

**DONNE :  
AGENTI DI  
EVANGELIZZAZIONE  
ED EMPOWERMENT**

"D'ora in poi  
tutte le generazioni  
mi chiameranno beata"



**MANUALE** *di*  
**RISORSE**

GIORNATA DELLA MISSIONE  
CLARETTIANA 2025



CLARETIAN  
**MISSIONARIES**  
SONS OF THE IMMACULATE HEART OF MARY  
GENERAL MISSION PROCURE



## Manuale di Risorse - Giornata della Missione Clarettiana 2025

Libro per celebrare e promuovere la Giornata della Missione Clarettiana

Anno 2025

A cura della Procura Generale delle Missioni

Missionari Clarettiani

Roma

Per maggiori informazioni visita [www.somicmf.org](http://www.somicmf.org)

# INDICE

<b>PREFAZIONE</b> .....	04
<b>INTRODUZIONE</b> .....	05
<b>PARTE I - GIORNATA DELLA MISSIONE CLARETTIANA 2025</b> .....	06
1. <b>Presentazione</b> .....	07
2. <b>Progetti selezionati</b> .....	08
3. <b>Collette e donazioni</b> .....	11
4. <b>Come usare il Manuale di Risorse</b> .....	12
<b>PARTE II - RISORSE</b> .....	14
1. <b>Materiale promozionale</b> .....	15
2. <b>Liturgia</b> .....	16
3. <b>Lectio Divina</b> .....	18
4. <b>Le donne nella storia della salvezza</b> .....	24
5. <b>Altre donne ispiratrici nella storia</b> .....	26
6. <b>Libri</b> .....	33
7. <b>Saggi e rapporti</b> .....	47
8. <b>Presentazioni</b> .....	51
9. <b>Film</b> .....	52
10. <b>Documentari</b> .....	55
11. <b>Canzoni</b> .....	57
12. <b>Idee per la raccolta fondi</b> .....	67
<b>GRAZIE!</b> .....	70

# PREFAZIONE

*Dio ha creato gli esseri umani, uomini e donne, uguali per godere del suo amore e della sua cura. Tuttavia, nel corso della storia umana questa uguaglianza è stata distorta e una visione del mondo dominata dagli uomini è stata tramandata di generazione in generazione come normale stile di vita. Con l'ispirazione dello Spirito Santo, siamo invitati a rivendicare questa uguaglianza di cui godono tutti i figli di Dio.*

*La Giornata Missionaria Clarettiana del 2025 è un'opportunità unica per abbracciare questa visione. Presenta un argomento che possiamo esplorare in modo approfondito, andando oltre i confini normalizzati e guardando verso un futuro di inclusione ed uguaglianza. Il tema delle Donne: Agenti di Evangelizzazione e di Empowerment è un tema trasversale che ci invita tutti a rilanciare la nostra missione con questa nuova entusiasmante dimensione.*

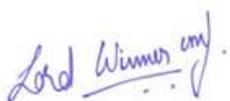
*Questo manuale può essere una bussola, un tesoro di ispirazione per preparare ciascuno di noi, ogni clarettiano, a dare il meglio di sé, sia come individui che come parte di una parrocchia, di una scuola o di un'organizzazione. Il contenuto è incredibilmente versatile e può essere utilizzato in diversi contesti per celebrare i momenti salienti della missione clarettiana.*

*Questa meravigliosa raccolta di risorse celebra gli incredibili contributi delle donne nella chiesa e nella società, affronta il loro impegno e promuove il loro benessere e i loro diritti. Questo manuale ci offre numerose possibilità e modalità per celebrare la Giornata Missionaria Clarettiana 2025.*

*E non dimentichiamo il fondamentale lavoro di raccolta fondi per le missioni. Gli strumenti qui forniti possono aiutarci a pianificare nuove iniziative che in seguito potranno anche essere utilizzate regolarmente per la raccolta fondi locale a favore delle esigenze della Missione degli Organismi clarettiani.*

*Ringrazio padre Gabriel Ponce, Claudia Valentini, e tutti coloro che hanno collaborato alla preparazione di questo materiale. Questo manuale è un chiaro invito all'azione: diffondere il Vangelo fino ai confini della terra insieme alle grandi donne delle nostre missioni, nella linea del nostro fondatore, Sant'Antonio Maria Claret. Che possa essere fonte di ispirazione per ognuno di voi.*

Con affetto,



P. Lord Winner CMF  
Procuratore Generale delle Missioni  
Missionari Clarettiani

# INTRODUZIONE

La Chiesa sta vivendo un tempo di ascolto e discernimento attraverso il processo sinodale promosso da Papa Francesco. Questo cammino sinodale ci invita a riscoprire l'essenza della nostra vocazione cristiana: camminare in unità, promuovendo una Chiesa più partecipativa, inclusiva e corresponsabile nella missione di annuncio del Vangelo.

La Giornata Missionaria Clarettiana è un'occasione privilegiata per vivere questa dimensione sinodale da una prospettiva missionaria, riflettendo sulla nostra responsabilità come comunità evangelizzatrice. In questo contesto non possiamo ignorare un aspetto fondamentale emerso con forza nel dialogo sinodale: la partecipazione delle donne nella Chiesa e nella missione.

## Donne e sinodalità: una voce che interroga

Il processo sinodale è stato uno spazio in cui molte donne hanno espresso le loro aspirazioni, le loro sfide e il loro contributo alla vita ecclesiale e missionaria. Dalle prime comunità cristiane fino ai giorni nostri, le donne sono state pilastri fondamentali nella trasmissione della fede e nel servizio ai più vulnerabili. Tuttavia, ancora oggi persistono sfide e barriere che impediscono alle donne di partecipare pienamente alla Chiesa.

Le consultazioni sinodali hanno evidenziato alcune urgenti necessità:

- **Riconoscimento e visibilità:** Molte donne ritengono che la loro presenza e il loro lavoro nella Chiesa non siano sufficientemente valorizzati.
- **Partecipazione al processo decisionale:** è richiesta una maggiore integrazione delle donne nella leadership e nel discernimento ecclesiale.
- **Giustizia ed equità:** è necessario rivedere le strutture che perpetuano disuguaglianze ed esclusioni, promuovendo una Chiesa veramente fraterna e corresponsabile.

## Verso una missione più inclusiva e profetica

La missione è sempre stata uno spazio di incontro, dialogo e trasformazione. L'evangelizzazione non può fare a meno della voce, dei doni e dell'impegno delle donne. In molte delle nostre comunità sono leader naturali nella catechesi, nel ministero sociale e nell'azione missionaria. La loro testimonianza è segno di profezia evangelica, che ci stimola a costruire una Chiesa in cui tutti camminino insieme, senza esclusioni.

Questo manuale di risorse per la Giornata della Missione Clarettiana vuole essere uno strumento per le nostre comunità affinché vivano la sinodalità da una prospettiva missionaria, promuovendo una profonda riflessione sul ruolo delle donne nella missione clarettiana. Che questo materiale ci aiuti ad ascoltare, a dialogare e a impegnarci per un'evangelizzazione più inclusiva, profetica e fedele al Vangelo.

**“Dobbiamo camminare tutti insieme: laici, consacrati, sacerdoti, donne e uomini, senza che nessuno venga relegato in secondo piano” (Papa Francesco, Discorso di apertura del Sinodo, 2021).**



PARTE I  
GIORNATA  
DELLA MISSIONE  
CLARETTIANA 2025

# PARTE I

## GIORNATA DELLA MISSIONE CLARETTIANA 2025

### 1 PRESENTAZIONE

La **Giornata della Missione Clarettiana** è un evento annuale celebrato la **domenica della Divina Misericordia** o la **seconda domenica di Pasqua**.

Fu istituita dalla Procura generale delle Missioni della Congregazione per **promuovere il carisma clarettiano** e la **missione nelle periferie**. Durante questo evento internazionale, ogni comunità clarettiana è invitata a condividere il significato della Giornata della Missione Clarettiana con i propri collaboratori, gli apostolati e i ministeri dei missionari clarettiani in tutto il mondo.

Attraverso questo evento si vuole **condividere la missione universale** dei Clarettiani con tutti i collaboratori missionari. Infatti, questa giornata è l'occasione per diffondere informazioni sul lavoro missionario svolto dai Clarettiani in diverse parti del mondo. Inoltre, si vogliono anche generare gesti di **solidarietà** tra le comunità a livello globale.

La Giornata della Missione Clarettiana è un'opportunità per tutti di impegnarsi a **favore dei più vulnerabili** e di donare per sostenere la Missione Clarettiana Universale e i suoi progetti. Infatti, ogni anno la Procura generale di Misiones propone **tre progetti**, uno per **ogni continente**, basati su un tema specifico.

Il tema di quest'anno è **Donne: Agenti di Evangelizzazione e di Empowerment**, che fa riferimento anche al quinto obiettivo di sviluppo sostenibile proposto dalle Nazioni Unite.

I fondi raccolti dalla Procura Generale delle Missioni attraverso le celebrazioni organizzate dai Clarettiani e da altre comunità saranno destinati a questi tre progetti.

I fondi vengono raccolti durante tutto il 2025 e vengono distribuiti tra i progetti proposti all'inizio del 2026.

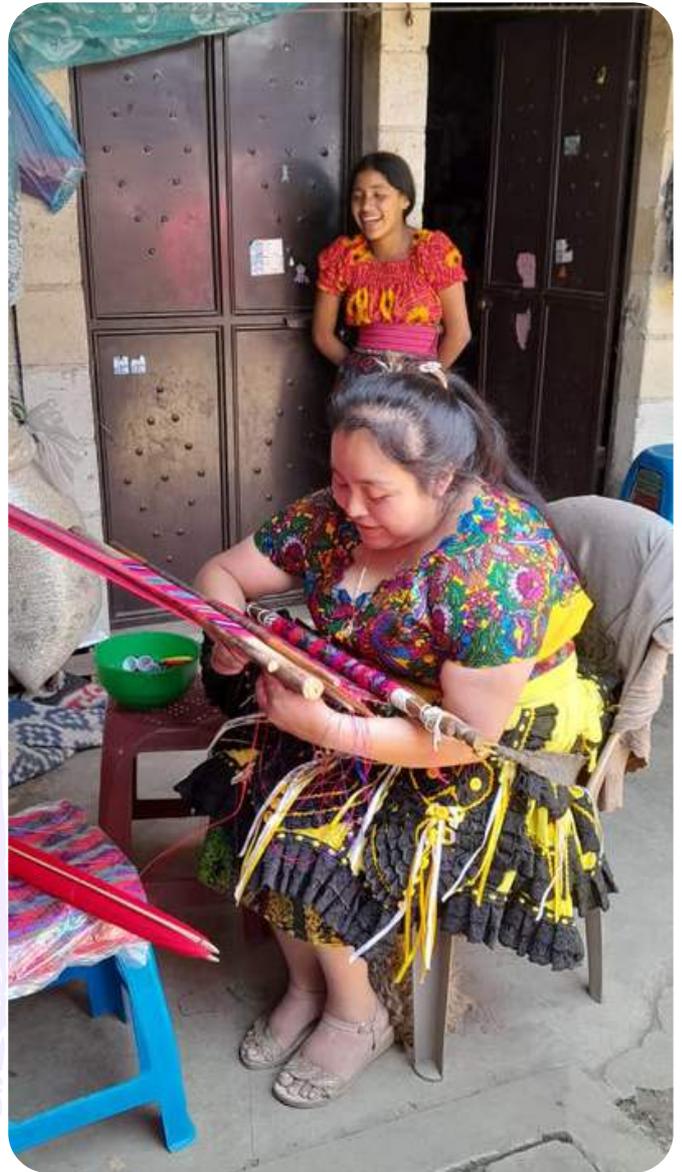
## PROGETTO 1

**Potenziamento delle donne Maya Kakchiqueles****Santa Maria di Gesù, Sacatepéquez, Guatemala**

Costo del progetto: € 20.000,00

“

Santa María de Jesús è una comunità che conserva la sua lingua nativa e i suoi costumi tradizionali. L'identità degli abitanti è al 99,5% Maya Kaqchikel. Le donne indigene guatemalteche sono considerate portatrici della memoria storica e culturale perché oggi, in Guatemala, sono soprattutto le donne a tessere ed indossare abiti tradizionali ricamati sul telaio a cinghia. La produzione tessile Maya, insieme all'agricoltura, costituisce uno dei principali pilastri dell'economia delle comunità e un'importante fonte di occupazione per le donne. Il gruppo di tessitrici femminili "Aj Piecha" di Santa María de Jesús difende la propria antica arte della tessitura dal plagio, dal fast fashion e dalla perdita d'uso degli abiti Maya. Questo progetto mira a rafforzare le donne guatemalteche e a salvaguardare la loro identità e il loro status socioeconomico, fornendo materiali per la produzione dei loro tessuti ed organizzando corsi, workshop ed eventi sulla loro arte ancestrale, cultura e significato storico.



**Salvaguardare l'identità culturale e promuovere lo status socioeconomico**

**Sostenere l'arte ancestrale della tessitura**

## PROGETTO 2

### Migliorare l'accesso all'istruzione per le donne rurali

#### Nazat, Bengala Occidentale, India

Costo del progetto: € 20.000,00

Questo progetto mira a contribuire a spezzare la catena della povertà estrema attraverso l'istruzione, la sensibilizzazione e l'emancipazione delle donne affinché possano guadagnarsi da vivere autonomamente e raggiungere una vita dignitosa. Le donne dell'area di Nazat, come molte altre nel Bengala Occidentale, hanno un accesso limitato all'istruzione e in molti casi non hanno altri mezzi per guadagnarsi da vivere.



**Programma di alfabetizzazione degli adulti e di sensibilizzazione sui diritti delle donne**

Per le donne delle zone rurali è molto difficile trovare un impiego retribuito, poiché non sono qualificate e/o devono principalmente dedicarsi alle faccende domestiche. Questo progetto mira a rafforzare 200 donne di Nazat offrendo loro un programma di alfabetizzazione per adulti e mettendo in pratica iniziative per sensibilizzarle sui loro diritti, garantiti dal governo indiano.

## PROGETTO 3

### Migliorare le condizioni di vita e di lavoro delle donne rurali di Kingandu

Kingandu, Provincia di Kwilu, Repubblica Democratica del Congo

Costo del progetto: € 20.000,00



Questo progetto sarà realizzato a Kingandu, un villaggio rurale situato 650 km a sud-ovest della capitale Kinshasa. La popolazione vive principalmente di agricoltura, pesca, allevamento e piccole attività commerciali. Le donne di Kingandu, responsabili della raccolta di prodotti agricoli, hanno difficoltà a lavorare miglio, mais e manioca poiché dedicano molto tempo ed energie alla macinazione tradizionale dei cereali. La quantità da macinare può superare i 50 kg al giorno che corrisponde a diverse ore di duro lavoro al giorno per un singolo pasto (il fufu è l'alimento base della cena). Questa situazione impedisce alle donne di occuparsi di più delle loro famiglie, e di impegnarsi in altre attività che potrebbero generare un reddito che le renda autosufficienti. Con questo progetto verranno forniti dei mulini per la macinazione dei cereali con l'obiettivo di aiutare le donne di Kingandu a migliorare le proprie competenze, a ridurre lo sforzo necessario per svolgere questo compito e a migliorare le loro condizioni di vita.

Promuovere la sicurezza alimentare della comunità locale!



Le donazioni possono essere inviate alla Procura Generale delle Missioni tramite i seguenti canali:

- **PayPal o carta di credito/debito:**

<https://www.paypal.com/ncp/payment/U2QVYSXF6ZSH8>



- **FUNDUS EUR/USD della Procura Generale delle Missioni**
- **Bonifico bancario intestato a PROCLADE Internazionale Onlus:**  
IBAN: IT 73 G 02008 05170 000101556451  
BIC/SWIFT: UNCRITM1113

Ricorda di menzionare la **Giornata Missionaria Claretiana 2025** nella causale del pagamento.

La Procura generale di Misiones calcola l'importo totale dei fondi raccolti in base al denaro ricevuto nell'anno corrispondente all'evento. L'elenco di tutte le donazioni ricevute viene pubblicato all'inizio dell'anno seguente.

**Scarica il codice QR da condividere  
con altre persone!**



## 3 COME UTILIZZARE IL MANUALE DELLE RISORSE

La **Giornata della Missione Clarettiana** è un'opportunità per rafforzare l'impegno evangelizzatore nei diversi contesti ecclesiali e sociali. **Questo manuale** non si limita solo ad **offrire risorse**, ma cerca anche di **ispirare azioni concrete** che riflettano il ruolo fondamentale delle donne come agenti di evangelizzazione e di empowerment.

Affinché il suo impatto sia significativo, è essenziale adattarne il contenuto alle diverse realtà della vita pastorale. Dalle **comunità religiose** alle **parrocchie**, dalle **scuole** ai gruppi di **volontariato**, ogni spazio ha l'opportunità di arricchire questa giornata attraverso **esperienze formative, celebrative e di riflessione**.

Di seguito sono riportate proposte specifiche per l'implementazione del manuale in diversi contesti, assicurando che ogni attività contribuisca a rendere **visibile, riconoscere e rafforzare la leadership femminile** nella Chiesa e nella società.

### NELLE COMUNITÀ RELIGIOSE

Organizza una giornata di riflessione con Lectio Divina e la visione di un documentario.  
Inserisci nella preghiera comunitaria le intenzioni proposte nella sezione 'Liturgia'.  
Promuovi uno spazio di dialogo su come migliorare la leadership femminile nell'evangelizzazione.

