

An abstract painting featuring a dense composition of green foliage and trees. Interspersed among the greenery are several bright white flowers, some resembling tulips and others more rounded blossoms. A network of thin, glowing yellow lines weaves through the scene, creating a sense of movement and light. Some of these yellow lines form small loops or paths. In the upper left, there's a cluster of purple and blue flowers. The overall effect is one of a dreamlike, sunlit garden.

*i Ricostrutori*

2026

## L'INTUIZIONE DEL FONDATEUR-PADRE JOHN

Fin dal primo momento il Padre ha pensato di trasmettere quello che aveva imparato negli anni, in luoghi silenziosi, che permettessero il rilassamento che necessita per poter andare in profondità senza distrazioni e, contemporaneamente, scoprire quanto il silenzio possa permetterci di "ascoltare" ed entrare in una dimensione difficile da trovare nelle nostre città. L'idea fu anche quella di cercare posti abbandonati e ricostruirli per creare delle "Oasi di tranquillità adatte alla Meditazione Profonda". Perchè non cercare case già fatte? A questa domanda la risposta fu data dalla ricostruzione stessa, fatta insieme a tutti quelli che vi partecipavano. Imparammo tutti a superare le difficoltà che si presentavano a partire dal tempo che, bello o brutto che fosse, non ci spaventava; imparammo a collaborare e, contemporaneamente, a conoscere i pregi e i difetti di ognuno e tentare di imitare i primi e soprassedere ai secondi, cosa peraltro non facile. Mano a mano che la costruzione cresceva capimmo tutti quanto fosse importante materialmente e spiritualmente. Chi ha fatto esperienza giocando in squadre di qualsiasi sport, cantando in un coro, andando in montagna in cordata, partecipando a regate... può capire quanto lo stare insieme possa portare a un'UNIONE molto profonda che, come è successo e continuerà a succedere, solo se è presente anche l'UMILTA' (che fa parte della pazienza) allora ci si affratella. S'impara ad ascoltare e si è felici se c'è qualcuno che ci ascolta e ci comprende, come succedeva con Padre John e con tanti altri. La strada è lunga, non facile, ma dà molte soddisfazioni e, nei periodi di crisi, che in una vita accadono, non si è soli ne materialmente ne spiritualmente e si superano. In sanscrito c'è un mantra dove la parola SAM, che vuol dire UNITI, si ripete sette volte ed è cantato all'inizio della Meditazione. **Nel nostro percorso spirituale, che si sia credenti o non credenti, il rapporto con l'uomo, gli animali, la natura e la nostra interiorità sono da coltivare se vogliamo vivere una vita che merita di essere vissuta.**      **Con il Suo aiuto**

# LA MEDITAZIONE PROFONDA

“Per come è intesa dai Ricostruttori, la meditazione si può accompagnare a uno stile di vita e ad alcune scelte finalizzate a prendere coscienza del proprio corpo, dei propri limiti e delle proprie possibilità”.

Per esempio essere vegetariani, evitare fumo e alcoolici, mantenere elastico il corpo e desto il sistema ghiandolare con alcune posizioni yoga, e altro ancora. Non c’è obbligatorietà in questo ma sono consigli, dettati dall’esperienza, per far sì che il corpo non sia di ostacolo alla meditazione.

Nel gruppo si riflette molto sulla presa di distanza dai condizionamenti culturali e sociali, spesso radicati in zone profonde di noi.

**La meditazione vuol essere un processo di unificazione volto a riconoscere il centro, il desiderio profondo che ogni uomo porta dentro.**

Con la nascita iniziamo un cammino nel quale ogni uomo deve finire di nascere, in un incessante partorire se stessi.

**Dobbiamo completare, riempire di significato, dare qualità al dono della vita.** Siamo costituiti dal desiderio, ma non sappiamo cosa desideriamo. Tra le tante cose che la vita ci propone, come riconoscere un idolo da ciò che ci dà vita? Il mercato dei consumi ci distrae, ci stordisce e sostituisce gli oggetti alla qualità della relazione.

Il percorso spirituale ci aiuta a riconoscere le fughe da noi stessi e a “**trovare cosa ci corrisponde in profondità**”.

**Il talento di ognuno viene valorizzato in tutte le forme nelle quali si sviluppa mano a mano che ognuno scopre la bellezza di creare qualcosa che viene alla luce e rende concreto quello che, per anni, è stato nascosto.**

Così nascono dipinti, statue, poesie, canti, musiche e mille altre cose che soddisfano sia chi le presenta sia chi le ascolta o le vede.

*Il quadro in copertina è stato realizzato da Arianna Defilippi*

Per questo calendario  
abbiamo usato una stampa ecosostenibile

**C**arta certificata con provenienza da foreste gestite con tagli oculati e riforestazione annuale programmata

**E**nergia rinnovabile per muovere le macchine da stampa

[www.graficakc.it](http://www.graficakc.it)

**m**assima ecosostenibilità del processo di stampa.

**p**arte della lavorazione è fatta all’interno del Carcere di Genova Pontedecimo per insegnare un mestiere remunerando il lavoro.

**m**ateriali a basso o nullo impatto ambientale

**L**e consegne vengono effettuate con mezzi elettrici o a metano o con corrieri con politica ambientale selezionata

Utilizziamo anche



Font Easy Reading per dislessici

*Nel 1983 inizia la ricostruzione di S. Apollinare, ex comanderia templare, nelle risaie del novarese. Fu la prima ricostruzione molto impegnativa*



# *LE ricostruzioni fra le più impegnative*

*Nel 2004 inizia la  
ricostruzione dell'Abbazia  
di Stroncone (Terni)  
riportata alla bellezza  
originaria*



# *Un Pellegrinaggio di Spiritualità e Lavoro in Uganda dal Popolo Acholi*

*Organizzato dalla comunità di S.Pietro Vara nell'Estate del 2025*

*Ogni alba porta una opportunità sulla porta di casa. Ogni relazione porta una nuova opportunità, una nuova sfumatura nell'incresparsi della vita ad ogni rapporto.*

