L A B A C H E C A

Sussidio aperto a cura dell'Ufficio del Cappellano Coordinatore Nazionale della Polizia di Stato

ANNO IV – N.1

Direttore responsabile
Padre Franco Stano

www.cappellanipolizia.it - e-mail: cappellanipolstato@chiesacattolica.it -
tel. 06/46535574 - fax 06/46535311

Presentazione

Questo “sussidio aperto” ha lo scopo di proporsi come una piccola agenzia al servizio dei Cappellani della Polizia di Stato e di quanti - poliziotti e non - frequenteranno questo sito internet.

Esso si prefigge di contenere poche ed essenziali cose, utili per tensione formativa e cultura generale.

Alcune rubriche fisse, su tematiche religiose e di vario interesse, avranno l’intento di enunciare alcuni contenuti e di sollecitare i Cappellani, che lo desiderino, a definire lo schema base di una “Bacheca” da affiggere, a mo’ di giornale murale, nelle strutture di propria competenza.

La Bacheca prende avvio a partire dal primo dicembre 2004 e si rinnoverà periodicamente, sia nelle rubriche di fondo, sia nelle comunicazioni di supporto; è anche aperta nei riguardi di quanti intendono corrispondere epistolarmente con essa, su argomenti particolari oppure riguardo a chiarimenti sui temi in essa trattati.

Il Signore benedica il lavoro di tutti e sostenga i nostri migliori desideri.

La Redazione

LA PREGHIERA *

Donami, Signore, che quando infine
morendo lascerò la notte oscura
di questa vita mia nella quale il cuore ha pur sognato,
ma che nel sogno si è lentamente inaridito,
io, gli occhi fissi sul tuo bianco corpo,
o figlio dell'uomo, umanità compiuta,
entri nella chiarezza del tuo giorno
che non ha tramonto,
in quella tua luce incerata
che non muore mai.

* (*Intellettuale spagnolo del XX sec., è stato filosofo esistenzialista ante litteram, romanziere, poeta, filologo e critico. Antintellettualista dichiarato, diceva ad Hegel interrogandone il pensiero: "Para pensar cual tu solo es preciso non tener nada más que inteligencia – Per pensare come pensi tu, bisogna essere solo intelligenza". Ha vissuto un rapporto con la fede cristiana complesso e contraddittorio).*

IL SANTO DEL MESE

SEBASTIANO E AGNESE
(III e IV secolo)

I santi, questo mese sono due: Sebastiano e Agnese, entrambi romani. Sebastiano pare fosse un ufficiale romano dell'esercito imperiale, cosa che non gli valse a nulla quando si scoprì che egli era cristiano. Egli fu legato a un albero e divenne bersaglio degli arcieri. A Roma, sulla via Appia, è la basilica a lui dedicata, una delle principali chiese della città eterna.
Agnese era nulla più che una ragazza di tredici o quattordici anni quando fu martirizzata presso la via Nomentana, in Roma. Là sorge a lei dedicata una monumentale splendida basilica fin dai tempo di Costantino il Grande. Agnese è una delle sante più popolari e nell'arte è raffigurata come una bianca colomba che porta in bocca un anello o come un bianco agnello.
San Sebastiano è festeggiato il giorno 20 del mese; Santa Agnese il giorno 21. Da questo, oltre che dalla comune sorte che ebbero in comune di martiri cristiani, deriva il fatto di averli accomunati in un'unica narrazione.

PP.

DALLA FEDE ALL'IMPEGNO

SEDICESIMO SECOLO
Gennaio

Il sedicesimo secolo è tra i più densi della storia della Chiesa. Un secolo nel quale le forti tensioni religiose ereditate dal passato esplodono e assumono contorni ad tempo stesso drammatici e gloriosi.
La scoperta dell'America ha spostato verso occidente l'asse missionario e sono soprattutto i Francescani ad accompagnare gli Spagnoli verso le nuove terre.
La tensione missionaria non costituisce però sopore per le problematiche interne; al contrario, queste si evidenziano sempre di più fino ad esprimersi in ribellioni e spaccature.
In Germania (la Germania da sempre mal sopporta quelli che giustamente vengono chiamati "gravamina" imposti dalla Curia romana) il malcontento trova il suo capo carismatico in Martin Lutero (1483-1546) il quale nel 1516 espone a Wittemberg le famose novantanove tesi suscitando intorno ad esse l'attenzione di molte chiese locali. Si tratta di proposizioni che Roma guarda con molto scetticismo tanto che nel 1520 Lutero viene scomunicato e nel 1521 bandito dall'impero. Ma la Germania orami è divisa in due grandi gruppi: i seguaci di Lutero e i fedeli a Roma. I contrasti fra i due gruppi crescono fino a che nel 1530, nel tentativo di comporli, l'imperatore Carlo V convoca la Dieta di Augusta. Vengono esposte le tesi luterane, alle quali Roma risponde con una confutazione in seguito alla quale alcuni principi tedeschi in segno di protesta (donde protestanti) abbandonano la Dieta, di fatto avallando la scissione.
Una scissione che in Germania ha anche risvolti politici e che, almeno da questo punto di vista, viene composta con la pace di Augusta definita intorno al 1555 in base al principio "cuius regio eius et religio".
Vero è che la scissione religiosa consumata in Germania interrogò severamente la Chiesa di Roma. Anche perché l'esigenza di una urgente rinascita veniva sollecitata dalla riforma operata in Ginevra da Calvino, una sorta di teocrazia intransigente, e dallo scisma operato da Enrico VIII. In questo ultimo caso occorre dire che Roma fu ferma nel contrastare le pretese del re e non si piegò alle minacce di lui che desiderava l'annullamento del primo matrimonio. Testimoni e martiri di questo atteggiamento furono il Cancelliere del regno Thomas More e l'Arcivescovo di Canterbury John Fisher. Certo lo scisma non fu dovuto soltanto ai capricci del re: c'erano ragioni di nazionalismo anti-romano; ma la fermezza di Roma nei confronti di Enrico VIII ebbe una importanza decisiva. Il re stesso divenne capo della Chiesa nazionale d'Inghilterra.
Scossa da questi dolorosi avvenimenti la Chiesa romana avvertì il bisogno di interrogarsi e Paolo III indisse la grande assise che passerà alla storia col nome di Concilio di Trento

E' un Concilio lunghissimo (1545-1563) che, alla fine, attraverso proposizioni dottrinali e disciplinari, crea le condizioni per il rilancio della Chiesa di Roma.
Quello di Trento è stato impropriamente definito Concilio della Controriforma. In realtà è il Concilio della riforma, quella riforma profondamente sospirata, ormai attuale e pronta a proiettare la Chiesa verso l'era moderna,
Il Papa cui tocca l'oneroso compito di attuare il Concilio è Pio V. Egli tuttavia sarà sostenuto in questo compito da una straordinaria fioritura di santi e di ordini religiosi. Nascono, in questo periodo, i Gesuiti di Ignazio di Loyola e gli Oratoriali di Filippo Neri. Contemporaneamente si apre il meraviglio capitolo dei mistici spagnoli (Teresa d'Avila, Giovanni della Croce, Giovanni d'Avila, Pietro d'Alcantara…).

PERSONAGGI DELL'ANTICA ALLEANZA

di Angelo di Nicola

(Con una puntuale ed incisiva presentazione del Patriarca Abramo, parte questa nuova rubrica di Angelo di Nicola, il cui stile scarno ed essenziale, per questo preciso ed incisivo, conosciamo perfettamente avendo egli condotto su La Bacheca le brevi introduzioni alla letteratura italiana e a quella universale con la presentazione di alcuni autori specifici e caratteristici. Lo ringraziamo in anticipo con questo nuovo impegno attraverso la sua penna ci disponiamo a riascoltare attentamente una storia che ci interessa molto da vicino)

ABRAMO

Con Abramo, il primo dei patriarchi dell'Antico Testamento, ha inizio la storia della salvezza.
Dio ha creato l'uomo a sua immagine e somiglianza e lo ha posto in un giardino bellissimo, ma l'uomo, con il peccato di Adamo ed Eva, che per superbia hanno voluto gustare dell'albero del bene e del male cercando di porsi al posto del Creatore, si sono allontanati da Lui, sperimentando così la morte ontologica che è separazione da Dio stesso. Con questa separazione é comparsa inevitabilmente anche la divisione tra gli uomini, che culmina con l'omicidio di Abele. Il peccato pertanto degenera progressivamente fino a che l'umanità rimane sommersa totalmente nel male e nella morte tentando, nel suo delirio di potenza, di costruire una torre che arrivi al cielo, ideale prosecuzione del peccato originale. Dio, tuttavia, non lascia sola l'umanità ed attua un progetto di salvezza intervenendo concretamente nella Storia, dopo Noè ed il diluvio universale, proprio attraverso la vocazione di Abramo.
Questi d'altro canto, secondo uno schema proprio del disegno salvifico di Dio, che sceglie ciò che é ritenuto "spregevole" e di poco conto per confondere il mondo, non è, in fondo, né migliore né peggiore di tanti altri suoi contemporanei; è un Arameo

nomade che vive di pastorizia; é politeista, come gli uomini della sua epoca; ha constatato il "fallimento" della propria vita in quanto, già vecchio, non ha figli né una terra dove riposare. Questo aspetto è di cruciale importanza e va inquadrato nel periodo in cui visse: in quell'epoca non avere figli era considerata una vera e propria maledizione divina poiché significava che l'esistenza terminava senza prolungarsi nella propria discendenza. Inoltre, vivendo i nomadi in tribù, un clan familiare forte e numeroso significava poter difendersi più agevolmente e vivere più sicuri. Abramo, infine, non possedendo una propria terra, già quasi prossimo alla morte, non sapeva dove sarebbe stato sepolto e ciò non va trascurato in quanto, secondo un archetipo molto radicato, l'appartenenza in un certo senso definisce l'essere.
E' in questo contesto dunque che Abramo, mentre si trova a Ur, una città dell'odierno Iraq, riceve la chiamata da Dio, associata ad una promessa: "Lascia il tuo clan e le tue sicurezze e va dove io ti indicherò... Ti darò una discendenza e una terra bella e feconda".Abramo crede e si mette in cammino.
Da rimarcare nuovamente che egli é ormai vecchio e sua moglie Sara sterile ed anziana anch'essa (molte donne di rilievo della Sacra Scrittura sono sterili, perché si manifesti la potenza di Dio e nessuno possa attribuire a sé la gloria di Dio); inoltre lasciare il clan e quelle pur poche sicurezze di cui disponeva significava rimanere praticamente indifeso. Senza contare le critiche e la derisione di quanti lo avranno tacciato quanto meno di essere un visionario.
Abramo, tuttavia, credette contro ogni evidenza e ciò gli fu accreditato come giustizia (Cfr Rm 4,18); anche se durante il cammino dovette avere crisi e dubbi, come ogni uomo. E infatti Dio dovrà rinnovare più volte la sua promessa per incoraggiarlo e sostenerlo: così di fronte alla visione della terra promessa, Canaan, abitata da popoli forti e bellicosi; così dopo che Abramo avrà avuto un figlio non con la propria moglie Sara, secondo la promessa di Dio, ma con la schiava Agar. Abramo, sostanzialmente, dovrà sperimentare che non é con la propria ragione che si compiranno le promesse, ma attraverso la potenza di Dio. Egli, in un certo senso, dovrà imparare a credere, poiché la fede non rappresenta una sorta di magia che sopravviene istantaneamente e non va più via, ma é qualcosa che si impara camminando nel corso della vita.
Dio, dal canto suo, é misericordioso e richiede sì ad Abramo la fede, ma é Lui garante fedele dell'alleanza. E le promesse si avvereranno pienamente: Abramo avrà una terra ricca e fertile ed un figlio, Isacco, il cui nome significa "risa", gioia.
Ora, Abramo può essere assunto, in un certo senso, a paradigma della nostra vita, la quale ha esigenza di una manifestazione da parte di Dio e conseguentemente di una risposta da parte nostra, capace di recepire le promesse di Dio e porsi in cammino verso la realizzazione di una fede adulta, Cristo stesso risorto dentro di noi. Se potessimo chiedere ad Abramo chi é Dio per lui, egli probabilmente non risponderebbe con formule filosofiche, né tanto meno con generici moralismi, ma sicuramente ci racconterebbe la sua esperienza e ci mostrerebbe quel suo figlio, narrandoci come da un uomo "impotente" e da una matrice sterile Dio ha saputo trarre la vita e la gioia. Ed é per questo che S. Paolo potrà dire agli Ebrei, che si vantavano di discendere da Abramo, che non si é figli di Abramo perché suoi discendenti secondo la carne, ma in virtù della medesima fede di Abramo. Così come,

d'altronde, non si é propriamente cristiani soltanto perché si é ricevuto il Battesimo da piccoli e si va a Messa tutte le domeniche, ma se si ha la stessa fede di Abramo.
Il quale rimase saldo nella fede, pur soffrendo, anche quando Dio richiese il sacrificio di Isacco, ciò che sembrerebbe una mostruosità. Dio in realtà non aveva promesso ad Abramo il solo Isacco, ma una discendenza numerosa (il popolo di Israele e conseguentemente la Chiesa stessa). Aveva iniziato pertanto a salvare Abramo partendo dai suoi presupposti, che erano il desiderio di avere un figlio e una terra, ma purificandone la fede e dandole nuovo impulso, non permettendo, in fondo, che questa si appiattisse e rimpicciolisse nella risoluzione di problemi materiali, mostrando una volta di più un disegno d'amore che va oltre l'umana comprensione. Perciò ad Abramo, che forse cominciava ad "idolatrare" questo figlio, Dio ne richiederà il sacrificio. Ma nello stesso tempo, provatane una volta di più la fede, provvederà Lui sull'altare del sacrificio un agnello, figura di Gesù Cristo, vera vittima sacrificale che inchioderà sul legno della croce, una volta per tutte, l'idolatria ed il peccato presente in ogni uomo.
Il Dio dell'Antico Testamento dunque é lo stesso Dio del Nuovo: se infatti chiede ad Abramo di sacrificare suo figlio, lo stesso Gesù affermerà chiaramente che chi non rinunzia a suo figlio, sua moglie, suo padre, sua madre, la sua stessa vita, non potrà essere suo discepolo, poiché in fondo é come porre qualcosa o la propria volontà al di sopra di Dio, costituendone di fatto un idolo. Lo stesso Gesù, pertanto, appare come un albero che fruttifica nel Nuovo Testamento, ma ha le proprie radici ben salde in tutta la storia di Israele.

