

Articolo per i Sacerdoti sulla guarigione post-aborto:

Una visione profetica

di Vicki Thorn, Fondatrice di "Project Rachel" (USA)

(Articolo originalmente pubblicato in *The Priest*,
mensile per sacerdoti cattolici, nel Gennaio 2001.)

"Avere una visione profetica", affermava il sacerdote olandese Padre Henri Nouwen, "significa vedere il mondo con gli occhi di Dio". Il mondo d'oggi è rovinato dal peccato, ferito dall'abbandono e pieno di disperazione. Una delle cause di questa situazione di caos è rappresentata dall'aborto. La ferita provocata dall'aborto è insidiosa. Lascia una scia di conseguenze dolorose nella vita delle mamme, papà, nonni, fratelli, sorelle, zie, zii e cugini.

L'aborto non è una novità. Non scaturisce dalla decisione della Corte Suprema degli Stati Uniti, ma questa decisione ha, in qualche modo, aperto una diga dando luogo ad una vera e propria inondazione. La realtà è che gli aborti sono sempre esistiti e, pertanto, qualsiasi donna che incontriamo potrebbe averne fatto esperienza. Le stime affermano che una donna su quattro, sotto i 45 anni, si è sottoposta ad un aborto volontario.

Le donne che hanno avuto un aborto, lo descrivono come una "ferita dell'anima". L'aborto è un evento che segna e cambia la vita. Le conseguenze di un aborto rimangono nella e con la donna, sino alla morte. Anche se la donna guarisce, sarà per sempre una madre che ha perso un bambino in modo traumatico e non naturale. I postumi dell'aborto possono iniziare prima che la donna lasci la clinica o l'ospedale, oppure non essere percepiti come tali per un certo numero di anni. Quando, però, sono percepiti, divengono devastanti.

Ho fondato il Progetto Rachele nell'Arcidiocesi di Milwaukee, nel 1984, con l'incoraggiamento e il supporto economico del mio Arcivescovo, Mons. Rembert Weakland, O.S.B. Mi resi conto di quanto esso fosse necessario ascoltando un'amica che aveva dato in adozione il primo bambino e aveva abortito il secondo. Negli anni seguenti osservai che la mia amica andava incontro a cicli di comportamento auto-distruttivo. Era solita affermare: " Posso vivere con l'adozione. Non posso vivere con l'aborto". Quando sono diventata direttrice diocesana dell' Ufficio "Respect Life" (Rispetto per la Vita), ho scoperto che i Vescovi degli Stati Uniti avevano già chiesto che fosse introdotto un apostolato per la riconciliazione e la guarigione, nel loro primo "Piano Pastorale per le Attività a favore della Vita", emanato nel 1975.

Questo apostolato catturò l'attenzione a livello locale e nazionale il giorno successivo al primo incontro del nostro gruppo, quando un giornalista locale, che aveva un'amica sofferente per la ferita dell'aborto, annunciò il Progetto Rachele, nella prima pagina del quotidiano per il quale scriveva. Così, improvvisamente, divenni un'esperta in un settore che, il giorno prima, non esisteva ancora.

Da allora, il Progetto Rachele è partito in più di 144 diocesi negli Stati Uniti, 7 nel Canada, in tutte le diocesi della Nuova Zelanda e nel Guam. Esso sta per essere introdotto nelle Bahamas e nell'Honduras. Interesse per il progetto è stato espresso in Polonia, Irlanda, Messico, Cile e Brasile, così come in Germania, Francia e Russia. E' chiaro che Dio deve avere una certa urgenza riguardo quest'attività di guarigione. Qualsiasi persona che abbia lavorato nella Chiesa sa che le cose normalmente si diffondono molto lentamente.

Io credo che Dio stia costruendo la cultura della vita sulle ceneri della cultura della morte. Le donne e gli uomini guariti stanno divenendo le fondamenta di questa nuova cultura. Essi sono veramente trasformati, nel processo di guarigione. Ogni volta che una donna è guarita, vuol dire che Dio ha fermato il ciclo dell'aborto nella sua vita. Se non è guarita, è probabile che lei continui a praticare aborti.

