

TRACCE DI VITA

**“Vivere nel mondo
come Eucaristia.**

*Nella fede,
la nostra piccolezza
a servizio
del caro prossimo”*



Come brezza leggera

- Capodanno alternativo
- Un grazie che nasce dalla comunione
- Emergenza freddo: un “caro prossimo” poco scontato
- Cammino in Federazione
- Mantenere la Missione con Fiducia sotto la Protezione di San Giuseppe
- Festa di Natale
- In visita alle Comunità del Ciad e della Repubblica Centrafricana
- Pellegrinaggio al Santuario della Divina Pastora
- Imparare a prenderci cura e imparare prendendoci cura
- Un’immersione nella spiritualità ignaziana

**Laici nel Piccolo Disegno
Ricordando sr Natalia**

**“Vivere nel mondo
come Eucaristia.**

*Nella fede,
la nostra piccolezza
a servizio
del caro prossimo”*



“...Ite ad Joseph:

come figlie del Custode della Sacra Famiglia
è un imperativo costante ad andare presso
San Giuseppe per apprendere
la docilità alla Parola, la cordiale carità,
la profonda umiltà, imitandone la fede forte
e l'abbandono fiducioso alla volontà di Dio.

Vi esorto dunque a spendervi con generosità per gli altri
e, come lui, a saper sognare il futuro
accogliendo i progetti della Provvidenza...

*Dal Messaggio di Papa Francesco,
Atti del IV Capitolo Generale
pag 5.*

CAPODANNO ALTERNATIVO

“CUSTODIRE L'AMORE PER LA PAROLA...”

Dagli Atti del IV Capitolo Generale - Passi concreti - 1° focus

Tempo di festa, di gioia, di cena abbondante, di brindisi e scambio di auguri!

Tempo di luci, di botti, di canti, di grida, di balli e.... anche di dolore!!!

Un gruppetto di adulti ha pensato di trascorrere questo passaggio nel e del tempo in alternativa a ciò che vivono molte persone: si è radunato per una pizza semplice e veloce e vivere il seguito della serata in un clima di preghiera!

A guidarci una sorella, la samaritana, che ci ha raccontato come è impegnativo lasciarsi riconoscere e, di conseguenza, riconoscere Gesù.

Riconoscere Gesù non solo quando sei a messa o in chiesa per pregare, ma nelle persone che incontri, negli eventi quotidiani, nelle situazioni concrete.

E, guardando all'anno passato, si è provato e dare un nome e a visualizzare i muri che costruiamo nel riconoscere le persone e nel riconoscere presente Gesù nella nostra vita, per giungere ad affidare a Lui i desideri di riconoscimento per il nuovo anno. Ma questo diventa possibile se abbandoniamo le brocche screpolate dei nostri piccoli

desideri per attingere alla SORGENTE che ZAMPILLA per la Vita Eterna.

Scambio e confronto a gruppi, ascolto della Parola, preghiera personale, adorazione silenziosa hanno scandito il tempo che ci ha immersi nel nuovo anno con fiducia e speranza! Con Gesù negli occhi e nel cuore, il saluto all'anno nuovo è stato arricchito da sorrisi, auguri, abbracci ed è stato addolcito da una fetta di panettone e un biscotto condiviso. Grazie anno nuovo, che ancora giungi affidandoci il compito di RICONOSCERE il grande dono del tempo e in esso la presenza di Dio per ciascuno di noi.

Buon 2026 a tutti e a ciascuno!!!

Suor Enrica Moia



PROGETTO "BUONO DUE VOLTE"

UN GRAZIE CHE NASCE DALLA COMUNIONE

***"Rinnovare la consapevolezza che
«siamo una missione» e «siamo in missione»..."***

Dagli Atti del IV Capitolo Generale - Il Sogno - 3° focus



Il progetto natalizio "Buono due volte" si è ufficialmente concluso, ma il suo valore non si esaurisce con la fine dell'iniziativa. Il frutto più bello che lascia in eredità è la rete di relazioni, di cuori e di mani che si è creata attorno alla Onlus, segno concreto di una solidarietà vissuta insieme e condivisa.

Grazie al contributo generoso di tanti amici, di numerose parrocchie e di realtà associative diverse, la Onlus ha potuto offrire un sostegno reale e significativo alla Missione di M'Baïki, nella Repubblica Centrafricana, rivolgendo un'attenzione particolare ai bambini più fragili e alle loro famiglie. Un aiuto che nasce dalla sensibilità di molti e che si traduce in speranza concreta per chi vive quotidianamente situazioni di grande vulnerabilità. I fondi raccolti hanno reso possibile il rafforzamento di interventi essenziali e prioritari: il miglioramento della nutrizione per i più piccoli, il supporto sanitario di base e la formazione delle mamme e degli operatori locali. Scelte che testimoniano una visione attenta e responsabile, orientata non solo a rispondere ai bisogni immediati, ma anche a costruire percorsi di crescita, autonomia e dignità, capaci di durare nel tempo. Accanto a questo progetto, la Onlus continua a sostenere anche diverse iniziative in Brasile, in particolare a favore di donne, bambini e famiglie migranti in situazioni di fragilità. Sono progetti di accoglienza, educazione e promozione umana che nascono dall'ascolto dei bisogni locali e dalla collaborazione con volontari e realtà del territorio. Tutti i progetti attualmente sostenuti sono consultabili sul sito della Onlus www.missionissg.org, segno di un impegno missionario che guarda a più contesti, unito dalla stessa attenzione ai più poveri.

Un ringraziamento sincero e riconoscente va a tutti coloro che hanno partecipato a questo cammino: a chi ha sostenuto l'iniziativa con una donazione, a chi l'ha promossa e diffusa nelle proprie comunità, e in modo particolare a quanti si sono coinvolti più direttamente, offrendo tempo, energie, competenze e presenza. Il loro servizio generoso ha trasformato un progetto natalizio in una vera esperienza di comunione, corresponsabilità e testimonianza evangelica.

Continuiamo a sostenere la Onlus con la preghiera, con la collaborazione concreta e con la condivisione delle sue attività, affinché il bene costruito insieme non si disperda, ma possa crescere, consolidarsi e portare nuovi frutti di speranza.

