



Felicitas



Foglio mensile della Parrocchia di Santa Felicità e Figli Martiri, Fidene, Roma

Anno 3 – n° 23 - Marzo 2026

In cammino verso Pasqua

Saluto del Parroco



Carissimi parrocchiani, mentre ci incamminiamo verso il cuore dell'anno liturgico, guardo alla nostra comunità con profonda gratitudine. Le ultime settimane ci hanno regalato momenti di grande gioia e condivisione, segno di una parrocchia viva e in cammino. Come tutti sapete, lo scorso **28 febbraio** abbiamo vissuto un momento di festa indimenticabile: l'inaugurazione del nostro nuovo campo sportivo. Vedere quello spazio riempirsi di voci, sorrisi ed entusiasmo è stata un'emozione grandissima. Questo campo non è solo un pezzo di terra sistemato: è un dono prezioso per la nostra parrocchia e per l'intero quartiere. Sarà un luogo sicuro dove i nostri ragazzi potranno crescere attraverso lo sport, imparando i valori della lealtà, dell'amicizia e dello stare insieme. Per la realizzazione di questo sogno diventato realtà, ci tengo a esprimere un ringraziamento di cuore, a nome di tutta la comunità, alla **Regione Lazio**, il cui aiuto concreto e fondamentale ci ha permesso di portare a termine i lavori e consegnare questo spazio a tutti voi.

Così come abbiamo preparato con cura questo nuovo spazio fisico, ora siamo chiamati a preparare con altrettanta cura i nostri cuori.

Con la **Domenica delle Palme** entriamo nella **Settimana Santa**, il momento più sacro e denso del nostro anno. Vi invito, in modo particolare, a non disperdere la grazia del **Triduo Pasquale**. Non si tratta semplicemente di partecipare a tre messe

diverse, ma di immergersi in un unico, grande mistero d'amore: la Passione, la Morte e la Risurrezione del Signore. È il cuore della nostra fede. Nel Triduo impariamo che l'amore di Cristo si dona fino alla fine, che la croce non è l'ultima parola e che la luce della Pasqua vince su ogni oscurità. Per aiutarvi a organizzare i vostri tempi e vivere appieno queste celebrazioni, vi ricordo gli appuntamenti principali della Settimana Santa:

- **Giovedì Santo:** Santa Messa nella *Cena del Signore* alle **ore 18:30**. Rivivremo l'istituzione dell'Eucaristia e il gesto umile della lavanda dei piedi.
- **Venerdì Santo:** Celebrazione della Passione del Signore alle **ore 18:30**. A seguire, alle **ore 21:00**, ci ritroveremo per la **Via Crucis** per le vie del nostro quartiere, portando la Croce tra le nostre case.
- **Sabato Santo:** La solenne **Veglia Pasquale** inizierà alle **ore 22:00**. Sarà la madre di tutte le veglie, in cui aspetteremo insieme la luce di Cristo Risorto.

Vi aspetto per vivere insieme questi giorni di grazia, uniti come un'unica grande famiglia, sia nel gioco su un campo nuovo, sia nella preghiera davanti al mistero della Croce e della tomba vuota. Auguro fin da ora a voi, agli anziani, agli ammalati e a tutte le vostre famiglie una serena preparazione alla Pasqua.

Con affetto e la mia benedizione, il vostro parroco.

Don Dinoy David Cherangadan sdv





Cittadini della terra

«Beati i miti perché avranno in eredità la terra» (Mt 5,5). Questa è una beatitudine che si presenta con singolare forza attrattiva, in parte

per la bellezza della semplicità, e ancora per il paradosso della sua brevissima espressione, che unisce la garanzia di una proprietà irrefutabile e totale, *la terra*, con l'immagine della moderazione, nel contrasto tra il presente e il futuro, tra la sobrietà e l'abbondanza. Davanti a così radicale differenza soltanto a fatica possiamo dare credito alla promessa di Gesù.

“Terra di Maria” fu il titolo di un film documentario del regista spagnolo Juan Manuel Cotel, apparso nel 2013, dove si raccoglievano i testimoni di persone che ricordavano le loro esperienze spirituali di incontri con Maria di Nazaret, che avevano riportato la convinzione ferma del sostegno reale ricevuto dalla madre del Signore. Per essi non c’era alcun dubbio che la vergine madre di Gesù è la donna più potente di questa terra, al punto di poter dire che siamo nella *Terra di Maria*.

