

FRAGILE

*SENSO E
SPIRITUALITÀ
NEL TEMPO
DELLA MALATTIA*

Padova 2026



CHIESA DI
PADOVA
UFFICIO PER LA PASTORALE
DELLA SALUTE

CORSO DI
formazione
IN
**Pastorale
della Salute**
terzo anno **2026**

Parrocchia S. Camillo
via B. Scardeone, 27
Padova

sala polivalente
ore 9.30 - 11.30



PROGRAMMA

SABATO 9 maggio 2026

**La sindrome del burnout.
Il prezzo dell'aiuto agli altri**

relatrice: **Dott. ssa Maria Gostimir**
CCF Verona

SABATO 16 maggio 2026

**L'amore che dà la vita.
Per una cultura del dono**

relatore: **Dom Sandro Carotta**
Monaco Benedettino,
Abbazia di Praglia, Teolo (Pd)

SABATO 23 maggio 2026

**Dalla malattia... io non scappo.
L'esperienza dei quadratini**

relatore: **don Eugenio Nembrini**
presbitero della Diocesi di Bergamo

SABATO 30 maggio 2026

**Senso e spiritualità
nel tempo della malattia.
La fede interpellata dalla malattia**

relatrice: **Suor Maria Cappelletto**
Direttrice Ufficio Pastorale della Salute, Vicenza

SABATO 6 giugno 2026

**Dialogo e annuncio:
riflessioni e orientamenti
sul dialogo interreligioso
nel mondo della salute**

relatore: **Dott. Nicolas Guaraldo**
Insegnante, Padova

ISCRIZIONI

pastoralesalute@diocesipadova.it

INTRODUZIONE

- Papa Leone ci ha fatto un regalo: l'Enciclica *Magnifica Humanitas*.
- Il Cardinale **V.M. Fernandez** ha presentato il documento evidenziando la stupenda capacità umana di **amare**. La vita teologale è la *vera vita*.
- Vi è **un LIMITE** alla nostra umanità, che chiede di aprirsi a una *maturazione*: si cresce attraverso il limite e non malgrado il limite; questo *favorisce l'esperienza spirituale e la compassione*.
- Superando *le cadute, le cicatrici*, si trova una **nuova saggezza**.
- La vita è piena *di sogni e di delusioni*. Chi ama, soffre.
- Tuttavia **non essere più umani** non è un trionfo o una vittoria...
- La capacità di andare oltre si chiama **Grazia!**
- Il livello della nostra umanità è quello stabilito da Dio.
- **La salvezza** è un'iniziativa di Dio, un processo di elevazione che *supera le nostre capacità*.
- Camminando tra **i LIMITI del mondo**, abbiamo accesso a una **Vita inesauribile**,
- Il nostro scopo dunque è **diventare pienamente umani, raggiungere il nostro essere più vero**.
- **La santità è più che un algoritmo!** Quindi l'umanità non deve adorare se stessa, ma preferire ciò che va al di là di se stessi... per vivere **l'AMICIZIA CON DIO**.





- Al Festival biblico di Vicenza, **A. Riccardi** ha sottolineato che i problemi dell'umanità non sono risolti solo dai governanti, certo devono fare la loro parte, ma c'è **un potere dei semplici cittadini/cristiani: IL LIMITE DEL POTERE E IL POTERE DEL LIMITE.**
- Non possiamo rimanere inermi, ci vuole un impegno di partecipazione. Siamo nell'**Età della forza**, abituale nelle politiche internazionali. Siamo alla finestra del **mondo globale**, in cui il potere non è in mano ai governi, ma a ricchi privati che detengono le **chiavi dell'IA** e dello sviluppo sociale.
- Vi è la responsabilità di tutti, di **UNIRE LE FORZE SPIRITUALI**, di **sedersi ai tavoli del dialogo**, di **esercitare il potere della moderazione** (non dell'estremismo).
- ... Di non rassegnarsi al LIMITE, ma di vedere nel limite di ciascuno la possibilità di dialogo con l'altro. Abbiamo celebrato la Solennità di **Pentecoste** che è rivivere con i discepoli l'essere *gente di periferia*, chiusa e paurosa, ma che *grazie al dono dello Spirito* inizia **LA GRANDE AVVENTURA CRISTIANA.**
- La comunità cristiana **supera il LIMITE**, come dice San Paolo, *dello schiavo-libero, giudeo-greco, uomo-donna...* Per cui anche oggi non ci lasciamo illudere o sopraffare dall'*Età della forza*, ma proprio **a partire dalla nostra DEBOLEZZA, lottiamo con il potere del dialogo e della fraternità:** «Avrete forza dallo Spirito e mi sarete testimoni fino ai confini della terra». Siamo miliardi a credere che tutti gli uomini e donne di qualunque colore, sentire o religione, possono affratellarsi e rendere il mondo migliore.



- Il Teologo **Sebastiano Serafini** (cf. *Sofferenza umana e spiritualità Cristiana. Temi e questioni di Teologia pastorale sanitaria*, Cittadella Editrice 2026) ricorda che **Florence Nightingale**, fondatrice dell'assistenza moderna, per prima applicò il metodo scientifico, ma considerò l'importanza della **DIMENSIONE SPIRITUALE nella cura del malato**.
- Nel corso del tempo poi molti **programmi di assistenza sanitaria** hanno evidenziato la necessità di considerare *gli aspetti spirituali* all'interno delle cure mediche.
- Il *recupero della spiritualità*, connesso al miglioramento prognostico del malato, allevia il dolore attraverso la **cura olistica** (ne parlano grandi studiosi come **Cicely Saunders**).
- Sulla stessa linea i nuovi **Codici deontologici degli Infermieri e i Documenti magisteriali**: *«L'atto terapeutico è strettamente legato alla dimensione religiosa»*.
- La medicina fa appello ad una **lotta contro la malattia, ma anche ad una TRASFORMAZIONE profonda della persona malata** (paragonabile ad un combattimento spirituale).
- **Rilevanti documenti sono stati pubblicati anche da Associazioni di diverse professioni sanitarie**, che sostengono i *bisogni spirituali* delle persone malate.