*La vita è sempre desiderosa d'insegnare a chi è disposto ad imparare. Bisogna affrontare il viaggio con umiltà vedendo in ogni persona e in ogni accadimento un maestro, affrontando un cammino anche interiore.*

*Vivere l'umanità come una sola grande famiglia è non solo bellissimo ma trasformante, cambia il modo di pensare la vita, le nostre abitudini, cambia anche il nostro modo di vedere, di osservare e di parlare. Di certo un viaggio in Africa e in particolare in Uganda, a Gulu dal popolo Acholi che occupa buona parte del Nord è stato, per noi 31, un'esperienza e una trasformazione incredibile. Siamo partiti come Ricostruttori e siamo tornati anche Ricostruiti... Partire come Ricostruttori significa sostanzialmente due cose. Primo essere consapevoli che Terra e Cielo ci sostengono e nella misura in cui sappiamo ascoltare immobili (meditazione profonda) ci parlano e ci connettono a una rete che collega tutti gli esseri viventi. Ed è fatta di un materiale sottile, leggero e dorato che è l'energia d'amore, con le mani e la mente disponibili a servire.*

*Tornare "ricostruiti", perchè c'è stata una sproporzione tra quello che siamo riusciti a donare e ciò che c'è stato donato. Abbiamo ricevuto in umanità 100 volte tanto di quanto abbiamo potuto offrire, forse più. Con chi ci ha accolto c'è stato non solo uno scambio culturale, una bella comunicazione o incontri profondi, ma una specie di fusione, come quando cellule dello stesso corpo si riconoscono e armonicamente vivono e si muovono perché quel corpo stia bene... I progetti di Comboni Samaritan con i quali abbiamo lavorato e collaborato sono diversi e tutti finalizzati a ricucire, ritessere le fila di un tessuto sociale lacerato dal susseguirsi di governi totalitari e da una guerra sanguinaria di 20 anni terminata nel 2007 che hanno causato lotte, violenze e povertà che tuttora feriscono non solo questi territori ma l'umanità tutta.*

*Abbiamo potuto conoscere la loro forza resiliente, la voglia di ritrovare e condividere la pace e la cura delle relazioni.*

**Di seguito solo alcuni frammenti delle testimonianze dei giovani del gruppo scritte al ritorno.**

**Vi salutiamo col saluto Acholi  
APWOYO (Grazie che ti vedo)**

*"in Italia è tutto più ordinato, più pulito, più ricco, però meno colorato, meno rumoroso e mi pare anche meno vivo. Mi sembra che camera mia sia piena di oggetti... allora chiudo gli occhi e cerco di riimmaginarmi in quelle stradine rosse, in quel mercato che esplode di umanità e colori, in quelle case senza sedie e con i buchi sul tetto... Ho paura che io mi possa riabituare a vivere come ho sempre vissuto..."*



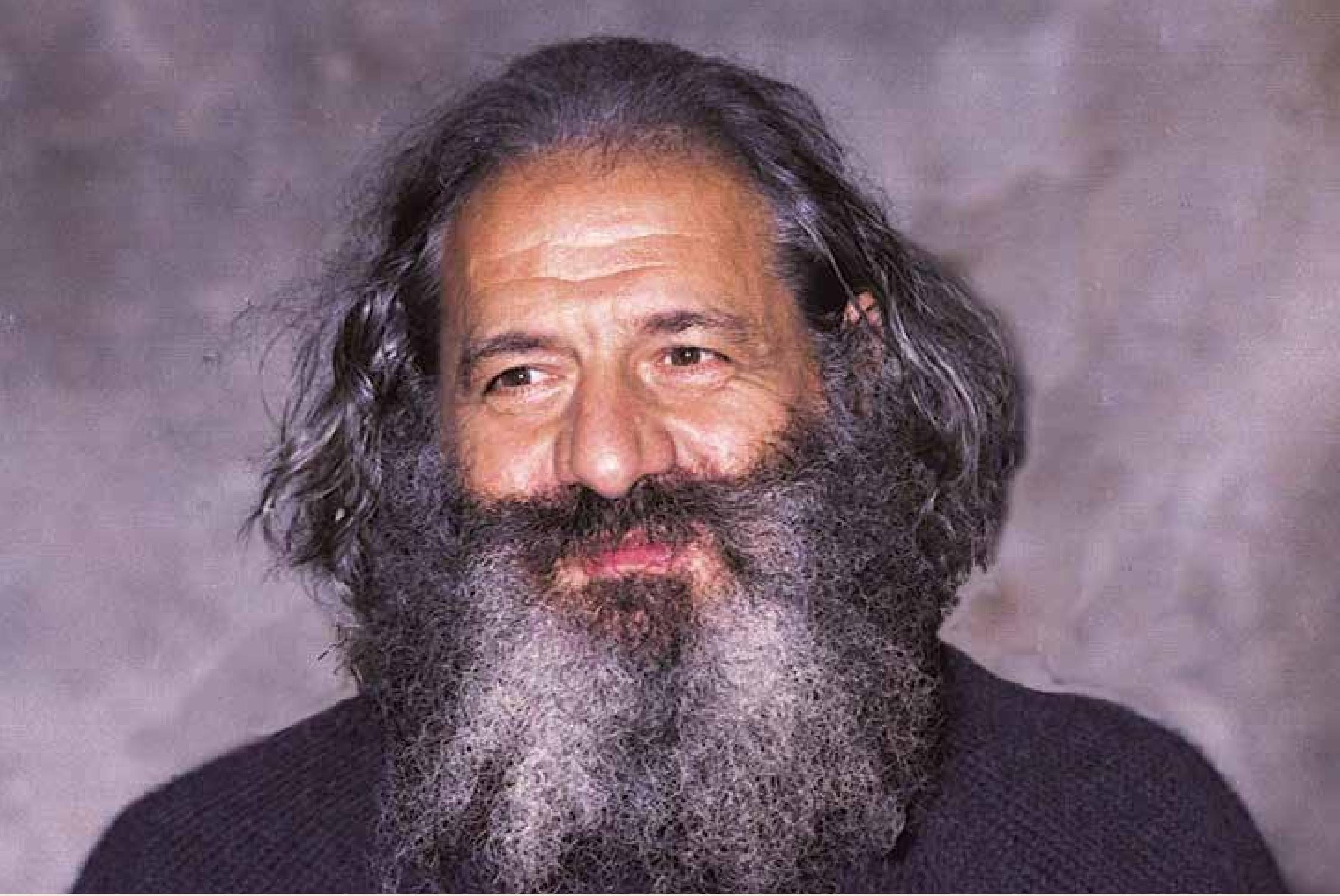
*"..sono così contenta di aver toccato questa terra e aver vissuto cosa vuol dire diversità...alla fine quello che veramente provo riguardo a tutto ciò è come una spinta... tutte mani dietro la schiena che mi spingono e mi dicono: '..continua, va avanti...'”*