### NELLE PARROCCHIE

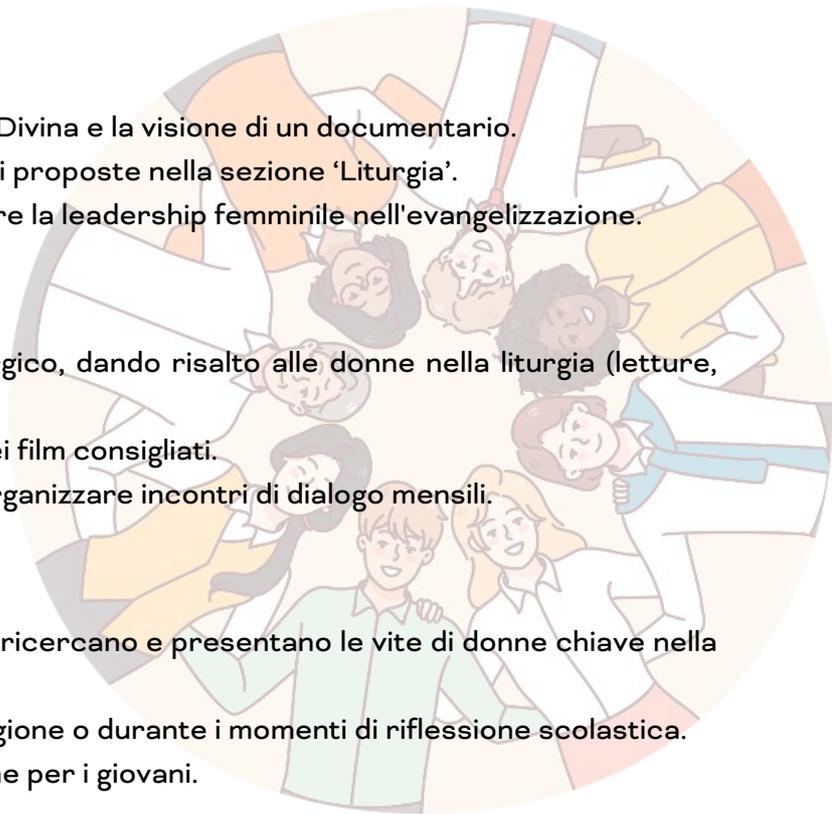
Celebra una messa speciale con materiale liturgico, dando risalto alle donne nella liturgia (letture, ammonizioni, testimonianze).  
Organizza un cineforum parrocchiale con uno dei film consigliati.  
Crea un gruppo di lettura con i libri suggeriti e organizzare incontri di dialogo mensili.

### NELLE SCUOLE E NEI CENTRI EDUCATIVI

Conduci un'attività pedagogica in cui gli studenti ricercano e presentano le vite di donne chiave nella storia della Chiesa e della missione.  
Utilizza i canti consigliati durante le lezioni di religione o durante i momenti di riflessione scolastica.  
Inserisci documentari nelle sessioni di formazione per i giovani.

### NEI GRUPPI DI VOLONTARIATO E JPIC (GIUSTIZIA, PACE E INTEGRITA' DELLA CREAZIONE)

Organizza una riflessione su come la giustizia sociale e l'emancipazione femminile siano correlate all'evangelizzazione.  
Organizza una giornata di iniziative basate sulle proposte contenute nel manuale.  
Utilizza la Lectio Divina come spazio di discernimento sul ruolo delle donne nell'impegno sociale e missionario.



## COME METTERE IN PRATICA IL MANUALE NELLA CELEBRAZIONE DELLA GIORNATA DELLA MISSIONE CLARETTIANA

### **Prima della Giornata della Missione Clarettiana:**

Rivedi il contenuto e seleziona le risorse più appropriate per la comunità.  
Assegna compiti a diversi gruppi: liturgia, organizzazione delle attività, comunicazione.  
Prepara materiali e spazi per le attività proposte.

### **Durante la Giornata della Missione Clarettiana:**

Segui la struttura suggerita o adattare il contenuto alle esigenze locali.  
Incoraggia la partecipazione attiva a celebrazioni, forum e riflessioni.  
Utilizza risorse audio-visuali e testimonianze per ispirare e incoraggiare l'impegno missionario.

### **Dopo la Giornata della Missione Clarettiana:**

Valuta l'esperienza con i partecipanti.  
Rifletti sulle lezioni apprese e sulle sfide per la missione clarettiana.  
Condividi testimonianze e buone pratiche con altre comunità.

### **Raccomandazioni finali:**

Adatta il contenuto: ogni contesto pastorale è diverso, quindi il materiale può essere adattato alle esigenze locali.  
Incoraggia la creatività: incoraggia le persone a integrare il manuale con le proprie iniziative.  
Promuovi la continuità: la Giornata della Missione Clarettiana dovrebbe essere uno stimolo per rafforzare l'impegno missionario durante tutto l'anno.

**Questo manuale è uno strumento vivo per approfondire il nostro impegno nell'evangelizzazione, concentrandoci sulla giustizia e sull'inclusione.**

**Possa il suo utilizzo contribuire a rinnovare lo zelo missionario in ogni comunità e a rendere presente il Regno di Dio nel mondo.**

**Buona Giornata della Missione Clarettiana!**



PARTE II  
RISORSE

# 1 MATERIALE PROMOZIONALE



**DONNE : AGENTI DI EVANGELIZZAZIONE ED EMPOWERMENT**

*"D'ora in poi tutte le generazioni mi chiameranno beata"*



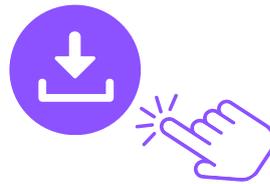
**GIORNATA DELLA MISSIONE CLARETTIANA APRILE 27 2025**

**DONA**



PROCLADE MISSIONARIES CLARETTIAN MISSIONARIES VISITA [www.somicm.org](http://www.somicm.org)

Scarica il poster per la Giornata della Missione Claretiana 2025



PROGETTO 1 PER LA GIORNATA DELLA MISSIONE CLARETTIANA 2025

**POTENZIAMENTO DELLE DONNE MAYA KAKHIQUELES**  
Santa Maria de Jesús, Sacatepequez, GUATEMALA

Salvaguardando la loro identità culturale e condizione socio-economica



**COSTO DEL PROGETTO € 20.000**  
Lavoristi a noi per potenziare le donne indigene!

**DONA**



PER MAGGIORI INFORMAZIONI VISITA [www.somicm.org](http://www.somicm.org)

**DONNE EVANGELIZZAZIONE ED EMPOWERMENT** **27 APRILE GIORNATA DELLA MISSIONE CLARETTIANA 2025**

PROGETTO 2 PER LA GIORNATA DELLA MISSIONE CLARETTIANA 2025

**MIGLIORARE L'ACCESSO ALL'ISTRUZIONE PER LE DONNE RURALI**  
Nazat, Bengala Occidentale, INDIA

Attraverso un programma di alfabetizzazione per adulti



**COSTO DEL PROGETTO € 20.000**  
Lavoristi a noi per potenziare le donne!

**DONA**



PER MAGGIORI INFORMAZIONI VISITA [www.somicm.org](http://www.somicm.org)

**DONNE EVANGELIZZAZIONE ED EMPOWERMENT** **27 APRILE GIORNATA DELLA MISSIONE CLARETTIANA 2025**

PROGETTO 3 PER LA GIORNATA DELLA MISSIONE CLARETTIANA 2025

**MIGLIORARE LE CONDIZIONI DI VITA E DI LAVORO DELLE DONNE RURALI DI KINGANDU**  
Provincia di Kwilu, REPUBBLICA DEMOCRATICA DEL CONGO

Fornendo mulini per la loro autosufficienza economica



**COSTO DEL PROGETTO € 20.000**  
Lavoristi a noi per potenziare le donne!

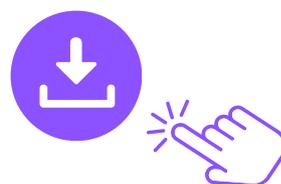
**DONA**



PER MAGGIORI INFORMAZIONI VISITA [www.somicm.org](http://www.somicm.org)

**DONNE EVANGELIZZAZIONE ED EMPOWERMENT** **27 APRILE GIORNATA DELLA MISSIONE CLARETTIANA 2025**

Scarica i volantini dei tre progetti





## Eucarestia:

Di seguito offriamo un suggerimento per celebrare l'Eucaristia.

### Monizione all'inizio della S. Messa

Fratelli e sorelle in Cristo, oggi ci riuniamo per celebrare l'Eucaristia con cuori grati per la presenza e la testimonianza di tante donne che, nel corso della storia, sono state agenti di evangelizzazione e di emancipazione. Dalle pagine della Scrittura fino ai giorni nostri, Dio ha affidato grandi missioni a donne coraggiose e fedeli. In questa celebrazione, chiediamo che la Chiesa e la società riconoscano, valorizzino e promuovano il ruolo fondamentale delle donne nella costruzione del Regno di Dio.

### Colletta

Dio della vita e della giustizia, Tu che hai chiamato sant'Antonio Maria Claret ad annunciare il Vangelo con passione e tenerezza, accendi in noi lo stesso fuoco del tuo amore.

Che la nostra missione rifletta il tuo volto materno, ascolti il grido della gente e renda visibile la dignità di coloro che sono stati ridotti al silenzio.

### Atto Penitenziale

Per le volte in cui abbiamo ignorato o minimizzato il contributo delle donne nella storia della salvezza.

**Signore, abbi pietà.**

A causa delle strutture che hanno relegato le donne a un ruolo secondario e a causa della nostra mancanza di impegno nel cambiare questa realtà. **Cristo, abbi pietà.**

Per non aver ascoltato e sostenuto le donne che oggi continuano a lottare per la giustizia e la dignità.

**Signore, abbi pietà.**

### Liturgia della Parola

Prima Lettura: **Rut 1, 15-18**

Rut sceglie di rimanere fedele e di confidare in Dio, essendo modello di amore e dedizione.

Salmo responsoriale: **Salmo 46**

“Dio è nel mezzo della sua città; Dio la sostiene all'aurora”.

Seconda Lettura: **Galati 3, 26-28**

In Cristo non c'è distinzione tra uomo e donna, tutti sono una cosa sola in Lui.

Vangelo: **Luca 10,38-42**

Marta e Maria ci insegnano l'importanza del servizio e dell'ascolto nella missione cristiana.



## Preghiera dei fedeli

- Per la Chiesa, affinché sia una comunità in cui le donne siano riconosciute e valorizzate in tutti gli ambiti della vita ecclesiale. Preghiamo il Signore.
- Per le donne che subiscono discriminazioni, violenze o emarginazioni, affinché possano trovare sostegno e riavere la loro dignità. Preghiamo il Signore.
- Per le donne che lavorano nell'evangelizzazione, nell'educazione e nella promozione umana, affinché Dio rafforzi la loro missione e le riempia della sua grazia. Preghiamo il Signore.
- Per gli uomini e le donne che ricoprono responsabilità di leadership nella Chiesa e nella società, affinché promuovano la partecipazione paritaria delle donne. Preghiamo il Signore.
- Per tutte le comunità cristiane, perché siano spazi di inclusione, rispetto e collaborazione tra uomini e donne nella missione del Regno. Preghiamo il Signore.

## Preghiera sulle offerte

Ricevi, Signore, questi doni che ti presentiamo oggi, segno del nostro impegno per l'uguaglianza, la giustizia e la dignità di tutte le persone. Possa questa offerta aiutarci a costruire una Chiesa in cui uomini e donne camminino insieme nella fede e nel servizio. Per mezzo di Cristo nostro Signore. Amen.

## Preghiera dopo la Comunione

Signore, nutriti dalla tua Parola e dal tuo Corpo, ti chiediamo di donarci il coraggio delle donne della Scrittura, la fede di Maria Maddalena, la fermezza di Rut e l'audacia di Ester. Possa la nostra Chiesa essere un riflesso del tuo Regno, dove la dignità di ogni persona è rispettata e promossa. Per mezzo di Cristo nostro Signore. Amen.

## Benedizione finale

Il celebrante può concludere con una benedizione speciale:

"Dio, che chiama ogni persona alla pienezza della sua vocazione, ci benedica e ci renda testimoni del suo amore senza eccezioni. Nel nome del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo. Amen."


**MARIA MADDALENA - LA PRIMA TESTIMONE DELLA RISURREZIONE (GIOVANNI 20, 11-18)**

**1. Lettura (Cosa dice il testo?)**

Maria Maddalena, una donna che aveva seguito Gesù e assistito alla sua morte, è in piedi e piange davanti alla tomba vuota. Nel pieno del suo dolore, vede due angeli e poi Gesù, anche se all'inizio non lo riconosce. Gesù la chiama per nome e in quel momento Maria lo riconosce come il suo Maestro. Gesù le affida una missione: «Va' e annuncia questo ai miei fratelli», facendo di lei la prima testimone della Risurrezione.

**2. Meditazione (Cosa mi dice Dio attraverso il testo?)**

Contesto delle donne nel I secolo:

Nella società ebraica del primo secolo, la testimonianza di una donna non aveva alcun valore legale e il suo ruolo era limitato alla sfera domestica. Tuttavia, Gesù rompe con questa tradizione scegliendo una donna come prima testimone della sua vittoria sulla morte. Maria Maddalena non solo è onorata di questa rivelazione, ma riceve anche una missione: annunciare il Vangelo ai discepoli.

Dio guarda in modo diverso:

Gesù non segue le norme sociali del suo tempo. Mentre la cultura del primo secolo considerava le donne secondarie, Dio le chiama per nome e affida loro compiti fondamentali. Maria Maddalena viene inviata come "apostola degli apostoli", dimostrando che la Buona Novella non ha restrizioni di genere. Dio sceglie chi vuole, senza pregiudizi umani.

**Mi identifico con Maria Maddalena nella sua ricerca di Gesù?**

**Come rispondo quando Dio mi chiama ad annunciare il suo messaggio?**

**Contesto attuale: le donne occupano ancora posizioni secondarie?**

Sebbene oggi si siano registrati progressi in termini di parità di genere, in molti ambiti le donne incontrano ancora barriere e restano relegate a un ruolo secondario. Nella Chiesa, nella società, nel lavoro e nella famiglia persistono norme e tradizioni che limitano il loro ruolo. Gesù ci invita a chiederci:

**Stiamo perpetuando strutture che emarginano le donne nelle nostre comunità?**

**Quali cambiamenti possiamo promuovere affinché la voce delle donne venga ascoltata e valorizzata?**

**3. Preghiera (Rispondere a Dio nel cuore)**

Signore Gesù, come hai chiamato per nome Maria Maddalena, chiama anche me a riconoscere la tua presenza nella mia vita. Insegnami ad ascoltarti e a rispondere con gioia alla missione che mi affidi. Che anche tu, come Maria, possa avere il coraggio di proclamare il tuo amore senza paura né barriere. Amen.

**4. Contemplazione (Impegno a vivere ciò che si è appreso)**

Oggi, come Maria Maddalena, voglio essere testimone della Risurrezione nel mio ambiente sociale. Cercherò di riconoscere la presenza di Dio nella vita di tutti i giorni e di condividere un messaggio di speranza con chi mi circonda.

**Azione concreta: a chi posso portare oggi un messaggio di fede e speranza?**



## LA SAMARITANA - TESTIMONE DELL'INCONTRO CON CRISTO (GV 4,1-30)



### 1. Lettura (Cosa dice il testo?)

Gesù, stanco del viaggio, siede presso il pozzo di Giacobbe in Samaria. Una donna samaritana si avvicina per attingere acqua e Gesù le chiede da bere. Nel dialogo che segue, Gesù rivela la sua conoscenza della sua vita e le offre “acqua viva” che placa la sua sete eterna. La donna, trasformata da questo incontro, lascia la sua giara e corre ad annunciare al suo popolo: “Venite a vedere un uomo che mi ha detto tutto quello che ho fatto. Non potrebbe essere il Messia?”

### 2. Meditazione (Cosa mi dice Dio attraverso il testo?)

Contesto delle donne nel I secolo:

Nella società del primo secolo le donne erano soggette a regole severe e i samaritani erano considerati impuri dagli ebrei. Inoltre, una donna con la storia della Samaritana era ancora più emarginata. Ma Gesù abbatte queste barriere: le parla in pubblico, le rivela la sua identità messianica e la trasforma in evangelizzatrice del suo popolo.

Dio guarda in modo diverso:

Gesù non esclude nessuno e dimostra che il suo messaggio è universale. La donna samaritana passa dall'essere una donna rifiutata a una messaggera del Vangelo. La sua storia ci ricorda che Dio ci incontra nelle nostre realtà più difficili e ci trasforma per farci testimoni del suo amore.

**Quali anfore dovrei lasciare per seguire Cristo?**

**Come posso testimoniare il mio incontro con Gesù nel mio ambiente?**

**Contesto attuale: le donne sono ancora escluse?**

Oggi molte donne subiscono l'emarginazione a causa del loro passato, del loro status sociale o delle loro origini. Ci sono persone che non vengono ascoltate o apprezzate. Gesù ci sfida a riconoscere la sua dignità e a lasciare che la sua voce risuoni.

**Sono disposto/a ad ascoltare e dare valore alle voci delle donne nella mia comunità?**

**Quali strutture devo cambiare per ottenere maggiore inclusione e giustizia?**

### 3. Preghiera (Rispondere a Dio nel cuore)

Signore Gesù, dammi il coraggio di tendere la mano agli altri come hai fatto con la donna samaritana. Che io possa ascoltare, accettare e proclamare il tuo messaggio senza pregiudizi o barriere. Amen.

### 4. Contemplazione (Impegno a vivere ciò che si è appreso)

Oggi, come la donna samaritana, voglio condividere la mia esperienza di fede. Farò un gesto concreto per incoraggiare qualcuno ad avvicinarsi a Dio.

