



Nuovo canale online con meditazioni

Per accompagnare il cammino dei giovani (18-30enni) in Quaresima, il Servizio per i giovani e l'università e l'Azione cattolica ambrosiana hanno aperto su Telegram «Let's God - il canale dedicato alla Parola di Dio». Occorre iscriversi al canale e da oggi (domenica 1 marzo) si potrà ricevere (la domenica, il lunedì e il venerdì) un'immagine o un brevissimo contenuto multimediale con il pensiero del giorno. In particolare, nei venerdì di Quaresima sarà il «Salmo 50» ad accompagnare la riflessione attraverso brevi estratti per la preghiera e una serie di immagini. La domenica toccherà al «Vangelo della domenica», con un commento di don Marco Fusi, responsabile del Servizio per i giovani e l'università: ci si soffermerà su un versetto specifico del brano attraverso un'immagine e un brevissimo testo. Il lunedì, invece, diventerà #AdoroLLunedì, hashtag con

Aperto su Telegram e rivolto ai 18-30enni. Le meditazioni partono oggi con un'immagine o un brevissimo contenuto multimediale. Occorre iscriversi

il quale si vorrebbe accendere una piccola luce per tutta la settimana: in questo caso ci si farà aiutare da alcuni semplici contenuti multimediali. Come fare per iscriversi al canale? Basta scaricare Telegram dal proprio Play Store e poi eseguire due semplici passaggi, scrivere nella sezione «Cerca» @LetsGod e chiedere di unirsi al canale. «Risplendetevi come astri nel mondo» (Fil 2,15): i giovani sulle orme dell'apostolo Paolo è il tema della Quaresima per i giovani, chiamati a camminare spediti verso la Settimana Autentica, per comprendere qualcosa di

più del mistero della Passione, Morte e Risurrezione del Signore Gesù. In questo tempo liturgico saranno invitati alla conversione del cuore e a domandare perdono per tutte le volte in cui non hanno fatto propri i pensieri e i sentimenti di Gesù, come esorta a fare san Paolo nella Lettera ai Filippesi: «Abbiate in voi gli stessi sentimenti di Cristo Gesù: egli, pur essendo nella condizione di Dio, non ritenne un privilegio l'essere come Dio, ma svuotò se stesso assumendo una condizione di servo, diventando simile agli uomini. Dall'aspetto riconosciuto come uomo, umiliò se stesso facendosi obbediente fino alla morte e a una morte di croce» (Fil 2,5-8). Attraverso il silenzio, la preghiera, la meditazione della Parola di Dio, anche attraverso il canale «Let's God», i giovani potranno (ri)scoprire ciò che veramente conta nella vita e «risplendere come astri nel mondo» (cfr. Fil 2,15).

Quaresima 2020

Per l'iniziativa «Quaresima di fraternità» la Pastorale missionaria e la Caritas ambrosiana propongono

ai fedeli di sostenere tre progetti in Indonesia, ad Haiti e in Iraq. Aiuti a disabili, famiglie, studenti

