



"Nella loro vecchiaia daranno ancora frutti...
Saranno vegeti e rigogliosi, per annunciare quanto è
retto il Signore " Salmo 92,14&15





Un racconto sulla vita di Sr Caritas Hediger, di Menzingen, condiviso con Sr. Fatima che le ha chiesto:

Ripercorrendo la sua vita da quando ha interrotto la sua attività fino ad oggi, come descriverebbe questo percorso?

Sr. Caritas: La nostra vita non è che un camminare

Non vediamo l'ora che arrivino giorni di sole e di belle escursioni, per ricaricare le batterie e lasciarci alle spalle la vita di tutti i giorni. Prima di partire, devo pensare: dove voglio andare?

Ho le forze e i requisiti necessari per questo obiettivo? Poi è il momento di preparare lo zaino. Cosa porto con me? Per una lunga escursione ho bisogno di una bussola. Non si sa mai se la nebbia impedirà inaspettatamente la visibilità. Nello zaino ci sono anche una protezione contro la pioggia e provviste e bevande corroboranti. I bastoni da trekking possono essere un buon supporto. Il telefono cellulare è di grande aiuto per le emergenze. La gioia e la speranza di divertirsi e l'entusiasmo devono essere i miei compagni di viaggio. Con uno zaino ben preparato, la parte pianificata del percorso può essere affrontata bene.

La nostra vita è come un'escursione. Siamo sempre in cammino e portiamo con noi il nostro zaino. Nello zaino della vita mettiamo tutto ciò che può aiutarci ad affrontare bene il cammino e a raggiungere l'obiettivo prefissato. Questo include la scuola, la formazione professionale, gli studi. I talenti e i doni aiutano a padroneggiare bene il cammino della vita. Anche l'esperienza del passato aiuta a progredire con successo. Gli incontri e le conversazioni lungo la strada possono essere rivoluzionari e arricchenti e aiutano a raggiungere bene l'obiettivo. Forse il sole non splende sempre sul cammino. Non è un motivo per rinunciare all'obiettivo. Durante il cammino, nello zaino entra questo e quello: pietre, fiori, radici.... Tuttavia, il peso può diventare un fardello. Scaricare qualcosa? No, no! Ho bisogno di tutto questo? Non è facile LASCIAR ANDARE.

Un bivio, un cambiamento inaspettato del tempo, un terreno impraticabile, la mancanza di visibilità davanti a sé... Queste esperienze ci fanno fermare e riflettere. Cosa c'è dopo? In caso di incertezza sul cammino della vita, vale quanto segue: ascoltarsi dentro. Nel profondo, sento: "Io sono con te. Sono il tuo compagno. Non sei solo". Forse ho bisogno di chiedere a persone esperte il modo in cui andare avanti.

A volte abbiamo la sensazione di portare con noi cose inutili, che sono diventate un fardello e ci appesantiscono come pietre pesanti: delusioni, obiettivi non raggiunti, aspettative non soddisfatte, relazioni interrotte, esperienze di ingiustizie, paure, preoccupazioni... eppure il viaggio ci impone di affrontare questi fardelli. Ma dove metterli, mi chiedo? Alla Croce ci è permesso di deporre tutto. Gesù ha detto:

***"Venite a me, voi tutti che siete affaticati ed oppressi ed io vi ristorerò"
Vi farò tirare un sospiro di sollievo".***

E nella lettera di S. Pietro apostolo si legge:



"Gettate su di Lui tutte le vostre preoccupazioni, perché Egli si preoccupa di voi".

È molto importante per l'escursionista fare una pausa qua e là lungo il percorso. È necessario godere della bellezza dell'ambiente circostante, che risveglia il coraggio e la gioia e rende speranzoso il cammino che ci attende. Custodire le belle esperienze, le avventure e gli incontri non è un peso. Nello zaino della vita c'è sempre posto per il bello e la speranza.