*"..cercherò di portare un po' di spirito Acholi anche qui dove vivo, dove tutti vanno di fretta e non viene data così tanta importanza alla persona che hai di fronte.*

*Mi sento grata di aver potuto conoscere persone che mi hanno fatto sentire che i fratelli sono tutte le persone che incrocio per strada..."*





Padre Gian Vittorio Cappelletto S.J. (1928 - 2009) Fondatore dell'Associazione "I Ricostruttori"

*“Mi hai dato le chiavi della porta  
senza che ci fosse ancora una casa intorno  
perché sapevi che l'avremmo costruita insieme”.*

*Fabrizio Caramagna scrittore*

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
			<b>1</b> <i>Maria SS. Madre di Dio</i>	<b>2</b> <i>Ss. Basilio e Gregorio</i>	<b>3</b> <i>SS. Nome di Gesù S. Genoveffa</i>	<b>4</b> <i>S. Angela da Foligno</i>
<b>5</b> <i>S. Edoardo</i>	<b>6</b> <i>Epifania del Signore</i>	<b>7</b> <i>S. Ciro</i>	<b>8</b> <i>S. Lorenzo Giustiniani</i>	<b>9</b> <i>S. Marcellino</i>	<b>10</b> <i>S. Aldo</i>	<b>11</b> <i>Battesimo del Signore</i>
<b>12</b> <i>S. Cesaria</i>	<b>13</b> <i>S. Ilario e S. Ida Digjuno</i>	<b>14</b> <i>S. Felice di Nola</i>	<b>15</b> <i>S. Mauro</i>	<b>16</b> <i>S. Tiziano</i>	<b>17</b> <i>S. Antonio abate</i>	<b>18</b> <i>S. Margherita di Ungheria</i>
<b>19</b> <i>Ss. Mario e C.</i>	<b>20</b> <i>S. Fabiano</i>	<b>21</b> <i>S. Agnese (Ines)</i>	<b>22</b> <i>S. Vincenzo</i>	<b>23</b> <i>S. Emerenziana</i>	<b>24</b> <i>S. Francesco di Sales S. Feliciano</i>	<b>25</b> <i>Conversione di S. Paolo</i>
<b>26</b> <i>Ss. Timoteo e Tito</i>	<b>27</b> <i>S. Angela Merici</i>	<b>28</b> <i>S. Tommaso d'Aquino</i>	<b>29</b> <i>S. Valerio Digjuno</i>	<b>30</b> <i>S. Martina</i>	<b>31</b> <i>S. Giovanni Bosco S. Marcella</i>	

*i R i c o s t r u t t o r i*

*Gennaio 2026*



*Durante un training del 2007 nella Cascina di San Giuliano a Soriso (No)*

*“ La fedeltà alla tradizione  
non consiste nell'adorare le ceneri  
ma nel custodire il fuoco”*

*Papa Francesco il 17 Settembre 2021 a Roma*

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
						<b>1</b> S.Brigida <input type="radio"/>
<b>2</b> Presentazione del Signore	<b>3</b> S.Biagio B.Ettore de Britto	<b>4</b> S.Gilberto	<b>5</b> S.Agata	<b>6</b> Ss.Paolo Miki e C.	<b>7</b> S.Riccardo	<b>8</b> S.Girolamo Emiliani
<b>9</b> B.Anna Emmerick	<b>10</b> S.Scolastica S.Silvano	<b>11</b> B.V.M. di Lourdes	<b>12</b> Ss.martiri di Abitene	<b>13</b> S.Benigno	<b>14</b> Ss.Cirillo e Metodio S.Valentino	<b>15</b> S.Claudio la Colombiere
<b>16</b> S.Marianna	<b>17</b> Ss.Sette Fondatori O.S.M. <input type="radio"/>	<b>18</b> LE CENERI Digiuno	<b>19</b> S.Corrado	<b>20</b> S.Leone d'Catania	<b>21</b> S.Pier Damiani	<b>22</b> I QUARESIMA Cattedra di S.Pietro
<b>23</b> S.Policarpo	<b>24</b> S.Modesto	<b>25</b> S.Nestore	<b>26</b> S.Porfirio	<b>27</b> S.Gabriele dell'Adol.	<b>28</b> S.Romano Digiuno	

