



Progetto Rachele

**Manuale di risorse per la Pastorale del post-aborto
per sacerdoti e responsabili del Progetto Rachele (Edizione americana 2009)**

COMMISSIONE PER IL CLERO, LA VITA CONSACRATA E LE VOCAZIONI
COMMISSIONE PER LE ATTIVITA' PRO-VITA
CONFERENZA DEI VESCOVI CATTOLICI DEGLI STATI UNITI

**Questo manuale (del Dicembre 2016) è una versione riveduta e
corretta di una precedente traduzione italiana del 2010.**

Il documento *Progetto Rachele: Manuale di risorse per la Pastorale del post aborto per sacerdoti e responsabili del Progetto Rachele* è stato realizzato dalla Commissione per il Clero, la Vita Consacrata e le Vocazioni e dalla Commissione per le Attività Pro-Vita della Conferenza dei Vescovi Cattolici degli Stati Uniti (USCCB). È stato rivisto dai presidenti dei comitati, il Card. Seán O'Malley e il Card. Justin Rigali, rispettivamente, e ne è stata autorizzata la pubblicazione dal firmatario in basso.

Mons. David J. Malloy, STD
Segretario Generale, USCCB

Traduzione in lingua italiana e revisione completata a Dicembre 2016 da Monika Rodman Montanaro

Il testo di questo manuale può essere riprodotto totalmente o parzialmente senza alterazioni né modifiche da diocesi e seminari cattolici senza necessità di autorizzazione aggiuntiva, a condizione che la stampa riporti la seguente nota: “Ristampa (presa) da *Progetto Rachele: Manuale di risorse per la Pastorale del post aborto per sacerdoti e responsabili del Progetto Rachele*, copyright © 2009 Conferenza dei Vescovi cattolici degli Stati Uniti, Washington, DC. Tutti i diritti riservati”.

Questo Manuale non è vendibile.

Indice

Scritture ispiratrici	v
I Papi parlano alle donne che hanno abortito	vii
Prefazione	ix
Le madri	2
Le conseguenze dell'aborto sulla madre del bambino abortito	3
<i>La donna che ha abortito di recente</i>	<i>7</i>
Accompagnamento pastorale delle madri che soffrono per l'aborto	9
<i>Il Sacramento della Riconciliazione.....</i>	<i>10</i>
<i>Il ministero del sacerdote e il suo ruolo nell'accompagnamento</i>	<i>13</i>
<i>La donna che ha abortito di recente e il ministero del sacerdote</i>	<i>23</i>
I padri	25
Le conseguenze dell'aborto sul padre del bambino abortito	27
Accompagnamento pastorale degli uomini feriti dall'aborto	33
Altre persone ferite dall'aborto	38
Le conseguenze in altre persone ferite dall'aborto	39
La parrocchia	44
Comunicare speranza: Pastorale del post-aborto in parrocchia	45
<i>Omellerie ispiratrici sulla riconciliazione e la guarigione post-aborto.....</i>	<i>45</i>
<i>Altri strumenti utili nella parrocchia</i>	<i>46</i>
La diocesi	52
Impegno diocesano per la pastorale del post-aborto	55
<i>Come avviare un Progetto Rachele nella vostra diocesi</i>	<i>56</i>
<i>Forme aggiuntive di pastorale: Liturgie e ritiri spirituali</i>	<i>62</i>
<i>Valutazione e formazione delle operatrici e dei collaboratori</i>	<i>58</i>
<i>Lancio e promozione</i>	<i>61</i>
La prospettiva canonica sull'aborto	67
Appendici	70
Appendice A: Il ministero del sacerdote con chi è a rischio di abortire per una diagnosi prenatale infausta	71

<i>Appendice B: Preparazione al matrimonio: toccare il tema del lutto non elaborato per un aborto precedente</i>	74
<i>Appendice C: Benedizione di un monumento in onore dei bambini non nati a causa dell'aborto</i>	75
<i>Appendice D: Adorazione eucaristica (“Ora Santa”) per la vita</i>	79
Risorse suggerite	83
Risorse suggerite in lingua italiana	84
Risorse in lingua inglese (con descrizione in lingua spagnola)	84
Ringraziamenti	
Appunti personali	

Nota: Chiediamo scusa per le piccole imprecisioni nella impaginazione e formattazione.

**"Una voce si ode da
Rama, lamento e
pianto amaro:
Rachele piange i suoi
figli, rifiuta d'essere
consolata perché non
sono più".**

**Dice il Signore:
"Trattieni la voce dal
pianto, i tuoi occhi dal
versare lacrime,
perché c'è un compenso
per le tue pene; [...].**

**C'è una speranza per
la tua
discendenza.**

- Geremia 31, 15-17



«Sappi, figlia Mia, che il Mio cuore è la Misericordia stessa. Da questo mare di Misericordia le grazie si riversano sul mondo intero. Nessun'anima che si sia avvicinata a Me, è ripartita senza essere stata consolata. Ogni miseria affonda nella Mia Misericordia e da questa sorgente scaturisce ogni grazia salvifica e santificante. [...] ...È più facile che il cielo e la terra cadano nel nulla, piuttosto che un'anima fiduciosa non venga abbracciata dalla Mia Misericordia»

- Santa M. Faustina Kowalska, *Diario*, Libreria Editrice Vaticana, 2001, VI quaderno, pp. 584-585

I Papi* parlano alle donne che hanno abortito

“La Chiesa sa quanti condizionamenti possono aver influito sulla vostra decisione, e non dubita che in molti casi s'è trattato d'una decisione sofferta, forse drammatica. Probabilmente la ferita nel vostro animo non s'è ancor rimarginata. In realtà, quanto è avvenuto è stato e rimane profondamente ingiusto. Non lasciatevi prendere, però, dallo scoraggiamento e non abbandonate la speranza. Sappiate comprendere, piuttosto, ciò che si è verificato e interpretatelo nella sua verità. Se ancora non l'avete fatto, apritevi con umiltà e fiducia al pentimento: il Padre di ogni misericordia vi aspetta per offrirvi il suo perdono e la sua pace nel sacramento della Riconciliazione. Allo stesso Padre ed alla sua misericordia voi potete affidare con speranza il vostro bambino. Aiutate dal consiglio e dalla vicinanza di persone amiche e competenti, potrete essere con la vostra sofferta testimonianza tra i più eloquenti difensori del diritto di tutti alla vita. Attraverso il vostro impegno per la vita, coronato eventualmente dalla nascita di nuove creature ed esercitato con l'accoglienza e l'attenzione verso chi è più bisognoso di vicinanza, sarete artefici di un nuovo modo di guardare alla vita dell'uomo.”

-Giovanni Paolo II, *Evangelium vitae* (Il Vangelo della Vita), n.99 (1995) www.vatican.va

“La Chiesa, sull'esempio del suo Divino Maestro, ha sempre di fronte le persone concrete, soprattutto quelle più deboli e innocenti, che sono vittime delle ingiustizie e dei peccati, ed anche quegli altri uomini e donne, che avendo compiuto tali atti si sono macchiati di colpe e ne portano le ferite interiori, cercando la pace e la possibilità di una ripresa.

A queste persone la Chiesa ha il dovere primario di accostarsi con amore e delicatezza, con premura e attenzione materna, per annunciare la vicinanza misericordiosa di Dio in Gesù Cristo. E' lui infatti, come insegnano i Padri, il vero Buon Samaritano, che si è fatto nostro prossimo, che versa l'olio e il vino sulle nostre piaghe e che ci conduce nella locanda, la Chiesa, in cui ci fa curare, affidandoci ai suoi ministri e pagando di persona in anticipo per la nostra guarigione.”

-Benedetto XVI, Discorso ai partecipanti al Congresso Internazionale “L'olio sulle ferite. Una piaga alle risposte dell'aborto e del divorzio”, (5 aprile 2008), www.vatican.va

“L'aborto aggrava il dolore di molte donne che ora portano con sé profonde ferite fisiche e spirituali soccombendo alle pressioni di una cultura secolare che svaluta il dono di Dio della sessualità e il diritto alla vita del nascituro...”

- Francesco, Visita *ad limina* dai vescovi dell'Africa meridionale (25 aprile 2014)

*NOTA: Le parole di Papa Francesco sono state aggiunte all'originale.

“Uno dei gravi problemi del nostro tempo è certamente il modificato rapporto con la vita. Una mentalità molto diffusa ha ormai fatto perdere la dovuta sensibilità personale e sociale verso l'accoglienza di una nuova vita. Il dramma dell'aborto è vissuto da alcuni con una consapevolezza superficiale, quasi non rendendosi conto del gravissimo male che un simile atto comporta. Molti altri, invece, pur vivendo questo momento come una sconfitta, ritengono di non avere altra strada da percorrere.

Penso, in modo particolare, a tutte le donne che hanno fatto ricorso all'aborto. Conosco bene i condizionamenti che le hanno portate a questa decisione. So che è un dramma esistenziale e morale. Ho incontrato tante donne che portavano nel loro cuore la cicatrice per questa scelta sofferta e dolorosa. Ciò che è avvenuto è profondamente ingiusto; eppure, solo il comprenderlo nella sua verità può consentire di non perdere la speranza. Il perdono di Dio a chiunque è pentito non può essere negato, soprattutto quando con cuore sincero si accosta al Sacramento della Confessione per ottenere la riconciliazione con il Padre.

Anche per questo motivo ho deciso, nonostante qualsiasi cosa in contrario, di concedere a tutti i sacerdoti per l'Anno Giubilare* la facoltà di assolvere dal peccato di aborto quanti lo hanno procurato e pentiti di cuore ne chiedono il perdono. I sacerdoti si preparino a questo grande compito sapendo coniugare parole di genuina accoglienza con una riflessione che aiuti a comprendere il peccato commesso, e indicare un percorso di conversione autentica per giungere a cogliere il vero e generoso perdono del Padre che tutto rinnova con la sua presenza.”

- Francesco, anticipando l'occasione del Giubileo Straordinario della Misericordia (1 Settembre 2015)

**NOTA: Aggiungiamo dalla Lettera Apostolica del Santo Padre Francesco “Misericordia et misera” a conclusione del Giubileo Straordinario della Misericordia, 21 Novembre 2016 (n. 12):*

“In forza di questa esigenza, perché nessun ostacolo si interponga tra la richiesta di riconciliazione e il perdono di Dio, concedo d'ora innanzi a tutti i sacerdoti, in forza del loro ministero, la facoltà di assolvere quanti hanno procurato peccato di aborto. Quanto avevo concesso limitatamente al periodo giubilare¹⁴ viene ora esteso nel tempo, nonostante qualsiasi cosa in contrario. Vorrei ribadire con tutte le mie forze che l'aborto è un grave peccato, perché pone fine a una vita innocente. Con altrettanta forza, tuttavia, posso e devo affermare che non esiste alcun peccato che la misericordia di Dio non possa raggiungere e distruggere quando trova un cuore pentito che chiede di riconciliarsi con il Padre. Ogni sacerdote, pertanto, si faccia guida, sostegno e conforto nell'accompagnare i penitenti in questo cammino di speciale riconciliazione.”

Prefazione

Nell'omelia del 2009, in occasione della festa dei Santi Pietro e Paolo, Papa Benedetto XVI ha sottolineato che: «Senza risanamento delle anime, senza risanamento dell'uomo dal di dentro, non può esserci una salvezza per l'umanità.»¹

Le attività pastorali e apostoliche che avvicinano le donne e gli uomini appesantiti dal peccato dell'aborto procurato al cuore misericordioso di Dio sono essenziali per la missione della Chiesa! Non è esagerato dire che il ministero ecclesiale di cura pastorale e di riconciliazione sacramentale dopo l'aborto è nel cuore della missione della Chiesa in questo momento della sua storia.

Molti grandi santi si sono meravigliati della misericordia di Dio. Il Curato d'Ars, san Giovanni Maria Vianney, patrono dei sacerdoti, nella cui memoria liturgica si è celebrato l'Anno Sacerdotale, ha compreso bene il grande tesoro di Dio. Nella sua "Lettera di indizione dell'Anno sacerdotale", Papa Benedetto ha scritto: "Il Curato d'Ars, nel suo tempo, ha saputo trasformare il cuore e la vita di tante persone, perché è riuscito a far loro percepire l'amore misericordioso del Signore. Urge anche nel nostro tempo un simile annuncio e una simile testimonianza della verità dell'Amore: *Deus caritas est.*"

San Giovanni Maria Vianney diceva spesso, e Papa Benedetto lo ha affermato nella sua lettera che «il Sacerdozio è l'amore del cuore di Gesù» e che «Senza il prete la morte e la passione di Nostro Signore non servirebbero a niente. È il prete che continua l'opera della Redenzione sulla terra».

I sacerdoti sono pertanto fondamentali per la pastorale del post-aborto. Attraverso il Sacramento della Riconciliazione, solo loro possono portare l'amore incondizionato e la misericordia di Cristo a coloro che sono feriti dal peccato. Attraverso il sacramento e l'accompagnamento pastorale, i sacerdoti aiutano a restaurare la salute spirituale, emotiva e mentale di coloro che sono feriti dal peccato dell'aborto e assisterli nel cammino di conversione e di guarigione. I vescovi cattolici degli Stati Uniti, nel loro primo *Piano pastorale per le Attività Pro-Vita* (1975) – che è stato sviluppato in risposta alla legalizzazione dell'aborto nel Paese – hanno impegnato le risorse pastorali della Chiesa per "le necessità specifiche di [...] coloro che hanno abortito o hanno preso parte a un aborto" (n.6). I vescovi hanno sottolineato, nel documento, che "è importante che ci rendiamo conto che la misericordia di Dio è sempre disponibile e senza limiti, che la vita cristiana può essere "restaurata" e rinnovata per mezzo dei sacramenti, e che l'unione con Dio può essere ottenuta nonostante i problemi dell'esistenza umana" (n. 24).

Il Progetto Rachele –una rete di collaboratori che opera nel cuore della Chiesa per accompagnare coloro che hanno abortito nel cammino verso la guarigione spirituale – è stato fondato nel 1984 da Vicki Thorn, allora direttrice pro-vita dell'Arcidiocesi di Milwaukee. Essendo un ministero ecclesiale radicato nelle diocesi, il Progetto Rachele è una rete di sacerdoti, psicologhe e altre persone laiche con formazione specifica, che offrono una risposta collaborativa di assistenza a coloro che soffrono per le conseguenze dell'aborto volontario o terapeutico. In base alle risorse diocesane, oltre all'attenzione personale si possono offrire gruppi di sostegno e ritiri spirituali. Oltre 150 diocesi hanno programmi di questo tipo, che nella maggioranza si chiamano Progetto Rachele. Questa pastorale si è diffusa in Canada e negli USA, e ora inizia lentamente ad espandersi anche in America Latina, Nuova Zelanda, Europa e Asia.

La prima edizione americana di questo manuale, di meno di 30 pagine, è stata pubblicata nel 1999, in previsione del Giubileo del 2000. Il nuovo materiale in questa edizione ampliata affronta il tema dell'impatto spirituale, emotivo e psicologico dell'aborto sui padri dei bambini abortiti, sui nonni di questi bambini e su altre persone coinvolte nella decisione dell'aborto o ferite dalla perdita del bambino, così come sugli altri membri della famiglia, inclusi i fratelli.

Inoltre, una nuova sezione (Sezione 5) propone un modello di sviluppo per una pastorale diocesana del post-aborto e include indicazioni dettagliate su come avviare e rafforzare quest'iniziativa.

Attraverso aggiornamenti periodici offerti dalle diocesi che avviano un Progetto Rachele, si manterranno informati i *leaders* dell'apostolato, sulle migliori pratiche per preparare sacerdoti,

«Un buon pastore, un pastore secondo il cuore di Dio, è il più grande tesoro che il buon Dio possa accordare ad una parrocchia e uno dei doni più preziosi della misericordia divina».

San Giovanni Maria Vianney, citato da Papa Benedetto XVI, "Lettera di indizione dell'Anno sacerdotale nel 150 anniversario del Dies Natalis del Curato d'Ars" (16 giugno 2009).

¹ Ad eccezione di dove sia indicato diversamente, tutte le citazioni del Papa provengono dalla pagina web del Vaticano: www.vatican.va.

psicologhe ed altre collaboratrici dell'equipe, e volontari amministrativi, così da sensibilizzare tutta la Diocesi sulle conseguenze dell'aborto e far conoscere ai fedeli la possibilità di trovare la pace di Dio.

Le Appendici di questo nuovo Manuale (sulla diagnosi prenatale infausta, sulla preparazione al matrimonio, sulla preghiera ed altro) sono state aggiunte per rispondere a richieste pervenute dal clero, dalle singole diocesi e dagli Uffici di pastorale familiare.

È nostra profonda speranza che la distribuzione di questo manuale di risorse in ogni diocesi degli Stati Uniti a tutti i ministri ordinati, ai consacrati e ai laici impegnati con la pastorale del post-aborto, assicuri che la pienezza della misericordia di Cristo sia proclamata e sia resa disponibile per coloro che sono stati feriti spiritualmente ed emotivamente per la loro partecipazione a un aborto. In quest'Anno Sacerdotale (*Nota: anno della pubblicazione del Manuale americano originale 2009*) facciamo nostra la preghiera di san Claudio de la Colombière, SJ, direttore spirituale di santa Margherita Maria:

Signore, sono nel mondo per mostrare agli altri la tua misericordia.
Altri ti glorificheranno
rendendo visibile il potere della tua grazia
attraverso la loro fedeltà verso di Te.
Da parte mia ti glorificherò
rivelando la tua bontà ai peccatori,
la tua misericordia senza limiti.
Rivelerò al peccatore che nessuno, per quanto grande
sia il suo peccato, deve dubitare del perdono.
Se ti ho offeso gravemente, amabile mio Redentore,
non permettermi di offenderti ancora di più pensando che
non sei tanto buono da perdonarmi.
Amen.²

Cardinale Seán O'Malley
Presidente
Commissione della USCCB per il Clero,
la Vita Consacrata e le Vocazioni

Cardinale Justin Rigali
Presidente
Commissione della USCCB per le
Attività Pro-Vita

² Saint Claude de la Colombière, SJ, *The Spiritual Direction of Saint Claude de la Colombiere* [La direzione spirituale di san Claudio de la Colombière], traduzione in italiano e adattamento a cura della redazione.

Prima Sezione

Le madri



Le conseguenze dell'aborto sulla madre del bambino abortito

Negli Stati Uniti vengono praticati in media, oltre 3000 aborti al giorno. Sin dal 1973, più di 50 milioni di bambini sono stati uccisi dall'aborto. Sebbene alcune donne riferiscano un trauma relativamente lieve dopo l'aborto, forse nessuna ne esce veramente illesa. Per molte, l'esperienza è devastante e causa loro un trauma emotivo, psicologico e spirituale grave e di lunga durata. Ogni vita persa a causa di un aborto, può colpire anche i padri, i nonni e i fratelli del bambino, e anche gli amici della madre e persino i loro futuri sposi e figli. L'evidenza di traumi post-aborto che durano decenni, che in passato è stata esclusivamente aneddotica, è stata adesso verificata da psicologi, ricercatori accademici e da coloro che sono attivi nella pastorale del post-aborto. Nella sezione "Risorse" di questo manuale sono citati articoli pubblicati in riviste di rilievo, che misurano la disfunzione dopo un aborto.

«Tutto quel che ho letto sull'aborto, prima di averlo vissuto, diceva che le donne non soffrono depressione o pentimento successivamente... potevo sperare di sentirmi sollevata».
«Ma chi l'ha detto?»
«Non sarò mai più la stessa».

È importante ricordare che la pratica dell'aborto non è iniziata con la sua legalizzazione. Negli Stati Uniti d'America la sentenza *Roe vs. Wade* (1973) ha semplicemente legalizzato l'aborto, ma i sacerdoti incontrano molte donne più anziane che abortirono durante la Grande Depressione o la Seconda Guerra Mondiale. Queste donne possono sentirsi agitate man mano che si avvicina la morte. Quando il sacerdote viene chiamato ad occuparsi di una situazione simile è una buona pratica pastorale dire: "Non c'è nulla che Dio non possa perdonare, nemmeno l'adulterio, nemmeno l'aborto..." ed elencare alcuni altri peccati. Menzionando l'aborto, il sacerdote permette di dare sfogo all'anima.

Il significato e l'impatto di un aborto possono cambiare nel corso della vita di una donna. È impossibile prevedere quando i problemi relativi all'aborto potranno spingere una donna a cercare aiuto. Alcune donne chiamano il Progetto Rachele o altri programmi quasi immediatamente dopo un aborto. Spesso appaiono molto agitate, però descrivono se stesse come "intorpidite".

Alcune donne cercano consigli e ricorrono al Sacramento della Riconciliazione quando sono pronte per essere madri e quando rimangono di nuovo incinte.

Altre donne prendono coscienza della perdita quando si trovano di fronte all'infertilità, un aborto spontaneo successivo, una malattia grave, o la morte di una persona cara, soprattutto di un altro bambino. Altre possono non riconoscere la perdita fino a che i loro amici diventano nonni o loro stesse raggiungono la vecchiaia o si preparano a morire. È importante essere consapevoli che le donne agonizzanti possono essere appesantite dal senso di colpa per essere state coinvolte in un aborto, un peso che hanno difficoltà ad affrontare e confessare.

È impossibile per una donna dimenticare le sue gravidanze, anche se nega gli aborti che ha avuto. Le ricerche hanno dimostrato che le donne portano con sé cellule di ciascuna gravidanza che hanno avuto, apparentemente per il resto della loro vita.

Nel mondo attuale, è ampiamente riconosciuto che gli eventi traumatici possono causare una ferita emotiva considerevole ed essere superiori alla capacità di una persona di far fronte alle pressioni della vita. L'aborto è frequentemente descritto dalle donne e dagli uomini come una perdita traumatica; come risultato, possono capitare un dolore prolungato e non risolto e altri problemi post traumatici. L'intento dell'uso del termine "trauma post-aborto" non è quello di etichettare o promuovere la stigmatizzazione, ma invece quello di riconoscere quanto possa essere difficile per alcuni guarire dopo un aborto, e confessare la propria sofferenza. Anche i padri, i nonni e altri membri della famiglia possono subire una

perdita traumatica. Il lutto e la perdita hanno bisogno di essere riconosciuti, di essere espressi, di tempo, compassione e permesso. Solo nella presenza di questi fattori sarà possibile una guarigione interiore.

Vivere un lutto dopo l'esperienza dell'aborto è normale. È il dolore di una madre che ha perso un figlio in modo traumatico e innaturale. Alcune donne, soprattutto le donne giovani, potrebbero cercare aiuto per "ciò che hanno fatto" e non essere ancora pronte a riconoscere il proprio dolore e la perdita di un figlio. Dare a queste donne l'opportunità di parlare con un sacerdote, con una psicologa cattolica o una accompagnatrice pastorale del Progetto Rachele, persone comprensive ed esperte, può aprire loro la porta per affrontare i loro sentimenti relativi all'aborto. È sempre importante accogliere la donna che ha abortito dando il giusto peso allo stato d'animo in cui si trova in quel momento. Ad esempio, se ha già confessato l'aborto più volte senza riuscire a "sentirsi" perdonata, dobbiamo essere preparati ad aiutarla a superare questa sfida per poter continuare il suo percorso.

«Se non fosse per il Progetto Rachele starei ancora piangendo, ogni giorno. La mia Decisione era il primo pensiero che mi passava per la mente quando mi svegliavo. La mia Decisione mi ricordava che, sebbene potessi muovermi attraverso la quotidianità, non mi era permesso divertirmi con film comici o in momenti speciali in famiglia. La mia Decisione mi bloccava a metà della risata. Io non meritavo di ridere. Avevo commesso un atto imperdonabile».

Con milioni di aborti effettuati in tanti anni, è ogni volta più evidente che molte persone o hanno vissuto un aborto, o conoscono una collega, una familiare o una amica che ha abortito. Le conseguenze psicologiche negative dell'aborto sono attualmente riconosciute internazionalmente. Il mito secondo cui le conseguenze dell'aborto sono il risultato della "colpa cattolica" o della propaganda pro-vita è falso. Molti non credenti hanno riconosciuto la perdita duratura e dolorosa del proprio figlio a causa dell'aborto. Il loro lutto e sofferenza non sono basati sulla religione. Questo è dimostrato dalle reazioni di sofferenza delle donne in Giappone, in cui i cattolici rappresentano solo circa lo 0,4 % della popolazione e la maggioranza della popolazione è

buddista. In assenza di "propaganda" pro-vita, la loro necessità di perdono e riconciliazione con il bambino non nato è stata forte per decenni, e continua ad esserlo.

Mentre i sostenitori dell'aborto negli Stati Uniti hanno cercato di ignorare la verità vissuta di come l'aborto possa colpire negativamente la vita delle donne, oggi giorno anche loro stanno cominciando a rendersi conto che alcune donne in verità hanno bisogno di aiuto dopo un aborto.

Ogni donna manifesta un proprio insieme di sintomi di dolore. Di seguito alcune delle manifestazioni più frequenti:

- Sensi di colpa e vergogna
- Dolore per un lutto che non si può condividere
- Depressione e bassa autostima, alcune volte fino al punto di avere pensieri suicidi
- Allontanamento e/o alienazione dal compagno/sposo, dalla famiglia e dagli amici
- Paura che Dio la punirà o la stia punendo, per aver commesso un "peccato imperdonabile"
- Disordini alimentari, condotte auto flagellanti come "tagliarsi" (farsi male deliberatamente)
- Disfunzioni sessuali, promiscuità, o perdita del desiderio sessuale; problemi nell'intimità
- Problemi a stabilire vincoli affettivi con gli altri figli o con i figli successivi, incluso l'essere iperprotettiva, emotivamente distante, inaccessibile o invadente
- Rabbia profonda e inesorabile verso se stessa, verso il proprio compagno/marito, la propria famiglia, i propri amici, verso chi ha praticato l'aborto, e anche verso Dio
- Problemi di insonnia, inclusi incubi relativi all'aborto, scene retrospettive o la sensazione di "sentire" un bambino che piange
- Dipendenza da alcool e droghe usate per auto medicamento
- Desiderio urgente di una nuova gravidanza che sostituisca il bambino perso con l'aborto, ma che può portare ad un maggiore rischio di aborti successivi
- Reazioni di tristezza o depressione nella data dell'anniversario dell'aborto o nella data in cui era previsto il parto

- Rabbia o evasione quando le conversazioni vanno sul tema dei bambini o dell'aborto.
- Partecipazione al movimento pro-aborto o partecipazione malsana o squilibrata al movimento pro-vita.
- Attaccamento al lavoro.

Lo stress e la paura possono giocare un ruolo importante nella decisione di una donna di abortire. Alcune donne descrivono di essere state in uno stato mentale quasi alterato nel momento della decisione e durante l'aborto. Isolate, piene di paura e convinte di non poter e non dover cercare aiuto in coloro che le amano, molte donne prendono la decisione di abortire senza consultare altri.

Nel consultorio e nella struttura in cui si abortisce, le loro paure possono essere rinforzate quando vengono spinte a prendere una decisione immediata. Spesso c'è poca o nessuna discussione di alternative, tempo insufficiente di "consulenza", pressione ad andare avanti con la procedura abortiva, e divulgazione insufficiente e imprecisa sulla sicurezza fisica ed emotiva dell'aborto.

Quando le donne sono incinte e spaventate, l'istinto di autoconservazione prende il sopravvento. La gravidanza può essere vista come un problema che minaccia la vita, e le donne incinte che si sentono in questo modo faranno ciò che è necessario per sfuggire al problema. È così che molte donne ricorrono all'aborto. Più tardi, quando la realtà si consolida, possono essere perplesse e anche piene di orrore all'idea di essersi sottoposte a un aborto. Le donne che hanno sofferto questo tipo di reazione da stress possono essere più inclini ad abortire gravidanze successive. Quasi un aborto ogni due effettuati oggi sono di donne che hanno già abortito prima.

L'evidenza scientifica che sostiene che l'aborto è un fattore di stress traumatico con effetti avversi si è incrementata drammaticamente nell'ultima decade. I dati di due degli studi scientificamente più solidi (Fergusson et al., 2006, 2008) hanno dimostrato che l'aborto aumenta significativamente i rischi per la salute mentale nelle giovani donne:

- Il 27% delle donne che abortiscono, hanno dichiarato di avere idee suicide, con un tasso quattro volte maggiore rispetto alle donne che non sono mai state incinte e più di tre volte maggiore rispetto a quelle che hanno partorito.
- Rischio di idee suicide associate con l'aborto più alto del 61%.
- Rischio di depressione grave associata con l'aborto più alto del 31%.
- Il 42% delle donne giovani che hanno abortito, hanno riportato depressione grave all'età di venticinque anni.

Altri studi rigorosi su grande scala affermano incrementi simili dei rischi per le donne adulte:

- Le donne con una storia di aborto sono tre volte più propense, rispetto alle loro pari senza esperienza di aborto, a riportare una depressione significativa (Pedersen, 2008).
- Il tasso di suicidio è quasi sei volte maggiore tra donne che hanno abortito, rispetto alle donne che hanno partorito (Glisser et al. 1996, 2005).
- Il rischio di suicidio è del 154% più alto nelle donne che hanno abortito, rispetto alle donne che hanno partorito (Reardon et al., 2002).
- L'aborto aumenta il rischio di sviluppare un disordine bipolare nel 167% e depressione grave nel 45% (Coleman et al., 2009b).

Dati questi risultati della ricerca, è appropriato che i sacerdoti, le psicologhe ed altre accompagnatrici pastorali del Progetto Rachele indaghino sui sentimenti post-aborto della donna, i comportamenti ad alto rischio che potrebbe avere, i sentimenti di disperazione, vergogna o idee suicide, e il suo funzionamento generale. State attenti a commenti come "voglio stare con il mio bambino". Questo potrebbe indicare un'intenzione di suicidio, nel qual caso bisognerebbe affidarla immediatamente a un professionista della salute mentale.

Uno dei doni più importanti che si possa offrire a una donna che ha abortito è ascoltarla con compassione, farle domande con sensibilità, dimostrarle la propria comprensione del dolore che l'aborto può causare, e costruire una relazione che sia un'ancora di salvezza, una relazione che possa riportare alla speranza e aprire alla possibilità di un cambiamento positivo. Non c'è dono più grande per una persona traumatizzata e isolata, che sta lottando contro le correnti del disprezzo di se stessa, del dolore, della tristezza e della colpa. Così facendo, voi camminate sulle orme del Divin Medico e portate il Suo amore e la Sua misericordia.

Nota: Vi invitiamo a consultare ulteriormente i seguenti siti internet in lingua italiana:

pagina "Donne" del Progetto Rachele: <http://www.progettorachele.org/donne/aborto.html>

pagina "Postumi" del Progetto Rachele: <http://www.progettorachele.org/postumi/postumi.html>

"La salute delle donne dopo l'aborto" (traduzione del libro canadese):

<http://www.vignadirachele.org/postaborto.info/aborto%20salute%20donne.html>

La donna che ha abortito di recente

«Ho provato tanto dolore: la vergogna e la colpa e la paura che Dio mi odiasse. Piango ancora ogni giorno e penso al mio bambino... Come potrà mai perdonarmi Dio?»

Per molti anni le donne che avevano abortito di recente sono state reticenti ad avvicinarsi al Progetto Rachele per chiedere aiuto. Alcune erano nella fase della negazione, altre erano emotivamente intorpidite, altre ancora si sono semplicemente sentite alleggerite. Attualmente, sempre più spesso, la donna che ha abortito di recente va in cerca di aiuto pochi giorni dopo il suo aborto. Questo può essere di grande beneficio per lei e aiutarla ad evitare anni di

sofferenza.

In alcune donne, il trauma dell'aborto può non manifestarsi per mesi o per anni. In altre, può emergere nella data in cui era previsto il parto.

