

Anno XVII - n. 11

**Dicembre 2023**

Mensile dell'Azione cattolica trentina - Aut. Trib. Trento nr. 768 del 23/05/1992 - Sped. in AP fil. Trento D.L. 353/2003 Poste Italiane S.P.A.  
Conv. in L. 27/02/2004 n. 46 art. 1, comma 2, DCB Trento - Dir. Resp. Alessandro Cagol - Via Borsieri, 15 - 38122 Trento



# **Camminiamo Insieme**

**Organo di collegamento dell'Azione cattolica di Trento**

**CORAGGIO**

CONSEGNA  
UN  
TESORO

# SOMMARIO

<b>Editoriale</b>	Una luce gentile..... pag. 3
<b>Nella Chiesa</b>	Natale: inizio della vita di comunione ..... pag. 4
<b>In questo tempo</b>	I diritti e la libertà..... pag. 6
<b>Partecipare</b>	L'Associazione diocesana..... pag. 8
<b>Approfondimenti</b>	Insieme per il bene comune..... pag. 10
<b>Questa è casa tua</b>	Volontari in corsia..... pag. 11
<b>Cammini formativi</b>	Cantare la cura..... pag. 12
<b>Vita di Ac</b>	Farsi carità..... pag. 13
<b>Agenda di Ac</b>	Passo dopo passo..... pag. 14
	Assemblea diocesana elettiva e Festa della Pace..... pag. 15

L'ufficio di segreteria  
sarà chiuso per ferie  
dal 27 dicembre  
al 4 gennaio

Seguici su

[www.azionecattolica.trento.it](http://www.azionecattolica.trento.it)

 [azionecattolikatrento](https://www.facebook.com/azionecattolikatrento)

 Azione Cattolica Trento

Chiusura in redazione  
5 dicembre 2023

Carta proveniente da foreste correttamente  
gestite e altro materiale controllato.

Publistampa Arti Grafiche - Pergine Valsugana

**«Diede alla luce il suo figlio primogenito,  
lo avvolse in fasce  
e lo pose in una mangiatoia...  
C'erano in quella regione alcuni pastori che,  
pernottando all'aperto, vegliavano tutta la  
notte... La gloria del Signore li avvolse di luce»  
(Lc 2, 1-14)**

**AUGURIAMO UN NATALE CHE AVVOLGA LA VITA  
CON LE FASCE DELL'AMORE MATERNO  
E CON LA LUCE DEL SIGNORE CHE VIENE,  
AFFINCHÉ POSSIAMO PRENDERCI CURA  
GLI UNI DEGLI ALTRI PER LA GLORIA DI DIO  
E LA PACE DI OGNI ESSERE UMANO.**



## Una luce gentile

Sono luminose e piene di colore, queste giornate di novembre in cui, dopo aver celebrato la Festa del Ringraziamento, ci avviciniamo alla fine dell'anno liturgico con la festa di Cristo Re (appellativo tanto caro all'Ac di Armida Barelli). Gesù è un re umile e mite, che ci insegna lo stile con cui vivere questo tempo di luci e ombre, in cui il fragore della guerra non sembra cambiato granché dai tempi

di Erode. Abbiamo estremo bisogno di fare spazio alla luce gentile del Dio-con-noi che nasce nel silenzio e nel nascondimento, porta la vita buona e disarmata i cuori di chi lo accoglie. Nella seconda giornata di spiritualità appena trascorsa, don Giampaolo ha citato il breve passo di una poesia di Rostand, che ho riportato perché mi ha colpito molto il "forzare l'aurora credendoci": non ci spaventino le tenebre, ma

piuttosto l'incapacità di camminare... La Luce che attendiamo è quella "luce gentile" nominata anche dal Vescovo Lauro nella sua *Lettera alla comunità 2023* (dalla preghiera del santo cardinal Newman), dove parla di «saggezza e prudenza, gentilezza e tenerezza»: quanto dolorosamente mancano dove il cuore è indurito e gli occhi rivolti solo verso se stessi in uno strabismo egoistico che abbruttisce!

Questa luce gentile la sto assaporando negli occhi luminosi, nei gesti semplici ma appassionati dei soci dell'Azione cattolica diocesana che come Presidenza stiamo incontrando in occasione delle assemblee parrocchiali. Una luce soffusa che illumina da dentro perché si nutre della fiamma ardente della fede e della gioia interiore che nasce e cresce nel fare il bene dell'altro. Custodiamo questa ricchezza e bellezza, che nutre le nostre giornate e le relazioni quotidiane. Riconosciamo i doni che abbiamo ricevuto e impegniamoci a condividerli con gioia. Contempliamo quella Luce che illumina, scalda e attira a sé; che mostra il cammino da percorrere anche al buio; che

ci mette accanto i compagni di viaggio di cui abbiamo bisogno.

Buon Tempo di Natale!