“Terra di Maria” si dice molte regioni, posti dove fioriscono le espressioni di devozione verso la Madre di Dio. Ci sono donne e uomini che la invocano, l’ammirano, la ricordano e a lei si affidano. Essi compongono canti, recitano versi, contemplan immagini, alzano santuari, percorrono vie, e la loro estensione è tale, che non è esagerato mettere il nome mariano a quelle terre. Centinaia di luoghi in Italia sono noti per la loro storia mariana.

Di Maria si dicono le terre, che lei riceve come la realtà promessa ai miti. Sono posti che le appartenevano come eredità, non per ottenere un patrimonio esclusivo per un beneficio individuale, ma perché diventassero luoghi di pace, di gratitudine e si speranza. Nella madre di Gesù si mostra il vero senso della beatitudine, per lo stile proprio di ricevere il possesso della terra.

Questa è la “Terra di Maria”, perché in lei vediamo la condizione autentica e luminosa di essere buoni “Cittadini e proprietari della terra”. Si tratta di vivere qui con la consapevolezza della benedizione di Dio e

la sollecitudine dell’ospitalità. Nella “Terra di Maria” cresce la speranza del dono di Dio, si pratica la carità con i deboli, e si fortifica la fede nella vicinanza dello Spirito.

Dalla verità della promessa della seconda parte della beatitudine, possiamo tornare alla prima parte che indica chi sono i beati: i miti. Papa Francesco ci ricordò che «ogni volta che guardiamo a Maria torniamo a credere nella forza rivoluzionaria della tenerezza e dell’affetto. In lei vediamo che l’umiltà e la tenerezza non sono virtù dei deboli ma dei forti, che non hanno bisogno di maltrattare gli altri per sentirsi importanti. Guardando a lei scopriamo che colei che lodava Dio perché “ha rovesciato i potenti dai troni” e “ha rimandato i ricchi a mani vuote” (Lc 1,52.53) è la stessa che assicura calore domestico alla nostra ricerca di giustizia» (FRANCESCO, esortazione apostolica *Evangelii gaudium*, 24 novembre 2013, n. 288). La mitezza manifesta un animo incompatibile con l’avidità. Il mite è la persona che vive serenamente il proprio tempo, nella cordialità e nel servizio. Maria è la donna mite e umile davanti a Dio,



testimone della sua benedizione, e pronta all’aiuto sincero ed efficace.

Don Antonio Escudero SDB

Il dolore offerto per amore !



Ogni anno, l’11 febbraio si celebra la Giornata Mondiale del Malato, un appuntamento importante per la Chiesa cattolica e per tutta la società civile che

invita a riflettere sulla condizione delle persone malate e sull'importanza della cura, della compassione e della dignità umana. La ricorrenza coincide con la festa liturgica di Nostra Signora di Lourdes, un momento simbolico di preghiera e di solidarietà verso chi soffre.



La Giornata Mondiale del Malato fu istituita nel 1992 da San Giovanni Paolo II, poco dopo la diagnosi della sua malattia, come occasione per invitare fedeli e non, credenti e operatori sanitari, a pregare per chi vive la malattia e per chi si dedica alla sua cura.

L'11 febbraio è stato scelto non a caso: è il giorno in cui la Chiesa ricorda la prima apparizione della Madonna a Lourdes, luogo di pellegrinaggio e di speranza per milioni di malati.

Il tema del 2026: "La compassione del Samaritano"

Per il 34° anniversario della Giornata, il Papa Leone XIV ha scelto un tema di forte impatto umano e spirituale:



"La compassione del Samaritano: amare portando il dolore dell'altro".

Ispirato alla celebre parabola evangelica del Buon Samaritano, il messaggio invita tutti — non solo gli operatori sanitari — a riscoprire la dimensione concreta della compassione: non si tratta di un sentimento astratto, ma di un gesto di vicinanza reale verso chi soffre, di un amore che si fa presenza, attenzione, tempo donato, cura e solidarietà.