È importante sapere che molte delle donne con storie di aborti provocati hanno molte altre ferite nella loro vita, incluso quelle derivanti da abusi sessuali. Tutto questo può portarle ad abortire, ed incrementare la complessità del loro cammino di guarigione. E' rara la donna che ho incontrato che descriverebbe di essere cresciuta in una famiglia sana e regolare, e che riferirebbe di aver preso una tale decisione in modo calmo e calcolato. Tante donne raccontano la sofferenza che accompagnò la loro paura di essere rifiutate dai loro genitori o dai loro compagni. Riportano l'esperienza di un'incredibile pressione esercitata su di loro per farle abortire e di non sapere a chi rivolgersi per avere l'aiuto necessario a portare il loro bambino fino alla nascita. L'aborto è soltanto un'ulteriore sofferenza presente nella vita di queste donne, ma la grazia sta nel fatto che è proprio l'aborto che le spinge a cercare la guarigione.

Voi, come sacerdoti, siete una parte importante di questo apostolato. Siete voi, nel vostro ruolo sacramentale, che riflettete e mostrate il volto di Cristo con maggiore nitidezza alla donna ferita. È attraverso il Sacramento della Riconciliazione che è veramente liberata dal suo peccato. Non fatevi convincere da quelli che sostengono che questo dovrebbe essere un apostolato fatto solo da donne. L'esercizio del vostro ruolo, come sacerdoti e come uomini, può far tanto per guarire le ferite nascoste dell'aborto. Il vostro prendersi cura di lei con gentilezza e comprensione paterna, l'aiuta a guarire da quella ferita nascosta che le produce un atteggiamento di amarezza verso gli uomini. In molti casi, voi siete il primo uomo, mai incontrato prima, che non l'abbia giudicata o che non l'abbia fatta soffrire.

La cosa più importante da ricordare riguardo quest'apostolato, e credo anche per qualsiasi altro apostolato, è che Dio è il Guaritore e il Salvatore. La prima cosa che dovete fare, quando vi preparate per un incontro pastorale è pregare lo Spirito Santo. Quando vi sarete aperti all'azione guida dello Spirito Santo, rimarrete sorpresi di scoprire quanto "saggi" siete diventati. La gente vi dirà: "Padre, come sapevi che avevo bisogno di sentire proprio quelle parole?" Il vostro compito è quello di accompagnare la donna attraverso questo cammino, tracciarle il percorso sulla mappa. A volte, le donne non torneranno da voi e vi chiederete in che cosa abbiate sbagliato. Spesso, semplicemente la donna non si sente abbastanza forte da continuare, in quel particolare momento. Ricordate che Dio non abbandonerà quella donna e, quando sarà abbastanza forte, Dio la guiderà nuovamente verso una situazione nella quale un altro la aiuterà nel suo cammino. Tutto questo non riguarda voi, ma lei. Quando qualcuna di queste donne non torna indietro, allora penso che siate chiamati a diventare intercessori per quella donna. Il Catechismo stabilisce che il confessore "Deve pregare e fare penitenza per il suo penitente, affidandolo alla misericordia del Signore (sezione 1466).

Quest'apostolato è anche importante per voi, a livello personale. È in questo apostolato, infatti, che incontrate il mistero della vostra ordinazione. Questo è il luogo dove voi liberate i prigionieri e date la vista ai ciechi nel nome di Gesù. Più di un sacerdote è d'accordo sul fatto che se è ancora sacerdote, oggi, questo è perché in un momento di crisi della sua vocazione, ha risposto ad un'altra telefonata e si trattava di una donna del Progetto Rachele. Ed è stato attraverso quell'incontro pastorale che la crisi è divenuta meno aspra e, forse, si è anche risolta. Il sacerdote ha riscoperto il potere dei sacramenti e si è reso conto che Dio vive, tocca e guarisce quelli che gli si avvicinano oggi allo stesso modo in cui ha toccato e guarito nelle Sacre Scritture. In quel momento, Dio tocca il sacerdote che è in crisi e comincia a guarirlo.