Le riflessioni di Dom Helder Camara sono impressionanti e possono anche essere innovative per il nostro percorso di vita:

"È una grazia iniziare bene. È una grazia ancora più grande rimanere sulla strada giusta. Ma la grazia delle grazie è andare avanti verso la meta, anche quando si è esausti".

Dobbiamo anche ridurre il bagaglio, sbarazzarci della zavorra delle paure inutili e ricondurre i fasci di preoccupazioni a un livello tollerabile. Che sollievo quando non si deve più serbare rancore verso nessuno! Poter scaricare il fardello delle esperienze negative e passate sul mucchio dell'immondizia ed essere aperti a nuove opportunità.... Ciò che serve davvero nello zaino della vita può stare facilmente in una piccola borsa. L'umorismo non deprime, ma sostiene la schiena. L'amore è leggero come una piuma e non ha peso se la mano è aperta. Non devi indossare la tenerezza, è lei stessa che ti porta con sé.



Suor Beatrice Horber, 90 anni, ci racconta il suo passaggio da uno stile di vita attivo a uno più passivo.

Penultimo viaggio



Il mio trasferimento alla Casa di riposo San Francesco in Menzingen era previsto per l'autunno del 2022, ma a causa di alcune circostanze impreviste il trasferimento è avvenuto prima del previsto.

Non ero del tutto preparata, ma alla mia età di 90 anni e dopo aver obbedito per tutta la mia vita religiosa, ecco che ho incominciato a fare le valigie con tutte le cose da portare con me. Ero felice di poter lasciare tutto ciò che non intendevo portare con me. Questo rendeva infatti la mia vita un po' più facile.

Il giorno successivo alla notizia della mia partenza, un'infermiera venne subito ad aiutarmi in questa preparazione. Dopo tre giorni, l'infermiera fu colpita dall'influenza e dovette rimanere a casa per una settimana.

Questo mi portò dei vantaggi... di breve durata, perché anch'io presi l'influenza e dovetti rimanere a letto con la febbre, senza poter uscire dalla mia stanza. Di conseguenza, il tempo per lasciare la mia comunità del Maria vom Berg si è prolungato di due settimane. Ne sono stata felice!





Sr. Sandra e Sr. Carmela Maria hanno fatto in modo che tutta la mia biancheria e i miei vestiti fossero rattoppati e siglati con il numero 594. Che regalo meraviglioso!

Improvvisamente mi sono sentita più leggera e sollevata. Abbiamo fatto buoni progressi con lo sgombero delle mie cose. Ho lasciato molte cose perché non mi sarebbero più servite. È diventato sempre più facile per me. Due giorni prima del penultimo viaggio, come lo chiamo io, ho salutato le sorelle condividendo le esperienze che ho vissuto mentre preparavo le mie cose.

Amo i libri e ne possiedo parecchi. Perché ne ho lasciati così tanti nello scaffale dei libri? Perché mi sono resa conto che al San Franziskus c'è poco spazio. In seguito ho saputo che i libri mi hanno seguito nella nuova comunità per l'attenzione e l'uso dei sacerdoti residenti.

Il penultimo viaggio si avvicinava sempre di più. Ero più aperta e pronta a lasciare la casa del Maria vom Berg. L'unica cosa che mi manca ancora oggi è la sua cappella. Il 15 luglio 2022 ho lasciato insieme ad

altre consorelle il Maria vom Berg con bagagli e valigie.

Al St. Franziskus fui accolta calorosamente da Sr. Elsbeth, dalle suore e dalle infermiere. Suor Elsbeth mi ha accompagnato nella stanza al terzo piano con una vista panoramica impagabile. L'infermiera Dragana mi ha aiutato a disfare le valigie e a mettere tutto al proprio posto. Nel frattempo, suor Elsbeth mi ha deliziato con una bellissima orchidea. Non potevo che ringraziarla e stupirmi di tanta accoglienza.

Mi sento fortunata ad essere qui, perché mi dà tutto il tempo di prepararmi spiritualmente per la prossima ed ultima parte del mio cammino di vita.