E se il Natale è stato davvero "Buono due volte"... chissà quanto potrà esserlo la Pasqua, se continueremo a camminare insieme sulla strada della solidarietà e del dono.

Suor Chiara Angelica Massa Trucat

EMERGENZA FREDDO

UN "CARO PROSSIMO" POCO SCONTATO

"...Con passione per il caro prossimo..."

Dagli Atti del IV Capitolo Generale - Il Sogno - 3° focus

Gente che va, viene, resta. I portici di Torino sono ancora popolati dalle persone che terminano la propria giornata lavorativa, le luci dei negozi sono studiate per creare l'atmosfera e valorizzare i prodotti e le vetrine dei bar sono strumenti per catturare l'attenzione dei passanti creando desiderio e invitando all'ingresso. In questo scenario, nel silenzio della sera, con fare lento e rassegnato, i senzatetto iniziano ad occupare le loro postazioni, non in modo confuso, ognuno ha la sua area e il suo luogo. I più fortunati hanno un materasso, qualcuno solo un sacco a pelo, altri ancora una casetta di cartone e altri una tenda da campeggio recuperata in chissà quale cassonetto; c'è chi preferisce aver compagnia, mettendosi in fila sotto i portici, dormitori a cielo aperto, e chi si nasconde nei luoghi più sperduti, per evitare di essere derubato del poco che ha. Storie, volti e sguardi si nascondono sotto enormi cappucci e coperte. Stranieri, soprattutto, ma anche un buon numero di italiani.

Ci avviamo in due al ritrovo alle ore 20.00, in corso Regina Margherita, dove ci aspettano i volontari del Corpo Italiano dell'Ordine di Malta (C.I.S.O.M.) per iniziare (e per concludere) il servizio con una preghiera e poi... "Via! Si parte!" con due borsoni termici contenenti piatti caldi monodose il cui contenuto è cucinato e preparato presso la nostra cucina in Via Giolitti. Il gruppo è coordinato dal Responsabile C.I.S.O.M. il quale assegna ai presenti i diversi compiti: distribuzione delle coperte o vestiario, del primo e secondo piatto, della frutta, di the, caffè, merendine ecc. Nessuno si muove solo come libero battitore ma si sta tutti uniti e insieme. Operiamo al martedì sera con percorso e orario fisso assegnato dal Comune di Torino, qui incontriamo regolarmente almeno 50/60 persone che si trovano in difficoltà e il caffè diventa un pretesto per offrire una conversazione perché ogni persona è una storia a sé.

Affiancare i volontari in questo servizio non è stato per me semplice, la sollecitudine e la costanza nell'invito a dirmi "prova, vedrai che sarai toccata nel cuore", permette in me, un movimento di crescita personale e carismatica perché significa concretamente "buttare giù" i propri pregiudizi, le proprie paure, attese e pretese per lasciarmi toccare e travolgere da un "caro prossimo", molto particolare e poco scontato, che si scontra con le comodità di una società che è entrata a far parte anche delle nostre comunità in cui il "tutto e subito" rischia di far dimenticare il grande valore della Provvidenza che abbraccia davvero ogni cosa e nelle quali il valore di un "grazie" va oltre la semplice cortesia: è un apprezzamento che rafforza le relazioni e crea un circolo di altruismo che ammette umilmente il valore dell'altro.

Suor Isabella Dondi



“CRESCERE NELLA CONOSCENZA, NELL’APERTURA E NELLA COLLABORAZIONE CON LA FEDERAZIONE”

Dagli Atti del IV Capitolo Generale - Decisioni

Domenica 18 gennaio 2026 nel pomeriggio, online, si è tenuto un primo incontro sul tema *“Tutela dei minori e persone vulnerabili. Il cammino della Chiesa e della Federazione Italiana sul tema degli abusi”* a nome della Commissione di Federazione predisposta per queste tematiche. Introduce il pomeriggio l'intervento della Presidente di Federazione Madre Lucia Gallo che sottolinea come questa realtà fa soffrire sia in ambito sociale che ecclesiale. Occorre di conseguenza prenderne coscienza per diventare promotrici nelle nostre realtà, come religiose, di un'effettiva tutela delle persone fragili sia per età sia per condizione fisica o psicologica. Per questo la Commissione ha steso un Protocollo, come indicato dal Dicastero della Vita Religiosa, che serva alle nostre Congregazioni, comunità, opere e servizi che presentano aperture verso ma anche con le fragilità interne alle stesse comunità.

Il cammino della Chiesa e della Federazione Italiana sul tema degli “abusi”. Introduzione all'argomento e terminologia.



Si prosegue con una preghiera di intercessione per tutte quelle persone che sono state coinvolte o si sono rese complici di questi reati e si chiedono semi di guarigione e di speranza, vergogna e rimorso, compassione e tenerezza, case accoglienti e sicure, giustizia e riparazione. Il pomeriggio procede con una carrellata di immagini e spiegazioni per permettere a tutte le presenti di conoscere questa realtà e capire l'importanza di farsi voce di accoglienza e rapporti sempre più semplici e veri avendo di mira esclusivamente il bene dell'altro. La Chiesa, coi suoi pastori in questi anni ha fatto un percorso di denuncia degli abusanti e guarigione e accostamento alle persone ferite e provate dagli abusi a vari livelli, Papa Leone XIV durante il Concistoro dell'8 gennaio 2026 ha voluto ribadire che “nella chiesa questa è una ferita aperta” e che quindi occorre ancora un cammino lento ma continuo di vigilanza per tutti. Come Federazione per proseguire e renderci sempre più consapevoli che occorre riflettere su questa tematica ci ritroveremo online il 1 marzo 2026 con don Ceragioli per approfondire gli abusi spirituali nella vita religiosa.

Suor Carla Carena

**“Rinnovare la consapevolezza che
«siamo una missione» e «siamo in missione»...”**

Dagli Atti del IV Capitolo Generale - Il Sogno - 3° focus

I mesi di novembre e dicembre sono stati caratterizzati da una preoccupante situazione di sicurezza sul Plateau di Bateke, in particolare nei villaggi lungo la strada principale che porta a Mpukinsele.

Da metà novembre circolavano segnalazioni sulla presenza del fenomeno Mobondo, accompagnato da atti di vandalismo e saccheggi delle proprietà dei residenti locali.