- Ma chi sono le **figure chiamate a farsene carico?**
- Letteratura medica afferma che **la sofferenza si confronta con la FINITEZZA umana.** Il bisogno di guarigione che la sofferenza suscita è allora **bisogno di superare la propria finitezza.**
- **La clinica** è in grado di gestire in modo corretto la tensione tra sofferenza e bisogno di guarigione, che è **tensione tra finito e Infinito?**
- Rischia di scadere nel *riduzionismo scientifico.*
- **Come recuperare la dimensione spirituale?** Quale assistente spirituale o educatore professionale, quali equipe curanti? Quale formazione spirituale?
- Oggi si apre anche la parentesi delle **spiritualità di diverse religioni.** Dobbiamo essere in grado di **rivedere il concetto di cura spirituale**, con la *connotazione di universalità in una logica inclusiva e di reciproca accoglienza delle diverse culture e fedi religiose.*
- **La presenza che accompagna è una presenza di speranza:** quali segni dei tempi invitano la comunità cristiana a saper leggere l'attuale esperienza umana **alla luce del VANGELO?** Il fine è attivare percorsi che sappiano **custodire l'interiorità e la coscienza di ogni persona** (dov'è sola con Dio, la cui voce risuona nell'intimità).



- L'uomo del nostro tempo riconosce **la FRAGILITA' della persona umana?** La fragilità appunto *invoca* misericordia, compassione, cura.
- **Il termine fragilità** si associa a oggetti delicati che si rompono facilmente (vetri di Murano, fiori colorati), che però sono ricchi di fascino, eleganti, ma si distruggono presto.
- La fragilità non è un *difetto*, ma una **caratteristica strutturale**: *la bellezza* spesso è proporzionale alla fragilità.
- **L'esperienza di sofferenza** va oltre alla *patologia fisica*; non possiamo *delegare* solo ad esperti la cura umana. La vita è destinata: *a malattie, a diagnosi infauste, al disfacimento, alla morte.*
- La creatura umana ha molti **desideri di grandezza e affermazione**, ma si scontra con esperienze di *fallimento*. *L'equilibrio* è sempre precario. **La vita è fatta di forza e debolezza, di grandezza e piccolezza, di luce e ombra: il corpo è tarato di finitudine, ma anche orientato a dimensioni infinite.**

UNA VITA FRAGILE



- Confrontiamoci con il pensiero dello **Psichiatra ateo Vittorino Andreoli** (cf. *Fragilità*, Mondadori 2016).
- Sono soggette alla fragilità tutte le **dimensioni della persona, fisiche, cerebrali, emotive...**
- **Il cervello è plastico**, genera *comportamenti positivi e negativi*; sceglie il bene o il male.
- **Anche gli animali** hanno abitudini e una struttura sociale precisa; l'uomo invece è *imperfetto, inconstante e variabile* nel tempo.
- Dire **debole** significa dare sostanzialmente un *giudizio negativo*, giacché **la società esalta la forza, il dominio, il successo**.
- **FRAGILITA' E DEBOLEZZA** sono simili, non identici. Fragilità non è un sintomo, ma una *condizione intrinseca* che accomuna gli esseri umani, *indipendentemente dall'età, genere e nazionalità*.
- Il più grande limite è **la morte**. **Le grandi religioni** attribuiscono alla morte un importante significato, tuttavia è anche un processo che inevitabilmente genera *ansia*. Il nostro *esserci e scomparire* è Mistero (pensiero filosofico)...



- **Il dolore invade la vita umana:** per la perdita di persone care, per vissuti di solitudine.
- **La persona matura e saggia** si caratterizza proprio per **l'accettazione dell'IMPERFEZIONE**, gioisce di piccole cose, modifica le sue attività in base alle esperienze vissute (cf. SIMONELLI C., *Sostare nell'imperfezione. L'inadeguatezza come possibilità*, Paoline 2026).
- **Nella psicopatologia** invece la persona non è consapevole di sé e non riconosce il suo limite.
- Stiamo assistendo a **comportamenti sociali estremi:** *guerre, distruzioni, violenze* che esprimono il tentativo di ***dimenticare la fragilità umana.***
- Vittorino Andreoli afferma: “**Il Sacro** celebra la fragilità umana, come mancanza di qualcosa che solo il potere di un Dio può sanare”.
- Si avverte tuttavia il **fascino dell'essere umano**, le sue incredibili doti, come la capacità di amare, di fare giustizia e di solidarietà: **è grande perché è fragile** e ciò attiva la ricerca della sacralità e la comprensione del mistero che lo abita.



- *Il dolore è ingiusto o è semplicemente umano?* Dio che ha creato l'uomo, gli ha donato **l'occasione di trasformare i propri LIMITI in punti di forza.**
- **GESU' DI NAZARETH** è venuto nella storia degli esseri umani non per mostrare la *grandezza di Dio*, ma per dare l'esempio di come essere uomo, per dire al contempo la *grandezza dell'essere umano*.
- **Se oggi l'uomo rinnega la propria fragilità è disumano** e persegue un potere incompatibile con **l'UMANESIMO** (cf. Soren Kierkegaard).
- Espressione del **limite** umano è **l'insicurezza, che si manifesta con la comparsa di paure** (es. diventare anziani).
- Abbiamo **bisogno dell'altro fin dalla nascita**: la relazione di amore si esprime in modo diverso in base alle differenti età. Ciò incoraggia un **atteggiamento di apertura**, di curiosità, di scambio; porta a conoscersi e a raccontarsi. Il riconoscimento altrui dev'essere un incentivo a **migliorare sempre se stessi a svolgere il proprio ruolo nella vita privata e professionale.**
- La fragilità è quindi il **principio di un'economia di bene**, di rispetto di sé e degli altri.