**Azione concreta: chi posso invitare a vivere un incontro trasformativo con Gesù?**



## MARTA E MARIA - COMPLEMENTARITÀ NELLA MISSIONE (LC 10,38-42)



### 1. Lettura (Cosa dice il testo?)

Gesù visita la casa di Marta e Maria. Mentre Marta è impegnata nelle sue faccende, Maria siede ai piedi di Gesù per ascoltare il suo insegnamento. Marta si lamenta perché la sorella non l'aiuta, ma Gesù le risponde: "Marta, Marta, tu ti preoccupi e ti agiti per molte cose, ma una sola è la cosa di cui c'è bisogno. Maria ha scelto la parte migliore, che non le sarà tolta".

### 2. Meditazione (Cosa mi dice Dio attraverso il testo?) Contesto delle donne nel I secolo:

Tradizionalmente le donne erano responsabili della casa e dei servizi. In questo contesto, ciò che Maria fa è sorprendente: si siede ai piedi di Gesù come una discepola, cosa riservata agli uomini. Marta, d'altro canto, incarna il ruolo atteso della donna nella sua epoca.

Dio guarda in modo diverso:

Gesù non squalifica il servizio di Marta, ma le mostra che c'è qualcosa di più importante: l'ascolto della Parola come luogo dignitoso. Nella vita cristiana, possiamo cadere nella tentazione di fare sempre ciò che pensiamo ci si aspetti da noi e smettere di ascoltare la voce profetica e liberatrice di Dio.

**Nella mia vita di fede assomiglio di più a Marta o a Maria?**

**Contesto attuale: come valutiamo la missione delle donne oggi?**

Ancora oggi, molte donne sono viste solo in ruoli di servizio e le loro capacità di leadership e formazione non vengono riconosciute. Gesù ci sfida a valorizzare entrambe le dimensioni: l'azione e la formazione spirituale.

**Riconosciamo il valore dell'insegnamento e della riflessione nella missione delle donne?**

**Come possiamo creare spazi in cui le donne possano apprendere e condividere la Parola di Dio?**

### 3. Preghiera (Rispondere a Dio nel cuore)

Signore Gesù, aiutami a trovare l'equilibrio tra azione e contemplazione nella mia vita. Che io possa servirti con amore, ma anche sedermi ai tuoi piedi per imparare da te. Amen.

### 4. Contemplazione (Impegno a vivere ciò che si è appreso)

Oggi, come Maria, voglio dedicare del tempo all'ascolto di Dio e, come Marta, voglio servire con amore. Troverò un momento per meditare sulla Parola e uno spazio per aiutare qualcuno nel bisogno.

**Azione concreta: come posso trovare il giusto equilibrio tra l'ascolto di Dio e il servizio agli altri?**



## PREGHIERA CON IL MAGNIFICAT

**Lettura del Santo Vangelo secondo Luca (1,39-56):**

*In quei giorni Maria si mise in viaggio verso la montagna e raggiunse in fretta una città di Giuda. Entrata nella casa di Zaccaria, salutò Elisabetta. Appena Elisabetta ebbe udito il saluto di Maria, il bambino le sussultò nel grembo. Elisabetta fu piena di Spirito Santo ed esclamò a gran voce: «Benedetta tu fra le donne e benedetto il frutto del tuo grembo! A che debbo che la madre del mio Signore venga a me? Ecco, appena la voce del tuo saluto è giunta ai miei orecchi, il bambino ha esultato di gioia nel mio grembo. E beata colei che ha creduto nell'adempimento delle parole del Signore».*

*Allora Maria disse: «L'anima mia magnifica il Signore e il mio spirito esulta in Dio, mio salvatore, perché ha guardato l'umiltà della sua serva. D'ora in poi tutte le generazioni mi chiameranno beata. Grandi cose ha fatto in me l'Onnipotente e Santo è il suo nome: di generazione in generazione la sua misericordia si stende su quelli che lo temono. Ha spiegato la potenza del suo braccio, ha disperso i superbi nei pensieri del loro cuore; ha rovesciato i potenti dai troni, ha innalzato gli umili; ha ricolmato di beni gli affamati, ha rimandato a mani vuote i ricchi. Ha soccorso Israele, suo servo, ricordandosi della sua misericordia, come aveva promesso ai nostri padri, ad Abramo e alla sua discendenza, per sempre». Maria rimase con lei circa tre mesi, poi tornò a casa sua.*



L'evangelista ci dice che "Maria si alzò e andò in fretta" da Elisabetta: in fretta, non con ansia, ma rapidamente, in pace. "Si alzò": un gesto pieno di preoccupazione. Avrebbe potuto restare a casa per preparare la nascita del suo bambino; Lei, invece, si preoccupa degli altri prima di sé stessa, dimostrando, di fatto, di essere già discepolo del Signore che porta nel grembo. L'evento della nascita di Gesù iniziò così, con un semplice gesto di carità; Inoltre, la vera carità è sempre frutto dell'amore di Dio.

La gioia di Maria nel Magnificat è contagiosa, vivificante e feconda. È una gioia che fa sussultare la creatura nel grembo di Elisabetta: la vita nasce dove prima c'era solo sterilità. Chi di noi non vive qualche aspetto della propria vita o di quella delle persone a noi vicine in pura aridità e sterilità? Chi di noi non ha qualcosa o qualcuno che ci preoccupa enormemente e che ci fa sentire che non saremo in grado di generare vita e gioia per nulla? Questa era la situazione di Isabel. Questa è la situazione che Maria visita, benedice, accompagna e canta. Questa Donna Immacolata ha poco a che vedere con le immagini di un'umiltà sottomessa, assorta in se stessa e nel Figlio del suo grembo. Maria, nel Vangelo non è così. La donna che Dio esalta nel Vangelo non è così.

Che questa sia anche una bella giornata per contemplare, nell'abbraccio di queste due sante donne, la chiamata di Dio a far risplendere la vita di gioia in tutti i luoghi e le persone che visitiamo.



## LUCA 13,10-17

### 1. PREGHIERA DI APERTURA

Signore, tu hai creato l'umanità nella differenza e nella pluralità dei sessi. Negando l'uguaglianza delle nostre componenti femminile e maschile, rimaniamo privi di completezza. Ciò infligge violenza a una parte di noi stessi e rimaniamo incompleti. In questa Giornata, invia su di noi il tuo Spirito affinché possiamo prendere decisioni volte a promuovere l'equità e l'uguaglianza di genere come persone, come esseri umani, come tue figlie e tuoi figli. Amen.

### 2. RIFLESSIONE INIZIALE: DOVE SONO TUA SORELLA E TUA MADRE?

Il primo giudizio di Dio ci viene rivelato quando nostro fratello maggiore Caino fu chiamato da Dio e gli chiese: "Dov'è tuo fratello Abele?" Lui rispose che non lo sapeva e chiese addirittura a Dio se fosse lui a prendersi cura di suo fratello. Ora, chiamandoci davanti al tribunale, Dio ci chiede: "Dov'è tua sorella? Dov'è tua madre?" Quale risposta possiamo dare a Dio per l'invisibilità delle nostre sorelle e madri nella nostra società e nella Chiesa?

Ci pone di fronte alla questione delle vittime, alla brutalità della violenza, evidenziando il rifiuto dell'amore, del rispetto e della cura. In questa domanda facciamo eco al grido spesso muto, silenzioso, sommesso e pressante di tante donne, vittime di violenza, i cui diritti vengono negati. Un grido che dobbiamo ascoltare, accogliere e abbracciare, affinché la loro dignità sia riconosciuta e si possano costruire relazioni basate sull'uguaglianza.

Il rapporto del Consiglio per i diritti umani delle Nazioni Unite del 6 marzo 2008 rileva che, anche a più di 60 anni dalla fondazione dell'ONU e della Carta sulla parità dei diritti tra uomini e donne, metà della popolazione, in particolare le donne, continua a subire discriminazioni sanzionate e tollerate dallo Stato. Questo rapporto delle Nazioni Unite riflette la realtà. Attualmente, le donne lavorano due terzi delle ore lavorative mondiali, ma guadagnano solo il 10% del reddito globale. Di fatto, possiedono meno dell'1% delle proprietà mondiali. Sul posto di lavoro, 1 donna su 4 denuncia molestie sessuali e avances indesiderate.

Ad esempio, in Libano, le donne non possono chiedere il divorzio in caso di violenza fisica, a meno che non ci sia un testimone oculare che deponga a loro favore. Nei paesi del Medio Oriente e in India continuano a essere perpetrati contro le donne i cosiddetti "delitti d'onore". In Arabia Saudita alle donne è vietato guidare. Allo stato attuale dei progressi, la parità di genere non sarà raggiunta prima del 2186.

Quando più della metà dell'umanità (composta da donne) non viene redenta, si può dire che la società vive in schiavitù. Non dobbiamo aspettare il 2186 per vedere l'uguaglianza. Il tema della Giornata internazionale della donna del 2017 #BeBoldForChange ha già espresso l'urgenza di agire. Un invito ad agire con coraggio per creare un mondo più inclusivo.

### 3. VANGELO: Luca 13:10-17

*In quel tempo, Gesù stava insegnando in una sinagoga in giorno di sabato. C'era là una donna che uno spirito teneva inferma da diciotto anni; era curva e non riusciva in alcun modo a stare diritta. Gesù la vide, la chiamò a sé e le disse:*

*— Donna, sei liberata dalla tua malattia.*

*Impose le mani su di lei e subito quella si raddrizzò e glorificava Dio. Ma il capo della sinagoga, sdegnato perché Gesù aveva operato quella guarigione di sabato, prese la parola e disse alla folla:*

*— Ci sono sei giorni in cui si deve lavorare; in quelli dunque venite a farvi guarire e non in giorno di sabato.*

*Il Signore gli replicò:*

*— Ipocriti, non è forse vero che, di sabato, ciascuno di voi slega il suo bue o l'asino dalla mangiatoia, per condurlo ad abbeverarsi? E questa figlia di Abramo, che Satana ha tenuto prigioniera per ben diciotto anni, non doveva essere liberata da questo legame nel giorno di sabato?*

*Quando egli diceva queste cose, tutti i suoi avversari si vergognavano, mentre la folla intera esultava per tutte le meraviglie da lui compiute.*



### 4. COMMENTO AL VANGELO

Gesù incontra le donne curve e senza nome. Questa immagine esprime la condizione di milioni di donne che oggi non riescono ad alzarsi. Come questa donna, le nostre sorelle vengono ridotte al silenzio e rese invisibili per molto tempo. Le nostre sorelle sono torturate dai demoni del sessismo, della violenza strutturale, della prostituzione, della fame, delle disuguaglianze di opportunità, dei lunghi orari di lavoro, delle molteplici responsabilità familiari, del senso di colpa, dell'ansia, della subordinazione, della dipendenza economica, della passività, dell'inferiorità e della negazione dell'autostima.

Non esiste una violenza minore o insignificante, poiché tutte fanno parte della stessa perversa catena. Uso sessista del linguaggio, battute a sfondo sessuale sulle donne, gelosia, controllo sui partner, mancanza di responsabilità nell'assistenza o nei lavori domestici, silenzio come forma di manipolazione, intimidazione, diniego e sminuimento, ricatto emotivo, controllo economico, paternalismo...

Come cristiani, siamo chiamati a promuovere un cambiamento culturale all'interno della nostra Chiesa, nella sua struttura, nei suoi insegnamenti e nelle sue pratiche. Rivedere le concezioni tradizionali della donna legate ai valori di sottomissione. Riconoscere la loro esclusione dagli ambiti decisionali e incoraggiare la loro partecipazione. In molti brani del Vangelo possiamo scoprire come Gesù trasgredì le norme del suo tempo nel suo rapporto con le donne, come le riconobbe, denunciò la loro sofferenza e le propose come modelli di fede. Gesù si è sempre circondato di donne, liberandole da tutti i tabù e i pregiudizi che le opprimevano, perfino dalla morte. E furono proprio le donne ad accompagnarlo nei suoi ultimi momenti.

# LE DONNE NELLA STORIA DELLA SALVEZZA



In una società in cui la maternità era il valore principale delle donne, la sterilità di Sara la poneva in una situazione di vulnerabilità e disprezzo. La sua storia non è solo quella di una donna che attende passivamente il compimento della promessa divina, ma quella di qualcuno che osa agire, cercando alternative nel suo contesto, anche se ciò significa prendere decisioni difficili, come quella di consegnare Agar ad Abramo (Genesi 16).



SARA

Miriam rompe gli schemi dall'inizio alla fine. È una donna che salva vite, che canta la libertà, che sfida l'autorità ed è riconosciuta come una delle grandi leader di Israele. La sua storia ci ricorda che le donne sono state protagoniste della storia della salvezza, anche se la tradizione le ha spesso messe a tacere.



MIRIAM

Giaele è una delle figure più sorprendenti e sconvolgenti della Bibbia. La sua storia, narrata in Giudici 4 e 5, la presenta come una donna che, con astuzia e coraggio, sconfigge il generale cananeo Sisera, un potente nemico che aveva sottomesso il popolo d'Israele. Per secoli il suo ruolo è stato interpretato in modi diversi, a volte minimizzato, a volte romanticizzato. Tuttavia, Giaele è simbolo di resilienza, intelligenza e potere femminile in un mondo dominato dalla guerra e dal patriarcato.



GIAELE

Debora infrange tutte le regole. È giudice, profetessa, stratega, poetessa e capo militare. La sua storia rivendica il diritto delle donne a essere protagoniste nella costruzione della storia e della fede. Non chiese il permesso per guidare. Si è fatta avanti, ha parlato e ha cambiato la storia.

La sua figura rimane fonte di ispirazione per tutte le donne che si battono per il riconoscimento della loro leadership, sia all'interno che all'esterno della Chiesa.



DEBORA



La storia di Ester è una delle narrazioni più potenti della Bibbia su come una donna sfida il destino e usa la sua intelligenza per salvare il suo popolo. Sebbene sia stata spesso considerata un esempio di bellezza e obbedienza, una lettura femminista ci permette di vedere che Ester non è una regina passiva, ma una stratega che usa il potere per ottenere giustizia.



## ESTER



## GIUDITTA

Raccontata nel Libro di Giuditta, la sua storia sfida tutte le aspettative sul ruolo delle donne nella guerra, nella fede e nel potere. In un mondo in cui gli uomini dominavano il campo di battaglia, Judith dimostra che l'intelligenza, l'astuzia e il coraggio possono essere armi ancora più letali di una spada.

La sua storia non è solo quella di una madre, ma quella di una donna che ha osato dire "sì" a un Dio che abbatte le strutture e libera i poveri.

Ella non fu un ornamento nella storia della salvezza; Era il suo cuore e la sua forza.



## MARIA



## LA DONNA SIROFENICIA

In un incontro breve ma profondo, una donna straniera, pagana ed emarginata riesce a sfidare Gesù, a cambiare la sua prospettiva e a ottenere la guarigione di sua figlia. Da una prospettiva femminista, la sua storia è quella di una donna che si rifiuta di accettare un "no" come risposta, che abbatte le barriere di genere, etnia e religione e la cui perseveranza cambia le dinamiche della salvezza nel Vangelo.

**Scopri di più sulle donne nella storia della salvezza!**



## 5

# ALTRE DONNE ISPIRATRICI NELLA STORIA

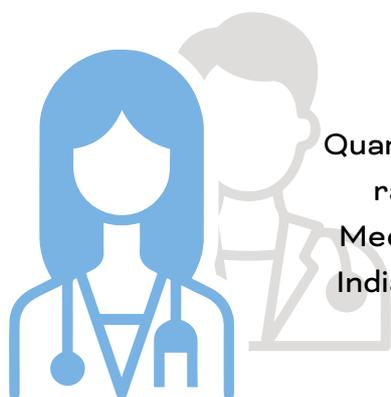


## **ADA Lovelace, matematica inglese 1815-1852**

Ada non era solo una grande matematica. È anche considerata la prima programmatrice informatica della storia. Studiò matematica e logica e, con il sostegno della madre, dimostrò di essere una mente brillante.

## **SOJOURNER Truth, abolizionista afroamericana, 1797-1883**

La vita di Sojourner fu molto dura: sia lei che i suoi figli furono venduti come schiavi più volte. Sojourner ha avuto il coraggio di denunciare una persona che aveva venduto illegalmente suo figlio di 5 anni. Riuscì a vincere, dando speranza a molti altri. Iniziò a visitare il suo Paese, raccontando la sua storia e lottando per i diritti delle donne e per l'abolizione della schiavitù.



## **ANANDIBAI Joshi, medico indiano 1865-1887**

Quando nacque Anandibai, in India non c'erano donne medico e poche ragazze andavano a scuola. Anandibai si è laureata al Women's Medical College of Pennsylvania all'età di 20 anni, per poi tornare in India. Ha aperto la strada a una nuova generazione di donne indiane.

## **Kate Sheppard, leader del movimento neozelandese per il suffragio femminile, 1847-1934**

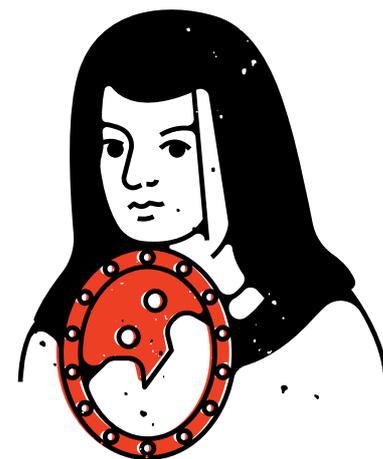
Pedalò per tutta la città di Christchurch, promuovendo la necessità del voto per le donne e portò con successo la sua petizione al Parlamento. Grazie a Kate, la Nuova Zelanda è diventato il primo paese al mondo a concedere alle donne il diritto di voto.