Tutto nelle mani di Dio



Intervista di Sr Gloria Poblete a Sr Maria Teresa Leuenberger

Suor Maria Teresa è originaria della Svizzera e da molti anni è missionaria in Cile. Oggi ha 96 anni.

Guardando indietro alla sua vita, da quando era nell'apostolato attivo fino a quando è andata in pensione, come descriverebbe questo viaggio?

Ho iniziato con molto entusiasmo; tutto era nuovo. Ho lavorato con grande entusiasmo con i bambini della scuola e ogni volta c'era qualcosa da imparare. Allora ero giovane e gli studenti avevano quasi la mia età. Preferivo alcune cose rispetto ad altre.

Mi sentivo a casa con le ragazze, in un'atmosfera familiare e ancora oggi ho contatti con alcune di loro. Per la prima volta ho potuto evangelizzare. Potevo preparare i bambini ai sacramenti. Potevo integrarmi con le famiglie e questo è stato il mio desiderio iniziale e profondo di venire in Cile per essere missionaria.



Quali sono state le sfide più grandi?

All'inizio ho affrontato cose difficili, insegnando cose che non conoscevo. In seguito il vescovo mi chiese di occuparmi del settore della catechesi: io non volevo stare in un ufficio. Dovevo imparare cose nuove. Per obbedienza mi sono affidata allo Spirito Santo ed Egli mi ha illuminato. Questa nuova missione mi ha spinto ad andare avanti. Mi sentivo realizzata, formavo catechisti, facevo pastorale biblica, accompagnavo gli altri come una grande famiglia catechistica. Attraverso tutto questo ho scoperto che la spiritualità della congregazione era la stessa spiritualità della catechesi. Sono stata in quella missione per 22 anni della mia vita.

Quando ho finito la mia missione nella catechesi, ho avuto una nuova esperienza di missione a Toltén. Ero con le persone più abbandonate della parrocchia. Mi sono sentita molto integrata, e ho formato con loro delle comunità "casalinghe" in mezzo al villaggio; queste persone erano la mia famiglia. Ho accompagnato una comunità di laici della Santa Croce

Qual è stata la cosa più difficile da abbandonare?

È stato molto difficile per me lasciare la gente e venire nella casa delle suore anziane qui a Betania. Sembrava che Dio non volesse più che restassi in quella parrocchia, perché non c'era nessun'altra sorella che poteva stare con me. Io non potevo restare da sola. È stato difficile rinunciare a stare tra gli emarginati e i poveri...perdere un po' della libertà di stare tra la gente in cammino con loro.

Come avete reagito a queste sfide e difficoltà?

All'inizio mi sono sentita inutile. Ero venuta con tutto il mio materiale a Betania nella speranza di lavorare con le sorelle impegnate e di riflettere insieme a loro, ma non ho visto molto interesse. Poi ho provato varie cose, ma niente ha funzionato. È molto difficile lasciare la missione e arrivare nel deserto. Con l'aiuto di Dio e la compagnia dello Spirito Santo, sono andata avanti fino a oggi.

Può descrivere il momento in cui avete sentito di dover lasciare andare la sua attività e accettare il vostro nuovo stile di vita?

Non mi sentivo di doverlo fare. Non volevo davvero lasciare andare quella missione. Potrei dire che mi è stato imposto ma che non era la mia volontà. Tuttavia ho accettato di lasciarla andare anche se mi è costato molto.

Come si sente ora che ha terminato una missione attiva ed è in pensione?

Mi sento grata e amata da Dio. Ho sempre sentito il suo amore misericordioso. Ora sono occupata a pensare al mistero della vita eterna. Non si è mai pronte a partire. Si è attaccate alla terra e alle cose materiali. La mia mente è occupata in questo.

Come descrive questo momento di grazia?

Rimango nella speranza e con la serenità nel cuore. Confido nel fatto che Dio è presente nella mia vita e mi ha guidato e accompagnato in tutto ciò che ho fatto come missionaria.