- Oggi abbiamo **l'impatto anche dell'IA nel mondo della salute** e le relazioni con il malato spesso vengono meno. L'epoca dei robot crea un'immagine fredda e grottesca dell'uomo, ma ne diventa una significativa espressione operativa.
- Quale ripercussione della fragilità sullo sviluppo tecnologico? **L'uomo si differenzia dalla macchina per la coscienza e la percezione.** È l'unica creatura che può cogliere o negare i suoi limiti. Ovviamente la tecnologia costituisce un **valido aiuto**, offre enormi potenzialità.
- L'esistenza umana non consiste nell'efficienza, ma nello stabilire **una relazione uomo-mondo; si caratterizza dunque per le emozioni e le funzioni che realizzano ciò che si chiama umanesimo.**

La radice ontologica



- Lo **Psichiatra cattolico Eugenio Borgna** (cf. *La fragilità che è in noi*, Einaudi 2014) si chiede:
- Che senso ha il discorso sulla fragilità? Riflettere sulla **condizione umana ha aspetti luminosi e oscuri**, la fatica di crescere, d'invecchiare... di vivere *la timidezza, la solitudine, l'angoscia della morte*.
- La fragilità tuttavia **non nasconde un'immagine da temere, ma una RICCHEZZA DI VALORI**, di sensibilità, di delicatezza, di gentilezza, di dignità, d'intuizione.
- La **fenomenologia della fragilità si riscontra anzitutto nell'esperienza interpersonale**, poiché spesso le relazioni sono difficili, si teme il condizionamento altrui.
- Le **PAROLE sono fragili**, possono essere calde oppure fredde e crudeli (verso i malati?), ma sono anche dotate di *un immenso potere terapeutico*: sono in grado **di aiutare, di recare speranza**. *Le persone malate* hanno un grande bisogno di accoglienza dei loro vissuti e sentimenti. Nella pratica clinica le parole non devono lacerare, ma esprimere *cura e motivazione!*



- La fragilità delle parole comprende anche il **silenzio**, non tutto è esprimibile.
- Per l'autore **le EMOZIONI sono fragili**: *tristezza, timidezza, inquietudine, gioia, amicizia?* **Le VIRTU'** che costituiscono la vita sono fragili: *la tenerezza, la mansuetudine, l'innocenza, la modestia, la mitezza*. **Emozioni e virtù hanno le stimmate lucenti e dolorose dell'UMANITA' FERITA.**
- **Il CORPO si può ammalare**, trascina negli abissi della disperazione; rende lancinante **il DOLORE DELL'ANIMA**, che acquisisce *il bisogno struggente di vicinanza, di attenzione, di amore, di solidarietà*. Ma le ferite possono essere causate anche da **chi cura**, se mancano rispetto, pudore, umanità... O vive in competizione, con freddezza tecnica.
- La storia di ciascuno nasconde **i PASSAGGI DI CRESCITA di età, nell'ambiente familiare e sociale.**
- La fragilità presente nella **follia di un MALATO PSICHICO** fa sgorgare le profonde realtà nascoste nella condizione umana. Egli può invocare persino una *morte volontaria*, quando è soffocato dalla tristezza, il desiderio di morire diventa acuto e lacerante (ambiguo, struggente desiderio di vita). La fine dei conflitti, del tormento coincide con il suicidio.



- L'ANIMA con i suoi desideri è fragile: sperimenta molte scissioni tra vita interiore ed esteriore. Vedi il tumulto dell'adolescenza, con crisi, contrasti, solitudine, ripiegamento sulle proprie ferite.
- In questo contesto culturale non è semplice considerare anche la condizione anziana, i suoi stati d'animo, a volte dolorosi, angoscienti, oscillanti e non sempre arginabili. Molti vivono la *malattia di Alzheimer*, che significa naufragare nel disagio di una malattia estrema. Diventa problema anche la comunicazione.
- Non è facile portare una speranza che non sia illusione... Tuttavia la fragilità va nascosta? Riconoscere le proprie e altrui fragilità è un processo di evoluzione spirituale notevole.
- Borgna cita i santi (es. San Paolo, Teresa Di Calcutta, Bertilla Boscardin, Simon Weil), i quali hanno potuto fare esperienze mistiche, attraversare *notti oscure*, alla ricerca del destino che è in noi: «Il grande dono che Dio mi ha fatto è stato scoprire la mia piccolezza» (Teresa Di Lisieux)!



- La carne e l'anima sono vulnerabili, **soggetti a condizionamenti**, *capricci, depressioni, lacerazioni, trafitture...* Le dimensioni del corpo sono intrecciate fra loro. Eppure la fragilità evidenzia proprio il grande **valore metafisico dell'uomo**, spesso così rifiutato.
- Esso imprime **il sigillo della DELICATEZZA**: *dell'accoglienza, della comprensione, dell'ascolto, dell'intuizione, dell'indicibile, che si nasconde nella realtà.*
- Ciascuno di noi può **accettare o inasprire la fragilità**; in ogni caso è necessario riconoscerla come un **IMPEGNO ETICO**, a cui tutti sono chiamati.
- Affrontare la fragilità vuol dire **creare alleanze e luoghi di cura, dove si manifesta la GENTILEZZA DELL'ANIMA.**
- Le **COMUNITA' DI CURA** sono una forma di vita, di prossimità, alla quale sono chiamati *medici, psicologi, genitori, insegnanti, operatori pastorali!*
- *"Nulla è più fragile di un sorriso, nulla dà più gioia di un sorriso: fa bagnare gli occhi di lacrime".*

Un appello alla solidarietà



- **Luciano Manicardi, Biblista** (cf. *Fragilità*, Qiqajon 2020), ha approfondito l'argomento in più pubblicazioni.
- Il Priore di Bose dice che la fragilità è soprattutto una **VOCAZIONE ALLA SOCIALITA'**.
- È assumere la forma di vita di Gesù stesso, che della *condizione umana* ha fatto il luogo di **costruzione della fraternità e dell'amore**.
- Fragili sono **uomini o donne, adulti o bambini, sani o feriti: disabili, migranti, persone di colore, poveri, carcerati**.
- La fragilità può *creare un'etica condivisa tra credenti e laici*, essere l'elemento fondativo di una **convivenza sociale armonica**. Ma molti **agnostici** sono *indifferenti* alla sofferenza umana.
- **Non sempre la fragilità suscita compassione, bensì anche atteggiamenti ostili: odio, cattiveria, derisione, mancanza di rispetto, discriminazione, indifferenza, disprezzo, rigetto, avversione, violenza verbale e fisica** (cf. fatti di cronaca).
- La questione della fragilità diviene **LUOGO DI GIUDIZIO sulla pratica di umanità**.