La gente spesso mi chiede se non mi deprimi facendo il lavoro che faccio, quello cioè di ascoltare tanto dolore. La verità è esattamente l'opposto. Io credo che questo sia un lavoro stimolante. Ha sempre da fare con la speranza e la guarigione. Ho imparato che quando una donna afferra il coraggio a piene mani e s'imbarca in un percorso di guarigione, implorando la misericordia di Dio, allora il Signore risponde velocemente. E so anche che quando il Signore inizia quest'enorme lavoro in lei, sarà cambiata e rinnovata. Sarà davvero una "nuova creazione," come ascoltiamo nella Lettera ai Corinzi, perchè la verità presente nella sua vita è quella di credere di aver commesso un peccato per il quale non esiste perdono. Ora ha incontrato il suo Dio ed è stata perdonata: questo è un evento in grado di cambiare la vita!

Dal punto di vista delle Scritture, sono sempre rimasta colpita dalle storie di donne che si trovano nel Nuovo Testamento. Ogni storia riflette un aspetto di questo ministero. La donna emorragica, che ha soltanto il coraggio di toccare un lembo della Sua veste - questa è la nostra donna. Ella sa che la sua guarigione può essere solo nel Signore. E spesso ha sofferto per lunghi anni. Si sente indegna dell'attenzione del Signore, ma la sua disperazione la spinge ad allungare la mano in cerca di aiuto.

La donna al pozzo, anche quella è la nostra donna. Gesù stabilisce con lei un dolce dialogo, non una diatriba, e la porta a confessare la verità circa la propria vita. Infatti, è nella verità che le è stato rivelato il bisogno di modificare la sua vita. Ed è questa consapevolezza vera che la rende libera di andare e annunciare ad altri ciò che le è accaduto.

La donna che ha lavato i piedi di Gesù con le lacrime, questa è la nostra donna. Ha versato fiumi di lacrime di dolore per i bambini che ha perso. Nella traduzione preferisco quella nella quale Gesù dice: "Poichè molto ha amato, molto le è stato perdonato".

Le nostre donne hanno spesso cercato di amare molto. Qualcuno sostiene che il peccato è un dono che va nella direzione sbagliata. La donna che incontriamo spesso stava cercando l'amore in tutti i luoghi sbagliati e spesso ha praticato l'aborto volontario, basandosi anche su un errato concetto di amore. L'ha fatto per far piacere al fidanzato oppure per evitare ai genitori il dolore dell'imbarazzo e della vergogna.

La donna trovata in flagrante adulterio, anche lei è la nostra donna. E' stata scoperta nel momento della massima vergogna. E' stata condannata dalla società attorno a lei, ma soprattutto dalla sua stessa coscienza. Sa di essere colpevole. Dopo che Gesù ha mandato via coloro i quali la volevano lapidare, le dice: "Neppure io ti condanno".

C'è coerenza in quello che Gesù dice a queste donne dopo che ha ascoltato le loro storie, le ha guarite e le ha rese libere. "La tua fede ti ha salvata. Vai in pace". Infatti, secondo la mia esperienza, è il nucleo della fede presente in quella donna che la porta a riconoscere che solo Dio la può salvare. (Io credo che questo sia la conseguenza della grazia del battesimo). E' quella conoscenza profonda nel nucleo del nostro essere che ci fa capire come la guarigione possa venire soltanto da Dio.)