## **Sor Juana Inés de la Cruz, Messico, 1648-1695**

Sor Juana Inés de la Cruz, suora, scrittrice e filosofa del XVII secolo, è considerata una delle prime femministe dell'America Latina. Difese il diritto delle donne all'istruzione e al pensiero critico, sfidando le strutture patriarcali del suo tempo.

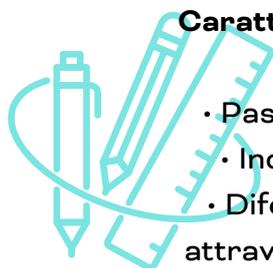


### **Cosa ci insegnano le sue lotte?**

- L'importanza dell'accesso alla conoscenza come via verso la libertà.
- Il ruolo delle donne nella costruzione del pensiero critico.
- Il coraggio di sfidare le norme imposte dalla società.

### **Cosa impariamo da lei oggi?**

Sor Juana ci ricorda che l'istruzione è uno strumento fondamentale per l'emancipazione femminile e la trasformazione sociale. Il suo esempio ci incoraggia a mettere in discussione le strutture che limitano lo sviluppo delle donne.



### **Caratteristiche che illuminano la lotta attuale:**

- Passione per la conoscenza.
- Indipendenza intellettuale.
- Difesa dei diritti delle donne attraverso la riflessione e l'arte.

### **TRATTO CHE ILLUMINA LA SPIRITUALITÀ CLARETTIANA**

La formazione intellettuale non è un fine in sé, ma un mezzo per scoprire la volontà di Dio e mettere la conoscenza al servizio della missione e delle persone che essa serve. Sor Juana, con la sua instancabile ricerca della verità e la sua dedizione alla conoscenza, riflette un profondo impegno nel discernimento e nella riflessione, elementi chiave per un profondo contributo alla missione. La loro testimonianza ci ispira a coltivare la saggezza come strumento per evangelizzare con fedeltà, generosità e passione, radicati in Cristo e al servizio dei più bisognosi.

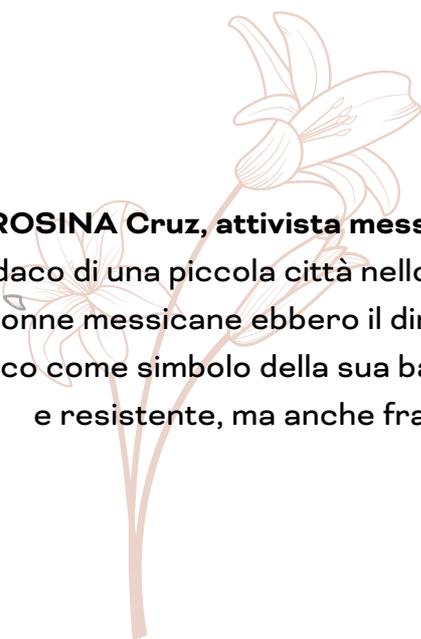


## **CORA Coralina, poetessa brasiliana 1889-1985**

Il nome Cora Coralina, che significa "cuore rosso", è lo pseudonimo di Anna Lins dos Guimarães Peixoto Bretas. Le piaceva leggere, ma gli altri la consideravano strana. All'età di 70 anni decise di seguire un corso di dattilografia e di pubblicare le sue poesie. Divenne un simbolo di coraggio e perseveranza per i giovani.

## **EUFROSINA Cruz, attivista messicana, 1979**

Si è candidata sindaco di una piccola città nello stato di Oaxaca. Grazie a Eufrosina, le donne messicane ebbero il diritto di voto autonomo. Scelse il giglio bianco come simbolo della sua battaglia, perché era forte e resistente, ma anche fragile.



## **Amelia Earhart, aviatrice, pioniera e scrittrice americana 1897-1937**

Nel 1932, Amelia decise di diventare la prima aviatrice ad attraversare in solitaria l'Oceano Atlantico.

*"Le donne dovrebbero cercare di fare le cose come le hanno fatte gli uomini. Se falliscono, non sarà altro che una sfida per le altre".*



## RIGOBERTA Menchú, Guatemala, 1959

Rigoberta Menchú, leader indigena guatemalteca e premio Nobel per la pace (1992), ha dedicato la sua vita alla difesa dei diritti umani dei popoli indigeni e delle donne.

La sua testimonianza ha rivelato le atrocità subite dai popoli indigeni durante il conflitto armato in Guatemala, evidenziando la discriminazione e la violenza sistemica.

### Cosa impariamo da lei oggi?

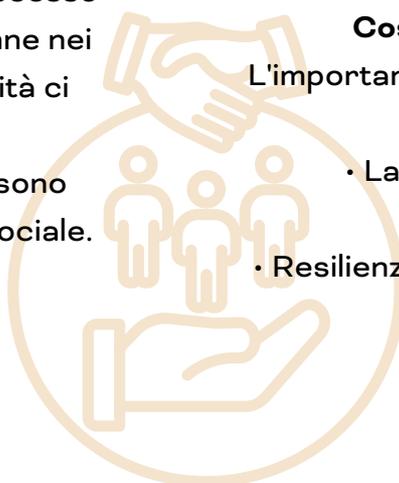
Rigoberta ci ispira a continuare a lottare per la dignità dei popoli indigeni, l'accesso alla giustizia e l'inclusione delle donne nei processi decisionali. La sua eredità ci ricorda che l'istruzione e la consapevolezza dei diritti umani sono fondamentali per il cambiamento sociale.

### Cosa ci insegnano le sue lotte?

- L'importanza di preservare l'identità culturale e i diritti collettivi.
- La denuncia come strumento di trasformazione sociale.
  - Resilienza di fronte alla violenza strutturale.

### Caratteristiche che illuminano la lotta attuale:

- Impegno per la giustizia sociale.
- L'identità culturale come punto di forza.
- Difesa dei diritti delle donne indigene nei contesti di esclusione.





## TRATTO CHE ILLUMINA LA SPIRITUALITÀ CLARETTIANA:

Nella spiritualità clarettiana è centrale l'aspetto dei poveri e gli emarginati, cercando di trasformare la realtà attraverso il servizio e la giustizia. Rigoberta Menchú, lavorando per la dignità dei popoli indigeni e delle donne, riflette il suo impegno verso i più vulnerabili, che risuona con la chiamata delle Missionarie Claretiane a lottare per la giustizia e la pace, seguendo l'esempio di Cristo, che si è dedicato agli esclusi.

### XXII CAPITOLO GENERALE - "IN MISSIONE PROFETICA" (1997)

"La crescente povertà che colpisce la maggioranza della popolazione mondiale ed è una conseguenza dell'espansione di strutture e sistemi socioeconomici e politici ingiusti, come il neoliberismo, rimane una grande sfida per noi. Come evangelizzatori, riaffermiamo la nostra opzione per i poveri come criterio fondamentale delle nostre priorità missionarie." (n.48)

### XXIII CAPITOLO GENERALE - "AFFINCHÉ ABBIANO LA VITA" (2003)

"Per incarnare la nostra scelta per i poveri e gli esclusi e il nostro impegno per la pace, la giustizia e il diritto alla vita, proponiamo:

Che questa scelta influenzi in modo decisivo il nostro stile di vita, tutte le nostre opere e attività di evangelizzazione. Per raggiungere questo obiettivo, è essenziale 'lasciarci toccare' dai poveri ed entrare in contatto personale con loro." (n.67)

### XXV CAPITOLO GENERALE - "UOMINI CHE ARDONO DI CARITÀ" (2009)

"Noi, da parte nostra, ci sentiamo chiamati a chiamarli per nome, a vivere e a lavorare sia nelle aree urbane dimenticate ed emarginate, dove migliaia di persone e le loro condizioni di vita sembrano invisibili, sia in quelle vaste regioni rurali dove i poveri sono sfruttati ed esclusi dai piani di sviluppo delle nazioni, mentre i loro diritti umani più fondamentali vengono ignorati" (n. 2. e).

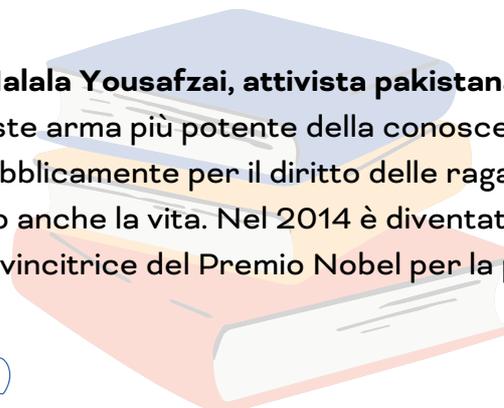
### XXVI CAPITOLO GENERALE - "TESTIMONI E MESSAGGERI DELLA GIOIA DEL VANGELO" (2015)

"Non si può essere clarettiani come se i poveri non esistessero. Né si può essere clarettiani senza denunciare le strutture di ingiustizia, senza lottare contro il sistema che le perpetua, senza proporre alternative. I poveri sono i 'destinatari privilegiati del Vangelo'. Attraverso di loro – come in Maria – il Vangelo ci parla e ci interpella con una voce nuova" (n. 49).



## **Malala Yousafzai, attivista pakistana, 1997**

"Non esiste arma più potente della conoscenza. Malala ha lottato pubblicamente per il diritto delle ragazze allo studio, rischiando anche la vita. Nel 2014 è diventata la più giovane vincitrice del Premio Nobel per la pace.



## **Miriam Makeba, cantante e attivista sudafricana, 1932-2008**

Miriam cantava la realtà di una giovane donna nel Sudafrica dell'apartheid, attirando l'attenzione del mondo su ciò che stava accadendo nel suo Paese. Aveva capito che con la musica poteva cambiare le opinioni delle persone. Divenne Ambasciatrice di Buona Volontà per le Nazioni Unite.



## **SIMONE de Beauvoir, filosofa francese, 1908-1986**

Simone credeva che le donne dovessero essere libere di fare ciò che volevano, non ciò che la società si aspettava da loro. Era convinta che l'istruzione potesse contribuire alla liberazione delle donne. Attraverso la filosofia esistenzialista, sosteneva che le persone definiscono il significato della propria vita e determinano il proprio destino attraverso le proprie decisioni.





## Berta Cáceres, Honduras, 1971-2016

Berta Cáceres era un'attivista ambientale onduregna e leader del popolo Lenca, assassinata nel 2016 per la sua lotta in difesa dei diritti delle comunità indigene e per la protezione dell'ambiente dallo sfruttamento minerario e idroelettrico. Il suo lavoro ha dimostrato la stretta relazione tra giustizia sociale ed ecologia integrale.



### Cosa impariamo da lei oggi?

La sua eredità ci spinge a continuare a difendere il diritto delle comunità a decidere del proprio territorio e a prendersi cura della nostra "casa comune" in una prospettiva di rispetto per Madre Terra.

### Cosa ci insegnano le sue lotte?

- La difesa della terra e delle risorse naturali come causa di giustizia sociale.
- Resistenza della comunità contro interessi economici distruttivi.
- La necessità di una prospettiva di genere nell'ambientalismo.

### Caratteristiche che illuminano la lotta attuale:

- Coraggio di fronte all'oppressione.
- L'amore per il creato come valore fondamentale.
- Leadership comunitaria e partecipazione attiva delle donne nella tutela ambientale.



### TRATTO CHE ILLUMINA LA SPIRITUALITÀ CLARETTIANA:

Difesa della Creazione ed Ecologia Integrale. La spiritualità clarettiana promuove l'integrità della creazione come principio di giustizia e di cura per il mondo che Dio ci ha dato. Berta Cáceres, lottando per la salvaguardia della Terra, ci ricorda il nostro impegno per un'ecologia integrale, un valore che è stato integrato nella visione di pace, giustizia e cura dell'ambiente dei Missionari Clarettiani.



## GLI UOMINI MI SPIEGANO LE COSE

Autore: Rebecca Solnit

**Breve riassunto:** In questa raccolta di saggi, Solnit esamina la disuguaglianza di genere attraverso la lente del linguaggio, del potere e della mancanza di riconoscimento della voce femminile. L'autrice affronta argomenti come il *mansplaining*, la violenza di genere e la lotta per l'uguaglianza.

**Argomenti principali:** Linguaggio e potere, femminismo, comunicazione inclusiva, uguaglianza di genere.

**Perché è rilevante per la Giornata della Missione Claretiana:**

Riflette su come il linguaggio nella Chiesa ha influenzato la percezione del ruolo della donna.

Dare alle donne gli strumenti per ricoprire posizioni di leadership e decisionali nella comunità cristiana.

**Consigliato per:** Responsabili pastorali, formatori, agenti di evangelizzazione.



## REVUELTA DE LAS MUJERES EN LA IGLESIA

(La rivolta delle donne nella Chiesa)

Autore: AA.VV.

**Breve riassunto:** Racconta la storia e l'evoluzione del movimento delle donne cristiane che rivendicano il loro posto nella Chiesa.

**Argomenti principali:** attivismo cristiano, equità di genere nella Chiesa, leadership femminile.

**Perché è rilevante per la Giornata della Missione Claretiana:**

Mette in luce l'attuale lotta delle donne cristiane per l'uguaglianza all'interno della Chiesa.

Invita a riflettere sui cambiamenti necessari nella comunità ecclesiale.

**Consigliato per:** leader della Chiesa, operatori pastorali, comunità cristiane impegnate per l'uguaglianza.



## UBUNTU

Autore: Mungi Ngomane

**Breve riassunto:** Un libro sulla riconciliazione e la convivenza basato sulla filosofia africana dell'Ubuntu.

**Argomenti principali:** diritti umani, riconciliazione, giustizia sociale.

**Perché è rilevante per la Giornata della Missione Clarettiana:**

Offre una visione di giustizia e di comunità applicabile alla missione evangelizzatrice.

Promuove la leadership e la cooperazione nella costruzione di una società più equa.

**Consigliato per:** Agenti pastorali, mediatori di conflitti, comunità in processi di riconciliazione.



## NESSUN BACIO A COMANDO

Autore: Marion Mebes e Lydia Sandrock

**Breve riassunto:** Un libro chiaro e semplice rivolto ai bambini (3-7 anni) che aiuta educatori e genitori ad affrontare il problema del contatto fisico indesiderato, promuovendo il diritto dei bambini a dire NO.

**Argomenti principali:** Consenso dei minori, prevenzione degli abusi, educazione ai valori.

**Perché è rilevante per la Giornata della Missione Clarettiana:**

Contribuisce a un'educazione basata sul rispetto e sulla dignità fin dall'infanzia.

Contribuisce a formare comunità sensibili alla tutela dei minori.

**Consigliato per:** educatori, famiglie, operatori pastorali con bambini.



## DOVREMMO ESSERE TUTTI FEMMINISTI

Autore: Chimamanda Ngozi Adichie

**Breve riassunto:** L'autore presenta il femminismo come un processo di apprendimento continuo e invita gli uomini a partecipare alla lotta per la parità di genere.

**Argomenti principali:** Uguaglianza di genere, femminismo, partecipazione maschile al femminismo.

**Perché è rilevante per la Giornata della Missione Clarettiana:**

Promuove una visione inclusiva del femminismo che possa arricchire la missione evangelizzatrice. Incoraggia la riflessione sulla corresponsabilità per l'uguaglianza di genere all'interno della Chiesa.

**Consigliato a:** tutti i pubblici, in particolare ai responsabili pastorali e ai giovani in formazione.

**Dinamica suggerita:** Forum di discussione su come integrare una visione inclusiva dell'uguaglianza di genere nell'evangelizzazione.



## IGLESIA SIN REBAJAS (CHIESA SENZA SCONTI)

Autore: Curín García Calvo, RIM

**Breve riassunto:** Riflette su una teologia che sostiene l'uguaglianza di genere nella Chiesa.

**Argomenti principali:** Teologia femminista, equità ecclesiale, dignità femminile.

**Perché è rilevante per la Giornata della Missione Clarettiana:**

Sfida le strutture di potere che escludono le donne dai ruoli decisionali nella Chiesa.

Stimola una riflessione teologica sulla dignità e sul ruolo della donna nell'evangelizzazione.

**Consigliato per:** teologi, leader religiosi, comunità cristiane che cercano equità.



## IL SECONDO SESSO

Autore: Simone de Beauvoir

**Breve riassunto:** Pubblicato nel 1949, questo libro è un'opera fondamentale del femminismo filosofico. Beauvoir esplora il modo in cui la società ha storicamente costruito la femminilità come "l'altro" in relazione agli uomini. Attraverso un'analisi approfondita, svela le strutture di oppressione e i miti che hanno perpetuato la disuguaglianza di genere.

**Perché è rilevante per la Giornata della Missione Clarettiana:**

Riflettiamo su come le strutture culturali influenzano il ruolo delle donne nell'evangelizzazione. Analizzare il ruolo della Chiesa nella trasformazione dei ruoli di genere.

**Dinamica suggerita:** discutere la frase "Donna non si nasce, lo si diventa", collegandola al ruolo della donna nella comunità cristiana.



## DONNE CHE CORRONO COI LUPI

Autore: Clarissa Pinkola Estés

**Breve riassunto:** Questo libro unisce mitologia, psicologia e spiritualità per esplorare l'essenza istintiva delle donne. Attraverso storie e archetipi, l'autrice ci invita a riconnetterci con la nostra forza femminile interiore, liberandoci dai limiti imposti dalla società.

**Perché è rilevante per la Giornata della Missione Clarettiana:**

Promuovere la guarigione interiore delle donne da una prospettiva cristiana, rafforzandole nella leadership evangelica.

Utilizzare le storie come strumenti di riflessione sull'autoaffermazione e sull'identità femminile nella fede.



