

# Laudato Si' 2020

Tema: "Tutto è connesso"  
**Un ritiro di 9 giorni**  
16-24 maggio 2020



19 maggio 2020

Capuchin GEM (Movimento per un ambiente verde) – Ufficio del GPIC - Cappuccini

vol. 1 numero 4

Cari fratelli e sorelle,

Pace e bene.

Per commemorare il 5 ° anniversario di Laudato Si' , ti invitiamo a unirti a noi in un ritiro di 9 giorni.

Ogni giorno, ti forniremo materiali da cui puoi trovare ispirazione. Termineremo ogni sessione con una breve conclusione. Tutto ciò che ti è richiesto è di concederti qualche minuto ogni giorno per trovare un posto tranquillo dove leggere e riflettere in pace.

Per oggi, giorno 4, abbiamo tre argomenti:

1. Non ha dove posare il capo
2. Pasci i miei agnelli
3. La farmacia della natura e molti altri ...

Chiudiamo i tre argomenti con una conclusione.

Buona lettura e Dio ti benedica sempre!

Ufficio del GPIC, Cappuccini OFM

INGLESE (TESTO ORIGINALE)

TRADUZIONE ITALIANA

## I. Nowhere to lay His head

<sup>57</sup> As they were proceeding on their journey someone said to him, "I will follow you wherever you go."<sup>58</sup> Jesus answered him, "Foxes have dens and birds of the sky have nests, but the Son of Man has nowhere to rest his head." - Luke 9:57-58

Kalbay! We arrived at Kalbay early in the morning. It took us several hours of ride in an 'outrigger boat' to get there. Shortly after, patients started coming. Our work has begun!

## I. Non ha dove posare il capo

<sup>57</sup> Or avvenne che mentre camminavano per la via, qualcuno gli disse: "Io ti seguirò dovunque tu andrai."<sup>58</sup> E Gesù gli rispose: "Le volpi hanno delle tane e gli uccelli del cielo dei nidi, ma il Figliuolo dell'uomo non ha dove posare il capo."

- Luke 9:57-58

Kalbay! Siamo arrivati a Kalbay la mattina presto. Ci sono volute diverse ore di viaggio in una "barca a sostegno" per arrivarci. Poco dopo, i pazienti hanno iniziato a venire. Il nostro lavoro è iniziato!

As usual, the number of patients was overwhelming. In our mission areas at Jose Abad Santos, we would treat an average of 100 or more patients in a day. To keep myself going, I would take a deep breath, take a gulp of water and smile at the next patient. Our hosts would usually offer us some food while consultations are going on. In order that I would not feel guilty eating something while a long line of patients are hungrily watching me, I would often break the food into pieces and offer some to my patients. We eat, talk and heal at the same time. The children love it! They would smile, grab a piece of the food, forget all their fears and allow me to examine them with my stethoscope. I know some of my colleagues would frown on this practice but I am in the peripheries and the setup is far from ideal. When a small room is filled up with close to a hundred patients, with dogs and children under your examining table, and mothers running around to find their children because their turn to be examined has come, you do not have any more time to go out and eat. Luckily this time, the consultations were done on a porch so we had more breathing space.

Before the end of the day, we ran out of antibiotics for infants but still more mothers are arriving with their babies. All I had left were decongestants, mucolytics and antipyretics. I tried to make the best of what is available and gave the mothers instructions on how to care for their sick babies. A week after that, I received news that one of the babies I treated for cough died. The cough developed into severe pneumonia and as usual, there was no adequate medical assistance available in the area. I never forget my deceased patients. They are already part of my life.

It was already night time when we were finally able to rest. I was tired. The friar who helped me care for the patients was also tired. We talked a little after supper. In a short while, he started snoring.