i R i c o s t r u t t o r i

Febbraio 2026



*Durante la ricerca di un luogo dove meditare*

*Nessuna destinazione è irraggiungibile  
per chi decide di mettersi in cammino*

*Gino Strada da "Una persona alla volta"*

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
						<b>1</b> <i>II QUARESIMA S.Albino</i>
<b>2</b> <i>S.Angela della Croce</i>	<b>3</b> <i>Ss.Marino e Astorio</i> ○	<b>4</b> <i>S.Casimiro</i>	<b>5</b> <i>S.Virgilio</i>	<b>6</b> <i>S.Colette Boylet</i>	<b>7</b> <i>Ss.Perpetua e Felicita</i>	<b>8</b> <i>III QUARESIMA S.Giovanni di Dio</i>
<b>9</b> <i>S.Francesca Romana S.Caterina da Bologna</i>	<b>10</b> <i>S.Vittore</i>	<b>11</b> <i>S.Sofronio</i>	<b>12</b> <i>S.Massimiliano</i>	<b>13</b> <i>S.Cristina S.Patrizia</i>	<b>14</b> <i>S.Matilde Digiuno</i>	<b>15</b> <i>IV QUARESIMA S.Luisa di Marillac</i>
<b>16</b> <i>Ss.Ilario e Taziano</i>	<b>17</b> <i>S.Patrizio</i>	<b>18</b> <i>S.Edoardo</i>	<b>19</b> <i>S.Giuseppe</i> ●	<b>20</b> <i>S.Giovanni Nepomuceno</i>	<b>21</b> <i>S.Benedetta</i>	<b>22</b> <i>V QUARESIMA S.lea</i>
<b>23</b> <i>S.Gualtiero</i>	<b>24</b> <i>S.Caterina di Svezia</i>	<b>25</b> <i>ANNUNCIAZIONE DEL SIGNORE</i>	<b>26</b> <i>B.Maddalena Morano</i>	<b>27</b> <i>B.Francesco Faà di Bruno</i>	<b>28</b> <i>S.Stefano Hrding</i>	<b>29</b> <i>DOMENICA DELLE PALME</i>
<b>30</b> <i>S.Leonardo Murialdo</i>	<b>31</b> <i>S.Beniamino</i>					

*i R i c o s t r u t t o r i*

*Marzo 2026*



*Meditazione al torrente a San Venerio*

*In questo chiasso, il mondo nuovo che è in noi  
deve lottare per assicurare  
al cielo della sua anima quel prodigo di  
“quel silenzio di circa mezz'ora”  
del quale parla l'Apocalisse - (8.1)*

*Cardinale Martini, parlando del silenzio*

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
		<b>1</b> S.Maria Egiziaca	<b>2</b> GIOVEDÌ SANTO ○	<b>3</b> VENERDI SANTO Digiuno	<b>4</b> VEGLIA PASQUALE	<b>5</b> PASQUA DI RESURREZIONE
<b>6</b> S.Pietro da Verona	<b>7</b> S.Giovanni della Salle	<b>8</b> S.Clemente	<b>9</b> S.Demetrio	<b>10</b> S.Maddalena di Canossa	<b>11</b> S.Gemma Galgani	<b>12</b> S.Zeno
<b>13</b> S.Martino I Digiuno	<b>14</b> S.Lamberto	<b>15</b> S.Marone	<b>16</b> S.Bernadette Soubirous ●	<b>17</b> B.Chiara Gambacorti	<b>18</b> S.Galdino	<b>19</b> S.Leone IX
<b>20</b> S.Agnese da Montepulciano	<b>21</b> S.Anselmo	<b>22</b> S.Leonida	<b>23</b> S.Giorgio	<b>24</b> S.Fedele da Sigmaringen	<b>25</b> S.Marco	<b>26</b> S.Pascasio
<b>27</b> S.Zita	<b>28</b> S.Pietro Chanel Digiuno	<b>29</b> S.Caterina da Siena	<b>30</b> S.Giuseppe Cottolengo S.Sofia			

*i R i c o s t r u t t o r i*

*Aprile 2026*



*Danze al training*

*"L'incontro con l'altro  
è una terapia reciproca"*

*Padre John dal training di Santa Esuperanza Estate 1994*

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
				<b>1</b> S.Giuseppe lavoratore ○	<b>2</b> S.Atanasio	<b>3</b> Ss.Filippo e Giacomo
<b>4</b> Ss.Silvano di Gaza e C.	<b>5</b> S.Gottardo	<b>6</b> S.Venerio	<b>7</b> S.Rosa Venerini	<b>8</b> B.V.Maria di Pompei	<b>9</b> S.Pacomio	<b>10</b> S.Giovanni d'Avila
<b>11</b> S.Ignazio da làconi	<b>12</b> S.Pancrazio Digiuno	<b>13</b> B.V.Maria di Fatima	<b>14</b> S.Mattia S.Maria Mazzarello	<b>15</b> S.Isidoro Contadino ●	<b>16</b> S.Luigi Orione	<b>17</b> ASCENSIONE S.Pasquale Bailon
<b>18</b> S.Felice da Cantalice	<b>19</b> S.Pietro Celestino	<b>20</b> S.Bernardino da Siena	<b>21</b> Ss.Cristoforo Magallanes C.	<b>22</b> S.Rita da Cascia	<b>23</b> S.Giovanna Thouret	<b>24</b> PENTECOSTE B.V.Maria Ausiliatrice
<b>25</b> B.V.Madre della Chiesa	<b>26</b> S.Filippo Neri	<b>27</b> S.Agostino di Canterbury Digiuno	<b>28</b> S.Germano	<b>29</b> S.Paolo VI	<b>30</b> S.Giovanna d'Arco	<b>31</b> SS. TRINITÁ Visitazione B.V.Maria ○

*i R i c o s t r u t t o r i*

*Maggio 2026*



*Lavoro di gruppo nella sede di San Pietro Vara*

*In questa epoca l'astenersi dal dire "io"  
e tenerlo fuori da ogni pensiero,  
costituisce un raro ed encomiabile esercizio di ascesi.*

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
<b>1</b> S.Giustino	<b>2</b> Ss.Marcellino e Pietro	<b>3</b> Ss.Carlo Lwanga e C.	<b>4</b> S.Quirino	<b>5</b> S.Bonifacio	<b>6</b> S.Norberto	<b>7</b> <i>Corpus Domini S.Antonio M.Gianelli</i>
<b>8</b> S.Medardo	<b>9</b> B.Anna M.Taigi	<b>10</b> B.Enrico da Bolzano  <i>Digiuno</i>	<b>11</b> S.Barnaba ap.	<b>12</b> <i>SACRO CUORE DI GESÙ</i>	<b>13</b> <i>CUORE IMMACOLATO DI MARIA S.Antonio di Padova</i>	<b>14</b> <i>Ss.Valerio e Rufino</i>
<b>15</b> S.Vito	<b>16</b> Ss.Quirico e Giulitta  ●	<b>17</b> S.Raniero	<b>18</b> S.Gregorio Barbarigo	<b>19</b> Ss.Gervasio e Protasio	<b>20</b> B.Margherita Ebner	<b>21</b> <i>S.Luigi Gonzaga</i>
<b>22</b> S.Paolino di Nola	<b>23</b> S.Giuseppe Cafasso S.Lanfranco	<b>24</b> S.Giovanni Battista	<b>25</b> S.Massimo	<b>26</b> S.Vigilio  <i>Digiuno</i>	<b>27</b> S.Cirillo di Alessandria	<b>28</b> <i>S.Ireneo</i>
<b>29</b> Ss.Pietro e Paolo	<b>30</b> Ss.Primi martiri  ○					