Questo è un apostolato di compassione e di misericordia. Il Padre Henri Nouwen sosteneva che : "Compassione vuol dire essere vicini a chi soffre. Ma possiamo essere vicini ad un'altra persona solo se siamo disposti a divenire noi stessi vulnerabili. Una persona compassionevole dice: "Sono tuo fratello, sono tua sorella, sono un essere umano, fragile e mortale, proprio come te. Le tue lacrime non mi scandalizzano, il tuo dolore non mi fa paura. Anche io ho pianto. Anche io ho provato dolore". Possiamo stare con l'altro solamente quando l'altro cessa di essere "l'altro" e diviene come noi...Questa forse è la ragione principale per la quale troviamo più facile mostrare pietà piuttosto che compassione". "La misericordia", afferma Padre Joe Tagg di Memphis, "è l'amore che cerca di alleviare le miserie degli altri. La misericordia è amore efficace riversato sugli altri per guarire, consolare, perdonare, rimuovere la

sofferenza. E' l'amore che Dio ha per noi ed è l'amore che Egli chiede a ciascuno di noi affinché lo manifestiamo agli altri. La misericordia di Dio è sempre a disposizione per coloro che si rivolgono a Lui, in umiltà. L'amore di Dio è per coloro che ne hanno più bisogno". Ritengo che queste affermazioni, se vissute nella propria vita, ci renderebbero tutti dei ministri molto efficaci.

Questo apostolato incorpora le opere spirituali di misericordia, cioè: **ammonire i peccatori, istruire gli ignoranti, consigliare i dubbiosi, confortare i sofferenti, essere pazienti con coloro che sono nell'errore, dimenticare le offese e pregare per coloro che sono su questa terra.** Tutto questo racchiude davvero il ministero che il sacerdote svolge con la donna che si rivolge a lui.

Il ruolo del confessore e compagno nella guarigione comprende vari aspetti. Forse la sezione 1465 del Catechismo riassume meglio d'ogni altra questi ruoli. Leggiamo: "Celebrando il sacramento della Penitenza, il sacerdote compie il ministero del Buon Pastore che cerca la pecora perduta, quello del Buon Samaritano che medica le ferite, del Padre che attende il figlio prodigo e lo accoglie al suo ritorno, e del Giudice giusto che non fa distinzione di persone e la cui giustizia è, ad un tempo, giusta e misericordiosa. Insomma, il sacerdote è il segno e lo strumento dell'amore misericordioso di Dio verso il peccatore".

Poiché molti di voi che state leggendo quest'articolo avete anche seguito i corsi del Progetto Rachele per sacerdoti o avete ricevuto il "Manuale per sacerdoti sul post-aborto" che lo scorso anno è stato inviato a tutti gli ordinari per essere distribuito poi ai sacerdoti, non mi intratterrò su tutti gli aspetti del processo di aiuto alla guarigione. (Se non avete ancora ricevuto questo manuale, potete contattare il vostro ordinario per averne una copia.)

Brevemente, il processo di guarigione consiste nell'annunciare alla donna la Buona Novella della misericordia e dell'amore di Dio. Ella già conosce troppo bene la giustizia di Dio.

- **Ha soprattutto bisogno di raccontare la sua storia.** Aiutatela ad esprimere ed elaborare qualsiasi sentimento di rabbia verso gli altri, suggerendole di scrivere delle lettere che non saranno mai inviate e che verranno, alla fine, distrutte in modo simbolico, quando la donna passerà alla fase del perdono di coloro che le hanno fatto del male.
- **Deve essere incoraggiata ad elaborare un lutto per il suo bambino,** cioè: riconoscere la verità della sua esistenza, deciderne il sesso, scegliere un nome, commemorare il bambino e scrivere una lettera per dire tutto quello che un cuore di madre ha bisogno di dire.
- **Celebrerete con lei il sacramento della riconciliazione,** anche se ha già confessato il suo peccato. Questa celebrazione avrà un significato nuovo, quando la sua esperienza della misericordia di Dio si sarà accresciuta durante il periodo in cui vi è stata affidata.
- **E' bene offrire una Messa di guarigione per la famiglia.** Questa può essere un invito alla donna di scegliere un giorno particolare in cui la Messa quotidiana della parrocchia verrà offerta per le intenzioni della sua famiglia. Oppure potete offrire di celebrare privatamente una Messa particolare utilizzando delle letture e preghiere speciali per l'occasione. Incoraggiatela a scegliere qualche canto favorito per tale Messa.
- **Preparatela all'eventualità** che le potrebbe succedere, a volte, di ascoltare una voce interiore di condanna che tenterà di gettarla nella disperazione. Questa non è la voce di Dio, ma è una tentazione. La voce di Dio non dice mai: "Sei una cattiva persona". Incoraggiatela a fronteggiare questa situazione con

la preghiera e camminando fiduciosamente nel perdono di Dio. (NB: Vedete la relativa sezione "Preghiere" di questo sito.)