I was tired but I cannot sleep. I went out of the mission house and sat at the porch. I took a deep breath and made a silent prayer, "Well Lord, here I am and there you are..." and then, silence. There are no more words to say. Words are no longer needed. I just sat in the presence of the Lord and

Come al solito, il numero di pazienti è stato travolgente. Nelle nostre aree di missione a Jose Abad Santos, tratteremmo una media di 100 o più pazienti in un giorno. Per continuare, faccio un respiro profondo, faccio un sorso d'acqua e sorrido al prossimo paziente. I nostri ospiti di solito ci offrono del cibo mentre sono in corso consultazioni. Affinché non mi sentirei in colpa mangiando qualcosa mentre una lunga fila di pazienti mi osservava avidamente, spesso spezzavo il cibo e lo offrivo ai miei pazienti. Mangiamo, parliamo e guariamo allo stesso tempo. I bambini lo adorano! Sorridevano, prendevano un pezzo di cibo, dimenticavano tutte le loro paure e mi permettevano di esaminarle con il mio stetoscopio. So che alcuni dei miei colleghi disapproverebbero questa pratica, ma sono nelle periferie e l'installazione è tutt'altro che ideale. Quando una piccola stanza viene riempita con quasi un centinaio di pazienti, con cani e bambini sotto il tuo tavolo d'esame e madri che corrono in giro per trovare i loro bambini perché è arrivato il loro turno di esame, non hai più tempo per uscire e mangiare. Fortunatamente questa volta, le consultazioni sono state fatte su una veranda, quindi abbiamo avuto più spazio per respirare.

Prima della fine della giornata, abbiamo finito gli antibiotici per i bambini, ma altre madri stanno arrivando con i loro bambini. Tutto ciò che mi restava erano decongestionanti, mucolitici e antipiretici. Ho cercato di sfruttare al meglio ciò che è disponibile e ho dato alle madri istruzioni su come prendersi cura dei loro bambini malati. Una settimana dopo, ho ricevuto la notizia che uno dei bambini che ho curato per la tosse è morto. La tosse si è trasformata in grave polmonite e, come al solito, non era disponibile assistenza medica adeguata nell'area. Non dimentico mai i miei pazienti deceduti. Fanno già parte della mia vita.

Era già notte quando finalmente riuscimmo a riposare. Ero stanco. Anche il frate che mi ha aiutato a prendermi cura dei pazienti era stanco. Abbiamo parlato un po' dopo cena. In breve tempo, iniziò a russare.

Ero stanco ma non riesco a dormire. Sono uscito dalla casa della missione e mi sono seduto sulla veranda. Ho fatto un respiro profondo e ho fatto una preghiera silenziosa, "Bene Signore, eccomi e eccoti ..." e poi silenzio. Non ci sono più parole da

He kept me company. And then it struck me: "The Son of Man has nowhere to lay His head". At that instant, the passage had a deeper meaning for me. When you see a lot of suffering around you and you only have 'two fishes and five loaves of bread' to offer, how can you lay your head to rest? There are just so many things to do. In moments like this, I have learned that the best recourse is what the apostles did. Go to the Lord! Give Him the two fishes and five loaves and ask Him to multiply them a thousand fold. And do you know what happens afterwards? He always does it!

dire. Le parole non sono più necessarie. Mi sono appena seduto alla presenza del Signore e mi ha tenuto compagnia. E poi mi ha colpito: "Il Figlio dell'uomo non ha dove posare il capo". In quell'istante, il passaggio ha avuto un significato più profondo per me. Quando vedi molta sofferenza intorno a te e hai solo "due pesci e cinque pagnotte di pane" da offrire, come puoi riposare? Ci sono così tante cose da fare. In momenti come questo, ho imparato che il miglior ricorso è quello che hanno fatto gli apostoli. Vai dal Signore! Dagli i due pesci e cinque pani e chiedigli di moltiplicarli mille volte. E sai cosa succede dopo? Lo fa sempre!

## II. Feed my lambs

*When they had finished breakfast, Jesus said to Simon Peter, "Simon, son of John, do you love me more than these?" He said to him, "Yes, Lord, you know that I love you." He said to him, "Feed my lambs."*

- John 21:15

Whenever we conduct medical missions or open the parish office for consultations, we often have a small donation box with a message: 'Halad ko, tabang ko' (My offering, my help). Br. Renante Sasi, one of the brothers who helped me make the Capuchin Medical Mission a reality, coined that phrase. The patients know that whatever money they put in it will be used to help other patients. These small gestures by the patients have kept our mission going even in the lean months when we do not receive support from outside sources. The patients we treat help fund the medicines for the next group of patients. We always have just enough funds to keep the mission going.