## FEMMINISMO E CRISTIANESIMO

Autore: Laudina Barros e Rita Jordão

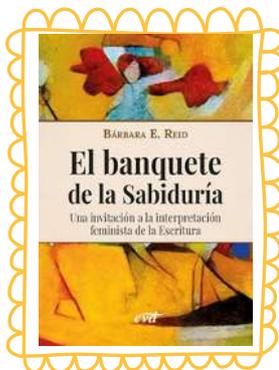
**Breve riassunto:** Questo libro affronta il rapporto tra femminismo e fede cristiana, esplorando come le donne possano essere agenti di trasformazione all'interno della Chiesa senza perdere la loro identità cristiana. Viene proposto un dialogo tra la fede e la lotta per l'uguaglianza di genere, evidenziando il ruolo delle donne nell'evangelizzazione e nella leadership ecclesiale.

**Perché è rilevante per la Giornata Missionaria Claretiana:**

Promuovere la riflessione sull'inclusione delle donne nei ruoli pastorali e sul loro contributo all'evangelizzazione.

Analizzare le sfide che le donne devono affrontare all'interno delle strutture ecclesiastiche.

**Dinamica suggerita:** lettura di estratti del libro seguita da un dibattito sul rapporto tra missione evangelizzatrice e promozione dell'uguaglianza di genere nella Chiesa.



## EL BANQUETE DE LA SABIDURÍA

(Il banchetto della saggezza)

Autore: Barbara Reid

**Breve riassunto:** In questo libro, l'autrice paragona le donne alla Sapienza nella Bibbia. Tutti coloro che leggono questo libro sono invitati a partecipare a un banchetto, in modo che possano imparare e condividere questa saggezza, che si basa su nuovi modi di interpretare i testi biblici, contestualizzarli e dare loro un nuovo significato. Ci invita a non leggere i testi letteralmente, ma piuttosto a valorizzare i diritti delle donne, leggendoli con prospettive diverse, con nuove lenti.

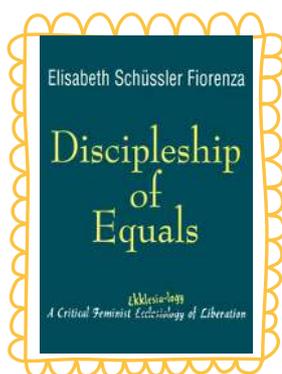
**Domande su cui riflettere:**

Quali sono le situazioni di violenza che subiscono le donne?

Chi e come riproduce gli atteggiamenti sessisti nella nostra società?

Come possiamo rompere con il sistema patriarcale? Perché è necessario?

In che modo la crisi del patriarcato sta influenzando noi donne nel contesto in cui viviamo, e come possiamo articolare e intrecciare questo filo conduttore con le nostre lotte?



## DISCEPOLATO DI UGUALI: Una Ekklesia-logia critica femminista della liberazione

Autore: Elisabeth Schüssler Fiorenza

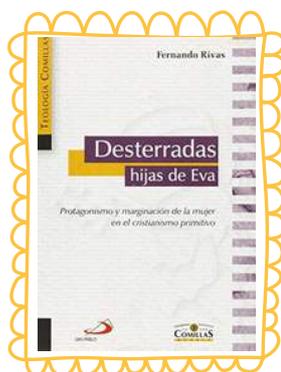
**Breve riassunto:** in questo libro, l'autrice discute la concezione di Dio del movimento di Gesù come un Dio di bontà e misericordia che accetta tutti allo stesso modo, compresi i peccatori e gli emarginati. Spiega questa visione attraverso un'analisi di diverse parabole di Gesù e mostra come Dio garantisca uguaglianza e giustizia a tutti.

### Domande su cui riflettere:

Nelle nostre chiese, conosciamo veramente questo Dio di Gesù che è amore e misericordia?

Stiamo vivendo attualmente un discepolato tra pari?

Come possiamo noi donne recuperare questo Dio-Sofia di Gesù?



## FIGLIE ESILITATE DI EVA: Il protagonismo e l'emarginazione delle donne nel cristianesimo primitivo

Autore: Fernando Rivas Rebaque

**Breve riassunto:** Secondo l'autore, questo libro nasce da un paradosso vitale: da una parte, l'amore profondo e la gratitudine che nascono in lui nello scoprire come la Chiesa sia diventata, per una moltitudine immensa di persone (lui compreso), lo spazio privilegiato in cui crescere e svilupparsi, e poter così trovare Dio attraverso Gesù Cristo nelle profondità dello Spirito; ma d'altra parte, nasce anche un dolore profondo nel vedere come, sia personalmente che come comunità, spesso non siamo stati capaci di riflettere il volto di Dio in mezzo al mondo.

### Domande su cui riflettere:

Perché le donne sono state relegate dai ruoli decisionali politici, pastorali e sociali?

Cosa è successo nella nostra Chiesa nel corso degli anni? Le donne hanno perso quel ruolo di preminenza e quel potere decisionale?

Quali sono le sfide che dobbiamo affrontare per rimanere fedeli al Vangelo di Gesù?



## LE CHIAVI FEMMINISTE PER IL POTERE E L'AUTONOMIA DELLE DONNE

Autore: Marcela Lagarde

**Breve riassunto:** In questo libro, l'autrice contribuisce all'analisi che fa scivolare l'individuo nel collettivo, il privato nel pubblico, il personale nel politico, consentendo alle donne di nominare le esperienze che portiamo con noi, come il potere come dominio, la dipendenza, l'aggressività e l'invidia tra donne, tra le altre conseguenze del sistema patriarcale, senza per questo liberarci dalla responsabilità e dall'impegno per la sua trasformazione.

### Domande su cui riflettere:

È possibile costruire l'autonomia delle donne senza considerare la sottomissione come una condizione di genere per le donne nel sistema patriarcale? Cosa significa costruire autonomia nella tua storia personale?

Quali situazioni personali pensi abbiano avuto un impatto così forte sulla tua vita o sulla tua comunità che oggi puoi affermare che "il personale è politico"? Identifica i processi fondamentali della tua vita che hanno creato processi di autonomia. Mette in evidenza gli aspetti naturali, psicologici, sociali e politici coinvolti nei processi di autonomia delle donne come esperienza vitale.



## DONNE E VIOLENZA SESSISTA

*Revista RIBLA n.41*

Autori: N.Cardoso, A.M.Rizzante, S.Gallazi, G.Dibo, E.G.Neuendorf, M.Bachmann, M.Mena, M.S.Buscemi, S.Mansilla, C.Conti, C.Navia, K.Bergesch

**Breve riassunto:** Questa serie di articoli mira a promuovere la partecipazione delle donne al discepolato paritario nelle chiese, reinterpretando i testi biblici. Sono testi dell'Antico e del Nuovo Testamento che hanno come tema comune la violenza sessista. Attraverso l'analisi di questi testi biblici, cerchiamo di creare nuove reinterpretazioni femministe che mettano in discussione e superino il prototipo androcentrico e patriarcale e salvino la storia delle donne per ripristinare la loro dignità. Cerchiamo di cambiare il significato etico della legge nella vita e, come società, possiamo vivere una nuova forma di relazioni sociali in modo aperto e trasformativo.

### Domande su cui riflettere:

Perché è necessario rileggere i testi biblici che denunciano la violenza contro le donne?

Conosci donne che subiscono violenza? Come possiamo aiutarli?



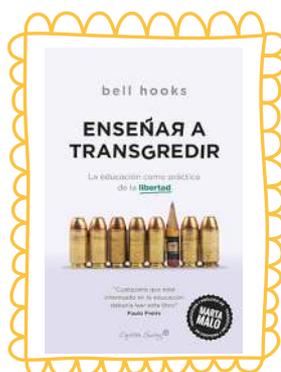
## CHIAVI FEMMINISTE PER LA NEGOZIAZIONE IN AMORE

Autore: Marcela Lagarde

**Breve riassunto:** In questo libro, Marcela Lagarde traccia una mappa per navigare nell'amore senza naufragi, senza quei miti che ci legano alla resa assoluta e alla paura della solitudine. La sua scrittura, che è al tempo stesso una trincea e un abbraccio, smantella le trappole dell'amore romantico, quello che ci hanno insegnato essere destino e sacrificio, come perdita di sé nell'altro. Ci parla dell'amore a partire dall'autonomia, della possibilità di costruire relazioni in cui la passione non è sinonimo di dipendenza né la tenerezza una scusa per sottomettersi.

### Domande su cui riflettere:

In che modo il libro di Marcela Lagarde propone una trasformazione del concetto tradizionale di amore e come ciò si riflette nella recensione? Cosa comporta negoziare l'amore da una prospettiva femminista, e in che modo ciò sfida le nozioni di dipendenza e sacrificio nelle relazioni? Secondo la recensione, l'amore non dovrebbe essere una "prigione invisibile", ma piuttosto un patto tra esseri liberi. Come possiamo applicare questa idea alle nostre relazioni emotive? La recensione menziona che l'amore emancipatorio deve essere intessuto con la stessa dignità con cui costruiamo i nostri sogni e le nostre lotte. In che modo questa visione si collega alla lotta per l'uguaglianza di genere nella società?



## INSEGNA A TRASGREDIRE

Autore: Bell Hooks

**Breve riassunto:** Bell Hooks presenta un manifesto dell'istruzione come atto di resistenza, un invito urgente a trasgredire i confini dell'aula, della paura e del silenzio. La sua scrittura, ardente e tenera, invita a disobbedire agli schemi che hanno trasformato l'insegnamento in un esercizio di dominio, in uno spazio in cui la conoscenza viene trasmessa senza anima, senza vita.

### Domande su cui riflettere:

In che modo bell hooks inquadra l'insegnamento come un atto di resistenza e in che modo questo sfida i modelli tradizionali di istruzione? La recensione afferma che Teaching to Transgress propone un'«educazione incarnata, vissuta attraverso l'esperienza». Come può questa prospettiva trasformare il rapporto tra insegnanti e studenti? Se l'istruzione significa "sembrare preoccupazione, aprire sentieri e spezzare catene", quali azioni concrete potremmo attuare nelle nostre aule per trasformare l'insegnamento in un atto di liberazione e giustizia?



## CALIBANO E LA STREGA

Le donne, il corpo e l'accumulazione originaria.

Autore: Silvia Federici

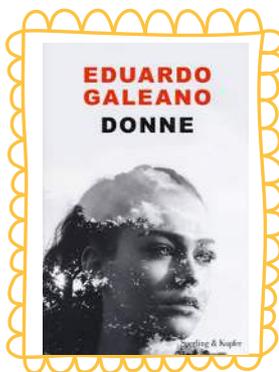
**Breve riassunto:** In *Calibano e la strega*, Silvia Federici traccia una mappa nascosta della storia, dove il corpo femminile è il territorio conquistato e la violenza il prezzo del progresso capitalista. Con penna tagliente e infuocata, l'autore ci conduce attraverso gli oscuri sentieri dell'accumulazione primitiva, dove la caccia alle streghe non era solo una superstizione medievale, ma una strategia di dominio.

### Domande su cui riflettere:

In che modo la recensione evidenzia il rapporto tra caccia alle streghe e consolidamento del capitalismo secondo Federici?

In che misura la recensione sottolinea la rilevanza dell'analisi di Federici rispetto alle lotte attuali e quali aspetti avrebbero potuto essere ulteriormente sviluppati a questo proposito?

In che modo la recensione presenta *Calibano e la strega* come un testo di "evocazione" piuttosto che semplicemente storico, e quali implicazioni ha questa metafora per la lettura del libro?



## DONNE

Autore: Eduardo Galeano

**Breve riassunto:** Le pagine di 'Donne' sono un canto ribelle, una costellazione di nomi che la storia ha cercato di seppellire nell'oblio. Eduardo Galeano, con il suo stile inconfondibile, raccoglie i frammenti sparsi di vite che hanno sfidato il loro tempo e li trasforma in parole infuocate. In questo libro, la donna non è un'ombra dietro il trono né una musa silenziosa; È il corpo e la voce della storia, la ferita e la cicatrice, la ribellione e la tenerezza.

### Domande su cui riflettere:

In che modo, secondo la recensione, lo stile poetico di Galeano contribuisce alla costruzione di un'immagine potente delle donne nella storia?

La recensione menziona donne come Juana Azurduy e Rigoberta Menchú. In che modo questi esempi rappresentano l'approccio di Galeano alle lotte sociali delle donne nel contesto storico?

Quanto è importante la riflessione della recensione sulla necessità di ascoltare "oltre il poeta" e ricercare le voci delle donne stesse nella storia raccontata da Galeano?



## UNA STANZA TUTTA PER SÉ

Autore: Virginia Woolf

**Breve riassunto:** Una stanza tutta per sé di Virginia Woolf è un'ode sottile alla libertà creativa delle donne, un'eco che risuona nei corridoi della storia letteraria. Nelle sue pagine, Woolf non solo mappa la sofferenza della donna che desidera scrivere, ma svela anche le ombre che hanno messo a tacere la sua voce: la mancanza di spazio fisico, l'insicurezza economica e le catene invisibili della tradizione patriarcale. L'autrice, con la sua prosa delicata ma decisa, ci conduce in una profonda riflessione su cosa significhi avere un "posto tutto proprio" in un mondo che ha negato alle donne la possibilità di esistere al di fuori dei margini.

### Domande su cui riflettere:

Come potrebbe essere interpretata oggi la nozione di "una stanza tutta per sé" nel contesto di Woolf, dati i progressi nell'uguaglianza di genere e le nuove forme di emancipazione femminile?

Nella recensione si afferma che Woolf "rivela le ombre" che hanno messo a tacere la voce delle donne. Come si può sostenere che questa oppressione si manifesti anche nella società contemporanea, nonostante i cambiamenti sociali e politici?



## CHI HA PAURA DEL FEMMINISMO NERO?

Autore: Djamila Ribeiro

**Breve riassunto:** Chi ha paura del femminismo nero? È un racconto che, con intelligenza, ironia e, soprattutto, tanta pazienza, collega teoria, attualità ed esperienze personali dell'autore, consentendo al lettore di avvicinarsi al razzismo in Brasile e di riflettere, perché no, anche su come stiamo a casa nostra.

### Per riflettere:

Ribeiro affronta l'oppressione e le molteplici barriere che deve affrontare la popolazione nera in Brasile, e come la lotta razziale non sia solo una lotta dei neri, ma una lotta per tutta la società, compresi i bianchi.



## DONNE STRAORDINARIE CHE HANNO RIVOLUZIONATO IL BRASILE

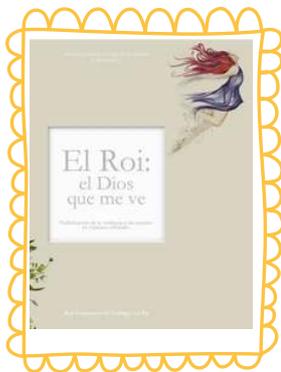
Autore: Aryane Cararo

**Breve riassunto:** Questo volume, frutto di un'ampia ricerca, porta il riconoscimento che molte donne meritano. Qui troverete i profili di rivoluzionari di varie etnie e regioni, vissuti dal XVI secolo ai giorni nostri, e scoprirete di più sui loro ritratti, tutti realizzati da artisti brasiliani. Ci sono anche le storie di cinque donne che non sono nate in Brasile, ma lo hanno scelto come loro casa, come Lina Bo Bardi e Carmen Miranda.

### Domande su cui riflettere:

Cosa hanno in comune?

Dove hanno trovato la forza straordinaria per lottare per i loro ideali e trasformare il Brasile?



## EL ROI: IL DIO CHE MI VEDE

Autore: Rete Ecumenica delle Donne Teologhe di La Paz

**Breve riassunto:** El Roi è un libro composto da una serie di articoli scritti da persone diverse, per lo più donne del RETLP. Presenta riflessioni che ci aiutano a identificare le diverse forme di violenza contro le donne e ci motivano a sradicare questa violenza. Questo libro è un invito ad aprire le nostre menti, a comprendere la realtà di molte donne nelle chiese, a identificare la violenza e a proporre cambiamenti strutturali per la costruzione di una chiesa più inclusiva in cui le donne siano realmente riconosciute come agenti di evangelizzazione e di emancipazione, con la stessa dignità degli uomini.

### Per riflettere:

Quale articolo è stato più illuminante per te? E quale riflessione ha generato in te?

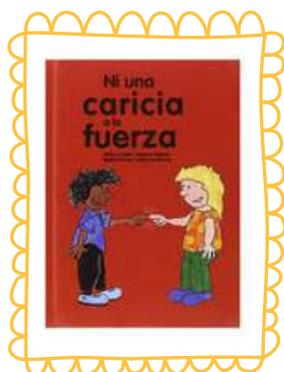
Quali pratiche vedi all'interno delle chiese che promuovono ancora le disuguaglianze tra uomini e donne?



## TEOLOGIA FEMMINISTA PER PRINCIPIANTI

Autore: Silvia Martínez Cano

**Recensione:** Questo è un libro che parla di Dio. Un libro per tutti, donne e uomini. Un libro che cerca una comprensione di Dio che ci unisce in Cristo come membri della stessa comunità, indipendentemente dal nostro genere. La teologa e artista multidisciplinare Silvia Martínez Cano esplora, dal punto di vista dell'antropologia, della storia e della teologia, la presenza delle donne credenti nella storia e nella Chiesa; sintetizza le proposte, le visioni e i linguaggi teologici che le teologie femminili e femministe hanno offerto negli ultimi 60 anni; chiarisce i concetti; provoca domande; ci aiuta a comprendere il nostro presente e riserva uno spazio per annunciare i sogni e le proposte sinodali delle donne credenti. Perché "essere credenti e femministi in questi tempi è quasi un obbligo per chiunque voglia seguire Gesù".