Non è insolito che una donna cerchi di rimanere incinta di nuovo entro un anno dopo il suo aborto. Questa gravidanza, rapidamente ricercata, può essere un tentativo di disfarsi dell'aborto traumatico, ricostruendo compulsivamente le stesse circostanze che l'hanno portata all'aborto, con la speranza di prendere la decisione di dare alla luce proprio figlio. Tristemente questo scenario spesso si deteriora in un altro aborto e in sentimenti di fallimento accresciuti. Se la donna che sta cercando orientamento manifesta il desiderio di un rimpiazzo, rassicuratela che è un desiderio normale, ma lei ha bisogno di concentrarsi adesso sulla guarigione dei propri sentimenti di dolore e perdita, prima di pensare a rimanere incinta di nuovo. Altre donne possono sentirsi costrette a rimanere incinte come mezzo per sentirsi amate e sicure nella relazione primaria. Troppo spesso, una gravidanza rapidamente ripetuta si trasforma in un altro aborto e nella duplice perdita del compagno. Possono anche entrare in gioco meccanismi biologici/ormonali che possono influenzare il desiderio di una donna, che ha abortito, di rimanere incinta di nuovo. La donna che ha abortito di recente può trovarsi in uno stato di shock fisiologico, psicologico e spirituale. Lo shock è comune dopo aver attraversato un momento traumatico. Anche se la donna comincia a elaborare il lutto, la predominanza dello shock può bloccare sentimenti di tristezza e depressione. L'insensibilità emotiva è parte dello shock. Alcune donne sotto shock esprimono pochi sentimenti; altre sono invase dal rimorso e dal dolore emotivo. Con il tempo, lo shock si può dissipare e le difese possono abbassarsi, mettendo la donna a contatto con forti emozioni negative che non aveva sentito prima. Alcune donne sentono colpa, ansietà, tristezza e lutto improvvisamente quando arriva la data in cui era previsto il parto del bambino abortito, o quando una sorella o un'amica rimangono incinte. Bisogna sapere che una donna che ha abortito di recente ed è in stato di shock o intorpidimento emotivo (caratterizzato, per esempio, da un viso senza espressione o con espressioni limitate) molto probabilmente non sarà capace di elaborare quel che è successo. Forzarla a farlo sarebbe controproducente. Lei può cercare di collaborare seguendo le indicazioni, solo perché il sacerdote o l'assistente le dice di farlo. Può entrare in quello che si chiama "pseudo-recupero"; e quando entra in una fase successiva di elaborazione del lutto, potrebbe pensare che ci sia qualcosa di intrinsecamente cattivo in lei, perché i problemi non risolti sono ritornati. Può essere che non cerchi

“

“Nel mio lavoro con il Progetto Rachele ho incontrato uomini e donne che si sentono oppresse dalla vergogna e l'isolamento. Lottano con la depressione e anche con pensieri suicidi. Attraverso il ministero di guarigione di Gesù, così come si esprime nel mio sacerdozio, sono stato capace di portare queste persone isolate alla riconciliazione con Dio e con se stesse. Il Progetto Rachele propone un cammino per poter uscire dall'oscurità e andare verso la luce, ed è stato profondamente gratificante per me essere parte di questo lavoro. Dato che i sacerdoti sono i "dottori dell'anima", mi piacerebbe incoraggiare i miei fratelli a utilizzare i doni che abbiamo ricevuto con la nostra ordinazione, per portare quella guarigione così necessaria a chi è stato ferito dall'aborto.”

*p. Jim Stack,
Arcidiocesi di Washington, D.C.*

altro aiuto, però può ripiegare su meccanismi disfunzionali di sopravvivenza come l'alcol o le droghe, e può anche avere idee suicide.

È importante che la accogliate “lì dove si trova” in quel momento del suo percorso, e ascoltiate le preoccupazioni che racconta. Queste possono essere relative a quanto è stato orribile l'intervento dell'aborto, la forzatura da parte dei suoi genitori o del suo compagno affinché abortisse, la fine della relazione con il suo compagno, o la solitudine di non poter raccontare a nessuno dell'aborto; o, se lo ha raccontato a qualcuno, può darsi che le abbiano detto che ha preso la decisione giusta. Se è una donna molto

giovane, può essere anche angosciata per qualcosa di poca importanza. Anche una questione apparentemente di scarsa importanza potrebbe angosciarla in quel momento. Lei può fare ulteriori passi nel suo cammino solamente in un ambito in cui si sente sicura. Inoltre, forse vi sta mettendo alla prova per vedere se veramente vi interessa, se siete disposti ad ascoltare realmente e se la comprendete. Seguite la sua linea di discussione per avvicinare quel che lei ha voglia di discutere. Se lei parla del suo bambino, voi potete fare lo stesso. Se non lo fa, non prendete voi il discorso. Dio le mostrerà tutta la verità nel momento in cui lei sarà capace di affrontarla.

Se lei parla di qualunque preoccupazione medica dopo l'aborto, le si dovrebbe consigliare di farsi visitare da un medico in un centro di cura di emergenza. I disordini ormonali possono causare senso di instabilità, pianto, furia o malessere generale. La privazione grave del sonno e la cattiva nutrizione dopo un aborto possono contribuire a sintomi psicotici e pensieri suicidi.

Se lei non è pronta per parlare direttamente della sua esperienza di aborto – molto meno di quel che significa per lei adesso - datele i mezzi per poter rimanere in contatto con il Progetto Rachele e ricevere maggiore attenzione quando sarà pronta. Quando sarà passata la data in cui era previsto il parto, può darsi che si senta più aperta a cominciare un percorso più approfondito cercando la vostra guida. Può darsi che non torni più, o può darsi che ritorni per aiuto quando non potrà più sopportare il dolore del lutto e la sofferenza. Offrirle attenzione affettuosa in questo momento rende possibile che lei torni a cercare aiuto successivamente.

«Posso dire con sincerità che la mia consolazione più profonda come sacerdote è stata assistere donne che hanno abortito, nel loro desiderio di fare un incontro con la misericordia di Dio. Perché? La salvezza delle anime è il lavoro di Dio ed è la Sua principale preoccupazione. Il Padre della Misericordia chiede ai Suoi sacerdoti, tramite i quali agisce in modo unico, di assistere le innumerevoli anime che si sono perdute a causa dell'aborto e che cercano buoni pastori che le riportino a casa».

*Mons. Robert Panke,
Arcidiocesi di Washington, D.C.*

Nota: Sulla tematica delle donne che hanno abortito di recente vi invitiamo a consultare:

pagina “Appena abortito”:

<http://progettorachele.org/guarigione/GuarigioneProntoSoccorso.html>

Accompagnamento pastorale delle madri che soffrono per l'aborto

Non c'è un profilo unico della donna che va alla ricerca di un sacerdote per essere

accompagnata in un cammino verso la guarigione post-aborto. Può darsi che s'identifichi come cattolica però abbia poca formazione di fede. O può esibire una condotta eccessivamente pia o scrupolosa, o addirittura può essere molto attiva nella chiesa come un modo per espiare il proprio aborto. Può partecipare alla Messa regolarmente e crescere i suoi figli nella fede. O può essere che non abbia mai più messo piede in chiesa dopo il suo aborto. Può essere molto giovane, anziana o avere un'età media. Può essere la donna arrabbiatissima che critica il parroco quando parla di aborto o quando predica "sulla vita".

Può essere che non abbia mai confessato il suo aborto, o può averlo fatto numerose volte. In ogni caso, senza dubbio crede di aver commesso un peccato grave. Teme il rifiuto della Chiesa, però al tempo stesso desidera disperatamente risanare quest'esperienza e riconciliarsi con Dio.

Lei ha bisogno di sapere sin dall'inizio che c'è speranza, che c'è la possibilità di guarire, e che esiste la promessa di aiuto e riconciliazione da parte della Chiesa, che si preoccupa per lei.

Una donna che ha abortito può avvicinarsi al sacerdote in qualunque momento. Può farlo nel confessionale, o può essere stata inviata da un'amica, dal Progetto Rachele locale o da un consultorio cattolico. Lei può comprendere di avere una profonda ferita spirituale che solo la misericordia e l'amore di Dio possono curare. Al tempo stesso, può credere di aver commesso "un peccato imperdonabile" e può temere il giudizio di Dio (che può sentire come meritato).

Il suo stile di vita può averla portata lungo un cammino che è stato dannoso per lei. Di fatto, può essere che non abbia mai veramente conosciuto un momento di salute emotiva e spirituale. Ecco le parole di una donna:

«L'aborto è stato quasi inevitabile, per come la mia vita andava. Io non avevo preso nessun impegno, nessun impegno serio, non vedevo nulla di male nell'aver relazioni solo perché non ero sposata, e quando mi sono resa conto di essere incinta, suppongo di non aver visto niente di male nell'abortire».

La donna che ha abortito può andare dal sacerdote con domande le cui risposte sono indispensabili per cominciare il suo cammino di cura. Può darsi che domandi: "Dio potrà perdonarmi? Mio figlio potrà perdonarmi? Io potrò perdonare me stessa? La Chiesa mi rifiuterà quando confesserò questo peccato? Dov'è mio figlio? Sparirà un giorno questo dolore terribile? È possibile guarire?"

In realtà ha bisogno disperatamente di compassione e di cura pastorale. Il sacerdote può incontrarla solo una volta o accompagnarla per un periodo di tempo, nella maggior parte dei casi in collaborazione con l'apostolato diocesano del Progetto Rachele. In ogni caso, Dio ha scelto il sacerdote come Suo strumento di aiuto.

Data la sensazione di vergogna che molte donne provano circa l'esperienza dell'aborto, può essere che abbiano una comprensibile reticenza a contattare un sacerdote nella propria parrocchia. Il Progetto Rachele può indirizzare in modo riservato donne e uomini a sacerdoti fuori dalla loro parrocchia. I sacerdoti non devono rimanere delusi e sentire di aver fallito nell'intento di raggiungere le persone, se le donne della loro parrocchia non si rivolgono a loro

"Parlare con donne che sono rimaste colpite dall'aborto mi ha aiutato a comprendere che la desolazione spirituale che sentono è incredibile. Molte credono di aver commesso un peccato imperdonabile e di essere destinate all'inferno, o di meritare una condanna a morte. La maggioranza soffre questa desolazione spirituale in silenzio, vergognandosi troppo e sentendosi indegne di cercare la riconciliazione con Dio".

*Mons. Robert Panke,
Arcidiocesi di Washington, D.C.*

direttamente. Il loro ministero di guarigione può raggiungere molti, senza che essi sappiano mai chi ne ha beneficiato.

Le informazioni che seguono aiuteranno i sacerdoti nel loro ministero con coloro che stanno soffrendo a causa dell'aborto, sia con il Sacramento della Riconciliazione sia con l'accompagnamento pastorale, spesso in collaborazione con il Progetto Rachele locale.

Nota: Sulla tematica del percorso di guarigione suggerito vi invitiamo a consultare: pagina "Verso la guarigione": <http://www.progettorachele.org/guarigione/guarigione.html>

Il Sacramento della Riconciliazione

“Celebrando il sacramento della Penitenza, il sacerdote compie il ministero del buon pastore che cerca la pecora perduta, quello del buon Samaritano che medica le ferite, del padre che attende il figlio prodigo e lo accoglie al suo ritorno, del giusto giudice che non fa distinzione di persone e il cui giudizio è ad un tempo giusto e misericordioso. Insomma, il sacerdote è il segno e lo strumento dell'amore misericordioso di Dio verso il peccatore.”

Catechismo della Chiesa Cattolica, n. 1465³

“Dio conta anche su di noi, sulla nostra disponibilità e fedeltà, per operare i suoi prodigi nei cuori. Nella celebrazione di questo Sacramento, forse ancor più che in altri, è importante che i fedeli facciano una esperienza viva del volto di Cristo Buon Pastore [...].

Ogni nostro incontro con un fedele che ci chiede di confessarsi, anche se in modo un po' superficiale, perché non adeguatamente motivato e preparato, può essere sempre, per la grazia sorprendente di Dio, quel «luogo» vicino al sicomoro in cui Cristo levò gli occhi verso Zaccheo. Quanto gli occhi di Cristo abbiano penetrato l'animo del pubblicano di Gerico è per noi impossibile misurarlo. Sappiamo però che sono, quelli, *gli stessi occhi che fissano ciascuno dei nostri penitenti*. Noi, nel sacramento della Riconciliazione, siamo strumenti di un incontro soprannaturale con leggi proprie, che dobbiamo soltanto rispettare e assecondare[...].

Questo è ciò che avviene in ogni incontro sacramentale. Non dobbiamo pensare che sia il peccatore, con il suo autonomo cammino di conversione, a guadagnarsi la misericordia. Al contrario, è la misericordia a spingerlo sulla strada della conversione. L'uomo, da se stesso, non è capace di nulla. E non merita nulla. La confessione, prima di essere un cammino dell'uomo verso Dio, *è un approdo di Dio nella casa dell'uomo*.

Potremo dunque trovarci, in ogni confessione, di fronte alle più diverse tipologie di persone. Di una cosa dovremo essere convinti: prima del nostro invito, e prima ancora delle nostre parole sacramentali, i fratelli che chiedono il nostro ministero sono già avvolti da una misericordia che li lavora dal di dentro. Voglia il cielo che anche attraverso le nostre parole e il nostro animo di pastori, sempre attenti a ciascuna persona, capaci di intuirne i problemi e di accompagnarne con delicatezza il cammino, trasmettendole fiducia nella bontà di Dio, riusciamo a farci collaboratori della misericordia che accoglie e dell'amore che salva.”

Giovanni Paolo II, Lettera ai sacerdoti per il Giovedì santo del 2002
www.vatican.va

³ *Catechismo della Chiesa Cattolica, www.vatican.va.*

Sondaggi recenti tra i sacerdoti indicano che molte donne che hanno abortito, si avvicinano a loro, per la prima volta, nel Sacramento della Riconciliazione durante l'orario abituale delle confessioni. Quando questo si verifica, si raccomandano i seguenti punti:

- Riconosciate il suo coraggio e la sua umiltà, la sua speranza e la sua fiducia nell'avvicinarsi al sacramento.
- Domandatele dolcemente se è la prima volta che confessa questo peccato. Probabilmente ha già visto diversi confessori, alcuni dei quali potrebbero aver rafforzato il suo senso di colpa o averla fatta vergognare inavvertitamente.
- Lei può sentire che il suo peccato è più grande di quel che la misericordia di Dio potrà mai sopportare, quindi rassicuratela sul grande amore di Dio, sulla sua misericordia e la sua grande compassione per ciascuno di noi – non importa che peccati abbiamo commesso.
- Non negate la gravità del peccato dell'aborto. Questo non solo sarebbe scorretto, ma negherebbe la realtà della sua esperienza.
- Lasciatela parlare. Lei ha bisogno di raccontare quel che non è stata capace di raccontare prima: la storia del suo aborto, il suo dolore successivo e le sue più grandi paure. Rassicuratela che le sue reazioni sono normali. Molte donne - per molti anni - non riescono a gestire i postumi emotivi e spirituali dell'aborto. Molte parlano dello stesso dolore e delle stesse paure.
- Domandatele da quanto tempo il suo o i suoi aborto/i ha/hanno avuto luogo. Le donne che hanno abortito di recente richiedono un'attenzione particolare. Per favore fate riferimento alle sezioni che riguardano "La donna che ha abortito di recente" (pag. 7 e pag. 23).
- Sappiate che lei può pensare di essere stata scomunicata. Per favore, fate riferimento alla Sesta Sezione "La prospettiva canonica sull'aborto", a pagina 67, per una spiegazione dettagliata sul tema.
- Scegliete una penitenza appropriata per facilitare la sua guarigione e la sua accettazione del perdono di Dio. Nello scegliere una penitenza, ricordate che forse lei ha già sofferto per molti anni. La penitenza deve riaffermare la vita. Tenete a mente che spesso lei è scrupolosa. Assicuratevi che la penitenza abbia una fine definitiva e parametri chiari. Se le suggerite che vada a messa ogni giorno, per esempio, finirà con l'aver paura che, se qualche volta perde una messa, anche se si tratta della messa feriale, non avrà più il perdono di Dio. Alcuni esempi utili di penitenza appropriata sono i seguenti:
 - Chiedetele che preghi (un Rosario, la Coroncina della Divina Misericordia, o un numero fisso di preghiere specifiche) per altri coinvolti nel suo aborto o nei suoi aborti. È una buona idea avere immaginette con istruzioni per recitare il Rosario o la Coroncina della Divina Misericordia nel confessionale e invitare la penitente a prenderne una quando le viene assegnata una di queste devozioni come penitenza.
 - Suggestele di offrire una messa feriale per il suo bambino abortito e/o per la guarigione della famiglia.
 - Invitatela a leggere, pregare e riflettere su uno o più dei seguenti passi della Scrittura, entrando nella storia per ascoltare la voce del Signore:
 - Luca 13,11-13 (La guarigione della donna con la schiena ricurva)
 - Luca 8,43-48, Matteo 9,20-22, o Marco 5,25-34 (L'emorroissa)
 - Luca 7,36-50 (La donna che lava i piedi di Gesù con le sue lacrime)
 - Giovanni 4,7-42 (La samaritana al pozzo)
 - Giovanni 8,2-11 (la donna sorpresa in adulterio)
 - Salmo 51 (Una preghiera di pentimento)
 - Salmo 103 (lode alla misericordia di Dio)

Potreste chiederle di essere la Buona Samaritana con coloro che incontrerà nelle prossime tre settimane, o che offra il proprio aiuto in una mensa per i poveri o che partecipi ad attività indirizzate verso i bisogni del prossimo, che possano aiutarla a non concentrarsi su se stessa e che l'aiutino ad avere un impatto positivo sulla vita di altri.

Così facendo, lei può accrescere la sua sensazione di valore come figlia di Dio. Le azioni per aiutare direttamente altri, insieme alla preghiera e alla Sacra Scrittura, sono molto benefiche.

Per una presentazione dettagliata circa l'eliminazione della censura della scomunica, si veda la Sesta Sezione "La prospettiva canonica sull'aborto", cominciando dalla pagina 67. Se una penitente dovesse essere soggetta alla pena, la maggior parte dei vescovi diocesani ha concesso la facoltà di scogliere la censura della scomunica ad alcuni sacerdoti della diocesi (ad es. ai penitenzieri). Anche gli ordini mendicanti (ad es. i francescani, i domenicani, i carmelitani) hanno avuto questo privilegio da molto tempo. In alcune diocesi questa facoltà viene estesa ancora più ampiamente durante i cosiddetti "periodi forti", ad es., la Quaresima. Nel dubbio, è meglio chiedere conferma al cancelliere diocesano.

Poiché ci sono forti limiti di tempo negli orari ordinari previsti per le confessioni, un sostegno aggiuntivo per la penitente può essere importante per la guarigione in corso. È essenziale, tuttavia, mantenere l'integrità del segreto della confessione. I sacerdoti che partecipano attivamente alla pastorale del post-aborto offrono i seguenti suggerimenti:

- È importante assicurare alla donna che il Sacramento della Riconciliazione è sufficiente per ricevere il perdono dei peccati e ottenere la pienezza della misericordia di Dio.
- Le si può suggerire che, spesso, il dolore e il lutto non riconosciuti, associati ad aborti precedenti, possono essere causa di una profonda sofferenza emotiva e spirituale e che, per questo motivo, i colloqui supplementari possono essere molto benefici.
- Se la donna rivela di aver confessato varie volte il suo o i suoi aborti, potrebbe aver bisogno di un aiuto per comprendere perché non riesce ad accogliere il perdono e la misericordia di Dio.
- Voi potete offrirle la vostra disponibilità per una consulenza pastorale in un altro momento. Potete anche indirizzarla ad un altro sacerdote della vostra parrocchia o della rete del Progetto Rachele, se voi non siete disponibili per orientamento pastorale o guida spirituale. Sarebbe importante spiegarle che a motivo del segreto professionale garantito a tutti i penitenti per la confessione, dovrà essere lei a prendere l'iniziativa di avvicinarsi a voi per fissare un orario di incontro, anche se subito dopo l'orario delle confessioni. Il mezzo più appropriato per facilitare un contatto, sarebbe quello di darle il nome e il numero di un altro organismo o persona. I biglietti da visita e gli opuscoli del Progetto Rachele o di altri riferimenti sono articoli importanti da tenere a portata di mano o nel confessionale.
- Potete darle un'immaginetta con una preghiera per aiutarla a continuare la guarigione. Potete anche darle una copia delle commoventi parole di San Giovanni Paolo II (*Evangelium vitae* 99) alle donne che hanno abortito, il cui testo è incluso in questo manuale alla pagina vii.

"Non so bene come dire grazie. Finalmente sento di tornare ad essere in pace con me stessa. Il Sacramento della Riconciliazione è stato un momento di liberazione per me. Quasi nello stesso modo in cui ricordo i dettagli di quell'orribile giorno di 14 anni fa, ricordo quelle parole di perdono, di essere stata assolta da tutti i miei peccati. Continuo a ripetermi questa frase nella mia mente e mi fa quasi piangere. Però ora sono lacrime purificatrici, guaritrici, invece di lacrime di profonda tristezza. Sono capace di vedere Dio nella mia vita e questo mi dà gioia. Mi sento degna di appartenere al popolo di Dio e di essere la migliore madre possibile per i miei tre figli. Spero che loro non conoscano né provino mai il dolore che io ho sofferto per tanto tempo".

- Una madre

Il ruolo del sacerdote nell'accompagnamento per la guarigione post aborto

Che sia prima o dopo la riconciliazione sacramentale, un sacerdote che collabora con il Progetto Rachele può essere di grande utilità nell'aiutare le donne a percorrere il cammino di guarigione interiore dal dolore e dalla sofferenza post-aborto, verso una nuova vita in Cristo. L'accompagnamento spirituale concepito in quest'apostolato differisce poco dal ministero sacerdotale di portare anime a Cristo. Non è un *counseling* professionale né una psicoterapia, e non implica necessariamente direzione spirituale di per sé, a meno che il sacerdote non sia qualificato specificamente in quest'ambito. I seguenti suggerimenti sono stati offerti da sacerdoti con esperienza nell'offrire la guida spirituale a breve termine alle donne che hanno vissuto l'aborto.

Ambiente pastorale

Prima che la donna arrivi al suo primo incontro con voi, pregate lo Spirito Santo chiedendo sapienza per orientarla verso la guarigione.

È prudente sistemare l'ufficio in modo tale che la persona che arriva possa sedersi tra voi e la porta. Dato il clima prevalente oggi, forse può essere prudente lasciare la porta leggermente socchiusa, se non si corre il rischio che la vostra conversazione sia ascoltata dal corridoio. Se la porta dell'ufficio ha un pannello di vetro, questa precauzione non sarà necessaria. Tenete dei fazzoletti di carta a sua disposizione. La donna che ha vissuto un aborto deve sentirsi libera di piangere senza pensare che questo vi mette a disagio. Alcune storie sono così dolorose e orribili che possono causare lacrime a voi che ascoltate. È importante che possiate riconoscere i propri sentimenti e dividerli, in modo onesto ma misurato, con la persona che sta cercando l'aiuto. In questo modo il sacerdote/l'accompagnatrice pastorale può essere un modello di apertura, e questo può avere un impatto considerevolmente positivo.

È di estrema importanza ricordare al personale della parrocchia la natura altamente confidenziale di questi incontri, al fine di evitare qualsiasi possibile mancanza di riservatezza nella canonica o nell'ufficio parrocchiale. Quando una persona chiama per chiedere un appuntamento e riferisce alla segretaria o a chiunque risponda al telefono di essere stata inviata dal Progetto Rachele o di aver visto un annuncio del Progetto Rachele sul bollettino parrocchiale, questa informazione deve essere trattata da tutti con la massima riservatezza. Allo stesso modo, non si deve dare per scontato che ogni persona che chiama per il Progetto Rachele debba necessariamente essere stata coinvolta nell'aborto.

Lunghezza del percorso e riferimenti ad altri

La donna che ha vissuto un aborto generalmente si incontrerà con voi una o più volte durante il percorso di guarigione, per avere orientamento e guida spirituale a breve termine. Inizialmente, gli incontri potranno aver luogo una volta alla settimana o diverse volte al mese, poi una volta al mese fino al termine. In alcuni casi la persona potrebbe desiderare di "coronare" il percorso fatto partecipando ad un ritiro spirituale per il post-aborto o di altro tipo (ad es. il ritiro della Vigna di Rachele).

Non siate riluttanti nell'inviarla ad altri perché abbia un aiuto in più. Se pensate che il progresso sia troppo lento, o se sospettate che abbia problemi più profondi (per esempio una malattia mentale, assuefazioni, disordini di alimentazione, abuso sessuale e forse qualche problema di relazione), dovrete inviarla a una psicoterapeuta della rete del Progetto Rachele o a qualcuno che sappia comprendere l'impatto profondamente negativo dell'aborto sulle donne, così come i fattori di complicazione supplementari nella sua vita. Se voi inviate la donna a un professionista della salute mentale esterno al Progetto Rachele, assicuratevi di conoscere bene le sue convinzioni e il suo approccio terapeutico, ecc. Inviarla a una psicoterapeuta che non ha una formazione adeguata sugli eventuali postumi psico-spirituali dell'aborto volontario o terapeutico, che crede che l'aborto sia "un diritto", o che sia ambivalente riguardo le convinzioni e i valori cristiani, può essere disastroso.

Standards e Limiti di condotta

La questione del comportamento del sacerdote nel Progetto Rachele è cruciale. Come sacerdoti che offrono consigli e accompagnamento spirituale, voi dovete essere la persona che stabilisce i limiti. Forse oggi più che mai questa consapevolezza deve essere la principale preoccupazione.

La pastorale del post-aborto è un accompagnamento offerto senza contatto fisico. Molte delle donne che voi incontrerete sono state ripetutamente maltrattate da uomini. Alcune portano ancora le ferite dell'abuso sessuale, oltre alle ferite dell'aborto.

Se nel corso dell'orientamento a una minorenne o una giovane adulta, lei dovesse rivelare di essere stata vittima di abuso sessuale, quando era minorenne, voi potreste essere obbligati a informare di questo abuso le autorità competenti secondo quanto indicano le leggi dello Stato. Il vostro ufficio diocesano di protezione dell'infanzia e della gioventù potrà informarvi sui requisiti che si applicano al caso.

Alcune donne possono essere seduttive, convinte che la loro sessualità sia tutto ciò in cui possono confidare, cercando di determinare se si possono fidare di voi, o cercando di sabotare una relazione tra le altre. Alcune donne possono sentire la necessità di mettervi alla prova, per vedere se siete chi dite di essere. Questa avvertenza non è per spaventarvi ma ha il fine di informarvi e aiutarvi a esercitare il vostro ministero in modo più efficace.

Dovete ammettere che come uomini, voi siete naturalmente protettivi. Il vostro istinto di proteggere si può manifestare quando avete a che fare con donne ferite e possibilmente indifese. Riconoscete questo in voi stessi, controllate e sappiate gestire in modo sano le vostre reazioni alla vulnerabilità di chi avete di fronte. Voi non siete il salvatore né il "cavaliere con l'armatura brillante".

Un sacerdote del Progetto Rachele, con esperienza, ha sviluppato queste regole, relativamente agli standards di comportamento:

- Quando lei arriva, sarebbe scortese non darle la mano. Questo è un segno socialmente atteso di benvenuto.
- È meglio lasciare semplicemente che la persona pianga, invece di avvicinarsi per confortarla toccandole la mano o dirle: "va tutto bene". La persona che sta piangendo può interpretare il contatto o il commento come se le sue lacrime vi mettessero a disagio. L'atto di piangere è molto terapeutico e non deve essere interrotto.
- Questa non è una pastorale "di abbracci". È molto facile per lei ricevere messaggi confusi. Se lei vuole abbracciarvi dopo una sessione di accompagnamento, rifiutate in tono gioviale o dite semplicemente: "Mi dispiace, non è niente di personale. Non accetto abbracci quando sto prestando cura pastorale" o "Questa è veramente opera di Dio. Ringrazi Lui".
- Quando state celebrando il Sacramento della Riconciliazione, se avete l'abitudine di imporre le mani sulla testa del penitente, dovrete sempre domandare prima se va bene che lo facciate. Il contatto con la testa può essere associato all'abuso sessuale vissuto sia da uomini che donne. È un segno di rispetto domandare e dare la possibilità di scegliere.
- Infine, al termine della relazione, allora e solo allora potrete decidere di accettare un abbraccio. Dovete usare la vostra saggezza pastorale per prendere questa decisione.

Le donne veramente apprezzano e hanno bisogno che voi stabiliate limiti chiari. Per molte donne, voi siete il primo uomo che potrebbero aver incontrato che non le giudica e non le maltratta. Loro apprezzano profondamente il vostro rispetto per loro. Per la prima volta potranno vedere se stesse come persone degne di rispetto e non più come persone che vengono usate da un altro.

Le donne hanno detto che apprezzano quando un sacerdote usa il clergyman o l'abito sacerdotale in questi incontri. Indica che voi siete un sacerdote *in persona Christi*.

Il primo incontro

Dichiarate il suo coraggio nel cercare di risanare quest'esperienza, riconoscendo quanto possa essere difficile parlare di decisioni che evocano colpa o vergogna, e quanto sia difficile rivelare le dolorose conseguenze emotive e di condotta per aver preso decisioni sbagliate.

Stabilite un'atmosfera di sicurezza (vedi "Ambiente Pastorale", sopra). È importante informarle che parte della cura comporta raccontare la storia per intero, non una versione asettica. Questo non è facile ed è in se stesso doloroso. Può essere imbarazzante raccontare esperienze traumatiche, per cui è importante che lei comprenda che, se vuole, può fermarsi nel racconto in qualsiasi momento. Questo le darà una sensazione di controllo sui suoi sentimenti, mentre sente di non averne invece il controllo.

Ascoltate attentamente le sue preoccupazioni e la sua storia per determinare a che punto del suo cammino di guarigione si trova. Alcune donne avranno intuitivamente cominciato un percorso per conto proprio. Altre potrebbero aver avuto una cattiva esperienza in qualche tentativo precedente di trovare una via d'uscita dal dolore che le accompagna.

Se l'unico modo in cui voi potreste averla conosciuta è attraverso un colloquio post-aborto, rassicuratela che non la saluterete in pubblico a meno che lei per prima non vi saluti.

Il percorso

Per la donna che ha abortito, il percorso di cura spirituale del trauma dell'aborto comprende:

1. Onestà con se stessa
2. Riconoscere il proprio figlio defunto e ristabilire con lui una relazione spirituale
3. Affidare suo figlio a Dio.
4. Dare e accettare perdono.
5. Riconciliazione e impegno per una nuova vita.

Spiegarle questo percorso e ottenere la conferma della sua disponibilità ad impegnarsi a seguirlo è importante ed è il modo più efficace per cominciare.

Di tutti i passi, il perdono è quello più critico. Quando lei decide di perdonare coloro che l'hanno abbandonata o maltrattata durante la presa di decisione di abortire, allora sarà possibile per lei credere che Dio può perdonarla, che il suo bambino può perdonarla e che può tornare a essere se stessa. Tenete conto che lei può perdonare gli altri senza la partecipazione di questi e senza che lo sappiano.

La riconciliazione è relazionata con il perdono, però implica la restaurazione di una relazione che è profondamente ferita. La riconciliazione è necessaria nella sua relazione con Dio, con il suo bambino e con se stessa.

Certezza della misericordia di Dio

Sin dal principio, rassicuratela dell'amore e della misericordia di Dio. Lei può essere più concentrata sul giudizio di Dio. Potreste dirle che gli apostolati del post-aborto sono in continua crescita. Continuate a rassicurarla sulla bontà di Dio per tutto il tempo in cui state con lei.

Invitatela e incoraggiatela a dire una preghiera in cui concede a Dio il permesso di guarirla. Può essere così semplice come "Dio, ti do il permesso di guarirmi. Credo in te e voglio il tuo amore." Spiegatele che spesso ci sentiamo così indegni dell'amore e della misericordia di Dio che teniamo la misericordia di Dio a distanza. Potete usare l'immagine del quadro che mostra Gesù che bussa alla porta, ricordandole che non c'è maniglia dal lato di Dio. Dio rispetta sempre il nostro libero arbitrio, però una volta che gli abbiamo aperto, ci guiderà lungo tutto il corso del nostro cammino. La preghiera aprirà la porta.

Nel secolo scorso, Gesù chiese a santa Faustina (Maria Faustina Kowalska, 1905-1938) che diffondesse il messaggio della sua Divina Misericordia. Santa Faustina ricevette l'immagine della Divina

Misericordia (con le braccia aperte e il cuore che emana amore e grazia) e la Coroncina della Divina Misericordia. Ricevette anche molti messaggi bellissimi circa l'amore immenso di Dio per ciascuno di noi, che annotò nel suo diario. Voi potete condividere passaggi del Diario di santa Faustina come questo:

«[...]Desidero riversare la Mia vita divina nelle anime umane e santificarle, purché esse vogliano accogliere la Mia grazia. I più grandi peccatori potrebbero raggiungere una grande santità, se soltanto avessero fiducia nella Mia Misericordia».

Santa M. Faustina Kowalska, Diario, Libreria Editrice Vaticana, 2001, VI quaderno, p. 586.

«[...]Quanto più grande è la miseria, tanto maggiore è il diritto che ha alla Mia Misericordia, ed esorta tutte le anime alla fiducia nell'insondabile abisso della Mia Misericordia, perché desidero salvarle tutte».

Santa M. Faustina Kowalska, Diario, Libreria Editrice Vaticana, 2001, III quaderno, p.398.

Raccontare la sua storia

Lei ha bisogno di raccontare la sua storia, con tutto il suo dolore, e voi dovrete essere un ascoltatore/un'ascoltatrice compassionevole. È possibile che lei stia vivendo una miriade di sensazioni, però la cosa più probabile è che dolore, vergogna e colpa profondi siano in cima alla lista. È possibile che abbia la necessità di raccontare la sua storia più di una volta. La prima volta, può essere che minimizzi o escluda alcune parti, fino a essere sicura che voi siate degni di fiducia. Riprendendo il racconto, lei potrebbe accettare il rischio di esporsi ad un dolore maggiore, raccontandovi forse di molteplici aborti o relazioni passate. La confidenza di un simile trauma di una persona, piena di vergogna, ad un'altra, è al tempo stesso un'esperienza potente e una testimonianza di umiltà. Al termine dell'incontro, è del tutto appropriato e benefico ringraziare questa persona per il coraggio di aver condiviso con voi la sua storia e la fiducia accordatavi.