Secondo il Pontefice, questa compassione non può essere un semplice atto individuale, ma deve intrecciarsi con l'incontro, la relazione e la condivisione, come indicato anche nell'Enciclica *Fratelli tutti* di Papa Francesco.



La Giornata Mondiale del Malato vuole essere soprattutto un momento di preghiera per chi è malato, per le loro famiglie e per quanti dedicano la loro vita all'assistenza, dal personale sanitario agli operatori pastorali. È un richiamo a guardare chi soffre non come un peso "da gestire", ma come persona da abbracciare con rispetto, dignità e accompagnamento umano e spirituale. Nella nostra parrocchia alle ore 15.00 c'è stato un momento di preghiera, con adorazione eucaristica e S. Messa presieduta dal nostro Parroco Don Dinoy e dal vice don Arun, presenti anche i nostri ministri straordinari della comunione che, svolgono anche il prezioso servizio di portare la Comunione ogni settimana ai malati e agli anziani, (circa 40 persone) mantenendo sempre rispetto, discrezione e spirito di preghiera.

Elio Sardelli



I Misteri del dolore



Questa volta è facile capire perché si chiamino così, vero? Allora, forse, più che riflettere sulla parola "dolore" bisogna farlo sulla parola "MISTERO". Non abbiamo spiegazione per il dolore e con questo dobbiamo farci pace; sì, perché noi, in fondo, questo non lo accettiamo, noi vogliamo capire, abbiamo bisogno di ragioni e di senso! Io ho bisogno di senso! Ma il dolore è un mistero! Quindi? Finisce così?

Della serie: "Oh bella rega', il dolore nun se po' capi'... è annata così, ciaone!""?

No! Perché se è vero che Cristo non ha spiegato il dolore, è vero (e ancora più potente) il fatto che lo ha **ATTRAVERSATO**...

Ha dimostrato, pagando in prima persona, che il dolore non è la FINE, non è INUTILE, pure se lo sembra.

Corriamo tutti un grande rischio, quello di cadere nell'errore di Pietro: riconoscere la Verità {«Tu sei il Cristo, il Figlio del Dio vivente»}, ma continuare a pensare come il mondo {«Dio non voglia, Signore! Questo non ti avverrà mai»}. (vedi Matteo 16, 13-23).

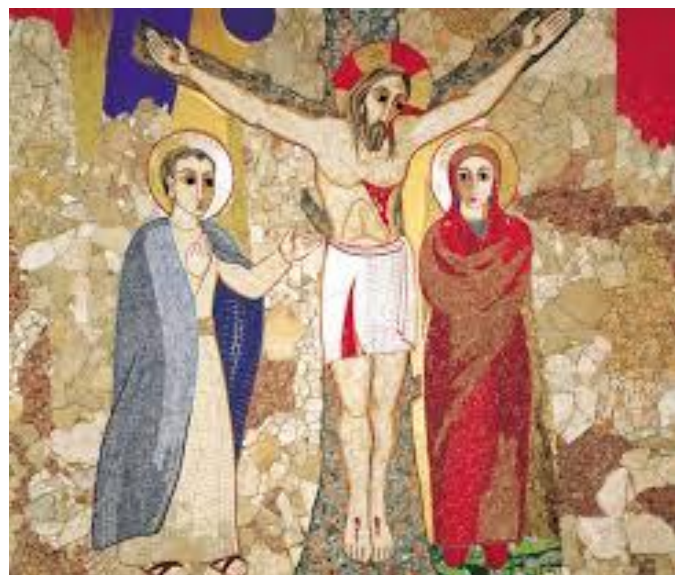
Don Luigi Maria Epicoco in una sua catechesi ha detto: "Sai perché Cristo non è sceso dalla croce? Perché quella croce non era la sua, era la tua! Non è sceso per non lasciarti solo". Solo se ci sentiamo davvero amati, possiamo iniziare a pensare come Gesù. Se non impariamo a pensare come Gesù allora siamo ancora del mondo, non abbiamo risolto nulla. Cristo non ha risparmiato a sé stesso nessun dolore: solitudine, tristezza, angoscia, tradimento, umiliazione, crudeltà, ridicolizzazione, calunnia, disprezzo, abbandono, sofferenze fisiche atroci, prigionia, morte... affinché tu potessi "stare" in ognuna di queste condizioni e non esserne schiacciato, ma capace di attraversarle, vincerle, consapevole di "essere" con Lui.