It happened more than once when a malnourished mother carrying a malnourished baby would come to me for help. The situation will almost always be the same: (1) The baby is malnourished and weak (2) The mother is also malnourished and weak (3) The mother cannot breastfeed the baby because no milk is coming out of her breast. (4) The

## II. Pasci i miei agnelli

*Or quand'ebbero fatto colazione, Gesù disse a Simon Pietro: Simon di Giovanni, m'ami tu più di questi? Ei gli rispose: Sì, Signore, tu sai che io t'amo. Gesù gli disse: Pasci i miei agnelli.*

- Giovanni 21:15

Ogni volta che conduciamo missioni mediche o apriamo l'ufficio parrocchiale per consultazioni, spesso abbiamo una piccola scatola di donazioni con un messaggio: "Halad ko, tabang ko" (La mia offerta, il mio aiuto). fra Renante Sasi, uno dei fratelli che mi ha aiutato a trasformare in realtà la Missione Medica Cappuccina, ha coniato quella frase. I pazienti sanno che tutto il denaro che investono verrà utilizzato per aiutare altri pazienti. Questi piccoli gesti da parte dei pazienti hanno portato avanti la nostra missione anche nei mesi magri quando non riceviamo supporto da fonti esterne. I pazienti che trattiamo aiutano a finanziare le medicine per il prossimo gruppo di pazienti. Abbiamo sempre abbastanza fondi per continuare la missione.

Accadde più di una volta quando una madre malnutrita che trasportava un bambino malnutrito veniva da me in cerca di aiuto. La situazione sarà quasi sempre la stessa: (1) Il bambino è malnutrito e debole (2) La madre è anche malnutrita e debole (3) La madre non può allattare al seno perché non esce latte dal suo seno. (4) La madre ha paura che

mother is afraid that her baby might die.

il suo bambino possa morire.

I look at my guests and what I see is a sick and hungry mother forgetting her sickness and hunger in order to provide food and healing for her baby. When I ask where the father is, the mother would often look down. It is usually two things, she is a widow or her husband abandoned her to care for her children alone. The mothers try their best to make ends meet. They deprive themselves of food in order to feed their children. While doing that, they are simultaneously breastfeeding their babies. Soon they become more and more malnourished until they no longer have milk to give.

Guardo i miei ospiti e quello che vedo è una madre malata e affamata che dimentica la sua malattia e la fame per fornire cibo e cure al suo bambino. Quando chiedo dove sia il padre, la madre spesso guarda in basso. Di solito sono due cose, è una vedova o suo marito l'ha abbandonata per prendersi cura dei suoi figli da sola. Le madri fanno del loro meglio per sbarcare il lunario. Si privano del cibo per nutrire i loro figli. Mentre lo fanno, allattano contemporaneamente i loro bambini. Presto diventano sempre più malnutriti fino a quando non hanno più latte da dare.

I would go to the donation box, get some money and go to the store with the mother. We buy some milk and feeding bottles. We return to the clinic and I treat the mother and the baby, give them vitamins and pray hard that things will get better for them soon. We find joy whenever we receive news that a baby survived. I never knew whatever happened to the rest.

Andavo nella scatola delle donazioni, prendevo un po' di soldi e andavo al negozio con la madre. Compriamo del latte e biberon. Ritorniamo in clinica e tratto la madre e il bambino, do loro vitamine e prego duramente affinché le cose migliorino presto per loro. Troviamo gioia ogni volta che riceviamo notizie sulla sopravvivenza di un bambino. Non ho mai saputo cosa fosse successo agli altri.

Do you love me Peter? Feed my lambs.

Mi ami, Pietro? Pasci i miei agnelli.