Cara Sr. Maria Teresa, grazie per aver condiviso con me la sua storia. Anch'io la ringrazio per la sua lunga vita e il suo amore per il popolo cileno. Che Dio continui a benedirli.



Sr. Alma Keezhanjil shares:

Scrivere qualcosa sul tema "Osare mettersi in cammino... Passaggi di grazia"... mi sembra interessante ed attraente. Aprendo la Bibbia troviamo storie di "partenze audaci" e, dando un rapido sguardo all'Antico Testamento, incontriamo cuori coraggiosi come quello di Noé, Abramo, Mosé, Giosué, Sara, Tamar, Ruth ed Ester.

Nel Nuovo

Testamento, soprattutto dopo la Pasqua e la Pentecoste, gli eventi sono tutti incentrati su donne e uomini che hanno osato andare avanti con incredibile audacia e hanno proclamato la Buona Notizia di Cristo.



Un breve sguardo alla storia dell'umanità mostra che ogni singola conquista umana è il risultato di un *"viaggio audace"* compiuto da qualcuno da qualche parte su questa terra. In ultima analisi, tutti questi viaggi facevano parte del "piano generale" di amore e misericordia di Dio per la sua creazione; parte del dispiegamento del grande disegno eterno di Dio...la Sua opera *in e attraverso* le persone scelte per determinati ruoli nella storia della salvezza dell'umanità. Con gioia mi unisco al canto dell'antico profeta Isaia:

"O SIGNORE, tu ci darai la pace; poiché ogni opera nostra la compi tu per noi." Is 26,12.

E che dire di quelle parole che toccano l'anima pronunciate dalle "audaci uscite" di padre Teodosio Florentini, di cui abbiamo festeggiato il 201° compleanno il 23 maggio 2023:

"Ho bisogno di sorelle che capiscano la croce?"

E le parole ispiratrici della nostra Fondatrice Madre Bernarda Heimgartner:

"La Divina Provvidenza è il nostro capitale?"

Ed altre frasi stimolanti di entrambi...

Quale fiducia illimitata e genuina dovevano avere nella cura provvidenziale mai venuta meno e nell'amore totalizzante di Dio nel loro profondo!

Il loro coraggio e i loro potenti esempi di fedeltà alla chiamata di Gesù e alla sua missione, in mezzo ad opposizioni e numerose difficoltà, dovrebbero entusiasmarci e incoraggiarci a continuare nell'oggi il loro carisma con gioia e impegno. Dobbiamo andare avanti senza paura e pieni di speranza, con la missione di Gesù, ricordando sempre la sua fedele promessa:

"Non temere, io sono con te" Isaia 41,10.

Ripensando al mio percorso di vita, sono felice e immensamente grata a Dio per il dono della vita, umana, cristiana e religiosa. Ognuna piena di benedizioni. Ringrazio Dio innanzitutto per il dono della fede in Lui, per i miei amorevoli genitori e la mia famiglia timorata di Dio che mi hanno insegnato ad amare e a vivere una vita incentrata su Dio, in ogni situazione e luogo.

Il mio rapporto con Dio si è sviluppato attraverso la preghiera, la spiritualità. I principi cristiani, la mia mentalità basata sui valori veri e il profondo legame con il Signore mi hanno accompagnato per tutto il mio percorso di vita. Questo mi ha reso felice, fiduciosa, sicura e serena. Gradualmente è diventato parte della mia natura, durante i miei giorni

di scuola e poi durante i miei 58 anni di vita religiosa come membro della famiglia della Santa Croce impegnata in vari ministeri. La vicinanza del Signore è stata la mia più grande forza e le sue parole sempre un sostegno e una consolazione. Attraverso le mie esperienze mi ha insegnato a coltivare una visione più ampia delle cose, a guardare oltre le realtà immediate ed empiriche e le lotte della vita. Mi ha fatto sperimentare che Egli è fedele in tutte le sue promesse e protezioni.