Durante questo periodo, questi atti si sono intensificati, causando tensioni e, una mattina, uno scontro tra i giovani di Mpukinsele e i Mobondo (gruppo dei ribelli).

Il panico che ne è seguito ha portato alla fuga dei residenti dalle fattorie vicine, colpendo anche la nostra fattoria.

Per precauzione e per garantire la sicurezza di tutti, tutti gli abitanti della fattoria si sono riuniti presso il convento, in un clima di paura e incertezza.

Gli studenti sono stati rimandati a casa dalle loro famiglie, soprattutto perché questo periodo coincideva con l'inizio delle vacanze natalizie.

Nonostante questa situazione difficile, le Suore sono rimaste unite, vigili e fedeli alla loro missione. Con discrezione, preghiera e solidarietà, hanno continuato a offrire una presenza rassicurante alle persone colpite, convinte che la missione non si ferma nei momenti difficili, ma viene vissuta in modo diverso, con maggiore attenzione, vicinanza e speranza.



*Suor Scolastique PUMBULU
Comunità di Plateau di Batéké*

Seguendo l'esempio di San Giuseppe, custode della Sacra Famiglia, uomo giusto e coraggioso di fronte all'incertezza, le Suore hanno affidato questa situazione al Signore. Come lui, hanno scelto di andare avanti in silenzio, proteggendo le vite loro affidate e rimanendo disponibili al servizio, nonostante le circostanze difficili.

FESTA DI NATALE

Alla scuola materna Piccolo Disegno di Padre Jean Pierre Médaille, della Missione di Kimbanseke/Kinshasa, la festa di Natale è stata anticipata a venerdì 19 dicembre 2025, alle ore 10.00, e si è tenuta all'interno della struttura stessa. La giornata è stata caratterizzata dalla presenza di Babbo Natale, che ha distribuito regali ai bambini, ed è stata una giornata ricca di attività diverse, tra cui: la preghiera di apertura, l'ingresso ufficiale di Babbo Natale, i discorsi di circostanza, la consegna degli album e dei punti conseguiti dai piccoli studenti. Si è quindi iniziato l'incontro con la preghiera di apertura recitata da un bambino della terza classe della scuola materna, sez. A, KINKITA MATONDO, che ci ha permesso di affidare la nostra giornata alle mani di Dio. L'entrata e il benvenuto ufficiale a Babbo Natale è stato animato con applausi e musica; subito dopo abbiamo intonato il nostro inno nazionale "Débout Congolais". Nel corso della giornata ci sono stati due discorsi di circostanza, uno tenuto da suor Yvette NABINTU, direttrice della Scuola, e l'altro dal piccolo MWAY della terza classe materna A.



Queste parole di circostanza ci hanno permesso di augurare all'équipe educativa, ai bambini, ai genitori presenti e agli ospiti un felice Natale e un anticipato buon anno 2026. Il momento vissuto da tutti come il più gioioso, è stato quello del Recital, durante il quale ogni genitore era preso dall'attesa dell'esibizione del proprio figlio/a, e questa era legata ai temi già studiati. Lo spettacolo è stato iniziato dai più piccoli della classe prima, che hanno messo tutti i presenti in allegria ed è terminato con la classe terza, cioè gli "attori" sono stati i bambini di 3, 4 e 5 anni. La grande gioia dei bambini è esplosa nel vedere i regali offerti dai loro genitori e soprattutto molto contenti per quelli di Babbo Natale. Alla consegna dei doni e dopo una breve pausa, sono stati dati alcuni importanti annunci a cui è seguita una parola di ringraziamento da parte di uno dei bambini, NZONZIMBU.... della terza classe della scuola materna B, La nostra giornata si è conclusa con la consegna dei punti e dei raccoglitori, cioè degli album realizzati dai nostri stessi bambini. Si tratta di lavori svolti da ogni piccolo durante i tempi di colorazione, per ogni argomento e a seconda delle diverse attività. Ringraziamo il Signore, padrone del tempo e delle circostanze, per averci guidato nelle attività organizzate dalla nostra scuola. Ringraziamo il team educativo per la formazione e la dedizione dimostrate nei confronti dei nostri bambini, e ringraziamo i genitori per la fiducia dimostrataci e per la loro presenza che è stata sostegno e ha reso più bella la festa con i loro figli.

Suor YVETTE NABINTU

... IN VISITA ...

ALLE COMUNITÀ DEL CIAD E DELLA REPUBBLICA CENTRAFRICANA

DANAMADJI - CIAD



Accoglienza



Le ragazze del Foyer



La comunità:

Madre Anna Alfreda, sr Eveline, sr Annie,
sr Georgine, sr Alda



In parrocchia

DJOLI - CIAD

Accoglienza



La comunità : Sr Annie, sr Jacqueline Monkango, Madre Anna Alfreda, sr Esther, sr Annie, sr Georgine

Incontro con gli insegnanti della scuola *Saint Michel*



LARAMANAYE - CIAD



Accoglienza



Consegna

degli Atti del IV Capitolo Regionale



La consegna degli Atti del Capitolo Regionale 2025 in Ciad si è svolta il 27 gennaio 2026 a Laramanaye, in un clima di preghiera, comunione fraterna e impegno missionario. La giornata è iniziata con la celebrazione eucaristica, presieduta dal Reverendo Padre Camille, SVD caratterizzata da un'intenzione particolare per il compleanno di Suor Evelyne, affidata alle benedizioni del Signore. Questo momento liturgico ha permesso che l'incontro fosse scandito dal ringraziamento e dall'ascolto dello Spirito Santo. Al termine della celebrazione, si è svolto un momento di fraternità. La consegna ufficiale per la presentazione degli Atti Capitolari è iniziata secondo il programma stabilito. Si è aperta con un'invocazione allo Spirito Santo, seguita da un discorso introduttivo della Madre Regionale. Nella sua introduzione, la Madre Regionale ha ricordato il tema del Capitolo: *"Vivere nel mondo come Eucaristia"*. Ha sottolineato che accogliere gli Atti Capitolari, in spirito di fede e docilità allo Spirito, significa trasformare la vita di ogni sorella e di ogni comunità in un'offerta umile, fedele e disponibile al servizio di Dio e del prossimo. La proclamazione della Parola di Dio, tratta dal Primo Libro dei Re (17,7-16), che racconta l'episodio della vedova di Sarepta, ha costituito il momento centrale della meditazione spirituale. A questa lettura è seguito un momento di silenzio contemplativo e, successivamente, la condivisione delle riflessioni spirituali spontaneamente espresse dalle sorelle. La consegna ufficiale degli Atti Capitolari è stata poi condotta dalla Madre Generale. Nel suo discorso, ha anche spiegato il significato del logo del Capitolo, sottolineando che la sua forma circolare esprime comunione fraterna e simboleggia l'Eucaristia come fonte di vita per il mondo, con particolare attenzione alla missione in Africa.