Solidarietà della diocesi con il mondo che soffre

Per la «Quaresima di fraternità 2020» il Servizio diocesano per la pastorale missionaria e la Caritas ambrosiana promuovono progetti di solidarietà e condivisione in Indonesia, ad Haiti e in Iraq. **Indonesia.** Le attività economiche principali della popolazione dell'isola di Nias sono l'agricoltura e l'allevamento. Lo tsunami del 2004 e il terremoto del 2005 hanno accentuato la povertà in un'area già depressa. La Congregazione delle suore Alma accoglie bambini disabili e abbandonati dando loro un tetto e una speranza per il futuro. In collaborazione con la Caritas locale, operatori, volontari e suore hanno cominciato ad assistere regolarmente i ragazzi diversamente abili con visite domiciliari di riabilitazione fisica, con la fornitura di materiali per imparare un lavoro (distribuzione di sementi o strumenti di lavoro e iniziative di microcredito per attivare piccoli commerci) e attraverso l'assistenza psicologica per la famiglia. Il progetto «Futuro a domicilio» vuole dare continuità alle attività di assistenza domiciliare nei villaggi e nella casa di accoglienza delle suore Alma, ampliando il numero dei beneficiari, acquistando attrezzature ortopediche e strumenti per insegnare loro un lavoro. Nelle visite settimanali si fa fisioterapia dedicata, a seconda delle esigenze individuali. In altri casi si insegna ai ragazzi a leggere e scrivere semplici frasi, matematica elementare e lingua inglese, colorare e fare piccoli lavoretti. Le visite sono anche occasione per preparare con la famiglia, i vicini e i volontari un pranzo equilibrato nutrizionalmente, utilizzando i prodotti dell'orto coltivato a livello comunitario, per favorire la condivisione e l'inclusione. **Haiti.** Ad Haiti si vive l'ennesima crisi politica, che lacerava un popolo già al limite della sopravvivenza. Dal luglio 2018 il Paese a più riprese ha affrontato gravi disordini interni, atti di violenza e vandalismi sempre più gravi e prolungati. Gli ospedali non hanno medici né medicine, le scuole sono chiuse. Nel contesto rurale di Mar Rouge la situazione è migliore per la sicu-

rezza, ma sempre drammatica per l'estrema povertà della zona. Aksyon Gasmay è un'associazione nata per aiutare i bambini portatori di handicap o affetti da gravi malattie e per garantire il riconoscimento della loro dignità e dei loro diritti. L'obiettivo del progetto «Per rinforzare la speranza» è creare nuove opportunità lavorative che vedano protagonisti i familiari dei bambini con disabilità e i ragazzi stessi. L'intervento mira a sostenere la squadra di muratori legati all'associazione, attualmente formata da una quarantina di uomini, ognuno dei quali è membro di una famiglia con un bimbo con disabilità o è lui stesso una persona con disabilità. Gli obiettivi: acquistare strumenti per la fabbricazione di materiale edile e un automezzo, e creare una nuova attività generatrice di reddito per la produzione di ghiaccio e ghiaccioli. Si intende acquistare un macchinario per la depurazione dell'acqua, dei pannelli solari e un freezer. Verrà fatta formazione sulle pratiche di igiene per combattere la trasmissione di malattie e sarà costituito un comitato di gestione che permetta a più persone tra famiglie con portatori di handicap di lavorare attraverso un sistema di rotazione. **Iraq.** Nonostante la liberazione di alcune zone del Paese dai gruppi islamici estremisti, l'attuale situazione in Iraq è ancora molto instabile per quanto riguarda sia la sicurezza sia l'aspetto socio-economico. La disoccupazione è elevata e, di conseguenza, anche il tasso di povertà. Molti fattori hanno contribuito a destabilizzare l'idea stessa di pace e di riconciliazione all'interno delle comunità, provate da anni di guerre e distruzioni. Numerose sono le persone colpite da traumi psicologici, gli atti di violenza sono tuttora all'ordine del giorno e, conseguentemente, il tasso di emigrazione, soprattutto di persone altamente qualificate, è in aumento. Sono ancora diffuse le idee che giustificano la guerra, la lotta, la violenza, la vendetta anche tra i ragazzi delle scuole. Il progetto «Giovani in pace» intende aiutare le nuove generazioni a costruire relazio-



Particolare dell'immagine scelta per promuovere l'iniziativa

ni basate sulla carità, la giustizia, la cooperazione e il rifiuto della violenza, promuovendo la pace, il dialogo e la riconciliazione tra i gruppi in lotta mediante servizi di volontariato. Per sostenere la formazione è previsto l'acquisto di attrezzature e strumentazioni per le sedi dove si svolgeranno gli incontri. In seguito i giovani si impegneranno nelle visite alle famiglie emarginate e sfollate, agli anziani e agli orfani, portando loro aiuti e kit umanitari. Promuoveranno inoltre attività sportive e culturali con i giovani, incontri con le organizzazioni della società civile e nelle scuole per diffondere l'azione del volontariato e il concetto del servizio gratuito. **Per la promozione dei progetti,** il volontario e il poster possono essere gratuitamente ritirati in formato cartaceo gratuitamente presso: Caritas ambrosiana, Settore Documentazione (via San Bernardino, 4, Milano; e-mail: documentazione@caritasambrosiana.it); Ufficio pastorale missionaria (piazza Fontana, 2 - Milano; e-mail: missionario@diocesi.milano.it).