- Lo sguardo attento invece coglie **la precarietà e la preziosità del volto segnato dal MALE**, si sente interpellato da tutto *ciò che vivono uomini, animali, piante, oggetti inanimati*.
- **Concetto di VULNERABILITA'**, da *vulnus*: indica ciò che è ferito, colpito da un fattore esterno.
- **Dal latino fragilità, infragilis**: indica un elemento duro per eccellenza come diamante, un animo che non si spezza, e richiama il **concetto di RESILIENZA**.
- **Nel mondo contemporaneo** la sfida è discernere la fragilità che si cela in ogni persona, ma soprattutto in ogni *Stato, sistema sociale, organizzazione*.
- **FORMARE L'UMANO** significa **assumere l'etica della responsabilità e della cura verso il malato, il morente, il povero, l'emarginato, il delinquente, l'immigrato**. È importante **cambiare lo sguardo** su coloro che ci sono affidati *con empatia e risorse*.
- **Resiliente** è colui che **non fugge** di fronte alla fragilità, è duttile alla sofferenza: è l'atteggiamento di **massima elasticità** dell'animo umano (non si resta schiacciati dai problemi).



- Assistiamo proprio alla **fragilità della VITA INTERIORE**, spesso si fugge da se stessi e dal quotidiano. Molte sono le **tentazioni** che ci minacciano: la cristianità come fenomeno socio-culturale sta morendo? La comunità di fede è minoritaria; tuttavia ogni crisi può essere un nuovo inizio.
- Oggi esistono ancora dei **limiti invalicabili**? Biologici, geografici, scientifici, religiosi, politici? **I CONFINI DELL'UMANO sono sempre in evoluzione**. Il limite è il luogo della contraddizione, della demarcazione del buono o del cattivo, del giusto o dell'illecito. **La MORTE** è il limite più grande, eterno scacco per la scienza e la biopolitica.
- Manicardi afferma allora che la fragilità è luogo di manifestazione di una possibile **GRAZIA**. *La fortezza parte dall'**ACCETTAZIONE** che riconosce in modo umile e realistico la concreta situazione propria e altrui: è costitutiva di legami, di rapporti, di mobilitazione della società, di istituzioni verso i bisognosi.*
- La fragilità è lo spazio in cui **lo SPIRITO SANTO si manifesta in modo creativo e geniale**.
- Molti **esempi biblici** lo dimostrano.

Polvere e Soffio Genesi 1



- Il Cardinale Gianfranco Ravasi (cf. *La fragilità dell'uomo*, EDB 2017) individua nella **SACRA SCRITTURA** il senso profondo della fragilità umana.
- Per molti **la NATURA** è matrigna più che materna: il territorio dove vive l'uomo è fragile, si assiste a numerose catastrofi naturali. La terra è la **casa comune**, ma **l'uomo sembra abusare dei beni** che Dio ha posto in lei, essere saccheggiatore e predatore.
- Al tempo della **pandemia** abbiamo preso coscienza di *un mondo fragile*.
- I pontefici hanno annunciato **una nuova CONVERSIONE ECOLOGICA**: la salvaguardia dell'ambiente, la giustizia verso i poveri (non un'economia che persegue solo il profitto), nuovi *stili di vita* anche spirituali.
- Inizialmente l'uomo era una **creatura che manifestava tutta la sua BONTÀ'** all'interno del cosmo; viveva un rapporto sereno con la terra, il dono di custodire il mondo.
- Fragilità deriva dalla **radice frag**: vocaboli come infrangere, frammentare, spezzare; indica *una realtà che è stata infranta, gracile e precaria*.



- Ravasi individua la **radice fondamentale dell'antropologia biblica, la CADUCITA' della creatura legata alla sua finitudine**. La Parola divina nei confronti della fragilità creaturale e morale dell'umanità non è di una *condanna implacabile*, ma **il PADRE CELESTE resta sulla soglia di Casa** per riabbracciare **il figlio** che ritorna, debole e moralmente provato, per riportarlo alla vita, alla gioia, alla certezza di essere amato. **Nessuno è mai perduto**, purché si lasci liberare e risollevare da Colui che è venuto a cercare proprio ciò che era perduto, ferito e peccatore.
- **Le affermazioni bibliche sembrano essere contrastanti: l'Eterno è forza**, liberazione, salvezza nei secoli, ma è anche **un Dio debole** che non interviene subito sul destino umano. Questo tema va al **cuore della fede cristiana**, che si confronta con le *domande fondamentali* dell'impotenza dell'uomo e di Dio; debole o onnipotente?
- “La debolezza di Dio è onnipotenza degli uomini”.
Il Dio debole non cessa di essere onnipotente, ma nasconde la sua onnipotenza sotto le vesti di un'apparente fragilità. **Diventando debole, Dio non perde la sua ONNIPOTENZA, anzi la manifesta al massimo grado!**
- L'onnipotenza di Dio, non è quella evocata dagli uomini, ma è **AMORE**. L'Amore si offre e non s'impone: *è forte come la morte*.
- Il cristiano può portare con Dio il dolore del mondo, che diventa **il dolore stesso di Dio**. La Passione di Dio è la sua **COM-PASSIONE** per il mondo... Cosa significa questo per *l'opera evangelizzatrice della Chiesa*?

Una lunga storia...



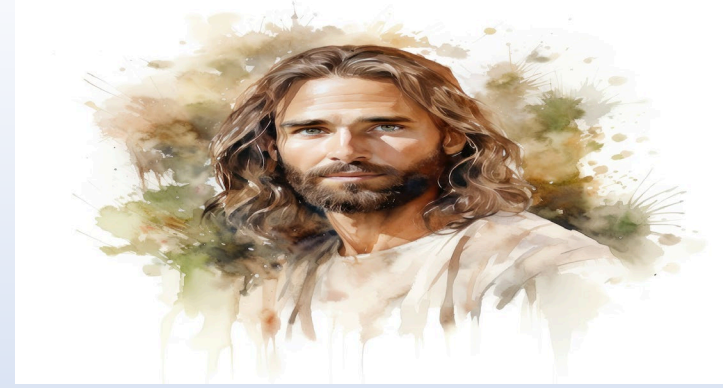
- **Santi Grasso** (cf. *La fragilità necessaria*, San Paolo 2020) declina la Tradizione cristiana basata sulla **Rivelazione biblica** e interpreta l'esperienza della vita alla luce dell'integrazione della fragilità. Rilegge le parole **PECCATO**, *sensò di colpa e frustrazione*.
- **Dio non è l'artefice del male**, non esistono le punizioni divine; non sempre si sanno leggere gl'interventi di Dio nella storia. Queste parole non si possono sostituire o abolire, ma chiedono di **RIAPPROPRIARSI DEL SENSO**.
- La fragilità incide sulla **realtà delle persone**: *un partner, un familiare, un amico, un collega di lavoro può vivere una condizione di frustrazione, disagio, instabilità...* Ciò può infastidire, ma è la condizione indispensabile per vivere **l'esperienza della LIBERTA'**.
- Quale rapporto ha l'uomo con la **perfezione**? Si raggiunge attraverso **un percorso di vulnerabilità**.
- Ciò che è considerato errore è **un'OPPORTUNITA' DA COGLIERE**, un ambito di liberazione, riscatto e risurrezione; *non occasione di frustrazione ma di redenzione*. La vocazione cristiana consiste nel **trasformare** dinamiche umane in ambiti di **RISURREZIONE**.