*i R i c o s t r u t t o r i*

*Giugno* **2026**



*Affresco della volta in sala di meditazione nella sede di S. Pietro Vara dipinta da Adriana Profita*

*Le virtù spirituali non sono negazioni di istinti naturali  
e neppure sublimazione psichica.*

*Essi abituano a vedere la realtà divina  
sotto gli oggetti del desiderio, perché se qualcosa attira,  
allora lì c'è qualcosa di divino.*

*Padre John da: "L'uomo verso l'Assoluto" Volume 2*

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
		<b>1</b> <i>B.Antonio Rosmini</i>	<b>2</b> <i>S.Bernardino</i>	<b>3</b> <i>S.Tommaso</i>	<b>4</b> <i>S.Cesidio da Fossa S.Piergiorgio Frassati</i>	<b>5</b> <i>S.Antonio M.Zaccaria</i>
<b>6</b> <i>S.Maria Goretti</i>	<b>7</b> <i>S.Odone</i>	<b>8</b> <i>Ss.Aquila e Priscilla</i>	<b>9</b> <i>S.Letizia S.Veronica Giuliani</i>	<b>10</b> <i>Ss.Rufina e Seconda Digiuno</i>	<b>11</b> <i>S.Benedetto S.Olga</i>	<b>12</b> <i>S.Gualberto</i>
<b>13</b> <i>S.Enrico</i>	<b>14</b> <i>S.Camillo de Lellis</i> ●	<b>15</b> <i>S.Bonaventura</i>	<b>16</b> <i>B.V. M. del Carmelo B.Irmengarda</i>	<b>17</b> <i>S.Marcellina</i>	<b>18</b> <i>S.Federico</i>	<b>19</b> <i>S.Macrina</i>
<b>20</b> <i>S.Apollinare</i>	<b>21</b> <i>S.Lorenzo da Brindisi</i>	<b>22</b> <i>S.Maria Maddalena</i>	<b>23</b> <i>S.Brigida</i>	<b>24</b> <i>S.Charbel Makhluf Digiuno</i>	<b>25</b> <i>S.Giacomo</i>	<b>26</b> <i>Ss.Gioacchino e Anna</i>
<b>27</b> <i>S.Simeone</i>	<b>28</b> <i>Ss.Nazario e Celso</i>	<b>29</b> <i>Ss.Marta, Maria, Lazzaro</i> ○	<b>30</b> <i>S.Pietro Crisologo</i>	<b>31</b> <i>S.Ignazio di Loiola</i>		

*i R i c o s t r u t t o r i*

*Luglio 2026*



*Cascina di S. Esuberanza, sopra Biella, storica sede di training estivi.*

*“C’è uno spettacolo più grandioso del mare,  
ed è il cielo, c’è uno spettacolo più grandioso del cielo  
ed è l’interno di un’anima”*

*Victor Hugo*

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
					<b>1</b> S.Pietro Favre	<b>2</b> S.Eusebio
<b>3</b> B.Agostino Casotti	<b>4</b> S.Giovanni M.Viannei	<b>5</b> S.Emidio	<b>6</b> Trasfigurazione del Signore	<b>7</b> S.Gaetano	<b>8</b> S.Domenico	<b>9</b> S.Teresa della Croce
<b>10</b> S.Lorenzo  Digjuno	<b>11</b> S.Chiara d'Assisi	<b>12</b> S.Giovanna de Chantal	<b>13</b> S.Esuberanza	<b>14</b> S.Massimiliano Kolbe	<b>15</b> Assunzione B.V.Maria	<b>16</b> S.Rocco B.Eleonora Restori
<b>17</b> S.Chiara della Croce	<b>18</b> S.Elena	<b>19</b> S.Giovanni Eudes	<b>20</b> S.Bernardo	<b>21</b> S.Pio X	<b>22</b> B.V.Maria Regina	<b>23</b> S.Rosa da Lima
<b>24</b> S.Bartolomeo S.Giovanna Thouret  Digjuno	<b>25</b> S.Luigi IX	<b>26</b> S.Mariam Baovardy	<b>27</b> S.Monica	<b>28</b> S.Agostino	<b>29</b> Martirio di S.Giovanni Battista	<b>30</b> S.Margherita Ward
<b>31</b> S.Aristide						

*i R i c o s t r u t t o r i*

*Agosto* **2026**



*"Senza il perdono  
non può esserci pace.  
La vendetta  
tiene ancorati al passato,  
il perdono  
apre al futuro"*

*Hannah Arendt da:*

*"La vita attiva, la condizione umana"*

*Duello al guado del torrente Grua durante una performance in costume alla cascina di S. Giuliano a Soriso (No)*

*“Procurati momenti di calma interiore  
e in questi momenti impara a distinguere  
l’essenziale dal non essenziale”*