### **III. Nature's pharmacy and many more...**

### **III. La farmacia della natura e molti altri ...**

One time, I was navigating a river with a tribal elder who is also a healer. He was showing me one herbal plant after another along the river and along the trails. He would give me names and healing properties of the plants. The information I received was so many that I could not memorize anything anymore. I was already suffering from information overload. But one vine stuck in my mind. I could not remember anymore its name (Information fatigue!) but I still remember how it's heart-shaped leaf and its rough stalk look like. The healer plucked one stalk from the vine and told me that it is used to treat toothache. I chewed the stalk and true enough, it released a minty tasted that was refreshing to the mouth. It reminds me of the dental fillings I used to receive when I sit in the dentist's chair.

Una volta stavo navigando su un fiume con un anziano tribale che è anche un guaritore. Mi stava mostrando una pianta di erbe dopo l'altra lungo il fiume e lungo i sentieri. Mi avrebbe dato nomi e proprietà curative delle piante. Le informazioni che ho ricevuto erano così tante che non riuscivo più a memorizzare nulla. Soffrivo già di sovraccarico di informazioni. Ma una vite mi è rimasta impressa nella mente. Non riuscivo più a ricordare il suo nome (stanchezza informativa!) Ma ricordo ancora come sono le foglie a forma di cuore e il suo gambo ruvido. Il guaritore strappò un gambo dalla vite e mi disse che è usato per curare il mal di denti. Ho masticato il gambo e abbastanza vero, ha rilasciato un sapore di menta che stava rinfrescando in bocca. Mi ricorda le otturazioni dentali che ricevevo quando mi siedo

Many times, the indigenous people would tell me that nature is their pharmacy, food market, hardware store and temple. All of them are true!

### **Nature as pharmacy**

I prefer to have good collaborations with tribal healers because when we work together, the people benefit much, much more. Whenever patient ask me if they can combine both western and tribal medicine I give them the affirmative answer. When I ran out of medicines, I turn to nature to supplement the healing remedies. My favorites are: (1) Aloe vera for burns and wounds. Its anesthetic properties immediately lessen the pain of the burn or the wound. I also noticed how the wound and the surrounding skin often improve after 24 hours. (2) Guava leaf infusions. These helped me a lot in treating weeping wounds and infected wounds. (3) Oregano leaves for cough. I usually place one leaf in a cup of hot water and drink it as a tea. I do not squeeze the leaf because it makes the tea bitter. Gentle infusion makes it more palatable. I cup of the tea three times a day for three days is often enough to get good results. If it still does not work then we already need antibiotics. (In the peripheries, we do not have laboratories so we treat empirically). The throat usually becomes a little itchy on the second day but improves afterwards. (4) Betel nut is quite unique. It assuages hunger. I discovered it during a survival training given to us by the Agta elders. The betel helped keep me from feeling hungry all the time.

### **Supermarket**

Knowing which plants are edible makes trips in the trail lighter and more fun.

One time, we were on our way back to the village after the elders taught the brothers some survival skills and we passed by some rasp berries. We carefully pick out the berries making sure not to touch its leaves because they can be very itchy. Walking back with berries in our hands and mouths made the trip much more pleasurable.

sulla sedia del dentista.

Molte volte, gli indigeni mi dicevano che la natura è la loro farmacia, il mercato alimentare, il negozio di ferramenta e il tempio. Tutti sono veri!

### **La natura come farmacia**

Preferisco avere buone collaborazioni con i guaritori tribali perché quando lavoriamo insieme, le persone beneficiano molto, molto di più. Ogni volta che il paziente mi chiede se possono combinare la medicina occidentale e quella tribale, io do loro la risposta affermativa. Quando finisco le medicine, mi rivolgo alla natura per integrare i rimedi curativi. I miei preferiti sono: (1) Aloe vera per ustioni e ferite. Le sue proprietà anestetiche riducono immediatamente il dolore dell'ustione o della ferita. Ho anche notato come la ferita e la pelle circostante migliorino spesso dopo 24 ore. (2) Infusi di foglie di guava. Mi hanno aiutato molto nel trattamento delle ferite piangenti e delle ferite infette. (3) Foglie di origano per la tosse. Di solito metto una foglia in una tazza di acqua calda e la bevo come tè. Non schiaccio la foglia perché rende il tè amaro. L'infusione delicata lo rende più appetibile. Una tazza di tè tre volte al giorno per tre giorni è spesso sufficiente per ottenere buoni risultati. Se continua a non funzionare, abbiamo già bisogno di antibiotici. (Nelle periferie non abbiamo laboratori quindi trattiamo empiricamente). La gola di solito diventa un po' pruriginosa il secondo giorno ma migliora in seguito. (4) La noce di betel è piuttosto unica. Allevia la fame. L'ho scoperto durante un addestramento di sopravvivenza che ci è stato dato dagli anziani di Agta. Il betel mi ha aiutato a non avere sempre fame.

