare a lottare per la libertà" (Luca).

"Il musical è stata un'esperienza inaspettatamente bella e divertente. Infatti, quando mi è stato proposto di recitare sul palco davanti a molte persone inizialmente ho rifiutato, ma dopo un po' di insistenza da parte dei miei educatori e per la partecipazione di alcuni dei miei amici ho accettato la proposta. Devo dire che di questo non mi sono affatto pentito; infatti, durante le prove mi sono divertito e anche

durante lo spettacolo, dopo aver superato un'iniziale ansia mi sono divertito a recitare con i miei compagni. È un'esperienza che consiglio a tutti, anche ai più timidi, perché proprio grazie al partecipare ad uno spettacolo possono riuscire a superare le loro paure" (Marco).

"Per me è stata la prima esperienza di recitazione. Mi sono divertita e mi è piaciuto molto. Affrontando comunque un tema molto serio, siamo riusciti a raccontarlo anche in modo leggero. Durante le prove ho anche approfondito questo argomento che si conosce e a cui magari non si dà molto peso. Fa

piacere che ci siano persone così coraggiose come padre Pino Puglisi che nonostante si siano trovate di fronte ad una cosa così difficile da combattere loro non si sono scoraggiate e hanno donato la loro vita per fermare qualcosa di così brutto" (Valentina).

"Secondo me è stata un'esperienza molto divertente durante la quale sono riuscito a staccarmi un attimo dal resto per rilassarmi anche un po'. Per essere stata la prima volta mi è piaciuto parecchio e mi piacerebbe rifarlo anche in futuro magari anche su altre storie. Complessivamente un bel lavoro e molto entusiasmante" (Tommaso).

■ Notizie dalla parrocchia

Approfittiamo di questo piccolo spazio normalmente dedicato alle notizie e agli avvisi "rapidi" per ricordare (anche attraverso le foto, con un ringraziamento particolare a Casateonline.it per quelle della Festa di Oriano) alcuni appuntamenti belli e importanti che si sono tenuti in parrocchia, come la serata in Oratorio dello scorso 15 maggio, in cui don Alessio Albertini ha presentato il suo libro "Sport e storie di riscatto", o come la messa dell'11 giugno per il 35mo anniversario dell'inaugurazione della Baita degli Alpini. E naturalmente ricordiamo la bella Festa di Oriano in occasione del patrono San Marco, tornata quest'anno alla tradizionale estensione dopo la lunga pausa dovuta al Covid, con la partecipazione di tantissime persone e il contributo indispensabile dei bravissimi e instancabili volontari: un grande grazie a tutti!



In pellegrinaggio a Compostela

di STEFANO MARINONI

Raccogliamo con molto piacere l'invito ricevuto dalla redazione di *Shalom* a raccontare il pellegrinaggio di noi quattro: Luigi, Sergio, Stefano e Angelo, amico di Filago in provincia di Bergamo.

Come prima cosa vogliamo permettere che si tratta solamente di una testimonianza tra le tante: centinaia di migliaia di persone ogni anno percorrono il Cammino di Santiago e tanti cassaghesi hanno fatto questa esperienza.

Abbiamo scelto di trascorrere un giorno a Lourdes, per visitare il Santuario di Nostra Signora, affidando alla Madonna il nostro cammino, e partecipare al S. Rosario, alla processione mariana e alla S. Messa notturna davanti alla Grotta. L'in-



domani ci siamo trasferiti a Saint Jean Pied de Port, ai piedi dei Pirenei, punto di partenza del cammino francese. Per prima cosa ci siamo recati all'ufficio del pellegrino per ritirare le credenziali, e la conchiglia, simbolo del Cammino, e raccogliere tutte le indicazioni necessarie dai gentilissimi volontari. Successivamente ci siamo diretti subito all'ostello municipale per metterci in fila e trovare un posto per la notte, una



costante nei giorni a venire, in virtù dell'elevato numero di persone lungo il Cammino.

È difficile raccontare in poche righe i trenta giorni, i 779 km, le quattro regioni (Navarra, Rioja, Castilla y Leon e Galizia) e gli incontri che ci hanno condotto a Santiago de Compostela. Ci è sembrato di vivere in un'altra dimensione, vicina eppure lontana dalla nostra quotidianità. Ogni giornata è stata unica e diversa dalle altre. Abbiamo cercato di vivere ognuna di esse come di un dono da accogliere per come ci è stato dato e da non sprecare. Paesaggi immensi da togliere il fiato per la loro bellezza; albe dai mille colori che ci hanno dato il buon-giorno lungo la strada; capolavori d'arte sia nelle cattedrali di grandi città come Pamplona, Burgos e Leon, che in chiese di centri più piccoli e meno noti; incontri quotidiani e momenti di condivisione con persone da ogni Paese del mondo; comunità di fedeli che ci hanno accolto con la fede e il sorriso; preti che, durante le benedizioni dei pellegrini al termine delle S. Messe, ci hanno guidato nella crescita spirituale in questo nostro percorso.

Il Cammino di Santiago è tutto questo e molto altro. Non si può spiegare, solo vivere.

Naturalmente, come in ogni cosa, ci sono anche aspetti meno positivi, ad esempio, la già anticipata eccessiva presenza di turisti, più che di pellegrini. Il cammino francese è diventato fortemente inflazionato, quest'anno più che mai, complici anche alcuni programmi televisivi coreani. Già nei mesi primaverili, c'è stata una presenza massiva di persone, con ripercussioni sulle strutture ricettive, causa anche un ricorso costante alle prenotazioni degli alloggi. In due circostanze, pur arrivando presto, abbiamo rischiato di non trovar posto per dormire. Fortunatamente in entrambi i casi tutto è andato per il meglio. Dolo-

ri e fastidi muscolari ogni tanto si sono sentiti, ma non hanno avuto nessuna ripercussione sul nostro Cammino.

L'emozione più grande per tutti noi, che sicuramente conserveremo nel cuore è stata, senz'ombra di dubbio, l'arrivo nella piazza della Cattedrale di Santiago, seguita poi dalla visita alla tomba di San Giacomo Apostolo e dal rito del *Botafumeiro* (turbolo della cattedrale), cui abbiamo avuto il privilegio di assistere per ben due volte.

Dopo un giorno di meritato riposo dedicato alla visita di Santiago, siamo ripartiti alla volta dell'oceano, camminando per altri 120 km. Siamo arrivati prima a Finisterre, percorrendo l'ultimo tratto a piedi nudi nell'oceano e, alla sera, ammirando il tramonto in quello che gli antichi credevano fosse il punto più a ovest d'Europa e che segnasse la fine del mondo. L'ultima tappa ci ha portato a Muxia, dove la Vergine Maria arrivò su una barca di pietra per incoraggiare San Giacomo nel processo di evangelizzazione della Galizia. Il volo di rientro da Porto, ci ha infine consentito di dedicare una mezza giornata alla visita dell'incantevole città portoghese.

Il pellegrinaggio verso Santiago resterà un'esperienza indimenticabile per tutti noi. Il Cammino può essere visto come una metafora della vita: possono capitare imprevisti, il percorso presentare delle difficoltà e sembrare interminabile o al di sopra delle proprie possibilità... Ma se noi iniziamo a camminare, passo dopo passo, consapevoli che il Signore è sempre al nostro fianco a indicarci costantemente la direzione da seguire, allora ogni asperità sarà superata, riusciremo a percorrere il nostro Cammino e compire la volontà di Dio.

Un ringraziamento finale va a chi ci ha accompagnato con la preghiera, in modo particolare a don Giuseppe e don Ferdinando.

■ Notizie dal Camerun

di don MARIO MORSTABILINI

Abbiamo ricevuto da don Mario una lettera che volentieri pubblichiamo.

Ngaounderé, 24/05/2023. *Carissimi confratelli in Cristo, pace e bene.* In questo tempo di Pentecoste la liturgia ci presenta l'opera dello Spirito Santo descritta nel libro degli Atti degli Apostoli, racconti straordinari che apparentemente sembrano relegati all'epoca della prima comunità ma in realtà guardandoci intorno anche oggi troviamo l'opera dello Spirito intorno a noi e nella Chiesa. Quello che ho vissuto un paio di settimane fa conferma questa azione dello Spirito e nella semplicità volevo condividere con voi questa esperienza.

Ero in visita in un piccolo villaggio disperso nella savana a più di cento chilometri dalla città, qualcuno mi aveva detto che in quel luogo c'erano dei cristiani per questo mi sono messo in viaggio alla ricerca del responsabile e dopo un lungo vagare l'ho trovato con tutta la sua famiglia la moglie e i suoi sei figli, un signore molto giovane di nome Simone. L'accoglienza e lo stupore stampato sul suo viso erano gran-

di, una visita insperata. Simone ha cominciato a raccontarmi della sua determinazione e tenacia nel radunare una ventina di cristiani cattolici e proporre la preghiera domenicale in comunità. Da più di sette anni guidava la preghiera ogni domenica e da un triennio erano riusciti a costruire una piccola cappella in terra e paglia per avere un luogo dove poter pregare insieme lodando il Signore e ascoltando la Parola di Dio.

Mi ha confidato che spesso era preso dallo scoraggiamento ma una forza interiore lo spingeva a perseverare e a guidare questa piccola comunità posta in un contesto totalmente mussulmano. Mi disse: non so come chiamare questa forza interiore ma comprendeva che veniva da Dio e per questo non poteva tirarsi indietro. Mi parlò della presenza di tre battezzati arrivati una decina di anni or sono per lavorare.

Gli ho proposto di radunarsi la domenica pomeriggio per celebrare con loro e con tutti gli altri una Santa messa. Simone fece un salto di gioia e accettò con gioia la proposta. Fu così che la dome-

nica pomeriggio verso le 15.30 ci incontrammo per la celebrazione della Santa Messa.