In sintesi, Dio che mi ama e che mi ha creato con un progetto e uno scopo (Sal 100,3; Ger 1,5) mi tiene per mano e cammina con me ogni giorno. Che viaggio è stato... ! La gioia e la profonda gratitudine riempiono il mio cuore, quando ci ripenso. In ultima analisi, tutto il mio viaggio mi ha portato ad una comprensione sempre più profonda di me stessa, di Dio, degli altri, della creazione: dello scopo e del significato della vita stessa. Tutti i doni di Dio, e il Suo Spirito ci aiutano a capire che Lui è "tutto in tutti". Per questo mi unisco umilmente al salmista per riflettere su:

***"Dalla cui pienezza tutti abbiamo ricevuto",
(Gv 1,16),***



"O Signore nostro Dio, quanto è grande il tuo nome su tutta la terra!". Sal 8,1.

***"Gesù Cristo è lo stesso ieri, oggi e sempre"
Eb 13,8***

***Remember, I am with you always,
to the end of the age." Mt 28:20.***



Un'intervista tra Sr Bernadette Duffy e Sr Patsy Mc Dermott (Inghilterra) nel contesto della saggezza maturate durante l'invecchiamento, come processo dall'indipendenza alla dipendenza.

"Invecchiare è come scalare una montagna, ti manca un po' il fiato, ma la vista è molto migliore!" – Ingrid Bergman

Dopo aver trascorso un po' di tempo alla casa delle suore anziane del Grange e aver conosciuto suor Patsy, ho potuto avere con lei la seguente conversazione.

Suor Patsy, ripensando agli ultimi anni della sua vita, dal pensionamento quando era ancora attiva a quello attuale, come descriverebbe questo percorso? (Sr Patsy racconta che il suo percorso di transizione è avvenuto all'improvviso e come un fulmine è stata costretta a cambiare tutto il suo stile di vita. Racconta la sua storia con un misto di gioia e tristezza... e con piccoli sospiri nel mezzo).

"Il 2016 sarà sempre un anno significativo nella mia vita, soprattutto l'ultimo lunedì di ottobre di quell'anno. Era una bellissima giornata di sole, migliore della maggior parte delle giornate che abbiamo avuto quell'estate. Decisi di approfittare della giornata per iniziare le pulizie prenatalizie. Con la musica classica che suonava dolcemente in sottofondo, iniziai al piano di sopra con le stanze dei visitatori, poi mi feci strada attraverso i corridoi e infine terminai al piano di sotto, nella sala da pranzo. Ero completamente assorta e mi piaceva quello che stavo facendo, finché all'improvviso mi sono fermata. Non riuscivo a muovere o a sollevare la gamba destra, perché si era bloccata e si rifiutava di muoversi. Fortunatamente mi trovavo vicino al corrimano e sono riuscita ad aggrapparmi ad esso. Dopo quelle che mi sono sembrate ore, sono riuscita a zoppiare fino a una sedia, a sedermi e a cercare di dare un senso a quello che mi stava succedendo. Non avevo mai vissuto un'esperienza simile e mi sentivo molto spaventata. Ero ancora seduta nello stesso posto quando suor Imelda, la mia consorella di comunità, è tornata a casa dal lavoro quella sera".



O cara Sr Patsy allora cosa è successo?

"Beh, Sr Imelda cercò subito di aiutarmi e di prepararmi per la notte. Non ero assolutamente in grado di salire al piano di sopra, così mi ha preparato un letto al piano di sotto. Il mattino dopo siamo partite presto per l'ospedale dove l'infermiera del triage mi ha fatto tutti gli esami, prima dell'arrivo del medico di turno. Dopo la sua valutazione, fui trasferita in ambulanza all'unità cardiaca dell'ospedale di Northwich Park, dove sono rimasta per dieci giorni. Subito cominciarono ad occuparsi di me e mi sottoposero a numerosi esami del sangue, radiografie, scansioni corporee e fisioterapia intensiva due volte al giorno. Alcuni giorni mi sembrava di aver corso un'intera maratona. Ora capisco come devono essersi sentiti alcuni dei miei pazienti quando li

ho assistiti nei primi giorni. Quando l'équipe medica è giunta alla diagnosi finale, era chiaro che non sarei stata in grado di vivere in una casa con le scale".