PER UN VOCABOLARIO CRISTIANO

Anche la signora Nicla Filippi, dopo averci presentato la storia e le caratteristiche degli ultimi papi, si cimenta in una nuova rubrica attraverso al quale La Bacheca vorrebbe consegnare ai suoi lettori una specie di vero e proprio vocabolario della fede. Sappiamo tutti quanto difficile sia approfondire i contenuti della. Qui La Bacheca vorrebbe essere un sereno strumento, nel segno vorremmo dire di quella libertà della parola che impegna a conoscerne il significato e a viverne la responsabilità. La prima parola sulla quale La Filippi riflette è subito decisiva: amore. Appunto: che cosa significa "amore" nel vocabolario cristiano?

AMORE

E' un termine utilizzato per definire un sentimento intenso, totalizzante e tendenzialmente esclusivo rivolto verso un oggetto, un animale, una persona, un'entità soprannaturale, o anche verso un concetto o un'idea.

Nel Cristianesimo l'amore di Dio è la somma benevolenza del Signore verso le creature terrene. Secondo quanto riportato dalla Prima lettera di Giovanni (4,16), Dio stesso è Amore. Ma questa affermazione solleva numerose questioni: Dio, così grande, così puro, può abbassarsi ad amare l'uomo piccolo e peccatore? E se Dio si degna di amare l'uomo, come può l'uomo rispondere a questo amore con un amore? Quale rapporto esiste tra l'amore di Dio e l'amore degli uomini?
Tutte le religioni si sforzano di rispondere a queste domande, cadendo in uno dei due eccessi opposti: per mantenere la distanza tra Dio e l'uomo, relegare l'amore divino in una sfera inaccessibile o, per rendere Dio presente all'uomo, profanare l'amore di Dio in un amore del tutto umano.
A questa inquietudine religiosa dell'uomo, la Bibbia, dal canto suo, risponde con chiarezza: Dio ha preso l'iniziativa di un dialogo d'amore con gli uomini e in nome di questo amore, li impegna ed insegna loro ad amarsi gli uni gli altri.
Benché la parola amore non vi figuri, i racconti della creazione (Genesi capitoli 1-3) evocano l'amore di Dio attraverso la bontà di cui Adamo ed Eva sono l'oggetto. Dio vuole dare loro la vita in pienezza, ma questo dono suppone una libera adesione alla sua volontà, così Dio inizia il dialogo d'amore per la via indiretta del comandamento. Chiamando Abramo, scelto tra i pagani, a diventare suo amico, Dio esprime il suo amore sotto la forma di un'amicizia. Abramo lascia la sua patria dietro l'appello di Dio e per penetrare più a fondo nel mistero del timore di Dio che è amore, è chiamato a sacrificare il suo figlio unico e con esso il suo amore umano.
Mosè non deve sacrificare il proprio figlio, ma tutto il suo popolo è chiamato in causa dal conflitto tra la santità divina e il suo peccato.
Confidenti anch'essi in Dio, amati personalmente da un Dio la cui scelta li afferra e talvolta li dilania, ma li riempie pure di gioia, i profeti sono i testimoni dell'amore e dell'ira di Jahvè. Osea, Geremia ed Ezechiele poi, rivelano che Dio ama Israele come uno sposo, con un amore appassionato e geloso non ricambiato se non con l'ingratitudine e il tradimento. Ma l'amore gratuito di Dio è più forte del peccato, va oltre l'infedeltà: anche se soffre, perdona e ricrea in Israele un cuore nuovo capace di amare.
Dopo l'esilio, Israele, purificato dalla prova, scopre sempre di più che la vita con Dio è un dialogo d'amore: Dio non ama solo la collettività o i suoi capi, ma ogni creatura, ama il giusto, il povero e il piccolo, di un amore forte come la morte. Con la venuta di Gesù, Dio si fa conoscere, manifesta il suo amore in colui che non è soltanto il Messia Salvatore atteso, ma anche il suo proprio Figlio, colui che Egli ama. L'evento centrale del Cristianesimo, cioè la morte e resurrezione di Gesù, è proprio una prova dell'amore di Dio, la cui generosità raggiunge il culmine con il dono gratuito e definitivo di suo Figlio; l'amore è spinto all'estremo perché il mondo abbia la vita eterna. Gesù realizza così il dialogo finale con Dio e ne porta la testimonianza davanti agli uomini; la sua vita è interamente donata, non soltanto a qualche amico, ma a tutti, facendo il bene nel disinteresse totale e nell'attenzione per tutti, compresi i più disprezzati e i più indegni; sceglie gratuitamente quelli che vuole per farne i suoi amici.

Se il Calvario è il luogo dell'amore perfetto, il dono dello Spirito, effuso nella Pentecoste, crea nell'uomo un cuore nuovo, con un amore che incalza, da cui nulla può separarci e che ci prepara all'incontro di un amore definitivo. La parola amore ci lascia così intravedere il mistero di Dio trinità, il dono esterno e reciproco del Padre, del Figlio e dello Spirito.
E l'amore viene definito da Dio una delle più importanti caratteristiche per poter vivere: "*l'amore è paziente, è benevolo, l'amore non invidia; l'amore non si vanta, non si gonfia, non si comporta in modo sconveniente, non cerca il proprio interesse, non s'inasprisce, non addebita il male, non gode dell'ingiustizia, ma gioisce con la verità; soffre ogni cosa, crede ogni cosa, spera ogni cosa, sopporta ogni cosa. L'amore non verrà mai meno*" (1Cor 13, 4-10).
Per i cristiani l'amore per Dio e quello per il prossimo sono gli aspetti più importanti nella vita, quelli che le danno senso, i due comandamenti che riassumono gli altri e dai quali deriva ogni altra norma morale.
S. Agostino ha riassunto ciò nell'espressione "*Ama Dio e fa' ciò che vuoi*". L'amare Dio implica per il cristiano l'obbedienza alla sua volontà in vista di un bene superiore: la pace e l'amicizia con Dio e con gli uomini (beatitudine).
Dall'amare Dio deriverebbe inoltre l'amore per tutto il creato; in ogni essere umano c'è la presenza viva di Dio, in quanto creato a Sua immagine, che spinge chi Lo ama ad amare inevitabilmente ogni uomo.
Nella prima Enciclica del Papa Benedetto XVI (*Deus caritas est*), interamente dedicata all'amore cristiano, l'essenza del cristianesimo è l'amore come unica realtà, seppur con diverse dimensioni, data dall'unione di *eros* e *agape*, cioè amore mondano (passione) e amore fondato sulla fede e da essa plasmato (carità), amore ascendente e amore discendente, dimensioni mai separate completamente l'una dall'altra. Eros senza agape sarebbe puro istinto sessuale, agape senza eros toglierebbe alla carità quella spinta impulsiva di carità verso gli altri. L'amore divino, perché viene da Dio, ci unisce a Dio e, mediante questo processo unificante, ci trasforma in un Noi che supera le nostre divisioni e ci fa diventare una cosa sola, è un'esperienza dell'amore donata dall'interno, che per sua natura, deve essere ulteriormente partecipato ad altri. L'amore cresce attraverso l'amore. L'amore è opera della nostra libertà: non biologia, ma libertà. L'attrazione involontaria – "c'è chimica", si dice – viene trasformata dalla libertà in unione volontaria. Amore significa unione libera originata da un'attrazione subita. Si, l'amore è libertà, realizzazione della persona, superamento della solitudine.

Nicla Filippi

APPUNTI
SULLA DOTTRINA SOCIALE CRISTIANA

di Rocco Cifarelli

(Anche questa rubrica è una piccola cosa che nasce, ma che può avere grande seguito e grandi possibilità, specie nel nostro contesto storico-sociale dove non sempre la visione cristiana del sociale è cosa chiara ed è cosa riconosciuta come una possibilità originale. Ci serviamo della collaborazione intelligente di Rocco Cifarelli, un giovane avvocato il quale oltre che fiuto per la giurisprudenza, ha grande attenzioni ai fatti politici che legge e interpreta in dimensione cristiana)

IL BENE COMUNE

Il bene comune è uno dei principi fondamentali sui quali si basa la dottrina sociale della Chiesa.
In particolare, la Costituzione pastorale *Gaudium et spes* definisce tale principio come "l'insieme di quelle condizioni della vita sociale che permettono sia alla collettività sia ai singoli membri, di raggiungere la propria perfezione più pienamente e più celermente".
Il bene comune, innanzitutto, avendo la caratteristica della indivisibilità e potendo essere costruito soltanto con l'apporto di tutti, impone a ciascuno di noi di vivere "per" e "con" gli altri. Infatti, *il Compendio della dottrina sociale della Chiesa* ci insegna che "nessuna forma espressiva della socialità – dalla famiglia, al gruppo sociale intermedio, all'associazione, all'impresa di carattere economico, alla città, alla regione, allo Stato, fino alla Comunità dei popoli e delle Nazioni – può eludere l'interrogativo circa il proprio bene comune, che è costitutivo del suo significato e autentica ragion d'essere della sua stessa sussistenza" (n. 165). .
Ciascuno, pertanto, ha la responsabilità di contribuire alla costruzione del bene comune secondo le proprie capacità. Nessuno può sentirsi esonerato da tale alta responsabilità né può invocare la complessità dei problemi per tirare i remi in barca. Il Compendio ci ricorda che "il bene comune è conseguente alle più elevate inclinazioni dell'uomo, ma è un bene arduo da raggiungere, perché richiede la capacità e la ricerca costante del bene altrui come se fosse proprio" (n.167). Il cristiano, attraverso una presenza coerente nella vita di ogni giorno, deve avere il coraggio di portare nel mondo il patrimonio di valori contenuti nel Vangelo. La dottrina sociale fa parte integrante della vita di fede di ciascun cristiano e non può essere disgiunta dalla preghiera, dalla catechesi e dalla liturgia. Oggi più che mai, ad esempio, diventa essenziale l'impegno di ciascuno sul piano della difesa della vita, la quale va vista come un dono da accogliere e come una responsabilità da assumere. Tuttavia, la costruzione del bene comune richiede anche l'impegno della comunità politica. Quest'ultima, avendo l'arduo compito di conciliare tra loro gli interessi dei vari individui e dei vari gruppi, deve garantire la promozione integrale dell'uomo e il

rispetto dei diritti fondamentali. Le istituzioni politiche devono garantire i servizi essenziali e l'accesso delle persone ai beni necessari, affinché ognuno possa condurre davvero una vita dignitosa. A tal proposito, Pio IX ha detto con forza che "bisogna procurare che la distribuzione dei beni creati, la quale ognuno vede quanto ora sia causa di disagio, per il grande squilibrio fra i pochi straricchi e gli innumerevoli indigenti, venga ricondotta alla conformità con le norme del bene comune e della giustizia sociale. .

In definitiva, la vera costruzione del bene comune non può prescindere dalla considerazione dei fini ultimi della creazione e della persona. Il Compendio con particolare acutezza ci insegna che "la nostra storia – lo sforzo personale e collettivo di elevare la condizione umana – comincia e culmina in Gesù: grazie a Lui, per mezzo di Lui e in vista di Lui, ogni realtà, compresa la società umana, può essere condotta al suo Bene sommo, al suo compimento. Una visione puramente storica e materialistica finirebbe per trasformare il bene comune in semplice benessere socio-economico, privo di ogni finalizzazione trascendente ovvero della sua più profonda ragion d'essere" (n. 170).

ESPERIENZE ED ATTUALITA'

MORTI SULLE STRADE: BASTA!

In questi giorni sulle strade della mia città abbiamo vissuto un altro tragico week-end di sangue sulle strade, altre vite spezzate. Quattro in un colpo solo. Non avevano bevuto stavolta, non andavano neppure forte, però l'orario non è certamente di quelli più semplici: alle cinque della mattina è sempre difficile essere svegli e lucidi.

Ognuno di noi ha perso un parente, un amico, in queste stragi sulle strade che avvengono costantemente. Tale ecatombe ha le caratteristiche di una vera e propria guerra.