Sono stato molto colpito dalla preparazione dei ragazzi che conoscevano tutte le risposte della messa e contavano e lodavano il Signore con immensa gioia. Io ero commosso perché era la prima volta che quei ragazzi potevano seguire una messa. Durante la predica li ho interrogati sulla Bibbia, su Gesù e il Vangelo i sacramenti e altro e sono rimasto veramente sorpreso di come conoscessero tanti contenuti della fede cristiana. In quel momento ho capito ancora di più chi è lo Spirito Santo e come continua a compiere miracoli e cose meravigliose. Una vera Pentecoste. Ho capito che la perseveranza del responsabile aveva aperto la strada per il battesimo una ventina di ragazzi e che la vera missione nasce proprio dall'obbedienza allo Spirito Santo.

Rientrando a casa ho ripensato a tutto quello che ho vissuto e non mi restava che rendere grazie al Signore per la sua grande misericordia. *Pace e bene a tutti.*

Don Mario

■ Notizie dall'Associazione Sant'Agostino

di LUIGI BERETTA

I. La Settimana Agostiniana 2023

A settembre avrà luogo la trentatreesima edizione della Settimana agostiniana, mentre è da ben 393 anni che si celebra, nella festività di Sant'Agostino il 28 agosto, il ricordo e la memoria dello scampato

pericolo dalla morte di peste a Casago nel 1630.

Durante le serate verranno proposte tematiche di interesse locale associate al ricordo di Agostino: quest'anno il tema scelto si collega al ricordo del centenario della traslazione delle spoglie di Sant'Agos-

stino da Cagliari a Pavia voluta dal re longobardo Liutprando, un illuminato sovrano di un regno che si estendeva dal nord al centro e al sud Italia con capitale a Pavia. I temi che saranno trattati rappresentano una occasione sia per conoscere che per approfondire le vicissitu-



dini della traslazione, per rendersi dell'importanza delle visite ai luoghi agostiniani in terra d'Africa, delle difficoltà di pellegrinaggi in territori che ormai non serbano più ricordi del loro florido ma lontano passato cristiano. Non mancheranno occasioni per conoscere ed approfondire gli aspetti storici, letterari, culturali che hanno da sempre accompagnato e tuttora accompagnano l'esperienza spirituale di Agostino. Le serate si svolgeranno nella sala del Pellegrino, che costituisce un significativo luogo all'interno di un'area, quella dei Ruderer, ricca di storia, di reminiscenze agostiniane e di eleganza architettonica.

Anche quest'anno verranno riproposte varie iniziative con lo scopo di rendere conviviale la ricorrenza della festività agostiniana: ci sarà il pranzo (su prenotazione), giochi per bambini nel Parco *rus Cassiacum*, una serie di piccole scenette offerta dai bambini preparate durante l'O-

ratorio feriale e, per chi si cimenterà in questa impresa culinaria, una gara alla realizzazione della torta di Sant'Agostino, i cui ingredienti sono disponibili da mesi sui social.

Il programma, ancora in fase di stesura definitiva, ma pressoché completo, che verrà distribuito ad agosto, prevede:

- Domenica 27 agosto: S. Messa nella Festività religiosa di Santa Monica in chiesa parrocchiale con esposizione della reliquia;
- Lunedì 28 agosto: S. Messa in chiesa parrocchiale a suffragio della Comunità con esposizione della reliquia nella Festività religiosa di Sant'Agostino Compatrono di Cassago;
- Giovedì 31 agosto: Relazione del prof. Giuseppe Redaelli Head of Secondary Academics International School of Milan;
- Venerdì 1° settembre: "Da Cagliari a Pavia: la staffetta del viaggio delle

spoglie di Agostino" relatore Massimo Didoni ideatore del pellegrinaggio da Cagliari a Pavia;

- Sabato 2 settembre: Presentazione a cura dell'autore di una triade di libri adatti al popolo d'oggi su Sant'Agostino di Padre Antonio Baldoni;
- Domenica 3 settembre: 11.00: S. Messa solenne nella chiesa parrocchiale celebrata da padre Antonio Baldoni OSA priore del convento di san Pietro in Ciel d'Oro a Pavia nella ricorrenza della 393ma Festa in onore di Sant'Agostino Patrono di Cassago, con la preghiera per la Comunità e l'offerta dell'olio per la lampada votiva da parte del Sindaco avv. Roberta Marabese e delle Autorità Comunali di Cassago. 12.30: Pranzo in amicizia aperto a tutti presso la Cittadella Agostiniana con il supporto dell'Associazione Sajopp (Prenotazione obbligatoria al 3393670748 – 3927218978). A seguire: Scenette teatrali "Alla

scoperta di Agostino...” con attori bambini dalla scuola primaria alla secondaria a cura di Chiara Donghi e Margherita Rigamondi. Giochi per tutti i ragazzi. Torta di Sant’Agostino;

- Lunedì 4 settembre: “Il Tour dei Lose: viaggi in Brianza di due secoli fa” a cura dell’Ing. Renato Ornaghi;
- Martedì 5 settembre: “L’Africa di Agostino: un viaggio in immagini e parole alla ricerca di un santo” immagini e presentazione a cura di Annarita Sironi.

2. Prossimi appuntamenti ed eventi culturali

L’Associazione propone nel mese di settembre altre iniziative con lo scopo di offrire sia ai nostri concittadini che ai visitatori di altri paesi, l’opportunità di conoscere le bellezze storiche di Cassago.

- 24 settembre: in mattinata ci sarà un raduno, definito “Passeggiata d’autunno”, di auto, moto, vespe storiche con visita guidata alla Cittadella agostiniana. Nel pome-

riggio avrà luogo la manifestazione regionale Ville Aperte con visite guidate al Parco storico-archeologico e la Cittadella Agostiniana;

- 29 settembre: Serata Manzoni a Bulciago in occasione dei 150 anni della morte di Manzoni: Immagini e testi del lecchese da “I Promessi Sposi”;
- 6 ottobre: ospiti nella Villa Lurani-Pedroli a Zizzanorre, una serata in omaggio a Italo Calvino e alla sua opera di letterato curata da Ivano Gobbato.

Notizie dalla Caritas

di ENRICA COLNAGO

Il 20 giugno scorso si è celebrata la “Giornata Mondiale del Rifugiato”, appuntamento annuale voluto dall’Assemblea Generale delle Nazioni Unite.

Da alcuni anni la Giornata Mondiale del Migrante e del Rifugiato, per decisione del Santo Padre su richiesta di varie Conferenze Episcopali, viene celebrata liturgicamente l’ultima domenica di settembre che quest’anno sarà il 24. Papa Francesco ha predisposto per l’occasione un messaggio che ha intitolato “*Liberi di scegliere se migrare o restare*”, con l’intenzione di contribuire alla difficile lettura della realtà dei flussi migratori dei nostri tempi.

La libertà dovrebbe sempre essere alla base della scelta di lasciare la propria terra, ma ciò accade molto raramente. La stessa fuga in Egitto della Santa Famiglia (Mt 2,13) non fu frutto di una scelta libera, come del resto non lo sono le migrazioni attuali, indotte da conflitti, persecuzioni, disastri naturali come terremoti o gravi conseguenze dei cambiamenti climatici. Per cercare di eliminare queste cause è necessario un impegno comune di tutti,

ciascuno secondo le proprie responsabilità.

Certo che noi singoli cittadini ci sentiamo inermi davanti a questi problemi mondiali e ci chiediamo: “*Ma cosa possiamo fare?*” Sicuramente non grandi cose, ma già sarebbe un passo avanti prendere coscienza dell’esistenza di questi fattori che rendono impossibile la vita a tanti nostri fratelli nei luoghi di nascita, inducendoli a cercare altrove una vita migliore, pur rischiando di perderla durante le tappe migratorie.

Molti Paesi economicamente più forti fanno scelte che ricadono pesantemente e negativamente sulle popolazioni più svantaggiate, come ad esempio la corsa agli armamenti, il colonialismo economico, lo sfruttamento indiscriminato delle risorse altrui, la devastazione della “*nostra casa comune*”. Per fare della migrazione una scelta davvero libera, tutti i Governi, e in particolare quelli dei Paesi di origine dei migranti, dovrebbero sforzarsi di garantire a tutti un’equa partecipazione al bene comune, il rispetto dei diritti fondamentali e l’accesso allo sviluppo uma-

no integrale, offrendo la possibilità di una vita dignitosa e la realizzazione personale e come famiglia. Poiché le risorse mondiali non sono illimitate lo sviluppo dei Paesi economicamente più e poveri dipende dalla capacità di condivisione che si genera tra tutti i Paesi e questo è purtroppo un lungo e difficile cammino!

“*Perché ho avuto fame e mi avete dato da mangiare, ho avuto sete e mi avete dato da bere, ero straniero e mi avete accolto...*” (Mt 25, 35-36). Papa Francesco ricordando nel suo messaggio queste parole ci invita ancora una volta a riconoscere nel migrante non solo un fratello o una sorella in difficoltà, ma Cristo stesso che “*bussa alla nostra porta*”. Perciò mentre si opera perché la migrazione sia frutto di una scelta libera, il Papa ci chiama “*ad avere il massimo rispetto della dignità di ogni migrante, favorendo l’accompagnamento e il controllo di flussi migratori, costruendo ponti e non muri, ampliando i canali per una migrazione sicura e regolare. Ci sia sempre una comunità pronta ad accogliere, proteggere, promuovere e integrare tutti, senza distinzione e senza lasciare fuori nessuno*”.