- **La creazione in Genesi:** Adamo ed Eva mangiano il frutto dell'albero della conoscenza del bene e del male ed ecco il **peccato**, la disobbedienza, la trasgressione, la ribellione, la punizione, la caduta e la colpa. L'uomo creato *dalla polvere della terra, reso vivo dall'alito di Dio*, appare già con uno statuto vulnerabile. Non è solo un mito, ma un fatto che dice *un prima e un dopo*. Dio concede due possibilità diverse, la realtà infinita della bellezza meravigliosa del Giardino o la realtà finita, indicata dall'astuto serpente.
- Mangiare il frutto dell'albero ha comportato la **scoperta della NUDITA'**. L'uomo ha scelto di **infrangere il limite**, ne segue l'uscita dal giardino; in certi casi i limiti non si possono superare. **L'ESPERIENZA RELIGIOSA fortunatamente si caratterizza per un percorso di liberazione**, ma l'uomo resterà fragile in tutti i suoi aspetti.
- **Salmi:** Sono preghiere che riflettono molteplici situazioni esistenziali di fragilità dolorosa, che richiede un **cammino di maturazione e accettazione della difficoltà** (decifrare l'azione pedagogica divina). In certe circostanze **la PREGHIERA è un lamento**.
- La storia umana rappresenta un dramma, che chiede di maturare/migliorare. I salmi mettono in evidenza la **BREVITA' della vita nella prospettiva salvifica di Dio**: nella ferialità dell'esistenza è possibile **aprire la vita a Dio, dare una PROSPETTIVA TRASCENDENTE**.



- **Giobbe:** Nel dolore invoca la manifestazione di Dio nella storia.
- **Giona:** Il termine significa *innocenza, ingenuità*. È una storia che rispecchia un'esperienza personale e del popolo. Gli viene affidata una missione di cui si sente indegno, dovrà lottare e rivolgersi a Dio per trovare la capacità di realizzare il suo disegno. **Determinante è la preghiera nel ventre del pesce;** obbediente all'ordine divino supera le delusioni e l'incostanza. La vulnerabilità di Giona riguarda **la sua relazione con Dio e il suo rapporto con gli uomini;** è egoista, ma sa passare alla *ricerca di verità, fedeltà, giustizia e amore, che dà stabilità alla vita.*
- **Qoelet:** Il libro è centrato sul tema della fragilità e dice che **tutto è vanità, interamente fragile;** l'autore osserva l'esistenza e ne trae il senso dell'affanno dell'uomo, il profitto, le contraddizioni. La vulnerabilità della vita insegna a **liberarsi da uno sguardo utilitarista sulle situazioni,** che hanno un carattere temporale.



- **I Vangeli:** Presentano **un MESSIA FRAGILE**, mentre il tempo attendeva un Messia forte. La missione di Gesù è all'insegna della fragilità, si avvicina alla gente in modo semplice e fraterno; tutto si svolge senza enfasi, tra i poveri, cui annuncia il Regno del Padre.
- **Il tentatore** approfitta di abbagliarlo con miracoli, ma Lui non ostenta un potere violento e spregiudicato.
- **Viene contestato**, ma la narrazione fa cogliere come Lui non sia *legato* alla famiglia naturale, bensì a quella determinata dalla Volontà di Dio.
- Vive la più grande **crisi nel Getsemani**, dove si nota tutta *la fragilità dei suoi sentimenti, tristezza, smarrimento e angoscia*. La tradizione evangelica palesa il sentire di Gesù soprattutto nell'Ora della prova, dove *invoca la VICINANZA DEGLI APOSTOLI*.
- Sul Golgota **è condannato ad una morte dolorosa**, lenta, infamante; **la missione di salvezza passa attraverso l'esperienza di fragilità**.



- **Maria:** Tutta la storia è fragile, emerge anche dalle sue labbra con il Cantico del **Magnificat**.
- **Atti degli Apostoli:** San Luca sottolinea che la felicità è liberazione dalle fragilità. Il Messia è venuto a portare il **LIETO ANNUNCIO** e proclamare agli oppressi la liberazione.
- **1 Corinzi: Paolo** riflette su Gesù, l'Inviato divino che **rende la fragilità via di riscatto e risurrezione!**
- **La comunità cristiana** è *l'ambito di redenzione* dalle proprie fragilità; i discepoli del Signore progettano la vita in comune, fatta di preghiera e condivisione dei beni. **Non è una comunità fatta da uomini e donne forti,** presuntuosi o sicuri di sé, ma di persone perlopiù fragili e deboli. *La comunità di Corinto vede tanti gruppi etnici e religiosi, conflitti fra fazioni, morali e teologici...* si nota la **fragilità delle relazioni ecclesiali**.
- Paolo esorta ad avere **UNA VISIONE APERTA E SAPIENTE:** **il cristiano non può vantarsi** di qualità o doti perché tutto è dono di Dio, l'unico motivo di vanto è il Signore.