Come fare una donazione

Le donazioni dei fedeli per l'iniziativa «Quaresima di fraternità 2020» si possono effettuare direttamente allo Sportello Offerenti della Caritas ambrosiana (via San Bernardino, 4 - 20122 Milano; tel. 02.76037324) o in altre modalità. Attraverso il conto corrente postale numero 13576228, intestato a Caritas ambrosiana onlus, oppure con un bonifico sul conto corrente bancario presso Credito valtellinese, sede Milano, intestato a Caritas ambrosiana onlus, codice Iban: IT17 Y 05216 01631 000000000578. Le donazioni sono detraibili/deducibili fiscalmente: dopo aver fatto il bonifico bancario, scrivere a offerte@caritasambrosiana.it o telefonare al numero 02.76037324 per l'invio della ricevuta valida ai fini della detraibilità/deducibilità fiscale. Invece le offerte non detraibili fiscalmente si possono versare all'Ufficio Cassa dell'Arcidiocesi di Milano (piazza Fontana, 2 - 20122 Milano; tel. 02.8556386) oppure sul conto corrente bancario presso Credito valtellinese, intestato a Arcidiocesi di Milano, codice Iban: IT 22 I 05216 01631 000000071601, specificando nella causale Ufficio pastorale missionaria - nome progetto a scelta tra: Indonesia - Futuro a domicilio; Haiti - Per rinforzare la speranza; Iraq - Giovani in pace.

Opere di misericordia, gli oratori «in uscita»

La Quaresima in oratorio è sul tema «Ora corri accanto. Abbiate in voi gli stessi sentimenti di Cristo Gesù» (cfr. Fil 2, 5-18). La Samaritana, i discepoli che lo hanno seguito, il Cieco nato, Marta, Maria e Lazzaro, chi è rimasto con Lui sotto la Croce e ha gioito della sua Risurrezione... Sono i personaggi del Vangelo che «nel nome di Gesù» si metteranno accanto ai ragazzi per guidare la «corsa» grazie alla loro testimonianza. In particolare l'animazione della Quaresima in oratorio, ma anche del tempo pasquale che seguirà, prevede di trovare i modi per far sì che in oratorio si possa

imparare a mettere in pratica opere di misericordia. Lo stesso arcivescovo ha chiesto infatti di «essere in oratorio come gente che ha passione per uscire dall'oratorio a cercare coloro che hanno bisogno di compagnia, per dare conforto ai poveri, a quelli che sono soli, per radunare tutti, da qualunque Paese del mondo vengano: tutti si devono sentire cercati. Opere di misericordia per accogliere, per sfamare, per fare compagnia, per dare amicizia». In piccoli gruppi saranno organizzate uscite per fare visita agli anziani, ai malati, raccogliere viveri per i poveri, aiutare famiglie in difficoltà.

Tempo di volontariato, un invito ai giovani

Nel tempo liturgico della Quaresima, all'invito alla preghiera e alla conversione del cuore si associa quello a compiere qualche concreto gesto di carità, rivolto in particolare alle persone tra i 18 e i 30 anni. Ciascun giovane potrà fare riferimento a realtà caritative che già conosce, mentre chi non sapesse dove rivolgersi potrà contattare lo Sportello orientamento volontariato della Caritas ambrosiana, che proporrà un ambito di servizio disponibile (doposcuola, grave emarginazione, disabili), tenendo conto della disponibilità di

tempo, delle motivazioni e delle competenze eventualmente già maturate; successivamente metterà il giovane in relazione con la struttura o realtà caritativa dove potrà svolgere il suo servizio. Martedì 3 marzo, dalle 17 alle 19, nella sede della Caritas ambrosiana (via San Bernardino, 4 - Milano), sarebbe prevista una serata di presentazione delle proposte rivolte ai giovani che, durante la Quaresima, vogliono impegnarsi in «esercizi di carità». Informazioni: tel. 02.76037300; e-mail: volontariato@caritasambrosiana.it; sito: www.caritasambrosiana.it.