Notizie dall'Opera don Guanella

di don STEFANO BIANCOTTO SDC*

Anche quest'anno abbiamo festeggiato Sant'Antonio di Padova, in un contesto di comunità e di partecipazione; è stato grande il concorso di popolo oltre alla presenza dei nostri ragazzi e all'accompagnamento del corpo bandistico. Purtroppo, visto il tempo variabile, abbiamo deciso di non svolgere la consueta processione per le vie del paese, ma i vesperi cantati e il rosario meditato con testi di Sant'Antonio è stato comunque un momento intenso e partecipato (anche se forse un po' "lungo").

È stato bello per noi della casa aprire ancora una volta le nostre porte per accogliere la comunità tutta, civile e religiosa, sentendoci non uno spazio a sé, ma parte viva di una più vasta famiglia.

Alla fine della celebrazione, è stato distribuito il pane di Sant'Antonio benedetto nella Messa domenicale.

Forse molti conosceranno già l'origine devozionale di questa usanza: nasce dall'amore e dalla di-

sperazione di una mamma padovana il cui bimbo, giocando, era caduto e annegato in una tinozza d'acqua; la mamma supplicò il Santo di restituirle il figlio vivo promettendo, in cambio, tanto pane per i poveri quanto pesava il bimbo. Ottenuto il miracolo, nacque la tradizione di offrire al Santo tanto pane quanto il peso dei bambini, per invocare aiuto e protezione.

Da questo aneddoto, la tradizione francescana del pane del povero e delle mense che offrivano rifugio e una tavola fraterna a chi ne era privo.

Questa tradizione ruota attorno al tema del "pane": alimento povero ed insieme nobile, segno per eccellenza di condivisione, di abbondanza e di dignità. Il pane non è solo il cibo di base per ogni pasto, che sapientemente valorizza ed accompagna ogni altro sapore, ma è anche segno della fraternità, della condivisione, del fatto che da un'unica pagnotta si fa un po' per uno. Ricordo un anziano confratello che con grande saggezza, mentre eravamo a tavola per il pranzo, mi diceva: "Il pane non si taglia, ma si spezza!", come a dire che il gesto più bello è proprio quello del prendere la pagnotta, romperla e porgerla, dalla tua mano alla mia mano.

Il pane che ci scambiamo diventa per eccellenza il segno della relazione, della condivisione, del fatto che quando sappiamo di poter contare gli uni sugli altri nessuno di noi si sente solo. Cari amici, oramai l'anno sociale è quasi concluso e ci avviamo verso l'estate e il tempo delle vacanze e

del riposo. Vorrei salutarvi con un pensiero che don Guanella scriveva alle sue suore missionarie negli Stati Uniti: "Che farete nel mese della vacanza? Fate del bene al corpo, del bene alla mente, del bene al cuore. Adoperate le potenze vostre per aggiungere pregio e valore alla persona vostra. Un po' di riposo al corpo e molto riposo all'anima, perché vi ringagliardisca al lavoro".

Don Guanella, seguendo una saggia tradizione dei padri della Chiesa, ci ricorda che il tempo della distensione e dello svago non deve diventare tempo "vuoto", di ozio, di noia. Il riposo del corpo può essere invece occasione per nutrire lo spirito: con qualche buona lettura, una sana passeggiata, una cura più tranquilla del corpo e il ravvivarsi delle relazioni. Anche noi con i ragazzi partiremo tra poco per i nostri soggiorni estivi in montagna: vi diamo un grande saluto e speriamo di potervi parlare delle nostre esperienze sempre su queste pagine!



■ In visita a Mons. Giuseppe Morstabilini

di TIZIANO PROSERPIO

La scorsa domenica 28 maggio il gruppo di “Respira la Montagna” si è recato al Santuario di Campoè con i genitori e i ragazzi dell’iniziazione cristiana, e trovandosi in Vallassina ne ha approfittato per visitare il nostro compaesano don Giuseppe Morstabilini, ora monsignore, che da quasi un anno è prevosto di Asso. Il gruppo è stato accolto nel suo oratorio dove ha passato il pomeriggio e celebrato la santa messa nella chiesa parrocchiale. Ne è nato un dialogo con don Giuseppe di cui trovate di seguito una sintesi.

Come ti trovi qui ad Asso? Ormai è un anno che sei qui, giusto?

Il 28 giugno sarà esattamente un anno. Mi trovo molto bene. La gente mi ha accolto bene e posso dire che è nata subito una bella collaborazione basata su un rapporto di stima vicendevole.

Tu sei venuto qui dopo l’esperienza in missione, che è stata più breve del previsto, non ti è dispiaciuto lasciare la missione?

La mia esperienza in missione è stata breve, solo due anni. Molto meno di quanto potevo immaginare. Sì, mi è spiaciuto molto lasciare la missione anche perché era un sogno che avevo nel cassetto da molto tempo e quando finalmente si stava realizzando sono venute meno le condizioni perché potesse andare avanti. Per me è stato un grosso sacrificio rientrare, ma poi la nomina a parroco mi ha rilanciato subito su nuove prospettive.

Non ti sarebbe piaciuto partire per un’altra meta?

Rientrando dallo Zambia mi era stato proposto di partire per il Bra-

sile, ma il problema era la lingua. In Brasile parlano il portoghese, mentre la lingua straniera che io parlo è l’inglese e in quel momento non c’erano progetti in paesi anglofoni dove servisse un prete.

Quindi ti sei rimesso a disposizione della diocesi.

Esatto, e anche la destinazione ad Asso è stata per me del tutto inaspettata. In questi anni ho toccato con mano ancora una volta come il buon Dio ci guida attraverso strade che non sono quelle che noi immaginiamo. Mi spiego: dalla scelta di partire per la missione la mia vita è stata segnata da esperienze molto intense e significative: innanzitutto la formazione per la missione a Verona, poi ho vissuto quasi un anno in Irlanda a Dublino; poi sono andato a lavorare in ospedale per sei mesi in un reparto sub-intensivo per l’emergenza Covid. Successivamente due anni di missione molto ricchi e intensi, ed infine la nomina a parroco di Asso. Quante esperienze in così poco tempo! Che ricchezza che ho potuto vivere forse anche grazie a quella disponibilità per la missione. Mi piace pensare che il buon Dio abbia usato di quella disponibilità per accompagnarmi in esperienze che mai avrei immaginato. Sono convinto che se ci lasciamo guidare dal buon Dio anche le esperienze che ci causano più sofferenza possono diventare autentiche esperienze di vita.

Qui ad Asso sei anche stato nominato monsignore; come ti sei sentito quando per la prima volta hai indossato il corredo da prelado d’onore con tanto di ferula e paramenti annessi?

Chiariamo prima una cosa: storicamente il parroco di Asso è insi-

gnito del titolo di monsignore con la nomina vaticana a “prelado d’onore”; questo per ragioni storiche per le quali non mi dilungo. Il fatto che abbiano scelto me per una nomina di questo prestigio, non vi nascondo che mi ha lasciato un po’ basito. Qui il discorso si farebbe lungo, ma preferisco evitare altre considerazioni in questa sede. Beh, inutile dire che l’emozione è stata tanta la prima volta che mi sono vestito con tutte le insegne, ma questo mi ha ricordato ancora di più la responsabilità che mi stavo assumendo. Poi al di là di tutti i fasti onorifici, io di fatto faccio il parroco come qualsiasi altro parroco. Né più né meno.

Grazie delle tue parole don Giuseppe, sono una bella testimonianza di fede. Ti vediamo contento e sereno e questo per noi è davvero un piacere. Sappi che a Cassago tu sei sempre benvenuto e ti sentiremo sempre come uno di noi.

Sono io che ringrazio voi della visita e sappiate che anche io porto sempre nel cuore Cassago.



■ Ottimi risultati per le nostre ginnaste

di MARTINA SISTI, MARTINA RIPAMONTI ed ELISA LEONE

Le ragazze dell'Oraritmic (Ginnastica Ritmica dell'oratorio) ai campionati nazionali di Cesenatico erano suddivise in livelli: 1°, 2°, 3° livello e Silver.

Nel weekend dal 2 al 4 giugno hanno gareggiato Emma e Giorgia; con il loro esercizio di coppia alla palla guadagnano un bellissimo terzo posto e con una medaglia di bronzo gigante tornano a casa felicissime e rendendoci orgogliose di loro.

Nei giorni 9-10-11 giugno si sono svolte le gare nazionali di ginnastica ritmica organizzate dallo Csen. L'Oraritmic ha portato in gara ben 23 ginnaste che sono riuscite con il loro impegno a portare a casa eccellenti risultati. Ogni ginnasta con grande entusiasmo ha dato il meglio di sé portando in gara esercizi pieni di energia.

Partendo dal primo giorno, nel primo livello hanno gareggiato la coppia cerchio, Benedetta ed Emma, e successivamente la squadra alle cinque palle composta da Elena, Alessia, Anna, Agata e Alice, arrivando tutte nella fascia bronzo.

Nel primo pomeriggio hanno gareggiato, sempre nel primo livello, Chiara con un esercizio al cerchio

ed Evelin con uno alle clavette guadagnando tutte e due la fascia bronzo.

Invece nel tardo pomeriggio hanno gareggiato, nel primo livello, Elisa con un esercizio al cerchio e Aurora con uno alla palla, guadagnando rispettivamente la fascia argento e quella oro.

Nel primo pomeriggio hanno gareggiato: Emma, con un esercizio al corpo libero conquistando una bellissima fascia argento; Chiara e Iris con un esercizio di coppia al corpo libero, conquistando la fascia bronzo.

Nel tardo pomeriggio ha gareggiato la coppia al cerchio formata da Irene e Miriam che ha guadagnato il quinto posto.

Domenica, nonché l'ultimo giorno, hanno gareggiato al secondo livello Anita, Sofia e Laura guadagnando rispettivamente un quattordicesimo posto per l'individuale alla palla e un quarto posto per la coppia alla palla.