Anna

**«Non scoraggiatevi. Anche se è buio intorno. Non tiratevi indietro, anche se avete la percezione di camminare nelle tenebre.**

**Rostand cantava: "È di notte che è bello attendere la luce.**

**Bisogna forzare l'aurora a nascere, credendoci".**

**Amici, forzate l'aurora.**

**È l'unica violenza che vi è consentita.»**

(don Tonino Bello, da "Sui sentieri di Isaia")





**Nella  
Chiesa**

## **Natale: inizio della vita di comunione**

**A Natale festeggiamo la nascita di Gesù e nelle nostre case tutti facciamo il presepe per ricordarci che il Figlio di Dio si è fatto uomo per essere il Dio-con-noi che ci dona la comunione con Dio e tra di noi.**

Durante la sua vita pubblica, Gesù proclama il Regno di Dio (Marco 1,14-15 e Luca 4,16-20) e con le sue parole e le sue opere forma una comunità messianica di discepoli che sperimentano la presenza del Regno di Dio nella sua persona. I membri di questa comunità costruiscono relazioni tra loro in un modo nuovo, caratterizzato dall'amore gratuito, dalla libertà e dalla verità, dall'uguaglianza e dalla reciprocità. Quelli che esercitano una responsabilità devono diventare servi degli altri a imitazione del Signore Gesù (Gv 13,12-17).

L'evangelista Giovanni ci presenta Gesù che la sera prima della sua passione si rivolge al Padre con una preghiera nella quale è riassunta la sua missione: «perché tutti siano una sola cosa; come tu Padre sei in me e io in te, siano anch'essi noi, perché il mondo creda che tu mi hai mandato» (Gv 17,21).

La comunità dei discepoli di Gesù non può essere altro che una condivisione della vita di comunione di Dio.

Vorrei offrire tre tratti identificanti la vita di comunione che caratterizza la Chiesa, le nostre parrocchie e anche i gruppi di Azione cattolica.

### **L'adesione a Gesù**

L'adesione a Gesù Cristo di ciascuno di noi, attraverso la Chiesa, deve essere li-

bera e personale. Devo sempre di nuovo riandare a quel momento della mia storia in cui il mio Battesimo è diventato avvenimento significativo per me e a quel momento in cui ho avvertito la chiamata di Gesù. È importante fare questo perché l'esercizio mi permette di riconoscere il momento in cui la mia libertà ha iniziato a giocare in prima persona.

Prima di ogni mia presa di posizione, Cristo si è dato a me. Se il contenuto dell'adesione fosse da me deciso e calcolato, non potrei incontrare che me stesso! Invece il criterio per vivere pienamente e con autenticità la comunione è *aderire* a ciò che mi è dato. Infatti ciò che mi è dato, siccome mi è dato dal Padre che guida la storia e guida anche la mia storia personale, è ciò che più profondamente mi corrisponde e mi realizza.

Questo criterio implica immediatamente la *sequela* (Mt 19,21): se vuoi essere felice, se vuoi realizzarti, «vieni e seguimi» dice Gesù. La sequela è il riconoscimento di ciò che mi è stato dato ed è veramente ciò che più corrisponde al bene della mia vita: anche nella circostanza più tragica, nel lutto della persona amata, nella malattia, con il carico degli anni di vita – e ci potrò mettere tutta la vita per capire il positivo di quell'evento – c'è un bene.



## La differenza nell'unità

La vita della Chiesa si esprime come "differenti nell'unità" in forza della grazia della comunione, dono dello Spirito Santo. L'unità è il bene della mia persona: io posso crescere, imparare, svilupparmi, realizzarmi perché sono uno grazie a molteplici relazioni. Cambiano le età umane e le condizioni di vita, ma la persona rimane sempre se stessa. Nella Chiesa lo Spirito Santo assicura l'unità nella pluriformità dei doni e dei compiti o servizi (leggi 1Cor 12-14 e Ef 4). A tal punto che quanto più una comunità è differenziata e quanto più i doni sono condivisi, tanto più quella comunità è completa e vitale.

Il teologo Balthasar ha spiegato questo in un libro che porta il titolo *La verità è sinfonica*. Nel 1985, a vent'anni dalla conclusione del Concilio Vaticano II, i Padri del Sinodo straordinario voluto da papa Giovanni Paolo II, ora santo, hanno definito l'ecclesiologia del Vaticano II come "ecclesiologia di comunione" il cui metodo è la "pluriformità nell'unità". Con ciò si intende dire che la varietà di forme che una comunità cristiana assume, per opera dello Spirito Santo e per la libertà personale di ciascuno, vive sempre nell'unità.

Attraverso la pluriformità nell'unità, lo Spirito Santo favorisce la missione, l'apertura della comunità verso gli altri e verso tutto il mondo. Ciò dimostra che l'appartenenza alla Chiesa e all'Azione cattolica che ne è espressione più prossima a noi, è un fatto dinamico e non rigido. *L'appartenenza* non ci chiude in un guscio dorato (il gruppo) ma è la condizione per l'apertura verso l'esterno. Quanto più sarete uniti e pluriformi, tanto più potrete andare in

qualunque ambito dell'esistenza umana per incontrare persone.