- È importante il ruolo degli **ANIMATORI ECCLESIALI**, capi a servizio dei credenti, perché hanno il ruolo non di prevaricare, ma di sottomessi a Cristo.
- **La missione stessa di Paolo** è all'insegna della debolezza. Non esistono i *super-apostoli*, ma i credenti guidati dallo Spirito di Dio, che abbracciano la **LOGICA DELLA CROCE**. Paolo riceve spesso critiche, lo fanno soffrire, ma la sua missione non è dovuta alla bravura, intelligenza e cultura, bensì al mandato affidatogli da Dio (annunciare il Vangelo).
- La debolezza diventa per Paolo motivo di vanto, non di nascondimento; la modalità di Dio di agire nella storia è **capovolgere le situazioni**.
- **Apocalisse**: Letteratura complessa che dà una duplice risposta di tipo negativo e positivo alla fragilità umana. Il male è causato dal peccato commesso; l'uomo attende la **NUOVA CREAZIONE**, la visione del Trono Celeste, l'apertura del Rotolo dei sette sigilli e gli sconvolgimenti che dovranno avvenire.
- *Perché Dio ha creato un uomo così vulnerabile?*
- Conoscere la fragilità della storia umana significa non cadere in fraintendimenti: *l'uomo è chiamato non a divenire stoico/asettico, ma consapevole che senza fragilità non evolve in CIO' CHE DEVE DIVENTARE.*



- Senza la **luce della Rivelazione** saremo candidati ad una **vita depressa, condannata alla fine**:
- Dio *non* ha voluto il dolore.
- La ferita dell'identità umana rispecchia il *cromosoma* della vulnerabilità.
- La lotta evangelica mette in evidenza la condizione di *libertà*.
- Non è possibile *possedere* qualcosa/qualcuno per sempre.
- La coscienza del limite serve a ridimensionare il *senso umano di onnipotenza*.
- La fragilità mette in evidenza la sofferenza, ma anche *il bisogno degli altri*.
- Dio ha istituito il progetto di una *comunità di salvezza*.
- Nella comunità cristiana si vive **la reciprocità e la fraternità**, dinamiche che fanno liberare dalle fragilità....
- La personalità umana giunge alla maturità per essere idonea all'ingresso nella **VITA RISORTA** (compimento dell'identità/compito di ogni persona nella storia).

Un annuncio rivoluzionario



- Vogliamo ascoltare anche la riflessione del **Teologo Dietrich Bonhoeffer** (cf. *La fragilità del male. Scritti inediti*, Piemme 2015).
- L'autore ha vissuto la sua vita in **opposizione al Regime nazista**, criticando la stupidità del potere stolto.
- La liberazione esteriore è legata alla liberazione interiore, nella quale **l'uomo si rende RESPONSABILE di fronte a Dio**. Avanzare nel **BENE** fa arretrare il male; **il male fa perdere all'uomo la sua umanità**, lo fa diventare creatura del diavolo, un essere devastato e sottomesso.
- Ritene che il problema della debolezza è importante: *bambini, vecchi, poveri e malati sono un grande mistero*; queste persone che non ce la fanno da sole, *dipendono dall'aiuto, dall'amore e dalla cura degli altri*.
- Egli evidenzia anche che il **messaggio del cristianesimo è rivolto particolarmente ai MISERI**, ai disperati.
- Critica chi esalta la forza, il potere, anziché la non-violenza e l'umiltà.
- Nella nostra epoca siamo **TESTIMONI della lotta del cristianesimo**, che difende il povero dalla superbia dei potenti. Forse **i cristiani fanno troppo poco**, si sono adattati al culto del più forte?



- Qualcuno interpreta la malattia come *segno della colpa dell'uomo*. Le malattie, l'anzianità e la morte sono qualcosa di più complesso che *una punizione*; fanno intravedere **l'ABISSO DEL MALE**.
- La fede fa capire che **la malattia più grande è il peccato**. Solo il più grande Dottore del mondo la può curare. **La più grande sofferenza è l'INCREDULITA' e l'assenza di Dio nella nostra vita.**
- Quante lacrime, quante vite spezzate, ma nel mondo c'è una realtà più tragica, che deriva dal **RIFIUTO DELLA RELIGIONE, della moralità**. La cosa più difficile è **rinunciare alla FELICITA' donata dal Signore, rinunciare al Bene del Padre**: ecco il dolore più grande da sopportare!
- L'autore esorta a combattere ogni **SOLITUDINE**, vincendola con la **COMUNIONE con Dio e con i fratelli**.
- **L'apostolo Pietro ha dimostrato la sua debolezza** nella notte in cui rinnega Cristo davanti ai sommi sacerdoti. **La CHIESA DI PIETRO condivide la stessa debolezza**, continua a tradire e cadere; è timorosa, vergognosa del Signore, invece di sostenerlo si allontana dalla missione ricevuta.



- Ma esiste anche **una nuova Chiesa** cambiata e purificata, capace di trasmettere *il linguaggio nuovo della Parola che rinnova il mondo, della verità, della pace.*
- Ora anche *il nemico può diventare amico.* L'autore esalta **la GIOIA della fraternità**; l'amore cristiano significa *umiliazione del forte di fronte al debole, del sano di fronte al malato, del potente di fronte allo schiavo.*
- Non è il debole che deve servire il forte ma viceversa, non per beneficenza, ma per **rispetto e amore.**
- Il cristianesimo rappresenta il **SOVERTIMENTO dei valori umani** e la costruzione di un nuovo ordine.
- L'autore ribadisce dunque **la forza della fede e della preghiera.** Egoista è colui che conta solo sulle proprie forze e non affida ogni cosa a Dio: con Lui **tutto diventa possibile!**

RIALZARSI PIU' FORTI



- La Sociologa **Brené Brown** (cf. *La forza della fragilità. Il coraggio di sbagliare e rinascere più forti di prima*, Vallardi 2020) dell'Università di Houston ha dedicato anni allo **studio sul CORAGGIO DELLA VULNERABILITA', sul merito della rinascita**, ossia quali strategie aiutano a risorgere dopo una sofferenza o un fallimento.
- Ha cercato un approccio innovativo per **migliorare l'esistenza di molte persone**; hanno saputo superare la delusione e trovare l'equilibrio dopo una dura battaglia.
- L'autrice ha elaborato il **Metodo di acquisire la CONSAPEVOLEZZA della crescita personale nelle fasi: riconoscere, riflettere, rivoluzionare**. Primo passo della riuscita è *riconoscersi come siamo*, con dubbi e debolezze, per diventare protagonisti della propria vita.
- Il dramma non è cadere, ma **non sapersi rialzare** dai vissuti difficili o nascondersi.
- Rialzarsi più forti di prima: si trae *amore dalla disperazione, compassione dalla vergogna, benevolenza dalla delusione, coraggio dal fallimento, forza dalla fragilità*.
- Solo **mettendosi in gioco** non si ha paura di sbagliare e si trova la forza di ricominciare. Sugli spalti ci sono tante persone che non rischiano mai di scendere in campo! **Dalla fragilità scaturiscono INNOVAZIONE e cambiamento**. La vulnerabilità genera molte **esperienze appaganti: l'amore, l'appartenenza, la gioia, la fiducia**.
- **Grandi personaggi** hanno benedetto la loro fragilità, da essa sono nate cose nuove.