Adesso si piange, poi tra qualche giorno tutto sarà passato e magari nel prossimo fine settimana ascolteremo le stesse tragiche notizie.

Non posso più accettare questo stato di cose. Mi irrita. Non riesco a capire come si viva incuranti di un pericolo, senza considerare che in un solo gesto la nostra vita può finire. Passiamo dalla gioia della festa all'incubo della fine in un batter d'occhio. Eppure nessuno di noi ci riflette più. Solo lacrime, lamenti, silenzi.

Propongo due semplici riflessioni.

La prima consiste nell'utilizzo della macchina, che sta diventando sempre più uno status symbol. Nell'automobile, oggi, viviamo molte ore al giorno e, specie nelle grosse città, si assiste ad un vero e proprio stress da guida. La macchina potente, in specie, diventa l'occasione per far vedere agli altri la propria forza economica, manifestare che siamo importanti e abbiamo molti soldi. Più un'automobile è veloce, più ci si sente onnipotente.

La seconda analisi riguarda il week-end, dove assistiamo a fenomeni sconvolgenti specie verso sera, quando le minime regole di sicurezza stradale vengono infrante.
Lo dico con schiettezza: al sabato sera dopo le 11 comincio ad aver paura ad andare in macchina, perché vedo persone completamente fuori di se.
Abbiamo dei mezzi potentissimi che possono diventare delle autentiche bombe laddove usate senza cervello.
Un colpo di sonno, una eccessiva bevuta e via stragi continue, che purtroppo coinvolgono vittime innocenti.
Fermiamoci, cominciamo a riflettere sui mezzi che possediamo, pensiamo agli altri e alla loro incolumità, perché la macchina non è un film: l'errore è pagato a caro prezzo.
Torniamo ad essere la civiltà dell'essere e non solo dell'apparire, poiché la vita non si lega ad una macchina grossa da lanciare in modo spericolato, ma a relazioni umane autentiche e significative.

Don Luigi Trapelli

OPINIONI

DISAGIO SOCIALE O CRISI DELL'EDUCAZIONE?

Non si è mai parlato tanto di educazione, eppure mai come oggi si è lamentata l'impotenza educativa. Da una parte non si finisce di sottolineare come la crisi della famiglia rende questa ormai poco affidabile nel suo ruolo educativo. Dall'altra si fa presente, come spiega un direttore della nostra Media inferiore, che "la scuola da sola non è purtroppo in grado di affrontare veramente la situazione". In un dibattito su un canale televisivo ticinese un interlocutore si domandava a sua volta come mai, per fermare comportamenti violenti di alunni, si ricorre con sempre maggior frequenza direttamente alla polizia. Il ricorso alla quale è certamente un segno inequivocabile dell'impotenza educativa qui in questione. Ci perdiamo dunque in un continuo rimpallo di responsabilità e siamo sempre più incerti su chi sia o debba essere il titolare del ruolo educativo.
Occorre quindi domandarsi anzitutto se il disagio, con cui si cerca di spiegare le attuali manifestazioni di violenza giovanile, non sia l'effetto, piuttosto che la causa, di questa incertezza o difficoltà di educare. Se non addirittura della nostra abdicazione a educare. Lo psicologo comasco Gabriele Stampa sostiene infatti che sia la crisi dell'educazione o carenza educativa (e non viceversa) a gettare i ragazzi nella mischia troppo presto senza che vengano rispettate le necessarie tappe adolescenziali, in modo che essi crescono troppo in fretta e si trovano di fronte a situazioni e stimoli che non sono pronti ad affrontare. Per cui è molto facile che rispondano con gesti inconsulti, distruttivi e autodistruttivi.

D'altra parte il sociologismo dominante continua erroneamente a intendere il disagio giovanile sempre e solo come dovuto a mali sociali, mentre si tratta di malessere esistenziale. Si tratta in gran parte di irrisolte crisi adolescenziali, come sempre più emerge da analisi non conformiste. E proprio tale sociologismo dovrebbe essere considerato uno dei maggiori imputati dell'attuale crisi o paralisi educativa. Anche perché, dal momento che per esso la soluzione di ogni altro problema (anche educativo) dipende pregiudizialmente dalla soluzione dei problemi sociali, non viene riconosciuta una vera autonomia all'educazione dell'individuo. La quale viene perciò sacrificata e scoraggiata.
Torniamo, per esempio, al caso della scuola che ricorre all'intervento della polizia. *"Scuole senza regole, intervenga il prefetto. Allarme dei presidi. "* titolava qualche tempo fa il *Corriere della Sera*. Qui si parla, come si vede, di "mancanza di regole" e non dei soliti mali sociali. Si parla, si potrebbe chiosare, della vendetta perpetrata dalla "repressione", che, essendo stata cacciata anche in dosi omeopatiche dalla porta (rappresentata dalla pedagogia), sta cercando di rientrare in dosi massicce dalla finestra (rappresentata dalla polizia). Perché insomma meravigliarci tanto dei gravi episodi d'illegalità sempre più frequentemente registrati negli stessi istituti scolastici, se rifiutiamo ormai di assegnare la dovuta importanza al ruolo insostituibile svolto dalle "regole" (dall'assunzione dell'abitudine a rispettarle) nel processo educativo, fino a legittimarne l'assenza? Bisogna educare al (e mediante il) rispetto delle regole. "Non fosse che – come spiega Marcello D'Orta – per abituare i ragazzi a quelle che fra non molto la società gli imporrà."
Il rispetto delle regole implica inoltre quel rispetto di sé e degli altri non conseguibile altrimenti. Già Max Horkeimer (dunque tanti anni fa), sulla base di un'inchiesta dell'Istituto di Francoforte, rilevava (contro l'ideologia della cosiddetta educazione antiautoritaria) che i ragazzi non educati in famiglia e nella scuola a qualche forma di disciplina o autodisciplina "sono quelli che danno addosso al debole ed esaltano il forte". Sono quelli che sviluppano "predominanti caratteri autoritari" e fanno proprio in seguito il culto di modelli politici antidemocratici. Non entra forse in questo identikit pure l'ormai fin troppo chiacchierato bullismo?! Per non parlare di naziskin, ecc.
Non si può poi uscire dall'attuale incertezza educativa, senza rispondere finalmente in modo non equivoco alla domanda: "A chi spetta la responsabilità di educare? " Lo stesso ricorso sempre più massiccio anche nel campo educativo agli esperti (soprattutto sociologi e psicologi) può essere, almeno paradossalmente, inteso come un segno di tale incertezza. D'altra parte questo metterci nelle mani di esperti e specialisti viene inteso in genere come un affidarsi alla scienza. Ma è sostenibile una scienza perseguita a prezzo della nostra responsabilità? E poi, rimanendo alla funzione educativa, non costituisce questa piuttosto un'arte che una scienza? La scienza non ci dice nulla a proposito dei fini o valori. Gli esperti ci possono illuminare sui mezzi, non sui fini. Per dirla con Dario Antiseri, "i valori non si fondono sulla scienza: essi trovano fondamento sulle nostre *scelte di coscienza*". Ora, da una parte i "valori" fanno riferimento ad altri ambiti simbolici e operativi rispetto alla scienza che è a-valutativa: quali la religione, l'arte, la filosofia, l'etica (o ambito

della responsabilità), le tradizioni storico-culturali, ecc. E naturalmente l'ambito educativo.
D'altra parte "coscienza" sta per responsabilità. Non possiamo alienare la nostra coscienza, cioè la nostra responsabilità (educativa), alla scienza e agli esperti, cui non compete stabilire i valori e quindi i fini dell'educazione. Come non possiamo alienarla allo Stato: e lo sappiamo troppo bene dopo la dispotica esperienza dei regimi totalitari. Il ruolo educativo appartiene insomma inalienabilmente a noi adulti nell'ambito della famiglia e della scuola. In particolare appartiene originariamente ai genitori. I quali, come spiega Hannah Arendt, "non si limitano a chiamare i figli alla vita, facendoli nascere, ma allo stesso tempo *li introducono in un mondo*." E di tale ruolo i genitori devono rendere conto, come giustamente ricordò il presidente francese Jacques Chirac ai genitori dei ragazzi che mesi fa misero a soqquadro i sobborghi di Parigi.
Invece abbiamo finito per inseguire formule volte a codificare l'alienazione o il rinvio della responsabilità educativa. Come, per esempio, "insegnare ai genitori a fare i genitori". E ci siamo dati a invocare quella "educazione degli adulti", che H. Arendt ci esorta giustamente a respingere perché "chiunque voglia *educare* gli adulti, in realtà vuole farsi loro tutore: l'educazione è il pretesto, fine autentico è una coercizione che non fa uso (come nei regimi totalitari) della forza".
Del resto pare anzitutto, come afferma il direttore di scuola Media già citato, che nemmeno "l'introduzione massiccia di figure specialistiche risolve al fondo il problema (educativo)". Anzi non manca chi, come lo scrittore Luca Doninelli, non esita a recriminare che "la legge della giungla nelle scuole vige e prospera grazie anche a psicologi e sociologi". Inoltre la tutela degli esperti sugli adulti, che hanno alienato a quelli la propria responsabilità (educativa), non ha qualcosa della dittatura ideologico-tecnocratica illustrata da Orwell in "1984"? E, se H. Arendt vide giusto, a proposito del processo Eichmann, nel denunciare la *banalità del male*, non fu perché sostenne che il male è frutto proprio dell'alienazione delle nostre responsabilità in mano d'altri?

Giuseppe Laperchia

LA FRASE

"Fuggi la reggia se vuoi mantenerti virtuoso. La virtù e il potere non sono mai andati d'accordo. Nella reggia, chi è incapace di far del male, prima o poi lo patisce necessariamente" (Marco Anneo Lucano).

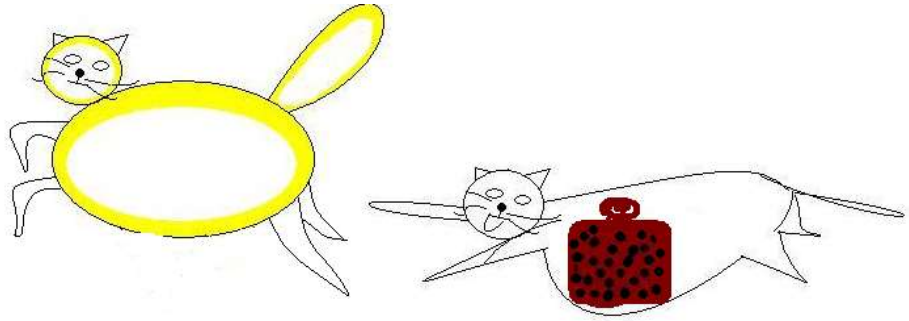
NUTRIRSI BENE PER VIVERE MEGLIO

LIPIDI

I lipidi o grassi sono sostanze organiche molto particolari. Riportiamo due caratteristiche principali dei lipidi:

- sono insolubili in acqua
- sono costituiti prevalentemente da atomi di C e H che formano lunghe catene.

Frantumando le molecole dei lipidi si ottiene energia, analogamente a quanto abbiamo visto per gli zuccheri.

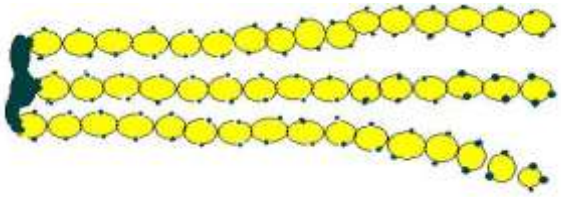


I lipidi sono la **riserva energetica** utilizzata soprattutto dal regno animale, appunto perché più leggeri degli amidi e poi perché a parità di peso forniscono il doppio di energia. Il tutto è motivato dalla necessità per gli animali di garantirsi un facile spostamento!

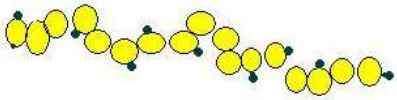
C'è tuttavia da precisare che il nostro organismo possiede anch'esso riserve energetiche sotto forma di zuccheri complessi simili all'amido: il **GLICOGENO**. Questo è accumulato nel fegato e in misura minore nei muscoli e rappresenta l' energia di " PRONTO UTILIZZO" per le emergenze (un leone, dopo aver faticato per catturare uno gnu, divora per prima cosa il fegato dell'animale, che è pieno di glicogeno; esso servirà a rimpiazzare le riserve di zuccheri che ha dovuto consumare nella fuga e per lo sforzo intenso).