In uno spirito di impegno e responsabilità condivisa, è stato formulato un impegno comunitario: ogni comunità ha presentato la propria intenzione di preghiera relativa all'accoglienza e all'attuazione delle linee guida del Capitolo. A seguire una preghiera finale, e il canto del Magnificat, espressione di gratitudine e di fiducioso abbandono all'opera di Dio nella vita della Congregazione.

La presentazione degli Atti del Capitolo Regionale 2025 rappresenta un momento di grazia e rinnovamento per le comunità della regione del Ciad. La Madre Generale ha invitato ciascuna sorella ad approfondire la propria unione con Cristo nell'Eucaristia, fonte e culmine della nostra vita consacrata e missionaria. Attraverso le linee guida del Capitolo ricevute, la Regione Africa è chiamata a ravvivare il suo zelo apostolico, a rafforzare la comunione fraterna e a testimoniare, nel cuore del mondo, la presenza amorevole e trasformante di Dio.

Seguendo l'esempio della vedova di Sarepta, che confidò nella Parola del Signore, nella povertà e nell'abbandono, le sorelle sono invitate a camminare con fede e speranza, convinte che Dio continua ad agire nella fragilità umana per manifestare la sua provvidenza e fedeltà.

Che la Vergine Maria, donna eucaristica e modello di totale donazione, accompagni ogni comunità nell'attuazione degli Atti Capitolari, affinché la missione affidata a ciascuna di noi rimanga un segno vivo di carità, unità e servizio nella Chiesa e nel mondo, in particolare in Africa.

Suor Esther BIJWIRA

REPUBBLICA CENTRAFRICANA

BANGUI



Bambini e laici del Piccolo Disegno



MBAIKI - RCA

Da sinistra:
sr Yvonne,
sr Georgette,
sr Marie Thérèse



Visita alla scuola primaria



PISSA - RCA

Da sinistra:
sr Rosalie Mwamine,
sr Yvette Lutu,
sr Sidonie



Accoglienza in parrocchia



BANGUI - RCA



Consegna degli Atti del IV Capitolo Regionale



Comunità di Pissa



Comunità di Mbaiki



Comunità di Bangui



PELLEGRINAGGIO AL SANTUARIO DELLA DIVINA PASTORA SERGIPE - BRASIL

“Formarci insieme, laici e suore, per poter raggiungere, ascoltare e parlare all’umanità di oggi, testimoniando passione verso Cristo con lo stile del Piccolo Disegno”

Dagli Atti del IV Capitolo Generale - Il Sogno - 5° focus

Dal 2 al 4 gennaio 2026, noi laici del Piccolo Disegno, insieme alle suore di San Giuseppe in Brasile, abbiamo compiuto un pellegrinaggio al Santuario della Divina Pastora, situato nello stato di Sergipe, nella regione nord-orientale del Paese. Come tema per guidare questo anno giubilare della speranza, il nostro gruppo ha scelto e intrapreso per il 2025 un percorso formativo con incontri online sull'importanza della Comunicazione non violenta (CNV di Marshall B. Rosenberg), che è culminato nella città di Porto da Folha, in Sergipe, dove si trova la nuova casa di missione del nostro Istituto delle Suore di San Giuseppe.

In questa occasione, abbiamo avuto il piacere di condividere esperienze ricche e momenti di accoglienza nel nostro percorso di Comunicazione Non-Violenta. Sono stati scambio di vita tra noi laici, uomini e donne, anche provenienti da altri gruppi. Grande è stata la gioia di ritrovarci con le Suore di San Giuseppe, arrivate dalle missioni sparse in diverse regioni del Brasile.

Il 4 gennaio abbiamo concluso l'Anno Giubilare della Speranza riflettendo sul nostro carisma in modo collettivo e fraterno. Ci siamo recati al Santuario di Maria, la Divina Pastora, la madre che si prende cura dei poveri e dei piccoli. Un luogo semplice e accogliente, che, nella mistica della Madre del Cielo, ci ha riempito di speranza.



Ancora una volta, il senso di appartenenza alla nostra spiritualità e al nostro carisma ha preso possesso dei nostri cuori, rivelando la forza che scaturisce dagli insegnamenti di Cristo attraverso i semi di Padre Médaille.

San Giuseppe, prega per noi!

*Gruppo di laici
partecipanti
al pellegrinaggio*

INCONTRANDOCI

Sono lieta e felice di condividere l'incontro e il pellegrinaggio che noi, suore e Laici del Piccolo Disegno abbiamo realizzato nei giorni 2-4 gennaio 2026 a Porto da Folha – Sergipe. Un evento preparato e desiderato da tutti per riunirci, abbracciarci e ricaricarci spiritualmente per il nuovo tempo che stiamo iniziando. Ogni dettaglio è stato pensato con cura: dall'accoglienza delle famiglie, alle preghiere, al tema, alla serata culturale.

Suor Simone ci ha guidato e condotto nel tema scelto e nelle dinamiche della "Comunicazione non violenta", cercando di individuare sentimenti, parole e forme sottili che distruggono le relazioni in famiglia, sul posto di lavoro e nella vita comunitaria. Il momento forte è stato il Pellegrinaggio al Santuario della Divina Pastora, dove abbiamo offerto le nostre preghiere, le nostre suppliche e i nostri propositi. Um grande **Grazie** a tutti per la fraternità vissuta.

Suor Maura Rodaro



3 de jan. de 2026, 09:15

ESERCIZI SPIRITUALI

IMPARARE A PRENDERCI CURA E IMPARARE PRENDENDOCI CURA

“Convertire il nostro modo di metterci in relazione...”