Stavolta non posso "analizzare" i misteri. Stavolta devo fermarmi, capire che non posso aggiungere niente, anzi ... capire che devo ancora convertirmi. Grazie Signore per ogni tua preghiera, lacrima, sorriso, abbraccio, segno, per ogni tuo silenzio, carezza, passo. Vorrei poter onorare ogni tua ferita con un bacio, ma non ne sono degna...

Madre mia fallo tu per me! ♥♥

-



- bacia la guancia di Gesù che ha ricevuto il tradimento di Giuda e lo schiaffo del soldato;
- bacia la sua schiena colpita dai flagelli e lenisci i 5480 colpi che gli sono stati inferti;
- bacia il capo e l'occhio feriti dalla corona di spine;
- bacia i suoi piedi per ogni passo fatto trascinando la croce;
- bacia le sue ginocchia per ogni dolorosa caduta;
- bacia di nuovo il suo volto ricoperto di sputi, sangue, terra;
- bacia la sua spalla in cui si aprì una delle ferite più dolorose, che gli lasciarono scoperte 3 sacratissime ossa;
- bacia la sua nudità stesa sulla croce, bacia quel pudore ferito, quel pudore che noi non capiamo, accecati dalla moda;
- bacia la sua mano destra;
- bacia la sua mano sinistra;
- bacia il suo piede destro;
- bacia il suo piede sinistro;
- bacia il suo costato.

La ferita del costato...

Essa doveva rappresentare l'ultimo sfregio a Cristo da parte del Male, neppure da morto pietà, era il trionfo definitivo sul Bene! E invece, ci ha aperto un mare di grazie! Vedi quanto è più grande Dio, quanto più imperscrutabile, più sorprendente, e quanto il Male nel suo orgoglio acceca se stesso e da solo si condanna?

Fiducia...

speranza, contro ogni speranza, non verrà delusa!

Signore che io veda come vedi tu, senta come senti tu, preghi come preghi tu.

Oh Gesù mite e umile di cuore dammi un cuore simile al tuo!

Silvia Organtini

Il santo del Mese

eccezionalmente per questo mese presentiamo due santi: Giuseppe lo Sposo di Maria e Padre di Gesù, e Giuseppe B. Cottolengo, l'apostolo delle speranza e della carità per gli ammalati

San Giuseppe lo sposo di Maria e Padre di Gesù



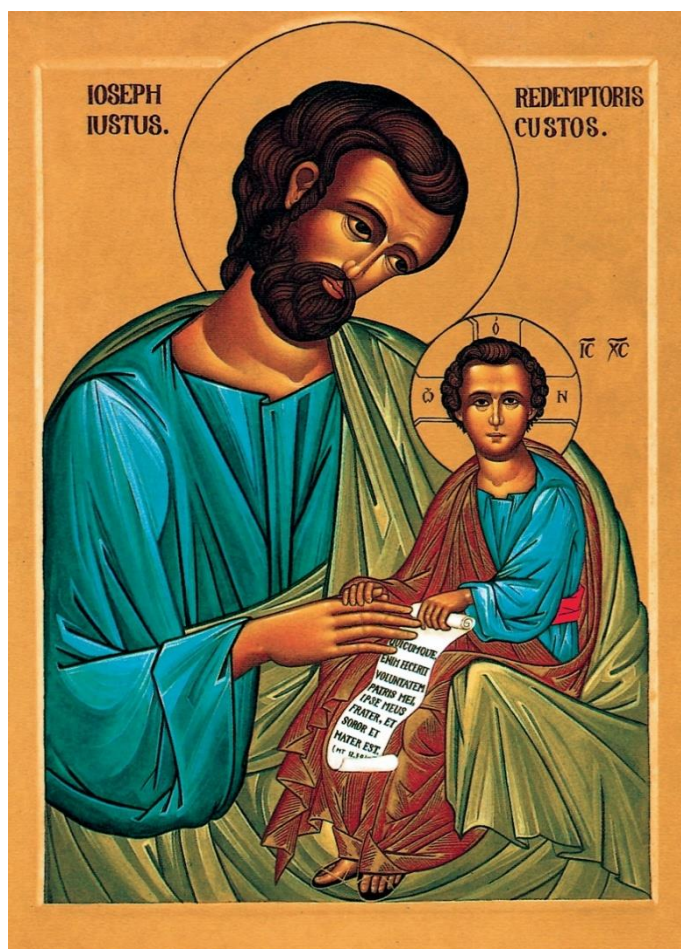
Le Persone di Maria di Giuseppe hanno qualcosa di assolutamente singolare. Eppure in esse vi sono elementi che debbono essere presenti in ogni matrimonio, ove i genitori sono i primi formatori dei figli e accompagnatori delle loro vocazioni, Don Giustino ha scritto infatti che per formare i figli occorrono l'amore materno di Maria e quello paterno di Giuseppe! Perciò se la vocazione di Maria è meditata e compresa a partire dal suo rapporto con il Divino Figlio, anche la vocazione di Giuseppe va compresa a partire dal rapporto con il Figlio di Dio che si fa figlio suo.