Rudolf Steiner - La Filosofia della Libertà

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
.	<b>1</b> S.Giosuè	<b>2</b> S.Zenone	<b>3</b> S.Gregorio Magno	<b>4</b> S.Rosalia	<b>5</b> S.Teresa di Calcutta	<b>6</b> S.Magno
<b>7</b> S.Grato di Aosta  Digjuno	<b>8</b> Natività B.V.Maria	<b>9</b> S.Pietro Claver	<b>10</b> S.Nicola da Tolentino	<b>11</b> B.Maria P.de Michelis	<b>12</b> SS.Nome di Maria S.Caterina da Genova	<b>13</b> S.Giovanni Crisostomo
<b>14</b> Esaltazione della S.Croce	<b>15</b> B.V.Maria Addolorata	<b>16</b> S.Cornelio e Cipriano	<b>17</b> S.Roberto Bellarmino S.Ildegarda di Bingen	<b>18</b> S.Arianna	<b>19</b> S.Gennaro	<b>20</b> Ss.Andrea Kim e C.
<b>21</b> S.Matteo S.Maura  Digjuno	<b>22</b> S.Silvano S.Maurizio	<b>23</b> S.Pio da Pietrelcina	<b>24</b> S.Rustico	<b>25</b> S.Nicola di Flüe S.Sergio di Radonez	<b>26</b> Ss.Cosma e Damiano	<b>27</b> S.Vincenzo de Paoli
<b>28</b> S.Venceslao	<b>29</b> Ss.Michele Gabriele Raffaele arcangeli	<b>30</b> S.Girolamo				

i R i c o s t r u t t o r i

Settembre 2026



*Feeling con Kiki*

*Se vogliamo creare un mondo migliore  
dobbiamo essere connessi  
con tutto quello che ci circonda di visibile ed invisibile  
e capire quello che serve al mondo e a noi.*

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
			<b>1</b> S.Teresa di Gesù bambino	<b>2</b> Ss.Angeli custodi	<b>3</b> S.Candida	<b>4</b> S.Francesco d'Assisi
<b>5</b> S.Faustina Kowalska	<b>6</b> S.Bruno	<b>7</b> B.V.Maria del Rosario  Digiuno	<b>8</b> S.Ugo da Genova	<b>9</b> Ss.Dionigi e C.	<b>10</b> S.Daniele Comboni ●	<b>11</b> S.Giovanni XXIII
<b>12</b> S.Carlo Acutis	<b>13</b> S.Romolo	<b>14</b> S.Callisto I	<b>15</b> S.Teresa d'Avila	<b>16</b> S.Margherita Maria Alacoque	<b>17</b> S.Ignazio di Antiochia	<b>18</b> S.Luca
<b>19</b> S.Paolo della Croce	<b>20</b> S.Maria Boscardin	<b>21</b> Ss.Orsola e C.  Digiuno	<b>22</b> S.Giovanni Paolo II ○	<b>23</b> S.Giovanni da Capestrano	<b>24</b> S.Antonio M.Claret	<b>25</b> B.Carlo Gnocchi
<b>26</b> S.Demetrio	<b>27</b> S.Evaristo	<b>28</b> Ss.Simone e Giuda	<b>29</b> S.Onorato B.Chiara Badano	<b>30</b> S.Germano	<b>31</b> S.Quintino	

*i R i c o s t r u t t o r i*

Ottobre 2026



*Durante la veglia per i defunti a San Pietro Vara*

*In atteggiamento di silenzio l'anima trova il percorso  
in una luce più chiara  
e ciò che è sfuggente e ingannevole  
si risolve in un cristallo di chiarezza*

*Mahatma Gandhi*

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
						<b>1</b> <i>Tutti i Santi</i>
<b>2</b> <i>Commemorazione Fedeli Defunti</i>  <i>Digiuno</i>	<b>3</b> <i>S.Martino de Porres S.Silvia</i>	<b>4</b> <i>S.Carlo Borromeo</i>	<b>5</b> <i>B.Gregorio Lakota</i>	<b>6</b> <i>S.Leonardo</i>	<b>7</b> <i>S.Baldo</i>	<b>8</b> <i>S.Goffredo</i>
<b>9</b> <i>Dedic. Basilica lateranense</i>  ●	<b>10</b> <i>S.Leone Magno</i>	<b>11</b> <i>S.Martino di Tour</i>	<b>12</b> <i>S.Giosafat</i>	<b>13</b> <i>S.Augustina Pietrantoni</i>	<b>14</b> <i>B.M.Luisa Merkert</i>	<b>15</b> <i>S.Alberto Magno</i>
<b>16</b> <i>S.Giuseppe Moscati S.Geltrude di Elfeta</i>	<b>17</b> <i>S.Elisabetta d'Unghria</i>	<b>18</b> <i>Dedic.Basiliche dei Ss.Pietro e Paolo</i>	<b>19</b> <i>S.Simone eremita</i>  <i>Digiuno</i>	<b>20</b> <i>S.Edmondo</i>	<b>21</b> <i>Presentazione B.V.Maria</i>	<b>22</b> <i>CRISTO RE S.Cecilia</i>
<b>23</b> <i>S.Colombano</i>	<b>24</b> <i>Ss.Andrea Dung e C. ○</i>	<b>25</b> <i>S.Caterina di Alessandria</i>	<b>26</b> <i>S.Leonardo da Porto Maurizio</i>	<b>27</b> <i>B.Bernardino da Fossa</i>	<b>28</b> <i>S.Teodora</i>	<b>29</b> <i>I AVVENTO</i>
<b>30</b> <i>S.Andrea</i>						

*i R i c o s t r u t t o r i*

*Novembre* **2026**



*Prima di meditazione la preghiera di Padre John nella cascina di S. Apollinare nelle risaie del Novarese*

*“Possente è in verità il suono  
che può parlare a noi  
nella Notte di Natale,  
se siamo in grado di comprenderlo”*