Dissipare l'ira

L'ira è un sentimento scomodo senza dubbio, però legittimo. Quando l'ira detta le nostre azioni, può essere dannosa per se stessi o per altri, ma quando si esprime come segno di dolore profondo (ed è questo che è in realtà), allora può portare un sollievo e condurre verso la guarigione. Voi dovrete dare alla donna che ha abortito il permesso di essere arrabbiata con coloro che l'hanno tradita, in qualche modo, durante la decisione e l'esperienza dell'aborto. Questi potrebbero essere il padre del suo bambino, i suoi genitori, amici o il personale sanitario. Può essere che lei non si senta in diritto di essere arrabbiata, oppure che sia completamente dominata dall'ira, oppure che si trovi a metà strada tra le due condizioni. Ricordatele che questa rabbia è un sentimento legittimo e che, se rimane irrisolto, può portare alla depressione o a qualcosa di peggio.

Suggeritele di scrivere a coloro con cui è arrabbiata, perché scrivendo si può essere capaci di accedere alla verità che c'è nel proprio cuore. La lettera/le lettere verranno scritte a casa e non saranno inviate. Lei è libera di dire tutto quel che ha bisogno di dire. Dopo aver terminato ogni lettera, dovrebbe lasciarla da parte e tornare dopo a rileggerla. Spesso si acquisisce una visione profonda facendo così. Se lei vuole condividere le lettere con voi, invitatela a leggervele. Dare voce alla propria ira e al proprio dolore può essere di grande aiuto. Per alcuni sacerdoti e consulenti, ascoltare espressioni di ira può essere sconcertante e disagevole. Se questo è il vostro caso, allora questa sarebbe un'area in cui fare un'auto-esplorazione e pregare.

Incoraggiatela a fare qualcosa di simbolico con le lettere: distruggerle, soterrarle o bruciarle, ecc. Spiegatele che qualunque cosa decida, l'azione può essere un simbolo del lasciare andare tutta la sua ira, perché possa lasciare il posto al perdono per queste persone. Se lei non perdona, rimarrà attaccata a queste vecchie relazioni, cosa che può avere delle conseguenze sulle sue relazioni future.

Perdonare gli altri

Spiegatele che può avere bisogno di chiedere a Dio la grazia di perdonare gli altri. Perdonare è difficile.

Invitatela a pregare per coloro che le hanno fatto del male e che sta cercando di perdonare. Una preghiera utile è: “Dio mio, si faccia la tua volontà nella vita di _____”. Potete anche offrirle di celebrare una Messa per la guarigione di tutti coloro che sono coinvolti in questo aborto.

Comprendere l'aborto e accettarlo come la morte del proprio figlio

Nel nostro mondo, coloro che sostengono il “diritto” all'aborto si sono messi d'accordo per convincere la nostra cultura che:

- Una gravidanza non desiderata non è realmente “umana”
- Il diritto della donna a liberarsi di qualunque cosa indesiderata è moralmente corretto e giustificabile
- Colui che viene abortito è “solo tessuto”, “solo un grumo di cellule” o così piccolo o di aspetto tanto strano che non può essere umano. La donna che ha abortito ha accettato questa “informazione” per razionalizzare la propria decisione e pertanto rimane nella negazione dell'umanità del feto, meno che mai di suo “figlio”. Il sacerdote/l'accompagnatrice pastorale può aiutare la donna a superare questa negazione domandandole compassionevolmente che cosa crede che sia l'aborto.

È incredibilmente doloroso riconoscere che l'aborto è un'esperienza di morte. Può essere così terrificante che alcune donne non ammettono mai l'aborto davanti agli altri. Vivono la propria vita circondate di paura e vergogna. Il ruolo del sacerdote/accompagnatrice pastorale è quello di mantenere la speranza che guarire è possibile. La riconciliazione e la guarigione, tuttavia, sono possibili solo per una donna che riconosce che cosa è realmente un aborto, e la realtà di aver partecipato a quest'atto di morte. Quando cessa la negazione e la donna è in relazione con il sacerdote/accompagnatrice pastorale per aiutarla, le cateratte emozionali si aprono e il lutto, la tristezza e le lacrime trovano la loro espressione.

Questo può essere preceduto o interrotto da periodi di silenzio, nella misura in cui lei si va confrontando con ciò che sta sentendo e comprendendo. Incoraggiatela ad accettare questi sentimenti, invitatela a condividerli con voi, e assicuratele che voi pregherete in silenzio perché Nostro Signore la stringa a sé. Questo può succedere in un unico incontro con voi o durante molteplici visite in cui si verifica una parziale apertura di sentimenti e/o un parziale racconto della propria storia.

Dolore per il figlio perso

L'elaborazione del lutto per il figlio abortito può provocare una nuova esperienza traumatica e reazioni negative in quelle donne i cui aborti sono recenti, specialmente nelle adolescenti e in altre che non sono emotivamente mature o non sono pronte per affrontare il trauma del loro aborto. Queste donne possono non essere pronte ad accettare la realtà di aver contribuito decisamente alla morte del proprio figlio. Costruire una relazione di fiducia e sicurezza con voi è prioritario; le rivelazioni traumatiche dovrebbero essere incoraggiate solo nel momento in cui la relazione è abbastanza forte e la donna è pronta e disposta a rivelarle. Per favore, fate riferimento alla sezione “La donna che ha abortito di recente e il ministero del sacerdote” a pagina 23.

La donna che ha vissuto un aborto ed è pronta per rivelare i propri sentimenti, condividere la sua storia e accettare la realtà della morte di suo figlio, ha bisogno di essere incoraggiata ad elaborare il lutto per suo figlio o i suoi figli perduti. È importante essere sensibili al suo ambiente culturale, e incoraggiarla a vivere il lutto nel modo culturalmente più adatto a lei. Tenete presente che quando cominciate a lavorare con lei per la prima volta, potrebbe non ricordare o non sentirsi a suo agio raccontandovi quanti aborti ha avuto. Può essere che lei ne ricordi vividamente solo uno e ne parli con voi come primo “test”, però può essere che ricordi gli altri in forma vaga, inaccessibile, o che non li riveli di proposito perché le provocano troppa vergogna. Quando inizierà a piangere specificamente per suo figlio, Dio può rivelarle quanti altri figli ha perduto, o lei può semplicemente “lasciar uscire” la realtà di averne avuti altri. Quando una persona vive molti traumi, questi ricordi traumatici sono spesso raccolti in una parte del cervello a cui non si accede facilmente. Questa è la natura del trauma: cioè, una persona cerca

di controllare sentimenti che sono stati terrificanti e minacciosi, alternando tra il riviverli in modo doloroso (parzialmente o completamente) e l'evasione/negazione, con periodi intermittenti di comportamenti estremi o sensazioni intense.

Può essere che lei voglia sapere che cosa è successo a suo figlio o ai suoi figli. Leggetele o indicatele di leggere il paragrafo 99 dell'enciclica *Evangelium vitae* ("Il Vangelo della vita"), in cui San Giovanni Paolo II rassicura le donne della certa speranza con cui possono affidare il proprio bambino all'infinita misericordia del Signore. (Vedi il testo citato a pagina vii).

Il sesso del bambino

Dovreste domandarle dolcemente se lei abbia intuito se il suo bambino era maschio o femmina. Non possiamo piangere qualcuno che non conosciamo. Un bambino generico non è lo stesso che "mio figlio" o "mia figlia".

Può essere che dica: "No, però se fosse nato, lei avrebbe 18 anni adesso". Fatele notare l'uso istintivo del pronome femminile.

Può dire che non ne ha idea. Incoraggiatela a rimanere un momento in silenzio per pregare chiedendo di conoscere il sesso del suo bambino. È anche possibile che una donna possa aver abortito gemelli senza saperlo. Se lei cambia il sesso del bambino quando parla di lui o di lei, dovreste considerare con lei questa possibilità.

Il nome del bambino

Se lei si sente abbastanza sicura del sesso di suo figlio o dei suoi figli, invitatela a dare un nome a ciascuno e dopo a riferirsi a ciascuno per nome. Questo è un enorme regalo per lei, dare un nome a ciascun figlio è un privilegio che i genitori hanno in forma unica. Dare un nome al figlio conferisce a lui una concreta identità personale e l'aiuta a creare un legame spirituale ed emozionale con suo figlio.

Ricordatele la citazione di Geremia 1, 5: «Prima che io ti formassi nel grembo, ti ho conosciuto e prima che tu uscissi dal seno ti ho santificato».

Cominciare una nuova relazione con suo figlio

Incoraggiatela a scrivere una lettera a suo figlio (o figli) abortito/ti, dicendole tutte le cose che il suo cuore di madre anela. Lei potrebbe spiegare le circostanze che hanno riguardato l'aborto (le sue paure, le pressioni, la mancanza di sostegno, la sua mancanza di fiducia negli altri, il suo desiderio disperato di trattenere il fidanzato, ecc.). Può esprimere, anzi dovrebbe essere incoraggiata a farlo, il proprio amore per il figlio, raccontare la sofferenza per ciò che ha fatto, e chiedere il perdono del bambino. Questo è un compito a casa non facile, e la si deve incoraggiare a dedicarvi del tempo nei giorni prima dell'incontro successivo. Può darsi che abbia bisogno di interrompere la scrittura della lettera e proseguire più tardi.

Quando ritornerà con la lettera, invitatela a leggerla a voce alta, se lo desidera. Solitamente, le lacrime si intrecciano con le frasi scritte. Può anche essere di aiuto, dopo aver letto questa lettera speciale, far sì che chiuda gli occhi e rifletta in silenzio su ciò che lei crede che suo figlio potrebbe rispondere. Questo può essere molto potente e guaritivo. Alcune donne hanno anche scritto poesie o canzoni ai propri figli.

Affidare il proprio figlio a Dio

P. Robert Sears, SJ, già membro dell'Istituto di Studi Pastoralisti dell'Università di Loyola, suggerisce la seguente alternativa. Invitate la donna, seguendo la tecnica della contemplazione ignaziana, a immaginare di affidare il bambino a Gesù o alla Vergine Maria, raccolta in preghiera. Lei dovrà chiedere loro che custodiscano suo figlio e raccontare a Gesù e a suo figlio i desideri del proprio cuore.

È una consolazione per la donna sapere che suo figlio è in un luogo sicuro. Questo soddisfa la sua necessità di assumere la responsabilità spirituale per suo figlio.

Incoraggiatela a sviluppare una nuova relazione con suo figlio alla luce della Comunione dei Santi. Questo figlio può essere un potente intercessore per lei e la sua famiglia. Lei sarà per sempre la

madre del bambino; l'aborto non ha messo fine a questa relazione. Aiutatela a rendersi conto del figlio come creazione unica e irripetibile, che ora si trova con Gesù presso il Padre Celeste.

Commemorare il figlio

Incoraggiatela a trovare un modo speciale e con un significato personale per commemorare suo figlio. Esistono tanti modi creativi quante sono le donne.

Dato che non c'è mai stato un funerale per suo figlio, voi potreste offrirle di celebrare una messa in memoria di suo figlio. Può essere una messa privata o una messa feriale per un'intenzione speciale.

Includete preghiere di guarigione per tutti coloro che sono stati coinvolti. Se è una messa privata, la si potrebbe incoraggiare a incorporare Scritture e musica che abbiano un significato particolare per lei, sempre che siano appropriate per la messa.

Si può anche commemorare il figlio comprando o creando un oggetto che lo ricordi: una medaglia o una collana, un albero o un'altra pianta vivente per il suo giardino, una statua (come un angelo con un bambino), o un'opera d'arte o qualcosa fatto a maglia che simboleggi il bambino o la sua guarigione. Se lei decide di piantare un albero, spiegatele che, se per qualche motivo dovesse morire, non è un "segno di Dio" e può rimpiazzarlo con un'altra pianta vivente perché funga da memoriale.

Affrontare l'ira nei confronti di Dio

Parlate con lei della sua relazione con Dio. Può darsi che sia molto arrabbiata con Lui perché "ha permesso che rimanesse incinta" o per "non aver impedito l'aborto". Se è arrabbiata con Dio, ditele che va bene.

Ricordatele che nell'Antico Testamento la gente parlava apertamente con Dio quando era arrabbiata con Lui. Assicuratele che Dio non la punirà per la sua ira. Incoraggiatela a essere onesta e aperta nel condividere i suoi sentimenti con Dio. Questo tipo di "preghiera purificante" è meglio che la faccia quando si trova da sola, in un luogo isolato, o anche in macchina, dove nessuno può ascoltarla. Invitatela a gridare a Dio, a esprimere tutto il suo dolore e a dire tutto ciò che ha bisogno di dire. Verbalizzare il dolore è molto più efficace che pensarlo solamente o intellettualizzarlo. Lei saprà di aver finito quando sarà emotivamente sfinita. Una profonda sensazione di pace segue questa scarica di emozioni. Potrebbe anche scrivere una lettera a Dio, però non sarebbe tanto efficace come l'esprimere oralmente il suo dolore o la sua rabbia. Il modo di esprimere oralmente la sua rabbia dipende dalla personalità della donna e dalle sue caratteristiche individuali.

Alcune donne che trovano difficile riconciliarsi con Dio, possono prima approfondire la propria relazione con la Vergine Maria, come primo passo per sviluppare una relazione di fiducia amorevole in Dio. Tenete conto che mentre per molte donne questo può essere un eccellente primo passo per conquistare la fiducia in Dio, ci sono altre a cui pesa anche comunicare con Maria, perché le loro madri sono state emotivamente inaccessibili per loro, o forse non le hanno protette dall'abuso nelle loro case, a causa delle proprie difficoltà emotive.

"Sebbene tante volte avessi pregato Dio di perdonarmi, ancora lo tenevo lontano da quel piccolo angolo buio pieno di vergogna – quello in cui avevo permesso che crescesse tanto dolore in trent'anni. Nel Progetto Rachele mi sono resa conto esattamente quanto dell'amore di Dio avevo rifiutato – quanta misericordia ha per ciascuno di noi. Ora Dio mi sta rendendo più forte ogni giorno. Mi sento bene con me stessa per la prima volta in 32 anni. Per la prima volta negli ultimi 7 anni ho smesso del tutto di prendere farmaci per l'ansia. E la parte meravigliosa di tutti questi cambiamenti è che provengono da dentro di me. Se Dio mi ha perdonato, chi sono io per fare la mia volontà e non perdonare me stessa?" – Una madre

Molte donne possono sentirsi indegne dell'amore e del perdono di Dio. È importante parlare spesso della misericordia generosa e dell'amore tenero di Dio. Un sacerdote era solito dire alle donne che non c'è nessuno di noi che non abbia mai "abortito" la volontà di Dio in qualche momento della propria vita. Questa è la base del peccato.

Perdonare se stessa

La donna che ha abortito avrà bisogno di fare dei passi verso l'accettazione del perdono che

Dio vuole concederle, o già le ha concesso, se lei ha fatto ricorso al Sacramento della Riconciliazione. Una donna che ha una storia di abuso può avere difficoltà a fare questo passo. Nella sua mente, lei è passata da vittima a carnefice. Il sacerdote/l'accompagnatrice pastorale potrebbe doverla aiutare ad affrontare questi traumi precedenti per aiutarla a risolvere il trauma dell'aborto. In alternativa può essere opportuno inviarla ad una professionista della salute mentale attraverso il Progetto Rachele.

Se lei ha avuto una forma di istruzione religiosa nella quale le è stato detto che non era possibile “perdonare se stessa”, la donna che ha vissuto un aborto può essere confusa. La sua guarigione può essere ostacolata. Per essere veramente libera di accettare il perdono di Dio, deve lasciare andare la vergogna e la recriminazione. Affermate il fatto che la colpa è un'emozione preziosa e utile per correggere una condotta sbagliata, però spiegatele che la vergogna è controproducente e auto-lesiva. I pensieri basati sulla vergogna includono: “Sono cattiva perché ho fatto del male e sono colpevole.” La misericordia di Dio proclama che nessun peccato è più grande del Suo amore e che è Sua volontà che lei accetti il Suo perdono e perdoni se stessa. Leggerle la Sacra Scrittura può essere molto positivo. Per esempio, Marco 11,25 dice: «Quando poi state pregando, se avete qualcosa contro qualcuno, perdonate, affinché anche il padre vostro che è nei cieli perdoni a voi i vostri peccati». Questo lasciar andare l'autocondanna può richiedere tempo e un po' di formazione religiosa. Può essere utile spiegare dolcemente che quando continuiamo a giudicarci duramente dopo aver chiesto a Dio che ci perdoni, ci avviciniamo al peccato di orgoglio. Presumiamo di saperne più di Dio e mettiamo limiti al suo amore e alla sua misericordia illimitati. La preghiera di san Claudio de la Colombière termina con questo pensiero e consiglio consolatori:

« Nessuno, per quanto grande sia il suo peccato, deve dubitare del perdono.
Se ti ho offeso gravemente, amabile mio Redentore, non permettermi di offenderti
ancora di più pensando che non sei tanto buono da perdonarmi.»

Nella sua lettera del 16 giugno 2009, “Lettera di Indizione dell'Anno Sacerdotale”, Papa Benedetto XVI si rivolge più di una volta a san Giovanni Maria Vianney come il modello di sacerdote-confessore e apostolo della Divina Misericordia:

«Non è il peccatore che ritorna a Dio per domandargli perdono, ma è Dio stesso che corre dietro al peccatore e lo fa tornare a Lui... Questo buon Salvatore è così colmo d'amore che ci cerca dappertutto. »

Tutti noi sacerdoti dovremmo sentire che ci riguardano personalmente quelle parole che egli metteva in bocca a Cristo: “Incaricherò i miei ministri di annunciare ai peccatori che sono sempre pronto a riceverli, che la mia misericordia è infinita”. Dal Santo Curato d'Ars noi sacerdoti possiamo imparare non solo un'inesauribile fiducia nel sacramento della Penitenza che ci spinga a rimmetterlo al centro delle nostre preoccupazioni pastorali, ma anche il metodo del “dialogo di salvezza” che in esso si deve svolgere. Il Curato d'Ars aveva una maniera diversa di atteggiarsi con i vari penitenti. Chi veniva al suo confessionale attratto da un intimo e umile bisogno del perdono di Dio, trovava in lui l'incoraggiamento ad immergersi nel “torrente della divina misericordia” che trascina via tutto nel suo impeto. E se qualcuno era afflitto al pensiero della propria debolezza e incostanza, timoroso di future ricadute, il Curato gli rivelava il segreto di Dio con un'espressione di toccante bellezza: “Il buon Dio sa tutto. Prima ancora che voi vi confessiate, sa già che peccerete ancora e tuttavia vi perdona. Come è grande l'amore del nostro Dio che *si spinge fino a dimenticare volontariamente l'avvenire*, pur di perdonarci!».

Se la donna che ha vissuto l'aborto sembra incapace di accettare il perdono, suggeritele il seguente esercizio. Il suo obiettivo è perdonare se stessa. Specialmente nei casi in cui l'aborto è avvenuto anni prima, spiegatele che spesso la donna che ha abortito anni fa è diversa dalla donna che oggi cerca di rivedere e risanare quell'episodio. Lei ha bisogno di ripensare a chi era la donna che ha abortito e di vedere se stessa con la stessa compassione con cui la guarda Dio. Che cosa è successo quando era una giovane donna, che cosa l'ha portata ad avere relazioni sessuali? Quali sono state le circostanze della sua gravidanza? Perché ha abortito? Forse ha abortito più di una volta. Com'è successo?

Dopo aver dedicato del tempo a pensare a queste cose, suggeritele di scrivere una lettera alla donna che ha abortito e includere in essa tutte le osservazioni e rivelazioni che ha raccolto. Suggeritele di concludere la lettera scrivendo che perdona questa donna, o che sta cercando di farlo con la grazia di Dio e l'aiuto del suo confessore o del suo direttore spirituale. Un altro metodo è che lei scriva una lettera di perdono a un amico o familiare per suscitare i sentimenti che sorgono nel farlo. Alcune donne sono cresciute in famiglie che hanno alimentato rancori e hanno esemplificato la mancanza di perdono. Famiglie basate su assuefazioni o abusi spesso fanno del male, in questo modo, ai membri della famiglia. Incoraggiatela a continuare a chiedere la grazia di potersi perdonare. Per alcune questo è un processo che porta via un tempo considerevole; per altre lavorare su quanto detto può aiutarle ad arrivare al perdono e a essere liberate.

Il padre del bambino

Anche qui è importante che voi ascoltiate la sua descrizione del ruolo che il padre della creatura abortita ha avuto nella decisione. Spesso la coercizione, la pressione o la persuasione sottile sono stati fattori che hanno influito in grande misura sulla sua decisione di abortire. Padre Sears suggerisce di pregare con la donna per il padre del bambino abortito, chiedendo che riceva il dono del pentimento e del perdono di Dio. L'aborto non riguarda solamente la madre; riguarda la relazione tra la madre, il padre e il bambino. È necessario pregare per la riconciliazione con Dio di tutti coloro che sono coinvolti.

Detto questo, non si può supporre che è sempre prudente riavvicinarsi al padre o coinvolgerlo in questo cammino di guarigione. (Per maggiori informazioni circa la sofferenza degli uomini per le conseguenze dell'aborto vedi la seconda sezione di questo manuale, a partire da pagina 27).

Parlare in pubblico

Se la donna dice di voler parlare in pubblico del suo aborto, valutate in primo luogo da quanto tempo è guarita da questa esperienza. In secondo luogo, determinate qual è la sua motivazione per farlo. Può darsi che sia necessario chiederle direttamente perché vuole farlo. Se lo sta facendo per riparare a ciò che ha fatto, dissuadetela dal parlare in pubblico. Lei non ha completato il percorso di guarigione se ancora continua a parlare di "riparare" al suo aborto. In terzo luogo, accertatevi se si sta sentendo pressata a parlare, da altri o da circostanze nella sua comunità (parrocchia, movimento, associazione o altro gruppo) se hanno bisogno di un oratore per trattare questo tema o anche di dare testimonianze in un incontro pubblico. In quarto luogo lei ha bisogno di rispondere alle seguenti domande: chi potrebbe star male per il fatto che si racconti in pubblico la storia del suo aborto? Coloro che sono coinvolti nella storia del suo aborto, sanno che lei lo renderà pubblico? Coloro che sono coinvolti, sono contrari a rendere pubblica la sua storia?

È sempre controindicato che una donna che non è guarita completamente dal trauma del suo aborto presenti la sua storia o dia una testimonianza in pubblico.

Se ha avuto altri figli, è necessaria una grande precauzione. Può darsi che i suoi figli non parlino onestamente di come si sentono, perché non vogliono ferirla. Le informazioni sull'aborto possono anche essere di troppo per un figlio giovane, e potrebbero dare occasione a sensi di colpa in quelli che sono sopravvissuti. Un bambino potrebbe dover sopportare le prese in giro dei suoi amici se loro ascolteranno la madre che parla della propria esperienza di aborto. Può anche darsi che il bambino non voglia che si conosca il passato di sua madre. Questo può essere un problema importante in particolare per gli adolescenti.

«Oggi, grazie al Progetto Rachele, sono una persona diversa. Sentire il potere del perdono è qualcosa che non trovo le parole per descrivere. Di fatto mi sento più leggera. Le mie spalle non sono più tanto chinate in avanti. Il potere del perdono trasforma la vita. Continuo sempre a pentirmi della mia decisione e continuerò a portare il mio silenzioso segreto con me. È diventato una parte di me. Ma io non sono solo quello. Oggi sono una sposa, una donna e una studentessa del terzo anno di Legge. Voglio dedicarmi nella mia carriera legale a lavorare con bambini, e sostenere il Progetto Rachele, aiutando donne che stanno soffrendo silenziosamente per la loro scelta». – Una madre

Può essere più appropriato che la donna che ha vissuto l'aborto racconti la sua storia in forma privata o anonima. Alcune donne hanno visto altre parlare pubblicamente e presumono di dover fare lo stesso per guarire. Smontate questa convinzione e incoraggiatela a prendersi del tempo e a riflettere in preghiera prima di prendere una decisione. Dio vuole che sia libera di vivere la vita che Egli la sta chiamando a vivere.

Un sacerdote era solito chiedere alle donne di scrivere una lettera anonima raccontando la propria storia, che lui avrebbe potuto usare nel bollettino parrocchiale. Ogni volta che lui pubblicava questa lettera anonima, altre lo cercavano per intraprendere un percorso di guarigione.

Se lei decide di parlare in pubblico, in TV o su internet, suggeritele di non includere le parole "Progetto Rachele" né il proprio nome. Le donne che lo vedono potrebbero pensare erroneamente che devono rendere pubbliche le loro storie. Il nome "Progetto Rachele" può essere menzionato, ma non dovrebbe apparire sullo schermo mentre qualcuno sta raccontando la sua storia.

«Ho finito la riconciliazione post-aborto offerta dal Progetto Rachele da due mesi. Non trovo parole per descrivere quanto è stata meravigliosa questa esperienza. Mi ha aiutato a spogliarmi di tutta le negazioni, l'ira, le bugie, la testardaggine e le lacrime che c'erano nel mio cuore. Dirvi che ho peccato è una cosa – però io affliggevo il mio Dio ed ero così sicura che Lui mi avesse voltato le spalle! Come mi sbagliavo!».

«Grazie a questa cura i muri sono caduti e al loro posto sono sorte la compassione, il perdono, la grazia, la fede e l'amore».

«Grazie al Progetto Rachele, perché certamente ha benedetto e cambiato la mia vita!».

– Una madre

Difficoltà e opportunità

La donna che ha abortito e sta seguendo un percorso di guarigione, può anche essere tentata di credere, a momenti, che Dio non la perdona. Può ascoltare una voce interiore che le dice: "Che persona orribile sei!".

Questa non è la voce di Dio, ma una tentazione alla disperazione. Incoraggiatela a rispondere con la preghiera. Una preghiera semplice come: "Gesù, abbi pietà di me" o "Signore, aiutami", la manterrà alla presenza di Dio in questi momenti di tentazione. Può anche darsi che questa persona abbia lottato tutta la vita con una bassa autostima, e l'aborto ha semplicemente confermato quanto sia e sempre sarà inadeguata. Ricordatele che tutti prendiamo a volte decisioni sbagliate e che lei si è pentita, ha accolto il perdono di Dio e adesso ha l'opportunità di vivere una vita più sana.

Possono esserci momenti in cui qualcosa le ricorderà suo figlio e si sentirà molto triste. Questo può succedere a una laurea, a un matrimonio, o alla nascita di un fratello o dei suoi stessi figli o nipoti, per esempio. Questa tristezza non significa che non sia guarita. Più che altro è un segno che il suo cuore di madre le è stato restituito quando Dio l'ha guarita. È molto naturale sentirsi tristi, a volte, quando abbiamo perso una persona amata. Sebbene siamo passati dalla sofferenza alla guarigione, siamo ancora sulla terra e nella nostra umanità, sentiamo la mancanza dei nostri amati.

Nuove circostanze di vita possono riaprire la ferita dell'aborto (per esempio una nascita, un aborto spontaneo, la menopausa, il non sposarsi, il non avere mai altri figli, o vedere i propri amici che diventano padri o nonni). Incoraggiatela a trovare qualcuno con cui parlare se questo succede. Può essere un momento appropriato per rivolgersi al Progetto Rachele.

Incoraggiatela a rimanere fedele nella preghiera e nei sacramenti. Può darsi che vi sembri opportuno catechizzarla perché offra la sua sofferenza come sacrificio in unione con Cristo sulla croce. Potete suggerirle che mediti le parole di santa Francesca Saveria Cabrini:

«Perché, sorella cara, perdi tempo con la tristezza mentre il tempo è così prezioso per la salvezza dei poveri peccatori? Disfatti della tua malinconia immediatamente. Non pensare più a te stessa. Non permetterti tante riflessioni inutili e pericolose. Guarda sempre avanti e mai indietro. Tieni il tuo sguardo fisso sulla cima della perfezione su cui Cristo ti aspetta...

Porta la tua croce, allora, però portala con allegria, figlia mia. Pensa che Gesù ti ama molto. E in cambio di questo amore non perderti in tanti desideri, ma accetta quotidianamente con serenità qualunque cosa appaia sul tuo cammino.. ».⁴

Incoraggiatela a continuare la sua crescita spirituale partecipando all'adorazione eucaristica, leggendo la Sacra Scrittura e i classici spirituali, pregando il Rosario e la Coroncina della Divina Misericordia, guardando programmi cattolici, ascoltando la radio cattolica, partecipando a ritiri e, possibilmente, trovando una guida spirituale (sacerdote, suora o persona laica formata). Incoraggiatela a chiedere ad altri, nella sua parrocchia, movimento o gruppo di preghiera, che preghino per lei.

Può darsi che si renda conto di avere molta più energia, adesso che non ha più bisogno di mantenere sotto controllo tutto il dolore per l'aborto che ha lasciato andare. Incoraggiatela a mettere tutta la sua energia vitale nel lavorare in modo positivo. Un luogo eccellente per cominciare sarebbe amare suo marito e i figli in modo nuovo e migliore, partecipare a qualche ministero parrocchiale, aiutare un vicino di età avanzata, o prendere qualche impegno che riaffermi il senso della vita.

Se scoprite comportamenti disfunzionali, esaminateli e inviatela a una psicoterapeuta della rete del Progetto Rachele o a qualcuno di cui sapete che comprende il profondo impatto negativo dell'aborto sulle donne e sulle loro famiglie.

Concludere la relazione è tanto importante quanto il modo in cui è cominciato il vostro lavoro con lei. **Toccate** con anticipo il tema della fine dei vostri incontri e del percorso intrapreso. Aiutatela a rendersi conto che i problemi sono stati identificati e affrontati, che ha analizzato con onestà l'esperienza del suo aborto, che la sofferenza è cominciata e forse si è anche conclusa, che ha lavorato duramente col tema del perdono e che adesso lei deve cominciare ad integrare nella sua vita di oggi tutto ciò che è avvenuto in questo cammino. Lei continua ad essere una madre, anche del suo figlio non nato, in attesa di incontrarlo di nuovo nell'Ultimo Giorno.

Ringraziatela per avervi permesso di essere suo compagno in questo cammino di guarigione, e fatele sapere che sarete disponibile in futuro, se lei decide di continuare a lavorare sul suo aborto o se sorgesse qualche altro problema (se è vero che siete disposti e che potete farlo).

La donna che ha abortito di recente e il ministero del sacerdote

Se una donna che ha abortito di recente vi si avvicina nel Sacramento della Riconciliazione, è cruciale ricordare che lei potrebbe anche non intendere tutte le ramificazioni del suo peccato. Accoglietela in qualsiasi momento del cammino in cui si trova, e confidate che la grazia del sacramento la aiuterà a entrare nel percorso di guarigione.

Molte donne parlano della grazia incredibile che porta loro la prima confessione, dando il coraggio per continuare il cammino di guarigione e per elaborare il lutto per il bambino mai nato.

Parlatele del suo coraggio nell'avvicinarsi al sacramento. Spesso lei elencherà il peccato dell'aborto, tra le altre cose, con la speranza di disfarsene. Riprendete il tema dell'aborto: fate le domande che sono necessarie per determinare la colpevolezza. Ditele che c'è la possibilità di ricevere aiuto per elaborare la perdita, quando si sentirà pronta. Spiegatele che c'è una ferita spirituale che viene guarita nel Sacramento della Riconciliazione e una ferita umana di una madre che ha perso suo figlio in modo traumatico e innaturale. Aggiungete che può arrivare il momento in cui avrà bisogno di affrontare questa seconda ferita. Nel Progetto Rachele ci sono psicologhe cattoliche, guide spirituali, ed altre persone laiche che possono aiutarla. È consigliabile avere nel confessionale biglietti da visita con i recapiti, che lei possa prendere. Esprimetele la certezza dell'amore e della misericordia di Dio e

⁴ "Letter to a Sister in 1885," in *Voices of the Saints: A Year of Readings*, pubblicato da Bert Ghezzi ["Lettera a una Sorella nel 1885", in *Voci dei santi: anno di letture*] (Chicago: Loyola Press, 2009), 702. Traduzione a cura della redazione.

scegliete una penitenza appropriata, che però abbia un limite specifico. Come abbiamo detto prima, queste donne possono diventare molto scrupolose.

Se una donna continua a tornare a confessare l'aborto, è un segnale che non ha completato la fase umana della sua sofferenza e sarebbe prudente parlare con lei del bisogno di risanare la propria ferita di maternità persa. Lei non può sentire il perdono di Dio se è piena di sofferenza e giudica se stessa. Voi potete dolcemente mostrarle questo e aiutarla a trovare qualcuno, attraverso il Progetto Rachele, che possa accompagnarla nel resto del cammino.