Il fegato, normalmente , quando per un qualsiasi motivo si verifica un calo di glicemia (IPOGLICEMIA) stacca molecole di glucosio dal proprio glicogeno e le riversa nel sangue in modo da mantenere la glicemia a livelli costanti. Viceversa, in caso di IPERGLICEMIA, che significa eccesso di glucosio nel sangue, il fegato tende a sottrarre molecole dal sangue e ad immagazzinarle sotto forma di glicogeno oppure a trasformarle in grassi e trasferirle poi nei tessuti adiposi. In conclusione il fegato, agendo con lo stesso meccanismo di un "termostato", mantiene costante il livello

della glicemia. Mantenere un sufficiente buon livello della glicemia è di fondamentale importanza, poiché tutte le cellule attingono dal sangue gli zuccheri necessari; inoltre vi sono cellule, come ad esempio quelle del cervello, che ne hanno bisogno in continuazione. Ciò è dimostrato dal rapido declino delle funzioni cerebrali e nervose in condizioni di IPOGLICEMIA, quando cioè il glucosio nel sangue scende al di sotto dei 50 mg/dl: in tale situazione avvertiamo il cosiddetto "calo di zuccheri".Altre cellule, anch'esse molto bisognose di zuccheri, come le cellule muscolari, sono invece in grado di accumulare al loro interno piccole quantità di glicogeno, che all'occorrenza (come nello sforzo improvviso) consumano e subito dopo ricostituiscono.
Ritornando ai lipidi, essi possono essere rappresentati come lunghe catene di atomi di carbonio, a ciascuno dei quali sono legati due atomi di H. E' questa la struttura dei **grassi animali** (grasso del prosciutto, della carne, burro, ecc.). A temperatura ambiente hanno una consistenza *solida*. Ecco come possiamo immaginare una molecola di trigliceridi:



Nei lipidi di origine vegetale, invece, non tutti gli atomi di carbonio hanno ciascuno 2 atomi di H:

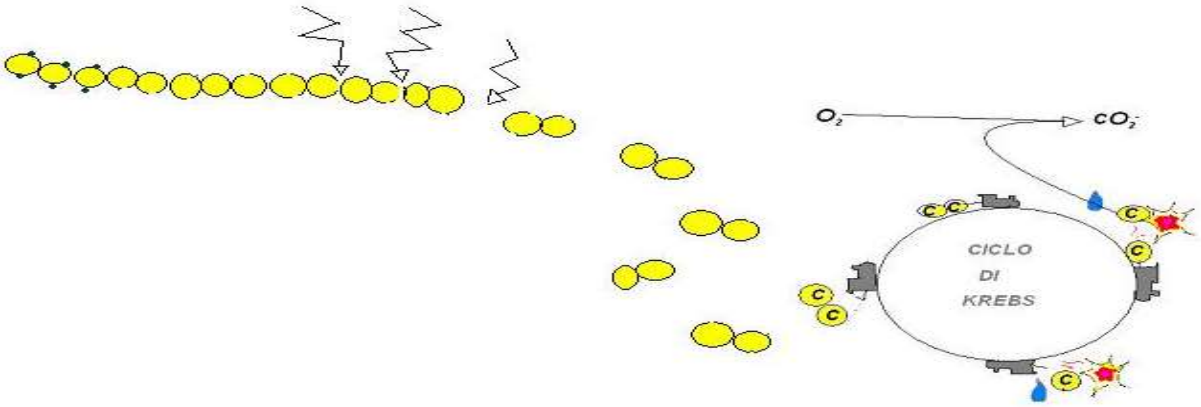


Sono i cosiddetti **grassi "INSATURI"** (ossia grassi i cui atomi di carbonio non sono tutti saturati da legami con atomi di H. Questi grassi, a temperatura ambiente, si presentano di consistenza *liquida* (gli **oli**).

N.B.

Le **margarine** sono grassi di origine vegetale, quindi grassi che originariamente sono insaturi e poi vengono "idrogenati", ossia resi saturi attraverso dei procedimenti chimici; ecco perché la loro consistenza è solida: in pratica, pur derivando dai vegetali, hanno la stessa struttura dei grassi animali.

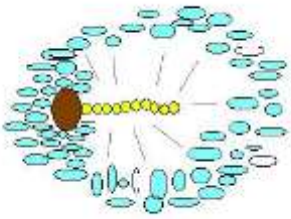
A seconda del bilancio energetico, l'eccesso calorico derivante dal cibo viene accumulato sotto forma di grasso negli ADIPOCITI, che sono le nostre cellule

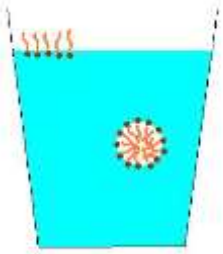


adipose. Quando invece occorre energia i grassi vengono liberati e messi in circolo a disposizione delle cellule, esattamente come avviene per gli zuccheri. Entrata nella cellula, la catena lipidica viene frantumata e gli atomi di carbonio a due a due entrano nel ciclo di Krebs, purché siano presenti anche gli zuccheri. E' proprio il caso di dire che i grassi possono essere "bruciati" solo se c'è la "fiamma" sufficiente determinata dalla combustione degli zuccheri. Ecco perché diete esclusivamente lipidiche e povere di carboidrati possono essere deleteriee creare gravi disturbi.

Esistono altre forme di lipidi:

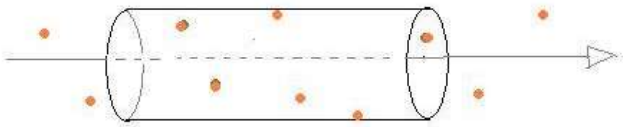
- i FOSFOLIPIDI, che per la loro ambivalenza (hanno un'estremità solubile in acqua e l'altra insolubile) *sono* estremamente importanti nella formazione di strutture cellulari, come le membrane



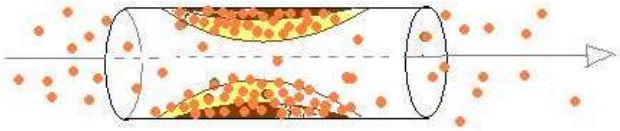


- il COLESTEROLO è un grasso molto particolare: ha una struttura ad anelli (come quelli del logo olimpionico) ed è contenuto principalmente nei seguenti alimenti: carni animali, formaggio, tuorlo d'uovo... Il nostro organismo, oltre ad assorbirlo dai cibi, è in grado di costruirlo da sé. Infatti, a partire dagli acidi **GRASSI SATURI** (quello dei trigliceridi), il fegato riesce a produrre il colesterolo, importante elemento strutturale della membrana cellulare (ne costituisce circa il 25%), che è anche la base per costruire alcuni importanti ormoni come il *cortisolo, gli estrogeni e i progestinici*. Il colesterolo contenuto nel sangue, a determinate concentrazioni, garantisce a tutte le cellule il fabbisogno "plastico" per costruirsi la propria

membrana. Quando però è in eccesso nel sangue, esso si accumula sulle pareti dei vasi arteriosi e può a lungo andare determinarne l'ostruzione (la cosiddetta *aterosclerosi obliterante*). Ecco il motivo per cui dovremmo limitare il consumo di grassi saturi (da cui come abbiamo detto il fegato costruisce il *colesterolo endogeno*) e di alimenti ad alto contenuto di colesterolo (il cosiddetto *colesterolo esogeno*)



Il sangue con eccesso di colesterolo si comporta come un'acqua ricca di calcio, che per il troppo calcare tende ad ostruire le tubature dell' impianto idrico.



Giuseppe Polino e Roberto Pacini

POLIZIA DI STATO:
RACCONTI PARALLELI

di Giovanni Landi

LE LACRIME DELLA MADONNINA

Di statuine o effigi della Madonna che lacrimano, tutti ne hanno sentito parlare. Il fenomeno si è verificato in varie località, in tempi diversi e nelle condizioni più disparate.
Ha lasciato commossi e stupefatti i credenti ed increduli i non credenti, ma sempre ha toccato le coscienze di quanti l'hanno osservato. Al cospetto di un evento che abbaglia la comune ragione e che la scienza tenta di spiegare con argomentazioni non del tutto convincenti si rimane confusi e deboli.
I conseguenti atteggiamenti e le conclusioni che se ne traggono appaiono diversi e contrastanti: è il divino che si manifesta? È un raggiro? lo non sono in grado di pronunciarmi al riguardo, posso però affermare che fatti della specie non lasciano indifferente neanche il più cinico e scettico degli uomini. Perché tanta certezza? Ve lo spiego.
Per fortuita combinazione ebbi modo di seguire da presso un "miracolo" analogo nei lontani anni '50, in un paesotto del sud.
Era - ed è tuttora - un popoloso ed operoso centro rurale con buone prospettive di sviluppo. La vera ricchezza del territorio era l'ubertosità del terreno, duttile alla zappa ed alla vanga, pregno di umori vitali e di sostanze minerali per via delle piogge di lapillo eruttate dal vicino Vesuvio nel1946. I raccolti erano vari ed abbondanti ma, vuoi per le inique condizioni dei contratti di mezzadria all' epoca ancora in auge, vuoi per eccedenza di manodopera e la scarsità di posti di lavoro esisteva una vasta sacca di povertà: braccianti agricoli padroni solo di sè stessi e dei modesti attrezzi di lavoro.
Proprio fra questa gente umile e semplice che viveva il calvario dell'esistenza tra privazioni e speranze, si verificò il fatto straordinario.
L'effige di una Madonnina, incorniciata in un semplice listello dorato, sistemata in camera da letto in cima alla spalliera del talamo, a proteggere il sonno di una coppia di sposi e della numerosa tenera prole, incominciò a lacrimare. Non molto in verità, ma tanto quanto bastò per essere notato. Ne rimase traccia su una guancia e sul mantello di un celeste sbiadito.
Gli occupanti della catapecchia - brava e timorata gente secondo l'opinione del vicinato - notati i segni del miracolo furono colti da indicibile confusione mentale. Dal loro basso sciamarono in strada gridando a squarciagola “la Madonna piange…Miracolo…la Madonna piange “.
Ci volle poco a scombussolare la vita nel modesto agglomerato di casupole ed ancor meno a mettere in fermento tutto il paese . La notizia si sparse a macchia d'olio.
Come un tam-tam le voci passarono da una bocca all'altra, dai balconi, dalle terrazze, ai crocicchi delle strade.
In un battibaleno la voce arrivò fino alle città ove giornali, reporter e inviati speciali si posero sul piede di guerra attivando una cassa di risonanza di portata nazionale.
Dal modesto centro rurale si diramavano notizie che avevano dell'incredibile; non si sa se esagerate dall'ardore della fede od inventate di proposito e di sana pianta:
"Carmela cammina", "Pasquale ci vede", "Assuntina non ha più i dolori alle gambe".

Voci incontrollabili la cui fonte rimaneva molto vaga: la casa del miracolo o le sue adiacenze.
L'onda di ritorno delle richieste di conferme, di puntualizzazioni, di precisazioni generava altro fermento: "Dove?", "Come?", "A casa di chi?", "Il Vescovo è stato informato?", "Le autorità che dicono?". Le risposte erano di conferma piena ed anticipavano fatti sempre più straordinari. Coi miracoli non si tentenna: i "forse" ed i "quasi" che avrebbero potuto stemperare l'esaltazione generale erano banditi dai notiziari popolari.
Anche i maggiorenti del paese, professionisti seri e stimati, furono sollecitati a vedere ed a far sentire il loro parere.
Con il "borsalino" in mano in segno di omaggio e deferenza all'incognito - non certo allo zappaterra - varcarono l'uscio del terraneo. Osservarono e, muti, ritornarono sui loro passi.
La Madonnina piangeva! Certo! Quale conferma poteva essere più convincente della commozione che blocca le corde vocali? Le persone di rispetto del paese avevano assentito tacendo!
La processione di visitatori fu intensa e continua per settimane e settimane. I segni di venerazione e di sentimenti di amore e pietà suscitati si traducevano in obolo lasciato ai piedi del letto.
In concomitanza di questi fatti straordinari si attivò anche un mondo parallelo di profittatori, di imbroglioni e di predatori, dotati di un fiuto speciale per capire dove e come fare affari.
Appunto dove si manifestano fatti prodigiosi ed a danno degli ingenui che vi accorrono per ammirarli. È quel che successe anche nel paesotto rurale del sud.
Non mancarono all'appuntamento nemmeno gli imbroglioni con il trucco delle tre carte: "carta vince-carta perde". Le puntate degli immancabili compari, camuffati da poveri Cristi in cerca di fortuna, tutte concluse a danno del "banco" demolivano la diffidenza dei villici, convinti della possibilità di un facile guadagno senza rischi. I loro tentativi, però, andavano sistematicamente a vuoto sicché sudatissime lirette passavano lestamente nelle mani dei truffatori.
Quanti merli furono spennati!
Insomma, in groppa alla notizia del miracolo delle lacrime della Madonnina arrivarono affaristi d'ogni risma che attinsero a piene mani.
Intanto la fiumana di gente presentava alla Madonnina la sua sacrosanta richiesta. Per lei si era scomodata ed aveva fatto chilometri e chilometri e poi aveva atteso ore ed ore per invocare il suo aiuto: "Ti prego Madonnina fai sposare Mariuccia", "Proteggi Tonino. Che non cada nelle mani della polizia", "Fai prosciugare il pozzo del terreno di Gennaro", "Ho assoluto bisogno di denaro. Stanotte dammi tre numeri buoni", "Fai uscire Gigino dalla galera", "Michele mette l'acqua nel vino. Fagli ritirare la licenza", "Il padrone di casa è un fetentone. Fallo crepare subito", "Lo spirito di Angelina deve tormentare il riposo di quello sciagurato del marito che l'ha fatta morire di crepacuore", "Fai vincere le elezioni comunali a Ninuccio", "Vincenzo vuole fare il corso di brigadiere. Aiutalo", "Che piacere se donna Carmela spendesse un pò dei suoi soldi in farmacia. Sc succede ti porterò una candela alta un metro". E come queste una sfilza d'altre preghiere perchè Tizio ottenesse tutto e Sempronio non ottenesse nulla. Per non parlare della consueta nenia che stancherebbe anche... la