- **Ditele che ci saranno momenti nei quali si sentirà triste.** Tutto questo è normale e si chiama “ombra del lutto”. E’ un segno che Dio ha restaurato e ha fatto di nuovo rivivere in lei il suo cuore di madre. Il pensiero dell’aborto può ritornare di nuovo alla mente, durante i momenti difficili della vita (ad esempio: l’infertilità oppure una menopausa prematura, la morte di un altro familiare, o altre perdite). Quando questo si verifica, incoraggiatela a parlarne con qualcuno.

- Alla fine, e soprattutto, **incoraggiatela a seguire un percorso di crescita spirituale** attraverso i ritiri e gli incontri con una guida spirituale.

Vorrei ora condividere con voi alcune cose pratiche che potete fare per facilitare la guarigione:

Non abbiate paura di preparare delle omelie sull’aborto ma, ogni volta che lo fate, iniziate sempre chiedendo preghiere a coloro che, nella vostra comunità, sono stati toccati dalle conseguenze dell’aborto in modo che voi possiate usare le parole adatte e conformate alle loro esperienze di vita.

Centrate le vostre omelie sulle ferite di coloro che sono stati colpiti dal dramma dell’aborto. Il fatto triste ma reale è che la maggior parte delle persone sono insensibili al fatto che l’aborto distrugge la vita di un bambino. Vi suggerisco la lettura del meraviglioso libro: *The Jericho Plan*, di David Reardon, Dottore di ricerca, dell’Istituto Elliot. E’ conciso nella sua descrizione dell’impatto che l’aborto provoca sugli altri e contiene lettere che potete leggere come parte della vostra omelia.

Inoltre, non perdetevi mai la possibilità di menzionare l’aborto quando componete la vostra lista preferita di peccati che Dio può perdonare.

Vi sfido a predicare sul significato del dono dei figli. (Non ho mai sentito un’omelia su questo tema.) Raccontate di come ciascun bambino ci fa crescere in modo nuovo. Molti paesi hanno proverbi nei quali si dice che un bambino appena arrivato porta sempre, sotto il braccio, una pagnotta. Parlate di come un bambino handicappato possa essere un dono. C’è una bellissima citazione nel libro *The Clowns of God* ("I Clowns di Dio"): un bambino con un ritardo mentale è portato a cospetto di Dio e, con un’affermazione eloquente, il bambino è descritto come perfetto agli occhi di Dio, che non offenderà mai Dio e soprattutto, che questo bambino è un dono per l’umanità, poiché proprio questo bambino ci rende umani. Pensate alla vostra esperienza con le persone handicappate della vostra comunità e raccontate l’impatto che essi hanno avuto su di voi e sugli altri. I genitori hanno bisogno di ascoltare questo messaggio controcorrente, quello che vede il bambino come un dono.

I sacerdoti spesso chiedono: “Cosa accade se la donna viene da me, in confessione, di sabato? C’è poco tempo. Come posso aiutarla?” Per prima cosa dovete ascoltarne la confessione e confrontarvi con il suo significato pastorale. E’ molto importante aiutarla a comprendere che Dio attraverso i Sacramenti l’ha perdonata, ma che esiste ancora una ferita umana della quale deve tenere conto e che questo fatto potrebbe impedirle di sentirsi perdonata. Incoraggiatela a ricercare un’ulteriore guarigione attraverso il Progetto Rachele, sia che siate voi o altri ad occuparvi di lei. E’ una buona idea avere pronto il paragrafo 99 dell’*Evangelium Vitae* (1995) di Giovanni Paolo II, trascriverla su un segnalibro insieme al quale vi sia anche il numero telefonico o sito web di una vicina sede del Progetto Rachele.