### **Supermercato**

Conoscere quali piante sono commestibili rende i viaggi in pista più leggeri e più divertenti.

Una volta, stavamo tornando al villaggio dopo che gli anziani hanno insegnato ai fratelli alcune abilità di sopravvivenza e siamo passati da alcune bacche di raspa. Selezioniamo attentamente le bacche assicurandoci di non toccarne le foglie perché possono essere molto pruriginose. Tornare indietro con le bacche nelle mani e nella bocca ha reso il viaggio molto più piacevole.

## Hardware store

Temporary shelters made from materials of nature provide protection from the elements. A tribal leader once taught me a lesson on walking gently on the land through these shelters. It was already morning and we have just made it through the night in our makeshift shelters. I started creating a fire in order to clean the area I used during the night. I placed the used shelter materials in the fire when the tribal leader approached me. He told me in a very genial way that they do not burn the used shelter materials. They just leave it behind and allow nature to reclaim it. Because I was a bit stubborn I let the fire continue a bit before I let it die down. I realized he was right but I was too proud to admit it immediately. When I observed their shelters, they were made of very light materials and they used the materials to the minimum. He is right, with those light materials it is easy for nature to reclaim the area without the dirty black scars of fire and without the danger of the fire spreading out to the land. It will also not trap any unsuspecting animals because the materials they used are very minimal.

## Nature as temples

I placed this last because temple experiences are often too sublime for words. I would just like to say that we noticed and experienced that the more preserved creation is the deeper are the spiritual and mystical experiences one will have.

*“<sup>3</sup> There is no speech, nor are there words; their voice is not heard; <sup>4</sup> yet their voice goes out through all the earth, and their words to the end of the world.” – Psalm 19:3-4*

If you want to know more about this, experience is the best teacher.

## Conclusion

The first time the Agtas brought us with them to the forest, the tribal leader said: “Today, we will show you our culture.” Looking back, I agree very much with him. But nature is not only the culture of the indigenous people it is also the culture of the rest of humankind. We are slowly losing our

## Negozi hardware

I rifugi temporanei realizzati con materiali naturali offrono protezione dagli agenti atmosferici. Una volta un capo tribale mi ha insegnato una lezione su come camminare delicatamente sulla terra attraverso questi rifugi. Era già mattina e abbiamo appena superato la notte nei nostri rifugi di fortuna. Ho iniziato a creare un fuoco per pulire l'area che ho usato durante la notte. Ho messo i materiali di rifugio usati nel fuoco quando il capo tribale mi ha avvicinato. Mi ha detto in modo molto geniale che non bruciano i materiali utilizzati per il rifugio. Lo lasciano indietro e permettono alla natura di reclamarlo. Poiché ero un po' testardo, ho lasciato che il fuoco continuasse un po' prima di lasciarlo morire. Mi sono reso conto che aveva ragione, ma ero troppo orgoglioso per ammetterlo immediatamente. Quando ho osservato i loro rifugi, sono stati realizzati con materiali molto leggeri e hanno usato i materiali al minimo. Ha ragione, con quei materiali leggeri è facile per la natura recuperare l'area senza le sporche cicatrici nere del fuoco e senza il pericolo che il fuoco si sparga sulla terra. Inoltre, non intrappolerà alcun animale ignaro perché i materiali utilizzati sono molto minimi.