Il contesto in cui nasce la vocazione di Giuseppe è drammatico: la donna che egli ha scelto come compagna della sua vita e madre dei figli che il Signore gli vorrà concedere, porta in grembo il figlio di un altro. Giuseppe soffre, come ogni innamorato

che si senta tradito, ma non per questo cessa di essere "giusto". Egli ama talmente la sua donna che - ci dice Matteo - "decise di licenziarla in segreto". Solo un amore infinito avrebbe potuto giustificare questa scelta: infatti, se la avesse ripudiata pubblicamente, avrebbe esposto Maria all'infamia e al disprezzo, e alla possibile pena della lapidazione. Ma egli, innamorato, ancora più che giusto, si decide di licenziarla in segreto: cioè avrebbe accolto Maria nella sua casa come si accoglie una moglie; avrebbe accolto il figlio di lei come figlio suo, ma... avrebbe rinunciato nel suo intimo a considerarla sua moglie, con la eroica conseguenza di interdirti ogni affetto di marito e ogni futura paternità. Si potrebbe amare di più? La prima vocazione di Giuseppe è amare Maria: ogni uomo deve apprendere da lui come si ama, anche quando il prezzo dell'amore è fuori ogni misura.

Ma Dio non lascia solo Giuseppe con il suo dolore. Il "sogno" è un espediente teologico e letterario per indicare che Dio è all'azione, che rassicura, che conforta, che sostiene il chiamato nella sua risposta: "non temere Giuseppe di prendere con te Maria tua sposa". Il proposito di Giuseppe di interdirti, per sua iniziativa, ogni affetto e conseguenza di rapporto maritale, diviene la nuova parte della sua vocazione. Egli non la ripudia in segreto, ma nel segreto si impegna a rispettarla come sposa dello Spirito santo. Prendendo con sé Maria sua sposa, sa che il suo amore dovrà essere gioiosamente castissimo, perché egli non è più semplicemente lo sposo, ma il custode dell'Arca della Alleanza che porta in sé la presenza santissima del Signore, poiché "quello che è generato in lei viene dallo Spirito santo", cioè da Dio. A questo punto l'Angelo, che poi è il Signore che parla, accomuna e differenzia le vocazioni di Maria, di Giuseppe e dello stesso Gesù che è portato in grembo: "essa" partorerà un figlio; "tu" lo chiamerai Gesù; "egli" salverà il popolo dal peccato. Dunque: la vocazione di Maria è portare il Cristo; la vocazione del Cristo è portare la salvezza; la vocazione di Giuseppe sarà rendere possibile la vocazione di entrambi. Infatti accogliendo Maria come sua sposa e il Figlio che porta in grembo, egli diviene il primo collaboratore della Redenzione. Ma ci sta infinitamente di più: dando per ordine di Dio il