Una donna che ha abortito recentemente può non essere capace di accettare ancora la verità del figlio perduto. Può darsi che voi non possiate guidarla attraverso i passi della guida spirituale post-aborto descritti nella sezione precedente ("Il ministero del sacerdote e il suo ruolo nell'accompagnamento", pagina 13), perché questi passi si occupano di donne che sono abbastanza emotivamente mature e i cui aborti sono meno recenti. Anticipare il tema del figlio morto troppo precocemente può portarla alla depressione, all'intorpidimento emotivo e a idee suicide.

Il ruolo del sacerdote con coloro che hanno abortito dopo una diagnosi prenatale infausta

Non c'è assolutamente nessuna controversia circa le conseguenze psicologiche devastanti dell'aborto di un bambino "desiderato", particolarmente uno con anomalia fetale (il cosiddetto "aborto terapeutico" o "induzione anticipata"). La letteratura scientifica è universalmente d'accordo nell'affermare il trauma dell'aborto in queste circostanze.

Le donne (o le coppie) che soccombono alla persuasione medica di mettere fine alla vita del proprio figlio disabile si confrontano con una complessa varietà di sentimenti, inclusi rabbia (contro se stesse, contro Dio e contro gli altri), incredulità, ambivalenza rispetto al dolore, dolore perché Dio li ha abbandonati nel momento di maggiore necessità, confusione circa la decisione di abortire, e ondate di intorpidimento emotivo. Chiaramente quel che è successo è stato un male, però la delicatezza è la chiave per aiutare queste madri (o coppie).

Considerate di offrire una preghiera oppure una funzione commemorativa per il bambino per aiutare la madre ad uscire dalla sua chiusura e ad aprirsi con voi. Può darsi che lei non sappia dove è seppellito il corpo del bambino, se è stato seppellito, o se si sono disfatti di lui come rifiuto medico. In molte circostanze, la gravidanza è stata desiderata. Lei e il padre del bambino possono aver vissuto uno stato di terrore e sofferenza durante il processo diagnostico. Offritevi di parlare con la coppia e parlatele di come gli uomini elaborano in genere il dolore in modo diverso dalle donne. Cercate di parlare con il padre quando la donna non è presente e domandategli come sta. Se lei è presente, lui potrebbe nascondere i propri sentimenti e focalizzarsi solo sul proteggerla e preoccuparsi per lei. In privato, un uomo può parlare a un altro uomo ed essere più disposto a riconoscere la propria perdita.

Vi possono chiedere di essere pastoralmente presente in una situazione disagiata. Alla luce del crescente numero di esami attualmente disponibili per determinare la salute del bambino che sta per nascere, può darsi che vi troviate a parlare con genitori che sono rimasti intrappolati in situazioni opprimenti e hanno preso decisioni tragiche.

Chiaramente, nei racconti della Sacra Scrittura che parlano di Gesù e del suo atteggiamento con le donne, la sua risposta è stata sempre delicata; Egli le ha guarite e le ha chiamate a una nuova vita. Nessuno vince niente quando la nostra risposta è dura o sentenziosa. Questo può allontanare le persone dalla Chiesa, invece di chiamarla alla conversione.

Spesso le coppie cui i dottori hanno raccomandato di mettere fine alla gravidanza, a causa di una diagnosi prenatale grave, cercano il consiglio del proprio parroco prima di decidere se abortire o portare a termine la gravidanza. Ci sono suggerimenti su come consigliare queste coppie nell'**Appendice A** di questo manuale, a cominciare dalla pagina 71, e altre risorse utili per tutti i genitori di bambini con disabilità gravi o condizioni incompatibili con la vita.

Seconda Sezione

I padri



Le conseguenze dell'aborto sul padre del bambino abortito •

Le conseguenze dell'aborto sul padre del bambino abortito

Quando la gente pensa all'aborto, lo considera un problema della donna. Però chiaramente la gravidanza richiede la partecipazione di entrambi, una donna e un uomo. L'aborto può avere un impatto profondo sul padre del bambino abortito. Quando la gente pensa al ruolo degli uomini nell'aborto, generalmente sembra pensare allo stereotipo dell'uomo che costringe all'aborto o che abbandona la madre di suo figlio. Questo è solamente uno dei molti possibili ruoli che i padri possono aver avuto nella decisione dell'aborto. L'impatto dell'aborto sul padre dipende in grande misura dal ruolo che egli ha giocato in esso. Inoltre, alcuni uomini sono stati coinvolti in molteplici aborti, ciascuno in un contesto diverso.

Per questo il sacerdote/l'accompagnatore pastorale deve essere sensibile a questi molteplici scenari e incoraggiare l'uomo a prendersi il suo tempo per parlare dell'aborto o di ciascun aborto, in dettaglio, includendo le circostanze che hanno condotto a questa decisione. Di seguito saranno descritti alcuni diversi contesti in cui gli uomini possono essere coinvolti e le loro diverse reazioni.

Il padre che si è opposto decisamente all'aborto e ha cercato di fermarlo

Quest'uomo ha cercato di fermare l'aborto, forse offrendosi di curare il bambino lui stesso o di sposarsi con la sua donna, se non erano già sposati. Ha accolto con gioia la paternità, era entusiasta e ha investito molto di sé nel diventare padre. Può aver avuto una risposta immediata e pesante di fronte alla perdita del bambino. È difficile per lui distinguere tra tutte le sensazioni che prova - compreso il dolore, la colpa, la rabbia, l'ira e una sensazione di impotenza - perché non è stato capace di proteggere la sua partner o il bambino. Se adesso sono separati, può sentirsi spinto a prendere contatto più volte con la sua donna per cercare di capire perché l'aborto si sia verificato o per provare a salvare la relazione affinché gli rimanga "qualcosa" dopo aver perduto suo figlio. Questo è un esempio di "vincolo traumatico" che può persistere per tutta la sua vita. Questo non vuol dire però che sia opportuno che si riunisca con la madre del figlio abortito. Può darsi che abbiate bisogno di incoraggiarlo a smettere con i suoi tentativi di contattarla o a smettere di fantasticare di riconciliarsi con lei. Per alcuni uomini, che si sentono obbligati a riconciliarsi con la propria amante, questa condotta può essere vista come un comportamento di "stalking" o può condurre alla violenza.

Il padre che si è opposto all'aborto, ma non ha fatto tutto il possibile per evitarlo

Questo padre può essersi opposto inizialmente all'aborto però dopo ha smesso di comunicare la sua opposizione o la forza dei suoi sentimenti. Può avere anche una reazione immediata di tristezza, pena, ira e la sensazione di non essere stato capace di proteggere coloro che doveva proteggere. Può sentire ira, però non la furia in tutta la sua estensione o le forti emozioni menzionate precedentemente.

Il padre che inizialmente ha appoggiato la decisione di abortire, ma poi ha cambiato idea, mentre la sua donna ha proceduto con l'aborto

Si può sentire profondamente responsabile perché è stato d'accordo con l'aborto in principio. Questo sembra succedere con maggiore frequenza all'interno dei matrimoni. Può trasformarsi in un problema che interferisce con la fiducia basilare della coppia e con l'intimità della sua relazione. Spesso i sentimenti possono generare astio e determinare un allontanamento. Può darsi che lui non dica nulla per

decenni, ma che ne risenta, all'insaputa di sua moglie. Questo diventa ciò "di cui non si parla" tra loro nel matrimonio.

Il padre che sembrava essere neutrale sull'aborto

Lui sembrava sostenere qualunque cosa la donna decidesse, sebbene segretamente possa essere stato contrario all'aborto, però si è sentito pressato dai suoi pari e dalla società ad appoggiare la decisione di lei di abortire. O può aver considerato che la decisione gli era utile in quel momento della sua vita.

Incapace di chiarire come si senta realmente, può reagire con tristezza, sofferenza, ira o la sensazione di non essere capace di proteggere coloro che avrebbe dovuto proteggere. L'uomo che veramente era d'accordo con la decisione di abortire o era neutrale potrebbe non avere nessuna reazione per molti anni dopo. A volte l'aborto si risveglia in età matura – in una conversione religiosa, o in un trattamento psicoterapeutico o in un trattamento per una dipendenza, o quando diventa padre di nuovo. Il tempo non cura tutte le ferite, però può portare una nuova percezione che le ferite esistono e hanno bisogno di essere curate.

Il padre che ha abbandonato la donna di fronte alla gravidanza

L'uomo che ha abbandonato la sua donna e suo figlio può non essere inquieto per l'aborto o può essere che più avanti lo metta a disagio il fatto di aver fallito nel sostenere la donna. Quest'uomo può aver avuto varie esperienze di aborto in contesti simili. Può avere problemi di responsabilità importanti, precedenti all'aborto, un'esagerata sensazione di "aver diritto" alla "propria vita", bassa autostima, paura della dipendenza, sentimenti di abbandono della sua famiglia di origine, o una personalità narcisista.

Il padre che ha costretto alla decisione di abortire o ha minacciato di ritirare il suo sostegno se l'aborto non si fosse realizzato

L'uomo che ha costretto alla decisione di abortire può aver avuto altri aborti precedenti, così come varie relazioni fallite nel suo passato. La donna che è obbligata a prendere la decisione di abortire può avere una reazione avversa immediata, e può non sentirsi a suo agio nel parlarne per paura di un attacco o di un abuso. Qualunque sentimento la donna possa avere, può essere considerato irrilevante da questo tipo di uomo a cui importa poco e che ha barriere emotive e problemi di controllo. L'aborto è visto come "qualcosa senza conseguenze" da questo tipo di uomo.

Potrebbe freddamente e semplicemente dirle: "Superalo", se lei cerca di parlare della propria sofferenza abortiva. Il malessere di lei può frustrarlo e potrebbe sentirsi libero di chiudere la relazione e andare avanti.

Il padre a cui non è stato detto niente dell'aborto finché non è successo

Può reagire con dolore e confusione perché la sua donna non ha discusso questo problema, non ne ha parlato e ha preso una decisione unilaterale. A volte viene e saperlo molto più tardi da lei o da qualcun altro. Può provare emozioni conflittuali e lottare con la fragilità della loro relazione, la mancanza di fiducia, la tristezza mescolata a ira e sentimenti di vendetta. Spesso si sente molta ambivalenza in questi contesti, il che può contribuire sia a una considerevole instabilità della relazione che alla sua dissoluzione.

Il padre che non sa se in passato, con una ex, ci sia stato un aborto, ma che ascoltando una descrizione delle conseguenze dell'aborto nelle donne, riconosce i sintomi in una sua ex.

Quest'uomo si domanda se sia stato responsabile del concepimento di un figlio, però non può confermare che ci sia stata una gravidanza. Questo può dare luogo a molte domande senza risposta e provare emozioni conflittuali. Se succedesse qualcosa che colpisse la sua possibilità di avere altri figli,

come il cancro testicolare, potrebbe sentire che la sua unica opportunità di paternità biologica si è estinta per sempre. Se non può più avere figli, incoraggiatelo a considerare l'adozione.

L'uomo la cui moglie ha avuto un'esperienza di aborto con altri prima del loro matrimonio

Quest'uomo può essere coinvolto nelle confuse emozioni di sua moglie rispetto al/ai suo/suoi aborto/i precedente/i. Può darsi che non abbia saputo dell'esperienza di aborto di lei, prima di sposarsi.

Può essere confuso per l'angoscia della sua donna e molto preoccupato per il suo benessere. Può anche sentire mancanza di fiducia in lei se lei ha deciso di non rivelare questa importante informazione prima di sposarsi. Alcuni uomini raccontano di sentirsi manipolati e provare una perdita di rispetto per la moglie. Il perdono è critico in questo contesto, però non è una semplice enunciazione né un processo semplice. È possibile che lui si chieda: "Che altro mi ha nascosto?".

Reazioni psicologiche e comportamenti comuni osservati in padri di bambini abortiti

I padri dei bambini abortiti possono sentire alcune delle seguenti reazioni di fronte all'aborto della loro compagna:

Rabbia o ira

L'ira può essere interiorizzata (legata alla mancanza di comunicazione e alla depressione) o esteriorizzata (emerge nell'agire aggressivamente con gli altri). La rabbia o ira espressa può prendere la forma di insulti, interruzioni, comunicazione non rispettosa, grida, critiche ecc. Quando si segue la spinta della rabbia o dell'ira, questa può precipitare nell'impulso di colpire fisicamente chiunque, o la fidanzata/moglie coinvolta nell'aborto.

Deterioramento dell'auto-immagine maschile

In molti modi gli uomini si sentono responsabili per coloro che amano, e parte di questa responsabilità è proteggerli da qualunque danno. Dopo un aborto gli uomini possono sentire di aver fallito nel proprio dovere di proteggere la compagna e la prole. Questa reazione può essere psicologicamente demoralizzante e rendere sessualmente incapaci, e può determinare che gli uomini rigirino il problema e si sentano impotenti.

Impotenza

Un'esperienza di aborto può interferire con il funzionamento sessuale di entrambi i coniugi, inclusa la frequenza delle relazioni sessuali, il tipo di comportamento sessuale e calo di eccitazione. Per gli uomini l'impotenza è già un problema significativo che si verifica normalmente con l'età o come conseguenza di malattie. La perdita di potenza sessuale ha un impatto su un uomo nella sua stessa essenza e mette in discussione il suo senso di valore personale e di identità.

Grave preoccupazione per la compagna e il suo benessere

Un uomo può chiedere informazioni relative alle conseguenze dell'aborto nelle donne spinto dalla preoccupazione per la sua compagna. Può cercare di incoraggiarla a chiedere un aiuto professionale per i sintomi che lui crede siano presenti come conseguenza dell'aborto. Se lei rifiuta, in alcuni casi l'uomo può arrabbiarsi e obbligarla a chiedere aiuto. In tale caso lui avrà bisogno di un aiuto per comprendere che l'elaborazione del lutto per un aborto è un processo a cui lei potrebbe opporre resistenza –non perché non lo ami, ma perché teme di affrontare le proprie paure e il trauma e la tragedia vissuti. Gli si deve consigliare che, finché lei non sarà pronta per elaborare il proprio lutto, un cammino necessario per essere guarita, il miglior modo in cui può aiutarla è essere paziente e sostenerla.

Incapacità di parlare con la compagna delle proprie esperienze

La comunicazione di coppia si può interrompere dopo un aborto. Le donne e gli uomini rispondono alla sofferenza in modi differenti. Per esempio uno dei partner potrebbe avere delle difficoltà, mentre l'altro non se ne rende conto. Succede che si finisce per usare termini che interrompono la comunicazione, come: “Questa cosa va superata. Perché non ci passi sopra?”. Ovviamente queste risposte sono controproducenti e tendono ad aumentare il conflitto invece di risolverlo.

Uso e abuso di sostanze chimiche (uso eccessivo di alcol o droghe)

È questo un meccanismo comune per sopportare le sofferenze collegate a situazioni di stress o di dolore, utilizzato da molti uomini. Alcuni cercheranno aiuto attraverso gli Alcolisti Anonimi o altri programmi che trattano le dipendenze. Se state accompagnando un uomo mentre è al Quinto Passo del programma degli Alcolisti Anonimi (nel quale l'uomo rivela in dettaglio i propri difetti e gli errori passati), il tema dell'aborto dovrebbe essere toccato in questo momento. Se non si affronta, il recupero potrebbe essere pregiudicato.

Comportamenti a rischio

Guidare automobili o moto ad alta velocità, domare cavalli, praticare paracadutismo, *bungee jumping* o deltaplano possono essere il prodotto della frustrazione e dell'ira associate al lutto non elaborato di un'esperienza di aborto. I padri che si sono opposti all'aborto possono essere sull'orlo del suicidio o anche tentarlo.

Dolore e tristezza

Le reazioni emotive degli uomini possono coglierli di sorpresa. Nella nostra cultura gli uomini hanno difficoltà ad esprimere apertamente i propri sentimenti. Questo è spesso mal visto dalla società, soprattutto quando i sentimenti includono la vulnerabilità che si sperimenta nel dolore e nella tristezza. Gli uomini non si aspettano di sentirsi così e quando succede, generalmente si preoccupano, perché spesso non hanno amici vicini con cui condividere questi sentimenti e possono provare troppa vergogna per cercare una consulenza o un'altra forma di aiuto. Per alcuni uomini, la sofferenza non espressa può prendere la forma di una malattia psicosomatica.

Pensieri ossessivi sul figlio perduto

Alcuni uomini descrivono come non desiderati o persino tormentosi i pensieri intrusivi in relazione al proprio figlio perduto. Possono ritrovarsi a guardare compulsivamente neonati e padri con i propri figli. I pensieri ossessivi e i comportamenti compulsivi possono essere paralizzanti se rimangono irrisolti e non trattati.

Incubi in cui qualcuno o qualcosa di vulnerabile viene minacciato

Gli incubi possono ricreare scene di padri e figli, con elementi di pericolo e il salvataggio di un bambino o un tentativo fallito di evitare la morte del bambino. Gli incubi sono spesso legati a qualche grande animale minaccioso, come uno squalo o un leone, che sta minacciando un animale o una persona più piccola e vulnerabile, e non c'è niente che l'uomo possa fare, nel sogno, per proteggere quell'essere vulnerabile. Può risvegliarsi con sudore freddo, o con una sensazione di fatalità che incombe su di lui. Sono comuni i sentimenti di impotenza o fallimento personale.

Desiderio di un altro bambino e relativo comportamento per cercare di raggiungere questa meta

Il desiderio di avere una gravidanza di rimpiazzo non è rara sia per le donne che per gli uomini. È un modo di cercare di disfarsi del trauma dell'aborto. Il desiderio di concepire con la stessa donna può diventare quasi un'ossessione per un uomo che ha già avuto l'esperienza di un aborto. Questo desiderio può anche manifestarsi nel desiderio generale di mettere incinta un'altra donna. Se si manifesta l'infertilità, l'uomo può credere che si tratti di un castigo per essere stato coinvolto in un aborto in passato.

Pensieri suicidi

In alcuni casi giovani uomini coinvolti in un aborto durante gli anni della scuola superiore o l'università, possono cercare di suicidarsi o riuscirci, a causa dell'esperienza dell'aborto. Solitamente, solo un amico intimo può sapere dell'aborto, mentre la famiglia lo ignora. La cronaca ha riportato notizie di coppie, disperate dopo un aborto, che hanno fatto un patto per suicidarsi, e in alcuni casi ci sono anche riusciti.

Abuso emotivo e/o maltrattamento coniugale

Sembra che ci sia una predisposizione nelle persone con storie di aborto, a incontrare partner con una simile storia. La nuova compagna dell'uomo può ricordargli la donna che ha abortito suo figlio contro la sua volontà, e lui può ricordare a lei il fidanzato che ha insistito affinché lei abortisse. Questa predisposizione può essere il tentativo di esercitare un certo dominio o controllo su un'esperienza di aborto passata, senza che nessuno, né l'uomo né la donna, siano consapevoli di questa necessità.

Quando la comunicazione si deteriora drammaticamente, la sincerità diventa impossibile, si perde il rispetto per i sentimenti dell'altro e la relazione corre il rischio di fallire. A questo punto non è difficile capire come le frustrazioni intensificate e i problemi di gestione del potere all'interno della coppia possano scontrarsi ed esplodere in maltrattamento emotivo o fisico. Per molti questa spirale discendente termina nel divorzio.

Attivismo pro-vita

Un uomo può sentire che sta espiando la sua colpa relativa all'aborto, partecipando attivamente al movimento pro-vita e lottando per salvare altri dai suoi stessi errori. Questo atteggiamento dovrebbe essere scoraggiato a meno che l'uomo non abbia risolto il proprio dolore in relazione all'aborto. La partecipazione attiva nel mondo pro-vita può essere una cosa buona, sempre che non ci sia una necessità malsana o squilibrata di partecipare. Gli stessi problemi menzionati per la donna, nella sezione precedente, si dovrebbero applicare agli uomini che hanno preso parte a un aborto e vogliono "renderlo pubblico" o lavorare attivamente nel movimento pro-vita.

Altre osservazioni

Alcuni uomini dicono di soffrire una grande ansietà quando la loro compagna rimane incinta di nuovo e rimangono ansiosi finché il bambino nasce. Alcuni uomini descrivono di essere padri iperprotettivi che hanno una paura così grande che qualcosa succeda ai loro figli, che la loro preoccupazione danneggia il normale sviluppo dei figli. Alcuni descrivono di essere sovracoinvolti emotivamente nella vita dei propri figli; altri sono emotivamente distanti però iperprotettivi. Alcuni uomini dicono di essere diventati il genitore che si prende principalmente cura del bambino, allontanando la madre e reagendo in maniera esagerata agli eventi normali dell'infanzia. Per esempio, un raffreddore o una ferita lieve può portarli a una visita al pronto soccorso.

Molto raramente un uomo può comportarsi in modo socialmente distruttivo, provocando danni contro cose o persone.

Alcuni uomini cominciano a guardare pornografia e sviluppano una assuefazione sessuale dopo l'esperienza dell'aborto. Nel mondo chiuso in se stesso di questi uomini, la ricerca del piacere sembra offrire conforto e coprire il dolore. Il risultato, tuttavia, è un'autostima ridotta, depressione per l'incapacità di trattenersi e un aumento di comportamenti a rischio che possono peggiorare fino alla perdita di controllo, con conseguenze devastanti.

Quando gli uomini sono capaci di determinare con precisione il problema più profondo che li sta disturbando dopo un aborto, lo identificano spesso come la perdita della paternità. Vincent Rue, psicoterapeuta da più di 30 anni e ricercatore pioniere nel campo degli uomini e l'aborto ha osservato che “gli uomini sentono dolore dopo un aborto, però sono più propensi e negare la propria sofferenza o a interiorizzare i propri sentimenti di perdita invece di esprimerli apertamente. Quando gli uomini esprimono la propria sofferenza cercano di farlo in modi culturalmente individuabili come “da maschio”, per es. ira, aggressività, dominio. Gli uomini solitamente nascondono la propria sofferenza nel privato, dopo un aborto. Per questo, le richieste di aiuto degli uomini spesso finiscono per non essere riconosciute né prese in considerazione da chi è loro vicino”. Il Dottor Rue aggiunge che “un uomo tormentato, oppresso dal senso di colpa, non ama né accetta amore facilmente. La sua preoccupazione per la compagna, la sua negazione di se stesso e dei suoi sentimenti persistenti di vuoto post-aborto, possono annullare anche le migliori intenzioni. La sua colpa può impedirgli di cercare compassione, appoggio e affetto e come conseguenza lui “dimentica” come ricambiare questi sentimenti” (Rue e Tellefsen 1996).

Nota: Sulla tematica dell'impatto dell'aborto sugli uomini e sulla coppia vi invitiamo a consultare:

pagina “Uomini” (Progetto Rachele): <http://www.progettorachele.org/uomini/uomini.html>

pagina “Uomini” (La Vigna di Rachele): <http://vignadirachele.org/uomini/uomini.html>

Accompagnamento pastorale degli uomini feriti dall'aborto

A volte l'uomo che ha vissuto un aborto entra in contatto con un sacerdote o altra persona formata per offrire un aiuto psicologico o accompagnamento pastorale, con il pretesto di cercare aiuto per la sua compagna o cercare di capire che cosa lei stia vivendo. Se sta cercando informazioni sulle conseguenze dell'aborto domandategli se sono per lui o per la sua compagna. Se sono per la compagna potrete domandargli: "Lei è il padre?". Questo sarà difficile da discutere per lui, però è cruciale, per gli uomini, riconoscere che possono avere difficoltà dopo una esperienza di aborto. Gli potete domandare: "In che cosa posso esserle di aiuto?". Sarebbe di aiuto anche determinare se sia la sua prima esperienza di aborto. Ascoltarlo e riconoscere la sua paternità può essere di grande aiuto.

Il Sacramento della Riconciliazione

Vedere da pagina 9 in poi sotto il titolo "Accompagnamento pastorale della madri che soffrono per l'aborto". Gran parte del contenuto di quella sezione si può applicare anche agli uomini. Per aiutare a comprendere la profondità dell'amore di Dio e la sua prontezza a perdonare i peccatori pentiti è particolarmente utile per gli uomini meditare la Parabola del Figlio Prodigo (Lc 15, 11-32).

Il ministero del sacerdote nella pastorale degli uomini feriti dall'aborto

Gli uomini possono trarre beneficio, per la guarigione, degli stessi passi generali descritti nella sezione precedente per la consulenza alle donne, a partire da "Il percorso" a pagina 15.

Il primo passo cruciale nel percorso di guarigione del padre è il racconto della sua storia. P. Martín Pable, OFM Cap., nella sua guida "Healing for Your Soul: A Guide for Post-Abortion Fathers" [*Guarigione per la tua anima: guida per padri che hanno vissuto un aborto*], suggerisce le aree da esaminare. Se il padre che ha preso parte all'aborto racconta molto brevemente l'esperienza dell'aborto, si possono introdurre queste domande per aiutarlo a condividere la sua storia in modo più completo:

- Quanti anni aveva e qual era il suo stato civile a quel tempo?
- Che cosa ha portato alla decisione di abortire?
- Che parte ha avuto nella decisione?
- Ha pagato l'aborto?
- Ha accompagnato la sua compagna in ospedale o in clinica?
- Come si è sentito e che cosa ha fatto dopo l'aborto?
- In che modo, se ce n'è stato uno, l'aborto ha colpito l'immagine che ha di se'? E la sua vita da allora a oggi?
- Come ha influenzato la sua relazione con la donna?
- Come ha influenzato la sua relazione con Dio e la sua pratica religiosa?

Gli uomini che scelgono di “fare senza paura” questo “esame di coscienza”, come lo chiamano gli Alcolisti Anonimi, dicono di sentirsi come se gli si togliesse un grandissimo peso di dosso.

Anche il padre dovrebbe essere incoraggiato a dare un nome al bambino, in modo tale che il bambino diventi una persona reale nella sua mente e non un bambino astratto, generico. I padri sono padri per sempre, anche se il bambino è morto prima di nascere.

Il padre che ha vissuto un aborto ha bisogno di comprendere che Dio è pronto a perdonarlo nel Sacramento della Riconciliazione e che lui ha bisogno di accettare il perdono di Dio. I Vangeli sono pieni di esempi di Gesù che perdona i peccatori. Oltre alla Parabola del Figlio Prodigo e di numerose storie in cui Gesù perdona donne pentite, Gesù dice al paralitico: «Coraggio, figliolo, ti sono rimessi i tuoi peccati» (*Mt* 9,2).

P. Pable riferisce anche agli uomini alcune parole del profeta Michea: «Qual dio è come te, che toglie l'iniquità e perdona il peccato [...] ma si compiace d'usar misericordia? [...] Tu getterai in fondo al mare tutti i nostri peccati» (7, 18-19).

È importante per il padre che ha vissuto l'aborto volontario, chiedere perdono alla madre del bambino se le sue parole o azioni (oppure silenzio e non azione) hanno contribuito alla sua decisione di abortire. Se sono sposati, la sua umiltà e la sua amabilità nel chiedere perdono potranno avvicinarli emotivamente e fortificare il loro legame sponsale. Se la madre del bambino abortito non fa più parte della sua vita, esprimere pentimento e chiedere perdono diventa più complicato. Può darsi che lei non accetti bene l'intromissione di lui nella propria vita, soprattutto se adesso è sposata e la sua famiglia non sa dell'aborto. Indipendentemente dal fatto che questo contatto sia consigliabile o meno, il padre che ha vissuto un aborto può offrire messe e preghiere per la guarigione di lei.

A un uomo che si è opposto alla decisione di abortire si dovrebbe consigliare di perdonare sinceramente la madre di suo figlio. Un uomo che ha costretto la sua compagna ad abortire ha bisogno anche di perdonare se stesso.

È importante ricordare che un uomo che è stato coinvolto nell'aborto può avere problemi con il proprio padre, per esempio che l'abbandono attraverso un divorzio o la morte. Può darsi che stia soffrendo profondamente ed è importante aiutarlo a comprendere il processo dell'elaborazione del lutto. Gli uomini fanno fatica a comprendere e accettare i sentimenti di dolore; vogliono “metterli a posto”, però non ci riescono.

Il padre che ha vissuto un aborto dovrebbe chiedere perdono a suo figlio, scrivendo una lettera a suo figlio o figlia, se è disposto a farlo. Questa espressione tangibile di paternità può aiutare a far sì che suo figlio o figlia diventi più reale per lui, in modo tale che possa cominciare a sentirsi consolato dalla speranza che, grazie alla Divina Misericordia, l'anima innocente di suo figlio adesso viva nel Signore.

Un uomo che si è opposto all'aborto e ha cercato di evitarlo, potrebbe essere in lotta per controllare la propria ira. Voi potete suggerirgli mezzi fisici per scaricare parte di questa emozione: per esempio, correre, esercitarsi in palestra, o qualunque cosa che richieda sforzo fisico. Non bisogna incoraggiarlo a picchiare cose, nemmeno oggetti inanimati né a colpire oggetti quando è da solo. Condividendo il lavoro gomito a gomito gli uomini a volte trovano più facile parlare di quel che stanno provando. Se c'è qualche indicazione che l'uomo può essere propenso a reagire violentemente verso qualcuno coinvolto nell'aborto, è importante mettere in salvo entrambi. La rabbia può essere diretta agli altri o a se stesso ed entrambi gli scenari possono essere molto pericolosi. La prevenzione di comportamenti avventati o azioni suicide dovrebbe essere la principale preoccupazione per i sacerdoti/consulenti, collaborando se necessario con uno psicoterapeuta sensibile al problema. Domande dirette circa l'intenzione di far del male a se stesso o agli altri dovrebbero essere fatte quando si affronta l'ira/la rabbia. Può darsi che sia necessario concentrarsi su questo tema per qualche tempo, finché il suo autocontrollo e la sua sicurezza siano meglio regolate e maneggiate. Con il tempo, lui avrà bisogno di perdonare tutti coloro che sono stati coinvolti nell'aborto.

L'uomo può anche sentire impotenza, cioè incapacità a proteggere coloro che sono stati affidati alle sue cure. Può manifestare rabbia verso Dio e sarà di aiuto ricordare che anche Dio Padre ha assistito alla morte innocente di suo Figlio e che il Padre soffre con noi. Invitatelo a lavorare sui problemi spirituali della sua vita se vi sembra ben disposto. La consolazione e la grazia del Sacramento della Riconciliazione possono essere di grande aiuto.

Se l'uomo è stato coinvolto in più di un aborto può darsi che lavori per risolvere uno degli aborti però neghi la necessità di analizzare gli altri. Nell'aiutare un uomo ad elaborare le altre esperienze può darsi che abbiate bisogno di aiutarlo ad analizzare, per ogni aborto, il suo ruolo in ciascuno e quali sentimenti continua a sentire e perché.

L'uomo che ha vissuto l'aborto può anche chiedere che si celebri una messa per suo figlio/suoi figli e per la guarigione di tutti coloro che sono stati feriti da ogni aborto. Le mogli a volte si offrono di adottare spiritualmente i figli abortiti del marito e i mariti possono offrirsi di adottare spiritualmente i figli abortiti della moglie. Questo può portare una grande pace alla relazione.

Terza Sezione

Altre persone ferite dall'aborto



Le conseguenze in altre persone ferite da un aborto

Gli aborti possono avere conseguenze serie e durature per i familiari e gli amici della madre e del padre del bambino abortito. Indipendentemente dal fatto che queste persone abbiano influito sulla decisione di abortire o abbiano cooperato in qualche modo affinché l'aborto si realizzasse, la relazione di affetto che avevano con il genitore che ha vissuto l'aborto può cambiare significativamente. L'intimità e la fiducia possono essere compromesse. I familiari e gli amici possono avere difficoltà nell'osservare il dolore e l'apparentemente inconsolabile afflizione della madre o del padre, dolore che non possono lenire. Possono essere arrabbiati o delusi, oppure possono essere stati d'accordo con la decisione presa; però nonostante il loro atteggiamento nei confronti dell'aborto, il dolore dei genitori del bambino abortito condiziona tutte le loro relazioni. I nonni possono piangere la perdita del nipote e rimpiangere il proprio comportamento e quello della figlia o del figlio, tanto profondamente quanto i genitori del bambino abortito.

«Come sacerdoti, svolgiamo un ruolo essenziale nella guarigione del nostro gregge. Attraverso la nostra partecipazione attiva sacrificale e orante nel cammino di guarigione di coloro che sono stati feriti e stanno soffrendo per l'aborto Dio permette che un'anima in più sperimenti la sua misericordia».

*P. Dan Leary,
Arcidiocesi di Washington, DC*

I nonni

I nonni possono soffrire venendo a conoscenza dell'aborto e per la perdita di un nipote. Le loro reazioni sono frequentemente legate all'essere stati coinvolti nella decisione di abortire. I genitori della madre sottoposta a un aborto possono aver forzato l'aborto, possono non aver saputo niente fino a dopo, o possono essersi opposti all'aborto però aver sostenuto qualunque decisione che la figlia avrebbe preso.

I nonni possono manifestare alcuni di questi sintomi:

- Sofferenza profonda o tristezza per aver perduto un nipote.
- Ira contro la figlia per essere rimasta incinta o aver abortito.
- Ira contro il/la partner della figlia o del figlio o contro i genitori della compagna o del compagno.
- Preoccupazione per il figlio/a e desiderio di risolvere i problemi emotivi/comportamentali del figlio/a
- Sensi di colpa, soprattutto se loro hanno forzato la decisione o se credono di non aver riconosciuto i sintomi di una gravidanza.