## La natura come templi

Ho inserito quest'ultima perché le esperienze del tempio sono spesso troppo sublimi per le parole. Vorrei solo dire che abbiamo notato e sperimentato che più la creazione conservata è tanto più profonde sono le esperienze spirituali e mistiche che si avranno.

*“<sup>3</sup> Non hanno favella, né parole; la loro voce non s'ode. <sup>4</sup> Ma il loro suono esce fuori per tutta la terra, e i loro accenti vanno fino all'estremità del mondo.”. – Salmi 19: 3-4*

Se vuoi saperne di più su questo, l'esperienza è il miglior insegnante.

## Conclusion

La prima volta che gli Agta ci portarono con sé nella foresta, il capo tribale disse: "Oggi, ti mostreremo la nostra cultura". Guardando indietro, sono molto d'accordo con lui. Ma la natura non è solo la cultura degli indigeni, è anche la cultura del resto dell'umanità. Stiamo

culture and our heritage as more and more forests are being destroyed.

I want our future generations to still experience the joy in the peripheries. The joy that nature brings. I still want them to have the heritage that we have received and cherished in our lifetime.

Whenever I tie my hammock on two trees and take a short nap on a hot summer day, I almost always feel like being placed back into the womb of mother nature. The wind would gently caress my back through the hammock netting and the sun would counter the coolness with its heat. Birds would sing their distinct songs, allowing me to identify some of their species and have a general idea of where they are. The soft creaking of three branches is like the creaking of a wooden cradle which gently lulls me to sleep. Soon, beautiful and meaningful dreams greet me and guide me.

While other places are busy creating concrete forests, the wooden forests are slowly dwindling. This is the reason why I am hoping that we Capuchins can make a difference somehow. We need to rebuild the forests. We need to plant more greens. We need to replace the dwindling green patches of the earth with new and vibrant green patches of our convents and the lands entrusted to our care. We also need to extend this green patches to the homes of the people we serve to provide them with sustenance especially at this time when quarantines have caused many people hunger. We will be talking more about this dream in the days to come.

May the Lord bless us, protect us from all evil and bring us to everlasting life. Amen.

**Br. Joel de Jesus, OFM Cap**  
Director, Office of JPIC, OFM Capuchins

lentamente perdendo la nostra cultura e la nostra eredità mentre sempre più foreste vengono distrutte.

Voglio che le nostre generazioni future sperimentino ancora la gioia nelle periferie. La gioia che la natura porta. Voglio ancora che abbiano l'eredità che abbiamo ricevuto e custodito nella nostra vita.

Ogni volta che lego la mia amaca su due alberi e faccio un pisolino in una calda giornata estiva, mi sento quasi sempre di essere ricollocato nel grembo materno della natura. Il vento mi accarezzava dolcemente la schiena attraverso la rete dell'amaca e il sole avrebbe contrastato il fresco con il suo calore. Gli uccelli canteranno le loro canzoni distinte, permettendomi di identificare alcune delle loro specie e avere un'idea generale di dove si trovano. Il leggero scricchiolio di tre rami è come lo scricchiolio di una culla di legno che mi fa addormentare dolcemente. Presto sogni belli e significativi mi salutano e mi guidano.

Mentre altri posti sono impegnati a creare foreste di cemento, le foreste di legno stanno lentamente diminuendo. Questo è il motivo per cui spero che noi cappuccini veniamo in qualche modo a fare la differenza. Dobbiamo ricostruire le foreste. Dobbiamo piantare più verdure. Dobbiamo sostituire le chiazze verdi in diminuzione della terra con nuove e vivaci macchie verdi dei nostri conventi e delle terre affidate alle nostre cure. Dobbiamo anche estendere queste macchie verdi alle case delle persone che serviamo per fornire loro sostentamento soprattutto in questo momento in cui le quarantene hanno causato la fame di molte persone. Parleremo di più di questo sogno nei prossimi giorni.

Possa il Signore benedirci, proteggerci da ogni male e portarci alla vita eterna. Amen.

**fra Joel de Jesus, OFM Cap**  
Direttore, ufficio di GPIC, OFM Cappuccini