Madonna: "dammi la salute, dammi i quattrini" ripetuta all'infinito anche da chi era sano come un pesce e da chi di ricchezza ne era provvisto abbondantemente. Ma proprio e soltanto in questa frettolosa prece si poteva avvertire il filo conduttore di un comune destino di fragilità ed egoismo che accosta le povere creature umane.
Dopo tanto fervore la passione generale andò via via scemando. I primi miracolati s'erano dissolti come neve al sole. Esistevano veramente? Nuovi segni di grazia celeste tardavano a palesarsi. Mariuccia non s'era sposata; nè all''orizzonte apparivano pretendenti. Troppo da baldracca i suoi trascorsi. Il pozzo di Gennaro non si era prosciugato. (Gigino era rimasto in galera. Michele continuava impunemente ad annacquare il vino e la licenza non gli veniva ritirata. Le altre richieste d'intercessione restavano parimenti inascoltate. Evidente, quindi, che la Madonnina aveva rivolto altrove il suo sguardo misericordioso.
La suggestione che prima s'era sparsa fulminea come un contagio adesso operava in senso inverso. Dalla casa del miracolo o dalle adiacenze partiva la voce che smorzava i residui entusiasmi: "No, comare, è inutile arrivare fin là, tanto la Madonnina non lacrima più". I bancarellai e gli imbroglioni smobilitarono in fretta e furia in cerca di piazze nuove e più redditizie. Alle loro spalle rimase un senso d'abbandono e disordine. Sarcasmo ed ironia accoglievano i tardivi pellegrini. Lapidare la speranza è un peccato grave ed inutile.
Il ghetto tornò quello di prima: un agglomerato di bicocche con meste figure che all'alba, in fila indiana, con la zappa in spalla ed un panno annodato con la merenda andava a lavorare e, al tramonto, le stesse figure fare la strada all'inverso con qualcosa in più: una ruga più marcata, una maggiore mestizia, la pelle ancor più scurita dal sole.
Sono tornato dopo qualche anno in quel paesone.
Del prodigio e del clamore che aveva suscitato sopravvivevano piccoli indizi senza significato: un'inutile segnaletica stradale (divieti, sensi obbligati, ecc.) allestita dall'amministrazione comunale in gran fretta all'epoca dell'evento e frecce di marmo cementate nei muri, in alcuni punti strategici, con la scritta "Alla Madonnina".
Nient' altro.

DALLA PAROLA ALLA PAROLA

attraverso le parole

di Antonello Mei

CARITARE O SCARICARE?

E' per me un onore,che penso di non meritare, entrare a far parte de "La Bacheca", ma vista la fiducia che mi è stata accordata comincio con piacere ed emozione, in questo numero, la mia collaborazione con questa rivista.

“L’inverno ha inizio nel momento in cui il sole entra nella costellazione del Capricorno. Simbolicamente il Capricorno è legato alle vette, ai picchi rocciosi, ma anche alle caverne profonde, alle grotte che si aprono nelle viscere della terra. E’ nelle proprie viscere che la donna porta e forma il bambino”. Questo periodo mi spinge a fare una riflessione sulla nascita del Fanciullo divino che c’è in tutti noi e che se, senza l’aiuto di Madre terra, rifiutiamo siamo più portati a scaritare o scaricare.

Parto (in tutti i sensi) da una vicenda personale, per far meglio comprendere questo articolo, che potrebbe sembrare fuori tema rispetto all’incarico che mi è stato dato: scrivere di psicologia per la rivista.

Mia moglie ed io siamo in attesa di una bambina; ora, in questo periodo di gioia per una coppia in via di formare una famiglia, gli appuntamenti con i medici si intensificano soprattutto nelle prime settimane della gravidanza. In una di queste visite che valutano l’accrescimento e la salute del bambino ci è stato comunicato che la bambina presentava una anomalia di accrescimento di una struttura cerebrale; i ventricoli, che all’esame ecografico erano di dimensioni ‘ai limiti della norma ’ ma troppo grandi per l’età di vita del feto. Si prospettava un difetto oltre che nell’anatomia, una idrocefalia (quei bambini con una testa molto grande), anche nella funzionalità relazionale per un ‘difettoso ’ funzionamento delle abilità del bambino . Il classico mostriciattolo rifiutato da tutti per il ‘ bene ’ della società. C’è da chiedersi se il cattivo funzionamento lo in-generiamo noi scaricando/scaritando la responsabilità di amare o da un reale malfunzionamento di strutture cerebrali dell’essere umano.

Dopo una serie impressionante di analisi e consulti con ‘Professoroni’ e medici ci è stato fatto ‘velatamente’ capire che eravamo ancora in tempo per commettere un omicidio,scusate interrompere la gravidanza perché è politically correct(!), prima di tutto della famiglia in ‘statu nascendi’ e poi di una creaturina indifesa che non poteva dire la sua.

Di qui un pensiero: come persone e come professionisti è bene sapere che la parola fino a che è dentro di noi possiamo controllarla, una volta pronunciata apparentemente non ne siamo più responsabili; e qui viene il caricarsi/caritarsi da parte del professionista della situazione subclinica, in assenza di certezze cliniche.

I medici e tutti noi dovremmo avere una profonda cognizione della scienza della suggestione. Raramente si trovano medici sinceri e comprensivi. Coloro che non hanno conoscenza del valore della suggestione; essi talvolta uccidono i loro pazienti, impaurendoli senza che ne esista la necessità.

In un caso di pura e semplice tosse il medico dice: “Mio caro, ti sei preso una bella affezione da TBC. Devi recarti in Svizzera a Vienna. Devi sottoporti ad una cura antitubercolare”. Il povero paziente è atterrito, sgomento. In realtà si tratta di una semplice indisposizione: solo un po’ di catarro dovuto ad esposizione al freddo. Nel caso di una diagnosi così catastrofica, il paziente può davvero ammalarsi di tisi, proprio a causa del terrore e della paura, che il medico gli ha trasmesso con una errata suggestione. Alcuni ricercatori californiani hanno provato come sia molto potente l’effetto placebo o della suggestione di un farmaco perfettamente innocuo e privo di

qualsiasi efficacia contro una malattia in comparazione con un altro farmaco che ha un effettiva indicazione per la malattia stessa.
Il medico avrebbe dovuto rivolgersi in questo modo: "Non è nulla. E' un semplice raffreddore. Domani passerà tutto. Fai delle inalazioni con olio di eucaliptus". Un dottore di questo genere è una benedizione, Dio stesso! E' possibile che un dottore dica: "Bene, se dirò così, perderò la mia clientela. Non potrei fare strada in questo mondo". E' un errore, poiché è solo la verità che alla fine ha il sopravvento; quanto più saranno/saremo gentili e 'caritativi' tanto più saranno/saremo apprezzati dai loro pazienti/amici/familiari con grande vantaggio della carriera e della nostra stessa vita.
Tornando alla Natura, durante tutto il resto dell'anno, la natura è in grande attività, ma all'avvicinarsi dell'inverno molti lavori si fermano, i giorni si accorciano, le notti si allungano, ed è il momento del raccoglimento e della riflessione. E' questo acquietarsi de tutta la natura che ci permette di penetrare nelle profondità del nostro essere 'caritativi', se vogliamo, e per la nascita del Fanciullo divino.

L'ANGOLO DELLA POESIA

AVVISO AI NAVIGANTI
di Marco Masolin

PROSPETTIVA NEWSKIJ

In questo paese sfregiato dal cemento e dal bitume
c'è un bar in fondo ad un vicolo buio
con sopra un lampione sempre rotto
e le finestre delle case sempre chiuse.
Ed al termine di quel vicolo c'è una piazza
piccola e spoglia, come un'arida prostituta,
che sembra attendere da sempre, e senza successo,
i passanti che non si concedono mai chiusi come sono
dentro i loro silenzi e le loro banali sicurezze.
Eppure sta lì quella piazza bianca e sporca,
con le aiuole bucate piene di polvere rugginosa
e con la fontana sbrecciata, pallida caricatura di una sorgente
che da tempo ha smesso di suonare il dolce mormorio dell'acqua.
Eppure in quel crocevia di noia e di abbandono è nata,
come d'incanto, una parete gialla come il sole,
viva con quei suoi raggi spalancati sull'azzurro
concreta prova che oltre quei muri, oltre il silenzio,
c'è la vita e basta solo avere il coraggio
di afferrarla con mani sincere e veloci.

Una prospettiva, la prospettiva di Newskji inventata,
raccolta là, su quel muro sbrecciato tinto di giallo,
un ricordo lontano di chi sognò e subito dopo
chiuse gli occhi ai sogni per aprirli su di un monotono ronzare di vita
fatta di quotidiane voglie mai saziate e di ferite sempre riaperte.
Bella sei, prospettiva Newskji, ed anche se già so che non fuggirò
da questo vicolo cieco fatto di alcool e silenzi
tu mi fai capire che oltre questo muro c'è qualcosa
e qualcuno che mi aspetta anche se non mi troverà
lungo i sentieri calcinati della vita.

CATECHISMO ESSENZIALE DELLA CHIESA CATTOLICA

5×5
DOMANDE E RISPOSTE
di Marco Erga

Che cosa significa Parola di salvezza per eccellenza?
Parola di salvezza per eccellenza significa che Gesù Cristo è il volto definitivo di Dio. Se prima di Lui tutto era indirizzato a Lui, dopo di Lui tutto spiega Lui.

Ci possiamo aspettare qualcosa di nuovo da parte di Dio dopo Gesù Cristo?
No, dopo Gesù Cristo non ci possiamo aspettare da parte di Dio più nulla di nuovo. Egli è la Parola ultima e definitiva.

Che cosa comporta il fatto che Gesù Cristo è la Parola di Dio ultima e definitiva?
Comporta che ci si salva nel nome di Lui e per la conoscenza di Lui.

Chi riguarda la salvezza?
La salvezza riguarda tutti gli uomini.

Che cosa comporta il fatto che la salvezza riguardi tutti gli uomini?
Comporta il fatto che tutti gli uomini debbono poterLo conoscere. Da qui nasce la natura missionaria del cristiano.

LETTERE IN REDAZIONE

(a cura di P. Franco Stano)

"Carissmo Direttore, sento dire che la più parte dei delitti accade nell'ambito della famiglia. Questa cosa mi tormenta, perché se fosse vera delle due l'una: o la famiglia è altra cosa rispetto a quello che ho sempre creduto fosse, il baluardo naturale della società, verte veramente in una crisi dalla quale non potrà riaversi mai più. Lei che ne pensa?" (Angelo Redimenti).

Carissimo signor Angelo, che dirle? Forse c'è una terza alternativa. Forse qualcuno ama presentare la famiglia in un certo modo per creare i presupposti di un suo sfaldamento definitivo. Non so se sia così o se così possa essere. Credo che una certa aggressione nei riguardi dei valori tradizionali della nostra convivenza abbia una sua logica sottile e anche cattiva. Far passare l'idea che finora si è sognato gonfia la consapevolezza di essere finalmente e fieramente desti, checché ne pensasse ai suoi tempi il vecchio giovanissimo Mameli! Le faccio una domanda io stesso, signor Angelo. Ed è questa. Lei crede che senza il valore famiglia ci sarebbe stata la resistenza in Italia? Io ne dubito, sa? E dubitandone, penso al futuro con una certa angoscia. Saluti, PFS.

"Egregio Direttore, mi rendo conto che lo scontro tra laici e cattolici si va facendo sempre più popolare. Se ne parla sui giornali e se ne parla nei programmi televisivi. Pare, mentre se ne parla, che progressisti siano i laici, conservatori i cattolici. Bisogna condividere tutto questo? In sostanza, che in che cosa si distinguono i laici dai cattolici? Grazie (Tommaso Fiorino)

Caro Tommaso, evidentemente laici e cattolici sono accomunati da una grande passione per l'uomo. Gli uni e gli altri ne desiderano il compimento. Questa passione ritorna sui giornali e sugli schermi televisivi. Io credo che il grande problema di noi credenti è quello di far capire ai laici che si può avere una visione laica della cosa pubblica pur essendo credenti e che la fede, certo, non la si può lasciare a casa la mattina quando si esce per andare al lavoro. D'altra parte, anche i laici, che escono di casa con la loro non-fede, hanno un grande problema. Non si è ancora capito su che cosa essi possano fondare la morale. Hanno un bel sostenere che la superiorità laica sui cattolici è nel fatto che il laicismo sa che la vita non ha nessun senso, ma il problema è proprio qui: se la vita non ha nessun senso, vi può essere altra morale che non sia proprio la morale del non senso, o altra socialità che non sia la socialità del non senso, o altro futuro che non sia il futuro del non senso, o altra responsabilità che non sia la responsabilità del non senso? Se così, siamo rovinati; se non è così, qual sarebbe il fortunato punto di partenza: Kant, l'arbitrio, il capomafia di turno o Gennariello o fetentone? A me pare che, stanti le difficoltà oggettive, il confronto dovrebbe essere meno animoso e più rispettoso delle ragioni degli uni e degli altri. Al di là di tutto. E più ancora

al di là delle gazzarre inutili e farraginose; comunque riduttive dell'uomo e della sua onestà intellettuale. PFS.