Occasionalmente si verificheranno circostanze tragiche quando i genitori vedranno che la vita della figlia/o prende una strada preoccupante verso la dipendenza da sostanze chimiche, gravi reazioni psicotiche, disordini alimentari, stili di vita pericolosi e anche il suicidio. Tali genitori hanno bisogno di un grande sostegno e aiuto per sopportare il proprio dolore e assistere alle lotte della figlia o del figlio.

L'aborto può verificarsi in famiglie nelle quali la madre, una zia, una nonna o qualche altro familiare vicino ha anche abortito. Questo può causare quel che viene descritto come una ferita generazionale, e dovranno essere offerte preghiere specifiche per fasciare e curare queste ferite. Un aborto recente in famiglia può attivare un dolore non risolto in altri membri della famiglia, in relazione alle proprie perdite a causa dell'aborto vissuto in passato.

Attenzione pastorale per i nonni

Sebbene entrambi i nonni possano essere afflitti, spesso è la nonna del bambino abortito quella che andrà in cerca di guarigione. Ascoltate la sua storia. Spiegatele che le madri le cui figlie hanno perso un figlio per un aborto possono spesso aver bisogno di elaborarlo prima che la figlia sia pronta a farlo.

Invitate la nonna ad analizzare i propri sentimenti e affrontare il proprio dolore e la propria sofferenza subito. Suggestele di scrivere una lettera alla figlia – una lettera che non le darà mai, in realtà, e che distruggerà quando sarà pronta a farlo. In questa lettera lei potrà esprimere tutti i suoi sentimenti di ira, delusione e tristezza.

Invitatela a piangere la morte di suo nipote e a scrivergli una lettera, dicendogli tutte le cose che il suo cuore di nonna desidera dirgli adesso. Incoraggiatela a fare o comprare qualcosa in commemorazione di questo bambino defunto. Nessun'altro deve saperlo. Se lei è responsabile di aver obbligato sua figlia ad abortire avrà bisogno di chiedere perdono nel Sacramento della Riconciliazione e anche direttamente a sua figlia. Suggestele di offrire una messa per suo nipote, per i genitori di suo nipote e per la guarigione della famiglia.

Quando la figlia sarà pronta per cercare la propria guarigione, questa nonna potrà allora essere disponibile per sua figlia, perché ha già cominciato ad elaborare i propri problemi ed emozioni.

I nonni uomini – allo stesso modo dei padri dei bambini abortiti - provano differenti reazioni dopo l'aborto della propria figlia o di un figlio coinvolto in un aborto, a seconda del ruolo che hanno giocato nella decisione di abortire.

Se il nonno si considera a favore della vita, o se si sarebbe opposto all'aborto, ma non ne è venuto a conoscenza fino a dopo, può darsi che stia combattendo con sentimenti ambivalenti verso il proprio figlio/figlia e il partner di lui/lei. Un nonno può continuare a domandarsi perché suo figlio/figlia non si è rivolto a lui per avere un aiuto o non abbia seguito il suo consiglio. Tale nonno può trarre beneficio dagli stessi passi descritti nella sezione sulla pastorale degli uomini che sono stati feriti dall'aborto (che comincia a pagina 33): raccontare la propria storia, cercare perdono, dare un nome al nipote e pregare per la guarigione di tutti coloro che sono stati coinvolti nella decisione di abortire. Un nonno "pro-vita" può dedicare un'energia enorme a sforzi a favore della vita nascente per fermare gli aborti. Il lavoro a favore della vita può andare bene, purché non si tratti di una necessità insana o squilibrata di partecipazione.

Nel caso in cui il nonno ha costretto la figlia ad abortire, perché considerava la gravidanza una vergogna, egli può avere una grande difficoltà a riconoscere e fare i conti con la perdita. Potrebbe avere un'inclinazione al narcisismo se tende abitualmente a esercitare il potere sugli altri per ottenere che si adattino ai suoi desideri. Può sentirsi anche incapace di chiedere perdono a sua figlia e può sentirsi incapace anche di fare il primo passo nel cammino di guarigione. Con il sostegno paziente dei membri della sua famiglia che cercano di arrivare a una vera riconciliazione tra loro e, con la grazia di Dio, anche questi nonni possono prima o poi trovare l'umiltà di chiedere perdono e di perdonare a loro volta.

I sopravvissuti all'aborto e i fratelli dei bambini abortiti

Le persone che sono sopravvissute a un tentativo di aborto quando erano nel grembo possono dover affrontare profonde domande nel corso della propria vita. Possono avere un senso di valore

sminuito e possono cercare di suicidarsi.

Alcune persone possono aver perduto un gemello in una procedura fallita di interruzione di gravidanza e possono portarne il peso con profonde ferite psicologiche a causa della perdita. Alcune persone possono aver perduto uno o più fratelli a causa dell'aborto. Quando gli si dà la possibilità, queste persone piangono profondamente i loro fratelli perduti. Questo sta diventando più comune adesso, con le gravidanze che sono prodotte dalla fecondazione *in vitro* (FIVET), in cui un gruppo di bambini sopravvive all'impianto e alcuni sono successivamente "ridotti selettivamente" per migliorare le possibilità di sopravvivenza del resto dei fratelli.

Quelli che hanno perso fratelli a causa di un aborto possono essere essi stessi più propensi ad abortire.

I bambini sopravvissuti in gravidanze precedenti o successive, in una famiglia, possono manifestare una sindrome del sopravvissuto simile a quella che si è vista nei bambini che perdono un fratello per cancro o morte accidentale. Possono lottare con il fatto di "essere bambini di rimpiazzo" o "bambini scelti". Su questi bambini gravano spesso aspettative di successo eccessivamente alte. Possono essere considerati come oggetti dai genitori, pressati per trasformarsi nel "rimpiazzo" e non in bambini unici per diritto proprio.

Spesso sentono una mancanza di attaccamento con la propria madre o la loro relazione con la madre cambia dopo l'aborto. Può succedere che un padre ferito in uno scoppio di rabbia, dica qualcosa come: "Doveva abortire te al posto di quell'altro!".

Alcuni bambini percepiscono che manca qualcuno nel sistema familiare. Da conversazioni ascoltate o per intuizione, i bambini possono sorprendentemente percepire una perdita in famiglia.

Pastorale dei sopravvissuti all'aborto e dei fratelli

Queste profonde ferite richiedono di essere esaminate e risanate. Può esserci rabbia verso la madre che ha cercato di abortire o una difesa del suo diritto a scegliere di abortire. Può esserci senso di colpa nel sopravvissuto perché un gemello o un fratello sono morti mentre loro sono sopravvissuti. Ascoltate chi avete davanti e riconoscete la sua perdita e le emozioni che prova. Avere qualcuno con cui parlare aiuta moltissimo.

Rassicurate la persona sul fatto che Dio vuole che sia in vita. Invitatela a perdonare i genitori e tutti coloro che sono stati coinvolti nella decisione di abortire. Questa persona potrà partecipare a una messa per il fratello morto e per la guarigione interiore dei genitori. Spiegatele che nella Comunione dei Santi siamo ancora spiritualmente legati ai membri defunti della nostra famiglia e che loro sono potenti intercessori per noi.

Invitatela a scrivere una lettera al bambino non nato e a dirgli tutto quello che, come fratello o sorella, ha custodito nel proprio cuore. Incoraggiatela a trovare un modo di commemorare quel membro della famiglia perso con l'aborto.

Familiari e amici

Le zie e gli zii del bambino abortito potrebbero essere a conoscenza dell'aborto. Potrebbero avere domande su come facilitare la guarigione della madre oltre alla propria necessità di piangere il bambino morto. Devono elaborare i propri sentimenti che possono includere tristezza, ira e colpa se sapevano della gravidanza e non hanno tentato di impedire l'aborto. Persino i cugini del bambino abortito sono a volte coscienti che manca una persona nella famiglia estesa. Il dolore sembra essere più pronunciato in coloro che sono più vicini di età al bambino mai nato.

Spesso sono gli amici della coppia incinta che vengono consultati e coinvolti nella decisione di abortire. Possono sostenere la decisione o rifiutarla, però saranno i primi a osservare eventuali cambiamenti nel comportamento dei loro amici. Può darsi che cerchino aiuto per comprendere che cosa è successo ai loro amici.

Attenzione pastorale per familiari e amici

I familiari e gli amici possono essersi resi conto dell'aborto sia prima che dopo che è successo. Sentono tristezza e preoccupazione per i genitori del bambino, insieme alla sensazione della perdita del bambino. Incoraggiateli a pregare per i genitori e a cercare di continuare ad amarli incondizionatamente durante il processo di elaborazione del lutto. Questo fa sì che la persona coinvolta nell'aborto prima o poi sia capace di parlare di esso senza paura di essere condannata e giudicata.

Se chi avete davanti ha saputo dell'aborto da una terza persona incoraggiatela a rispettare la confidenzialità anche nello zelo per aiutare i genitori a guarire.

Pregare per coloro che sono stati colpiti dall'aborto può essere il modo più efficace di raggiungerli ed "accompagnarli". Mentre i membri della famiglia e gli amici non possono forzare una persona che non è pronta, in alcuni casi potrebbero però casualmente condividere un'informazione sulla guarigione post-aborto e indicare l'aiuto disponibile in modo informale o anche solo riferire che hanno appena finito di leggere qualcosa sul dolore che segue un aborto e come loro non si fossero resi conto di come l'aborto possa causare ferite emotive.

Si possono invitare i membri della famiglia e gli amici a offrire una messa per la guarigione spirituale di tutti coloro che sono stati coinvolti. Invitateli anche a scrivere una lettera al bambino perso con l'aborto per confidargli tutte le cose che desiderano dirgli. Questi bambini persi, membri della Comunione dei Santi, possono essere potenti intercessori per i propri genitori, fratelli e per il resto della famiglia.

Personale sanitario coinvolto nella pratica dell'aborto

Chi pratica o assiste agli aborti – medici, infermieri ed altro personale amministrativo- soffre molto stress nel proprio lavoro. Spesso vengono proposti seminari per la gestione dello stress nella loro formazione continua. Molti di coloro che eseguono le interruzioni di gravidanza hanno problemi di divorzio, alcol, droghe, incidenti. Non di rado hanno alle spalle una propria esperienza di aborto.

Accompagnamento pastorale per chi pratica l'aborto

Se una persona che pratica l'aborto viene a cercare aiuto, può darsi che sia per il proprio aborto in primo luogo. Deve essere accolta con dolcezza e premura. Rispondete solo ai problemi che pone. Non imponete di trattare subito il tema del lavoro che questa persona svolge attualmente. Spesso lavorare nel campo delle interruzioni di gravidanza ha anche a che fare con il proprio aborto. Man mano, mentre inizia ad elaborare e risanare la propria esperienza di aborto, percepirà la realtà di essere quotidianamente coinvolto/a nella tragedia dell'aborto e generalmente abbandonerà il coinvolgimento professionale nell'aborto. Il regalo più grande che possiamo offrire a coloro che cercano aiuto è amore incondizionato e il riconoscimento che l'aborto ha lasciato profonde cicatrici nelle loro vite.

La *Società dei Centurioni d'America* è stata fondata dal Dr. Philip Ney come gruppo di sostegno per ex-praticanti di aborto. (Per maggiori informazioni si veda la sezione "Risorse suggerite").

Nota: Sulla tematica delle altre persone toccate vi invitiamo a consultare ulteriormente:

pagina "Altri coinvolti": <http://progettorachele.org/altricoinvolti/altrepersone.html>

pagina "Aiutare un'amica": <http://progettorachele.org/aiutare/aiutare.html>

Quarta Sezione

La parrocchia



Comunicare speranza e guarigione in parrocchia

Si possono fare una serie di passi pratici per creare un'atmosfera parrocchiale che incoraggi le donne e gli uomini che stanno soffrendo per un aborto a riconciliarsi; che aiuti i fedeli ad essere compassionevoli e aiutare coloro che hanno avuto un aborto; che crei una migliore comprensione degli insegnamenti della Chiesa sulla vita del nascituro, e che incoraggi e sostenga la riconciliazione. Questi "passi" comprendono:

- Omelie ispiratrici sulla riconciliazione e la guarigione post aborto.
- Coltivazione di un legame tra la parrocchia (o Santuario) e il Progetto Rachele diocesano e/o altri apostolati della guarigione post-aborto.
- Commemorazione dei bambini che sono morti prima di nascere o durante l'infanzia
- Preghiere e intercessioni

Omelie ispiratrici sulla riconciliazione e la guarigione post-aborto

«La mia partecipazione al Progetto Rachele mi aiuta a continuare a predicare con convinzione contro l'aborto, però anche a cercare di raggiungere, in ogni omelia pro-vita, coloro che hanno praticato l'aborto, incoraggiandoli a fare un incontro con quel Dio che li ama tanto. Questo è un messaggio da ascoltare frequentemente»

*Mons. Robert Panke,
Arcidiocesi di Washington, D.C.*

Molte donne e uomini hanno fatto un primo passo, oppure ulteriori passi importanti, nel loro cammino di riconciliazione post-aborto, dopo aver ascoltato un'omelia sul tema. Questo può essere uno dei modi più efficaci per raggiungere in parrocchia le donne e gli uomini che hanno vissuto un aborto.

Quando vi state preparando a predicare sulla riconciliazione post-aborto, pregate lo Spirito Santo e rimanete aperti alle Sue ispirazioni.

Decidete come usare le letture del giorno per parlare dell'amore, del perdono e della misericordia di Dio o di un altro tema che volete evidenziare. Utilizzate queste letture come punto di partenza e chiusura della vostra omelia, in modo tale che l'assemblea comprenda che Dio vuole che oggi si parli di questo. Assicuratevi che il vostro messaggio sia appropriato all'età del pubblico. Fate particolare attenzione ai bambini e

non date per scontato che un pubblico di persone anziane non abbia bisogno di sentir parlare di aborto.

Potreste cominciare chiedendo a coloro che, nella comunità, hanno vissuto l'esperienza dell'aborto, di pregare per voi perché possiate raccontare la verità su quell'esperienza.

Riconoscete che qualunque presentazione sull'aborto può suscitare profonde emozioni. Oggigiorno quasi tutto il mondo conosce qualcuno che è stato colpito da questo dramma. Oltre alle madri che hanno abortito, molte altre persone possono essere state coinvolte in un aborto. Facendo l'invito alla riconciliazione, dite anche dove si può trovare un ulteriore aiuto.

Parlate della sofferenza delle donne che hanno abortito. Leggete brani di testimonianze scritte da donne "con parole proprie" dai siti internet disponibili (www.progettorachele.org, www.vignadirachele.org ed altri) o dei libri a cui si fa riferimento in quei siti e/o nella sezione

“Risorse suggerite” di questo manuale). Anche voi forse conoscete donne che vi permetteranno di usare le loro testimonianze anonime scritte.

Parlate del dolore che soffrono anche i padri, i nonni, i fratelli, gli zii, le zie e gli amici. Ancora una volta le testimonianze anonime possono essere di aiuto.

Comunicate l'amore compassionevole e misericordioso di Dio. Fate conoscere l'assistenza pastorale post-aborto della Chiesa e proclamate le parole del Santo Padre alle donne che hanno abortito (*Evangelium vitae*, n. 99; vedi pagina vii). Potreste menzionare la devozione alla Divina Misericordia, quell'oceano inconcepibile di misericordia che Lui vuole riversare su di noi. Fate conoscere anche la tradizione di ripetere meditativamente “Gesù confido in Te”.

Invitate i fedeli a pregare per coloro che hanno abortito e che conoscono personalmente; o incoraggiateli ad “adottare spiritualmente”, con la preghiera, qualcuno che ha abortito e ha bisogno di guarire interiormente. Enfatizzate l'uso della Coroncina della Divina Misericordia per questo proposito.

Invitate i vostri fedeli che portano la dolorosa esperienza di uno o più aborti passati e cercano ancora di guarire a contattarvi in modo riservato. Alcuni lo faranno. Dopo aver incontrato ognuna/o di loro una o più volte, potete metterli in contatto con le collaboratrici del Progetto Rachele.

Se qualcuno se ne va durante l'omelia, mentre state parlando delle conseguenze dell'aborto, probabilmente è stato toccato in maniera profonda. Abbiate fiducia che, forse, attraverso le vostre parole Dio li sta chiamando a risanare un'esperienza personale. Quando parlate di questo tema, state comunicando ai fedeli che per la Chiesa esso è importante e che guarire questa ferita è possibile. Questo è un messaggio profondo e liberatorio per la singola persona o la coppia che è sprofondata nel dolore.

Anche nei giorni festivi e “tempi forti”, quando si riunisce la famiglia estesa e i membri non praticanti della stessa partecipano alla messa, non abbiate paura di proclamare il perdono di Dio e di parlare della guarigione spirituale dopo l'aborto. I battezzati vogliono sapere che è possibile “tornare a casa”, cioè, alla Chiesa e a Dio Padre. Tanti desiderano lasciarsi alle spalle il proprio peccato di aborto.

Se dopo aver parlato dell'aborto incontrate un fedele arrabbiato, non mettetevi sulla difensiva e non argomentate con lui o lei. Dite invece: “Lei ha sentimenti molto forti a riguardo. Sarebbe disposto a raccontarmi qualcosa di più perché possa comprendere meglio i suoi sentimenti?”. Ascoltate con calma, guardatelo negli occhi e quando avrà finito, ringraziatelo semplicemente per la condivisione. Ditegli che sareste felice di parlare con lui/lei di nuovo, se vuole. La sua rabbia molto probabilmente non è rivolta a voi personalmente. Spesso questa rabbia è segno di una profonda ferita personale di qualche tipo, o sorge come difesa nei confronti di qualcuno a cui questa persona vuole bene. Ascoltandolo, voi gli permettete di sfogare i suoi sentimenti e di lasciare spazio per sentire la grazia di Dio. Spesso non si può convincere la gente ad abbracciare una posizione mediante ragionamenti e argomenti, però molti lo hanno fatto quando si sono sentiti amati.

Costruire un legame tra la parrocchia o Santuario e il Progetto Rachele diocesano e/o simili apostolati

Lista di risorse parrocchiali

Includete il numero di telefono (e l'indirizzo del sito internet se c'è) dell'apostolato diocesano di guarigione post-aborto nelle vostre liste di risorse parrocchiali. Potete anche includere altre risorse e numeri telefonici per coloro che hanno bisogno di aiuto con una gravidanza, come per esempio il numero verde di *SOS Vita 800.813.000*, e/o un centro locale di aiuto per la vita nascente. La stessa informazione dovrebbe apparire sia sulla pagina web della vostra parrocchia sia nel vostro bollettino parrocchiale.

(Nota: Se non c'è ancora una pastorale diocesana per il post-aborto siete incoraggiati a diffondere la conoscenza delle altre realtà presenti in Italia, ad es, La Vigna di Rachele, Fede e Terapia, il Dono onlus, ecc.).

Il bollettino parrocchiale

Il bollettino parrocchiale è probabilmente il mezzo più sottostimato per promuovere il messaggio dell'amore e della misericordia di Dio per le donne e gli uomini che soffrono a causa dell'esperienza di un aborto. Molte donne dicono di essere arrivate al Progetto Rachele per averlo scoperto attraverso il bollettino parrocchiale. Una donna che ha chiamato ha detto: "Quando l'ho visto per la terza volta sul bollettino della mia parrocchia, ho avuto la certezza che voi prendevate la cosa sul serio". E la donna che ha abortito non è l'unica beneficiaria. Tutti coloro che sono stati coinvolti in una decisione di abortire possono sapere dell'assistenza che la Chiesa offre, quando leggono questo messaggio.

Occasionalmente potete includere annunci sull'esistenza della pastorale del post-aborto nel bollettino parrocchiale. Se ce ne sono si potrebbero inserire annunci diocesani relativi ad attività del Progetto Rachele ad es., formazione, liturgie, incontri di preghiera o programmi di sensibilizzazione.

Alcuni esempi di avvisi per il bollettino.

“Non è necessario che il dolore e la tristezza di un aborto passato permangano tutta la vita. Contatta il Progetto Rachele per essere inviato confidenzialmente a chi ti può aiutare: (numero di telefono e/o sito internet).”

“Confida nella misericordia dell'amore di Dio. Conosci qualcuno che porta il dolore e la tristezza dell'esperienza dell'aborto volontario? Condividi con lei/lui “la Buona Novella” della misericordia di Dio. Contatta il Progetto Rachele per essere indirizzata/o in riservatezza a chi ti può aiutare (numero di telefono e/o sito internet).”

“Una parola di San Giovanni Paolo II a chi soffre per l'aborto volontario: «Non lasciatevi prendere, però, dallo scoraggiamento e non abbandonate la speranza [...].il Padre di ogni misericordia vi aspetta per offrirvi il suo perdono e la sua pace nel sacramento della Riconciliazione» (Evangelium vitae, n. 99). Contatta il Progetto Rachele per essere indirizzata in riservatezza a chi ti può aiutare (numero di telefono e/o sito internet).”

“Provate vergogna, soffrite d'insonnia, sensi di colpa o altre emozioni negative dopo un aborto? Non siete sole/i. Chiunque sia stata/o colpita/o personalmente dall'aborto è invitata/o a contattare il Progetto Rachele, un apostolato di guarigione post-aborto. Tutti i contatti vengono gestiti con il massimo rispetto della privacy. Coraggio, contattateci al (numero di telefono e/o sito internet).”

Allegati al bollettino

Considerate la possibilità di allegare occasionalmente un inserto speciale al bollettino della parrocchia come uno dei seguenti:

- Un estratto della *Evangelium Vitae* di San Giovanni Paolo II, n.99 (in questo manuale, pagina vii)
- La lettera anonima di una fedele (o anche di un'altra persona) che racconta il suo cammino di guarigione, che può aiutare a calmare le paure delle altre e incoraggiarle a cercare la riconciliazione
- Un foglio che descriva la pastorale del post-aborto nella vostra diocesi, oppure una locandina per un ritiro spirituale, una giornata di preghiera o altro evento collegato.

- Un messaggio del parroco che parli delle dolorose conseguenze dell'aborto, della disponibilità di un aiuto pastorale e del Sacramento della Riconciliazione

Bigliettini da visita

In alcuni contesti si possono mettere sui banchi prima della messa domenicale. Ancora meglio averli sempre disponibili sui tavoli all'ingresso della chiesa e, insieme ad una locandina, su ogni bacheca. Anche i fedeli possono lasciarli in luoghi pubblici in cui le persone possano trovarli. Più piccoli di un opuscolo, i bigliettini si possono tenere nel confessionale ed essere consegnati discretamente ai singoli penitenti, secondo bisogno. Il testo potrebbe dire semplicemente:

**Difficoltà dopo un aborto volontario?
Per un aiuto confidenziale contattate il Progetto Rachele
(numero di telefono e/o sito internet)
Sono benvenuti donne e uomini**

Per proteggere l'innocenza dei bambini piccoli, la prima riga potrebbe dire:

Cercate la pace dopo una perdita in gravidanza?

(Nota: I bigliettini si possono anche chiedere alla sede nazionale del Progetto Rachele o della Vigna di Rachele.) Se c'è un ufficio diocesano che si occupa del Progetto Rachele potete informarvi se loro possono offrirvi questi bigliettini.

È importante avere questi bigliettini disponibili in incontri diocesani o parrocchiali che si celebrano in concomitanza con la preparazione al matrimonio, con la catechesi di adulti e con la preparazione sacramentale dei bambini. Queste occasioni possono aumentare la coscienza della necessità di ciascuno di riconciliarsi con Dio. I sacerdoti, catechisti o altri relatori possono porre l'attenzione sui materiali scritti dicendo che forse alcuni dei presenti conoscono qualcuno, un/a parente o un/a amico/a, che potrà trarre beneficio di questa informazione. Sarebbe importante incoraggiare tutti a prendere almeno un bigliettino o un opuscolo, così da poter eventualmente portare ad altri questa notizia. Ciò perché la gente è naturalmente reticente a prendere questo tipo di opuscoli, se crede che gli altri possano pensare che è per loro stessi). I bigliettini o gli opuscoli possono anche essere inclusi in qualunque pacchetto di informazioni che venga dato durante la preparazione matrimoniale, l'insegnamento dei metodi naturali di pianificazione familiare, eventi collegati alla catechesi per adulti e, la preparazione ad altri sacramenti.

Il portariviste e la bacheca

La bacheca parrocchiale è un altro mezzo per arrivare alle donne e agli uomini che hanno vissuto un aborto. Devono sempre esserci regolarmente informazioni sul Progetto Rachele, volantini e poster, con informazioni generali e il portariviste deve sempre contenere opuscoli e inserti educativi sulla guarigione post-aborto. Fate lo stesso sul sito web della parrocchia o del Santuario.

Commemorazione dei bambini mai nati o deceduti durante l'infanzia

Un modo di promuovere in parrocchia una cultura a favore della vita e della guarigione spirituale è quello di edificare un monumento commemorativo in ricordo dei bambini che sono morti prima di nascere. Un luogo della memoria per i genitori che hanno sofferto per la morte di un figlio, prima che nascesse o durante l'infanzia, può essere un gran conforto.

Sin dal 1992 i consigli locali dei Cavalieri di Colombo negli Stati Uniti hanno eretto centinaia di monumenti commemorativi nelle proprietà della Chiesa in tutto il Paese. Anche se questa realtà non è

Comunicare speranza: pastorale del post-aborto in parrocchia

presente in Italia, voi potreste attivare simili iniziative nella vostra località. Sarebbe importante lavorare in stretta collaborazione con il vostro ufficio diocesano del Progetto Rachele nello sviluppo di tale memoriale, o nella mancanza di un tale ufficio, con le *leaders* del Progetto Rachele in Italia. Questo perché a volte le migliori intenzioni possono condurre alla creazione di un memoriale con frasi o immagini che in realtà possono portare più disagio che conforto a coloro che cercano di elaborare la morte di un figlio, soprattutto a causa dell'aborto volontario.

Sul sito italiano del Progetto Rachele si può vedere un esempio di monumento commemorativo: <http://www.progettorachele.org/guarigione/guarigione.html>

Alcune possibilità di commemorazione (sebbene questa sia un'area di grande creatività):

- Un'area del giardino nei terreni della parrocchia
- Un monumento o una statua della Vergine Maria nel cimitero o nella proprietà della parrocchia
- Una nicchia o un angolo nella chiesa dedicato alla memoria di questi bambini: Tale luogo di preghiera potrebbe includere un "Libro della memoria" in cui i genitori possano scrivere i nomi dei loro figli che sono morti prima di nascere o durante l'infanzia "stanza della memoria" che preveda
- Una "Coperta d'amore" cioè una coperta commemorativa fatta di ritagli:
Chiunque può essere invitato a fare un ritaglio in onore di un bambino deceduto per aborto o altra perdita in gravidanza o in età neonatale. Le sarte locali (oppure una comunità di suore che svolge tale apostolato) possono unire i ritagli. La coperta può essere stesa in chiesa o nel salone parrocchiale, ad esempio in occasione della *Giornata per la vita*. I ritagli possono includere il nome (senza cognome) del bambino e l'anno e la data della sua morte, se si conoscono. Ciascun ritaglio può includere una "cornice" dove sono ricamati piccoli simboli di vita e speranza: la Croce, un fiore, foglie, una farfalla o un agnellino, per esempio.

Un esempio di Preghiera per dedicare un monumento ai bambini non nati a causa dell'aborto è incluso nell'Appendice C di questo manuale.

Queste opportunità di preghiera, guarigione e ricordo dovrebbero essere diffuse in tutta la comunità, cioè non solo fra genitori, famiglie e amici che hanno perso un figlio per aborto spontaneo, morte fetale, aborto provocato o un'altra perdita infantile ma anche per quei fedeli (o gruppi parrocchiali) che vogliono unirsi a loro nella preghiera e nella solidarietà. In questo modo le persone che partecipano non saranno indicate come aver abortito volontariamente e il monumento, la sua benedizione e le preghiere della comunità eviteranno di violare la riservatezza di chi ha vissuto in prima persona tale perdita. Questo principio di riservatezza vale ovviamente per ogni aspetto della pastorale del post-aborto.

Preghiere e intercessioni

Le preghiere e le intercessioni per la guarigione delle persone ferite dall'aborto sono fondamentali e meritano di essere incluse anche nella liturgia. Approfittate non solo dell'opportunità della *Giornata per la vita*, ma includete regolarmente un'intenzione per la guarigione post-aborto nella Preghiera dei Fedeli.

Esempi di testi per la Preghiera dei Fedeli

Per i genitori che hanno perso un figlio a causa di un aborto, perché aprano il proprio cuore alla misericordia di Dio e conoscano la grazia del pentimento, la confessione e l'abbraccio risanatore del Padre, preghiamo:.

Per i genitori che soffrono dolore e rimorso per la perdita del proprio figlio a causa di un aborto, perché Gesù, Buon Pastore, ricco di

misericordia e compassione, guarisca il loro cuore lacerato,
preghiamo:

Per chi porta ancora il doloroso ricordo di aver perso un figlio con l'aborto: affinché possa accogliere la grazia di cercare di guarire in Cristo questa ferita, preghiamo:

Per tutti coloro che vivono una maternità o paternità ferita a causa del peccato dell'aborto: perché Dio li consoli e li curi con il balsamo della sua misericordia, preghiamo:

Per chi accompagna genitori che hanno perduto figli prima della nascita, che possano testimoniare la Divina Misericordia con tenerezza e parole di saggezza, preghiamo:

Per i bambini deceduti nel nostro Paese a causa dell'aborto, e affinché le loro madri, i padri e gli altri membri della famiglia cerchino la misericordia, la pace e l'abbraccio amorevole di Cristo, preghiamo:

Valutate di offrire un'**Ora di Adorazione** o una **Santa Messa** per le intenzioni di tutti coloro che sono stati feriti dall'aborto. (Un esempio di "Ora Santa per la Vita" è suggerito nell'Appendice D di questo manuale).

Pregate il "**Rosario per Rachele**" che include meditazioni e intercessioni per coloro che sono stati coinvolti nell'aborto.

(Vedi <http://progettorachele.org/articoli/articles/Rosario%20per%20Rachele%20Rachel%20Rosary.pdf>).

Distribuite immaginette con una **Preghiera per la guarigione** come la seguente:

*Padre eterno,
fonte di ogni amore e misericordia,
per amore nostro hai inviato tuo Figlio,
e hai voluto che il sangue e l'acqua
scaturiti dal suo costato lavassero il nostro peccato
e restaurassero l'innocenza perduta.*

*Ascolta il grido di ogni donna e ogni
uomo che piange la perdita di un figlio
abortito.
Perdona il suo peccato, ridonale la tua
grazia, e calma il terrore del suo cuore
con una pace che oltrepassa ogni comprensione.*

*Per intercessione
della Beata Vergine Maria,
Madre di ogni tenerezza e Madre nostra,
fortifica la sua fede in Te.
Dalle la consolazione di credere
che suo figlio adesso vive nel Signore.*

*Te lo chiediamo per Cristo nostro Signore,
che ha conquistato il peccato e la morte,
e vive e regna con te
nell'unità dello Spirito Santo,
unico Dio, nei secoli dei secoli. Amen.*

Quinta sezione

La diocesi



Il Progetto Rachele ed altri programmi: l'impegno diocesano per la pastorale del post-aborto

Ecco la visione espressa nel programma pastorale per la vita, dei vescovi cattolici degli Stati Uniti:

“La Chiesa offre riconciliazione insieme a cura spirituale e accompagnamento psicologico a coloro che soffrono per le conseguenze dell’aborto procurato, soprattutto attraverso i programmi diocesani, spesso chiamati Progetto Rachele...”

*Ogni programma ecclesiale e ogni organizzazione e agenzia identificata come cattolica, dovrebbero sapere dove indirizzare coloro che hanno bisogno di fare un percorso di guarigione dopo un aborto”.*⁵

Oggi più che mai la Chiesa è chiamata a proclamare che ogni vita umana è sacra e che l’aborto toglie la vita a una persona unica che è creata e amata da Dio. Al tempo stesso la Chiesa offre un’attenzione pastorale efficace a chi ha sofferto la perdita di un figlio per l’aborto.

Introduzione

Il Progetto Rachele è la pastorale diocesana per la guarigione post-aborto della Chiesa Cattolica negli Stati Uniti (e adesso in vari altri Paesi) ed è attivo in qualche modo nella maggioranza delle diocesi sotto il nome di Progetto Rachele o altri simili.

Il Progetto Rachele è una rete composta da persone con una preparazione specifica, che può includere sacerdoti, diaconi, suore, volontari laici, professionisti della salute mentale, guide spirituali, cappellani e altri come anche personale medico. Queste persone lavorano in equipe per offrire un accompagnamento a donne, uomini e adolescenti che sono stati colpiti dalla perdita di un figlio a causa dell’aborto provocato (volontario o terapeutico), aiutandoli ad elaborare il lutto, sviluppare una relazione personale con Cristo e riunirsi alla Chiesa attraverso il Sacramento della Riconciliazione.