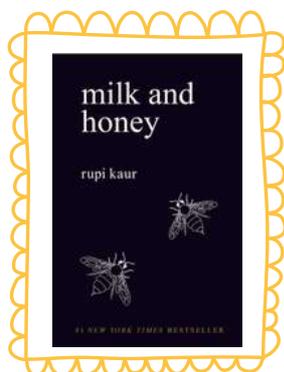
## NI UNA CARICIA A LA FUERZA

(Nemmeno una carezza a comando)

Autore: Marion Mebes e Lydia Sandrock

**Recensione:** Si tratta di un libro chiaro e semplice, pensato per i bambini piccoli (istruzione della prima infanzia e scuola primaria: 3-7 anni), che può essere utilizzato da chi cerca un modo diretto per affrontare il difficile problema del contatto fisico indesiderato con i bambini. Ci insegna a distinguere tra sensazioni confortevoli e piacevoli e quelle che non lo sono, e cerca di contribuire allo sviluppo delle nostre percezioni e dei nostri sentimenti, sottolineando la possibilità di dire NO. Il suo obiettivo è collaborare efficacemente alla prevenzione della violenza sessuale sui minori.

Risorsa video: <https://www.youtube.com/watch?v=MpeM11wGHEw>



## MILK AND HONEY (Latte e miele) Autore: Rupri Kaur

Rupi Kaur (Punjab, India, 4 ottobre 1992) è una poetessa, illustratrice, fotografa e attrice femminista contemporanea. Milk and Honey è stato pubblicato nel 2014 ed è una raccolta di poesie, prose e illustrazioni disegnate a mano. Il libro è diviso in quattro capitoli, ognuno dei quali affronta un argomento diverso: il dolore, l'amore, la rottura e la guarigione.

Si tratta di una raccolta di poesie e prose sulla sopravvivenza. Sull'esperienza della violenza, dell'abuso, dell'amore, della perdita e della femminilità.



## IL TUO CORPO È TUO Autore: Lucia Serrano

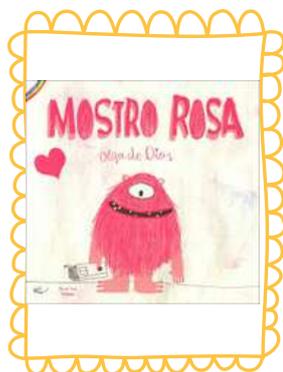
**Recensione:** Si tratta di un libro chiaro e semplice, rivolto ai bambini piccoli (scuola dell'infanzia e scuola primaria: 3-7 anni), un libro per parlare di sessualità con i più piccoli e affrontare così il tema dei limiti e la prevenzione di abusi e contatti indesiderati. Il suo obiettivo è collaborare efficacemente alla prevenzione della violenza sessuale sui minori.



## ROSACONFETTO

Autore: Adela Turin

**Recensione:** È un libro chiaro e semplice rivolto ai più giovani (educazione della prima infanzia, 3-5 anni). Trasmette l'importanza di dare pari valore a ragazze e ragazzi e cerca di sradicare gli stereotipi sessisti e la discriminazione.



## MOSTRO ROSA

Autore: Olga de Dios

**Recensione:** È un libro chiaro e semplice rivolto ai più giovani (educazione della prima infanzia, 3-5 anni). Mostro Rosa è una storia sul valore della differenza. Una storia per comprendere la diversità come elemento di arricchimento della nostra società. Mostro Rosa è un grido di libertà.



## STUDIO SULLE BUONE PRATICHE: L'EMPOWERMENT DELLE DONNE NELLE SOCIETÀ PASTORALI

Autore: Fiona Flintan

**Breve riassunto:** Quando si legge delle donne nelle società pastorali, di solito si trovano riferimenti al loro ruolo emarginato, alle loro difficoltà, alla loro oppressione e alla loro mancanza di potere. Tuttavia, altri hanno messo in discussione queste opinioni e hanno ipotizzato che le comunità pastorali tradizionali precoloniali fossero relativamente egualitarie. Questo rapporto si propone di riunire casi di studio, lezioni apprese, attività e interventi per fornire indicazioni sulle buone pratiche relative all'emancipazione femminile.

**Perché è rilevante per la Giornata della Missione Clarettiana:**

Il rapporto si concentra sugli aspetti positivi e positivi del ruolo e della posizione delle donne nelle comunità pastorali, piuttosto che sulle difficoltà che devono affrontare. La chiave dell'autore è quella di sfruttare questi successi per continuare a sostenere le donne come parte di un sistema familiare e pastorale che fa sempre più fatica a sopravvivere.



## STRATEGIA NAZIONALE CONTRO LA VIOLENZA DI GENERE (SNVBG)

Autore: Ministero per il Genere, la Famiglia e  
l'Infanzia, Repubblica Democratica del Congo

**Breve riassunto:** Il documento è composto da sei capitoli: contesto e generalità della violenza di genere nella RDC, il quadro istituzionale relativo alla questione della violenza di genere nella RDC e le azioni già intraprese dal governo della RDC. Vengono inoltre presentate la situazione della violenza di genere nella RDC, le sfide e le azioni intraprese in questo ambito.

**Perché è rilevante per la Giornata della Missione Clarettiana:**

Per approfondire l'aspetto politico ed economico nella RDC.

Per comprendere i cambiamenti socioculturali e la percezione delle donne da parte della società nella RDC



## L'EMPOWERMENT DELLE DONNE E IL SUO LEGAME CON LO SVILUPPO SOSTENIBILE

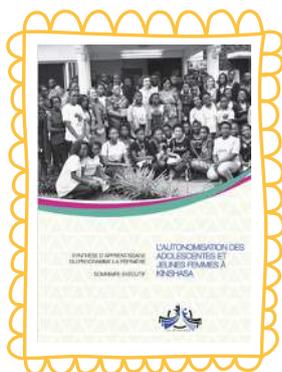
*Commissione sulla condizione femminile 2016*

Autore: UN Women

**Breve riassunto:** La sessione del 2016 della Commissione sulla condizione femminile si è concentrata su "L'empowerment delle donne e il suo legame con lo sviluppo sostenibile", dando vita a un impegno storico per l'attuazione dell'Agenda 2030 per lo sviluppo sostenibile, tenendo conto delle questioni di genere. Le "conclusioni concordate" adottate dalla Commissione su questo punto nella sua sessantesima sessione (E/2016/27) forniscono una tabella di marcia dettagliata su come attuare l'Agenda 2030 per lo sviluppo sostenibile con una prospettiva di genere, per garantire che nessuno – nessuna donna e nessuna ragazza – venga lasciato indietro.

### Argomenti rilevanti per la Giornata della Missione Clarettiana:

- Approfondire i quadri normativi, legali e politici.
- Promozione di ambienti favorevoli al finanziamento dell'uguaglianza di genere e all'emancipazione delle donne e delle ragazze
- Rafforzamento della leadership femminile e la partecipazione piena e paritaria ai processi decisionali in tutti gli ambiti dello sviluppo sostenibile.



## EMPOWERMENT DELLE RAGAZZE ADOLESCENTI E DELLE GIOVANI DONNE, KINSHASA

*Sintesi didattica del programma La Pépinière*

Autore: Lyndsay McLean

**Breve riassunto:** Questa sintesi delle lezioni apprese dal programma La Pépinière riassume i risultati e le conclusioni di una serie di studi primari e secondari condotti sull'autonomia economica e sociale delle adolescenti e delle giovani donne (AJF) a Kinshasa. Presenta inoltre le evidenze relative ad approcci e programmi promettenti per favorire l'empowerment delle AJF in contesti urbani come Kinshasa, sebbene tali dati siano ancora piuttosto limitati. Questo rapporto ha l'obiettivo di definire le priorità e le decisioni di DFID RDC e dei suoi partner in merito alle politiche e ai programmi destinati alle adolescenti e alle giovani donne, nonché di fornire indicazioni a tutte le organizzazioni che operano con le AJF a Kinshasa e nella RDC.



## PARITÀ DI GENERE: PERCHÉ È IMPORTANTE

Autore: Nazioni Unite

**Breve riassunto:** Informazioni sull'Obiettivo di sviluppo sostenibile 5

**Domande su cui riflettere:**

- Cosa succede se la parità di genere non è garantita?
- In che modo la disuguaglianza di genere colpisce le donne?
- Cosa possiamo fare per risolvere questi problemi?

Scarica i saggi e i rapporti!





## LE DONNE NELLE PRIME COMUNITÀ

Autore: Centro Biblico *Para Que Tengan Vida*, Costa Rica, Missionari Clarettiani - Provincia di Centroamérica

Oggi c'è un grande dibattito su chi sono le donne come esseri umani? E quale ruolo dovrebbero svolgere nella società? Oggi questo dibattito è al centro dell'attenzione.

'Per scoprire chi eravamo, dobbiamo tornare alla nostra storia, ai primi secoli del cristianesimo, e forse potremo trovare indizi su chi dovremmo essere oggi'.



## WORKSHOP SULLA SOVRANITÀ ECONOMICA IN CHIAVE DI GENERE - Dignificare la vita

Autore: Missionari Clarettiani - Provincia di Centroamérica

L'iniziativa delle casse di risparmio, implementata dai missionari clarettiani della Provincia di Centroamérica si presenta come un meccanismo finanziario basato sulla solidarietà per rafforzare e sviluppare il potenziale imprenditoriale delle comunità, in particolare delle donne.



## PARITÀ DI GENERE

Autor/a: Istituto Superiore AECLANUM - Liceo Scientifico (Scienze applicate Classe V D)

Presentazione per approfondire l'Agenda 2030 e l'Obiettivo di sviluppo sostenibile n. 5.



## Uguaglianza di genere: a che punto siamo nella Repubblica Democratica del Congo?

Autore: UNICEF

Presentazione per approfondire la situazione dei diritti delle donne nella Repubblica Democratica del Congo.



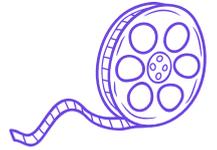
## IO DONNA, IN ITALIA (Io, donna, in Italia)

Autore: Associazione Differenza Donna, Karat Coalition - Uguaglianza di genere, RED acoge, LA WRs

Presentazione creata per il corso di alfabetizzazione sui diritti e l'emancipazione delle donne migranti, rifugiate e richiedenti asilo. Nell'ambito del contesto sociale e normativo italiano vengono presentate diverse forme di discriminazione e violenza di genere.

**Scarica le presentazioni e scopri di più!**





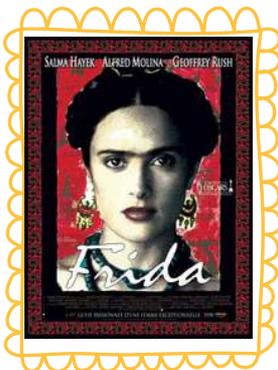
## IL COLORE VIOLA

Origine: Stati Uniti (1985) Regia: Steven Spielberg  
Cast: Whoopi Goldberg, Oprah Winfrey, Danny Glover

**Recensione:** Basato sul romanzo di Alice Walker, *Il colore viola* racconta la storia di Celie, una donna afroamericana che subisce abusi, oppressione e discriminazione nel Sud degli Stati Uniti all'inizio del XX secolo. Nel corso della sua vita, Celie trova la propria voce e, alla fine, la propria indipendenza. Questo film descrive in modo crudo e toccante le difficoltà che le donne, in particolare quelle di colore, affrontano in un sistema patriarcale e razzista. Nonostante le tragedie e la violenza vissute da Celie, il film mette in luce la sua resilienza, la sua forza interiore e la sua lotta per la liberazione personale.

### Domande per un forum video:

1. Come si evolve il personaggio di Celie nel corso del film? Quali eventi chiave segnano la tua trasformazione?
2. In che modo i contesti razziali e di genere influenzano le esperienze delle donne nel film?
3. Cosa significa per Celie trovare la propria voce? Che relazione c'è tra questo e la libertà personale?
4. In che modo l'amicizia tra le donne nel film gioca un ruolo chiave nella loro liberazione?



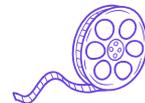
## FRIDA

Origine: Messico/Stati Uniti (2002) Regia: Julie Taymor  
Cast: Salma Hayek, Alfred Molina, Geoffrey Rush

**Recensione:** *Frida* è una biografia della pittrice messicana Frida Kahlo, che esplora la sua vita, la sua arte e la sua lotta contro il dolore fisico ed emotivo. Il film è rilevante perché descrive la vita di una donna che ha sfidato le convenzioni sociali del suo tempo, in particolare per quanto riguarda il suo corpo, la sua sessualità e il suo ruolo di artista. Affronta temi quali la femminilità, la resilienza e la ricerca dell'identità in un contesto culturale e politico complesso. La rappresentazione di Frida come una donna complessa e poliedrica invita a riflettere su come le donne possano ridefinire il loro posto nel mondo.

### Domande per un forum video:

1. In che modo la malattia e il dolore fisico hanno influenzato il lavoro e la vita di Frida Kahlo?
2. Cosa ci dice il film sul modo in cui la società vede le donne che infrangono gli stereotipi?
3. In che modo la relazione di Frida con Diego Rivera ha influenzato il suo sviluppo personale e artistico?
4. Quali elementi del film mostrano la lotta di Frida per la libertà e l'autonomia in quanto donna?



## I RACCONTI DI PARVANA

Origine: Irlanda/Canada/Libano (2017) Regia: Nora Twomey Cast: Saara Chaudry, Laara Sadiq, Soma Chhaya

**Recensione:** I Racconti di Parvana (titolo originale 'The Breadwinner') è un film d'animazione che racconta la storia di Parvana, una ragazza afghana che, dopo che il padre viene arrestato dai talebani, si traveste da ragazzo per lavorare e sostenere la famiglia. Si tratta di un'opera rilevante perché mostra il coraggio delle donne in contesti di estrema oppressione, come quello sperimentato da molte ragazze e donne in Afghanistan sotto regimi come quello dei talebani. Il film riflette gli effetti della violenza di genere, ma mette anche in mostra la speranza, il coraggio e la resilienza delle donne e delle ragazze di fronte alle avversità.

### Domande per un forum video:

1. In che modo il film ritrae la resistenza di Parvana a un sistema patriarcale oppressivo?
2. Quali elementi culturali e sociali influenzano la vita di Parvana e delle donne della sua comunità?
3. Cosa significa il gesto di Parvana di travestirsi da ragazzo? Come si collega alle lotte delle donne nel mondo reale?
4. In che modo il legame tra Parvana e la sua famiglia contribuisce a rafforzare la sua resilienza?



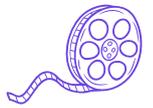
## C'È ANCORA DOMANI

Origine: Italia (2023)

Regia: Paola Cortellesi

Cast: Paola Cortellesi, Valerio Mastandrea, Romana Maggiora Vergano, Emanuela Fanelli, ed altri

**Recensione:** "C'è ancora domani" è il film perfetto per riflettere sul ruolo delle donne nella società italiana, sulla loro forza, sulla loro invidiabile dignità e sul loro estremo coraggio. Il film esplora come, nonostante le avversità, le persone trovino la forza di andare avanti, avere speranza e costruire un futuro migliore. Questo tema risuona profondamente, soprattutto in tempi incerti, e offre un messaggio di speranza che è allo stesso tempo realistico e incoraggiante.



## MOTHER TERESA & ME (Madre Teresa ed io)

Origine: Regno Unito (2022) Regia: Kamal Musale  
Cast: Banita Sandhu, Jacqueline Fritchi-Cornaz, Deepti Naval

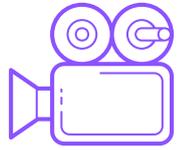
**Sinossi:** Teresa e Kavita: le vite di due donne appassionate e dall'integrità incondizionata, intrecciate attraverso le generazioni. Entrambe le donne riescono a seguire la loro vocazione, nonostante forti dubbi personali. Scopriamo una nuova dimensione di Madre Teresa come donna dietro il mito. La perdita della fede spinge l'impetuosa Kavita, una giovane donna inglese di origine indiana, a scoprire il vero amore e la compassione nella Calcutta dei giorni nostri.

### Perché guardare "Mother Teresa & me"?

- Non si tratta solo di un film di finzione accuratamente prodotto sulla biografia di Santa Teresa di Calcutta, con episodi chiave della sua vita e del suo percorso spirituale.
- La narrazione del film diventa più credibile e acquista intensità drammatica quando presenta l'aridità spirituale di cui Madre Teresa soffrì per molti anni, durante i quali perseverò nella preghiera con fede.
- Presenta due sofferenze personali in parallelo (ovviamente di diversa intensità e portata) per mostrare che l'aspirazione di ogni essere umano è amare ed essere amato.
- Evita l'agiografia e presenta Madre Teresa nella sua interezza, con il carattere di chi ha fondato una congregazione, ma con l'umiltà di chi aiuta i poveri tra i poveri.
- Raramente un audiovisivo (documentario o fiction) è stato mostrato con tanta attenzione ai dettagli come Nirmal Hriday (La casa dei puri di cuore) di Calcutta, il primo asilo per moribondi e morenti aperto dalle Missionarie della Carità.

### Qualcosa su cui riflettere:

- La sceneggiatura ricalca da vicino il libro "Sii la mia luce", che raccoglie molte lettere personali e annotazioni del diario di Madre Teresa, in cui descrive la notte oscura della sua anima.
- Lo shock culturale degli immigrati di seconda generazione in una società complessa e secolarizzata come il Regno Unito o la Spagna.
- La compassione come arma per portare pace, anche di fronte all'idealismo, alle ideologie e alle grandi idee: Madre Teresa si è proposta di aiutare gli intoccabili, i Dalit al fondo del sistema delle caste indù, indipendentemente dai pregiudizi o dal rifiuto.
- Presenta l'aborto in primo piano, senza giudizio o condanna, ma alla luce dell'amore primordiale di Dio per le sue creature, siano esse credenti o no, che pratichino o no una religione.