*Rudolf Steiner - “Le Tredici Notti Sante”*

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
.	<b>1</b> <i>S.Charl de Foucauld</i>	<b>2</b> <i>S.Viviana</i>	<b>3</b> <i>S.Francesco Saverio</i>	<b>4</b> <i>S.Barbara</i>	<b>5</b> <i>S.Saba</i>	<b>6</b> <i>II AVVENTO S.Nicola</i>
<b>7</b> <i>S.Ambrogio</i>	<b>8</b> <i>Immacolata Concezione B.V.Maria</i>	<b>9</b> <i>S.Siro</i>	<b>10</b> <i>B.V.di Loreto</i>	<b>11</b> <i>S.Damaso I</i>	<b>12</b> <i>B.V.Di Guadalupe</i>	<b>13</b> <i>III AVVENTO S.Lucia</i>
<b>14</b> <i>S.Giovanni della Croce</i>	<b>15</b> <i>S.Valeriano</i>	<b>16</b> <i>S.Adelaide</i>	<b>17</b> <i>S.Modesto</i>	<b>18</b> <i>S.Gaziano</i>	<b>19</b> <i>S.Anastasio I</i>	<b>20</b> <i>IV AVVENTO S.Liberale di Roma</i>
<b>21</b> <i>S.Pietro Canisio</i>	<b>22</b> <i>S.Francesca Cabrini</i>	<b>23</b> <i>S.Giovanni da Keti</i>	<b>24</b> <i>S.Delfino</i>	<b>25</b> <i>NATALE DEL SIGNORE</i>	<b>26</b> <i>S.Stefano</i>	<b>27</b> <i>SACRA FAMIGLIA S.Giovanni Evangelista</i>
<b>28</b> <i>Ss.Innocenti martiri</i>	<b>29</b> <i>S.Davide</i>	<b>30</b> <i>S.Giocondo</i>	<b>31</b> <i>S.Silvestro I S.Caterina Labouré</i>			

*i R i c o s t r u t t o r i*

*Dicembre 2026*

**Aosta** 11100 - per informazioni tel. 346 490 3983 (Valerio)

**Augusta** 96011 (Siracusa) Contrada Vignali Via delle Zagare 8 - tel. 338 320 3842

**Biella** 13900 - **Cascina S. Emilio** - Via case sparse 4 - Quart. S. Biagio -  
tel. 333 102 2483 - E-mail: [biella.santemilio@iricostruttori.org](mailto:biella.santemilio@iricostruttori.org)

**Bologna** 40132 - Via Pasteur 5/b - Borgo Panigale - tel. 340 077 9300 (sede di Ferrara)  
E-mail: [ferrara@iricostruttori.org](mailto:ferrara@iricostruttori.org)

**Brescia** 25124 - c/o Associazione Idea Salute Via Bertoli 12  
E-mail: [brescia@iricostruttori.org](mailto:brescia@iricostruttori.org)

**Carignano** 10041 (Torino) - Borgata Brillante 42-43 - tel. 333 300 3163 - 011 9693777  
E-mail: [brillante@iricostruttori.org](mailto:brillante@iricostruttori.org)

**Carrara** 54033 - Via Pontremoli 11 tel. 3357489472 - 3286498209 E-mail: [carrara@iricostruttori.org](mailto:carrara@iricostruttori.org)

**Casale Monferrato** 15033 - Via Alessandria 1/3 - Tel. 3311231454 - 3405777045 -  
E-mail: [ricostruttoricasale@gmail.com](mailto:ricostruttoricasale@gmail.com)

**Casalbeltrame** 28060 (Novara) **Cascina S. Apollinare** - tel. 327 161 1270 - 338 207 7344  
E-mail: [apollinare@iricostruttori.org](mailto:apollinare@iricostruttori.org)

**Castelli Calepio** 24060 (Bg) **Cascina S. Martino** - Via Cerche 29 - tel. 035 19831132  
E-mail: [sanmartino.bergamo@iricostruttori.org](mailto:sanmartino.bergamo@iricostruttori.org)

**Castiraga Vidardo** 26866 (Lodi) **Cascina S. Croce** - località Castiraga 4 - tel. 338 575 7376 -  
333 853 0344 E-mail: [castiraga.santacroce@iricostruttori.org](mailto:castiraga.santacroce@iricostruttori.org)

**Catania** 95124 - Via C.Forlanini 65 - tel. 338 320 3842 E-mail: [catania@iricostruttori.org](mailto:catania@iricostruttori.org)

**Como** 22100 - Via Borsieri 16 - tel. 340 671 2992 - E-mail: [como@iricostruttori.org](mailto:como@iricostruttori.org)

**Domodossola** 28845 (Vb) Via Innocenzo IX, 14 - E-mail: [baldo@rohne.ch](mailto:baldo@rohne.ch)

**Ferrara** 44100 - **Cascina S. Caterina** - Stradone del Gallo 2 - tel. 347 175 8040  
E-mail: [ferrara@iricostruttori.org](mailto:ferrara@iricostruttori.org)

**Foggia** - Per Info. 331 980 7138 (Maurizio)- 329 491 4948 (Valentina)

**Genova** 16147 - Vico del pesce 1 Sturla -339 890 7324 - 320 154 0671  
E-mail: [genova@iricostruttori.org](mailto:genova@iricostruttori.org)

**Gornate Olona** 21040 (Va) Via Matteotti 11 - tel. 349 061 4531  
E-mail: [ricostruttori.gornate@gmail.com](mailto:ricostruttori.gornate@gmail.com)

**Graglia** 13050(Biella) - località Bossola **Cascina Santa Esuperanza**

**L'Aquila** 67028 - Via Cesura 6 - tel. 333 776 3406 E-mail: [laquila@iricosruttori.org](mailto:laquila@iricosruttori.org)

**La Spezia** 19021 - Arcola - Via Serra di Baccano 15 - tel. 0187 983737 - 380 361 5982  
E-mail: [laspezia@iricostruttori.org](mailto:laspezia@iricostruttori.org)

**Livorno** 57100 - Via S. Carlo 151/153 - tel. 333 131 8552 (Vittorio)  
E-mail: [livorno@iricostruttori.org](mailto:livorno@iricostruttori.org)

**Lonato** 25017 (Bs) **Cascina S. Vigilio** - Via Lugasca 34 - tel. 030 9130370 - 377 687 4761  
E-mail: [sanvigilio.lonato@iricostruttori.org](mailto:sanvigilio.lonato@iricostruttori.org)

**Lucca** 55100 - info. Tel. 329 981 8998 (Lucia) - 347 628 3316(Giovanna)  
347 6283 316 (Serenella) - E-mail: [lucca@iricostruttori.org](mailto:lucca@iricostruttori.org)

**Manfredonia** 71043 (Fg) - **Abbazia San Leonardo di Siponto** Ss. 89 km. 175 + 800  
Tel. 0884 549439 E-mail: [manfredonia@iricostruttori.org](mailto:manfredonia@iricostruttori.org)