Per concludere questa esperienza, nel terzo livello, l'atleta Martina Ripamonti con la sua eleganza è riuscita a guadagnarsi un meritato terzo posto.

L'esperienza a Cesenatico è stata entusiasmante ed emozionante e tutte le allenatrici sono molto fiere di ogni ragazza!

Nella settimana di luglio (dal 17 al 21) si terrà in oratorio il campus di Ginnastica Ritmica;

tantissime iscritte e divertimento per poter provare ed impegnarsi in questa splendida disciplina.

A settembre ritorneremo con i regolari corsi per tutte le bambine, non vediamo l'ora di ripartire per poter portare a casa qualche altra grande soddisfazione!



Il secondo giorno è stata la volta del secondo livello. La mattina hanno gareggiato Sophia, con un esercizio individuale alla palla e ha guadagnato il sedicesimo posto, ed Elena con Elisa, facendo un esercizio con tanta grinta al cerchio e portandosi a casa un bellissimo primo posto.

■ Un australiano a Cassago

di EGIDIO COLOMBO

Se vi trovaste di fronte a uno straniero, uno di quelli veri intendendo, venuto da lontano, addirittura dall'altra parte del mondo, cosa gli domandereste? È il dilemma al quale mi sono trovato a rispondere qualche tempo fa al rinfresco tenutosi in occasione della Santa Cresima della mia nipotina Ginevra (alla quale ovviamente rinnovo gli auguri). Ma andiamo per ordine.

Lo straniero in questione si chiama Tony ed è il secondo cugino (almeno credo, dato che non sono molto ferrato nello stabilire i legami di parentela oltre il primo grado) di mia suocera Erminia.

Tony vive nella provincia di Sidney ed è figlio di un italiano, originario di Sirtori, che è emigrato in Australia negli anni Sessanta, e di una au-

straliana. Dopo oltre mezzo secolo ha deciso di venire in Italia qualche mese, per riscoprire i luoghi della sua famiglia paterna e allo stesso tempo visitare le meraviglie del bel Paese.

Nei mesi di aprile e maggio è stato ospite dei miei suoceri i quali, oltre ad ospitarlo, si sono prodigati nello scorrazzarlo in lungo e in largo per la Brianza, in su e giù per i sentieri delle montagne lecchesi e... le scale mobili dei vari centri commerciali della nostra zona.

Come siano riusciti a intendersi e come abbiano interagito per tutto questo tempo è rimasto per me un mistero fino al giorno della Cresima; Tony, infatti, parla l'italiano quanto i miei suoceri l'inglese, cioè praticamente zero. Le comunicazioni (ol-

tre alla gestualità in cui noi italiani siamo maestri) venivano il più delle volte affidate al traduttore automatico di Google, il quale, nonostante la buona volontà, non poche volte è stato fonte di incomprensioni ancora maggiori e irripetibili insulti.

Il compito di instaurare con Tony una conversazione un po' più fluente ed articolata, che lo facesse sentire meno isolato, quantomeno il giorno della Cresima, è stato perciò affidato a mio cognato Matteo (che l'inglese lo conosce davvero) e a me (che in realtà lo sbiastico, ma con una certa credibilità). Definiti quindi i contorni della vicenda rimane però il dilemma, cosa chiedere?

In realtà le curiosità e le domande da fare a chi arriva da oltre oceano sono fortunatamente moltissime e



Tra Italia e Australia c'è una distanza di circa 15mila km, e ci vorrebbero trenta "Italie" per fare una sola Australia...



Tony è stato molto disponibile e paziente nello spiegarci buona parte delle differenze che caratterizzano i nostri mondi.

Gli spazi e le distanze innanzitutto, così ampie per loro quanto compresse per noi, basti pensare che il “vicino” di casa di Tony (che abita in campagna) si trova a circa 4 km, mentre il centro abitato più vicino dista 80km. Di conseguenza anche la socialità è molto diversa e internet non aiuta, non perché la riduca ancora di più, ma semplicemente per il fatto che essendo a pagamento e a costi esorbitanti, ci si connette, per usare un eufemismo, con molta parsimonia. Quando ci si sposta con il Pick-up – le nostre utilitarie non sono infatti contemplate – bisogna assicurarsi di avere acqua, carburante e kit di primo soccorso sempre a bordo. Anche perché in un paese dove la sanità pubblica non esiste, farsi male senza avere una adeguata copertura assicurativa è fortemente sconsigliato. Il paesaggio è pressoché piatto e la montagna più

alta probabilmente impallidirebbe di fronte alla maestosità del nostro Cornizzolo. Mio suocero mi raccontava che Tony, durante una gita ai Resinelli, veniva colto da tremore misto a vertigini neanche fosse sulla cima dell'Everest. La qualità dell'aria invece sembrerebbe migliore in Australia, Tony se ne è reso conto appena atterrato dall'aereo dal momento che il suo naso è rimasto intasato per oltre una settimana.

Una serie di differenze, quindi, come è logico aspettarsi fra due mondi così lontani sia fisicamente che culturalmente e sulla base di queste differenze ho ipotizzato e chiesto conferma a Tony sul fatto che non avesse capito nulla della celebrazione a cui avevamo appena atteso. “*In realtà ho capito tutto*” è stata la candida risposta di Tony, e a quel punto ho inteso quale era la domanda che forse più di altre avrei dovuto fare sin dall'inizio.

Anche Tony infatti è cristiano cattolico, anche se fa parte di una minoranza del 20% del paese (o almeno

così ho capito). Il padre era molto religioso e gli ha trasmesso la fede, mentre la madre, che è ancora in vita, è protestante. Forse la risposta era scontata e avrei potuto dedurla dal fatto che il padre fosse italiano. Meno scontato però è che quella fede l'abbia conservata, integra, per anni, in un luogo in cui il concetto di comunità cristiana è una pura astrazione e per partecipare a una messa bisogna percorrere almeno un'ora di strada.

E allora nel salutare Tony che a luglio ripartirà per il suo lontano paese, non posso fare a meno di ringraziarlo per avermi ricordato una volta di più che l'abbondanza di chiese e celebrazioni di cui disponiamo non può e non deve essere data per scontata e se, in occasione del giorno di Natale, le celebrazioni dovessero essere ridotte da una ogni due ore a una ogni quattro, pazienza, troveremo il modo di partecipare comunque con gioia e... senza lagnarci troppo se non incontrano esattamente le nostre comodità.

La cattedrale cattolica di Santa Maria a Sydney



■ Sessant'anni fa l'elezione di Paolo VI

di IVANO GOBBATO

Era il 21 giugno del 1963, inizio dell'estate di quell'anno foriero di grandi cambiamenti: pochi giorni prima, il giorno 3, era morto Papa Roncalli e ora dal comignolo della Sistina usciva fumo bianco, segno che un nuovo Pontefice era stato eletto.

Anche un cassaghesse (almeno uno: pochissimi all'epoca, del resto, i possessori di un televisore) lo stava vedendo: era don Giovanni Motta, il quale proprio in quel momento aveva acceso l'apparecchio "per caso", ricordò poi. Raramente "chi entra papa in conclave" ne esce con le chiavi di Pietro in mano, ma in quell'occasione il detto popolare venne smentito e alla sesta votazione l'Arcivescovo di Milano Giovanni Battista Montini prevalse. Molti avevano prefigurato quell'esito.

Fu in effetti un conclave breve, durato nemmeno due giorni, e si potrebbe pensare allora a un'elezione lineare e scontata, poco più che una formalità, ma naturalmente non fu così: anche senza prestare troppa fede ai resoconti successivi, che narrano di "scontri" tra le ali progressista e conservatrice del collegio cardinalizio quando non addirittura di riunioni segrete e tentativi di fare pressioni anche dall'esterno (alcune ricostruzioni non risparmiano neppure un ruolo per i servizi segreti occidentali e orientali, si era del resto negli anni di James Bond, il cui primo film,

"Agente 007 - Licenza di uccidere", era uscito nell'ottobre precedente) si deve comunque riconoscere che i tempi erano tutt'altro che tranquilli (ci faccia caso soprattutto chi, oggi, pensa che "Una volta sì che si stava bene") essendo al pro-



L'arcivescovo di Milano Giovanni Battista Montini, futuro papa Paolo VI

prio culmine la guerra fredda – la crisi dei missili a Cuba aveva terrorizzato il mondo nell'ottobre 1962 – ed essendo imminente, ma questo nessuno lo poteva sapere, l'assassinio di John Kennedy a Dallas, il 22 novembre di quello stesso '63. Anche la Chiesa era in un momento

di passaggio: Giovanni XXIII aveva aperto pochi mesi prima il Concilio Vaticano II ma il nuovo Pontefice avrebbe potuto decidere in piena autonomia se proseguirlo – i lavori erano in effetti appena iniziati – o già concluderlo, rinviando *sine die* la

discussione su un rinnovamento ormai ritenuto imprescindibile da molti. Sia come sia, se anche vi fu nel conclave lo scontro tra posizioni distanti sulla questione conciliare, questo non impedì l'elezione del cardinal Montini in nemmeno quarantott'ore: avrebbe assunto il nome di Paolo VI: erano quasi tre secoli e mezzo che un papa non prendeva il nome dell'Apóstolo delle Genti.

Avrebbe "regnato", Papa Montini, per poco più di quindici anni, in un pontificato ricco, pieno di eventi, oggi forse poco e male ricordato.

Tra le molte altre cose avrebbe viaggiato all'estero, inaugurando una stagione che continua ancora, avrebbe abbracciato il Patriarca di Costantinopoli Atenagora dopo novecento anni di reciproche scomuniche tra le Chiese d'oriente e

d'occidente, avrebbe ovviamente portato a compimento e concluso il Concilio, avrebbe infine sofferto amaramente, nelle ultime settimane di vita, per l'amico Aldo Moro. Tutte cose che qui, per ovvie ragioni di spazio, dobbiamo tralasciare, così come nulla c'è il tempo di



dire della visita a Cassago dell'allora mons. Montini, Arcivescovo di Milano da pochi mesi, il 2 e 3 settembre del 1955 (tra l'altro giorni di festa per Sant'Agostino, e la cosa non era stata preventivata), per la consacrazione della chiesa parrocchiale e il conferimento della cremina a cinquanta bambini.