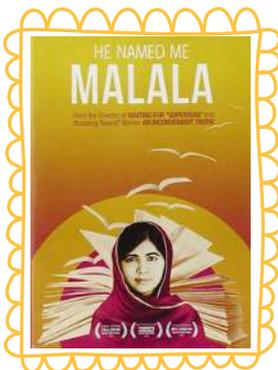
## IN-VISIBLES (In-visibili)

Regia: Lia Beltrami  
Distribuzione: Vatican News

**Breve riassunto:** Il documentario di 30 minuti è stato commissionato dall'Unione Mondiale delle Organizzazioni Femminili Cattoliche per lanciare una campagna globale volta a sradicare gradualmente la violenza contro le donne in Africa.



Link: <https://www.youtube.com/watch?v=CLdDUfRoNUs>



## MALALA

Origine: Regno Unito/Stati Uniti (2015) Regia: Davis Guggenheim  
Cast: Malala Yousafzai

**Recensione:** Malala (titolo originale 'He Named Me Malala') è un documentario che segue l'attivista pakistana Malala Yousafzai, sopravvissuta a un tentativo di assassinio da parte dei talebani per aver sostenuto l'istruzione delle ragazze in Pakistan. Questo documentario è rilevante perché presenta Malala come una figura di lotta e coraggio e mostra come la sua storia abbia avuto un impatto sul mondo intero sui temi dei diritti umani e dell'istruzione. Mette inoltre in luce le sfide che le donne devono affrontare in molte parti del mondo per accedere all'istruzione, soprattutto in contesti di violenza ed estremismo. Attraverso la sua storia, Malala dimostra che una sola voce può cambiare il mondo.

### Domande per un forum video:

1. Quali sfide deve affrontare Malala nella sua lotta per l'istruzione delle ragazze? Come si superano?
2. Cosa significa l'istruzione per Malala e perché è così importante per lei?
3. In che modo il film presenta il contrasto tra la vita di Malala prima e dopo l'attacco?
4. Quale impatto ha la storia di Malala sulla nostra comprensione della lotta per i diritti delle donne in tutto il mondo?



## RBG

Origine: Stati Uniti (2018) Regia: Betsy West, Julie Cohen

Cast: Ruth Bader Ginsburg, Bill Clinton, Gloria Steinem

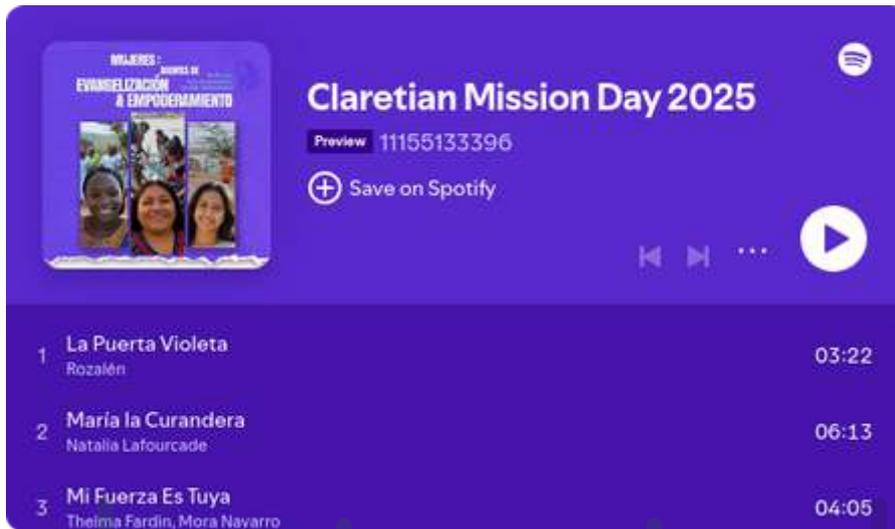
**Recensione:** RBG è un documentario sulla vita e l'eredità di Ruth Bader Ginsburg, giudice della Corte Suprema degli Stati Uniti che ha lottato per tutta la sua carriera per l'uguaglianza di genere e i diritti delle donne. Si tratta di un'opera significativa perché mostra l'impatto di una donna sul sistema giudiziario, sfidando le norme del suo tempo e sostenendo la promozione dei diritti civili, soprattutto per le donne. Il film mette in luce la resilienza di Ginsburg, il suo instancabile lavoro per la giustizia e la sua capacità di cambiare il panorama legale negli Stati Uniti.

### Domande per un forum video:

1. In che modo la storia di Ruth Bader Ginsburg riflette le sfide che le donne affrontano nei sistemi giudiziari e politici?
2. Quali lezioni possiamo imparare dal modo in cui Ginsburg ha lottato per l'uguaglianza di genere nel corso della sua carriera?
3. In che modo il film presenta l'importanza del lavoro collaborativo nella lotta per la giustizia sociale?
4. Quale impatto ha l'eredità di Ginsburg sulla lotta per i diritti delle donne oggi?

### Scopri altri documentari!





Puoi ascoltare tutti i brani nella  
playlist Spotify  
“Claretian Mission Day 2025”

Ascolta ora!



## MUJERES EN CAMINO

Origine: Spagna

Artista: Ain Karem – Comunità di suore e cantautrici spagnole  
dedite all'evangelizzazione attraverso la musica.

Mujeres En Camino (Donne in cammino) è una canzone profondamente ispiratrice che sottolinea il ruolo delle donne nella storia della salvezza e nella vita di tutti i giorni. Presenta un viaggio attraverso le diverse esperienze di donne che hanno affrontato difficoltà ma hanno trovato in Dio la forza per andare avanti. Attraverso il suo messaggio, la canzone invita a riflettere sulla dignità, il coraggio e l'impegno delle donne nella costruzione di un mondo più giusto e fraterno.

La melodia e il testo trasmettono un senso di speranza e di missione, incoraggiando ogni donna a riconoscere il proprio valore e il proprio ruolo nella trasformazione della società. In un mondo che ancora si scontra con disuguaglianze di genere, questa canzone diventa un invito a camminare insieme, rafforzati dalla fede e dall'amore, verso un futuro in cui ogni donna possa vivere pienamente la propria vocazione e dignità.



## MARÍA LA CURANDERA

Origine: Adattamento di una poesia di María Sabina.

Composizione Messico: 2022

Artista: Natalia Lafourcade

Maria La Curandera (Maria la guaritrice) è un inno alla guarigione attraverso gli elementi della natura, la loro interconnessione e l'amor proprio. «Amerai il Signore Dio tuo con tutta la tua anima e con tutta la tua mente» – «Amerai il prossimo tuo come te stesso» (Mt 22,37-39). Affinché le donne possano guarire interiormente, rialzarsi e "rafforzarsi", devono imparare ad accettare se stesse, ad amarsi e a sapere che sono amate dal Dio della Vita. Il testo ci invita a curare il dolore con la luce del sole e della luna, facendo riferimento all'energia curativa attribuita a questi corpi celesti in varie culture. Il riferimento al suono del fiume, della cascata, della schiuma e allo sciabordio del mare suggerisce un legame con la natura che ha il potere di guarire e amare, una credenza radicata in molte pratiche di medicina alternativa e spiritualità. Sottolinea inoltre l'importanza della guarigione attraverso diverse erbe come la menta e la menta verde, e l'atto di dolcificare il tè con amore invece che con lo zucchero, invitandoci a trovare la dolcezza nella vita attraverso l'amore e la cura di sé, piuttosto che ricorrere a sostituti superficiali. La ripetizione di «possa ogni dolore trasformarsi in polvere» e «possa il fuoco bruciarli e far sbocciare nuovi fiori» simboleggia la trasformazione della sofferenza in qualcosa di nuovo e bello, che per i cristiani significa lasciarsi forgiare dall'Amore di Dio, che fa nuove tutte le cose.



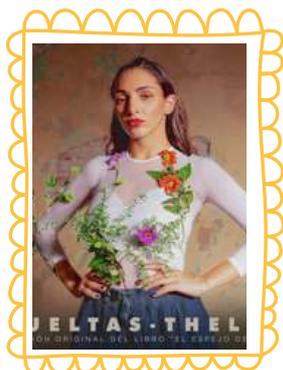
## ELLA

Origine: Spagna

Composizione: 2004

Artista: Bebe – María Nieves Rebolledo Vila

Fin dalla sua uscita, Ella (Lei) è diventato un punto di riferimento musicale nella lotta contro la violenza di genere. Con un tono diretto e motivante, la canzone racconta la storia del processo di trasformazione di una donna che, dopo aver sofferto, decide di prendere in mano la propria vita. "Oggi sarai la donna che vuoi essere" è uno dei versi più iconici della canzone, che rafforza l'idea che ogni donna ha la capacità e il diritto di ricostruire se stessa e vivere con dignità. Il ritmo e l'interpretazione di Bebe trasmettono forza e determinazione, riflettendo la lotta interiore e il processo di guarigione di molte donne vittime di abusi. La canzone non solo evidenzia un problema sociale, ma offre anche un messaggio di speranza: esiste una via d'uscita, c'è vita dopo la violenza e ogni donna ha il potere di scrivere la propria storia in libertà.



## MI FUERZA ES TUYA

Origine: Argentina

Composizione: Thelma Fardin e Mora Navarro, 2022

Artista: Thelma Fardin e Mora Navarro

Thelma Fardin e Mora Navarro hanno pubblicato una canzone intitolata "Mi Fuerza Es Tuya" (La mia forza è tua) in occasione della Giornata internazionale della donna. Il testo parla della lotta di Thelma e di quella di tutte le donne che stanno attraversando situazioni simili e che a un certo punto hanno subito violenza di qualsiasi tipo. Attualmente sta sostenendo cause simili alla sua dopo aver denunciato pubblicamente e in giudizio Juan Darthés nel 2018 per lo stupro avvenuto nel 2009, durante una tournée, quando aveva solo 16 anni.

Questa canzone sottolinea l'importanza di rompere il silenzio di fronte agli abusi, l'emancipazione delle donne nella comunità, la lotta delle donne vittime di abusi per ottenere giustizia in un sistema chiaramente patriarcale e la sorellanza, espressa in particolare nella frase ispiratrice: "Ti sento, ti abbraccio e ti credo".



## PAREMOS DE CONTAR

Origine: Colombia

Composizione: Jaziel, 2022

Artista: Jaziel

Paremos De Contar (in italiano Smettiamo di contare) è basata su storie vere di donne e ragazze vittime di violenza di genere. La cantautrice fa un'importante dichiarazione sulla realtà delle donne che vivono nella paura costante perché il solo fatto di essere donne le rende vulnerabili alla sofferenza di queste forme di abuso.

Questa canzone è un invito a "SMETTERE DI CONTARE" e ad essere disposti a fare qualcosa per fermare questa violenza e promuovere nuove forme di relazioni tra uomini e donne, promuovendo un nuovo tipo di mascolinità, la rivendicazione della dignità delle donne e il rispetto dei diritti umani. Questi valori fanno parte dell'essere e del fare cristiani, poiché è essenziale costruire una società egualitaria.



## DONA DE MIM

Origine: Brasile

Composizione: Liliane De Carvalho / Arthur Magno Simoes Marques /  
Brenda Luiza Ferreira Vidal 2022 Artista: IZA

Dona De Mim (in italiano Proprietaria di me stessa) è una canzone importante da ascoltare e analizzare perché per le persone, in particolare per le donne, è un vero segno di potere poter conoscere e sentirsi in controllo di sé.

Il sistema patriarcale che governa la società determina determinati ruoli per le donne, destinandole alla sottomissione e al silenzio, spesso riponendo le decisioni sulla vita, le azioni e i pensieri nelle mani degli uomini. Pertanto, è importante ripristinare la dignità delle donne, sapendo che sono padrone di se stesse.



## LA PUERTA VIOLETA

Origine: Spagna

Composizione: 2017

Artista: Rozalén 2017. María de los Ángeles Rozalén Ortuño.  
Cantante, compositrice e musicista.

La Puerta Violeta (in italiano La porta viola) parla di violenza domestica, una situazione che le donne sperimentano costantemente e quotidianamente, spesso in modo visibile e talvolta normalizzato, perché la nostra società patriarcale e sessista assegna diritti agli uomini rispetto alle donne. Ciò è diventato ancora più evidente durante la pandemia che stiamo vivendo.

Questa canzone è un grido, un appello alle donne affinché migliorino e diventino più forti. L'uso di simboli descrive una situazione di abuso e oppressione, che impedisce la libertà e l'autoespressione. Appare un "mostro grigio", che rappresenta un sistema patriarcale che opprime e priva di potere il genere femminile, evidenziato dalla disuguaglianza.

Il colore viola rappresenta la lotta femminista per i diritti delle donne e la libertà di espressione. La porta è il sentiero che conduce a quella nuova vita, rappresentata dal colore verde della speranza, di un nuovo inizio, di una rinascita, di una presa di controllo della propria vita.



## RESPECT

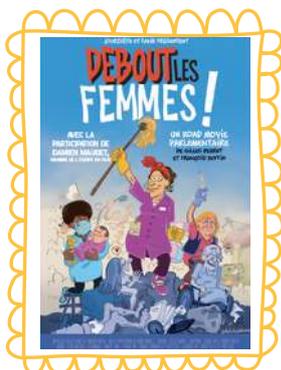
Origine: Stati Uniti

Composizione: 1965 (originale di Otis Redding) / 1967 (cover di Aretha Franklin)

Artista: Aretha Franklin – Cantante, cantautrice e pianista statunitense, nota come la "Regina del Soul"

“Respect” (in italiano Rispetto) è un potente inno all'emancipazione femminile che esige rispetto e uguaglianza nelle relazioni e nella società. Sebbene la versione originale di Otis Redding parlasse dal punto di vista di un uomo che esigeva rispetto nella sua casa, Aretha Franklin trasformò la canzone in un messaggio iconico di autodeterminazione e dignità per le donne.

Fin dal suo lancio nel 1967, “Respect” è stato il simbolo della lotta per i diritti delle donne e l'uguaglianza razziale. Con la sua voce inconfondibile e la sua performance energica, Aretha Franklin ha trasformato questa canzone in un inno che ha trascenduto la sua epoca, risuonando con il movimento femminista e le richieste di giustizia sociale.



## DEBOUT LES FEMMES!

Origine: Francia

Composizione: 2019

Artista: Les Motivés – Collettivo musicale francese impegnato nella giustizia sociale e nella lotta per i diritti umani.

“Debout les femmes” (in italiano, Alzatevi, donne) è un appello alla resistenza e alla lotta delle donne contro l'ingiustizia, la disuguaglianza e l'oppressione. La canzone è un inno all'emancipazione che incoraggia le donne a farsi avanti, ad alzare la voce e a rivendicare il loro posto nella società con dignità e determinazione.

Questa canzone è diventata un simbolo della lotta femminista e sociale in Francia e nel mondo. Ispirato dallo spirito di resistenza e mobilitazione, Debout les femmes sottolinea l'importanza della solidarietà femminile nel raggiungimento dei diritti fondamentali. Con una melodia energica e un testo combattivo, la canzone mira a sensibilizzare e motivare al cambiamento.

Il loro messaggio è universale: le donne sono state storicamente emarginate, ma insieme possono sfidare strutture ingiuste e costruire un futuro più equo. In un contesto globale in cui la lotta per l'uguaglianza di genere rimane urgente, “Debout les femmes” si erge come un grido di libertà e giustizia, incoraggiando tutte le donne a non arrendersi e a continuare a lottare fino a quando non avranno raggiunto un mondo più giusto e umano.



## SOWA

Origine: Mali

Composizione: 2011

Artista: Fatoumata Diawara – Cantante, cantautrice e attrice maliana, riconosciuta per la sua fusione di musica tradizionale africana con influenze contemporanee.

“Sowa” è una canzone profonda che parla dell'abbandono e della sofferenza delle donne in Africa, in particolare di quelle rifiutate dalle loro famiglie o comunità. La canzone denuncia la discriminazione, la violenza e il dolore che molte donne affrontano, trasmettendo al contempo un messaggio di speranza e resilienza.

Sowa dà voce alle donne emarginate, ricordando loro l'urgenza di proteggere i loro diritti e la loro dignità. Fatoumata Diawara usa la sua arte per affrontare temi quali il matrimonio forzato, le mutilazioni genitali femminili e l'esclusione sociale, problemi che continuano a colpire molte donne in Africa e in altre parti del mondo.



## SUZIE NOMA

Origine: Kenya

Composizione: 2018

Artista: Muthoni Drummer Queen – Cantante, rapper e attivista keniota che fonde hip-hop, afrobeat e ritmi elettronici per affrontare questioni sociali e politiche.

“Suzie Noma” è una celebrazione dell'emancipazione femminile e dell'indipendenza in un mondo che spesso cerca di limitarle. La canzone ritrae una donna forte e autosufficiente che non ha paura di sfidare le norme imposte dalla società. È un inno alla fiducia in se stesse e alla capacità delle donne di raggiungere il successo alle proprie condizioni.

Muthoni, la regina della batteria, è nota per il suo attivismo attraverso la musica e con Suzie Noma trasmette un messaggio chiaro: le donne possono essere leader, imprenditrici, artiste e padrone del proprio destino. In un contesto in cui molte donne devono ancora affrontare barriere economiche, culturali e sociali, questa canzone ci ricorda che l'autosufficienza e il successo sono possibili con determinazione e coraggio.



## SALAMAT

Origine: Filippine

Composizione: 2007

Artista: Yeng Constantino – Cantautrice filippina nota per i suoi testi toccanti e la sua capacità di catturare emozioni di resilienza, gratitudine e potere nella sua musica.