**Messina** - 98121 - Via Palermo 403 - Vico Lusitano - tel. 340 287 9662  
E-mail: [messina@iricostruttori.org](mailto:messina@iricostruttori.org)

**Milano** 20127 - Via privata Turro 6 - tel. 02 26827724 E-mail: [milano@iricostruttori.org](mailto:milano@iricostruttori.org)

**Modica** 97015 (Ragusa) Via della Stazione 17/a - tel. 0932 944551 E-mail: [modica@iricostruttori.org](mailto:modica@iricostruttori.org)

**Montoro Sup.** 83026 (Avellino) Via IV Novembre 16 - tel. 328 663 3599

**Moscufo** 65010 (Pescara) Contrada colle S.Angelo 8 - Tel 344 097 2591 - 333 776 3406

**Napoli** 80135 - Strettola Santa Teresa N° 4 - tel. 347 869 2830 Don. Giorgio Fabbro  
E-mail: [napoli@iricostruttori.org](mailto:napoli@iricostruttori.org)

**Padova** 35010 - Vico 2 Giugno N°2 - Vigonza - tel. 049 8284044 - 339 784 0992

E-mail: [padova@iricostruttori.org](mailto:padova@iricostruttori.org)

**Palermo** 90133 - Via Nassaiuoli 10 - tel. 091 6171585 E-mail: [palermo@iricostruttori.org](mailto:palermo@iricostruttori.org)

**Piedimonte Etneo** 95017 (Ct) **Cascina S. Basilio** - Via Grotta Nicodemo 15 - tel. 328 885 9585  
338 1166374 E-mail: [piedimonte@iricostruttori.org](mailto:piedimonte@iricostruttori.org)

**Pieve Fosciana** 55036 (Lucca) **Cascina S. Anna** - Località Pianetto 14/a, fraz. Pontecosi -  
tel. 3475065165 E-mail: [santanna.garfagnana@iricostruttori.org](mailto:santanna.garfagnana@iricostruttori.org)

**Pomposa Abbazia** 44020 (Fe) Via Centro 10 - Pomposa di Codigoro - tel. 0533 719088

E-mail: [pomposa.ferrara@iricostruttori.org](mailto:pomposa.ferrara@iricostruttori.org)

**Roma Sud** 00175 - Via dei Quintili 275 - Quadraro tel. 333 667 8196 - 366 420 8492

**Vitinia** - 00127 Roma - Via Sarsina 59 - tel. 338 894 1804 E-mail: [roma@iricostruttori.org](mailto:roma@iricostruttori.org)

**Rovigo** 45100 - Via Gorizia 75 - tel. 333 443 7681

**S. Damiano** 14015 (At) **Cascina S. Luigi** - Fraz. S. Luigi 6 Tel. 371 397 2051

E-mail: [asti.sanluigi@iricostruttori.org](mailto:asti.sanluigi@iricostruttori.org)

**San Giovanni Canavese** - Castellamonte 10010 (Torino) **Cascina S. Giovanni** - Via Parella 63  
- tel. 388 943 6550 - 329 768 7664 - E-mail: [sangiovannicanavese@iricostruttori.org](mailto:sangiovannicanavese@iricostruttori.org)

**San Pietro Vara** 19010 (La Spezia) **Cascina S. Michele** - loc. Borsa 17 Maissana -  
tel. 328 649 8209 - E-mail: [sanmicheleinborsa@gmail.com](mailto:sanmicheleinborsa@gmail.com)

**Scogna di Sesta Godano** 19020 (La Spezia) **Cascina S. Venerio** - Via Case Sparse Caminà  
n° 13 - tel. 0187 891660

**Soriso** 28010 (No) **Cascina S. Giuliano** - Via per Auzate 23 - tel. 320 152 1473

E-mail: [sangiuliano@iricostruttori.org](mailto:sangiuliano@iricostruttori.org)

**Terni** 05039 - Loc. Cisterna Stroncone N° 22 - **Abbazia S. Simeone** - tel. 348 901 6431

E-mail: [s.simeone@iricostruttori.org](mailto:s.simeone@iricostruttori.org)

**Torino** 10139 via Bardonecchia 77/16 - Comunità tel. 011 3358692

E-mail: [torino@iricostruttori.org](mailto:torino@iricostruttori.org)

**Torino** 10122 Direzione Generale - Via Cernaia 44 Tel. 011 5178108

E-mail: [segreteria@iricostruttori.org](mailto:segreteria@iricostruttori.org)

**Treviso** per info: 348 404 2379 (Danila) - 338 232 2498 (Fabrizio) - 333 443 7681  
(Stefano)

**Verona** 37139 - Via Corte Salvi 16 10 - tel. 045 6902225 - 338 232 2498

E-mail: [verona@iricostruttori.org](mailto:verona@iricostruttori.org)

**Zagarolo** 00039 (Roma) **Cascina S. Feliciano** - Via Danielou 16 bis. tel. 333 667 8196

Email - [roma@iricostruttori.org](mailto:roma@iricostruttori.org)

## Studi Medici

**Ferrara** - Stradone del Gallo 2 - S. Martino - tel. 335 665 5025

**Gornate Olona** - Via Matteotti 11 - tel. 3470011489 Da Lun. a Ven. 9/12 - 16/19

**La Spezia** - Via Monfalcone 210 - tel. 0187 702899 E-mail: [sm.rebocco@gmail.com](mailto:sm.rebocco@gmail.com)

**Lonato** - Via Lugasca 34 - Frazione S. Cipriano di Lonato - per info. tel. 030 9913335

**Milano** - Via Turro 6 - tel. 349 3869717 E-mail: [milano@iricostruttori.org](mailto:milano@iricostruttori.org)

**Torino** - Via Beaulard 57/h - tel. 011 3853601 E-mail: [mario.coppotelli@gmail.com](mailto:mario.coppotelli@gmail.com)

**Sito ufficiale:** [www.iricosruttori.org](http://www.iricosruttori.org)