## Con autorevolezza e autorità

Per vivere l'adesione a Cristo in maniera libera e personale e per vivere uniti nella pluriformità dei carismi nella Chiesa, l'Azione cattolica deve saper articolare un doppio dinamismo: di autorevolezza e di autorità. L'autorevolezza è il carisma che in un preciso momento lo Spirito suscita dentro l'associazione: può trattarsi di un compito particolare che è richiesto da una speciale circostanza. Chi riceve questo carisma lo mette a disposizione di tutti, per il bene dell'Azione cattolica. Poiché siamo e saremo sempre discepoli e solo Gesù è il nostro Maestro, chi riceve questo carisma con semplicità e gioia, sia autorevole per gli associati. Ma ricordiamoci che tutti possiamo essere maestri gli uni per gli altri. C'è l'autorevolezza delle anziane verso i giovani, ma c'è anche un'autorevolezza di chi ha fatto da poco l'adesione verso chi è più avanti negli anni, perché guidato dallo Spirito Santo. A patto che non si perda di vista un secondo fattore vitale per l'Ac: l'autorità. Essa è presenza di promozione della vita associativa e di verifica. L'ideale è che l'autorità nella associazione sia autorevole perché la comunione in Ac sia ordinata.

Auguro a tutti che a partire dalle elezioni compiute, la comunione nei gruppi di Ac sia sensibilmente espressa. Altri hanno il diritto di conoscere il nostro progetto educativo per poterlo vivere, se è volontà di Dio. Diciamo al collega o all'amica che trovo per strada: «*Vieni e vedi*» (Gv 1,39).

don Giampaolo



**In questo  
tempo**

## I diritti e la libertà

### La Dichiarazione Universale dei Diritti Umani quest'anno compie 75 anni.

Carissimi lettori, il rischio maggiore che si corre parlando di attualità è soprattutto quello di essere banali, scontati, addirittura fuori dal tempo. Almeno in questa occasione è impossibile cadere in questa trappola. Ecco perché... Sono le 16.10 di venerdì 24 novembre e leggendo le agenzie giornalistiche apprendo che "Gaza, il giorno della tregua e dello scambio: i primi 13 ostaggi israeliani consegnati alla Croce Rossa in cambio di 39 detenuti palestinesi". Abbasso lo sguardo e vedo un altro titolo interessante: "Rai contro la violenza sulle donne". E ancora: "In Trentino un'altra panchina rossa contro la violenza sulle donne". Insomma, in un batter d'occhio mi ritrovo attorniato da informazioni che sono di supporto al tema che tratto oggi, ovvero i diritti umani. Pare impossibile, ma in un mondo in cui l'uomo e la donna dovrebbero "dominare" su cielo e terra, su tutti gli animali e piante, alla fine il problema dell'esistenza umana arriva proprio da problemi di potere tra uomo e uomo e di uomo e donna. Se nel secondo caso l'attenzione è emersa soprattutto dal 2000 in poi, nel primo al termine della seconda Guerra mondiale, dopo i disastri e i soprusi causati dal regime nazista, si sono messe le cose in chiaro e il 10 dicembre 1948 è stata stilata la Dichiarazione Universale dei Diritti Umani,

varata dall'Assemblea Generale delle Nazioni Unite. Essa è composta da un preambolo e da 30 articoli che sanciscono i diritti individuali, civili, politici economici, sociali e culturali di ogni essere umano, affermando che ogni individuo ha diritto alla vita, alla libertà e alla sicurezza della propria persona.

Ma quanto lavoro ha svolto negli anni chi gestisce il rispetto dei diritti umani? Incredibilmente scopriamo che arriviamo da dove siamo partiti, ovvero dalla questione palestinese, affrontata nel 1949, per poi trattare la pericolosità politica e militare della Corea. Poi cito l'Unicef nel 1953, i missili a Cuba nel 1962, le discriminazioni razziali nel 1965, la pace nelle esplorazioni spaziali dopo l'atterraggio sulla Luna nel 1967 (se ne parlò l'anno dopo il famoso 20 luglio 1966). E ancora il tema del nucleare e il bando delle armi nucleari nel 1968, il tema dell'acqua nel 1977. Molti altri argomenti sono affrontati e vi consiglio di leggere il documento dal sito delle Nazioni Unite ([ohchr.org/sites/default/files/UDHR/Documents/UDHR\\_Translations/itn.pdf](http://ohchr.org/sites/default/files/UDHR/Documents/UDHR_Translations/itn.pdf)).

Due sono le riflessioni che porto a margine di questa presentazione dei diritti umani: una testimonianza di chi si è immolato alla causa dei diritti umani e una mia breve riflessione.

#### Il testimone

Dag Hammarskjöld ha assunto l'incarico di secondo segretario generale delle Nazioni Unite il 10 aprile 1953 ed

è stato rieletto nel 1957. Fu l'unico Segretario Generale a morire in carica, quando il suo aereo si schiantò nella Rhodesia del Nord il 18 settembre 1961. Figlio di un ex primo ministro svedese e presidente della Fondazione del Premio Nobel tra il 1929 e il 1941, Dag Hammarskjöld durante il suo mandato partecipò alla risoluzione di crisi nel Canale di Suez (1956), in Libano e Giordania (1958). Nel 1960, il Congo belga – ora Repubblica Democratica del Congo – divenne indipendente, iniziando un lungo periodo di violenza e instabilità nella regione. Le forze di pace dell'ONU furono inviate nella regione all'inizio di settembre, una decisione che non fece piacere ai rappresentanti dell'Unione Sovietica (URSS), i quali chiesero che Dag Hammarskjöld si dimettesse e che la sua posizione fosse sostituita da una *troika* con un rappresentante occidentale, un altro comunista e un terzo neutrale; ma questo non accadde.