“Salamat” (Grazie) è una canzone che esprime profonda gratitudine e apprezzamento, rendendo omaggio alle persone che hanno offerto sostegno e forza nei momenti difficili. La canzone sottolinea l'importanza della resilienza, dell'autostima e del potere di apprezzare il proprio percorso. Attraverso il suo tono melodico e incoraggiante, incoraggia le donne a riconoscere la propria forza e i sistemi di supporto che le sostengono.

Yeng Constantino, nota per il suo stile di scrittura emotivamente coinvolgente, usa Salamat per rendere omaggio all'emancipazione che deriva dall'unità e dalla fiducia in se stessi. In un mondo in cui le donne spesso devono affrontare pressioni sociali e sfide personali, questa canzone ci ricorda che gratitudine e forza interiore vanno di pari passo nel cammino verso l'emancipazione.



## TADHANA

Origine: Filippine

Composizione: 2010

Artista: Up Dharma Down (Armi Millare) – Gruppo alternativo filippino guidato dal cantautore Armi Millare, la cui voce potente e i testi introspettivi esplorano temi di identità, destino e forza personale.

“Tadhana” (Destino) è una canzone riflessiva che approfondisce i temi del destino, dell'autodeterminazione e della resilienza. Sebbene parli di desiderio e di viaggi personali, trasmette anche un messaggio di perseveranza e capacità di affrontare le incertezze della vita. La strumentazione eterea e i testi evocativi creano un senso di potere, ricordando alle donne che hanno la forza di forgiare il proprio destino.

La voce unica di Armi Millare conferisce a “Tadhana” un carattere profondamente personale e potente. In quanto donna in un'industria musicale dominata dagli uomini, la sua presenza e la sua arte incarnano l'indipendenza e la forza che la canzone trasmette in modo sottile. In un mondo in cui alle donne viene spesso detto che il loro percorso è predestinato, questa canzone vuole ricordare che hanno il potere di plasmare il proprio futuro.



## CINTA SEJATI

Origine: Indonesia

Composizione: 2012

Artista: Bunga Citra Lestari – Cantante e attrice indonesiana nota per la sua capacità di fondere profondità emotiva con melodie pop moderne, affrontando temi di amore, resilienza e forza femminile.

“Cinta Sejati” (Vero amore) è una canzone che parla della profondità e della purezza dell'amore, non solo in senso romantico, ma anche come forza di resilienza e di autoaccettazione. Il testo sottolinea la forza dei legami autentici e il coraggio di abbracciare le proprie emozioni senza paura. Sebbene sia una ballata d'amore, trasmette anche un messaggio di indipendenza, ricordando alle donne che il vero amore dovrebbe dare forza, non limitare.

L'espressiva interpretazione di Bunga Citra Lestari dà vita a Cinta Sejati, un inno di grande forza emotiva. In un mondo in cui spesso ci si aspetta che le donne sacrificino la propria identità in nome dell'amore, questa canzone offre una prospettiva rinfrescante: l'amore dovrebbe essere una fonte di potere, non di limitazione.



## AKU WANITA

Origine: Indonesia

Composizione: 2002

Artista: Reza Artamevia – Cantante pop e soul indonesiano la cui musica esplora temi di autostima, indipendenza e potere.

“Aku Wanita” (Io sono donna) è una coraggiosa affermazione di forza, sicurezza e identità femminile. Il testo sottolinea il diritto delle donne a prendere le proprie decisioni, a perseguire i propri sogni e a pretendere rispetto. È un inno per coloro che si rifiutano di essere definiti dalle aspettative della società, che celebra la bellezza dell'indipendenza e della resilienza.

La voce potente di Reza Artamevia conferisce ad Aku Wanita un senso di convinzione e orgoglio. La sua presenza di spicco sulla scena musicale indonesiana riflette il messaggio della canzone: le donne possono mantenere salda la propria identità. In un mondo in cui le donne spesso lottano per ottenere riconoscimento e autonomia, questa canzone è una potente affermazione del loro valore e della loro capacità di agire.



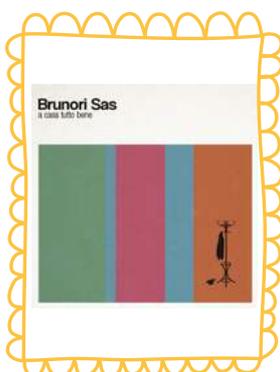
## BADAL PE PAON HAIN

Origine: India

Composizione: 2007

Artista: Shreya Ghoshal – Rinomata cantante indiana, la cui versatilità le consente di catturare emozioni profonde e messaggi potenti attraverso la sua musica.

Badal Pe Paon Hain (Testa tra le nuvole) è una canzone che simboleggia la libertà, l'ambizione e il potenziale illimitato delle donne. Il testo descrive una giovane donna che abbatte le barriere e osa sognare in grande, abbracciando le sue aspirazioni senza paura. Con la sua melodia stimolante e il suo messaggio poetico, la canzone motiva le donne a credere in se stesse e a raggiungere nuovi traguardi. La voce delicata ma potente di Shreya Ghoshal esalta il messaggio di speranza e di empowerment del brano. In una società in cui le ambizioni delle donne sono spesso limitate dalle aspettative culturali, Badal Pe Paon Hain ci ricorda che hanno il diritto di sognare e perseguire i propri obiettivi senza paura.



## COLPO DI PISTOLA

Origine: Italia

Composizione: 2017

Artista: Brunori Sas – Cantautore italiano che unisce la musica indie a testi carichi di significato sociale ed emotivo, affrontando temi quali identità, relazioni e critica sociale.

“Colpo di Pistola” è una canzone che denuncia la violenza di genere e la tossicità nelle relazioni. Attraverso testi potenti, la canzone racconta la storia di una relazione che finisce in tragedia, esponendo il pericolo del possesso e del controllo in nome dell'amore. La musica, inizialmente calma, diventa più intensa, riflettendo la crescente tensione nella storia che racconta. Brunori Sas usa la sua arte per provocare una profonda riflessione su un urgente problema sociale. Colpo di Pistola è un monito sull'importanza di riconoscere i segnali di una relazione violenta e sulla necessità di spezzare il ciclo della violenza. In un contesto in cui molte donne affrontano ancora il pericolo della violenza domestica, questa canzone è un grido di allarme e un invito a denunciare l'ingiustizia.



## VUOTO A PERDERE

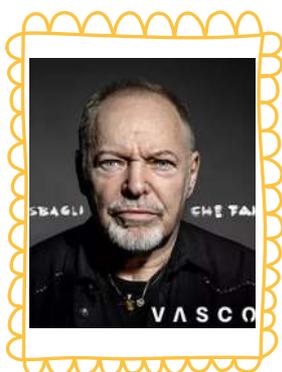
Origine: Italia

Composizione: 2011

Artista: Noemi - Noemi, pseudonimo di Veronica Scopelliti, è un'artista dalla voce inconfondibile in grado di misurarsi con il pop, il soul, il R'n'B e il blues.

Vuoto a Perdere è una canzone che parla del passare del tempo e della lotta interiore di una donna che affronta cambiamenti nella sua vita e nella sua immagine di sé. Attraverso il testo, la canzone riflette la pressione sociale sulle donne affinché rimangano giovani e perfette, ma sottolinea anche l'accettazione di sé e la bellezza della maturità. Con un'interpretazione intensa ed emozionante, Vuoto a Perdere trasmette un messaggio di autenticità e di accettazione di sé.

Noemi, con il suo stile inconfondibile, dà voce a una realtà che molte donne sperimentano: la paura del cambiamento, ma anche la liberazione che deriva dal riconoscere la propria forza. In una società ossessionata dai giovani, questa canzone diventa un inno all'emancipazione, ricordandoci che la vita e le esperienze plasmano la vera bellezza di una donna.



## SALLY

Origine: Italia

Composizione: 1996

Artista: Vasco Rossi - Vasco è considerato uno dei migliori cantautori e uno dei più rappresentativi artisti della musica italiana.

Il testo parla di una donna, Sally, che riflette sulla sua vita, sulle sue cattive decisioni, sugli errori che ha commesso, sul dolore che ha sofferto a causa degli altri.

Sally è una canzone introspettiva che racconta la storia di una donna che ha sopportato difficoltà e delusioni nella vita, ma che va avanti con forza e dignità. Attraverso i suoi testi malinconici e poetici, la canzone riflette il dolore, la solitudine e le esperienze che hanno plasmato il suo carattere. Nonostante tutto, Sally continua a camminare, simboleggiando la resilienza delle donne che non si arrendono di fronte alle avversità.

Vasco Rossi, pur essendo noto per il suo stile ribelle, in Sally riesce a catturare l'essenza di una donna che, nonostante abbia vissuto momenti difficili, continua ad andare avanti con determinazione. In un mondo in cui le donne spesso si scontrano con giudizi e aspettative, questa canzone ci ricorda che ogni cicatrice racconta una storia di forza e resilienza.



## 1. EVENTI SOLIDALI

Gli eventi sono un ottimo modo per raccogliere fondi, promuovendo al contempo lo spirito comunitario e sensibilizzando sulla missione clarettiana. Ecco alcune proposte concrete:

### Cena missionaria

**Obiettivo:** sensibilizzare l'opinione pubblica sulla missione clarettiana e raccogliere fondi attraverso un pasto condiviso.

**Organizzazione:**

- Scegli un menù con piatti tipici dei paesi in cui si svolge la missione clarettiana.
- Decora il luogo con elementi culturali provenienti da quelle missioni.



### Concerto di beneficenza

**Obiettivo:** sensibilizzare attraverso la musica e l'arte sull'importanza della missione.

**Organizzazione:**

- Invita cori parrocchiali, gruppi di musica cristiana o artisti locali.
- Richiedi una donazione ai partecipanti.
- Integra di testimonianza tra le canzoni.
- Proietta immagini del lavoro missionario sugli schermi durante il concerto.

### Mercatino missionario

**Obiettivo:** raccogliere fondi offrendo prodotti legati alla missione.

**Organizzazione:**

- Crea uno spazio con prodotti artigianali, rosari, immagini religiose, libri spirituali, tessuti o altri oggetti provenienti dai paesi di missione.
- Laboratori in presenza (ad esempio come realizzare un rosario missionario).
- Crea uno spazio di incontro per chiacchierare con i missionari.



### Lotteria di solidarietà

**Obiettivo:** raccogliere fondi distribuendo biglietti della lotteria.

**Organizzazione:**

- Ottieni ricompense tramite donazioni (ad esempio libri, immagini religiose, cene al ristorante, viaggi verso luoghi di pellegrinaggio).
- Offri i biglietti dopo le messe o durante gli eventi parrocchiali.
- Annuncia i vincitori sui social media o durante un evento speciale.





## 2. STRATEGIE LITURGICHE E PASTORALI

Le celebrazioni liturgiche e le attività pastorali possono essere momenti chiave per sensibilizzare e raccogliere fondi.

### Raccolta speciale per la Missione

**Obiettivo:** dedicare una colletta domenicale o una festa speciale al sostegno dei progetti missionari.

**Organizzazione:**

- Coordinarsi con le parrocchie per destinare una colletta alle missioni claretiane.
- Accompagna la colletta con una breve presentazione sulla missione (prima o dopo l'omelia).
- Rendi visibile la destinazione del denaro con immagini e testimonianze.

**Idee extra:**

- Distribuisci buste speciali in cui le persone possono lasciare le loro donazioni.
- Offrire opzioni di donazione digitale.



### Candele o biglietti di preghiera missionaria

**Obiettivo:** raccogliere fondi offrendo elementi simbolici della missione.

**Organizzazione:**

- Crea candele con frasi missionarie o biglietti con preghiere speciali.
- Offrile all'ingresso della chiesa dopo la messa oppure in un mercatino di beneficenza.

**Idee extra:**

- Offri la possibilità di ordinare candele personalizzate per occasioni speciali.
- Includi testimonianze su ogni immagine di preghiera.

### Missioni e predicazione missionaria

**Obiettivo:** sensibilizzare sulla missione e incentivare le donazioni.

**Organizzazione:**

- Invita i missionari a dare testimonianza nella parrocchia.
- Prepara una giornata di preghiera missionaria recitando il Rosario Missionario.
- Concludi con una raccolta speciale o un'offerta di articoli di beneficenza.

**Idee extra:**

- Organizza una processione con simboli missionari.
- Utilizza i social media per trasmettere la giornata in diretta.



**FACCI SAPERE  
COME HAI CELEBRATO E CHE  
ATTIVITÀ HAI ORGANIZZATO!!**

**INVIA  
LE TUE FOTO E VIDEO**



**projects@cmfgen.org**



**+39 351 737 4434**

**Condivideremo il tuo materiale  
attraverso i nostri canali!**



# GRAZIE!

## HANNO COLLABORATO ALLA RACCOLTA DEI MATERIALI

**ALETHIA MONSERRAT VARGAS TORREZ, BOLIVIA**

**ANA ESTÉVEZ, SPAGNA**

**ANGELA SANZ, SPAGNA**

**ANGIE LORENA SOSA MARÍN, COLOMBIA**

**ANUP CMF, INDIA**

**CARMEN GARCÍA, SPAGNA**

**CLAUDIA ANDREA HUIRCAN, ARGENTINA**

**CRISTIAN CORTEZ MOLLEDA, BOLIVIA**

**DORIS BALYA, REPUBBLICA DEMOCRATICA DEL CONGO**

**DULCE DOBARGANES, SPAGNA**

**EMILIA SENA PÉREZ, URUGUAY**

**ESTHER CALVO, SPAGNA**

**GABRIELA MOLINA RODRÍGUEZ, BOLIVIA**

**GISSELLE ZAMORA, COSTA RICA**

**INMACULADA MERCADO, SPAGNA**

**JAVIER HERNÁNDEZ CMF, COSTA RICA**

**JOEL NKONGOLO CMF, ITALIA**

**MARIE OKTAVIA KUMISA LUETE, REPUBBLICA DEMOCRATICA DEL CONGO**

**MÓNICA OYARZÁBAL, SPAGNA**

**MUJERES DE MASAGRAM Y JHAPLA, INDIA: MAMERI, MANDI, SEMOLI, MAMONI, LOTA, SUMI, RASMUNI, TRA ALTRE.**

**PAOLA PASTOR, BOLIVIA**

**PONSON TOPPO CMF, INDIA**

**RAFAEL VILLALOBOS, COSTA RICA**

**SANDRA MARTÍNEZ, SPAGNA**

**SERGIO REMY BUSTILLOS VILLENA, BOLIVIA**

**SILVANA DE OLIVEIRA BATISTA, BRASILE**

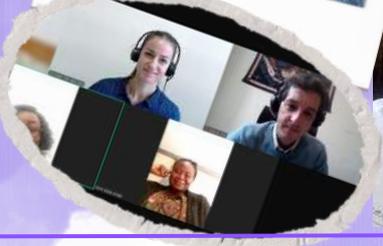
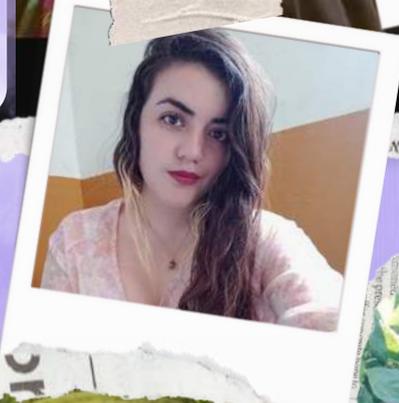
**STEPHANE UYUNGU CMF, REPUBBLICA DEMOCRATICA DEL CONGO**

**TELESPHOR AIND CMF, INDIA**





**GRAZIE!**



# SOSTIENI L'INIZIATIVA!

## FAI LA TUA DONAZIONE



## SEGUICI!



[instagram.com/claretianprocure/](https://www.instagram.com/claretianprocure/)



[facebook.com/procladerome](https://www.facebook.com/procladerome)

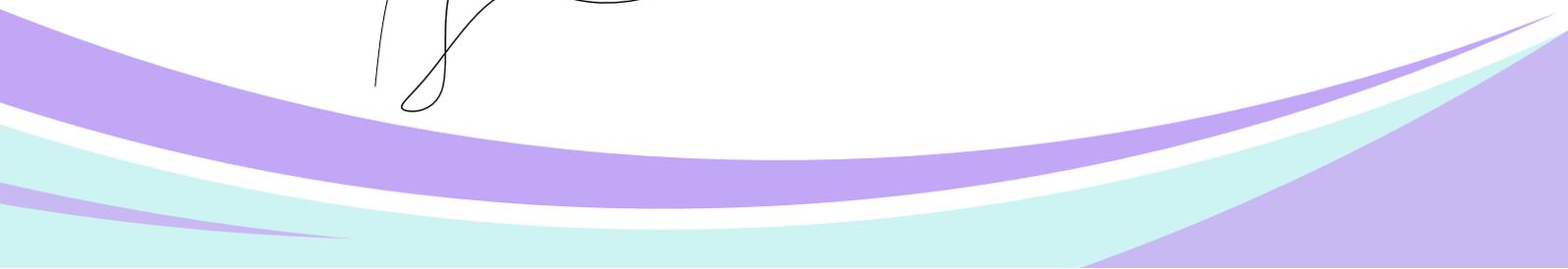


[www.somicmf.org](http://www.somicmf.org)



***“Il vero amore non ha limiti, ma sa  
come limitarsi, per andare  
incontro all’altro, per rispettarne  
la libertà dell’altro.”***

PAPA FRANCESCO  
DISCORSO DURANTE L'ANGELUS  
ROMA, 15 GIUGNO 2014



**Procura Generale delle Missioni  
Missionari Clarettiani**

Via Sacro Cuore di Maria, 5 - 00197 Roma (RM), Italia  
Tel. +39 06 80910022 | [procmis@cmfgen.org](mailto:procmis@cmfgen.org)