Dagli Atti del IV Capitolo Generale - Il Sogno - 2° focus

Dal 5 al 13 gennaio 2026, noi Suore dell'Istituto, insieme alle Suore di San Giuseppe di Chambéry, abbiamo avuto l'opportunità di incontrarci, condividere la nostra vita e la nostra missione, e poi partecipare agli Esercizi Spirituali (6-13 gennaio), sotto la guida di Fra Rubens Nunes Mota, francescano.

Il tema del ritiro era basato sull'enciclica *Dilexit nos* di Papa Francesco. Fra Mota ci ha invitato ad approfondire la nostra comprensione dell'enciclica immergendoci e assaporando l'amore di Cristo, incentrato sul suo Sacro Cuore, come luogo in cui troviamo risposte alle sfide del mondo moderno: individualismo, disumanizzazione, violenza. Il cuore di Gesù ci sfida a toccare il nostro cuore e quello dei nostri fratelli e sorelle, invitandoci alla riforma personale e sociale attraverso la carità e la fraternità.

Ha approfondito la dimensione delle relazioni fraterne e la coltivazione della dimensione umana dentro di noi. Dal cuore di Gesù, siamo chiamati a IMPARARE A PRENDERCI CURA E IMPARARE PRENDENDOCI CURA. Ha sottolineato la cura della nostra intimità personale con Cristo e la testimonianza di vita fraterna, perché, dal cuore di Cristo, siamo chiamati ad amare e prenderci cura della vita e a guarire le ferite dell'umanità di oggi.

Rendiamo grazie a Dio per l'opportunità che ci ha dato in questi giorni come dono della Sua bontà e del Suo amore per noi. Pertanto, continuiamo quest'anno con entusiasmo e forza spirituale nella nostra missione di "diffondere il grande amore di Dio nel mondo".



Suor Rita Evejania dos Santos

FORMAZIONE PER GUIDE DI ESERCIZI

Un'immersione nella SPIRITUALITA' IGNAZIANA

Dal 22 al 31 gennaio 2026, a Salvador, in Brasile, Suor Simone e Suor Jani hanno partecipato alla prima tappa del CAP 1 - Corso di Formazione per Guide e Accompagnatrici degli Esercizi Spirituali di Sant'Ignazio.

È stato un momento di approfondimento della comprensione del libro degli Esercizi Spirituali di Sant'Ignazio di Loyola e della sua pedagogia spirituale.

Gli Esercizi Spirituali hanno avuto origine dalla vita di Ignazio, che ha compiuto un pellegrinaggio interiore (nella conoscenza di sé)

verso un pellegrinaggio esteriore

(essere presenza di Cristo nel mondo)

La metodologia utilizzata nel corso ha aiutato i partecipanti a immergersi nella proposta del "Pellegrino".

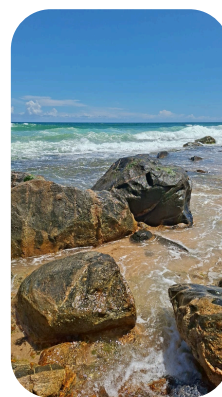
L'obiettivo del corso è quello di consentire a più persone (religiosi, laici, uomini e donne) di approfondire la propria comprensione degli Esercizi Spirituali e di essere così in grado di aiutare e accompagnare altri cristiani che desiderano crescere nell'intimità con Dio attraverso la spiritualità ignaziana.

Ringraziamo il Signore e la nostra Congregazione per l'opportunità che ci è stata offerta.



Suor Rita Evejania dos Santos

Suor Simone Xavier



Dal 22 al 31 gennaio, suor Jani ed io abbiamo partecipato alla prima fase del corso per predicatori di Esercizi Spirituali, offerto dalla Rete Servire della Compagnia di Gesù, responsabile dell'approfondimento e della diffusione della spiritualità ignaziana. Questo corso si tiene da molti anni a Itaici/SP, in una grande casa de gesuiti per gli Esercizi Spirituali. L'anno scorso, questa prima fase si è svolta nello stato del Ceará e quest'anno a Bahia, facilitando così la partecipazione di coloro che vivono nel Nord/Nordest del Brasile.

La dinamica del corso prevede di vivere un'esperienza personale di preghiera e di approfondire la logica degli Esercizi Spirituali (EE), così come concepiti da Ignazio, partendo dalla sua esperienza personale, comprendendo bene come ogni proposta si inserisca nel cammino che il praticante è invitato a seguire. In considerazione di ciò, il percorso è stato organizzato in questo modo: avremmo dovuto trovare del tempo per la preghiera personale, al mattino prima di colazione o alla sera. In quest'ottica, il nostro programma era questo:

7:30: Colazione

8:15: Condivisione della preghiera in piccoli gruppi (di 5 o 6 persone)

9:00 - 12:00: Due conferenze

12:00: Pranzo.

Fino alle 16:00, studio personale, con un'ampia bibliografia fornita dall'équipe del corso.

16:30: Condivisione dello studio negli stessi piccoli gruppi. In questo momento, avevamo la possibilità di chiarire dei dubbi e ricevere ulteriori spiegazioni sugli argomenti presentati durante la mattinata.

18:00: Pausa

18:30: Santa Messa. Subito dopo la Messa, ricevevamo gli spunti per la preghiera.

19:30: Cena. A seguire, studio personale e/o preghiera personale.

I gesuiti sono noti per la loro "ratio studiorum" e, in effetti, questa organizzazione della giornata permetteva a ogni "studente" di appropriarsi del materiale proposto, che, sebbene molto denso, poteva essere gustato senza problemi.

L'équipe era composta da: Benê Massaro (laica) e dai sacerdoti gesuiti: Adroaldo Palaoro, Ranieri Gonçalves ed Emmanuel Araújo.

Da sottolineare di questa esperienza, oltre a tutto ciò che è direttamente correlato al corso, l'amicizia che si è creata tra noi. La prossima tappa, che si concentrerà sull'accompagnamento spirituale dell'esercitante, si terrà a luglio, a Itaici, dove avremo l'opportunità di accompagnare le persone che faranno gli Esercizi Spirituali e di essere valutate dall'équipe.

LAICI NEL PICCOLO DISEGNO

“Formarci insieme, laici e suore, per poter raggiungere, ascoltare e parlare all’umanità di oggi, testimoniando passione verso Cristo con lo stile del Piccolo Disegno”

Dagli Atti del IV Capitolo Generale - Il Sogno - 5° focus

“...IL VOLONTARIATO è SEMPRE STATO PRESENTE NELLA MIA VITA...”