nome al Bambino, ne diviene vero padre; padre non biologico, ma non per questo meno padre. E lo diviene per mandato divino. Quindi in questa nuova Famiglia egli sarà il rappresentante del Signore, verissimo Padre di Gesù. A tal proposito deve essere eliminato dal nome e dalla persona di Giuseppe il termine “padre putativo”. Questo termine dice un sottile inganno: Giuseppe sarebbe creduto padre di Gesù, ma di fatto non lo è! Molto più bello e teologicamente ed affettivamente significativo è il termine “padre adottivo”. L’adozione, fatta per mandato divino, rende veramente Giuseppe Padre di Gesù, suo tutore, suo maestro, suo umano modello. Quanta responsabilità comporta la vocazione di Giuseppe. Ma anche quanta gioiosa determinazione: “Destatosi dal sonno, Giuseppe fece come gli aveva ordinato l’angelo del Signore e prese con sé la sua sposa, la quale, senza che egli la conoscesse, partorì un figlio, che egli chiamò Gesù”.

E qui scorgiamo i tratti della vocazione di Abramo, che crede contro ogni speranza. Maria ha ricevuto l’annuncio da un Angelo, mentre è sveglia e vigile, e probabilmente in preghiera; Giuseppe no. Si deve fidare di un sogno. Senza per nulla sminuire la fede di Maria, possiamo dire che a Giuseppe è richiesto un di più. Ed egli prontamente lo concede, accogliendo senza indugio la divina vocazione, fino alle estreme conseguenze. E così non solo risponde della sua

vocazione, ma accetta di rispondere della vocazione della Madre e del Figlio.

In quanto poi “garante” della vocazione di Maria e di Gesù, Giuseppe è e deve essere considerato un “vocazionista ante litteram”. Esempio fulgido di sposo, di padre, di accompagnatore di vocazioni: quanto ancora oggi ha da insegnarci.

Don Claudio De Caro sdv

San Giuseppe Benedetto Cottolengo l’apostolo della speranza e della carità

Giuseppe Benedetto Cottolengo nacque a Bra, cittadina della provincia di Cuneo, il 3 maggio 1786. Primogenito di 12 figli, di cui 6 morirono in tenera età, mostrò fin da fanciullo grande sensibilità verso i poveri.

Abbracciò la via del sacerdozio, imitato anche da due fratelli. Il Cottolengo divenne un buon sacerdote, ricercato da molti penitenti e, nella Torino di quel tempo, predicatore di esercizi spirituali e conferenze





presso gli studenti universitari, dove riscuoteva sempre un notevole successo. All'età di 32 anni, venne nominato canonico della Santissima Trinità, una congregazione di sacerdoti che aveva il compito di officiare nella Chiesa del *Corpus Domini* e di dare decoro alle cerimo-

nie religiose della città, ma in quella sistemazione egli si sentiva inquieto. Dio lo stava preparando ad una missione particolare, e, proprio con un incontro inaspettato e decisivo, gli fece capire quale sarebbe stato il suo futuro destino nell'esercizio del ministero. Il Signore pone sempre dei segni sul nostro cammino per guidarci secondo la sua volontà al nostro vero bene. Per il Cottolengo questo avvenne, in modo drammatico, la domenica mattina del 2 settembre 1827. Proveniente da Milano giunse a Torino la diligenza, affollata come non mai, dove si trovava stipata un'intera famiglia francese in cui la moglie, con cinque bambini, era in stato di gravidanza avanzata e con la febbre alta.

Dopo aver vagato per vari ospedali, quella famiglia trovò alloggio in un dormitorio pubblico, ma la situazione per la donna andò aggravandosi e alcuni si misero alla ricerca di un prete. Per un misterioso disegno incrociarono il Cottolengo, e fu proprio lui, con il cuore pesante e oppresso, ad accompagnare alla morte questa giovane madre, fra lo strazio dell'intera famiglia. Dopo aver assolto questo doloroso compito, con la sofferenza nel cuore, si recò davanti al Santissimo Sacramento e pregò: «Mio Dio, perché? Perché mi hai voluto testimone? Cosa vuoi da me? Bisogna fare qualcosa!».

Rialzatosi, fece suonare tutte le campane, accendere le candele, e accogliendo i curiosi in chiesa disse: «La grazia è fatta! La grazia è fatta!». Da quel momento il Cottolengo fu trasformato: tutte le sue capacità, specialmente la sua abilità economica e organizzativa, furono utilizzate per dare vita ad iniziative a sostegno dei più bisognosi.