"Direttore, una grande scienziata italiana ha espresso un giudizio molto negativo sull'ultima enciclica di Benedetto XVI, sostenendo che il Papa torna ad essere ancora una volta contro la scienza… Torniamo a Galileo…" (Giuseppina Orru).

Ma quale Galileo, cara Giuseppina! Ma se la vita non può nemmeno attardarsi sullo ieri, si figuri se torna indietro di quattro secoli, anno più anno meno! E per mano di un Papa, poi! Oggi? Ma signora Giuseppina! A me pare che la scienziata in questione abbia commentato l'enciclica prima ancora di averla letta e in tal senso, galeotti sono stati i giornalisti che l'hanno intervistata senza darle il tempo necessario a documentarsi. Il Papa ha semplicemente detto che, data per scontata la differenza tra speranze e speranza, se la scienza può presumere di rispondere alle speranze ed è bene che lo faccia il più ampiamente possibile e meglio che può, non ha nulla da dire circa la speranza che resta intatta di là dalle realizzazione di tutte le speranze storiche. Ora se questa speranza di là dalle speranze è illusoria, illusoria è la vita; se questa speranza è un mistero, un mistero è la vita; se questa speranza si risolve in Dio, in Dio si risolve la vita. Si può essere o non essere d'accordo sull'analisi, ma dire che essa faccia sgarbo all'intelligenza fa davvero sgarbo all'intelligenza. Un poeta italiano tormentato dal tradimento, Cesare Pavese, dico per venire incontro a qualche curiosità modestamente esistenziale, in una poesia che s'intitola "Verrà la morte" ad un certo punto scrive: "O cara speranza, quel giorno sapremo anche noi che tu sei la vita e sei il nulla!". Appunto: di là dalle speranze, o la speranza è religiosa o si risolve in un fantasma. Vede, Giuseppina? E' proprio la stessa inquietudine, ovviamente con altra prospettiva, che ha espresso il Papa. Dove sia questa aggressione all'intelligenza, bisogna che qualcuno, se abbia tempo e l'impegno a ponzare il futuro glielo consenta, ce lo spieghi. Cordialmente, PFS.

"Gentile Direttore…, l'altro giorno sentivo parlare degli «uomini al balcone». Non capii. Lei può spiegarmi chi sono se mai esistano davvero gli «uomini al balcone»? Cordialità" (Giovanna Del Frate).

Credo che esistano, signora, e sono le persone che, in nome del potere, quale che il potere sia, parlano e si parlano sopra gli altri, degli altri decidendo tutto, incluso la loro libertà e i limiti entro cui circoscrivere la loro coscienza. Sono padroni e padroncini, esperti d'ogni cosa, come credono, ma tanto meno esperti quanto più prepotente il loro modo tuttavia maldestro di agire, di stuzzicare e di circuire la semplicità dei semplici. Gli uomini al balcone, signora, che proiettano sugli altri il piccolissimo mondo della loro presunzione e che esistono in ogni ambito storico e sociale, fanno categoria, società e nazione a parte, sono propriamente gli universali adoratori delle tenebre, quelli che in ogni parte del

mondo agiscono nell'ombra della notte e decidono ogni parte del giorno e del pensiero a venire. Così credono loro, perché, in realtà, poi, qualcosa sfugge sempre all'articolata precomprensione dei loro calcoli. Le suggerisco, però, di imparare a distinguere tra padroni e padroncini e fare attenzione a questi ultimi in modo particolare, non foss'altro perché i primi, a causa di una lunga consuetudine col potere, un certo stile l'hanno pure imparato. I padroncini, che sono persone in genere frustrate e tanto più subdole quanto più frustrate, si attaccano ai padroni più che l'edera ai muri e vivono di rimessa, lecchini coi forti, arroganti con i miti. Li riconoscerà subito, signora e ne faccia attenzione: per non compromettersi, i padroncini non scelgono mai, nell'attesa, evviva loro - evviva la libertà - evviva la dignità, che a decidere sia la circostanza. Quando la circostanza decide, però, ed essi vanno al centro, brenni modestissimi al confronto del gallo vincitore e incapaci di qualsiasi pensiero pensato o resipiscente, allora, con una prontezza senza pari, dichiarano il loro trionfante "Vae victis", e, tocchi a chi tocchi, provano un piacere nel pronunciarlo da vera e propria sublimazione sessuale come direbbe il vecchio e in questo senso mai smentito Sigismondo Freud! Spero d'aver chiarito, signora e, comunque, ci ho provato. PFS.

SANTITA', CI PERDONI

Ci umilia e ci amareggia l'esito drammatico dell'annunciata Sua visita all'Università romana "La Sapienza", che, per come le cose si sono concluse, da una parte manifestano il Suo stile e la Sua nobiltà d'animo, dall'altro ci dicono quanto sarebbe tempo ormai che questa Università avesse il pudore di mutare almeno denominazione e si chiamasse, che so?, non più La Sapienza, L'Intolleranza.

Bruciare la visita di un uomo di cultura eccezionale e del Capo di un popolo soprannazionale in nome di presupposti ideologici neanche più tanto popolari fa sgarbo all'intelligenza di un popolo intero e ci meraviglia che alla ventilata contestazione di un gruppo di studenti a vita, gli inventori - ci pare - di un altro tipo di carriera universitaria, quella del discente perpetuo, abbia fatto da supporto il documento di un gruppuscolo di professori i quali forse meglio farebbero ad educare i loro alunni alla corretta interpretazione della vita, del dialogo, della tensione verso la verità, della coerenza e del rispetto delle opinioni altrui oltre che naturalmente alla disciplina di loro competenza, che, comunque, andrebbe inserita in un contesto sapienziale meno rigido, più ampio e più universale.
Forse se alcuni di questi professori andassero quando piove a comprare un ombrello e si rendessero conto di quanto poco esso duri, si renderebbero conto di aver ben altro da insegnare ai loro alunni che il modo di far conoscere pubblicamente una lettera che era destinata - ma chi lo avrebbe detto? - a restarsene segreta. Perché, appunto, se gli ombrelli

durano lo spazio di una pioggia è perché il dolo e non l'onestà pare facciano parte della struttura stessa di questo nostro frantumato mondo. Né crediamo che questi fenomeni abbiano poco a che vedere con le università, giacché la società prima che di professionisti e di istrioni di varia natura è fatta proprio di studenti, più significativi dei quali gli studenti universitari, fiore all'occhiello – ahinoi! - del nostro futuro.
Santità, ci perdoni. E seguiti ad illuminare i popoli. Un pochino anche il nostro, magari di riflesso. Il nostro popolo, in fondo ancora buono, rischia di perdere completamente le qualità che lo hanno fatto grande nella scia di questi maestri e maestrini e maestrandi, che, battuti dalla storia, si rifanno sull'innocenza degli innocenti, sulla mitezza dei miti e sulla nobiltà solenne della Sua veste bianca e dei Suoi occhi puliti.
Ci perdoni, Santità, e guardi con fiducia ai popoli emergenti: il futuro della Chiesa e del mondo appartiene a loro. Visiti le loro Università, solleciti la loro responsabilità, spenda per essi la sua parola e il suo magistero. Li ascolti, li sostenga, li coltivi, li coccoli. A noi, nulla più di ciò che basta. Noi, col nostro mondo fatto di cose, di pupi e di pupazze, siamo destinati a un inesorabile declino.
Così ci faceva pensare, Santità, la battuta di uno dei professori firmatari della lettera segreta che è stata puntualmente resa pubblica - un costume in questa nostra *"terra dei morti"*, come avrebbe detto il Poeta francese Lamartine. Ebbene, quel firmatario, e forse capolista dei firmatari – *unicuique suum*, come scrive il Vangelo – afferma che l'Università in questione avrebbe accolto volentieri Giovanni XXIII e Giovanni Paolo II, ma non potrebbe essere disponibile ad accogliere Benedetto XVI senza compromettere la sua natura di Università laica, libera, scientifica (a proposito, Santità, ha letto il magistrale articolo dell'ultimo quaderno di Civiltà Cattolica sul rapporto fra scienza e religione?), aperta al futuro e quant'altro di pseudoprogressista il vocabolario contiene e la passione crea
Non ci creda molto, Santità! Questa è gente che non avendo il coraggio del presente si rifugia sempre nel passato pretendendo così, come direbbe il Giusti, di *"ponzare il poi"*. Essi avrebbero invitato volentieri i morti. Giovanni XXIII durante il cui pontificato essi non erano ancora nati e Giovanni Paolo II, la cui presenza in quella Università – e questo dovrebbero ricordarlo, giacché erano presenti o come docenti o come discenti - non creò proprio nessun problema. Nessuno. Santità, altri tempi quelli di François Fénelon: allora, i dialoghi con i morti erano una cosa seria e riguardavano la vita e la sua interpretazione. Oggi pare essere soltanto un espediente per fuggire il confronto o per paura di esserne travolti.
Stia sereno, Santità; ci perdoni e quando le capiti, magari distrattamente, preghi un poco anche per l'Italia. Per il suo popolo, naturalmente.

LA BACHECA RIVOLGE A TUTTI I SUOI LETTORI E AI SUOI SIMPATIZZANTI UN AUGURIO ESSENZIALE DI FELICE ANNO NUOVO E RICORDA CHE LA SPERANZA E' TALE SE IMPEGNA TUTTE LE ENERGIE DEL SOGGETTO SPERANTE; VICEVERSA E' ILLUSIONE. BUON ANNO!

L A B A C H E C A

Sussidio aperto a cura dell'Ufficio del Cappellano Coordinatore Nazionale della Polizia di Stato

ANNO IV – N.2

Direttore responsabile
Padre Franco Stano

www.cappellanipolizia.it - e-mail: cappellanipolstato@chiesacattolica.it -
tel. 06/46535574 - fax 06/46535311

LA PREGHIERA *

Canta, dunque, come il viaggiatore;

canta e cammina senza indietreggiare,

senza voltarti.

Qui canta nella speranza, lassù nel possesso.

Questo è l'alleluia della strada,

quello è l'alleluia della patria (Sant'Agostino)

**Sulla base di questo testo di Sant'Agostino, a partire da questo numero de La Bacheca, la preghiera che proporremo tenderà a creare un rapporto tra le parti o le circostanze della vita e la preghiera stessa.*

AL MATTINO

O Padre del cielo, come Gesù, che "al mattino si alzò quando era ancora buio per pregare", così anch'io comincio questo nuovo giorno ringraziandoti.
Io ricevo questo giorno come un personale dono d'amore che mi viene da te.
So che in ogni momento Tu sarai al mio fianco, mi guiderai e mi proteggerai.
Aiutami a vivere alla tua presenza e a compiere opere di bene.
Se durante la giornata avrò occasione di incontrare persone che non ti conoscono o che hanno rifiutato di amarti, io offro tutto quello che farò oggi e qualunque sofferenza perché la Buona Novella possa raggiungere le loro menti e i loro cuori.
Dolce Maria, prega per me affinché la mia giornata sia veramente evangelica e porti molto frutto a gloria di Dio Padre. Amen.

IL SANTO DEL MESE

SAN BIAGIO
(+ 316 circa)

Festa il 3 febbraio

Pare che Biagio sia stato un medico famoso, che poi diventò Vescovo di Sebaste, in Armenia, dove subì il martirio. Egli salvò miracolosamente la vita ad un ragazzo che stava soffocando a causa di una lisce di pesce che aveva ingoiato. Da qui la sua protezione contro il mal di gola e il rito della benedizione di San Biagio contro tutte le malattia che appunto riguardano la gola: una benedizione che si ne nelle chiese il giorno della sua festa adagiando sulla gola due candele intrecciate a croce di Sant'Andrea. La sua festa è considerata, dalla devozione popolare, come un ultimo richiamo del Natale passato. Si dice, infatti: Epifania ogni festa porta via. Cui risponde Candelora (2 febbraio): eh! No! Ci siamo Biagio ed io ancora! In realtà, in molte famiglie, pare che l'ultimo panettone lo si consumi il giorno di San Biagio.

PP.

DALLA FEDE ALL'IMPEGNO

DICIASETTESIMO SECOLO

L'uomo del diciassettesimo secolo vive una forte e drammatica crisi di frantumazione.
Frantumate appaiono molte certezze del passato. Il mondo si è dimostrato molto più grande di quanto si fosse creduto. L'universo appare infinito e la terra nulla più che un piccolo punto sperduto in questa immensa realtà.
Frantumata appare ormai l'unità della fede cristiana e l'appartenenza religiosa. E frantumata senza rimedio è l'unità politica dell'Europa. Se già da molto tempo l'imperatore non governava che sulla Germania, nel 1600 si rafforza la fisionomia degli stati nazionali.
Si pensi per esempio a Richelieu e all'impegno da lui profuso, usando mezzi leciti ed illeciti, per affermare la grandezza della Francia.
E, questo, il secolo anche dell'autonomia della scienza dalla religione, così come è il secolo in cui la distinzione tra *res extensa e res cogitans* di Cartesio, pone le premesse per la frantumazione metafisica.
Al di là di alcuni conati reazionari, la Chiesa va verso una nuova interpretazione del mondo a partire da queste nuove categorie. L'egemonia culturale cristiana, già scossa dal Rinascimento, è in crisi certa ed irreversibile.