L'eredità di questo Segretario generale risiede nel suo ruolo di prevenzione dell'*escalation* dei conflitti e nell'organizzazione delle prime conferenze internazionali sull'uso dell'energia nucleare nel Pacifico.

## I diritti da tutelare

Quando non violiamo un diritto dell'uomo? Scrivendo questo articolo, mi sono reso conto ad ogni capoverso di come sia incredibilmente difficile nella vita di tutti i giorni riuscire a rispettare tutti i diritti dell'uomo. Perché se uscire di casa come tanti giovani americani con la pistola e ammazzare studenti o professori solo per il gusto di farlo è uno dei reati più gravi al diritto alla vita delle persone, guidare oltre il limite di velocità – magari con gli occhi fissi sul telefono cellulare – è pure un rischio grave per la salute di chi sta guidando vicino. Se poi sul lavoro la sicurezza in cantiere non è garantita (pensiamo alla tragedia lungo la ferrovia), allora le stragi con vittime gli operai sono inevitabili. Se non stiamo attenti a somministrare cibi non avariati o senza elementi allergici, rischiamo di condannare a morte delle persone. Se sul posto di lavoro decidiamo per principio di valorizzare sempre un uomo invece di una donna lediamo una libertà di libera concorrenza. Ma anche quando alla domenica insultiamo un arbitro lediamo la sua libertà di azione, così come prendendo in giro un extracomunitario che ci chiede un aiuto lediamo la sua dignità di essere umano, non sapendo che storia ha dietro le spalle.

Così scopriamo che la libertà non è isolarsi, ma al contrario relazionarsi con le persone che ci amano, che condividono il nostro cammino di vita, che ripudiano la violenza, che capiscono come l'aria, l'acqua e il nostro stile di vita siano beni preziosi da salvaguardare per mantenere le libertà di ciascuno.

Alessandro Cagol





Partecipare

## L'Associazione diocesana

**Domenica 28 gennaio celebreremo l'Assemblea diocesana elettiva, in cui il cammino assembleare trova compimento nell'espressione delle disponibilità per il Consiglio diocesano, chiamato a guidare l'associazione per il prossimo triennio.**

Tra novembre e dicembre si sono svolte le assemblee parrocchiali e interparrocchiali, in cui ogni associazione locale ha evidenziato i propri punti di forza, le fragilità e le speranze per il futuro. Rinnovando o confermando i responsabili parrocchiali, ogni gruppo di Ac ha scelto di continuare ad essere un'esperienza di formazione, di fede e

di vita comunitaria a servizio della parrocchia.

La partecipazione democratica e l'appartenenza all'Azione Cattolica Italiana però non si ferma al livello parrocchiale e interparrocchiale: la vita associativa trova il suo senso e il suo nutrimento nella Chiesa diocesana, dove il cammino associativo viene indirizzato e verificato proprio nell'Assemblea diocesana triennale.

L'Assemblea diocesana è anche un momento di festa e di incontro tra tutti i soci: non sono solo i responsabili (che hanno diritto di voto) ad essere convocati, ma è tutta l'associazione che celebra, progetta, ascolta e si raccoglie attorno al Vescovo per riaffermare la propria identità, il senso del continuare a formarsi, pregare, impegnarsi dentro e fuori la Chiesa (*vedi locandina a pagina 15*). Per questo durante l'Assemblea elettiva viene presentato, discusso e votato il Documento assembleare diocesano, che dice chi siamo e per chi siamo, traccia le linee programmatiche per il triennio futuro e delinea le priorità della vita associativa, calandole nella complessità dell'oggi.

Gli incarichi direttivi a livello diocesano

Gli organi dell'associazione diocesana:

- «a) all'**Assemblea diocesana** devono essere chiamati a partecipare i componenti il Consiglio diocesano, i rappresentanti delle associazioni, dei gruppi e dei movimenti dell'Azione Cattolica Italiana formalmente costituiti nella diocesi;
- b) il **Consiglio diocesano** deve essere composto in misura maggioritaria dai membri eletti dall'Assemblea, dai segretari dei movimenti costituiti e inoltre dai membri di Presidenza che non siano già consiglieri;
- c) della **Presidenza diocesana** devono far parte, oltre al presidente diocesano, da due a quattro vicepresidenti (Giovani e Adulti) per seguire le finalità associative con riferimento ai Settori, il responsabile dell'Azione Cattolica dei Ragazzi, il segretario e l'amministratore;
- d) il **presidente** è nominato dall'ordinario diocesano su proposta del Consiglio diocesano; gli altri componenti la Presidenza sono eletti dal Consiglio.»

(art. 22 Statuto ACI)



prevedono il rinnovo del Consiglio diocesano, da cui sarà in seguito eletta la nuova Presidenza diocesana.