Ma forse una nota cassaghese ancora si può scrivere, e riguarda di nuovo don Giovanni Motta, di cui

si è appena ricordato, il 19 maggio scorso, il 50mo dalla morte: pochi giorni prima dell'apertura del conclave don Motta mandò all'Arcivescovo una nota di augurio (per un "Presentimento", scrisse per l'esattezza don Giovanni) e aveva ricevuto risposta.

"Il card. G. B. Montini Arcivescovo di Milano ringrazia il M. R. don Giovanni Motta delle devote espressioni del

suo scritto, delle preghiere per le necessità della Chiesa e della Diocesi, e di cuore invia auspicio di grazia e divini favori, una particolare pastorale benedizione, che estende ai cari parrocchiani di Cassago Brianza".

Possiamo confidare nel fatto che quella benedizione, essendo la benedizione di un santo (proclamato da Papa Francesco nel 2018) continui ancora a stendersi su tutti noi.

■ Una valigia per dire grazie

di NICOLÒ FRATTOLILLO

Dopo le diverse occasioni per salutarvi di persona, affido queste poche righe a *Shalom* con il desiderio di raggiungere coloro che non sono riuscito a salutare di persona e di ripetere volentieri il mio grazie alla vostra comunità. Perciò vi ripropongo, con gioia, quanto ho letto nel corso delle S. Messe di domenica 21 maggio perché credo riassume bene quanto porto nel cuore ed in valigia.

Chi in questi mesi mi ha visto arrivare il sabato pomeriggio e ripartire la domenica ha sicuramente notato la mia grande valigia. Ora vorrei salutarvi raccontandovi come quella valigia è sempre stata più pesante e, al tempo stesso, più leggera ad ogni mia ripartenza. Infatti, in quella valigia ci sono soprattutto i vostri volti che ho visto crescere: volti di bambini, preado (i primi ad accogliermi mandandomi un video di saluti ancor prima che fossi arrivato),

adolescenti e giovani (con cui ho condiviso soprattutto l'oratorio feriale e altri bei momenti), famiglie, anziani, don Giuseppe, don Ferdinando, padre Marc, guanelliani, chierichetti, catechisti e i tanti volontari della parrocchia e dell'oratorio, e... spero di non aver dimenticato nessuno.

In quella valigia ci sono i vostri sorrisi e qualche lacrima che ho consolato; c'è una comunità gentile e accogliente; c'è una comunità volenterosa e orgogliosa della propria storia e dei propri preti, missionari e seminaristi; c'è una comunità che mi ha aiutato a crescere e anche a stemperare qualche tensione e preoccupazione che mi portavo dal Seminario.

In quella valigia c'è una comunità generosa che mi ha aperto le sue case ma soprattutto il suo cuore; c'è una comunità che dal primo giorno ha riposto la sua fiducia in me e non ha mancato occasione per ribadirla e per ringraziarmi.

In quella valigia ci sono i vostri sogni, paure, difficoltà, la vostra fede e le preghiere che porto a casa e affido al Signore. Continuate a pregare per me, per i miei compagni, per la vocazione dei vostri giovani. In quella valigia c'è un canto, "Il 14 Nisan", che ho scoperto qui. Per qualcuno definisce la "cassaghesità". È un canto che dice di una comunità che trova il suo cuore nel celebrare l'eucaristia, nell'accogliere l'invito di Gesù: "Fate questo in memoria di me". In quella valigia

c'è una comunità che vive il Vangelo. Una volta Madre Teresa di Calcutta disse che possiamo riassumere il Vangelo in cinque parole. "Lo avete fatto a me". Grazie!



■ “Una vita”

di BENVENUTO PEREGO

Nello splendore del panorama il silenzio crea un nido di pace in cui una signora siede, sola. Per il registro parrocchiale il suo nome è Gisella, ma tutti la chiamano Elda dato che all'anagrafe, tanto tempo prima, l'impiegato l'aveva scritto leggermente diverso: Giselda. Sta su una panchina, nel bel parco di una casa di riposo di cui è ospite anche se ogni tanto le piace ancora aiutare in cucina, anche per sfuggire alla noia e agli inutili rimpianti. Non lontanissima dall'ottantina, dall'aspetto curato e piacevole, sente ancora il bisogno di amare e di vivere felice, cosa assai difficile in una cornice in cui regnano sovrane la solitudine, la rassegnazione e l'attesa “dell'ultima alba”.

Se ripensa al passato, si rende conto di quanto esso sia stato disordinato, e non solo per colpa sua: sa di essere stata considerata spesso più una bambola che una creatura umana. Ma sono anni ormai che è separata da quel marito che credeva fosse un Abele, sempre allegro com'era, ma nella realtà si era rivelato Caino. Lei si era sempre ritenuta fragile, per nulla ambiziosa, con un cuore capace d'amore nel petto e nella mente una grande immaginazione.

È proprio grazie a questa indole se veleggia pacatamente, aperta alla possibilità di un incontro proprio come quello che è avvenuto da qualche tempo, ricambiando per caso il saluto di un uomo che aveva scambiato per un'altra persona; ne era nata un'amichevole compagnia e una sorta di confidenza reciproca che a volte sembrava sfociare nell'affetto e a volte

si ritraeva, come se l'altro fosse rimasto intimorito per via dell'età e delle tante considerazioni che l'età porta con sé. Era stata troppo “soffocante”? A volte Elda se lo domandava ma non sapeva rispondere. Oggi cerca di nascondere la sua tristezza al pensiero di quel vivere che poco a poco diventa “meno” vivere con l'avvicinarsi del tramonto inevitabile. “*Ma non voglio restare sola!*” ripete sovente, specialmente la sera.

È sempre stata una donna avvenente, poco colta magari, certamente ingenua, in cerca del divertimento, ma “*Cosa c'è di male – dice a sé stessa – la bellezza è innata in me, e anche il desiderio di allegria; non ho mai agito per interesse ma solo e sempre per amore*”. La realtà, purtroppo, si è rivelata poco generosa presentandole il conto con l'amore tossico di un marito incline al tradimento e successivi spasimanti che millantavano chissà che futuro ma l'hanno invece defraudata di quasi ogni suo avere, avventurieri babbei, spesso anche cattivi consiglieri.

Dopo l'inevitabile separazione, era fermamente decisa a difendere la riconquistata “libertà”, ma in verità desiderava stare sola, e si immaginava sola per sempre, ma la mancanza di una forma di condisione la turbava profondamente così come il ricordo del tanto – decisamente troppo – tempo dedicato alle feste, alla gioventù che quando c'è si crede sia eterna, al fallimento nei tentativi di uscire da certi sciocchi vizi come quello del fumo, o dalla compagnia di sedicenti “amici” vanesi dal fascino guascone.

Ma proprio oggi un nipote è arrivato dopo molto tempo a farle visita in questo luogo in cui una parola amica è forte come una medicina. È un momento felice, atteso, e lei, poco incline a smancerie, baci e abbracci, lo accoglie con grande calore. Appoggia la mano su quella del nipote e gli confessa i momenti tristi che vede dalla panchina nel parco, che è per lei come un osservatorio. A guardare le persone che la circondano, a volte smarrite se non addirittura sofferenti, le sovviene il ricordo di quando “*in illo tempore*” la musica dei valzer e delle quadriglie la circondavano.

Il nipote, Gioele, purtroppo figlio unico, è una gioia per Elda: nel deserto del suo cuore grande importanza hanno la “parola” e un viso amato. Dopo un abbraccio, Gioele tace e pare leggere chiaramente i pensieri della zia. Le stringe le dita dicendo: “*Volevo proprio venirti a trovare, ne sentivo il bisogno, e sono felice di vederti in salute, curata e truccata*”. Elda sa ben nascondere le rughe sotto un velo di cipria, e sorridendo vede il nipote come un buon soldato all'attacco per conquistare un suo sorriso. Lui sembra impacciato, e certamente contribuisce all'imbarazzo l'ambiente della casa di riposo, che troppo spesso esclude e isola le persone dalla comunità. Stringe la mano della zia e le sorride a propria volta; gli piace sentirla parlare con le consuete cortesia e affabilità, anche se le cose che sente sono tristi: “*Vedi, qui c'è gente svogliata di vivere, se suona un motivo allegro alla radio nessuno balla, se suona una canzo-*

ne triste nessuno piange. Anch'io ho attraversato un periodo burrascoso dove le onde erano alte e la schiuma velava appena gli scogli aguzzi. Mio caro ragazzo, ho fatto molti sbagli ma quando ridevo, bevevo, ballavo, cantavo e sì, anche amavo e baciavo, non l'ho fatto mai per interesse, solo per allegria, per voglia di vivere".

È quasi liberatorio confidarsi con il nipote. Lì all'istituto sono rari i momenti in cui poter arrivare così lontani nell'aprirsi. A volte Elda ne parla con la psicoterapeuta e si compiace di farla sorridere anche se entrambe sanno che sotto il cerone del clown scorrono a volte le lacrime: *"Senza verità siamo solo animali"*.

Gioele ha portato dei dolci, che sono sempre stati per Elda uno sfogo: ha così spesso pensato a sé stessa come a una donna senza amore, a un fiore senza profumo, che anche stavolta senza quasi accorgersene apre il dono del nipote e lo addenta con avidità, quasi con odio.