Rispondendo ad una proposta di madre Petra e di mia zia, suor Lilia, donna di grandi virtù mancata troppo presto, che pur non essendo mai andata in Africa ha sempre lavorato molto per le Missioni, iniziavo, vent’anni fa, il mio cammino con le Suore di San Giuseppe nell’ambito della collaborazione per le Missioni, a quei tempi solo in Africa, le missioni in Brasile sarebbero arrivate più tardi. Ho iniziato l’attività con suor Valeria, di cui porto un caro ricordo e una grande stima. In quegli anni era per lo più un lavoro amministrativo, contabile.



LILIA CUMINO

I progetti allora erano pochi, mentre i sostegni a distanza erano molti. Ricordo ancora le registrazioni contabili e le verifiche che ci impegnavano tante ore, ma anche i caffè di metà mattina, le confidenze, i consigli che ci scambiavamo. Due anni dopo, nel marzo del 2008, nasceva la “Onlus Missioni Suore San Giuseppe” e, in modo più strutturato, ho continuato, sempre con suor Valeria prima e con suor Chiara dopo, a collaborare con l’associazione. Lavoro con suor Chiara da tanti anni e ho imparato ad apprezzarne le qualità, tra cui la determinazione e la concretezza, ma l’elenco è ben più lungo. Insieme cerchiamo di mettere cuore nel lavoro che facciamo e ricordarci degli insegnamenti ricevuti, soprattutto quelli preziosi di madre Petra, che negli anni ci ha sempre seguite e incoraggiate. Molto importante sentiamo anche la presenza attenta e discreta di Madre Anna Alfreda: sappiamo di poter sempre contare su di lei sul suo aiuto, sul suo affetto e sulle sue preghiere. Sono molte le persone che, grazie alla Onlus, ho conosciuto e che hanno arricchito di fraternità la mia vita. Preziosi gli esempi, le testimonianze, i consigli di chi, spinti dall’amore per il Signore e dal desiderio di fare del bene, agisce con atti concreti di generosità, spesso nel silenzio, senza clamore. Ricordo con affetto molti momenti, vissuti insieme a Sorelle italiane, africane, benefattori e amici vari, nella preparazione delle giornate di sensibilizzazione, dei mercatini solidali, dei containers, ecc. senza grandi discorsi, ma lavorando insieme, in una comunione che senti essere abbracciata dal Signore. Al lavoro amministrativo si affianca infatti quello manuale, entrambi stimolanti e anche divertenti, seppur impegnativi. Talvolta l’attività risulta un po’ faticosa, soprattutto perché non è l’unico impegno della settimana: tra il mio lavoro e gli impegni vari, familiari e non, mi trovo ad essere sempre di corsa, cercando di incastrare tutto e talvolta si è un po’ stanchi, ma si sa, è condizione comune di molti.

La motivazione per la quale, molti anni fa, ho accettato con entusiasmo la proposta di lavorare con le Suore, penso sia da ricercare nell'educazione e nei valori cristiani che mi hanno trasmesso i miei genitori, ai quali, anche per questo, devo tantissimo.

Da che ho memoria, il volontariato è sempre stato presente nella mia vita, dalle prime esperienze giovanili a oggi che ho più di sessant'anni, da un entusiasmo di tipo fanciullesco alla maturazione dell'età adulta, con scelte e risposte personali. Non penso che potrei concepire una vita senza.

I miei genitori hanno cresciuto me, e i miei fratelli, nell'attenzione agli altri, come normale conseguenza dell'essere una famiglia che cercava di vivere nella vita quotidiana l'insegnamento del Signore e i precetti evangelici.

Mio papà era più silenzioso, mia mamma molto determinata e pratica, entrambi molto rispettosi e animati da una grande tenerezza, seppur vissuta con riserbo, con discrezione. Ricordo, ad esempio, un ragazzo che passava abitualmente da casa nostra a chiedere cibo, e direi anche affetto, succedeva cinquant'anni fa. Mia mamma gli preparava un grande panino facendo attenzione però a non farcirlo mai con il prosciutto, in rispetto alla sua religione.

Non si è mai fatta trovare impreparata, non l'ha mai mandato via senza niente, teneva sempre qualcosa da parte, pensato per lui, nel caso fosse passato. Non gli dava solo una piccola offerta, ma sempre anche qualcosa che preparava appositamente per lui.

Ero piccola, ma capivo che voleva far sentire al ragazzo la sua vicinanza, la sua presenza.

Forse pensava alla sua mamma lontana o forse non più presente, non so, però, spero di collaborare alla Onlus con quel rispetto e quell'attenzione agli altri che i miei hanno sempre avuto nella loro vita e che con il loro esempio mi hanno insegnato.



LAICI NEL PICCOLO DISEGNO

CHIUSURA DELL'ANNO NELLA LODE E NELLA COMUNIONE FRATERNA

I Laici del Piccolo Disegno della zona di Kinshasa – RDC – si riuniscono abitualmente una volta al mese per vivere un momento di comunione fraterna attorno alla condivisione della Parola di Dio, secondo il loro programma spirituale.

Per la chiusura dell'anno, il 16 gennaio 2026 si è tenuto un incontro speciale, in coincidenza con un momento privilegiato di scambio di auguri tra i membri.

Il tema centrale dell'incontro era: «Rendere grazie a Dio, lodare il Signore».

La preghiera si è articolata attorno al Salmo 150, letto da suor Ivette Nabintu, seguito da una esortazione di papa Kayifa. Questa meditazione ha portato i partecipanti a una profonda riflessione: lodare il Signore in ogni momento, perché Dio ha fiducia in noi e siamo chiamati a renderci degni di questa fiducia.

La giornata si è svolta in un'atmosfera di gioia e fraternità, caratterizzata da diverse attività: lotteria, scambio di regali, condivisione del pasto, canti e balli. Circa 25 persone hanno partecipato all'evento, tra cui un nuovo membro di nome Olivier, accolto calorosamente.

L'incontro si è tenuto a casa del signor Rémy Talatala, che noi, i partecipanti, ringraziamo per la cordiale ospitalità.