La lista dei candidati («dodici membri eletti dall'Assemblea diocesana, di norma 6 adulti, 3 giovani, 3 educatori ACR», come elenca l'articolo 20 del nostro Atto Normativo) già da qualche triennio è diventata lista unica, perché la nostra realtà associativa è fortemente spostata verso la realtà degli adulti. Ciò non toglie che la vitalità della nostra associazione si esprime

nella capacità di mettersi in gioco al servizio della vita diocesana, al di là delle difficoltà legate agli impegni, alla distanza da Trento, all'età e a quel senso di inadeguatezza che rende complicato dire Sì a questo ulteriore impegno che è servizio, sicuramente fatica ma ancor più bellezza. Perché sperimentare la responsabilità diocesana – ce lo dicono i nostri presidenti parrocchiali e consiglieri diocesani – è capire meglio cosa significa essere Azione cattolica, nel legame reciproco che fa crescere e apre ad un respiro più ampio di relazioni belle che costruiscono e fanno bene.

Durante l'Assemblea diocesana elettiva i soci che hanno diritto di voto esprimeranno democraticamente le loro preferenze: a nome della propria associazione parrocchiale, i responsabili eletti durante le assemblee parrocchiali e i membri del Consiglio uscente (Presidenti non confermati, membri della Presidenza diocesana e consiglieri uscenti) esprimeranno con voto segreto il sostegno ai candidati che avranno dato la disponibilità.

«**L'elezione dei membri del Consiglio diocesano** avviene di norma sulla base di tre liste: adulti, giovani ed ACR. Nel caso in cui non vi sia per ogni lista un numero di candidati superiore al numero dei consiglieri da eleggere, l'elezione avverrà sulla base di una lista unica, espressione di tutte le componenti dell'Associazione.

Possono candidare tutti gli aderenti che abbiano compiuto il diciottesimo anno di età alla data dell'assemblea.

L'elezione avviene a scrutinio segreto. Ogni elettore può esprimere fino a tre preferenze per ogni lista; nel caso di lista unica possono essere espresse sei preferenze.»

(art. 21 Atto normativo diocesano)

Per il voto all'Assemblea diocesana:

- **votano** «i Presidenti, i Responsabili di settore e i Responsabili ACR delle Associazioni parrocchiali e interparrocchiali; i Responsabili dei gruppi diocesani; i componenti del Consiglio diocesano, della Presidenza e delle Commissioni diocesane» (art. 19 AN) *(oltre ai segretari del MSAC e MLAC e ai Presidenti diocesani della FUCI, del MEIC e del MIEAC, che in Diocesi non abbiamo, ndr);*
- i soci che hanno diritto di voto e i candidati devono essere necessariamente **in regola con l'adesione per l'anno in corso** (2023/2024: per questo si raccomanda di concludere i rinnovi delle adesioni entro fine 2023);
- «all'Assemblea può partecipare con solo diritto di parola anche ogni aderente dell'Associazione diocesana» (art. 19 AN)
- «il voto si esercita personalmente e può essere delegato unicamente nell'Assemblea diocesana ordinaria. La **delega** va espressa esclusivamente in forma scritta dagli aventi diritto ad un altro aderente della propria Associazione parrocchiale.» (art. 8 AN).



## Insieme per il bene comune

**"Orizzonte comune. Tracciare rotte coraggiose": questo il titolo dell'evento per cui circa 600 tra giovani di Azione cattolica, studenti del MSAC (Movimento Studenti di AC) e universitari della FUCI (Federazione Universitari Cattolici Italiani) si sono riuniti a Frascati dal 10 al 12 novembre.**

Era la prima volta che queste realtà organizzavano un momento così insieme, un vero e proprio "cantiere di bene comune" in cui confrontarsi su impegno, partecipazione e costruzione di un nuovo futuro per le nostre comunità.

Siamo partiti, la prima sera, parlando delle ansie e dei disagi che i giovani di oggi si trovano ad affrontare; abbiamo affiancato alle nostre percezioni su questi temi alcuni dati per inquadrare meglio i fenomeni, e ci siamo interrogati sulla partecipazione politica dei giovani e il senso di appartenenza all'Unione Europea.

Sabato mattina, insieme ad alcuni ospiti, tra cui l'europarlamentare Benifei e il sindaco di Bari e presidente dell'ANCI Decaro, abbiamo avuto modo di parlare di Europa, dei valori di libertà e uguaglianza che l'UE cerca di promuovere e del possibile impegno di noi giovani per la comunità europea. Nel pomeriggio invece ci siamo divisi in 5 laboratori ispirati ai temi del Next Generation EU: ci siamo chiesti come costruire delle comunità più forti, egualitarie, verdi, sane, digitali. Le sfide emerse da questi laboratori sono state protagoniste

dell'ultima mattinata, durante la quale ci siamo confrontati tra gruppi diversi e abbiamo provato ad elaborare delle proposte concrete da portare nelle comunità in cui viviamo. Durante il confronto abbiamo avuto modo di notare che i bisogni e la fattibilità di alcune proposte cambiano sensibilmente in base alla regione di provenienza, all'età e agli ambienti che viviamo, al fatto di essere studenti o lavoratori, e questo ci ha fatto discutere e riflettere.