Racconta a Gioele – nome profetico voluto addirittura dal nonno – che da giovane nessuno le resisteva se quel suo viso di angelo ammiccava appena. Persino adesso quel serafico sorriso e i due occhi con cui lo accompagna piace, specialmente a un altro degli ospiti che aiutano in cucina, il signor Zepin (che tutti amichevolmente chiamano zio) il quale non perde occasione per fare bonariamente il cascamoto con la *"Bellelda"*.

Lo "zio" è del resto un po' sovrappeso ma sempre elegante e profu-

mato, con uno sguardo felino reso ancor più intenso dai baffi ben curati. La sua è proprio la pazienza di un innamorato: la domenica le girella intorno sino ad incontrarla "per caso", e con dolce testardaggine – oltre che magari con la scusa di un vermut al bar – la guarda con una luce negli occhi che parla ancora d'amore prima che finisca l'ultimo capitolo della vita. Allora si proclama poeta, e con rime per la verità un po' leggere e lievi declama versi arrossendo come un bambino frastornato e ingenuo. Elda allora lo rassicura sulla sua amicizia, ma cerca con dolcezza di sottolineare appunto che di "amicizia", si tratta, solo che Zepin ciondola sempre nei pressi e proprio in quel momento passa di lì e lancia a Elda un bacetto con la mano.

Zia e nipote ne sorridono tra loro, e proprio in quella Gioele si ricorda di ciò che don Pietro gli ha affidato quando qualche giorno prima gli ha suggerito di andare a trovare l'anziana zia Elda, che il prete ben conosce. Apre il borsello e porge alla zia un'immagine, sotto la quale il sacerdote ha scritto: *"Ciao Elda prega e torna all'Eucarestia"*. Il ricordo di quel santo sacerdote cambia totalmente l'aspetto della donna: *"Che caro quel prete... mi ha sempre ascoltata, capita e aiutata con una saggezza che perdona e un affetto paterno e libero nel parlarmi. Forse amava di più parlare con docilità alle 'Maddalene' come me che stare in sacrestia o sul pulpito. Non mi ha mai condannata ma mi ha sempre corretta con il rapporto umano e la potenza*

educativa per fare bene il bene".

Segue un silenzio in cui – mano nella mano – zia e nipote osservano le cime degli alberi che ondeggiavano nella brezza e l'ombra severa della robinia, con i suoi grappoli di gemme bianche, finché un raggio del sole calante filtra fra i rami e incontrando i loro volti fa brillare una lacrima sullo zigomo di Elda. Poi dall'altoparlante dell'istituto inizia a diffondersi un valzer lento cui si sovrappone una voce che invita i visitatori a uscire e gli ospiti a prepararsi per la cena.

Mentre alcuni degli anziani iniziano a muoversi a fatica verso la sala da pranzo, Elda si alza invece con grazia, e nel salutare il nipote lo stringe abbracciando forte, quasi accennando un passo di quel tenue valzer in sottofondo. Gioele sente il calore e il profumo di quel corpo e melanconicamente trova la forza del sorriso ammettendo di non saper ballare. La zia lo guarda ardita con una piccola luce negli occhi: *"Il ballo a me ha dato tanto: gioia, amori, allegria. Uno stordimento che mi faceva star bene, ma anche l'inganno che vivo ora non avendo più nessun dialogo e nutrimento armonioso con la vita di quella Elda là, che non c'è più da molto tempo. Ora sono tornata a correggere almeno il mio nome 'pretendendo' quello vero imposto al battesimo dai miei genitori, quello di Gisella"*.

Allontanandosi Gioele ripensa a queste parole e giunto alla porta fa per girarsi a salutare un'ultima volta la zia. Ma Elda non c'è, è già entrata nella sala da pranzo seguita dal fedele e sorridente Zepin.

Rubrica

Un libro per te

di IVANO GOBBATO

Proseguiamo la nostra rubrica in cui, in poche righe, verrà dato un piccolo consiglio di lettura: a ogni appuntamento un titolo che potrebbe essere bello avere tra le mani.

In questo numero: “L’idiota”, di Fëdor Michajlovič Dostoevskij, Einaudi, Torino, 2014, pp. 612, € 14,50.

Se esistono titoli che fanno paura, uno di questi è certamente “L’idiota”, capolavoro (uno tra i capolavori...) di Fëdor Dostoevskij, grandissimo scrittore russo tra i molti grandissimi scrittori russi. Anche se uno non l’ha letto, quel titolo intimorisce, ammettiamolo: da noi si dice “idiota” a qualcuno nella migliore delle ipotesi per prenderlo in giro, se non proprio per insultarlo, e allora come si fa a intitolare così un libro? E poi fa paura anche a guardarlo, enorme com’è, un vero e proprio mattone nel senso che del mattone ha la forma, le dimensioni, e probabilmente anche il peso. E se poi si prova ad aprirlo è peggio che andar di notte: è un attimo non capire bene chi è chi e chi fa cosa, confondersi tra Lizaveta Prokofievna Epanchina e Nina Alexandrovna Ivolgina. E invece...

E invece è tutt’altro che così, bisogna solo lasciare al romanzo il tempo di presentarsi, accedervi come si accede a una casa, anzi a un castello, ovvero un passo per volta, guardandosi bene attorno, notando i particolari. Se si concede al libro il rispetto che merita – ma vale, questo, per tutti i libri – allora ecco che il testo saprà svelare tutte le ricchezze che contiene, e diventerà alla fine qualcosa cui si vuol bene, o meglio il contenito-

re di figure e personaggi che presto si faranno persone, e cui sarà possibile imparare a voler bene. E si scoprirà che “L’idiota” non è affatto un idiota, ma è – oltre che un principe – anche un uomo “Pienamente splendido” così come Dostoevskij si proponeva di raccontarlo dentro questa storia lunga, sì, complessa, sì, ma intrecciata meravigliosamente, e bellissima. Egli è un uomo puro, senza macchia, che di ogni cosa sa trovare il senso e la ragione, per il quale nulla al mondo è inguaribile o imperdonabile. Uno che è esattamente come scrive San Paolo nella prima lettera ai corinzi: “Dio ha scelto ciò che nel mondo è stolto per confondere i sapienti, Dio ha scelto ciò che nel mondo è disprezzato per ridurre al nulla le cose che sono”.

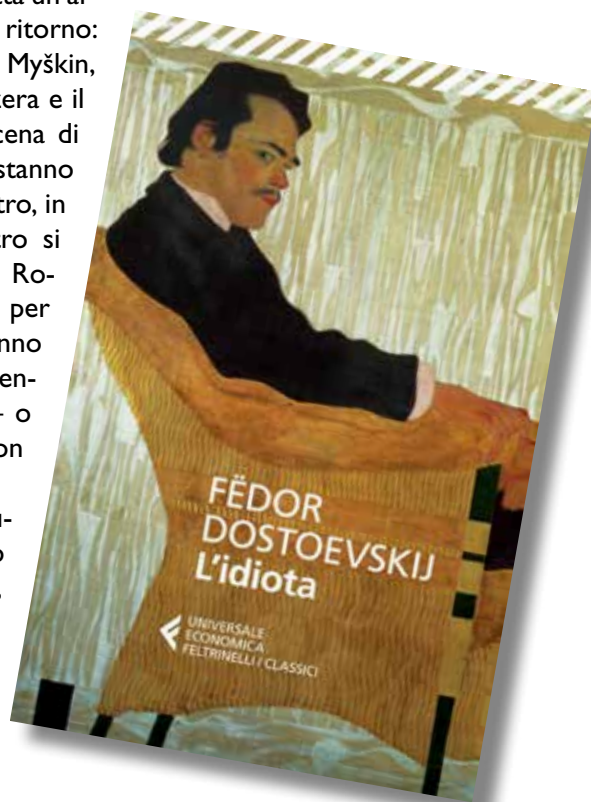
Questo romanzo che non è “lungo” ma è gigantesco (il che è tutta un’altra cosa) è la storia di un ritorno: “L’idiota”, ovvero il Principe Myškin, rientra in Russia dalla Svizzera e il romanzo si apre con la scena di un incontro: due giovani stanno seduti l’uno di fronte all’altro, in treno. Uno è Myškin, l’altro si chiama Semën Parfënovic Rogožin. Entrambi tornano per riscuotere un’eredità e hanno con sé un piccolo bagaglio, entrambi hanno a che fare – o ne sono da poco usciti – con una malattia.

Myškin e Rogožin sono l’uno il doppio dell’altro: uno buono sino all’ingenuità, l’altro passionale sino alla violenza. A unirli e separarli lungo tutte le pagine della vicenda una donna, bellissima: Nastas’ja Filip-

povna Barāškova. Myškin vorrebbe amarla, a Rogožin basterebbe possederla come si possiede un oggetto. Settecento pagine dopo i due si uomini ritroveranno per l’ultima volta e il romanzo finirà proprio con l’incontro tra Rogožin e Myškin, come era iniziato. Ma in modo totalmente differente.

Come tutto questo avverrà, e cosa succederà nello spazio che separa il principio dalla fine, sta al lettore scoprirlo, deponendo i pregiudizi e lasciandosi prendere per mano da una storia che parla dell’amore (come fanno tutte le grandi storie) e parla anche di Dio.

Se l’estate è il momento in cui abbiamo un po’ di tempo in più, forse – chissà – può valer la pena di dedicarne una parte a libri come questo: difficile che si esca pentiti dall’esperienza.



Rubrica

“Vediamo” un’opera d’arte

di FRANCESCA GIUSSANI

Proseguiamo nella rubrica in cui saremo brevemente introdotti all’ammirazione di un’opera d’arte.