BERNARD MBOMA KINDELE
– LAICO DEL PICCOLO DISEGNO – KINSHASA RDC



LAICI NEL PICCOLO DISEGNO

IN CAMMINO NEL PICCOLO DISEGNO

Siamo riuniti insieme come laici e laiche del Piccolo Disegno per vivere un momento di ritiro e di incontro per meditare sui percorsi dei sette passi, sulle massime e su altri argomenti. Per noi laici e laiche, è un momento importante per incontrarci direttamente con Dio e con noi stessi e per vivere il carisma delle Suore di San Giuseppe.

Sentire la presenza viva di Cristo vivo nell'Eucaristia ci dà la forza di affrontare le avversità che il mondo ci presenta e di poter andare avanti con lo sguardo fisso sul Cristo Eucaristico, che è la ragione e la forza per camminare come laici e laiche nel Piccolo Disegno. Questo momento, in cui ci incontriamo per condividere e ascoltare un pezzo della nostra vita, è un momento sublime di scambio, in cui lasciamo trasparire il Cristo che vive in noi. Lì ci sentiamo una famiglia e crediamo che non ci sia posto migliore della vita che in famiglia e nella chiesa.

Oltre a tutto questo, l'esperienza nel Piccolo Disegno ci aiuta a vedere i nostri fratelli (soprattutto quelli più bisognosi) come nostro "caro prossimo". Quando possibile, celebriamo e festeggiamo insieme e grande è la gioia di far parte della famiglia del Piccolo Disegno.



**ANSELMO E LENE,
LAICI DI SERRINHA – BRASILE**



Carissime Sorelle
e carissimi Laici nel Piccolo
Disegno,

all'inizio della Santa Quaresima, la Chiesa ci invita ad avanzare insieme nella preghiera, nella penitenza e nella conversione, un cammino che ci conduce al cuore ardente della nostra fede, la solennità della Pasqua. Questo tempo di grazia ci offre la preziosa opportunità di purificare il nostro cuore, rafforzare la nostra fede e riorientare la nostra vita verso Dio.

Non è solo un tempo di privazioni, ma un invito a riscoprire il senso profondo della nostra esistenza, a tornare al primo amore che ci ha infiammato il giorno del nostro battesimo.

Buon cammino quaresimale

Nel nostro Istituto Suore di San Giuseppe, e in particolare nelle nostre rispettive comunità, questo cammino spirituale assume un significato unico e profondamente commovente. Nei nostri ambienti di vita, dove il Verbo si è fatto carne e ha dimorato tra noi, siamo chiamate a seguire i passi del Salvatore per entrare pienamente nel mistero del suo amore redentore e rispondere al suo invito di camminare al suo seguito.

La Passione di Cristo: cammino di conversione e di misericordia

La Quaresima è un tempo propizio per contemplare il sacrificio supremo di Gesù, che ha dato la sua vita per la nostra salvezza.

Come riporta il Vangelo secondo Giovanni: «Avendo amato i suoi che erano nel mondo, li amò fino alla fine» (Gv 13, 1). Questo amore, spinto fino al dono totale di sé, è il fondamento della nostra speranza.

Durante questo tempo, siamo invitati a misurare la grandezza di questo amore senza misura, ritornando nel nostro vivere alle parole di Papa Leone "non serve una giustizia minima, serve un amore grande, che è possibile grazie alla forza di Dio".

In questa prospettiva, siamo vivamente invitati a ricevere il sacramento della Riconciliazione, dove si rivela il volto misericordioso del Padre. È un incontro di guarigione e di amore.

Prepariamoci con un sincero esame di coscienza e chiediamo a Cristo di illuminare il nostro cuore. Che la grazia ricevuta ai piedi della sua Croce rinnovi in noi la bellezza del nostro battesimo e ci renda più liberi e più gioiosi per diventare sempre più testimoni visibili di comunione, di pace e di speranza.

La preghiera: soffio dell'anima

La preghiera è l'anima del cammino quaresimale. È in essa che, come Gesù nel deserto (Mt 4, 1-11), troviamo la forza di vincere la tentazione e di rimanere fedeli al Padre. In questo tempo di grazia, rinnoviamo con maggiore fedeltà la nostra preghiera personale e comunitaria.



Troviamo momenti di silenzio, sull'esempio di Gesù nel Getsemani, per affidare a Dio le nostre pene, le nostre speranze e il nostro desiderio di fare sempre del bene agli altri. La preghiera diventi allora la nostra bussola quotidiana, espressione del nostro ardente desiderio del cielo: «Pregate incessantemente» (1 Ts 5, 17), ci ricorda l'Apostolo - e noi rispondiamo con tutto il cuore e con le nostre scelte di vita.

Il digiuno e la carità: due pilastri dello stesso sacrificio

Il digiuno, pratica antica e feconda, ci purifica interiormente. Ci aiuta a distaccarci dal superfluo per cercare l'essenziale: Dio e il suo Regno.

Tuttavia, il digiuno che piace a Dio va oltre l'astinenza dal cibo. Il profeta Isaia lo proclama: consiste nello «spezzare le catene ingiuste, sciogliere i legami del giogo, rimandare liberi gli oppressi» (Is 58, 6).

Che la nostra penitenza non rimanga sterile, ma si trasformi in amore che si fa vicinanza, soprattutto verso i più vulnerabili che si trovano anche nelle nostre comunità. In loro incontriamo il volto di Cristo, che ci dice: «Lo avete fatto a me» (Mt 25, 40). A questo proposito desidero riportare e fare mie le richieste del Papa che per questa quaresima propone forme di «astensione concreta» come «disarmare il linguaggio» e coltivare la gentilezza, ma anche di ascoltare la Parola di Dio e il grido degli ultimi, e di farlo insieme, nelle nostre comunità, aperte all'accoglienza di chi soffre. (Messaggio : La Quaresima tempo di digiuno da parole che feriscono gli altri...)

La nostra testimonianza cristiana si esprima nel rispetto, nel dialogo sincero, nella gentilezza, e nella ricerca instancabile della Comunione, nostra principale eredità! «Beati gli operatori di pace, perché saranno chiamati figli di Dio» (Mt 5, 9). La nostra preghiera e le nostre opere di carità, offerte a tutti senza distinzione, diventino i segni più eloquenti del nostro impegno per la riconciliazione e la pace.