Egli seppe coinvolgere nella sua impresa decine e decine di collaboratori e volontari. Spostandosi verso la periferia di Torino per espandere la sua opera, creò una sorta di villaggio, nel quale ad ogni edificio che riuscì a costruire assegnò un nome significativo: «casa della fede», «casa della speranza», «casa della carità».

Mise in atto lo stile delle «famiglie», costituendo delle vere e proprie comunità di persone, volontari e volontarie, uomini e donne, religiosi e laici, uniti per affrontare e superare insieme le difficoltà che si presentavano. Ognuno in quella Piccola Casa della Divina Provvidenza aveva un compito preciso: chi lavorava, chi pregava, chi serviva, chi istruiva, chi amministrava. Sani e ammalati condivi-devano tutti lo stesso peso del quotidiano. Anche la vita religiosa si specificò nel tempo, secondo i bisogni e le esigenze particolari. Pensò anche ad un proprio seminario, per una formazione specifica dei sacerdoti dell'Opera.

Fu sempre pronto a seguire e a servire la Divina Provvidenza, mai ad interrogarla. Diceva: «Io sono un buono a nulla e non so neppure cosa mi faccio. La Divina Provvidenza però sa certamente ciò che vuole. A me tocca solo assecondarla. Avanti *in Domino*». Per i suoi poveri e i più bisognosi, si definirà sempre «il manovale della Divina Provvidenza».

Accanto alle piccole cittadelle volle fondare anche cinque monasteri di suore contemplative e uno di eremiti, e li considerò tra le realizzazioni più importanti: una sorta di «cuore» che doveva battere per tutta l'Opera. Morì il 30 aprile 1842, pronunciando queste parole: «*Misericordia, Domine; Misericordia, Domine*. Buona e Santa Provvidenza... Vergine Santa, ora tocca a Voi».

La sua vita, come scrisse un giornale del tempo, era stata tutta «un'intensa giornata d'amore».

È stato canonizzato da Papa Pio XI in data 19 marzo 1934.

(Tratto da causasanti.va/it)



Eventi in Parrocchia:

Impressioni sul corso di formazione per il matrimonio cristiano appena concluso

Il Corso di preparazione al matrimonio cristiano è stato per noi un'esperienza indimenticabile che ci ha profondamente arricchiti nel cuore e nello spirito.



Abbiamo avuto la Grazia di incontrare una splendida Famiglia che, con delicatezza e dedizione, ci ha accompagnato in questi mesi lungo il cammino verso il Matrimonio.



A voi va la nostra sincera gratitudine per gli insegnamenti ricevuti e per le testimonianze condivise, che ci hanno aiutato a comprendere e interiorizzare il valore autentico della vita coniugale. Ogni incontro è stato un dono prezioso, una luce accesa sul nostro percorso. Siamo stati accolti con immensa bontà e calore, in un clima di ascolto e fiducia che ci ha aperto il cuore alla fede, al dialogo, alla comprensione reciproca e alla forza di restare uniti anche nei momenti di difficoltà.

Abbiamo affrontato temi profondi che ci hanno portato a riflettere sul vero significato della vita, dell'amore e della famiglia.



Un ringraziamento speciale va a Don Dinoy, che ci ha guidati con saggezza e ha camminato accanto a noi nel percorso verso il Matrimonio. Grazie a Fabio e Diana, Mauro, Laura e Arnaldo che con la propria testimonianza e il proprio esempio ci hanno donato qualcosa di unico. Grazie di Cuore a ciascuno di voi che avete condiviso con noi questo tratto di strada prezioso. La luce di Dio illumina il nostro cammino e, accogliendo con fiducia tutto ciò che la vita ci dona, sappiamo che non saremo mai soli. Immensamente Grati. *Gianni e Veronica, Matteo e Eleonora, Paolo e Sara*

Cristiani anche sui social Il valore della verità e della gentilezza nelle parole che scriviamo ogni giorno



I social fanno ormai parte della nostra vita quotidiana. Li apriamo al mattino, magari ancora prima del caffè, li consultiamo durante le pause e spesso li guardiamo anche prima di andare a dormire. In pochi minuti possiamo sapere cosa succede nel mondo, cosa pensano gli altri, cosa fanno i nostri amici. È uno spazio che, nel bene e nel male, è diventato una vera piazza pubblica.