In questo numero:

In questo numero: “Italia 2021”, di Alberto Gianfreda, Progetto itinerante

Le drammatiche immagini dei moltissimi laboratori di ceramica, botteghe e studi di artisti che hanno subito gravi danni dall’alluvione in Emilia-Romagna, mi hanno fatto pensare con dolore al prezioso patrimonio di Faenza ed insieme, anche all’opera di un grande artista contemporaneo: Alberto Gianfreda.

Gianfreda è originario di Desio (classe 1981), nel 2003 si diploma in scultura all’Accademia di Belle Arti di Brera, si specializza nel 2005 in Arti e Antropologia del Sacro; resta a Brera in qualità di docente di Tecniche per la scultura e attualmente insegna presso l’Accademia di Belle Arti di Firenze.

Nel 2021, a seguito della pandemia e in un lavoro di collaborazione artistica ed organizzativa che ha coinvolto il Museo Casa Testori e l’AiCC (Associazione Italiana Città della Ceramica) Gianfreda realizza l’installazione artistica “Italia”: un processo articolato e complesso dedicato alla ceramica artigianale artistica italiana.

Italia è un progetto che si fonda sulla volontà di raccontare il territorio nazionale partendo da elementi fortemente identitari come le ceramiche. L’artista coinvolge infatti nel suo lavoro i migliori ceramisti italiani chiedendo loro di donare una delle loro opere più rappresentative, consapevoli che sarebbero state poi distrutte in cicci e accostate a quelle di altri. Un gesto di fiducia, quindi.

Grazie a questa collaborazione, che testimonia anche oggi la profonda unità originale esistente tra il mondo dell’arte e l’artigianato artistico italiano, sono confluite nello studio dell’artista una serie di ceramiche provenienti da ventuno differenti città per undici regioni, ognuna di differente tradizione ceramica, le quali sono state poi sapientemente rotte in frammenti attraverso un processo mirato e ragionato, e successivamente riassemblate su un grande scheletro metallico morbido, a diventare così un nuovo mosaico di colori.

Scriva l’artista: *“Italia è stata costruita lavorandoci in orizzontale. Sdraiata su un grosso tavolo che occupava il centro dello studio. Finito di agganciare tutti i frammenti seguendo una composizione principalmente cromatica, tenendo nella mente i grandi tondi rinascimentali di Della Robbia, la forma del cerchio è risultata essere quella più efficace. Una perfezione, quella del tondo, che riorganizza il frammento inscrivendolo in una geometria precisa e ordinata, dove ogni cosa ritrova il proprio posto.*

“Italia” è ora sospesa, su una parete bianca. Il cerchio di 200 kg è sulla parete, verticale. Molta scultura insegna che la verticalità è gerarchia dei valori, ma nel cerchio no. Il cerchio è un cerchio, ha un centro che non esisterebbe senza il suo contorno e una parte giustifica l’altra in un equilibrio che non nega a nessuno la propria centralità. Italia è differenza, identità ed equilibrio”.

Il racconto di *Italia* non nasce per essere un’opera statica, ma un’esperienza di immedesimazione coinvolgente. La scultura di Gianfreda infatti va toccata, è sensuale nel suo essere a volte scabra, altre acuminata. L’artista vuole farci ripercorrere la sua genesi:

operazione resa possibile dalla tecnologia multimediale moderna.

L’atto creativo di rottura dei singoli manufatti in ceramica è stato video e audio registrato in una camera anecoica unica al mondo che permette di raccogliere e documentare il 99,9% dei suoni prodotti dalla distruzione.

L’insieme di opera visiva, audio e video, costituisce l’intero racconto della creazione, è stato codificato in tecnologia *blockchain NFT* ed inserito nella sezione dedicata ai primi cento artisti *Innovative Creators* sulla piattaforma *Binance NFT* dedicata da Microsoft a tale innovativa soluzione culturale.

L’artista ha voluto porre al centro della sua opera proprio il tema della distruzione in favore di un processo di ricongiungimento del frammento, per generare un nuovo tipo di bellezza ed unità.

Ma perché distruggere per ricreare? Gianfreda sin dai primi lavori, resta affascinato dalla ceramica, per la sua fragilità e insieme per la sua forza: *“La sua malleabilità da cruda e la sua stabilità da cotta, il cambio di colore da grigio a rosato: umana nelle sue caratteristiche fisiche e magica nelle sue trasformazioni”.*

Durante il processo di cottura di argille e ferro insieme, a 1000°, essa genera una rottura controllata della materia. Il processo deflagrante diventa occasione dell’artista per esprimere qualcosa di nuovo, ricomponendo: *“Quello che mi interessa di questi continui processi di distruzione e ricostruzione è la possibilità di trasformare un evento drammatico in un potenziale positivo che ribalta i valori dell’elemento iniziale. L’oggetto cambia volto: da funzionale e decorativo assume un nuovo volto, diventa opera d’arte. La*

drammaticità della distruzione è superata attraverso il continuo adattamento della forma, che non perde mai l'identità dell'immagine iconica originale".

I cocci sono ora tenuti assieme da una intelaiatura sottostante di maglie di ferro. Una vera e propria performance in cui il movimento della ceramica unita al ferro, crea una sonorità particolare e una ritualità.

Il lavoro di Gianfreda ci insegna il valore intimo di una parola oggi quanto mai abusata, ovvero "resilienza". Egli parla in questo caso della "resilienza dell'icona" come scoperta della capacità del frammento di continuare a parlare del tutto.

In questa dialettica di frammenti e di superfici l'artista ci dà la possibilità di confrontarci con il limite che siamo e con l'infinito da cui siamo abitati,

facendoci riscoprire che esso non è mai obiezione affinché attraverso di noi si manifesti un Volto più grande.

Questa esperienza del perdurare del nostro vero volto, quello con cui Dio ci ha creato a su immagine e somiglianza, nonostante tutto, è resa possibile non solo perché in ogni frammento sono riconoscibili quei lineamenti originari, ma soprattutto perché una fascia ferrosa restringe in un unico blocco elementi di ceramica altrimenti lontanissimi e incompatibili tra loro.

E qui si intravede un altro tema caro all'artista, che è quello dell'identità e della relazione.

L'artista come creatore raccoglie i cocci, li fa incontrare, li tiene insieme, li compone secondo una nuova forma, un nuovo disegno.

Mi piace pensare alla nostra vita di piccoli frammenti, creati ad immagine e somiglianza di Dio, ciascuno di noi con la propria origine, un proprio carisma, un proprio volto unico e irripetibile.

Nonostante facciamo esperienza quotidiana della "rottura", Dio, che è il più grande artista, viene a riprenderci, là dove siamo, e ci mette insieme ad altri cocci, altri uomini, ugualmente toccati dalla sua mano, dalla sua grazia, per poter ritrovare il nostro vero volto, quello che unito ad altri può riflettere e testimoniare la vera bellezza, la presenza di Dio, che come l'artista, solo può essere la ragione per cui quei pezzi, prima sconosciuti e inconciliabili, stiano uniti e siano una splendida opera d'arte.



Rubrica

Buona cucina

di ANNA FUMAGALLI

Proseguiamo la golosa rubrica dopo aver letto la quale potremo dare subito il via libera al nostro talento culinario. In questo numero **“A tavola si impara”**.

Ben ritrovati amici lettori! Negli scorsi appuntamenti della nostra rubrica abbiamo iniziato un percorso di approfondimento per meglio comprendere le

principali nozioni alla base di una sana e corretta alimentazione. Nei primi capitoli abbiamo dato spazio a quelli che sono i componenti fondamentali della nostra alimen-

COME COMPORTARSI

- Modera la quantità di grassi ed oli che usi per condire e cucinare. Utilizza preferibilmente, cotture al cartoccio, forno a microonde, cottura al vapore, ecc.
- Tra i grassi da condimento limita il consumo di quelli di origine animale (burro, lardo, strutto, panna, ecc.) o ad elevato contenuto di grassi saturi (grassi tropicali).
- Preferisci i grassi da condimento di origine vegetale e tra questi soprattutto l'olio extravergine d'oliva.
- Usa i grassi da condimento preferibilmente a crudo. Ciò non significa la rinuncia alla verdura ripassata in padella, ma usa poco olio e non lo raccogliere con il pane; la “scarpetta” è una gustosa tentazione che fa salire l'apporto calorico. Evita di riutilizzare grassi e oli già cotti.
- Non eccedere nell'utilizzo della frittura.
- Mangia pesce ed altri prodotti ittici, sia freschi che surgelati (almeno 2-3 volte a settimana) scegliendo pesce azzurro nostrano. Tieni presente che il grasso del pesce si trova soprattutto sotto la pelle, quindi scegliere pesci piccoli che si mangiano con la pelle è utile anche per il loro apporto di grassi.
- Tra le carni, preferisci quelle magre ed elimina il grasso visibile già prima della cottura.
- Puoi consumare 2-4 uova a settimana, distribuite in più giorni.
- Bevi ogni giorno una tazza di latte o yogurt, scegliendo preferibilmente quello parzialmente scremato, che comunque mantiene il suo contenuto in calcio e proteine.
- I formaggi contengono quantità abbastanza variabili di grassi: preferisci quelli più magri, consumandoli comunque in quantità moderata, meglio come secondo piatto e non come aggiunta ad un pasto già completo.
- Se vuoi controllare quali e quanti grassi sono contenuti negli alimenti, leggi le etichette, quando presenti, o consulta siti web istituzionali che ne riportino i quantitativi, e quindi dai preferenza ai prodotti che contengono meno grassi.