Trovate qualcuno della vostra comunità che abbia intenzione di iniziare un apostolato speciale e conferitegli questo compito in modo che, per ciascuna festività, soprattutto Natale e Pasqua, ci siano dei

bigliettini, tipo quelli da visita, sui banchi per il Progetto Rachele. Queste persone controlleranno anche gli annunci settimanali e porranno i depliant negli appositi spazi e attaccheranno manifesti alle pareti. Lo scorso anno, la Segreteria Pro-life del NCCB (della Conferenza Nazionale dei Vescovi Cattolici) ha prodotto uno stupendo poster e un opuscolo. Si tratta di un'immagine di Gesù che porge la mano ad una donna e dice: "Neppure io ti condanno". So che questo opuscolo ha toccato le donne nel profondo, perchè ci hanno inviato i loro commenti via e-mail.

I sacerdoti sanno che una delle cose più difficili con le quali hanno a che fare sono le persone arrabbiate che si avventano contro di loro dopo la Messa, quando nella omelia hanno fatto riferimento all'aborto. Vi dico subito che le persone più arrabbiate hanno tutte una storia particolare. Se riuscite a mantenervi calmi e ad assorbire la loro rabbia, ricordando che non si tratta di un fatto personale contro di voi, anche se sembra così, scoprirete che andranno via in modo diverso. Se permettete loro di sfogarsi e, con qualche semplice frase, come questa, dite : "E' chiaro che siete molto convinti di questo fatto. Ne volete parlare? Sono qui per darvi ascolto". Un atteggiamento gentile come questo li disarmava. Se la rabbia di queste persone non è opposta da altra rabbia o da una vostra posizione sulla difensiva, si dissolverà. Tutti noi abbiamo avuto l'esperienza di atteggiamenti di rabbia che si scontrano l'uno contro l'altro. In tali casi, entrambe le persone si allontanano senza che la loro rabbia sia cambiata. Voi sacerdoti siete chiamati a riflettere il volto gentile di Gesù.

E' necessario che voi riflettiate un po' sui dilemmi etici che vi si presenteranno presto. La realtà è che le nostre capacità tecnologiche hanno di gran lunga superato quanto siamo abituati a pensare. Basti fare riferimento all'aborto genetico. Esso usualmente riguarda una coppia e una gravidanza molto desiderata. La scienza medica, attraverso la tecnologia del "cerca e distruggi" ha in qualche modo deciso che un certo bambino non è "perfetto" e rapidamente invia la coppia al centro per praticare un aborto volontario. Se questa coppia dovesse venire da voi prima che questo accada, dovete inviarli ad un medico che si dichiara a favore della vita per una seconda opinione. Avete un dottore di questo tipo nella vostra rubrica? E, nel caso venissero da voi dopo l'aborto, per chiedervi di celebrare un funerale per il loro bambino, vi dovrete chiedere: " Che cosa farebbe Gesù al mio posto?". Secondo me, molte di queste persone subiscono la coercizione da parte dei medici e sono costrette a decidere in un certo modo. Sono terrorizzate e, infatti, sono state indotte a pensare che sarebbe irresponsabile e crudele scegliere che il bambino viva. Queste stesse persone sono spesso molto arrabbiate con la Chiesa, con i dottori, con tutti.

Credo che abbiano bisogno di tutta la compassione possibile e, invece, ci dovremmo fare delle domande circa la loro colpevolezza. Spesso, sono state costretti a decidere di abortire e questo imperativo è venuto da ogni parte.

Il poeta, Kahil Gibran, afferma che: "Una visione di guarigione consiste nel vedere ciò che è invisibile, con occhi rinnovati". La mia preghiera è che questo articolo possa aiutarvi a diventare architetti della Cultura della Vita. Sappiate che tutto quello che fate a servizio della vita è profondamente significativo ed immensamente apprezzato. Una visione profetica insieme ad una visione che guarisce può cambiare il mondo.