Grazie per aver condiviso con me la tua esperienza. La nostra conversazione continua...
Come si è sentita dopo aver capito che non avrebbe più potuto rimanere nella sua attuale comunità?

"Sono stata trasferita dall'ospedale alla Comunità Grange, dove mi è stata assegnata una bellissima stanza e mi hanno fatto sentire la benvenuta. Soprattutto ero in un luogo di pace e tranquillità. All'improvviso ho avuto il tempo di pensare e valutare la mia situazione. Mi sono resa conto che la mia indipendenza non esisteva più. Dipendevo fisicamente dagli altri che facevano le cose per me e mi aiutavano a essere il più indipendente possibile. Ero ancora molto spaventata, ansiosa e mi sentivo molto arrabbiata con me stessa per essere così inutile e indifesa. Ci sono stati molti giorni neri, bui e incerti".

Come ha reagito a queste sfide e difficoltà?

"Devo dire che ho fatto del mio meglio per rispondere con gratitudine, perché Sharon e il suo team non si sono arrese nel prendersi cura di me. Ora so di essere stata estremamente fortunata a essere così ben assistita qui al Grange. Ho tutto ciò di cui ho bisogno. Devo solo chiedere aiuto e c'è subito chi è disponibile. Sono davvero benedetta e ringrazio ogni giorno il Signore per la mia comunità e per chi si prende cura di me. Questa nuova prospettiva di vita mi aiuta ad accettare le sfide e le difficoltà della mia malattia".

Come descriverebbe il momento in cui ha sentito che era arrivato il momento di "lasciar andare" e di accettare il suo nuovo stile di vita?

"Ogni giorno, mentre continuo ad accettare la mia nuova vita nella comunità di Grange, sento di aver percorso un lungo viaggio per trovare me stessa. So di dipendere totalmente dal mio deambulatore", il mio amico speciale", senza il quale non posso proprio muovermi. Ora ho un altro "amico speciale", un nuovo aiutante, il "mio pacemaker". Non mi rendevo davvero conto di quanto fosse necessario per permettermi di respirare e di sentire la protezione di Dio su di me. Tutto questo mi dà nuova speranza".

Come si sente ora dopo aver fatto questo "passaggio"?

"Sto diventando gradualmente più consapevole di non essere sola su questa strada. Sono convinta nel mio cuore che c'è una mano che mi guida e mi conduce. Ma non sempre ne sono consapevole. A volte voglio fare le cose (detto con un piccolo sorriso) "a modo mio", come ho sempre fatto. Ho così tanto per cui essere grata al Signore e prego con gioia e gratitudine sapendo che Lui è sempre lì per me. Spero che io abbia sempre il coraggio di tendere la mano verso di Lui e di sentire la Sua presenza vicino a me. Prego di essere ricettiva e pronta per qualsiasi cosa il Signore voglia da me. Tutto ciò che ho fatto è stato solo per Lui. Ho così tanto per cui essere grata e ora la Sua mano mi guida. Mi sottometto alla sua guida. Prego solo per questa grazia!".

Quale simbolo le viene in mente quando riflette sul passaggio dall'indipendenza alla dipendenza dagli altri?

"Penso a delle mani aperte come un simbolo per esprimere come questo viaggio mi sta guidando".



*"Sr Patsy, grazie! È stato davvero bello avere questo tempo per ascoltare la sua storia di cambiamento e il viaggio che ha fatto per passare dall'indipendenza alla dipendenza dagli altri per la maggior parte dei suoi bisogni.
Dio la benedica e prometto di custodirla nelle mie preghiere".*