La Parola ogni giorno

L'Inno di fede che Paolo compone nella sua lettera agli abitanti di Filippi (Fil 2,6-11) è il testo guida dell'opuscolo della Parola ogni giorno per la Quaresima e il tempo di Pasqua fino a Pentecoste dal titolo *Condizione divina è svuotare se stessi* (Centro ambrosiano, 126 pagine, 1,80 euro). L'itinerario di questa Quaresima è quello indicato da Gesù nella parabola del seme: «Se il chicco di grano, caduto in terra, non muore, rimane solo; se invece muore, produce molto frutto. Chi ama la propria vita, la perde e chi odia la propria vita in questo mondo, la conserverà per la vita eterna» (Cv 12,24-25).



Passione di Marco

Suor Paola Resta nelle 14 stazioni della Via Crucis dal titolo *Perché questo spreco? (Centro ambrosiano, 40 pagine, 2,20 euro)* propone una lettura continua del racconto della Passione secondo la narrazione di Marco. Partendo dall'anonima donna che a Betania ha compiuto un gesto che ha tutto il profumo e il sapore del Vangelo. Perché solo un amore gratuito, esagerato, che corre il rischio di apparire «precatore», può raccontare il Padre e la buona notizia del Regno. Come ognuno di noi può continuare a fare, portando a compimento «tutto ciò che è in suo potere», con gesti e fatti di Vangelo scritti nella propria storia.



Pasqua con il creato

Portare la speranza di Cristo anche alla creazione: da questo invito di papa Francesco per la Quaresima e la Settimana Autentica muovono le meditazioni offerte da don PierLuigi Galli Stampino nel libretto dal titolo: *Fare Pasqua con il creato. Meditazioni per il tempo di Quaresima con le parole di papa Francesco* (In dialogo, 124 pagine, 8,50 euro). Una proposta al giorno, da lunedì a venerdì, per le cinque settimane del cammino quaresimale, mentre la domenica è lasciata alla riflessione di ciascuno, seguendo la liturgia propria del tempo. Seguono poi alcune riflessioni per i giorni del Triduo e per la festa di Pasqua.



Ragazzi in preghiera

La vita e le azioni che ha compiuto Gesù, anche quelle più piccole, hanno avuto una potenza e una risonanza tali che dopo secoli, anzi, millenni, riecheggiano ancora. Grazie al sussidio realizzato dall'Acci dal titolo *Una strada in comune* (In dialogo, 80 pagine, 3,50 euro) i ragazzi, pregando da soli o in famiglia, scopriranno che ci sono persone che nella loro vita hanno scelto il Signore come modello: sono persone sulla strada della santità. Sarà questa un'occasione preziosa per fermarsi e chiedere come sta andando la nostra vita... Gesù è presente e ci accompagna, tra difficoltà e gioie, fatiche e momenti di festa.



Via Crucis della Fom

La Quaresima è un tempo per imparare da Gesù i segreti del cuore, per «rivestire i suoi sentimenti», come l'apostolo Paolo fa diceva ai cristiani della città greca di Filippi, la prima del nostro continente toccata dall'annuncio del Vangelo. Nella nuova Via Crucis della Fondazione oratori milanesi (Fom), illustrata da Anna Formaggio, con i testi di don Gianluca Bernardini e don Luigi Pisoni, dal titolo *Accanto a te* (Centro ambrosiano, 36 pagine, 2,70 euro), i ragazzi faranno un pezzo di strada con gli uomini e le donne che affollavano la via della croce per ascoltare da loro stessi cosa videro e provarono accanto al Signore.