Ogni diocesi porta avanti quest’opera pastorale sotto la supervisione del suo Ordinario. Anche se alcune diocesi possono contare su strutture diverse, il Progetto Rachele generalmente prevede una linea telefonica e accesso via e-mail, entrambi dedicati per indirizzare coloro che chiedono aiuto, a sacerdoti, professionisti della salute mentale o volontarie formate nell’accompagnamento pastorale post-aborto. Coloro che rispondono alle richieste e indirizzano gli utenti, come anche chi accompagna nel percorso di guarigione, sono persone preparate e supervisionate da una coordinatrice diocesana/un coordinatore diocesano del Progetto Rachele.

Il ministero dei sacerdoti è essenziale in quest’apostolato, sia per il Sacramento della Riconciliazione sia per la cura spirituale prima e dopo di esso, quando possibile. Insieme a loro, professionisti della salute mentale e altre collaboratrici/altri collaboratori offrono un accompagnamento compassionevole e ben preparato.

«Il Progetto Rachele mi ha aiutato ad allontanarmi da una vita piena di sensi di colpa e disperazione e a iniziare una nuova vita di speranza e di perdono. Un’esperienza che cambia la vita... non sarò mai più la stessa».

⁵ USCCB, Piano Pastorale delle Attività pro-Vita: Una campagna a sostegno della Vita (Washington, DC: USCCB, 2001), 27.

Un Progetto Rachele diocesano può scegliere di offrire utili programmi aggiuntivi come gruppi di aiuto, giornate di preghiera e riflessione, o ritiri spirituali, incrementando gli elementi centrali del Progetto Rachele. Dei gruppi di aiuto e dei ritiri possono beneficiare alcuni uomini e donne perché offrono loro una conferma della perdita e della sofferenza in un ambiente comunitario.

Come avviare (o potenziare) un Progetto Rachele nella vostra diocesi

Primi passi

Nota: In Italia vi suggeriamo come primo passo di consultare il sito internet *ProgettoRachele.org*, in particolare la pagina “Aborto e Chiesa”, per ottenere informazioni e contatti.

Come qualsiasi altra opera pastorale a livello diocesano, è di grandissima importanza avere il sostegno della diocesi e dei *leaders* chiave, mentre si preparano le basi logistiche per l’apostolato.

- *Permesso:* Ottenete il permesso e l’appoggio del vostro Ordinario per stabilire un Progetto Rachele.
- *Sostegno di preghiera:* Stabilite una rete di intercessori che pregheranno per il successo dell’apostolato, per coloro che offriranno assistenza e per coloro che hanno bisogno di guarire le ferite dell’aborto.
- *Sostegno di altre persone:* Ottenete il sostegno e la partecipazione di altre persone in programmi simili e complementari alla vostra area e di coloro che si offrono per aiutarvi. Questi possono includere personale dei centri di sostegno per le gravidanze, consultori, personale della Caritas e altri servizi sociali, personale medico cattolico, cappellani e altri.
- *Leadership:* Per supervisionare e coordinare questa pastorale scegliete un direttore/una direttrice che comprenda la problematica e abbia a cuore la guarigione spirituale. È essenziale che non si tratti di persone che possano non aver terminato il proprio cammino di guarigione dopo un’esperienza di aborto.
- *Ubicazione:* Stabilite un luogo nella diocesi che possa ospitare il personale, i volontari e una linea telefonica esclusiva per gli invii. Potrebbe essere nell’ufficio della Pastorale Familiare, in una filiale diocesana di assistenza o forse persino in un convento. L’estrema importanza di scegliere un luogo tranquillo e silenzioso richiederà una sistemazione progettata con cura.
- *Personale per il telefono:* Preparatevi a scegliere personale per la linea telefonica riservata. Queste persone (normalmente volontarie) dovranno essere formate per poter rispondere a domande sull’apostolato e per poter ascoltare attentamente, con delicatezza e compassione, le persone che chiameranno per chiedere aiuto così da poter indirizzarle appropriatamente. È molto importante avere una linea di telefono riservata per il Progetto Rachele. La stessa linea telefonica non deve ricevere chiamate dirette ad altri programmi come assistenza per gravidanze difficili. Le persone che hanno vissuto un aborto potrebbero essere involontariamente allontanate da un messaggio generico diretto a dissuadere da un possibile aborto una persona che chiama. Loro stanno già soffrendo per aver preso una decisione sbagliata.

Le telefonate iniziali possono essere brevi, però richiederanno tutta la vostra attenzione e possono anche essere lunghe. L’operatrice che risponde al telefono potrebbe essere un’impiegata con altre responsabilità, sempre e quando si dia priorità a queste chiamate. Quando l’apostolato è agli inizi il volume delle chiamate non è molto grande. Le chiamate aumenteranno gradualmente a seconda del grado di coscienza pubblica e della diffusione del progetto. Non è necessario offrire una copertura telefonica di 24 ore. Il numero del Progetto Rachele è una linea di ascolto e di riferimenti ad altri collaboratori, non è una linea per risolvere crisi immediate. Se si offrissero risposte a chiamate notturne, il personale potrebbe essere messo in situazioni impossibili se la persona che chiama è a rischio di suicidio, se proferisce minacce o se avanza proposte sessuali. Inoltre, ricevere

chiamate in casa propria può portare all'esaurimento del personale o delle volontarie, può essere pregiudizievole per la vita familiare o causare dolore alla persona che chiama se sente sul fondo voci di bambini o altre distrazioni.

A volte sorge la domanda se il Progetto Rachele debba offrire un servizio di linea diretta su telefono cellulare 24 ore su 24. A meno che non ci sia stata una diffusione pubblica straordinaria, questo generalmente non si deve fare. L'obiettivo di una pastorale del post-aborto è soprattutto quello di offrire ascolto e riferimenti, non prestazioni di emergenza. Le informazioni su servizi di emergenza come una linea diretta di prevenzione del suicidio o contatto con il pronto soccorso, si possono offrire al di fuori dell'orario fisso, in un messaggio registrato.

Risvegliare l'interesse con programmi di sensibilizzazione

Offrire uno o più programmi di sensibilizzazione post-aborto del Progetto Rachele può essere un modo molto efficace di attrarre volontari e anche persone che cercano aiuto.

Un programma di sensibilizzazione post-aborto è uno sforzo educativo e di divulgazione che include informazioni sulla biologia della gravidanza e dell'aborto, sui sintomi che le donne provano in seguito all'aborto, sull'effetto dell'aborto su altri membri della famiglia, inclusi gli uomini, sul percorso di guarigione, e sulle necessità particolari delle persone che hanno abortito di recente rispetto a quelle degli uomini e donne che hanno sofferto gli effetti dell'aborto per molto tempo. Il programma può includere la testimonianza personale di qualcuno che ha abortito, o un video su un tema simile. Il programma dovrebbe concludersi con una spiegazione delle risorse attualmente disponibili per le donne e per gli uomini che hanno vissuto un aborto o dei programmi e delle risorse che sono in via di sviluppo.

Il programma di sensibilizzazione post-aborto ha vari scopi e può essere utile a molte persone. Chi è stato coinvolto in un aborto spesso non sa dove chiedere aiuto. Un programma di sensibilizzazione può informarlo sulla disponibilità di un aiuto e dargli la fiducia necessaria per poter avvicinarsi a estranei, in cerca di aiuto, per risanare un'esperienza che considera profondamente vergognosa.

I familiari e gli amici di chi sta lottando con le conseguenze dell'aborto possono, in modo simile, informarsi su quell'esperienza, conoscere questa pastorale della Chiesa e acquisire informazioni e opuscoli per condividerli direttamente con l'amico o familiare che ha abortito, oppure lasciando casualmente gli opuscoli laddove saranno visti.

Molte persone non sono coscienti della sofferenza emotiva e spirituale che spesso segue un aborto. La realtà di quell'esperienza può persino cambiare il cuore di familiari e amici che hanno favorito l'aborto credendo che fosse una "buona scelta" per una donna con una gravidanza non pianificata. Mediante un programma di sensibilizzazione, chi ascolta può apprendere che ci sono almeno tre vittime nell'aborto: la madre, il padre e il bambino. Mentre il bambino lo affidiamo esclusivamente al Signore (Vedi *Evangelium vitae*, n. 99), i suoi genitori sono affidati a noi, per guidarli al Divin Medico. È un grande privilegio che Dio confidi in noi per essere messaggeri della sua misericordia, portando le anime ferite alla guarigione e alla grazia mediante la riconciliazione.

La conoscenza dell'esperienza post-aborto di donne e uomini può anche addolcire i cuori di una piccola minoranza di difensori della vita che a volte condannano senza pietà le donne che hanno abortito.

Un programma di sensibilizzazione sull'aborto è anche un mezzo efficace per arrivare ai professionisti della salute mentale, sacerdoti e altri *leaders*.

Infine i *mass media* hanno bisogno di essere informati su come l'aborto colpisce le donne, gli uomini e gli adolescenti. Ottenuta una tale conoscenza, alcune di queste persone molto probabilmente scriveranno articoli e lettere sulle conseguenze dell'aborto, forse facilitando anche interviste che diffondano la conoscenza dell'apostolato.

Nel progettare un programma di sensibilizzazione:

- Scegliete un'ubicazione che sia facilmente accessibile al maggior numero possibile di persone. Spesso un luogo collegato ad una parrocchia ben conosciuta o ad un Santuario funziona bene.
- Diffondetelo ampiamente nelle comunità che sperate di attrarre al programma.

- Valutate di offrire il programma di sensibilizzazione subito dopo una “Messa di Speranza e Guarigione”, celebrata per le intenzioni di coloro che hanno vissuto una perdita in gravidanza o dopo un'altra liturgia per coloro che soffrono a causa dell'aborto provocato o spontaneo, o per altre perdite di figli. Questa combinazione può anche attrarre un gruppo più ampio, soprattutto quelli che sono disposti a pregare per l'apostolato.
- Considerate la possibilità di offrire ulteriori momenti di sensibilizzazione, nel corso dell'anno, in diversi luoghi della diocesi: questi continueranno a generare nuovi volontari e persone in cerca di aiuto.

Durante il programma di sensibilizzazione preparate un modulo affinché i presenti si iscrivano per fare parte della rete del Progetto Rachele in varie attività, dal sostegno con la preghiera fino alla consulenza professionale. Dopo il programma, la direttrice/il direttore dell'apostolato dovrà riunirsi personalmente con ogni candidato volontario per valutare se abbiano la competenza necessaria per la funzione richiesta, se rispettano il Magistero della Chiesa in tutti i temi morali e se possono rispondere appropriatamente alle necessità spirituali emotive psicologiche e/o fisiche delle donne e degli uomini che hanno vissuto un aborto. È particolarmente importante individuare le persone che pur avendo le migliori intenzioni possono non essere adatte a quest'apostolato perché ancora troppo immerse nel proprio percorso di guarigione o perché manifestano un bisogno personale di diventare un “guaritore” per gli altri.

Valutazione di professionisti (counselors, psicologi e psicoterapeuti)

La direttrice/il direttore del Progetto Rachele dovrà contattare personalmente ciascuno dei professionisti della salute mentale per stabilire se sia in possesso dei titoli e dell'assicurazione necessari, e per stabilire i dettagli sulla modalità di riferimento dal Progetto alla professionista incluso i costi, compresa la possibilità di offrire il suo servizio professionale a una tariffa leggermente ridotta e in alcuni casi offrire una o due sessioni gratuitamente. È anche importante verificare se il professionista della salute mentale è in sintonia con gli insegnamenti della Chiesa, per esempio in tema di anticoncezionali e di relazioni sessuali fuori dal matrimonio.

Questo è importante perché un terapeuta che non abbia familiarità con gli insegnamenti della Chiesa o che sia in disaccordo con alcuni o con tutti, può causare gravi problemi alle donne o agli uomini che gli vengono inviati. Non si può dare per scontato che qualcuno che lavora per un'agenzia della Chiesa, nei servizi sociali o in un programma di consulenza, sia cattolico, conosca gli insegnamenti della Chiesa e sia in sintonia con essi. Anche chi lavora in agenzie cattoliche, ospedali, centri di ritiro, scuole e programmi deve essere valutato scrupolosamente.

Può sorgere il problema di come fare ad indirizzare a una psicoterapeuta persone senza risorse finanziarie proprie per una consulenza professionale. In alcune diocesi l'ufficio ha creato un fondo per pagare un certo numero di sessioni per i più bisognosi. A volte si può anche organizzare un programma di tariffe ridotte o un certo numero di sedute gratuite. Il denaro può arrivare da raccolte fondi, donatori privati, gruppi di preghiera o altre associazioni, oppure l'Ufficio diocesano di pastorale familiare o sanitaria.

Valutazione dei volontari e del personale

Nel mondo attuale in cui molte donne, incluso le eventuali volontarie, hanno abortito, è fondamentale determinare, con relativa certezza, l'esperienza di vita di chi partecipa offrendosi come volontaria/o o impiegata/o remunerata/o in quest'apostolato. È una questione di sicurezza e di applicazione dei limiti per tutti coloro che sono coinvolti. Per esempio, la persona che risponde al telefono non dovrebbe essere messa in una situazione pericolosa per la sua salute mentale, né la persona che chiama dovrebbe essere messa a rischio da qualcuno che forse non è guarito e/o ha problemi a rispettare certi limiti di condotta. Se qualcuno ha sofferto una perdita in gravidanza, dobbiamo assicurarci che abbia già completato un percorso di guarigione prima di permetterle di prestare questo servizio. La coordinatrice dell'apostolato deve offrire una supervisione adeguata.

Di seguito c'è una lista di domande di discernimento per le singole persone interessate a fare volontariato o a rispondere alle richieste di aiuto (via telefono o e-mail) del Progetto Rachele.

Impegno diocesano per la pastorale del post-aborto

- Perché mi sento chiamata/o a lavorare in questo campo?
- Qual è la mia storia?
 - Ho avuto una gravidanza difficile o inattesa?
 - Ho un/una figlio/a o un'altra persona cara che ha avuto una gravidanza fuori dal matrimonio?
 - Che conclusione ha avuto quella gravidanza: nascita, adozione, aborto spontaneo o aborto provocato?
 - Ho fatto esperienza di una perdita in gravidanza? Ad es. aborto spontaneo, morte fetale, gravidanza ectopica?
 - Ho abortito?
 - Mia madre ha cercato di abortirmi?
 - Ho perso un familiare con l'aborto? (un fratello, un/una nipote, per esempio?)
 - Qualcuno che conosco è stato colpito da un'esperienza di aborto? (una zia, nonna, amica/o, fratello, cugina, madre, coniuge?)
 - Ho dovuto affrontare l'infertilità?
 - Ho elaborato apertamente il lutto collegato a queste esperienze oppure ho mantenuto il mio dolore sotto controllo con altre attività?
 - Se ho abortito, ho partecipato a qualche percorso di guarigione post- aborto? Il problema continua a venire alla luce a volte?
 - Perché voglio partecipare a quest'apostolato? Sto "compensando" qualcosa? Voglio "curare" gli altri?

Altre domande per la riflessione:

- Quando una donna ha avuto un aborto credo che...
- Una donna sceglie l'aborto perché...
- Quali sono i miei limiti nell'aiutare qualcuno? Ci sono persone con cui mi risulta impossibile aver a che fare? Che cosa della loro storia mi colpisce in modo particolare?
- Quando penso a qualcuno con cui mi sarebbe difficile essere compassionevole, penso a... Perché?
- Se una donna ha avuto più aborti, mi domanderei se...
- Quando immagino di parlare con un uomo coinvolto in un aborto, io...
- Quando immagino di parlare con un membro del personale sanitario che pratica l'aborto e viene ad elaborare quest'esperienza, vorrei...

Impegno diocesano per la pastorale del post-aborto

- Quando immagino di parlare con una madre che ha obbligato sua figlia incinta ad abortire, io...
- Nell'elaborare le emozioni collegate alle storie che ascolterò facendo questo lavoro, per "farcela" emotivamente dovrò...
- Ho una guida spirituale?
- Quali capacità o formazione professionale ho che potrebbe essere utile in quest'apostolato?

Queste domande sono innanzitutto per la riflessione personale iniziale, però anche per la valutazione dell'eventuale volontaria. Se a queste domande viene data risposta scritta, la direttrice/il direttore del Progetto Rachele deve trattarla con la massima riservatezza. La direttrice/il direttore ha l'obbligo di garantire la sicurezza di tutti, incluso eventuali utenti dell'apostolato, e non può presumere che qualunque persona che si offra per aiutare sia in condizione di farlo.

Formazione diocesana

Ogni eventuale preparazione per gruppi particolari dovrebbe essere offerta solo dopo la conclusione di un programma di sensibilizzazione generale. Prendete in considerazione la possibilità di offrire una preparazione specifica per sacerdoti (preferibilmente tutti i sacerdoti della diocesi, sia diocesani che di ordini religiosi), seminaristi, diaconi, direttori spirituali, personale dei centri di spiritualità, religiosi e religiose, professionisti della salute mentale, personale della Caritas e dei consultori cattolici, assistenti sociali, cappellani e psicologhe/*counselors* di scuole superiori e università, cappellani di ospedali, personale geriatrico, dipendenti di ospizi, professionisti sanitari, personale e volontari dei centri pro-vita di aiuto alla donna in gravidanza, clero di altre religioni, e qualunque volontario che lavora con donne che hanno gravidanze inattese o difficili.

Nelle diocesi con un apostolato del Progetto Rachele attivo, normalmente un 10% dei sacerdoti sceglie di partecipare alla rete per accogliere chi chiede un aiuto. L'ideale tuttavia, è che tutti i sacerdoti siano formati perché tutti probabilmente ascolteranno confessioni di chi è stato coinvolto in un aborto. Questo perché tutti i sacerdoti, durante il Sacramento della Riconciliazione, hanno bisogno di sapere come aiutare al meglio le donne e gli uomini che hanno vissuto l'aborto, e dovrebbero conoscere il Progetto Rachele anche per poter eventualmente indirizzare alle collaboratrici del Progetto chi potrebbe aver bisogno, dopo la confessione, di un ulteriore accompagnamento (ad es., attraverso la guida spirituale oppure un ritiro spirituale per la guarigione post-aborto).

Una volta stabilito il Progetto Rachele nelle diocesi, possono persino arrivare chiamate da persone di altre religioni. Pertanto è importante che i *leaders* di altre religioni siano formati e disponibili per ricevere le persone che verranno a loro indirizzate. Il Progetto Rachele è un potente apostolato di evangelizzazione, però non spetta al personale né ai volontari del Progetto Rachele fare proselitismo con una donna o un uomo che hanno vissuto un aborto. Trasmettere con dolcezza la potenza dell'amore di Dio e il messaggio di speranza offre meravigliose opportunità per evangelizzare senza fare proselitismo. Dio è colui che guiderà la persona nel cammino di fede.

Mantenere riservata la lista dei sacerdoti

La lista dei sacerdoti e altri religiosi che partecipano al Progetto Rachele dovrebbe rimanere riservata. Solo la direttrice/il direttore, il vescovo (e altri che lui ritenga interessati) e coloro che indirizzano chi chiama, dovrebbero aver accesso alla lista. Questo è consigliabile per varie ragioni:

- I sacerdoti sono più disposti a far parte di quest'apostolato se sanno di poter accettare (o rifiutare) le singole persone che chiedono aiuto. A volte è necessario per un sacerdote chiedere che per un certo tempo non gli vengano inviate persone; può essere malato o aver cambiato parrocchia o semplicemente può avere molti impegni in quel momento.

- Se tutti sanno che “Padre Tizio” è un sacerdote del Progetto Rachele il personale della parrocchia o i fedeli possono presumere che una donna che incontra il Padre abbia abortito e senza volerlo possono violare la privacy o possono anche fare pettegolezzi.
- Nel caso che un sacerdote nella lista si riveli un punto di riferimento non buono, il personale del Progetto Rachele può silenziosamente non inviargli più nessuno senza che si sappia in tutta la rete. Se i nomi fossero di pubblica conoscenza potrebbe essere impossibile cancellare il nome di un sacerdote dalla lista senza che si facciano supposizioni poco caritatevoli.
- A volte i laici non comprendono il valore del Progetto Rachele e possono arrivare a criticare il sacerdote che vi prende parte.
- Chi pratica l’aborto potrebbe utilizzare impropriamente una lista pubblica di sacerdoti per rassicurare le donne cattoliche che va bene abortire, e infatti la Chiesa si aspetta che questo succeda e ha preparato una lista di sacerdoti che possono “offrire perdono” successivamente. Questo è successo più di una volta.

Garantire la riservatezza di tutte le altre liste

Anche la lista degli altri collaboratori dovrebbe essere mantenuta riservata. Di nuovo, questo permette una continua valutazione dell’adeguatezza dei volontari e dei professionisti che collaborano. Se qualcuno nella lista risulta inadeguato, il suo nome può essere ritirato con riservatezza senza darne pubblica conoscenza.

Lancio e promozione del Progetto Rachele

Una volta che i sacerdoti, i professionisti e i volontari sono stati formati e l’apostolato è pronto per funzionare, offrite una Messa speciale per pregare per coloro che sono stati toccati dall’aborto e per annunciare pubblicamente che c’è un aiuto. Idealmente il vescovo celebrerà questa Messa e predicherà sull’amore e il desiderio di Dio di curare le ferite dell’aborto. Questa è un’opportunità per invitare fedeli di tutta la diocesi e anche la stampa. I mezzi di comunicazione sono spesso molto interessati a quest’opera perché va contro quel che si aspettano dalla Chiesa. I mezzi di comunicazione ritengono che la Chiesa condanni sia il peccato che il peccatore e si sorprendono che la Chiesa offra attenzione pastorale a chi soffre le dolorose conseguenze dell’aborto.

Promuovere il Progetto Rachele

Far conoscere al pubblico quest’apostolato è cruciale per il suo successo. Senza una continua pubblicità l’apostolato non potrà svilupparsi. Ancora più importante, chi necessita di guarigione interiore e riconciliazione con Dio può continuare a vivere nell’alienazione e nella disperazione, senza percepire il perdono e la grazia che Gesù rende possibili mediante la sua Chiesa. I sacerdoti devono essere incoraggiati a predicare sull’amore e la misericordia di Dio e parlare della presenza del Progetto Rachele nella diocesi. Alla nascita dell’apostolato sarebbe di grande aiuto una dichiarazione pubblica del vescovo che annuncia l’esistenza dello stesso, spiegando come funziona e quali servizi saranno offerti. Per promuovere il Progetto Rachele, il giornale cattolico locale può intervistare il vescovo, la direttrice/il direttore e/o un sacerdote collaboratore del Progetto. Anche le stazioni della radio e i canali della televisione locale possono essere disposti a diffondere storie sull’avvio del Progetto.

Un portavoce della diocesi, a proprio agio con i *media*, dovrebbe esser preparato per comunicare il messaggio di speranza e guarigione del Progetto Rachele e spiegare come esso funziona. Il portavoce, idealmente una donna, dovrebbe essere capace di esprimere che la forte posizione profetica della Chiesa contro l’aborto non è incompatibile con il suo lavoro pastorale per aiutare chi è stato ferito dall’aborto a trovare risanamento spirituale e pace interiore.

Annunci alla radio possono essere trasmessi di notte (quando i costi della pubblicità sono più bassi) e anche così arrivare a molti che hanno sofferto una perdita a causa dell'aborto, per la loro difficoltà frequente di conciliare il sonno. In alcune aree la pubblicità per radio può essere disponibile a un prezzo ragionevole e in alcuni casi potrebbe essere donata come un servizio pubblico. Gli annunci in lingua inglese possono essere scaricati dalla pagina digitale della USCCB "Hope After Abortion" ("Speranza dopo l'aborto"), che sostiene il Project Rachel americano, in www.hopeafterabortion.org. Cliccate su "For Directors of Ministry" ("Per responsabili della pastorale") e su link "radio ads" ("annunci alla radio").

È relativamente economico mettere piccoli annunci su giornali locali.

Nota: Per l'ambito ecclesiastico sarà importante approfittare di ogni mezzo di comunicazione già esistente, come i bollettini parrocchiali e il settimanale diocesano. Si possono produrre *depliants* che descrivono il Progetto Rachele da lasciare nell'ingresso e sulle bacheche delle chiese, nelle cappelle ospedaliere, nelle case di spiritualità, nei consultori cattolici ed altrove. Negli Stati Uniti alcune diocesi hanno stampato bigliettini da visita per il confessionale. Facendo arrivare questi bigliettini ai sacerdoti che celebrano il Sacramento della Riconciliazione, loro potranno indirizzare un/a penitente che confessa l'aborto, anche se tale penitente è stata/o già assolta/o, al Progetto Rachele, così offrendole/gli un accompagnamento più approfondito nel cammino di recupero e guarigione post-aborto.

Continuare l'apostolato

Offrite una formazione continua ai partecipanti alla rete del Progetto e alla comunità in generale con la pubblicazione periodica di materiale scritto e laboratori occasionali.

Offrite ogni paio di anni un laboratorio di formazione per eventuali nuovi volontari per permettere che la rete continui ad espandersi. Anche coloro che non faranno parte della rete di riferimento potranno beneficiare della formazione e potranno raccomandare il Progetto Rachele a coloro che incontrano nelle proprie attività apostoliche e nel proprio circolo di conoscenze.

Continuate a collocare annunci nei bollettini parrocchiali domenicali e sui mezzi di comunicazione locali laici e cattolici. Incoraggiate spesso i sacerdoti e altri volontari ad appendere sulle bacheche parrocchiali materiale del progetto Rachele e a distribuire informazioni sul Progetto Rachele in tutta la comunità in generale.

Contattate ogni tanto i mezzi di comunicazione, mettendovi a loro disposizione per far loro arrivare storie sulla crescita dell'apostolato, eventualmente includendo testimonianze (anche anonime).

Proclamando costantemente l'amore misericordioso di Dio, raggiungendo ed accompagnando le persone ferite, in modo competente e compassionevole e rimanendo fermi nella preghiera, l'apostolato diocesano del Progetto Rachele crescerà e continuerà a svilupparsi.

Forme aggiuntive di pastorale: Liturgie e ritiri spirituali

Liturgia di Speranza e di Guarigione

Una o due volte all'anno una diocesi o parrocchia può offrire una "Liturgia di Speranza e di Guarigione" per tutti coloro che hanno perso bambini in gravidanza, nel parto o subito dopo. Tutti i materiali di promozione dovranno mettere in chiaro che la Liturgia (normalmente una Messa, ma anche un diacono potrebbe offrire una semplice Liturgia della parola) è offerta per chiunque sia stato colpito dalla morte di un figlio sia per aborto spontaneo, morte fetale, gravidanza ectopica, morte precoce nell'infanzia o aborto provocato. Se si fissa l'attenzione solo sull'aborto provocato, la partecipazione sarà estremamente bassa. Però se si includono tutte queste perdite, verranno molte persone. Agli ingressi della chiesa si possono lasciare in un luogo visibile materiali sull'aborto spontaneo, su altre forme di perdita perinatale e sulla guarigione post-aborto, così da permettere che i presenti se li portino a casa.

Alcuni suggerimenti per la Messa:

- Collocate ben visibile, all'ingresso, una cesta con foglietti di carta e penne perché i fedeli presenti scrivano il /i nome/i del/dei bambino/i che vogliono ricordare (si può anche scrivere "la figlia di mia figlia"). I foglietti dovranno essere posti nella cesta, che sarà portata fino all'altare durante l'Offertorio.
- L'omelia deve essere centrata sul lutto e sulla guarigione. Il racconto della morte e della risurrezione di Lazzaro potrebbe essere utilizzato come punto di partenza, però si possono usare altre storie della Scrittura. È importante parlare della misericordia infinita di Dio e della potenza guaritrice dei sacramenti.
- Preparate qualcosa che i fedeli presenti possano portare con sé a casa al termine della Messa come ricordo: un'immaginetta, un bigliettino di preghiera, un piccolo crocifisso, una candela votiva in vetro, oppure un bel fiore artificiale che possa essere esposto senza provocare domande degli altri sul suo significato.

I ritiri spirituali come parte integrante del Progetto Rachele

Attualmente ci sono varie tipologie di ritiri di guarigione post-aborto, proposti da programmi diocesani o indipendentemente dagli uffici diocesani. Rachel's Vineyard Ministries (*La Vigna di Rachele*), Entering Canaan, Land of Milk and Honey e Bethesda Healing Ministry sono programmi americani che hanno già collaborato in modo efficace con i Progetti Rachele diocesani o che, in alcuni casi, vengono sponsorizzati dagli stessi uffici diocesani del Progetto Rachele.

(Nota: La Vigna di Rachele è l'unica di queste realtà attualmente presente in Italia.)

In alcuni casi, l'esperienza del ritiro è il primo passo che una donna o un uomo fanno nel cammino di guarigione. In molti casi chi partecipa al ritiro lo fa dopo un lavoro iniziale già intrapreso con un sacerdote, una psicologa oppure un'altra accompagnatrice del Progetto Rachele.

Alcune donne o uomini possono aver bisogno di aiuto immediato e non possono aspettare fino al successivo ritiro programmato per iniziare un percorso di guarigione. Altri, può darsi che vogliano cominciare confessandosi con un sacerdote prima di fare qualunque altra cosa. L'obiettivo del Progetto Rachele è offrire alle donne e agli uomini un'assistenza competente e un'attenzione alla persona nella sua interezza, al momento in cui ne hanno bisogno. La guida spirituale o consulenza psicologica individuale, i ritiri, le giornate di riflessione e le Messe o altre liturgie di guarigione post-aborto sono esempi dell'approccio ampio e del lavoro fatto in equipe per accompagnare lungo il percorso di guarigione.

Se volete aggiungere l'offerta dei ritiri al vostro Progetto Rachele diocesano, ecco alcune considerazioni:

- Definite attentamente la relazione tra la diocesi e il programma di ritiro. Si tratta di un indirizzamento a un'entità esterna indipendente o si tratta di un programma sponsorizzato dalla diocesi? Quando si lavora con ritiri che funzionano indipendentemente dalla diocesi assicuratevi che i contratti e le assicurazioni siano valutate e approvate dall'avvocato diocesano.
- L'equipe che offrirà i ritiri deve essere competente, ciascuno nel proprio campo (facilitatori, psicologhe, sacerdoti) e devono essere valutati come qualunque altro volontario o membro del personale del Progetto Rachele (vedi "Valutazione dei professionisti (*counselors*, psicologi e psicoterapeuti" e "Valutazione dei volontari e del personale" a pagina 58).

Impegno diocesano per la pastorale del post-aborto

- Anche chi parteciperà eventualmente al ritiro dovrebbe essere valutato. Qualunque persona che riveli un pensiero suicida, abuso attivo di sostanze o un apparente disordine psicologico che potrebbe risultare pregiudizievole, deve essere incoraggiato a rimandare la sua partecipazione al ritiro. Se gli si domanda delle medicine che sta assumendo per la depressione o l'ansia è possibile individuare l'intensità di un eventuale disordine psicologico. A volte sarà opportuno parlare con il medico o la psicoterapeuta curante, chiedendo un permesso scritto dall'eventuale partecipante, per poter fare ciò. (Normalmente sarebbe la psicologa dell'equipe dei ritiri ad intraprendere questa iniziativa.)
- Bisogna avere pronto un protocollo nel caso che un/a partecipante richieda attenzione psicologica o medica durante o dopo il ritiro. Ogni partecipante dovrà previamente fornire nome e numero di telefono di una persona da contattare in caso d'emergenza.
- L'ideale è che i sacerdoti che partecipano al ritiro siano della diocesi locale. Questi sono coperti dalla polizza di assicurazione diocesana e hanno familiarità con le risorse locali e con le pratiche abituali e proprie della diocesi. Per esempio, i sacerdoti della diocesi locale possono aiutare una donna a rivolgersi al tribunale se deve avanzare una richiesta di nullità. Se un sacerdote che partecipa è esterno alla diocesi si devono seguire i procedimenti adeguati perché possa avere dalla diocesi in cui si tiene il ritiro la facoltà per celebrare i sacramenti.
- Se durante il ritiro ci sarà l'esposizione del Santissimo Sacramento, bisogna avere il relativo permesso e si devono seguire i procedimenti della diocesi. Assicuratevi di esser in coordinamento con l'appropriato ufficio diocesano per qualunque richiesta liturgica eccezionale.
- Una lista stampata con le risorse per il cammino che continua post-ritiro con i relativi recapiti deve essere offerta a tutti i partecipanti alla chiusura del ritiro.

Sesta Sezione

La prospettiva canonica sull'aborto



La prospettiva canonica sull'aborto

Comunemente si pensa che la Chiesa scomunichi tutti i cattolici che hanno procurato un aborto ottenendo l'effetto. Tuttavia, probabilmente in un gran numero di casi, circostanze attenuanti impediscono che la persona incorra nella pena di scomunica. La tragedia dell'aborto provoca domande differenziate in relazione alla responsabilità personale di chi procura un aborto: si è commesso un peccato? Se così fosse, il peccato è stato tale da incorrere in una sanzione penale?