In questo contesto, che non può essere immediatamente interpretato, la Chiesa continua la sua opera di riforma interna appoggiandosi soprattutto sugli ordini religiosi che via via aumentano e si caratterizzano in regione di problemi specifici.
Contemporaneamente, sulla sia di Francesco Saverio, continuano le missioni dei Gesuiti verso l'oriente estremo (memorabile, illuminata e feconda l'opera soprattutto di Matteo Ricci).
I contrasti che ora oppongono le nazioni sono capziosamente di natura religiosa: in realtà essi mascherano interessi egemonici di una o dell'altra potenza.
Protagoniste di una storia senza quartiere saranno la Francia e la Spagna, le quali fra il 1618 e il 1648 combatteranno la guerra dei trent'anni. La conclusione di questa guerra, che pure procederà con alterne fortune, da ultimo mortificherà la Spagna e darà ragione alla Francia. L'impero Asburgico si sfalderà, nasceranno gli stati nazionali e, con questi, praticamente l'Europa moderna.
La Chiesa vive una situazione conflittuale con la Francia dovuta al crescente Gallicanesimo e poi, soprattutto al movimento Giansenista, cui di fatto aderisce Blaise Pascal. Violento il contrasto che oppone i Giansenismo e la Compagnia di Gesù.
E' il secolo nel quale in Inghilterra si affaccia la massoneria, un movimento difficile da definire, ma che tanta parte avrà nei secoli seguenti.
Quanto alla configurazione degli stati il contrappunto del secolo si palesa nelle diversissime situazioni che vivono la Francia ed Inghilterra. Là Luigi XIV proclama: "Lo Stato sono io"; qui gli risponde Guglielmo: "Sono Re per volere del parlamento".

da "Il Canto Perenne"

PERSONAGGI DELL'ANTICA ALLEANZA

di Angelo Di Nicola

GIACOBBE

Isacco, il figlio che Dio dona ad Abramo, ormai vecchio, come premio della sua fede, ha due figli gemelli: Esaù e Giacobbe.
Ad Esaù, uscito per primo dal grembo materno, spettava, secondo il costume dell'epoca, la primogenitura ed il diritto all'eredità.
Esaù era uomo di azione e cacciatore e per questo motivo spesso dimorava lontano dall'accampamento; egli era il prediletto di Isacco. Giacobbe amava occuparsi più delle cose domestiche e forse per questo era preferito dalla madre, Rebecca.
Un giorno, tornato dalla caccia stanco ed affamato, Esaù scambiò la sua primogenitura con Giacobbe per un appetitoso piatto di lenticchie, cosicché quando il vecchio Isacco, ormai quasi cieco e prossimo alla morte, convocò Esaù per benedirlo

Giacobbe si sostituì al fratello, camuffandosi con una pelliccia di pecora poiché Esaù era villoso, e ne carpì la benedizione, che era irrevocabile, e l'eredità.
Ovviamente Esaù non prese bene la cosa e Giacobbe fu costretto a fuggire e rifugiarsi presso uno zio materno, Lamaro, presso cui, col favore di Dio e dopo varie ed annose vicende, fece, per così dire, fortuna. Conservava sempre in cuor suo, tuttavia, il desiderio di tornare nella sua casa ed infine decise di mettersi in cammino per farvi ritorno, pur sapendo di andare incontro a suo fratello ancora infuriato.
Anche durante il viaggio di ritorno Giacobbe deve sottostare a diverse prove e presso il guado dello Yabbok, egli combatte con Dio stesso (o forse un angelo). Gli appare infatti una strana figura che lotta con lui per tutta la notte, fino all'alba. Questi si rivela chiaramente più forte e allora Giacobbe lo abbranca e non permette che vada via finché non lo abbia benedetto, perché sente il bisogno di un alleato così forte. La strana figura, che deve andar via perché inizia ad albeggiare, cerca di divincolarsi ma Giacobbe non molla impetrandone la benedizione; infatti lui sa bene quanto questa sia importante. La figura allora per poter sfuggire alla presa di Giacobbe é costretta a colpirlo ad un'anca azzoppandolo; e tuttavia lo benedice.
Alla fine Giacobbe tornerà presso la casa paterna e si riconcilierà con Esaù, ma la benedizione paterna rimarrà comunque su di lui.
Giacobbe é una figura molto importante per il popolo Ebraico, tanto che questo ne assumerà il nome: Giacobbe, infatti, secondo la promessa dell'Angelo che lotta con lui, si chiama anche Israel: "Forte con Dio", perché ne ha ottenuto la benedizione e l'alleanza.
La storia di Giacobbe, che forse ad una lettura superficiale può sembrare quasi una favola, é in realtà una parola di Dio emblematica per l'uomo: essa significa l'elezione di Dio; magari anche carpita con la violenza e l'inganno. Ma Dio, di fatto, sceglie Giacobbe e rifiuta Esaù poiché questi ha disprezzato l'eredità, che pure gli spettava, in cambio di un pugno di lenticchie.
Ciò, in fondo, é figura della nostra stessa vita: l'uomo infatti é capace di disprezzare la chiamata di Dio per ciò che sembra soddisfarlo lì per lì, risolvendo quelli che sono i suoi problemi materiali e contingenti (un piatto di lenticchie), preferendoli all'eredità vera.
Giacobbe d'altra parte, anche a causa del suo peccato, sperimenta la propria debolezza di fronte alle avversità, ma sperimenta anche la forza di Dio che viene in suo soccorso e si fa suo alleato.
Questa parola, dunque, é rivolta a tutti, nessuno escluso. Giacobbe, come si é visto, non é propriamente un esempio di probità, né di santità: egli é infido, bugiardo, anche un po' ladro: soppianta suo fratello approfittando della sua stanchezza. Esaù al contrario é forte e coraggioso. Ma disprezza la primogenitura.
Giacobbe, infine, rappresenta un po' quello che é il popolo di Dio: Dio ha eletto il suo popolo, Israele, non perché sia il migliore, il più forte o il più sapiente, anzi; sicuramente tra i popoli antichi quello Ebraico non é tra i più rilevanti fin quasi a scomparire rispetto agli Egiziani, ai Persiani, ai Greci ai Romani e al lascito, anche culturale, che questi hanno consegnato alla storia. Israele è un piccolo popolo di pastori nomadi e, addirittura, di schiavi. Tuttavia Dio elegge Israele e "disprezza" gli

altri popoli ed Israele si rivela il più forte proprio perché ha Dio come alleato e può appoggiarsi a Lui. Ed anche quando Israele stesso si allontanerà dal suo Dio, peccando in ogni modo ed idolatrando altri dei, in fondo non sarà privato dell'elezione di Giacobbe, ma Dio continuerà a custodirlo, poiché la Sua elezione é irrevocabile, mostrando così la Sua fedeltà.
Questo stesso popolo di Israele é poi, come dice San Paolo, l'ulivo nel quale veniamo innestati noi Cristiani, "l'olivastro", l'olivo selvatico; quelli che erano i pagani, i lontani, coloro che l'amore di Cristo ha permesso che costituissero il popolo della Nuova Alleanza, la Sua Chiesa. Alla quale é estesa la benedizione di Giacobbe.

PER UN VOCABOLARIO CRISTIANO

BEATITUDINE

In ambito religioso o spirituale, per beatitudine si intende uno stato di profondo benessere psico-fisico e/o spirituale, dovuto all'estasi della vicinanza o dell'identificazione con un'entità trascendente. Comunemente, la beatitudine è considerata la diretta conseguenza di esperienze di tipo mistico ed è un elemento presente in tutte le fedi.
Nella Bibbia, la beatitudine dell'uomo deriva dalla grazia di Dio (*charis=grazia, stessa radice di carisma*) ed è partecipazione alla sua gloria. Le beatitudini riprendono e portano a perfezione le promesse di Dio fatte a partire da Abramo e rispondono al desiderio di felicità che Dio ha posto nel cuore dell'uomo.
A differenza degli dei greci che fruiscono della loro felicità senza preoccuparsi in modo particolare della sorte degli uomini, Jahvè si china con sollecitudine su tutti gli uomini. Beato è colui che teme Jahvè: sarà potente, benedetto, avrà figli numerosi; se vuole assicurarsi vita, salvezza, benedizione, ricchezza, deve seguire le vie divine, camminare nella legge, trovare la sapienza ed ascoltarla, esercitarsi in essa, aver cura del povero, in una parola essere giusto.
L'abbandono totale a Dio, la fiducia senza limiti è la via della beatitudine "*Beati coloro che sperano in lui*" (Is. 30,8) e "*Beato l'uomo che confida in te*" (Salmo 84,13). Temere Dio, osservare la sua legge, ascoltare la sapienza, significa aspettare la felicità come ricompensa; significa, anche, per i più spirituali, possederla già, significa essere con Dio per sempre, gustare alla sua destra le delizie eterne.
Ma per scoprire che solo Dio è la felicità, ogni uomo deve seguire un percorso che di delusione in delusione, depura lentamente i suoi desideri.
La felicità è la vita, una vita che per lungo tempo si identificò con la vita terrena (avere figli, una sposa di buon senso, una grossa fortuna acquistata senza peccato e posseduta senza esserne schiavo, granai ripieni, greggi numerosi e infine la pace). I

beni terreni dell'alleanza, elargiti, benedetti da Jahvè, erano i segni di una comunanza di vita con Dio.
Con la venuta di Gesù Cristo tutti i beni sono virtualmente donati, perché in lui la beatitudine trova infine il proprio ideale e il proprio compimento; Egli è il regno presente e dà ai suoi fedeli il bene supremo, lo Spirito Santo, come anticipo sull'eredità celeste. Gesù non è un sapiente di grande esperienza, ma è colui che vive pienamente la beatitudine che propone.
Le beatitudini sono un sì detto da Dio in Gesù. Mentre il VT giungeva ad identificare la beatitudine con Dio stesso, Gesù si presenta a sua volta come colui che porta a compimento l'aspirazione alla felicità, il regno dei cieli è presente in Lui. Gesù ha voluto incarnare le beatitudini vivendole perfettamente, mostrandosi mite ed umile di cuore.
Nelle beatitudini (Matteo 5, 3-12), che offrono il programma della felicità cristiana, Gesù denuncia l'ambiguità di una rappresentazione terrena di esse: ormai i beati di questo mondo non sono più i ricchi, i pasciuti, gli adulati, ma coloro che hanno fame e piangono, i poveri e i perseguitati. Questo rovesciamento dei valori era possibile ad opera di colui che è ogni valore.
Le altre proclamazioni evangeliche tendono tutte parimenti a dimostrare che Gesù è al centro della beatitudine. Maria è proclamata beata per aver dato alla luce il Salvatore, perché ha creduto, con ciò essa annunzia la beatitudine di tutti coloro che ascoltando la parola di Dio, crederanno senza aver visto. Guai ai farisei, a Giuda, alle città incredule. Beato Simone, al quale il Padre ha rivelato in Gesù il Figlio del Dio vivente. Beati gli occhi che hanno visto Gesù. Beati soprattutto i discepoli che in attesa del ritorno del Signore saranno fedeli, vigilanti, tutti dediti al servizio reciproco.
Le beatitudini ci mettono di fronte a scelte decisive riguardo ai beni terreni; esse purificano il nostro cuore per renderci capaci di amare Dio al di sopra di tutto e la beatitudine del cielo determina i criteri di discernimento nell'uso dei beni terreni in conformità alla Legge di Dio. Le beatitudini ci insegnano così il fine ultimo al quale Dio ci chiama: il Regno, la visione di Dio, la partecipazione alla natura divina, la vita eterna, la filiazione, il riposo in Dio.
Due beatitudini principali comprendono tutte le altre: la povertà con il suo corteo delle opere di giustizia, di umiltà, di mitezza, di purezza, di misericordia, di preoccupazione per la pace e la persecuzione per amore di Cristo, valori che senza Gesù che dà loro tutto il senso, non sono nulla. Soltanto colui che ha posto Cristo al centro della sua fede può intendere le beatitudini dell'Apocalisse. Beato se le ascolta, se rimane vigilante, perché è chiamato alle nozze dell'agnello per la resurrezione. Anche se deve dare la vita in testimonianza, non si perde d'animo. "*Beati i morti che muoiono nel Signore*" (Apoc. 14,13)