L'aspetto più bello di queste giornate è stato vedere tanti giovani di età anche molto diverse (dai 15 ai 30 anni) accomunati dal desiderio di essere lievito nelle nostre comunità in modo significativo, cosa che richiede una costante formazione e informazione, con la consapevolezza che il contributo di ciascuno, per quanto piccolo, è essenziale.

È stato importante anche vedere le tre realtà di AC, MSAC e FUCI convergere in un unico posto, guardando a un unico orizzonte in cui le differenze non scompaiono ma diventano fonte di un ricco confronto e terreno di partenza per un concreto sforzo per il bene comune.

Maddalena Arighi





## Volontari in corsia

**C'è un'interessante rete di volontari che presta tempo ed energie ai malati. Ne parliamo con Livia del gruppo diocesano Ac, da quest'anno volontaria Avulss.**

*Come sei entrata in contatto con questa realtà?*

Da qualche anno avevo desiderio di provare un'esperienza di servizio agli altri: sono stata assistente sociale, ho lavorato molto sulla relazione con le persone e sul contrasto a situazioni di disagio, volevo mettermi alla prova in questo ambito e dedicare un po' del tempo che ho. Ho cominciato con l'assistenza agli anziani a domicilio. Poi, dopo il Covid, ho iniziato la mia esperienza in ospedale.

*In cosa consiste la formazione?*

Il corso base prevede una serie di incontri su vari temi: le responsabilità del volontario, le patologie dell'anziano, il disagio mentale e l'Alzheimer; propone cenni di primo soccorso, prepara a migliorare la capacità di relazione e di ascolto.

*Concretamente, cosa fai?*

Un giorno alla settimana trascorro qualche ora in Medicina e Reumatologia. Mi avvicino alle persone di stanza in stanza, là dove ci è consentito entrare: mi presento, chiedo di loro, come stanno; provo ad avviare un colloquio e in base alla disponibilità faccio tentativi di relazionarmi, per stare un po' insieme. È tutto un agire "in punta di piedi", con delicatezza, con molto rispetto: mi metto soprattutto in ascolto del loro desiderio di incontro e del loro bisogno di condividere quello che stanno vivendo.

*E come si raccontano?*

Raccontano della loro malattia, della loro

situazione, a volte anche delle loro famiglie. Mi è capitato di incontrare sguardi vitali, fiduciosi, uno spirito positivo che riesce ad affrontare con forza questo periodo del ricovero. Altre volte invece trovo persone demoralizzate, affaticate dalla malattia, sfiduciate: allora racconto di me, perché anch'io ho avuto esperienza di una lunga degenza dopo un grave incidente stradale. Cerco di fare del mio vissuto un punto di forza, incoraggio a credere che questo passaggio in ospedale sia premessa per stare meglio. Ognuno, con il suo atteggiamento interiore, può cambiare la percezione delle cose: io invito ad aiutarsi da se stessi, per continuare a sperare. In questi casi la vicinanza si fa molto forte, ascoltano con grande attenzione, a volte faticano a lasciarmi andare via, anche persone che inizialmente erano sospettose o esprimevano rabbia e rifiutavano l'incontro.

*E tu, come esci dall'ospedale?*

Ho un gran bisogno di camminare, scaricare un po' la tensione, riflettere su quanto vissuto. A volte mi commuovo per strada ripensando alle persone incontrate.

È un'esperienza umana e spirituale molto forte. Mi accorgo che quanto più stai al tuo posto e ti poni con umiltà, semplicità e senza troppe pretese a servizio degli altri, tanto più si muove qualcosa intorno a te e il bene circola.

## Cantare la cura

**Nel sussidio adulti ACI "Vite a contatto" la 4ª tappa Cura propone tra gli approfondimenti la canzone "Abbi cura di me" di Simone Cristicchi.**

Una canzone, come una poesia, dice le cose a modo suo: con un testo, una musica, un tempo e le sue pause, un ritmo. Può dire molte cose, suscitando pensieri e sentimenti ben intrecciati gli uni agli altri. Così è di questo brano, che esprime il punto di vista di chi è più fragile e invoca attenzione, chiede amore, cerca una mano amica per riemergere dalle sue paure, attende un abbraccio perché da solo non ce la fa; ma allo stesso tempo – proprio lui, che si espone a chiedere, che con semplicità tende la mano – è capace di ricordare a tutti l'esigenza di camminare insieme, di trovare un equilibrio che ci tenga uniti e ci dia forza, perché tutti ne abbiamo bisogno allo stesso modo. Nel miracolo delle piccole cose, nella meraviglia per la vita e i doni di ogni giorno, ci scopriamo uomini, in fondo uguali gli uni agli altri, con lo stesso desiderio di volare.

Non aggiungiamo tante parole: cercatela, ascoltatela, lasciatevi in-cantare...

E se poi vi incuriosisce, potete dare un'occhiata al libro che Cristicchi ha pubblicato qualche anno fa con lo stesso titolo, con la stessa prospettiva: accompagnare in un cammino umano e spirituale alla ricerca del senso più autentico della vita e delle relazioni.