Un peccato è un'offesa intenzionale e deliberata contro la volontà di Dio; un'espressione verbale, un'azione o un desiderio cui acconsentiamo volontariamente, contrari alla legge di Dio. Oggettivamente, l'aborto è un peccato mortale, un atto gravemente contrario alla legge morale.

Un crimine, che è più comunemente menzionato come un "delitto" nel diritto canonico, è una violazione esterna di una legge o precetto della Chiesa, che è stato formalmente stabilito da un'autorità ecclesiastica che ha potere legislativo (cfr. cc. 1311, 1315). Sebbene possa risultare sorprendente per molti, in realtà sono molto pochi i peccati stabiliti dalla Chiesa come crimini. Però tra questi l'aborto chiaramente è incluso tra i più gravi (c. 1398).

Insieme al crimine c'è la realtà di una pena che è una sanzione stabilita dalla legge ecclesiastica e che può essere applicata a un cattolico che commetta un crimine. Questa pena ha lo scopo di motivare la persona a tornare a vivere secondo i principi della Chiesa, di riparare un'ingiustizia commessa con quell'atto e di fare riparazione per lo scandalo causato (cfr. c. 1341). Secondo il *Codice di Diritto Canonico*, il testo legislativo chiave della Chiesa, sia la persona che procura un aborto ottenendo l'effetto sia qualunque complice la cui cooperazione positiva sia stata necessaria per compiere un aborto procurato, incorrono nella pena di scomunica automatica (*latae sententiae*) (cfr. cc. 1398; 1329; §2; 1314). In realtà, la scomunica è una censura che si dovrebbe vedere come una pena medicinale, il che vuol dire che ha l'obiettivo principale di stimolare il pentimento della persona che ha commesso l'atto (cfr. c. 1312 § 1, 1°). Pertanto, la scomunica si potrà applicare solo finché il trasgressore accetta la grazia guaritrice di Dio e si pente, e in quel momento si dovrà togliere la scomunica con il Sacramento della Riconciliazione o con altri mezzi legittimi. In altre parole, la Chiesa ha stabilito la scomunica come pena nei casi di aborto, per testimoniare la gravità dell'offesa, qualcosa che non si percepisce nella società secolare, e per aiutare chi ha commesso o cooperato all'aborto a correggersi. L'intenzione non è quella di dare al peccatore uno stigma permanente da portare.

Alcuni termini meritano una spiegazione. *L'aborto* è l'uccisione diretta e intenzionale di un embrione o feto con qualunque mezzo e in qualunque momento a partire dal concepimento. *Procurare* significa ottenere, indurre o causare direttamente e intenzionalmente per mezzo di un'azione fisica o morale.

Di conseguenza una persona che partecipa attivamente all'atto abortivo procura l'aborto. *Ottenere l'effetto* significa che l'obiettivo è stato raggiunto, non solo che è stato desiderato, programmato o tentato senza successo. Pertanto sebbene il desiderio, l'intenzione e/o il tentativo di abortire siano gravemente peccaminosi, non costituiscono di per se stessi il crimine di aborto.

Allora, possiamo dire che tutti i cattolici che procurano un aborto e lo ottengono o che cooperano positivamente alla sua realizzazione, in questo senso giuridico stretto, siano automaticamente scomunicati? Non necessariamente. Questo si deve al fatto che, perché un delitto si consideri commesso, la legge della Chiesa esige che coloro che lo perpetrano abbiano agito in modo gravemente responsabile. Cioè, devono aver commesso l'atto con piena e deliberata volontà di causare danno e di violare la legge. Di conseguenza, così come il diritto civile riconosce circostanze attenuanti che eliminano o riducono le responsabilità, così fa anche la legge ecclesiastica.

Pertanto, le seguenti circostanze, tra le altre che figurano nel c. 1323, potrebbero dare come risultato che una persona **non sia mai oggetto di una pena** per aver procurato e portato a compimento un aborto,

anche quando l'atto che lui o lei ha commesso si possa continuare a considerare gravemente peccaminoso e sia, senza alcun dubbio, oggettivamente cattivo:

1. Coloro che “non hanno abitualmente l'uso della ragione” (tali persone sono in realtà considerate incapaci di commettere un'offesa contro la legge, perché non hanno capacità di scegliere di agire contro la legge) (c. 1322).
2. Chi “non aveva ancora compiuto i sedici anni di età” (c. 1323).
3. Chi, senza alcuna colpa, ignorava di infrangere una legge o un precetto della Chiesa (sebbene fosse cosciente che l'aborto è un peccato grave/mortale; tuttavia, la legge della Chiesa presume che i cattolici conoscano la legge a cui sono sottoposti) (cfr. c.15 § 2).
4. Chi ha agito costretto con la forza fisica o in virtù di un mero accidente che non ha potuto prevedere o che, una volta previsto, non ha potuto evitare (cfr. c. 1323). Tuttavia c'è una differenza tra agire costretti con la forza fisica e operare per timore grave. Chi ha agito per timore grave rimane soggetto all'imposizione di una pena, dato che l'atto dell'aborto è intrinsecamente cattivo (il timore grave è una reazione interna di una persona a una minaccia credibile di un grave male che potrebbe essere inflitto da un'altra persona) (si veda c. 1324 §1,5°).

Le seguenti persone non sono soggette a una pena automatica per avere procurato e portato a compimento un aborto, sebbene una pena minore potrebbe ancora essere imposta come risultato di un processo ecclesiastico (cfr. c. 1324):

1. Chi ha “l'uso di ragione in maniera soltanto imperfetta” (c. 1324)
2. Chi “mancava dell'uso di ragione a causa di ubriachezza o di altra simile perturbazione della mente, di cui fosse colpevole” (c. 1324)
3. Chi agisce “per grave impeto passionale, che tuttavia non abbia preceduto ed impedito ogni deliberazione della mente e consenso della volontà e purché la passione stessa non sia stata volontariamente eccitata o favorita” (c. 1324)
4. “un minore che avesse compiuto i 16 anni di età” (c. 1324), che però non ha ancora diciotto anni
5. Una persona che ha agito “costretta da timore grave, anche se soltanto relativamente tale” (c. 1324)
6. Chi “senza colpa ignorava che alla legge o al precetto fosse annessa una pena” (c. 1324)

Nota: Il Canone 1324 offre altri fattori che ulteriormente mitigano la pena e nota che anche se chi ha commesso il delitto può non essere necessariamente esente da una pena, ella o egli non è soggetto alla pena stabilita dalla legge, e che invece quella pena “deve essere mitigata o sostituita da una penitenza”.

Pertanto perché una persona sia **scomunicata automaticamente**, questa persona deve aver procurato e portato a compimento un aborto o aver cooperato concretamente all'esecuzione di aborto *e*:

1. Aver avuto pieno uso della ragione
2. Aver avuto per lo meno diciotto anni
3. Non essere stato ignorante che la legge della Chiesa include la pena di scomunica per il crimine di aborto (questo è diverso dal semplice sapere che l'aborto è un peccato grave o mortale; la legge ecclesiastica presume che i cattolici non siano ignoranti della legge a cui sono sottoposti: si veda il c. 15 §2)

4. Essere stati capaci di esercitare il proprio libero arbitrio e non aver agito per timore grave, per il grave ardore della passione, l'ubriachezza inavvertita, o qualunque altro disturbo mentale simile.
5. La censura di scomunica può essere rimessa usando la formula che si trova nell'Appendice I del Rito della Penitenza (cfr. cc. 1354-1357), da colui che la legge definisce come "Ordinario" di una diocesi (il vescovo designato per governare la diocesi).

Nota: Negli Stati Uniti la maggioranza dei vescovi diocesani ha concesso questa facoltà ai sacerdoti della propria diocesi. In Italia ed altrove sono gli ordini mendicanti ad avere per antico privilegio questa facoltà. Dall'Anno Giubilare della Misericordia tutti i sacerdoti del mondo l'hanno avuta. (Vedi pagina viii.) In caso di dubbio è meglio chiedere conferma in curia diocesana.

Infine vediamo **che cosa significa essere scomunicato**. La pena di scomunica proibisce a un membro della Chiesa (cfr. c.1331) di:

1. "prendere parte in alcun modo come ministro alla celebrazione del Sacrificio dell'Eucaristia o di qualunque altra cerimonia di culto pubblico" (c 1331)
2. "celebrare i sacramenti o sacramentali e ricevere i sacramenti" (c. 1331)
3. "esercitare funzioni in uffici o ministeri o incarichi ecclesiastici qualsiasi, o di porre atti di governo" (c.1331)

Si noti attentamente, tuttavia, che una persona scomunicata sebbene sia fuori dalla vita sacramentale della Chiesa e non possa esercitare l'autorità del ministero all'interno della Chiesa, continua a essere membro della Chiesa, continua a essere cattolico. Inoltre a una persona scomunicata non è proibito né frequentare la Messa o altri atti di culto pubblico né partecipare ad atti privati di preghiera e devozione. Di fatto, queste attività devono essere incoraggiate al fine di aiutare la persona scomunicata a pentirsi, a rinnovare la propria vita e per aiutare a riparare l'ingiustizia e lo scandalo commessi con l'atto dell'aborto.

I punti riassunti precedentemente rispetto alle leggi della Chiesa sono complessi, soprattutto le questioni relative a chi agisce come complice nell'atto dell'aborto e chi è realmente incorso nella pena corrispondente all'atto dell'aborto. Se avete altre domande circa l'aborto e il diritto canonico potete mettervi in contatto con un/a canonista nella vostra diocesi o un sacerdote che vi possa aiutare in modo riservato.

Nota: Per il Giubileo della Misericordia sono state create varie risorse scritte che trattano anche la questione della scomunica collegata all'aborto procurato.

I sacerdoti in Italia sono incoraggiati a consultare:

- la pagina "Clero": <http://vignadirachele.org/esperienze/espersacerdoti.html>
- la pagina "Aborto e Chiesa": <http://progettorachele.org/abortochiesa/abortochiesa.html>

Appendici



Appendice A

Il ministero del sacerdote con chi è a rischio di abortire per una diagnosi prenatale infausta

Oggi, quasi tutte le donne incinte fanno una serie di esami diagnostici, studiati per evidenziare problemi del bambino o della gravidanza.

La diagnosi di un problema in generale farà sì che il medico raccomandi un'interruzione di gravidanza, chiamato eufemisticamente "aborto terapeutico" o a volte, se eseguito durante una fase tardiva della gravidanza, "induzione anticipata". Il medico può credere sinceramente che sia "più facile" o meno rischioso mettere fine alla gravidanza in anticipo. Può affermare che è più pietoso "lasciare che il bambino muoia adesso". Spesso assicurerà i genitori che nessuno lo verrà a sapere. Non di rado, tuttavia, i suoi consigli possono essere in realtà motivati dalla paura di una denuncia per malasanità o per "nascita indesiderata" (*Nota*: in lingua inglese "wrongful life", cioè una vita che non doveva nascere perché se fosse stata diagnosticata con handicap durante la gravidanza avrebbe potuto essere abortita). Con tale denuncia i genitori sperano di ottenere, dall'assicurazione del medico o della struttura ospedaliera, un maxi-risarcimento adducendo che egli non li ha informati completamente sulla gravità della disabilità del figlio.

Collaborando con l'ufficio diocesano del Progetto Rachele e l'ufficio pro-vita, di pastorale familiare o sanitaria, è consigliabile creare una lista di genitori che hanno sofferto la perdita precoce di un bambino, che hanno portato avanti una gravidanza con diagnosi prenatale infausta o che sono genitori di un bambino con necessità speciali. Loro possono essere una risorsa preziosa per altri genitori che affrontano l'angoscia di una diagnosi infausta e si trovano sotto la pressione di abortire. È anche bene avere a portata di mano nomi e recapiti di ginecologi pro-vita e specialisti in gravidanze ad alto rischio.

Nota:

In Italia tutti i sacerdoti dovrebbero conoscere l'associazione **Quercia Millenaria**, composta proprio da una rete di genitori, personale sanitario, cappellani, assistenti sociali ed altri, per accompagnare una famiglia che deve affrontare questa realtà. (Vedi www.laquerciamillenaria.org)

Consigli per i sacerdoti

Mary Kellet, una madre cattolica che ha fondato *Prenatal Partners for Life* ("Compagnia a favore della vita prenatale"), dopo che alla figlia minore, ancora in grembo, fu diagnosticata una trisomia 18, offre questo consiglio per i sacerdoti a cui viene chiesto un consiglio da genitori in simili situazioni:

Mettere fine alla vita di un bambino per "induzione anticipata" è un aborto. Ogni madre piange la perdita del bambino che abortisce. Dopo vivrà il lutto per il bambino che non ha mai potuto conoscere e dovrà affrontare tutti i "se..." e i "ma...". Permettendo, invece, a Dio di decidere il destino di suo figlio, una madre guarisce più pienamente e alla fine, dopo che tutto il dolore è stato elaborato e risanato, lei ritrova la pace. Non ci sono né pentimenti né rimorsi. Portare a termine la gravidanza e far nascere il bambino non pregiudica la famiglia e non infligge dolore al bambino in grembo. Ciò che fa è insegnare la virtù della pazienza e la fiducia in Dio.

Quando una coppia arriva in cerca di risposte per il proprio dolore, per fare la cosa corretta è cruciale consigliare che amino questo bambino per tutto il tempo che Dio vuole. Questi genitori arrivano in cerca dell'amore, della verità e della volontà di Dio. I sacerdoti sono i pilastri che fanno forte il mondo. Mantenete una posizione ferma a favore della vita.

Risposte che sono di grande aiuto

Ai genitori che hanno ricevuto una diagnosi prenatale infausta offrite i seguenti suggerimenti per aiutarli ad accettare la loro situazione con fiducia in Dio.

- Dio vi darà tutte le grazie di cui avete bisogno.
- Io sento il vostro dolore. Dio sente il vostro dolore. Egli vi ama e chiama tutti i suoi figli ad abbracciare la santità di ogni vita umana, sin dal loro concepimento fino alla morte naturale. Egli sarà con voi e mai si allontanerà da voi.
- Siete uniti a Cristo attraverso la vostra sofferenza.
- Dio ti ha scelto per essere la madre di questo bambino speciale.
- State vicini alla nostra Madre Maria. Lei conosce il vostro dolore e vi avvolgerà con il suo manto.
- Date un nome al vostro bambino, parlategli e amatelo come qualunque madre e qualunque padre farebbero.
- Create ricordi meravigliosi di questo momento così speciale mentre lei o lui è ancora vivo e protetto nel tuo ventre.
- Ricordate che Dio può fare e fa miracoli. Non abbiate paura di chiedere e non abbiate paura di sperare.
- Ogni vita è creata da Dio e ha uno scopo nel Suo progetto.
- Questi bambini speciali portano con sé molti doni spirituali e grazia.
- Se il vostro bambino non potrà venire alla luce, esiste il Battesimo del desiderio.
- Per quanto tempo viva il vostro bambino, sarà vostro figlio per tutta l'eternità.

Risposte che feriscono o che sono controproducenti

I genitori che hanno affrontato questa dolorosissima esperienza hanno offerto anche suggerimenti su che cosa non dire (cose che possono causare confusione e perfino portare una donna o una coppia a mettere fine alla propria gravidanza):

- Solo tu sai (voi sapete) che cosa è meglio per te/voi e per la tua/vostra la famiglia.
- Questo è tra te/voi e Dio.
- Hai bisogno di preoccuparti della tua salute.
- Il tuo fisico ne soffrirà.
- Tu/Voi cosa credi/credete che sarebbe giusto fare?
- Questo è un problema complicato.
- Ascolta/Ascoltate la tua/vostra coscienza.
- Sono preoccupato per la tua salute mentale.
- Ascolta/Ascoltate i medici e fai/fate ciò che ti/vi dice il cuore.
- Se la tua/vostra scelta è fatta con amore, non può essere sbagliata.

Risorse aggiuntive (in lingua inglese)

In aggiunta potete suggerire ai genitori che conoscono la lingua inglese di visitare i seguenti siti web:

www.morninglightministry.org

“Luce del Mattino” è un apostolato cattolico per madri e padri che hanno sofferto la morte del loro bambino per una gravidanza ectopica, aborto spontaneo, nascita morta o morte infantile prima di un anno. Quest’apostolato dà anche il benvenuto a genitori che appartengono ad altre confessioni cristiane, ad altre religioni o senza un credo religioso.

La pagina del sito chiamata “Speranza nel Turbinio” offre informazioni e sostegno per chi sta affrontando una diagnosi prenatale infausta.

Luce del Mattino offre aiuto per telefono in Canada e USA. Tutto l’aiuto telefonico è offerto da genitori che hanno perso bambini e hanno fatto una formazione per offrire tale assistenza.

www.benotafraid.net

“Benotafraid.net” è un sito di assistenza *online* per genitori che hanno ricevuto una diagnosi prenatale infausta. Le storie familiari, articoli e link si presentano come una risorsa per coloro a cui viene chiesto di scegliere tra

interrompere la gravidanza o continuare nonostante la diagnosi. Le famiglie di benotafraid.net hanno affrontato la stessa decisione e hanno optato per non abortire. Condividendo le loro esperienze danno coraggio a coloro che possono avere paura di andare avanti.

www.childrensmemorial.org/depts/fetalhealth/overview.aspx

“L’Istituto per la Salute Fetale” (*Institute for Fetal Health*) a Chicago è una risorsa per tutti gli Stati Uniti. Offre un’opportunità di parlare con esperti mondiali e ottenere informazioni sulle anomalie e le strategie di trattamento. Così come il sito web dell’istituto spiega: “Attraverso un approccio multidisciplinare, l’Istituto per la salute fetale permette di realizzare una consulenza prenatale e una programmazione di cura pediatrica per le donne incinte che aspettano bambini con difetti congeniti o problemi medici”. I genitori possono mettersi in contatto loro stessi o lasciare che il loro medico lo faccia per loro.

www.prenatalpartnersforlife.org

Questo sito (“Compagnia a favore della vita prenatale”), sviluppato da Mary Kellet offre sostegno, informazione e incoraggiamento per portare a termine una gravidanza con una diagnosi prenatale infausta, e anche un sostegno per allevare un bambino con speciali necessità dopo la nascita. I genitori di figli diagnosticati recentemente con un difetto di nascita vengono messi in contatto con genitori di bambini con un difetto simile in modo che i genitori con esperienza possano offrire sostegno, informazione e consigli sulle cure per i loro figli fino al giorno in cui Dio li chiamerà a Sé.

www.elizabethministry.com/prenatal.html

“Elizabeth Ministry International” offre alle famiglie che hanno ricevuto una diagnosi prenatale infausta, sostegno spirituale e compassionevole attraverso il gemellaggio con altre coppie, lo sviluppo di un piano per il parto, la vicinanza durante la gravidanza e il parto, una funzione commemorativa e/o assistenza con il funerale, ritiri spirituali, preghiera, benedizioni, gruppi di sostegno, indirizzamenti a varie forme di assistenza nella comunità ed altro.

In lingua inglese e nel contesto americano si possono trovare informazioni sugli **ospizi perinatali** nei seguenti siti:

www.choicesmc.org/pages/pregnant/perinatal.php

www.aaplog.org/PositionsAndPapers/PerinatalHospice.aspx?fileID=1

www.perinatalhospice.org

Appendice B

Toccare il tema del lutto non elaborato per un aborto precedente, nella preparazione al matrimonio

Al giorno d'oggi il tema delle esperienze sessuali precedenti dovrebbe essere toccato nei programmi di preparazione al matrimonio come qualcosa di abituale. Le coppie hanno bisogno di essere incoraggiate a essere sincere, l'uno con l'altra, sin dal principio, per stabilire una base solida per la comunicazione nel matrimonio. Se c'è qualcosa che preoccupa uno/a delle due parti (per esempio, molti partner sessuali precedenti, o un'esperienza di aborto), è meglio saperlo prima del matrimonio quando ancora ci può essere un discernimento se andare avanti, in questo momento, col progetto matrimoniale, o meno.

I membri della coppia dovrebbero essere invitati, *individualmente*, a parlare col futuro coniuge delle proprie storie sessuali precedenti. Esiste il mito che quel che è passato debba rimanere nel passato; tuttavia le storie sessuali entrano nei matrimoni, sia che se ne parli sia che non se ne parli. Questo è semplicemente un invito ad essere onesti. È una loro scelta accettare l'invito, però almeno è stato fatto.

Il sacerdote, il diacono oppure una coppia leader nella preparazione matrimoniale può dire:

“Le relazioni intime passate diventano parte della nostra storia. Alcune volte si sono contratte malattie sessualmente trasmesse, e il partner ha diritto di saperlo, perché può essere una minaccia per la salute e per i futuri figli. Ferite all'intimità come abusi e aborti passati possono interferire con lo stabilirsi di una sana intimità sessuale. Sebbene Lei possa non aver pensato a questi eventi per molto tempo, è importante che condivida quest'informazione con il suo partner”.

Toccare questi temi può essere difficile, ma può risultare molto benefico per la coppia. Un partner che non ha avuto esperienza di aborto può avere difficoltà a comprendere un coniuge che abbia vissuto tale esperienza. Se uno o entrambi hanno sofferto la perdita di un figlio a causa dell'aborto con un'altra persona, hanno bisogno di prendere consapevolezza che questo può colpire il loro matrimonio, soprattutto se non hanno ancora risanato questa ferita. Una profonda incertezza o persino sfiducia può sorgere nella relazione matrimoniale. Per esempio, un uomo può essere stato coinvolto in più di un aborto. La sua promessa sposa ha bisogno di conoscere le circostanze di quelle vicende, perché se lui ha spinto per quegli aborti, potrebbe avere la stessa reazione quando con la futura sposa avrà una gravidanza. Quando ci si confida raccontando la verità, il/la partner che non ha abortito può aiutare l'altro/a a guarire questa maternità/paternità persa offrendosi di adottare spiritualmente il bambino o i bambini abortiti.

Come parte del percorso prematrimoniale si può anche far conoscere alla coppia in cui uno o entrambi hanno abortito in passato (oppure in modo generale a tutte le coppie), la possibilità di partecipare insieme ad un ritiro spirituale per la guarigione post-aborto, come quello della Vigna di Rachele.

Nel caso dei sacerdoti che fanno la preparazione al matrimonio, è consigliabile riunirsi con ciascuna delle parti separatamente, dopo essersi riuniti con entrambi insieme. Questo permette che ci sia tempo per un dialogo/colloquio e, in molti casi, per la Confessione.

Appendice C

Benedizione di un monumento in onore dei bambini non nati a causa dell'aborto

Nota: Quest'atto può essere adattato per includere i bambini persi per aborto spontaneo, per nascita morta e durante l'infanzia, nel caso che si vogliano includere più possibilità.

Saluto

Quando tutta l'assemblea è riunita il sacerdote o il diacono saluta con le seguenti parole o altre appropriate: (adattato dal *Libro delle Benedizioni*, n. 1423)

**La grazia di Nostro Signore Gesù Cristo,
che dona la vita e ha conquistato la morte,
sia con tutti voi.**

R/. E con il tuo spirito.

Con le seguenti o simili parole, il sacerdote o il diacono prepara i fedeli presenti per la celebrazione:

**Fratelli e sorelle in Cristo,
lo Spirito di Dio, all'origine del mondo,
aleggiava sulle acque
e dal caos creò la bellezza.
Allora Dio prese la polvere dalla terra
e con il suo soffio diede vita al nostro essere.
Tuttavia, sin dal tempo di Caino, nella nostra debolezza umana,
abbiamo peccato contro il dono meraviglioso della vita.**

**Che questo monumento sia un memoriale di tutti i bambini
che sono morti nel ventre delle loro madri.
Che questo diventi un luogo per onorare la loro memoria e piangere la loro perdita.**

**Che tutti confidiamo nella misericordia di Dio,
e che coloro che hanno partecipato all' aborto
incontrino la guarigione e la misericordia di Dio Onnipotente.**

**Che siamo decisi nell'incoraggiare e sostenere
le donne incinte che ne hanno necessità
e coloro che hanno bisogno di guarigione interiore.**

**Per l'intercessione di Maria, Madre di ogni Vita,
che ciascuno di noi possa rispettare, difendere e proteggere la vita in ogni sua tappa.**

Letture della Parola di Dio

Si può scegliere una lettura appropriata dal *Lezionario per le Esequie dei bambini non ancora battezzati*, che si trova nel *Rito delle Esequie Cristiane*.

Omelia

Preghiera dei Fedeli

Il sacerdote o diacono introduce le preghiere dei fedeli:

**Cristo, il Signore, ha cancellato il peccato morendo sulla Croce
e ha distrutto la morte risuscitando dalla tomba.
Affidiamo, quindi, questi bambini alle sue cure
e abbiamo fede nella sua misericordia.**

Un'altra persona guida le preghiere dei fedeli:

**Per tutti i bambini che sono morti per l'aborto,
e specialmente per i bambini di (nome della diocesi o della città),
che riposino sicuri
tra le braccia amorevoli del Signore,
preghiamo:**

R /. Signore, ascolta la nostra preghiera.

**Per i genitori di questi bambini,
che Dio muova al pentimento i loro cuori
perché con grande coraggio possano essere ricostituiti nella Sua
pace, preghiamo:**

R /. Signore, ascolta la nostra preghiera.

**Per i medici e tutti gli operatori sanitari,
che per mezzo del nostro paziente e amorevole esempio,
possano convertirsi sempre più all'amore per la vita
ed esercitare la loro professione con vera dignità,
preghiamo:**

R /. Signore, ascolta la nostra preghiera.

**Perché ci sia un crescente rispetto per ogni vita umana
e una chiara proclamazione del Vangelo della Vita.
Che possiamo difendere la vita dei più piccoli e più deboli
seguendo l'esempio di Cristo Gesù,
preghiamo:**

R /. Signore, ascolta la nostra preghiera.

**Per tutti i bambini non ancora nati,
sicuri nel grembo della loro madre,**

**che possiamo custodirli come il dono più prezioso di Dio,
preghiamo:**

R /. Signore, ascolta la nostra preghiera.

Il sacerdote o diacono conclude le preghiere dei fedeli invitando tutti a pregare come il Signore ci ha insegnato:

**Dio ascolta le nostre preghiere.
Per questo osiamo dire:**

Padre Nostro . . .

Preghiera di conclusione e benedizione del monumento

(basato sul *Rito delle Esequie Cristiane*)

**Signore Dio,
pieno di bontà e misericordia,
affidiamo al tuo amore questi piccoli,
che hanno vissuto un tempo così breve.
Avvolgili nel tuo amore.**

**Preghiamo per tutti i responsabili della morte di questi bambini.
Dai loro il dono di un vero pentimento,
e consolali con una misura piena della tua misericordia.**

**Benedici questo monumento + ,
che possa essere un segno per noi
Della nostra necessità della tua grazia.**

**Padre Celeste,
trasforma il nostro egoismo e il nostro peccato
e facci volgere verso il tuo amore.
Aiutaci ad abbracciare il Vangelo della Vita,
a ripudiare il peccato, l'egoismo e la morte,
e a vivere solo come tuoi figli.**

Te lo chiediamo per Cristo, nostro Signore.

R/. Amen.

Benedizione dei presenti

(Dal *Benedizionale*, n. 1377-78)

Un sacerdote o diacono prega:

**La pace di Dio, che sorpassa ogni
sentimento, custodisca il vostro cuore e il
vostro spirito**

**nella conoscenza e nell'amore di Dio
e di suo Figlio, nostro Signore Gesù Cristo**

R /. Amen.

Dopo benedice tutti i presenti.

**E la benedizione di Dio onnipotente,
Padre e Figlio e Spirito Santo,**

discenda su di voi e con voi rimanga sempre.

R /. Amen.

La celebrazione si può concludere con un Salmo appropriato o un altro canto.

Appendice D

Adorazione Eucaristica (“Ora Santa”) per la vita

Processione

Quando tutta l’assemblea è riunita, un sacerdote o un diacono, che indossa la cappa pluviale e il velo omerale, porta il Santissimo Sacramento all’altare in Ostensorio per l’adorazione. Può andare accompagnato da accoliti con candele. Si può cantare un inno appropriato (per esempio "*O Salutaris Hostia*"). Si colloca il Santissimo Sacramento sull’altare. Il celebrante allora s’inginocchia davanti all’altare e incensa il Santissimo Sacramento. Si conclude l’inno di apertura, seguito da un periodo di preghiera in silenzio.

Preghiera di apertura

**O Dio,
Che adorni la creazione con splendore e bellezza,
E modelli le vite umane a tua immagine e somiglianza,
risveglia in ogni cuore
reverenza per l’opera delle tue mani,
e rinnova nel tuo popolo
la disposizione a nutrire e sostenere
il tuo prezioso dono della vita.
Per il nostro Signore Gesù Cristo, tuo Figlio,
che vive e regna con te nell’unità dello Spirito Santo,
per tutti i secoli dei secoli.**

R/. Amen.

Liturgia della Parola

Prima Lettura

Dal libro della Genesi

1,24-31a

**Dio disse: "La terra produca esseri viventi secondo la loro specie: bestiame, rettili e bestie selvatiche secondo la loro specie". E così avvenne:
Dio fece le bestie selvatiche secondo la loro specie e il bestiame secondo la propria specie e tutti i rettili del suolo secondo la loro specie. E Dio vide che era cosa buona.
E Dio disse: "Facciamo l'uomo a nostra immagine, a nostra somiglianza, e domini sui pesci del mare e sugli uccelli del cielo, sul bestiame, su tutte le bestie selvatiche e su tutti i rettili che strisciano sulla terra".
Dio creò l'uomo a sua immagine; a immagine di Dio lo creò; maschio e femmina li creò. Dio li benedisse e disse loro: "Siate fecondi e moltiplicatevi, riempite la terra; soggiogatela e dominate sui pesci del mare**

e sugli uccelli del cielo
e su ogni essere vivente,
che striscia sulla terra".

Poi Dio disse: "Ecco, io vi do ogni erba che produce seme e che è su tutta la terra e ogni albero in cui è il frutto, che produce seme: saranno il vostro cibo.

A tutte le bestie selvatiche, a tutti gli uccelli del cielo e a tutti gli esseri che strisciano sulla terra e nei quali è alito di vita, io do in cibo ogni erba verde". E così avvenne.

Dio vide quanto aveva fatto, ed ecco, era cosa molto buona.

Parola di Dio.

Tutti: Rendiamo grazie a Dio.

Salmo responsoriale

Salmo 138,1b-3.13-14b.23-24

R/. Signore, non lasciare che mi perda.

**Signore, tu mi scruti e mi conosci,
tu sai quando seggio e quando mi alzo.
Penetri da lontano i miei pensieri,
mi scruti quando cammino e quando riposo.
Ti sono note tutte le mie vie.**

R/. Signore, non lasciare che mi perda.

**Sei tu che hai creato le mie viscere
e mi hai tessuto nel seno di mia madre.
Ti lodo, perché mi hai fatto come un prodigio;
sono stupende le tue opere.**

R/. Signore, non lasciare che mi perda.

**Scrutami, Dio, e conosci il mio cuore,
provami e conosci i miei pensieri:
vedi se percorro una via di menzogna
e guidami sulla via della vita.**

R/. Signore, non lasciare che mi perda.

Acclamazione del Vangelo

R/. Alleluia, alleluia.

Giovanni 6,51

**Io sono il pane vivo, disceso dal cielo.
Se uno mangia di questo pane vivrà in eterno.**

R/. Alleluia, alleluia.

Vangelo

Dal Vangelo secondo Matteo

18, 1-5.10.12-14

**In quel momento i discepoli si avvicinarono a Gesù dicendo:
 "Chi dunque è il più grande nel regno dei cieli?"
 Allora Gesù chiamò a sé un bambino, lo pose in mezzo a loro e disse:
 "In verità vi dico: se non vi convertirete e non diventerete come i bambini,
 non entrerete nel regno dei cieli.
 Perciò chiunque diventerà piccolo come questo bambino,
 sarà il più grande nel regno dei cieli.
 E chi accoglie anche uno solo di questi bambini in nome mio, accoglie me
 Guardatevi dal disprezzare uno solo di questi piccoli, perché vi dico che i loro angeli nel
 cielo vedono sempre la faccia del Padre mio che è nei cieli.
 Che ve ne pare? Se un uomo ha cento pecore e ne smarrisce una, non lascerà forse le
 novantanove sui monti, per andare in cerca di quella perduta?
 Se gli riesce di trovarla, in verità vi dico, si rallegrerà per quella più che per le
 novantanove che non si erano smarrite.
 Così il Padre vostro celeste non vuole che si perda neanche uno solo di questi piccoli.**

Parola di Dio.

Tutti: Gloria a Te, o Cristo.

Omelia

Preghiera in silenzio o recita del Rosario

Il “Padre Nostro”

Il celebrante allora intona o dice:

Adesso offriamo insieme la preghiera che Nostro Signore Gesù Cristo ci ha insegnato:

Tutti: Padre Nostro . . .

Benedizione

A conclusione del Padre Nostro, il celebrante si dirige all’altare, fa una genuflessione, e dopo si inginocchia. Mentre si inginocchia, si canta il "*Tantum Ergo*" o un altro canto eucaristico appropriato e il celebrante incensa il Santissimo Sacramento. Poi, terminato l’inno, si alza e dice:

Preghiamo.