- **Narrare** è la nostra natura, un percorso spirituale.
- Non sempre si può tornare indietro, ma si elabora una nuova consapevolezza. Il percorso è personale, ma al traguardo non si arriva mai da soli. Il coraggio è contagioso. Il processo della rinascita dopo una caduta ha lo scopo d'imparare a **vivere intensamente con il CUORE**.
- **Rivoluzione della riflessione:** *prendere atto delle proprie emozioni, pensieri e comportamenti; ci si confronta con se stessi ponendosi delle domande, per cogliere il vero o i meccanismi di difesa.*
- Si cerca di trasformare il modo in cui si interagisce: **la CURA DELLA GENTILEZZA e della delicatezza.**
- Avere pazienza con i limiti altrui è pura **carità**. Compone **le Leggi della vulnerabilità:**
- *dono dell'imperfezione: essere se stessi, dare il meglio di sé*
- *forza della fragilità: rialzarsi ad ogni caduta e ripartire con coraggio*
- *non vincere o perdere: essere visti come si è.*



- Non si può continuamente essere risentiti e dare la colpa agli altri, ma assumersi la responsabilità di **manifestare** le proprie esigenze-desideri. Non soffocare il disagio che si prova nei confronti di se stessi o di situazioni.
- Riflettere su: *delusioni, aspettative, risentimenti, attaccamenti, perdite, perdono, vergogna, perfezionismo, recriminazioni, nostalgia, rimpianti, empatia, compassione, affidabilità, confidenza.*
- La Brown elenca **idee errate** e luoghi comuni:
 - *essere emotivi è un segno di debolezza*
 - *non bisogna raccontare*
 - *le emozioni non si possono esprimere, è meglio tacere*
 - *parlare dei sentimenti è frivolo e autocompiacimento*
 - *è forte chi è insensibile*
 - *l'incertezza è una realtà scomoda.*



- È fondamentale imparare a **calarsi** sulle proprie paure, sulle critiche che feriscono, sul senso della propria identità.
- **II PROCESSO DI RINASCITA** può diventare una consuetudine in famiglia e sul lavoro:
 - *conciliarsi con le proprie capacità, origini e comportamenti*
 - *rispettare noi stessi e gli altri*
 - *riflettere su idee, strategie, creatività, scelte*
 - *riunirsi per confrontarci e assumerci le responsabilità delle decisioni, provare gratitudine reciproca*
 - *recuperare la gioia e le forze dello stare in compagnia con cari, amici, riposando e svagandosi*
 - *rivolgersi agli altri con empatia, coinvolgimento emotivo e benevolenza.*
- Tutti viviamo dei **traumi**, è normale superarli; qualcuno invece vive sempre un **lutto patologico**, non riesce a rimarginare le ferite; può tentare un processo di trasformazione, ma se non è sufficiente deve chiedere aiuto a specialisti.



- Dieci linee guida, **il MANIFESTO DEI CORAGGIOSI:**
- coltivare l'autenticità, non lasciarsi condizionare dal pensiero altrui
- coltivare l'auto-accettazione, rinunciare al perfezionismo
- coltivare la resilienza, non cedere all'insensibilità
- coltivare la gratitudine e la gioia, superare il senso d'inadeguatezza
- coltivare l'intuito e la fede, rinunciare al bisogno di certezze
- coltivare la creatività, evitare i confronti
- coltivare la lucidità e il riposo, rinnegare lo stress
- coltivare la calma come stile di vita, evitare l'ansia
- coltivare attività appaganti, sconfiggere l'insicurezza
- coltivare il riso, la musica, la danza, imparare a non essere eccessivamente controllati.
- **Fondamento di una VITA AUTENTICA:** la vulnerabilità è l'elemento catalizzante della **DEDIZIONE.**

La cura della gentilezza



- Su questa linea **Tonino Cantelmi** scrive (cf. *Psicologia della compassione*, San Paolo 2020) il **MINDFULL COMPASSIONEVOLE**. Invita a: *ammorbidire il corpo, accogliere i pensieri, fare amicizia con i propri sentimenti, relazionarsi con gli altri, nutrire lo spirito*. Chi elabora **l'AUTO-COMPASSIONE** è toccato dalla sofferenza degli altri, si sa connettere con la gentilezza e con il desiderio di alleviare la sofferenza:
 - *gentilezza verso se stessi, contro il giudizio di sé*
 - *gentilezza verso gli altri, contro l'indifferenza*
 - *umanità condivisa, contro l'isolamento*
 - *mindfulness della propria esistenza, contro la fusione con il vissuto.*



- **ALLENARE la COMPASSIONE AMOREVOLE:** parole, emozioni, immagini e gesti; l'obiettivo è **individuare i desideri più profondi:**
- *gentilezza verso se stessi*
- *ritagliarsi del tempo tranquillo*
- *stare in una condizione di benessere fisico, emotivo, pace interiore*
- *ripetere a se stessi frasi positive, rassicuranti*
- *focalizzare la consapevolezza sulle persone importanti della propria vita*
- *tendere alla maturazione personale, includendo persone con cui si è in conflitto, sviluppare il perdono*
- *maturare la consapevolezza e l'equilibrio negli ostacoli che si incontrano*
- *le pratiche di meditazione possono diventare modalità di preghiera*
- *trovare un insegnante che c'ispira attraverso il suo esempio*
- *scrivere un DIARIO come opportunità di monitorare il cambiamento delle proprie abitudini*
- *prendersi cura degli altri, le sfide non finiscono mai: coltivare la GENTILEZZA, facendone un VIAGGIO di compassione nella vita.*