Sì, siamo chiamati a diventare e rimanere operatori di pace.

Lo sguardo rivolto alla Resurrezione

Infine, la Quaresima non è un cammino senza meta. È un pellegrinaggio verso la Pasqua, verso la luce vittoriosa del mattino della Resurrezione. Ogni nostro passo, ogni nostro sacrificio, ogni nostro gesto di carità è illuminato dalla speranza della Resurrezione. Perché se Cristo non fosse risorto, la nostra fede sarebbe vana (1 Cor 15, 14).

Ma egli è veramente risorto! E questa certezza ci dà la forza di andare avanti, di convertire il nostro cuore e di amare senza riserve, guardando verso la gioia che ci è stata promessa.

Vi accompagno con la mia preghiera in questo cammino sacro. Viviamo questa Quaresima come un vero kairòs, un tempo favorevole di grazia. Con una preghiera perseverante e una carità generosa, rinnoviamo il nostro battesimo, la nostra alleanza con Dio e il nostro impegno fraterno all'interno del nostro amato Istituto.

Buon cammino quaresimale a tutti e a tutte!

Suor Anna Alfreda KUMBI KUMBI SONA



Promemoria

INCONTRI DI

FORMAZIONE

01 MARZO 2026

L'abuso spirituale e di potere

ore 15:30 - DON FERRUCCIO CERAGIOLI

Incontro online organizzato dalla
Commissione Tutela dei minori e persone fragili
(in collaborazione con la Federazione)

09 MAGGIO 2026

***L'autorità deve esprimere alle sorelle
la carità con cui Dio le ama (Cost. n°117)***

ore 15:30 - SR PAOLA MAGNA

Incontro online organizzato dalla Commissione di
formazione di Congregazione

*"...ti si chiamerà
con un nome nuovo..."*

Is 62,2

Ricordando Suor Natalia Feliziani



Il giorno 2 gennaio 2026 dalla comunità di Potenza Picena (MC) Suor Natalia (Feliziani Dina) di anni 92 e 73 di professione religiosa ci ha preceduto nella Casa del Padre.

Suor Natalia in giovanissima età, a 15 anni, ha dato con entusiasmo e gioia il meglio di sé, al Signore.

Ci ha lasciati a 92 anni con un dolce sorriso e sotto le palpebre chiuse sembrava volesse dire: “vedete, questa volta sono proprio partita e sono contenta!” Alla vigilia, la sera prima della sua partenza per il Cielo, aveva uno sguardo silenzioso che pareva dire apertamente: “sto per andare...abbiamo pregato e atteso”; il giorno dopo alle ore 14 assistita da un gruppo di sorelle, in preghiera, è andata verso la nuova Vita. Molte volte aveva detto: “quando morirò non lasciatemi sola!” E sola non è stata! Forse questo è uno dei motivi del suo indelebile e parlante sorriso fino alla chiusura del nostro sguardo.

Gli ultimi anni della sua vita spesso sembrava dovesse partire, poi riprendeva improvvisamente vigore! Pareva il salto del grillo: vita morte, morte vita! Un continuo andare e tornare. Che mistero la vita! Infaticabile, con il suo uncinetto in “volo continuo”, tra le sue dita curve, come i fili, per la tessitura di pizzi, centri, tende, con disegni da incanto. Tante persone hanno goduto queste bellezze uscite dalle sue mani: le comunità, le nipoti, e quanti apprezzavano questo tipo di lavoro. Non va dimenticata la sua abitudine di stare in mezzo alle porte o al centro dei corridoi ù dettata da un forte bisogno di comunicazione e di sapere in ante prima quello che succedeva intorno per poterne dare presto notizia a quanti potevano esserne interessati . E che dire della sua forte fede espressa sovente con le mani giunte e gli occhi gioiosi rivolti in alto quasi a contemplare la presenza di Dio, perennemente custodito nel suo cuore. Ha seguito nipoti e pronipoti accompagnandoli con tanta delicatezza, dedizione e amore nel cammino di fede, come solo una zia che vive il messaggio evangelico può e sa fare. Una nipote ha detto: “Quando andavamo a trovare zia Natalia, alla domenica, ci accoglieva con tanto affetto, ci donava piccoli oggetti religiosi ci parlava dolcemente con parole buone tanto che a noi sembrava di sentire la presenza di Dio”. Sr Natalia ha incontrato tanti giovani, bambini e ragazzi nei campi scuola, nelle parrocchie additando loro, tra un sorriso e un richiamo, cammini cristiani possibili, adeguati alla loro età. E quando ha fatto assistenza nelle scuole ha favorito relazioni di scambio con chi era nell'abbondanza a favore di chi era nel bisogno. Quanto detto fino ad ora può sembrare che la sua vita sia trascorsa senza intoppi, ma non è così. Anzi ha passato due momenti di non poca sofferenza. Una malattia polmonare l'ha costretta a un lungo periodo di ricovero e cure con conseguenza della perdita di un polmone, situazione da lei accolta come volontà di Dio.

In un secondo tempo un tumore violento e lacerante con conseguente operazione a una gamba le ha procurato un rallentamento nella deambulazione. Tutto questo scenario ha fatto sì che negli ultimi tempi della sua vita sia stata costretta a vivere in carrozzella. Quindi, dire “Natalia” voleva dire: “una suora serena, in carrozzella, sempre vigilante”. Si sa, la vita, di ciascuno di noi, ha un suo disegno e un suo preciso traguardo; non è dunque a caso l'augurio che sr Natalia ha ricevuto nell'ultimo suo compleanno, il giorno di Natale 2025: “SORRIDI ALLA VITA!” Otto giorni dopo, il 2 Gennaio 2026, con un sorriso sotto le ciglia, ci ha lasciate per entrare nella pienezza della Vita, in Cristo Gesù.

**“Vivere nel mondo
come Eucaristia.**

*Nella fede,
la nostra piccolezza
a servizio
del caro prossimo”.*



“AUGURO

che possiate essere donne ricolme di gioia,
testimoni della tenerezza del Signore
dove operate,
custodendo nel silenzio orante e fecondo
coloro che a voi si affidano.”

*dal Messaggio di Papa Francesco,
Atti del IV Capitolo Generale
pag 5.*