Dopo un breve momento di silenzio, il celebrante prosegue:

**Signore Gesù Cristo,
 che nel mirabile sacramento dell’Eucaristia ci hai lasciato il memoriale della tua Pasqua,
 fa che adoriamo con viva fede il santo mistero del tuo Corpo e del tuo Sangue,**

per sentire sempre in noi i benefici della redenzione.

Tu sei Dio, e vivi e regni con

Dio Padre, nell'unità dello

Spirito Santo, per tutti i

secoli dei secoli. Tutti: Amen.

Dopo la preghiera, il celebrante si mette il velo omerale, fa una genuflessione e prende l'Ostensorio. (I fedeli dovrebbero essere in ginocchio.) Con l'Ostensorio, fa silenziosamente il Segno della Croce sull'assemblea dei fedeli.

Il celebrante toglie il velo omerale e si mette di nuovo in ginocchio di fronte all'altare per guidare l'assemblea nelle Lodi di Conclusione al Santissimo Sacramento. Tutti insieme ripetono ogni acclamazione.

Dio sia benedetto.

Benedetto il Suo Santo Nome.

Benedetto Gesù Cristo vero Dio e vero Uomo.

Benedetto il Nome di Gesù.

Benedetto il suo Sacratissimo Cuore.

Benedetto il suo Preziosissimo Sangue.

Benedetto Gesù nel santissimo sacramento dell'altare.

Benedetto lo Spirito Santo Paraclito.

Benedetta la gran Madre di Dio, Maria Santissima.

Benedetta la sua Santa ed Immacolata Concezione.

Benedetta la sua gloriosa Assunzione.

Benedetto il nome di Maria, Vergine e Madre.

Benedetto San Giuseppe suo castissimo sposo.

Benedetto Dio nei suoi angeli e nei suoi santi.

Per il celebrante

Dopo le Lodi di Conclusione, il celebrante rimuove il Santissimo Sacramento dall'Ostensorio e lo rimette nel Tabernacolo. Subito dopo si canta un inno conclusivo, e il celebrante e gli accoliti si inchinano davanti all'altare e si ritirano.

Settima Sezione

Risorse suggerite



Risorse suggerite in lingua italiana

Nota: Abbiamo deciso di lasciare l'elenco del manuale originale. Le risorse elencate qui sono tutte in lingua inglese e risalgono agli anni prima del 2010. Molte descrizioni appaiono in lingua spagnola.

Per visualizzare risorse **in lingua italiana** (libri, articoli, video) vi invitiamo a consultare i seguenti siti internet:

- www.VignadiRachele.org
 pagina "Risorse": <http://vignadirachele.org/risorse/risorse.html>
 pagina "Clero": <http://vignadirachele.org/esperienze/espersacerdoti.html>
 pagina "Psicoterapeute": <http://vignadirachele.org/esperienze/esperterapeute.html>
 Canale YouTube: <https://www.youtube.com/user/vignadirachele>
- www.ProgettoRachele.org
 pagina "Altri coinvolti": <http://progettorachele.org/altricoinvolti/altrepersone.html>
 pagina "Aiutare un'amica": <http://progettorachele.org/aiutare/aiutare.html>
 pagina "Aborto e Chiesa": <http://progettorachele.org/abortochiesa/abortochiesa.html>
 pagina "Appena abortito":
<http://progettorachele.org/guarigione/GuarigioneProntoSoccorso.html>
- www.Postaborto.info
 Qui si trova la traduzione italiana del libro canadese "Women's Health After Abortion: The Medical and Psychological Evidence" (*La salute delle donne dopo l'aborto procurato: L'evidenza medica e psicologica*). Il testo documenta ricerche sui postumi dell'aborto provocato, provenienti da vari Paesi del mondo.

Oggetti commemorativi

Vi incoraggiamo a consultare il sito ProgettoRachele.org per visualizzare e leggere la storia del **Monumento della Speranza**: <http://progettorachele.org/guarigione/guarigione.html>

Risorse suggerite in lingua inglese

Opuscoli

Burrin, Angela M. *After Abortion: God Offers Forgiveness, Healing and Hope* [Después del aborto: Dios ofrece perdón, sanación y esperanza], 2da. ed. Ijamsville, MD: The Word Among Us Partners, 2010.

Questo opuscolo contiene sette meditazioni guidate sulle Sacre Scritture per aiutare le donne che soffrono le conseguenze dell'aborto a vivere più profondamente l'amore misericordioso di Dio. A partire dal 2010, sarà disponibile gratuitamente sul sito di The Word Among Us Partners: www.waupartners.org.

Coyle, C. T., PhD. *Men and Abortion: Finding Healing, Restoring Hope* [Los hombres y el aborto: encontrando sanación, restaurando la esperanza]. New Haven, CT: Knights of Columbus, 2009.

El costo es de 1,00 dólares cada uno, con descuentos por grandes cantidades. Llame al 203-752-4574, o visite el sitio Información Católica de los Caballeros de Colón en www.kofc.org/un/eb/en/about/contact/cis_contact.html.

Kupferman, Fr. Larry. *A Rachel Rosary* [Un Rosario de Raquel]. Totowa, NJ: Catholic Book Publishing, 1994.

Ayuda para la oración personal o en grupo.

Pable, Martin, OFM Cap. *Healing for Your Soul: A Guide for Post-Abortion Fathers* [Sanación para tu alma: Una guía para padres que pasaron por un aborto]. Milwaukee, WI: National Office of Post-Abortion Reconciliation and Healing, 2007.

Este folleto está diseñado para ser puesto en una parroquia en un lugar donde los hombres pueden recogerlo. Se trata de una suave introducción a la sanación postaborto para padres varones, escrito por un sacerdote psicólogo con muchos años de experiencia en el ministerio de sanación postaborto y pericia en el desarrollo espiritual de los hombres. Están disponibles individualmente o al por mayor: 4,00 dólares cada uno, incluyendo gastos de envío, en menandabortion@yahoo.com. Para obtener más información o para hacer un pedido, llame a la Oficina Nacional de Reconciliación y Sanación Postaborto al 800-5WE-CARE.

Thatcher, Brian, MD, y Fr. Frank Pavone. *Rachel, Weep No More* [Raquel, no llores más]. Stockbridge, MA: Marian Press, 2003.

Historias de abortos, los obstáculos a la sanación, los efectos del aborto en los demás, y la sanación a través de la misericordia divina.

Libri

Brennan, Jane. *Motherhood Interrupted: Stories of Healing and Hope After Abortion* [Maternidad interrumpida: Historias de sanación y esperanza después del aborto]. Centennial, CO: Xlibris Corp., 2008.

La autora, una consejera profesional que ha pasado por un aborto y que ha dedicado su práctica a ayudar a aquellos que sufren por un aborto, presenta quince historias de aborto y sanación.

Burke, Kevin, David Wemhoff, y Marvin Stockwell. *Redeeming a Father's Heart: Men Share Powerful Stories of Abortion Recovery* [Redimiendo el corazón de un padre: Los hombres comparten impactantes historias de recuperación del aborto]. Bloomington, IN: AuthorHouse, 2007.

Una colección de historias de hombres que estuvieron involucrados en abortos y de su recuperación.

Burke, Kevin, et al. *Sharing the Heart of Christ* [Compartiendo el Corazón de Cristo]. Staten Island, NY: Priests for Life, 2009.

Escrito por los fundadores de los retiros postaborto del Viñedo de Raquel y por el P. Frank Pavone, este libro analiza el trauma del aborto, la metodología del Viñedo de Raquel, y consejos para los asesores y miembros del clero que participan en el ministerio postaborto.

Burke, Theresa. *Forbidden Grief* [Duelo prohibido]. Springfield, IL: Acorn Books, 2002.

Se ocupa de lo que se denomina “reconstrucción traumática” en lo que respecta a las mujeres que están enfrentando una pérdida por causa de un aborto.

Coyle, C. T., PhD. *Men and Abortion: A Path to Healing* [Los hombres y el aborto: Un camino a la sanación]. Lewiston, NY: Life Cycle Books, 1999.

Para comprender las heridas de un hombre después del aborto, así como un proceso para ayudarlo a sanar.

Dillon, Fr., John J. *A Path to Hope* [Un camino a la esperanza]. Totowa, NJ: Catholic Book Publishing, 1990.

Un libro práctico acerca de cómo ayudar a aquellos que sufren las secuelas del aborto, incluyendo sugerencias de oración, escritas por un sacerdote que ha participado en el ministerio postaborto.

Gray, Kathleen, y Anne Lassance. *Grieving Reproductive Loss: The Healing Process* [Llorando una pérdida reproductiva: El proceso de sanación]. Amityville, NY: Baywood Publishing Co., 2002.

Libro extremadamente útil para aquellos que asisten a mujeres y hombres que han tenido pérdidas reproductivas, incluyendo el aborto. Este libro relativamente corto es de fácil lectura y ofrece sugerencias concretas para el clero, los facilitadores del duelo y los profesionales de la salud mental; escrito por expertos en el tema del duelo.

Horak, Barbara. *Real Abortion Stories: The Hurting and the Healing* [Historias reales de abortos: El sufrimiento y la sanación]. El Paso, TX: Strive for the Best Publishing, 2007.

Catorce historias contadas por mujeres y una por un hombre, narrando sus luchas después de haber participado en un aborto y cómo finalmente encontraron la paz.

Kirk, Peggy. *You Aren't Alone: The Voices of Abortion* [No estás sola: Las voces del aborto]. Nevada City, CA: Blue Dolphin Publishing, Inc., 2003.

Un orientador matrimonial y familiar presenta una docena de historias de las secuelas del aborto y la sanación, junto con una sección de recursos sobre dónde encontrar ayuda para aquellos que están considerando abortar, los riesgos médicos relacionados con el aborto, y capítulos sobre anticonceptivos abortivos.

Maestri, Fr. William F. *Do Not Lose Hope* [No pierdas la esperanza]. Staten Island, NY: Alba House, 2000.

Una serie de ocho breves reflexiones sobre las experiencias vividas por mujeres que sufren dificultades después de un aborto, ligadas a las palabras de Juan Pablo II en el párrafo 99 de la *Evangelium Vitae* (*El Evangelio de la Vida*). El autor, un sacerdote, escribe desde su propia experiencia como párroco que ha aconsejado a mujeres que pasaron por un aborto.

Mannion, Fr. Michael T. *Abortion and Healing: A Cry to Be Whole* [Aborto y sanación: Un grito para ser sanado], 2da. ed. Kansas City, MO: Rowman and Littlefield/Sheed and Ward, 1986.

Este libro ofrece una visión general de la sanación postaborto, escrito por un sacerdote que es un pionero en el campo del ministerio postaborto.

Mannion, Fr. Michael, ed. *Post-Abortion Aftermath* [Secuelas postaborto]. Lanham, MD: Rowman and Littlefield, 1994.

Recopilación de las ponencias presentadas por expertos en las secuelas del aborto en una conferencia en Washington, DC, en 1995. Este es un libro que da una visión general del tema, con un capítulo sobre el Proyecto Raquel y un capítulo sobre la curación sacramental.

Nykiel, Connie. *No One Told Me I Could Cry: A Teen's Guide to Hope and Healing After Abortion* [Nadie me dijo que podía llorar: Una guía para adolescentes a la esperanza y la sanación después de un aborto]. Lewiston, NY: Life Cycle Books, 2001.

Este libro está dirigido a adolescentes y a jóvenes adultas que se han hecho abortos. Los ministros de la pastoral universitaria y juvenil pueden comprarlo al por mayor por y dejarlo en un lugar donde la gente pueda verlo, con una nota que diga: "Para tus amigos. Por favor, manténlo en circulación". Ningún otro libro se enfoca en la mujer joven que ha sufrido recientemente una pérdida a causa de un aborto sin estar lo suficientemente madura psicológicamente para procesar todo lo que ha sucedido.

Reardon, David C. *Aborted Women, Silent No More*. [Mujeres que han abortado, no más en silencio]. Chicago: Loyola Press, 1987.

Una visión general de años de investigación en la experiencia del aborto. El Dr. Reardon está considerado uno de los expertos mundiales en el campo.

Reardon, David C., PhD. *The Jericho Plan: Breaking Down the Walls Which Prevent Post-Abortion Healing* [El Plan Jericó: Rompiendo las barreras que impiden la sanación postaborto]. Springfield, IL: Acorn Books, 1996.

Un recurso corto, conciso desarrollado para ayudar al clero en la predicación sobre un tema tan cargado de emociones como el aborto.

Reardon, David C., PhD. *Victim and Victors: Speaking Out About Their Pregnancies, Abortion, and Children Resulting from Sexual Assault* [Víctimas y vencedores: Hablando de sus embarazos, abortos e hijos resultantes de agresiones sexuales]. Springfield, IL: Acorn Books, 2000.

Historias personales de las diferentes decisiones y experiencias de las mujeres después de haber concebido un hijo como consecuencia de una agresión sexual.

Ring-Cassidy, Elizabeth, and Ian Gentles. *Women's Health after Abortion: The Medical and Psychological Evidence* [La salud de las mujeres después del aborto: La evidencia médica y psicológica], 2da. ed. Toronto, Ontario: deVeber Institute, 2003.

Basado en 500 artículos de revistas de los últimos veinte años que tratan los problemas que siguen a una pérdida por causa del aborto. Excelente para cualquiera que busque una visión general de la investigación y de los temas. Escrito por una psicóloga y un bioeticista. También está disponible en internet en deveber.org/womens-health-after-abortion.

Riols, Noreen. *My Unknown Child* [Mi hijo desconocido]. Colorado Springs: Multnomah Books, 1999.

Historia conmovedora y bellamente escrita de una mujer, de su viaje desde el vacío y el pesar, después de un aborto recomendado por los médicos, a la paz y la sanación a través de Jesucristo.

Shostak, A., y G. McLouth. 1984. *Men and Abortion: Lessons, Losses, and Love* [Los hombres y el aborto: Lecciones, pérdidas y amor]. New York, NY: Praeger.

Habiendo acompañado a su novia a hacerse un aborto, el sociólogo Shostak fue conmovido por la experiencia. Esto lo llevó a encuestar a 1.000 hombres en treinta clínicas de aborto en 18 estados. Se sorprendió al encontrar que otros "hombres en la sala de espera" se sintieron excluidos, querían tener asesoramiento en la clínica, y se vieron desbordados por sus propias respuestas emocionales negativas al aborto. Este trabajo sigue siendo el único libro académico sobre el tema hasta hoy.

Stanford-Rue, Susan. *Will I Cry Tomorrow? Healing Post-Abortion Trauma* [¿Lloraré mañana? Sanación del trauma postaborto]. Ada, MI: Revell, 1993.

Describe las secuelas personales del aborto sufrido por la Dra. Stanford-Rue y la sanación a largo plazo que es posible.

Opuscoli e articoli (lingua inglese, contesto americano)

Disponibles en la Secretaría de Actividades Pro-Vida de la USCCB (teléfono: 866-582-0943). Para las descripciones, consulte el catálogo de la Secretaría en www.usccb.org/prolife/materials/index.shtml.

Después del aborto, Hermana Paula Vandegaer Versión impresa no disponible para la compra.

La gracia divina en mi alma, Theresa Bonopartis. Versión impresa no disponible para la compra.

Los hombres huecos. Dolor y trauma del varón después del aborto, Vincent M. Rue, Ph.D. Versión impresa no disponible para la compra.

Cómo hablarle a una amiga que ha tenido un aborto - versión para jóvenes. Conferencia de Obispos Católicos de los Estados Unidos (Item #0121)

Cómo hablarle a una amiga que ha tenido un aborto - versión para adultos. Ellen Curro, M.Ed. y Secretariado de Actividades Pro-Vida. (Item #0017)

Tampoco yo te condeno. Secretariado de Actividades Pro-Vida. (Item #9907)

Proyecto Raquel: en el corazón de la Iglesia. Secretariado de Actividades Pro-Vida. Versión impresa no disponible para la compra.

A Special Word to Women Who Have Had an Abortion. [Una palabra especial para las mujeres que se han hecho un aborto], por E. Joanne Angelo, MD (Item #9701-ANG)

Volantini

Disponibles en www.lifecyclebooks.com:

Do You Know Someone? [¿Conoces a alguien?]

The Fear I Felt [El temor que sentí]

Forgotten Fathers [Padres olvidados]

Hope and Healing [Esperanza y sanación]

The Pain That Follows [El dolor que sigue]

Secret Sorrow [Pena secreta]

Immaginette con preghiere

Disponibles en la Secretaría de la USCCB para Actividades Pro-Vida (teléfono: 866-582-0943). Para las descripciones, consulte el catálogo de la Secretaría en www.usccb.org/prolife/materials/index.shtml.

Prayer for Healing (Oración por la sanación). Bilingüe (Item # 7-074)

Trust in God's Mercy [Confía en la misericordia de Dios] (Item #9913)

DVD

Disponibles en www.lifecyclebooks.com:

Dear Children [Queridos hijos]

Beyond Regret [Más allá del arrepentimiento]

Siti Internet

www.hopeafterabortion.org— Secretaría de la USCCB para Actividades Pro-Vida, apoya el Ministerio del Proyecto Raquel

www.noparh.org— Oficina Nacional de Reconciliación y Sanación Postaborto (NOPARH)

www.menandabortion.info—“Reclamando Paternidad,” divulgación educativa de NOPARH

www.afterabortion.org— El Instituto Elliot

www.bethesdahealing.org— El Ministerio de Sanación de Betesda

www.postabortionhelp.org— Red de remisiones Lumina

www.rachelsvineyard.org— Retiros del Viñedo de Raquel

www.prolifejoes.com— Centro de información para hombres antes y después del aborto

Una mañana o una tarde de conmemoración e intercesión

Este encuentro de oración –consistente en charlas, testimonios, adoración eucarística, la Santa Misa, oración de intercesión, y oportunidad para la confesión– fue desarrollado por las Hermanas de la Vida (Sisters of Life) y por Teresa Bonopartis para la Arquidiócesis de Nueva York. Se ha realizado en la Basílica del Santuario Nacional de la Inmaculada Concepción en Washington, DC, como parte de la Vigilia de Oración por la Vida del 22 de enero y se lleva a cabo en muchas diócesis de todo el país. Para obtener todas las charlas, testimonios y los textos de las oraciones e himnos pueden dirigirse a Teresa Bonopartis (fundadora del ministerio de sanación postaborto Lumina) por el 877-586-4621 o en la página web lumina@postabortionhelp.org.

Grupos de apoyo para ex-practicantes de aborto

La **Sociedad de los Centuriones de América** fue fundada por el Dr. Philip Ney. Los practicantes del aborto pueden ser remitidos a la Sociedad de Centuriones por apoyo permanente. Su directora, Joan Appleton, RN, anteriormente enfermera en una instalación de abortos, puede ser contactada por el 651-771-1500 (Ministerios de Acción Pro-Vida) o por correo a la casilla postal PO Box 75368, St. Paul, MN 55175.

Santuari e luoghi commemorativi

Los Padres Marianos de la Inmaculada Concepción en el Santuario Nacional de la Divina Misericordia en Stockbridge, Massachusetts, tienen un santuario de los Santos Inocentes, donde puede conmemorar a un niño. Puede crear una conmemoración permanente de un niño en un azulejo de vidrio (ya sea de 3" x 5" por U\$S 200 o de 6" x 5" por U\$S 400), en un estante de velas (U\$S 100), o en el *Libro de los Santos Inocentes* (U\$S 25). La construcción del nuevo santuario terminará en 2010; sin embargo, las conmemoraciones se están creando ahora. Llame al 800-671-2020 o visite la página memorialsonedenhill.org.

Los seres queridos de los niños conmemorados son recordados diariamente en la Santa Misa, en el Rosario por la Vida y en la Novena Perpetua a la Divina Misericordia en el Santuario Nacional de la Divina Misericordia, así como en misas especiales el 12 de diciembre (Fiesta de Nuestra Señora de Guadalupe), el 28 de diciembre (Fiesta de los Santos Inocentes), y el tercer sábado de julio.

El Monumento Conmemorativo Nacional del Niño por Nacer en Chattanooga, TN, ofrece placas de identificación para los niños fallecidos (U\$S 35). Visite el sitio www.memorialfortheunborn.org. Un ambiente hermoso; no es un sitio católico.

Articoli su riviste accademiche

Buchanan, M. y C. Robbins. 1990. “Early Adult Psychological Consequences for Males of Adolescent Pregnancy and Its Resolution [Consecuencias psicológicas de embarazos adolescentes en jóvenes adultos varones y su resolución].” *Journal of Youth and Adolescence* 19 (4): 413-424.

Calhoun, B. C. y N. J. Hoeldtke. 2003. "The Perinatal Hospice [El hospicio perinatal]." *Journal of Biblical Ethics in Medicine* 9 (1): 20-23.

Coleman, P. K. et al. 2002a. "History of Induced Abortion in Relation to Substance Use During Subsequent Pregnancies Carried to Term [Historia del aborto inducido en relación al consumo de sustancias durante los embarazos subsiguientes llevados a término]." *American Journal of Obstetrics and Gynecology* 187:1673-1678.

Coleman, P. K. et al. 2002b. "State-Funded Abortions vs. Deliveries: A Comparison of Outpatient Mental Health Claims over Four Years [Abortos financiados por el estado vs. partos: Una comparación de reclamos de salud mental de pacientes ambulatorios en un período de cuatro años]." *American Journal of Orthopsychiatry* 72:141-152.

Coleman, P. K. et al. 2002c. "The Quality of the Caregiving Environment and Child Development Outcomes Associated with Maternal History of Abortion Using the NLSY [La calidad del ambiente de atención y resultados del desarrollo infantil asociados con la historia materna de aborto uso utilizando la Encuesta Nacional Longitudinal de Juventud (NLSY)]." *Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines* 43:743-758.

Coleman, P. K. et al. 2005a. "Associations Between Voluntary and Involuntary Forms of Perinatal Loss and Child Maltreatment Among Low-Income Mothers [Asociaciones entre las formas voluntarias e involuntarias de pérdida perinatal y maltrato infantil entre las madres de bajos ingresos]." *Acta Paediatrica* 94.

Coleman, P. K., et al. 2005b. "Substance Use Among Pregnant Women in the Context of Previous Reproductive Loss and Desire for Current Pregnancy [Consumo de sustancias en mujeres embarazadas en el contexto de una pérdida reproductiva anterior y el deseo del embarazo actual]." *British Journal of Health Psychology* 10:255-268.

Coleman, P. K. et al. 2006. "Resolution of Unwanted Pregnancy During Adolescence Through Abortion Versus Childbirth: Individual and Family Predictors and Consequences [Resolución de un embarazo no deseado durante la adolescencia a través del aborto versus el parto: Predictores individuales y familiares y consecuencias]." *Journal of Youth and Adolescence* 35 (6) (December): 903-911.

Coleman, P. K. et al. 2007. "Induced Abortion and Child-Directed Aggression Among Mothers of Maltreated Children [Aborto inducido y agresión dirigida al niño entre madres de niños maltratados]." *Internet Journal of Pediatrics and Neonatology* 6 (2).

Coleman, P. K. et al. 2008. "Predictors and Correlates of Abortion in the Fragile Families and Well-Being Study: Paternal Behavior, Substance Use, and Partner Violence [Predictores y correlatos del aborto en el estudio de familias frágiles y bienestar: Conducta paterna, uso de sustancias y violencia en la pareja.]" *International Journal of Health Addiction* (December 31).

Coleman, P. K. et al. 2009a. "Induced Abortion and Intimate Relationship Quality in the Chicago Health and Social Life Survey [Aborto inducido y calidad de las relaciones íntimas en la Encuesta de Salud y Vida Social de Chicago]." *Public Health* 123 (4) (April): 331-338.

Coleman, P. K. et al. 2009b. "Induced Abortion and Anxiety, Mood, and Substance Abuse Disorders: Isolating the Effects of Abortion in the National Comorbidity Survey [Aborto Inducido y trastornos por ansiedad, estado de ánimo y abuso de sustancias: Aislando los efectos del aborto en la Encuesta Nacional de Comorbilidad]." *Journal of Psychiatric Research* 43:770-776; www.rachelsvineyard.org/PDF/Articles/Coleman%20et%20al._JPR.pdf.

- Coleman, P. K., V. M. Rue, and C. Coyle. 2009. "Induced Abortion and Quality of Intimate Relationships: Analysis of Male and Female Data from the Chicago Health and Social Life Survey [Aborto inducido y calidad de las relaciones íntimas: Análisis de los datos de hombres y mujeres de la Encuesta de Salud y Vida Social de Chicago]." *Public Health*:1-8.
- Cogle, J. 2003. "Depression Associated with Abortion and Childbirth: A Long-Term Analysis of the NLSY Cohort [Depresión asociada con el aborto y el parto: Un análisis a largo plazo de la cohorte de la Encuesta Nacional Longitudinal de Juventud (NLSY)]." *Medical Science Monitor* 9:CR105-112.
- Cogle, J. et al. 2005. "Generalized Anxiety Associated with Unintended Pregnancy: A Cohort Study of the 1995 National Survey of Family Growth [Ansiedad generalizada asociada con embarazos no planeados: Un estudio de cohortes de la Encuesta Nacional de Crecimiento Familiar de 1995]." *Journal of Anxiety Disorders* 19:137-142.
- Cogle, J. et al. 2001. "Psychiatric Admissions Following Abortion and Childbirth: A Record-Based Study of Low-Income Women [Internaciones psiquiátricas tras el aborto y parto: Un estudio basado en registros de mujeres de bajos ingresos]." *Archives of Women's Mental Health* 3 (4) Supp. 2: 47.
- Coyle, C. T. 2006. "Men and Abortion: A Review of Empirical Reports Concerning the Impact of Abortion on Men [Los hombres y el aborto: Una revisión de los reportes empíricos relativos al impacto del aborto en los hombres]." *Internet Journal of Mental Health* 3 (2).
- Fergusson, D. M., et al. 2006. "Abortion in Young Women and Subsequent Mental Health [El aborto en las mujeres jóvenes y la salud mental posterior]." *Journal of Child Psychology and Psychiatry* 47:16-24.
- Fergusson, D. M., et al. 2008. "Abortion and Mental Health Disorders: Evidence from a Thirty-Year Longitudinal Study [El aborto y los trastornos de salud mental: Evidencia de un estudio longitudinal de treinta años de duración]." *British Journal of Psychiatry* 193:444-451.
- Gissler, M., et al. 1996. "Suicides After Pregnancy in Finland, 1987-1994: Register Linkage Study [Suicidios tras un embarazo en Finlandia, 1987-1994: Estudio de enlace de registros.]" *British Medical Journal* 313:1431-1434.
- Gissler, M., et al. 2005. "Injury Deaths, Suicides and Homicides Associated with Pregnancy, Finland 1987-2000 [Muertes por lesiones, suicidios y homicidios asociados con el embarazo, Finlandia 1987-2000]." *European Journal of Public Health* 15:459-463.
- Kersting, A. et al. 2007. "Complicated Grief After Traumatic Loss [Duelo complicado después de una pérdida traumática]." *European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience* 257: 437-443.
- Pedersen, W. 2007. "Childbirth, Abortion and Subsequent Substance Use in Young Women: A Population-Based Longitudinal Study [Parto, aborto y uso subsiguiente de sustancias en mujeres jóvenes: Un estudio longitudinal basado en población]." *Addiction* 102:1971-1978.
- Pedersen, W. 2008. "Abortion and Depression: A Population-Based Longitudinal Study of Young Women [Aborto y depresión: Un estudio longitudinal de mujeres jóvenes basado en población]." *Scandinavian Journal of Public Health* 36:424-428.
- Reardon, D. C. 2006. "Relative Treatment Rates for Sleep Disorders Following Abortion and Childbirth: A Prospective Record-Based Study [Tasas de tratamiento relativas para trastornos del sueño tras aborto y parto: Un estudio basado en registros prospectivo]." *Sleep* 29:105-106.

Reardon, D. C. et al. 2002. "Deaths Associated with Delivery and Abortion Among California Medicaid Patients: A Record Linkage Study [Muertes asociadas con el parto y el aborto entre los pacientes de Medicaid de California: Un estudio de enlace de registros]." *Southern Medical Journal* 95:834-841.

Reardon, D. C. et al. 2003. "Psychiatric Admissions of Low-Income Women Following Abortion and Childbirth [Admisiones psiquiátricas de mujeres de bajos recursos tras el aborto y el parto]." *Canadian Medical Association Journal* 168:1253-1256.

Reardon, D. C. et al. 2004. "Substance Use Associated with Prior History of Abortion and Unintended Birth: A National Cross-Sectional Cohort Study [Uso de sustancias asociado con una historia previa de aborto y parto no deseado: un estudio nacional transversal de cohorte]" *American Journal of Drug and Alcohol Abuse* 26:369-383.

Rees, D. I. y J. J. Sabia. 2007. "The Relationship Between Abortion and Depression: New Evidence from the Fragile Families and Child Wellbeing Study [La relación entre aborto y depresión: Nuevas evidencias del Estudio de Familias Frágiles y Bienestar Infantil] ." *Medical Science Monitor* 13 (10) (October): CR430-436.

Rue, V. M. 1985. "Abortion in Relationship Context [El aborto en el contexto de las relaciones]." *International Review of Natural Family Planning* 9:95-121.

Rue, V. M. 1998. "Postabortion Counseling [Asesoramiento postaborto]." *British Journal of Sexual Medicine* (January/February).

Rue, V. M. 2004. "Induced Abortion and Traumatic Stress: A Preliminary Comparison of American and Russian Women [Aborto inducido y estrés traumático: comparación preliminar de mujeres estadounidenses y rusas]." *Medical Science Monitor* 10:SR5-16.

Rue, V. M., y C. Tellefsen. 1996. "The Effects of Abortion on Men [Los efectos del aborto en los hombres]." *Ethics and Medics* 21:3-4.

Speckhard, A. C., and V. M. Rue. 1992. "Postabortion Syndrome: An Emerging Public Health Concern [El síndrome postaborto: Una preocupación emergente de salud pública]." *Journal of Social Issues* 48 (3):95-119.

Speckhard, A. C., and V. M. Rue. 1993. "Complicated Mourning: Dynamics of Impacted Post Abortion Grief [Duelo complicado: Dinámicas del duelo postaborto prolongado]." *Journal of Prenatal and Perinatal Psychology and Health* 8:5-32.

Swingle, H. M., et al. 2009. "Abortion and the Risk of Subsequent Preterm Birth (El aborto y el riesgo de partos subsiguientes prematuros)." *Journal of Reproductive Medicine* 54:95-108.

Ringraziamenti

Il segretariato della USCCB per il Clero, la Vita Consacrata e le Vocazioni e il Segretariato della USCCB per le Attività Pro-Vita desiderano esprimere la propria gratitudine a queste persone:

- Padre James E. Connell, JCD, Arcidiocesi di Milwaukee, e Mons. Ronny E. Jenkins, STL, JCD, Segretario Generale Associato, USCCB, per la presentazione del diritto canonico; Padre Robert Sears, SJ, PhD, precedentemente membro dell'Istituto di Studi Pastoral, Università di Loyola, Chicago, per le sue idee sulla consulenza e la preghiera di guarigione interiore
- Vicki Thorn, fondatrice del Progetto Rachele e direttrice dell'Ufficio Nazionale di Riconciliazione e Guarigione Post-Aborto (NOPARH, sigla in inglese), Milwaukee, Wisconsin, per la consulenza e gli apporti al manuale
- Vincent M. Rue, PhD, Istituto per la Perdita della Gravidanza, Jacksonville, Florida per la sua consulenza e gli apporti al manuale.
- Tutti i sacerdoti attivi nella pastorale del post-aborto, per tutta la saggezza che hanno acquisito e condiviso.
- Le donne e gli uomini che hanno percorso il cammino di guarigione e l'hanno indicato ad altri con la loro esperienza

Le citazioni bibliche e le letture per gli atti di preghiera sono prese dalla Bibbia on line sul sito della Santa Sede: www.vatican.va.

Le citazioni del Catechismo della Chiesa Cattolica sono estratte dalla versione in italiano del documento pubblicato sulla pagina web della Santa Sede: www.vatican.va

Le citazioni del Codice di Diritto canonico sono estratte dal documento in lingua italiana pubblicato sulla pagina web della Santa Sede: www.vatican.va

Citazioni del "Diario" di santa Maria Faustina Kowalska, sono tratte dall'edizione pubblicata da Libreria Editrice vaticana, 2001.

L'immagine della copertina de "La Divina Misericordia" di Robert Skemp è usata con il permesso dei Padri Mariani dell'Immacolata Concezione, Stockbridge, MA 01263. Tutti i diritti riservati.

Il perfezionamento (correzioni e chiarimenti) della bozza di una traduzione fatta nel 2010 in lingua italiana è stata completata a Dicembre 2015 da Monika Rodman Montanaro, con ulteriori revisioni aggiunte alla conclusione dell'Anno Giubilare della Misericordia (Dicembre 2016).

Appunti personali