«Io sono con te»



- La nostra riflessione è un invito a **SENSIBILIZZARSI** alla fragilità umana. Ha detto il **Vescovo Giuliano Brugnotto**: “Guai a chi non ha cura del fragile”. **Non si riduce mai l’altro al suo limite**; Dio porta avanti la sua opera in tutti. Prendendosi cura del corpo, si riconoscere **il valore della persona**.
- La fragilità, la malattia, la morte comportano **una lotta**. Abbiamo bisogno della **forza della Parola e del Pane eucaristico** quotidiani, che sono “Carne per la vita del mondo”: **nell’Eucaristia incontriamo CRISTO, LA VITA che supera la debolezza e la morte**.
- Dio non disprezza la nostra fragilità, Egli ama la nostra vita: **noi non siamo solo la nostra fragilità**.
- Se non fossimo stati destinati alla salvezza, Cristo non sarebbe morto per noi: dentro di noi c’è un **SEME DI ETERNITA’**: **rimarremo PER SEMPRE**. Dio ci custodirà, non ci lascerà cadere nell’abisso.
- Siamo chiamati a gestire ogni giorno medicine, indagini, vicinanza: **la cura fatta bene riflette LA PRESENZA DI DIO**.

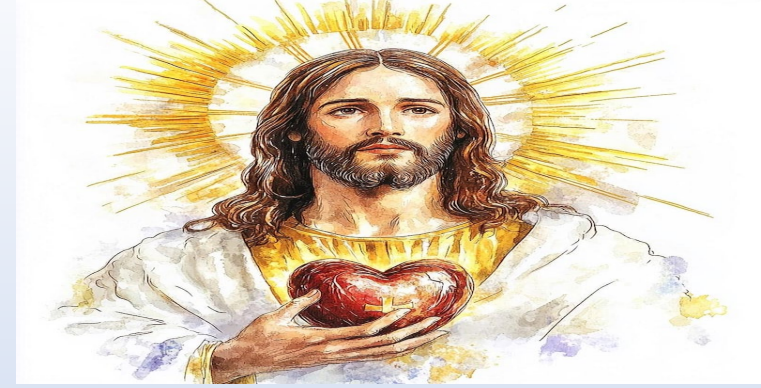


- “Il Padre vuole che nulla si perda”: ha messo tutto/i nelle mani del Figlio, il Quale porta a termine questo Progetto. Chi crede ha la Vita oltre la morte, in Cristo **TUTTO TORNA AL PADRE**.
- *“Nella debolezza si manifesta la mia Forza”.*
- Ricordiamo di non fare come **colui che è stato amato e... HA TRADITO**.
- Occorre **accettare fragilità fisiche e morali, fatiche e ansie delle persone** che ci stanno vicine. **L’UMILTA’** è il vertice dell’amore; *si cresce* quando si scoprono **la nostra umiltà di fronte al mondo e il dono meraviglioso degli altri**.
- Il **segreto cristiano è FARSI PICCOLI PER DIVENTARE GRANDI**. Maria non ha uno sguardo di compiacenza verso Se stessa, ma rimane sempre orientata a Dio.
- **Siamo amati senza meriti e PREZIOSI DAVANTI A DIO**.
- Dio ci chiama come Lui a farsi **SERVI dei fratelli (si prova un’immensa gioia)**. Nella nostra impotenza c’invita ad annunciare nel mondo *il Vangelo della fragilità-forte!*

CONCLUSIONE



- Il moralista **Maurizio Faggioni** ribadisce: *“Il cuore della vita è alzare gli occhi a Dio”*.
- L'umanità è preziosa!
- Dare **CURA AUTENTICA** ci fa riflettere sul tema attuale degli **abusi**. Sguardi di cura non di possesso; nel fare il bene non si può invadere la vita altrui.
- Nelle case, nelle strutture molti sofferenti sono curati bene, ma ricordiamo di lasciarli **esprimere le loro capacità residue**, i loro desideri; aiutarli a fare attività dignitose e gratificanti.
- **Volere IL VERO BENE** significa non giocare con la libertà degli altri o la loro capacità di scegliere. Avere **massimo rispetto della persona fragile**. Solo *certe richieste non possono essere esaudite*: dare la morte o cure accanite. L'empatia permette di capire ed entrare in sintonia.
- *Gli sposi* si accolgono anche nella malattia, in modo incondizionato. Ci si sta accanto con rispetto *a ogni costo*.



- Il disabile, il malato il carcerato ci sono affidati, li accogliamo così come sono? **Prendendomi cura di altri, mi prendo cura di me!** Ci denudiamo gli uni davanti agli altri. *La cura è amicizia, sintonia, risposta alla richiesta di un volto.* Gli uomini sono chiamati a intrecciare le loro storie. Scopriamo un **modo fraterno di STARE INSIEME.**
- **Icona della cura è GESU'** che si china sulle ferite dell'umanità, come Lui siamo chiamati a **CHINARCI** sulle ferite degli altri: viviamo l'uno per l'altro.
- La cura è lo sguardo che abbraccia l'altro nella sua realtà: **la CARITA'** è il modo umano di essere **FAMIGLIA** di un solo Padre.
- Dio è invulnerabile, ma sulla Croce si è reso vulnerabile, per aiutarci a **ritrovare la BELLEZZA PERDUTA.**
- Ecco l'Amore di Dio per la sua creatura, per la sua Chiesa: si è lasciato **FERIRE IL CUORE!**
- Scopriamo allora **il SENSO ultimo del dolore**, condividere la realtà più terribile e umiliante: il Signore **ha fatto della FERITA APERTA UN LUOGO D'INCONTRO** con Lui. Incontriamo Lui in ogni nostra ferita!
- Possiamo assicurare a tutti la Presenza, l'Amore, la Benedizione di Dio, perché **DIO VISITA IL DOLORE.**

PER NOI...

- **Come accostiamo** le persone fragili che sono affidate alle nostre cure nel contesto comunitario?
- Siamo capaci di mettere in atto **comportamenti idonei**?
- **Quale senso** ha per me la sofferenza, la spiritualità? È lecito chiedersi **perché**?
- Dove cerchiamo la forza di **affrontare il futuro...** da noi stessi, da Dio?