Vicki Thorn è la fondatrice del Progetto Rachele e la direttrice esecutiva dell'Ufficio Nazionale della Riconciliazione e Guarigione Post-aborto (NOPARH).

Suggerimenti dei sacerdoti del Progetto Rachele per gli Atti di Penitenza:

Spiegate che la penitenza non è una punizione ma un aiuto medicinale e un'opportunità per riavvicinarci a Cristo.

- 1) Donazione volontaria a gruppi a favore della vita o ad una organizzazione post-aborto.
- 2) Adottare a distanza un bambino del terzo mondo (secondo la propria capacità finanziaria), oppure fare una donazione ad un ente che aiuta i bambini in difficoltà.
- 3) Pregare il rosario: una decade al giorno o un rosario intero al giorno per un po' di tempo; pregare in particolare i Misteri Gioiosi.
- 4) Ritornare in Chiesa, alle celebrazioni e ai Sacramenti in modo regolare.
- 5) Pregare:
 - per le altre persone coinvolte nella perdita causata dall'aborto;
 - per le altre donne e gli altri uomini che hanno avuto un aborto ma non si sono riconciliate;
 - di fronte al Santissimo;
 - per qualcuno che sta pensando di fare un aborto.
- 6) Fare un pellegrinaggio ad un luogo vicino e pregare le Scritture una volta giunti.
- 7) Pregare Santa Monica, patrona delle madri cristiane e pregare il santo patrono del bambino.
- 8) Ricordare il bambino o i bambini nella preghiera, pregando per lui e chiedendo le sue preghiere. Cominciare per una settimana e continuare il più spesso possibile, così coltivando un rapporto con lui per mezzo della comunione dei santi.
(L'onomastico dei bambini abortiti può essere considerato il 28 dicembre, ossia, I Santi innocenti.)
- 9) Un atto di servizio a scelta personale. Possibili suggerimenti:
 - Fare qualche cosa per i poveri o per i senza tetto
 - Un atto spontaneo o intenzionale di gentilezza verso un anziano o un bambino
 - Offrire assistenza volontaria ad un centro per l'aiuto alla vita
 - Aiutare qualcuno in bisogno, come un vicino anziano
- 10) Chiedere loro quale potrebbe essere una penitenza appropriata. Ridurla se è troppo severa.
- 11) Concentrare l'attenzione sugli altri bambini, se ne ha.
- 12) Riflettere, pregare e incontrare Gesù leggendo:
 - Giovanni 15
 - Luca 15 (la pecorella smarrita, la moneta perduta, il figliolo prodigo)
 - Giovanni 3:16-17
 - Giovanni 8:1-11 (La donna sorpresa in adulterio)
 - Giovanni 4:7-41 (La donna Samaritana)
 - Luca 8: 43-48 e Matteo 9:20-22 e Marco 5:25-34 (La donna emorragica)
 - Luca 7:30-36 (La donna che lava i piedi di Gesù con le lacrime)
- 13) Pregare il Salmo 103 o il Salmo 51
- 14) Passare del tempo in silenzio elaborando l'esperienza del perdono, in compagnia di Maria, Madre di Gesù.

15) Messa giornaliera (stabilendone il numero), offerta con l'intenzione per il bambino abortito e/o la guarigione della famiglia

16) Leggere il Vangelo per cinque minuti al giorno per un mese, per aiutarla a scoprire la persona di Cristo.

17) Dire alle donne che hanno già fatto tutta la penitenza attraverso il loro dolore e la loro sofferenza.

18) Digiunare per un giorno o non praticare un'attività preferita per un certo periodo di tempo.

Ringraziamo la Dr.ssa Adriana Gini per la sua gentilezza nell'aver tradotto quest'articolo.

Tutti i diritti riservati.

Per qualsiasi utilizzo pubblico, ripubblicazione o riproduzione di massa vi chiediamo gentilmente di richiedere l'approvazione a info.vignadirachele@yahoo.it