Proprio per questo, però, è anche un luogo dove le parole corrono veloci e spesso senza controllo. Basta scorrere i commenti sotto una notizia per accorgersene: giudizi immediati, frasi taglienti, offese, prese di posizione estreme. A volte si condividono notizie senza verificarle, solo perché confermano quello che già pensiamo o perché suscitano emozioni forti. In pochi secondi una parola può ferire, dividere, creare sospetto o rabbia.

Devo ammettere che anche a me è capitato. Davanti a un commento provocatorio o a una notizia che mi sembrava assurda, la tentazione di rispondere subito, magari con ironia o con durezza, è stata forte. In quei momenti ci si sente quasi nel giusto: si pensa di difendere la verità, di rimettere a posto le cose. Ma rileggendo certe discussioni a distanza di tempo, mi sono accorto che spesso non restava nulla di buono: solo tensione, nervosismo e parole che avrei potuto evitare.

Questo mi ha fatto riflettere su una cosa semplice: per un cristiano, le parole non sono mai indifferenti. Il Vangelo ci ricorda che “la bocca parla dalla pienezza del cuore” e che ogni parola può costruire o distruggere. E questo vale anche su internet. Non esistono due vite separate, una reale e una digitale: siamo la stessa persona davanti a Dio, sia quando parliamo faccia a faccia sia quando scriviamo dietro uno schermo. Anzi, proprio dietro uno schermo il rischio è maggiore. Non vediamo il volto dell’altro, non percepiamo il tono della voce, non ci accorgiamo subito se abbiamo ferito qualcuno. Questo rende più facile scrivere parole che dal vivo non diremmo mai. La distanza digitale può trasformarsi in una distanza del cuore.

Eppure, i social non sono solo un luogo negativo. Possono diventare uno spazio di testimonianza, di incoraggiamento, di condivisione di cose buone. Quante volte un messaggio gentile, una parola di sostegno o anche solo un commento rispettoso hanno cambiato il tono di una conversazione.

Forse la domanda da farci non è: “I social sono buoni o cattivi?”, ma piuttosto: “Io che presenza sono sui social?”. Porto pace o tensione? Costruisco o distruggo? Cerco la verità o solo lo scontro? Essere cristiani sui social non significa pubblicare continuamente frasi religiose o discutere di teologia. Spesso si tratta di scelte molto semplici e concrete. Ad esempio:

- verificare una notizia prima di condividerla;
- evitare di commentare quando siamo arrabbiati;
- non rispondere alle provocazioni;
- usare un linguaggio rispettoso, anche quando non siamo d’accordo;
- difendere una persona presa di mira, se vediamo commenti offensivi;
- condividere ogni tanto qualcosa di bello, di vero, di positivo.

Sono piccoli gesti, ma fanno la differenza. Il clima dei social è fatto da milioni di commenti: anche il nostro contribuisce a renderlo migliore o peggiore.

Un consiglio molto pratico può essere questo: prima di pubblicare un commento, fermarsi qualche secondo e farsi tre domande. Quello che sto per scrivere è vero? È utile? È rispettoso? Se manca anche solo una di queste tre cose, forse è meglio non scrivere nulla.

Un altro piccolo esercizio potrebbe essere quello del silenzio digitale: scegliere di non rispondere a certe discussioni inutili, o di non commentare tutto. Non tutto merita una risposta, e non ogni opinione va difesa a tutti i costi. A volte il silenzio è la forma più alta di carità.

Alla fine, forse non cambieremo il mondo con un post o con un commento. Ma possiamo



cambiare l’atmosfera attorno a noi. Possiamo essere, anche sui social, persone che non alimentano l’odio, che non diffondono falsità, che non umiliano gli altri.

In mezzo a tante parole vuote, una parola buona può diventare una piccola testimonianza di Vangelo. E forse, proprio lì dove nessuno se lo aspetta, qualcuno potrà incontrare un segno di gentilezza, di verità e di speranza.

Nicola Ferrini