*Alessandra*

Adesso chiudi dolcemente gli occhi  
e stammi ad ascoltare  
Sono solo quattro accordi  
ed un pugno di parole  
Più che perle di saggezza  
sono sassi di miniera  
Che ho scavato a fondo a mani nude  
in una vita intera  
Non cercare un senso a tutto  
perché tutto ha senso  
Anche in un chicco di grano  
si nasconde l'universo  
Perché la natura è un libro  
di parole misteriose  
Dove niente è più grande delle piccole  
cose [...]  
La vita è l'unico miracolo a cui  
non puoi non credere [...]  
Abbracciami se avrò paura di cadere  
Che siamo in equilibrio  
Sulla parola insieme  
Abbi cura di me  
Il tempo ti cambia fuori,  
l'amore ti cambia dentro  
Basta mettersi al fianco  
invece di stare al centro  
L'amore è l'unica strada, è l'unico motore  
È la scintilla divina  
che custodisci nel cuore [...]  
Tu arrenditi a tutto,  
non giudicare chi sbaglia  
Perdona chi ti ha ferito, abbraccialo adesso  
[...]  
Adesso apri lentamente gli occhi  
e stammi vicino [...]  
Ma fino all'ultimo giorno  
in cui potrò respirare  
Tu stringimi forte e non lasciarmi andare.  
Abbi cura di me  
(da *Abbi cura di me*, S. Cristicchi)



## Farsi carità

**Sabato 18 novembre presso l'oratorio di Volano si è tenuta la II Giornata dell'itinerario di Spiritualità "Chi mi ha toccato? - Prendersi cura riducendo le distanze". Durante il pomeriggio il nostro assistente diocesano Don Giampaolo Tomasi, attraverso la meditazione sulla parabola del buon samaritano (Lc, 10,25-37), ci ha dato alcuni spunti per riflettere sul tema della carità.**

Prendendo come riferimento il buon samaritano, possiamo distinguere tre momenti nel suo intervento, che ci suggeriscono quindi dei modi per fare carità. Il primo: *intervento immediato*, nel momento del bisogno urgente; un primo soccorso: ci capita molto spesso di trovarci in questa situazione, la più "sbrigativa", che ci coinvolge meno. Il secondo: *intervento che cerca di risolvere il problema alla radice*; una sorta di riabilitazione dell'uomo, che va alla ricerca di ciò che serve affinché quell'uomo torni ad essere persona sana, libera e autonoma. Il terzo: *intervento che vuole evitare che avvengano determinate esperienze* che compromettono la dignità dell'uomo; è la carità preventiva, che si attua facendoci prossimi al vicino, camminando assieme, facendosi carità quotidiana.

«La carità è l'unico segno di identità di chi ha scelto di seguire Cristo... perciò la carità non può essere saltuaria, ma richiede di essere vissuta ogni giorno come scelta fondamentale della vita. Chi vede un cristiano che ama, vede Cristo stesso e vede Dio».

Pamela (Ac Volano)

Pensando alla parabola del buon samaritano e alla strada, ricordo molti incontri, molte persone che la Provvidenza ha messo sul mio cammino, e mai per caso. Io che vado in centro paese quasi sempre a piedi so di essere stata "prossima" per qualcuno tutte le volte che mi sono fermata a salutare, parlare, fare un semplice sorriso o anche asciugare lacrime. Mi sono sentita utile quando ho visto il sorriso sul volto di chi ho avuto accanto, anche solo per alcuni metri, mentre magari ci facevamo delle confidenze e alleggerito così l'animo solo per il fatto di aver condiviso un momento di vita quotidiana. E quando non avevo "tempo" perché presa da tante incombenze e mi fermavo un po' controvoglia, è stato allora che ho sentito di aver contribuito ad alleviare il peso di quel mio fratello o sorella.

Tornando poi a casa, la Provvidenza mi veniva in aiuto e riuscivo a fare anche di più di quello che avevo progettato. Voglio però ringraziare il buon Dio per tutte quelle volte che io sono stata ascoltata, consolata, accompagnata da chi si è fatto prossimo a me.

Marisa (Ac Volano)



**L'Agenda di Ac**

## Passo dopo passo. L'arte di accompagnare la vita

**Azione cattolica e Area Cultura dell'Arcidiocesi di Trento propongono ad adulti e giovani un breve corso di formazione sul tema del "prendersi cura".**

Nella complessità dell'oggi, le relazioni che intrecciamo e le esperienze che viviamo nascono dal desiderio di incontrare l'altro, di ridurre le distanze e di coltivare la gioia nella fiducia reciproca. *Prendersi cura* è una sfida controcorrente rispetto alla cultura dell'individualismo; ci educa giorno dopo giorno a riconoscere il valore di ogni persona. Significa dare valore, tempo e spazio all'inter-generazionalità, alla prossimità, alla fragilità, al dialogo e alle reti educative. Questa proposta è rivolta a giovani e adulti che desiderano approfondire i modi, i tempi e i luoghi concreti del prendersi cura per ritessere comunità solidali attraverso gesti di ascolto, relazioni accoglienti e azioni responsabili.

I contenuti e i relatori sono pronti: per mettere in circolo queste idee e farle diventare passi nelle nostre comunità serve che ci disponiamo all'ascolto e grazie al reciproco

confronto mettiamo nello zaino qualche nuovo spunto per rendere la nostra "arte di accompagnare la vita" ancora più concreta. Vi aspettiamo!