FALSE CREDENZE SUI GRASSI

1. Non è vero che la margarina è il grasso da condimento più leggero e salutare: pur ideato come sostituto *leggero* del burro, è un grasso alimentare ricco di acidi grassi saturi. È sempre preferibile condire gli alimenti con olio di oliva (meglio ancora se extravergine) che, viste le sue importanti proprietà, è il grasso da condimento tipico dell'alimentazione italiana, pur raccomandando di non eccedere nelle quantità, per il suo apporto calorico pari a quello degli altri grassi.
2. Non è vero che la cottura in forno sia “più sana” di altri tipi di cotture; l'elevato quantitativo di olio che si mette nella teglia e le elevate temperature che si raggiungono per lungo tempo determinano una degradazione importante dei grassi di cottura.
3. Non è vero che le uova siano da evitare in caso di colesterolemia elevata; basta non farne un consumo eccessivo e fare attenzione alle altre fonti di grassi saturi, in particolare salumi e formaggi.
4. Non è vero che il pesce fresco e selvatico goda di migliori caratteristiche nutrizionali rispetto al prodotto di acquacoltura o a quello surgelato o scongelato i quali possono costituire un'alternativa nutrizionalmente molto valida ed anche di minor costo.
5. Non è vero che sia necessario, o migliore, o sufficiente usare prodotti *leggeri* per stare in forma o per dimagrire. Occorre sempre controllare le quantità e fare attenzione a non giustificare eccessi di assunzione sulla base dell'idea che “tanto si tratta di un prodotto *alleggerito* in calorie”.

tazione, ovvero frutta, verdura, cereali, legumi e acqua. A partire da questo numero, invece, dedicheremo attenzione a quegli elementi della nutrizione che è bene tenere sotto controllo, limitandone il più possibile il consumo all'interno della dieta.

Capitolo 4. Più è meglio: Grassi, scegli quali e limita la quantità*

Negli scorsi appuntamenti abbiamo imparato che una Sana Alimentazione prevede l'assunzione di alimenti in maniera completa, varia, semplice, gradevole ed equilibrata e che un ruolo decisamente fondamentale lo hanno alimenti ricchi di nutrienti importanti per il nostro organismo, quali frutta e verdura, cereali e legumi.

Esistono poi alcuni componenti dell'alimentazione che di per sé non hanno effetti negativi per la nostra salute, ma anzi sono addirittura necessari per il buon funzionamento del nostro organismo, il cui consumo, però, va limitato in quanto, se assunti in quantità eccessive, possono nuocere al nostro

benessere. Tra questi rientrano anche i grassi: per un'alimentazione equilibrata e completa è necessario consumare una certa quantità di grassi, la cui principale funzione è quella di accumulare energia in maniera concentrata e di formare le membrane cellulari.

Alcuni tipi di grassi, inoltre, sono detti "essenziali" perché non sintetizzati dall'organismo, ma dotati di importanti funzioni biologiche per cui devono essere necessariamente introdotti con l'alimentazione; infine, i grassi consentono l'assorbimento delle vitamine liposolubili e dei carotenoidi e danno sapore ai cibi contribuendo a dare loro aroma e piacevolezza. Per via di questa ultima loro funzione, i grassi vengono spesso consumati in maniera eccessiva, specialmente nella dieta occidentale, e per questo rappresentano uno dei fattori di rischio per la salute poiché facilitano, anche se non in maniera diretta, l'insorgenza di sovrappeso, obesità, diabete, malattie cardiovascolari e tumori. È, quindi, molto importante conoscere e prestare attenzione ai vari tipi di grassi e

agli alimenti che li contengono: i grassi di origine animale sono generalmente più ricchi di acidi grassi saturi e sono solidi a temperatura ambiente, mentre i grassi di origine vegetale sono solitamente olio, fluidi a temperatura ambiente e più ricchi acidi grassi mono- e polinsaturi e sono quelli sicuramente da prediligere nella nostra alimentazione.

L'olio extravergine di oliva, ad esempio, è particolarmente ricco di acidi grassi monoinsaturi, soprattutto acido oleico, oltre che di altri componenti minori quali vitamine, squalene e composti fenolici i quali, oltre a conferire all'olio stabilità, possono esercitare effetti positivi sulla salute, come abbassare i livelli ematici delle lipoproteine responsabili del trasporto di colesterolo nel sangue.

** I primi tre capitoli, dedicati a frutta/verdura, cereali/legumi e bere acqua in abbondanza, sono apparsi sui numeri di Shalom usciti a marzo, maggio e giugno di quest'anno*

■ Auguri di una serena estate

Quale che sia la "meta estiva" che vi attende, siate cioè in partenza per la montagna o per il mare, per una città d'arte o per una destinazione esotica, o rimaniete invece a Cassago (sia ciò per scelta o per necessità), oppure siate già tornati dalle vostre vacanze, o ancora le abbiate rimandate a un altro momento dell'anno...

tutta la redazione del nostro *Shalom* – insieme a don Giuseppe e alla Segreteria parrocchiale – vi augura di trascorrere piacevolmente i mesi estivi, pronti per la ripartenza che ci attende in autunno. Una serena estate a voi e ai vostri cari, arrivederci al prossimo numero!

INFO E CONTATTI UTILI**Sede di Shalom**

Casa parrocchiale
P.zza San Giovanni XXIII I
23893 Cassago B.za (LC)
Tel. e Fax 039.955715 - Cell. 329.3469309
parroco@parrocchiacassago.it
segreteria@parrocchiacassago.it
www.parrocchiacassago.it
CF: 94003250134

S. Messe festive

Chiesa parrocchiale: Sab. 18.00;
Dom. 8.00, 11.00, 18.00
Chiesa di Oriano: Dom. 9.30

S. Messe feriali

Chiesa parrocchiale: Lun., Mar., Giov., Ven.
9.00 (dopo la recita delle lodi alle 8.50) e Lun.
20.30 - Chiesa di Oriano: Mer. 9.00

Celebrazione Lodi mattutine

Mer. e Sab. 8.50

Adorazione eucaristica

15.30-17.00 (tutti i sabati)

Sante confessioni

Ogni giorno feriale prima delle S. Messe
Sab. pom. (Chiesa Parrocchiale) 15.30-17.30

Ora di Guardia

Ultimo Lun. del mese 15.00

Orario Segreteria parrocchiale

Ogni giorno 9.40-11.30

Padri Guanelliani - Ist. Sant'Antonio

Via San L. Guanella I - Tel. 039.955325
S. Messe Lun./Sab. 6.45; Dom. 7.30, 9.30
cassago.direzione@guanelliani.it
www.isadonguanellacassago.org

Associazione Sant'Agostino

Biblioteca e Sede - Dom. 11.00-12.00
info@cassiciaco.it - www.cassiciaco.it
Appuntamenti: Tel. 039.2912620 e Cell.
3927218978 (Luigi Beretta)

Orari Farmacia

Lun.-Ven. 8.30-12.30 e 15.30-19.30;
Sab. 8.30-12.30 - Tel. 039.955221

Piazzola rifiuti (zona Stazione)

Orario estivo I apr.-30 sett.
Privati: Mar. 15-18; Sab. 9-12 e 14-17
Aziende: Mer. 15-18
Orario invernale I ott.-31 mar.
Privati: Mar. 14-17; Sab. 9-12 e 14-17
Aziende: Mer. 14-17

Caritas - Barzanò

Mer. 15 - 17.30 - Tel. (parrocchia) 039.955835
Centro di Ascolto - Barzanò
Lun. e Mer. 15 - 17.30 - Tel. 331.2402061

Centro aiuto alla Vita - Merate

Via Don Borghi 4 - Tel./Fax 039.9900909

Altri numeri utili

Oratorio 329.2191597
Comune 039.921321
Asilo nido 039.956623
Sc. Materna 039.955681
Sc. Elementari 039.956078
Sc. Media 039.955358
Biblioteca 039.9213250
Guardia medica Casatenovo 039.9206798
Pronto Soccorso Carate 0362.984300
Pronto Soccorso Lecco 0341.489222
Carabinieri Cremella 039.955277

Pagine a cura e responsabilità della Parrocchia

Montmartre

di GRAZIO CALIANDRO

L'ultima preghiera

Nell'ultima preghiera, mio Signore,
prostrato, avrò da chiederTi
perdono
per quando non avrò io perdonato
e per aver urlato il mio lamento
non curante di chi si tratteneva
pur con motivi gravi più dei miei.

Nell'ultima preghiera, mio Signore,
prostrato, avrò da chiederTi
perdono
per quando avrò scordato
di pregare
per tutti i bisognosi di preghiera:
fratelli, grande dono ricevuto
per cui non Ti ho nemmeno detto
grazie.

Nell'ultima preghiera, mio Signore,
prostrato, avrò da chiederTi
perdono
per non aver notato la Tua firma
su ogni copertina del creato,
pregando solo per i miei bisogni
non, come avrei dovuto,
per Tua gloria.

Luna brianzola

O luna triste, luna brianzola
che per l'immenso vai tutta sola:

nessuna stella per compagnia,
solo la mia malinconia.

Tu sola in cielo, io solo in terra
e ci parliamo (l'ardor non erra):

tu con la luce che t'offre il sole,
io con ardite, mute parole.

Nell'ultima preghiera, mio Signore,
prostrato, avrò da chiederTi
perdono
per non aver saputo dare ascolto
a chi insegnava la divina Vita.
...avrei potuto, dopo, proclamare
i Tuoi ed anche i Suoi comandamenti.

Nell'ultima preghiera, mio Signore,
dovrò comunque chiederti una
grazia:
vedrai insieme alle Tue predilette
l'anima mia con la testa china
perché sarà vestita col peccato.
Spogliala e vestila con la Luce
della Tua Paterna misericordia.

La mia richiesta poco meritata
Te la farò col cuore nelle mani
e Ti dirò che sono solo un uomo.
Tu che da sempre sei e sarai buono
e mi farai dono del Divino
abbraccio.

...Questo silenzio che sa di veto
ama gestire il nostro segreto:

ti esponi e taci, grazia divina;
tu della notte sei la regina.

Con esultanza ammiro e lodo te,
perché tu sei regina, io il tuo re.