**ARCIDIOCESI DI TRENTO**

**Passo dopo passo**  
L'arte di accompagnare la vita

Il prendersi cura ci educa giorno dopo giorno a mettere al centro ogni persona, a dare valore all'intergenerazionalità, alla prossimità, alla fragilità, al dialogo e alle reti educative, per ritessere comunità solidali attraverso gesti di ascolto, relazioni accoglienti e azioni responsabili

**1 Martedì 16 gennaio 2024**  
**PRENDERSI CURA DELLE RELAZIONI**  
**Giuseppina Gottardi**  
(presidente Villa S. Ignazio, psicologa e psicoterapeuta)

**2 Martedì 23 gennaio 2024**  
**PRENDERSI CURA DEL BENE COMUNE**  
Tavola rotonda con:  
**Bruno Daves**  
(rettore Scuola Arcivescovile)  
**Chiara Maule**  
(consigliere provinciale)  
**Carlo Segatta**  
(medico)

**3 Martedì 30 gennaio 2024**  
**PRENDERSI CURA DELLA COMUNITÀ CRISTIANA**  
**mons. Roberto Repole**  
(teologo, Arcivescovo di Torino)

**4 Martedì 6 febbraio 2024**  
**PRENDERSI CURA DI SÉ**  
**Luigina Mortari**  
(docente di Epistemologia della ricerca qualitativa presso la Scuola di Medicina dell'Università di Verona)

**Corso di formazione 2024**  
dalle 20.30 alle 22.00

in presenza: **Vigilantium**  
Trento | via Endrici, 14

on-line: **diretta streaming su Zoom**

**Iscrizioni entro 11 gennaio**  
<https://www.diocesitn.it/area-cultura/2023/11/28/cura/>

È possibile fare un'offerta libera con bonifico  
IBAN: IT82L0306909606100000192105  
Arcidiocesi di Trento - Servizio Formazione  
Causale: Percorso SDFT - Cura 2024

Azione cattolica diocesana  
0461 260985 - [segreteria@azionecattolica.trento.it](mailto:segreteria@azionecattolica.trento.it)  
[www.azionecattolica.trento.it](http://www.azionecattolica.trento.it)

Arcidiocesi di Trento Servizio Formazione  
0461 360211 - [scuolateologia@diocesitn.it](mailto:scuolateologia@diocesitn.it)  
[www.diocesitn.it/area-cultura](http://www.diocesitn.it/area-cultura)

Roberta

L'Azione cattolica diocesana invita tutti i soci e simpatizzanti alla

# ASSEMBLEA DIOCESANA ELETTIVA

# FESTA DELLA PACE 2024

**DOMENICA 28 GENNAIO 2024**

**ORATORIO DEL DUOMO DI TRENTO** (Via Madruzzo, 45)

ore 8.45

ACCOGLIENZA

ore 9.00

CELEBRAZIONE EUCARISTICA  
presieduta dal Vescovo Lauro

## ADULTI E GIOVANI: ASSEMBLEA DIOCESANA ELETTIVA

- SALUTO DEL VESCOVO
- INTERVENTO DEL REFERENTE DELLA PRESIDENZA NAZIONALE
- INTERVENTO DEL RAPPRESENTANTE DELLA DELEGAZIONE REGIONALE
- RELAZIONE DEL PRESIDENTE DIOCESANO USCENTE
- LETTURA DELLA BOZZA DI DOCUMENTO ASSEMBLEARE DIOCESANO
- DIBATTITO
- PRESENTAZIONE CANDIDATI AL CONSIGLIO DIOCESANO

## RAGAZZI E GIOVANISSIMI: FESTA DELLA PACE 2024

\* *LABORATORI DI PACE*

ore 12.30

PRANZO

ore 13.30 - 14.30

OPERAZIONI DI VOTO  
\* *GIOCA LA PACE*

ore 15.00

VOTAZIONE DOCUMENTO ASSEMBLEARE  
PROCLAMAZIONE ELETTI AL CONSIGLIO DIOCESANO

ore 16.00

\* *PREGHIERA PER LA PACE*

### NOTE TECNICHE

**Trasporto gratuito con pullman**  
(su prenotazione, fermate a richiesta)

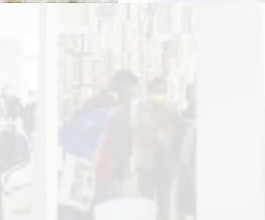
**Iscrizioni entro lunedì 22 gennaio**  
Quota per il **pasto: 10 € per adulti e giovani**,  
gratis per ragazzi e giovanissimi



*Questa è  
Casa Tua!*

INFO: tel. 0461 260985 - 353 4500036  
segreteria@azionecattolica.trento.it  
[www.azionecattolica.trento.it](http://www.azionecattolica.trento.it)

SOLCARE  
STRADE  
NUOVE



sabato 1 ottobre 2022

*"Andate dunque"*

**AVERE CORAGGIO**  
**DI SOLCARE STRADE NUOVE**  
**RACCONTANDO UNA**  
**SPERANZA NUOVA**  
**E CONSEGNANDO UN**  
**TESORO PREZIOSO**



RACCONTARE  
UNA  
SPERANZA  
NUOVA