Nicla Filippi

APPUNTI
SULLA DOTTRINA SOCIALE CRISTIANA
di Rocco Cifarelli

LA DIGNITA' DEL LAVORO

I recenti fatti di cronaca ci ripropongono con grande urgenza e drammaticità il problema della sicurezza sui posti di lavoro e, più in generale, ci inducono a riflettere sulla dignità del lavoro stesso.
Il *Compendio della Dottrina Sociale* della Chiesa ci ricorda che il lavoro rappresenta una dimensione fondamentale dell'esistenza umana, in quanto è una "forma di partecipazione non solo all'opera della creazione, ma anche della redenzione (n. 263). Ciascun cristiano, infatti, è chiamato non solo a lavorare per procurarsi il necessario, ma deve anche indirizzare tutti i suoi sforzi a favore dei più bisognosi. Sant'Ambrogio affermava che "ciascun lavoratore è la mano di Cristo che continua a creare e a fare del bene".
Ognuno, dunque, ha il dovere di lavorare in quanto, il con il suo lavoro e la sua laboriosità, l'uomo, partecipe dell'arte e della saggezza divina, rende più bello il creato, il cosmo già ordinato dal Padre; suscita quelle energie sociali e comunitarie che alimentano il bene comune, a vantaggio soprattutto dei più bisognosi (n. 266). Tuttavia, il Magistero sociale non ha mai ignorato o sottovalutato l'aspetto della dignità del lavoro. Il compianto Giovanni Paolo II, nell'Enciclica *Laborem exercens*, ha sottolineato con forza che non c'è…alcun dubbio che il lavoro umano abbia un suo valore etico, il quale senza mezzi termini e direttamente rimane legato al fatto che colui che lo compie è una persona. Allo stesso modo, il Compendio afferma con determinazione che "il lavoro è per l'uomo e non l'uomo per il lavoro (n. 272). La Chiesa, dunque, nel ribadire la dignità del lavoro e dei lavoratori, non può condividere tutte quelle forme di materialismo e di economicismo che riducono il lavoratore a mero strumento di produzione, ma riconosce nella persona il metro della dignità del lavoro (n.271). A tal proposito, va anche ricordato che lavoro e capitale devono vivere in un rapporto di complementarità, dal momento che l'integrale sviluppo della persona umana nel lavoro non contraddice, ma piuttosto favorisce la maggiore produttività ed efficacia del lavoro stesso (Lettera Enciclica "*Centesimus Annus*",43).
Il Compendio, inoltre, proprio al fine di sollecitare una maggiore tutela anche a livello legislativo della dignità dei lavoratori, elenca una serie di diritti fondamentali, tra i quali ricordiamo: il diritto ad una giusta remunerazione; il diritto al riposo; il diritto a ambienti di lavoro ed a processi produttivi che non rechino pregiudizio alla sanità fisica dei lavoratori e non ledano la loro integrità morale; il diritto alla pensione; il diritto a provvedimenti sociali collegati alla maternità; il diritto di riunirsi e di associarsi, ecc. (n. 301).

Infine, i recenti processi di globalizzazione e di liberalizzazione non possono condurre ad una sistematica violazione della dignità dei lavoratori, della libertà e della democrazia, ma in essi vanno ricercate possibilità serie di "espressione di un umanesimo del lavoro a livello planetario, affinché l'uomo capisca sempre di più la sua vocazione unitaria e solidale (n. 322)."

ESPERIENZE

PADRE, HO MOLTO PECCATO

Mi chiama un mio carissimo amico ispettore di Polizia e mi invita ad andare a trovarlo.

Il giorno seguente vado in questura e mi racconta il caso.
"Don, ho tolto una ragazza dalla strada, almeno lo spero, ma ora ho bisogno di te perché questa persona, che mi pare sia ortodossa, vuole parlare con un prete, con qualcuno che le ricordi quel Dio che ha smarrito e che vorrebbe ritrovare. Il compito è tuo, vedi un po' che cosa puoi fare…"
Ci accordiamo per l'incontro con questa donna presso la Chiesa del suo paese.
L'impatto è molto particolare e strano. La ragazza con gli occhi bassi, sembra quasi intimidita dalla mia presenza.
La faccio accomodare nei banchi e mi pongo in atteggiamento di ascolto.
"Mi chiamo Irina e vengo dalla Croazia; sono in Italia da due anni, poiché alcune persone mi avevano offerto un lavoro con un guadagno facile ed io sono partita. Poi, una volta in Italia, sono stata costretta a prostituirmi per strada, subendo umiliazioni terrificanti. Ora mi sento in colpa nei confronti di quel Dio che avevo sempre pregato e che adesso faccio fatica a riconoscere, perché in questi ultimi anni l'ho visto distante da me.
Non sono più riuscita a pregarlo, o meglio, ogni volta pensavo alla mia condotta, ai valori che avevo tolto dalla mia vita…."
In più di un'occasione sembra stia per singhiozzare, poi si riprende e riesce a proseguire il discorso con un italiano molto comprensibile, sempre con la faccia chinata in basso.
Dopo averla ascoltata le dico:
" Tu ora vuoi cambiare strada. Hai pensato di intessere un rapporto nuovo con il Signore. Torna ai momenti che hanno preceduto questi due terribili anni. Gesù non ti ha abbandonato poiché presenta il volto di bontà e di misericordia del Padre, che è sempre disposto al perdono. La cosa essenziale è volersi convertire a Lui e tu lo stai facendo, visto che hai cercato questo incontro."

Le cito alcune parabole, tra cui chiaramente quella del Padre misericordioso, narrata dal Vangelo di Luca.
Le presento Gesù che va in cerca di coloro che, nella povertà, si accostano a lui.
Ad un certo punto mi fermo.
Mi accorgo che stavo facendo solo una predica e quindi, senza entrare troppo nel merito della sua realtà, le chiedo come vedeva il suo futuro.
Più rilassata rispetto all'inizio, comincia a rispondermi:
"Io vorrei tornare a casa dai miei, nella mia città, riprendere il lavoro nella bottega di mio padre che avevo interrotto per venire in Italia. Il mio grande dramma, tuttavia, è quello di raccontare questa vicenda ai miei genitori. Io non lo vorrei fare per non pregiudicare il rapporto con loro. Desidero, invece, andare dal sacerdote con il quale avevo confidenza e ricominciare quel percorso di fede che ho interrotto o che comunque ho messo in disparte"…
Poi sempre a testa bassa, ma più serena se n'è andata.
Non ho più avuto l'occasione di incontrarla, ma ho saputo che è tornata in Croazia.
Andandomene verso casa, ho riflettuto su quest'incontro, poiché avevo conosciuto una persona che sentiva forte il bisogno della fede.
E' stata una delle prime volte nelle quali una persona si è rivolta a me per avere una guida spirituale e non solo per soldi, per interesse o per esercitare qualche attività pratica per i giovani.
Non sono sicuro di essere stato incisivo, ho semplicemente ascoltato, espresso alcune idee, forse con lo stile della predica, poi mi sono interessato alla sua vita, ai suoi progetti, alle sue attese.
Ripenso sempre all'episodio nel quale Gesù incontra la samaritana (Giovanni 4).
Egli, per entrare in contatto con lei, parte dal lavoro e dalla famiglia, ossia le sue realtà vitali, perché è nel quotidiano che si incontra la presenza del Signore. Un incontro singolare con una di quelle donne che noi criminalizziamo a priori.
Un'esperienza nella quale ho sperimentato la mia dimensione di prete che vuole annunciare una fede in Cristo e che si è ritrovato davanti una persona "lontana", con un forte desiderio di cambiare vita e di operare una radicale conversione a Cristo.

Don Luigi Trapelli

OPINIONI

NON SANNO LEGGERE

Da tempo, a scadenze sempre più ravvicinate, torna il lamento relativo alla scarsa preparazione, con cui i ragazzi escono dalle nostre e altrui (magra consolazione!) scuole. Non di rado si parla pure di semianalfabetismo di massa. Recentemente sul foglio sindacale "I diritti del lavoro" si poteva per esempio leggere questo titolo in grande evidenza: "Un ragazzo su cinque e una ragazza su dieci è insufficiente in lettura". Seguivano espressioni crude come la seguente: "Fa raggelare le vene

apprendere che nel Ticino del 2000 il 20% dei ragazzi quindicenni e il 12% sono lettori deboli."
Ma, come capita per tanti altri problemi che man mano vengono sollevati con enfasi e riproposti con insistenza alla nostra attenzione dai mezzi di comunicazione, anche per quanto riguarda l'impreparazione scolastica dei nostri giovani, la si denuncia con titoli, articoli e libri che vogliono far sensazione, per poi ogni volta lasciare che tutto si areni e si disperda in fuorvianti e prolisse divagazioni di ordine sociologico. La si butta in sociologismo senza mai giungere a prendere una decisione. Si pensa in sostanza che la denuncia del sintomo costituisca di per sé anche la cura del male. Lo stesso articolo citato, apparso su "I diritti del lavoro", evita di indicare un rimedio rifugiandosi in una segnalazione sociologica già nel sottotitolo: "Marcatamente sfavorite le classi meno abbienti".
Si denuncia dunque un problema, ma poi si fa di tutto per evitare di prendere la decisione volta a risolverlo. Eppure in fondo sappiamo cosa occorrerebbe fare. Il buon senso vorrebbe che ci si mostrasse più esigenti verso gli allievi e non si rinunciasse a criteri meritocratici. Ma la via del buon senso continua a essere ostacolata da residui e resistenze di natura ideologica. L'ideologia, come sappiamo, è il nemico numero uno del buon senso.
Un retaggio ideologico di questo tipo è proprio il sociologismo che, per dirla col giornalista Piero Ostellino, tende a collocare i singoli all'interno di astrazioni collettive e perciò non permette di conferire un ruolo centrale all'individuo. Sociologismo tutto impegnato a discettare senza fine sulla condizione giovanile in generale e del tutto disinteressato al giovane concreto. Del quale ci si preoccupa davvero poco e poco o nulla si fa per rafforzarne l'autonomia interiore e il senso di responsabilità.
Il giovane continua a non esser preso in considerazione per se stesso, in quanto singolo dotato di responsabilità individuale, ma solo in quanto elemento statistico di qualche categoria sociologica. Continua a essere visto attraverso le lenti di un sociologismo inteso a deresponsabilizzarlo, inteso a dissolverlo e annientarlo nel proprio seno insieme ad ogni senso di responsabilità. La valutazione del rendimento scolastico, per esempio, ormai tende a risolversi in un mero quadro statistico elaborato su un campione sociologico. Non si valuta l'individuo ma la popolazione scolastica. Ne consegue che si rinuncia a rivolgersi direttamente al singolo, a far leva sul senso di responsabilità individuale dell'alunno onde sollecitarlo a dare di più (oggi la difficoltà di esigere è uno dei problemi più sentiti da docenti e genitori). E invece ci si rivolge ai giovani ricorrendo sempre più alle forme compiacenti e perciò deresponsabilizzanti della comunicazione di massa. Facendo il verso ai messaggi pubblicitari, la cui enorme capacità di persuasione deriva dal loro carattere di sirene dal richiamo, come si sa, esclusivamente edonistico. Volto a far credere che tutto sia conseguibile senza sforzo e sacrificio. "Risultare divertenti, rendere tutto divertente." è la parola d'ordine che imperversa da tempo anche nella pedagogia e nella didattica. Tanto da essere diventato un repressivo luogo comune. L'apologia indiscriminata dell'uso del gioco nella didattica (e la sua estensione oltre ogni ragionevole impiego),

nella pedagogia e nella cultura in generale è diventata un luogo comune logorante: talmente abusato da rischiare paradossalmente di rendere noioso il gioco stesso.
Dispensato sotto forma di comunicazione di massa, forzato a fare il verso alla pubblicità e non rivolto al senso di responsabilità individuale, non suffragato da un esercizio costante, l'insegnamento non può rivelarsi che superficiale, frammentario, lacunoso, disorganico e perciò con esiti nell'apprendimento che non possono andare oltre livelli di semianalfabetismo. Per quanto riguarda l'argomento specifico, cui fa riferimento "I diritti del lavoro", e cioè "la lettura", occorre fare i seguenti rilievi. In genere per rimediare alle carenze degli alunni in questo campo non sappiamo fare altro che raccomandar loro di leggere. E lo facciamo con uno spirito sorpassato, non consono alla situazione odierna. Come se (così era una volta) tali carenze dipendessero da mancanza di stimoli. Invece oggi, a differenza di una volta, c'è anche in questo campo abbondanza di stimoli. Anche in questo settore, come in ogni altro (a partire da quello dei giocattoli), siamo bersagliati dagli stimoli consumistici. Le case sono piene di pubblicazioni anche per la più tenera età. Le città e le scuole abbondano di biblioteche e di libri. L'industria editoriale è onninvadente. L'indifferenza, l'apatia, soprattutto dei ragazzi, oggi è determinata in questo come in altri campi, soprattutto dal fatto che gli stimoli sono troppi e perciò insostenibili e disorientanti, e quindi vanno selezionati. Non perché mancano.Anche per invogliare alla lettura si tende a rivolgersi al giovane per lo più facendo il verso alla comunicazione di massa, alla pubblicità. Andando a rimorchio dell'industria editoriale e del commercio librario, col rischio di ridurci a utilizzare come unico criterio di valutazione di un libro quello quantitativo del numero di copie vendute. Non tocca alla scuola fare pubblicità commerciale. E ciò non per moralismo verso l'industria editoriale. Ma semplicemente perché il compito dei docenti è un altro. Né loro riuscirebbe mai di svolgere il compito pubblicitario meglio degli addetti commerciali. Non bastano perciò slogan di stampo pubblicitario sul tipo di quel "Bravo chi legge" che l'*Ufficio studi e ricerche* ha preposto come titolo al proprio documento riguardante l'inchiesta (sulla capacità di lettura dei nostri alunni) che ha allarmato non solo "I diritti del lavoro". Compito della scuola è quello di aiutare il giovane a formarsi quello spirito critico che lo metta in grado di saper selezionare la moltitudine degli stimoli senza smarrirvisi. Compito della scuola è quello di perseguire la qualità, non la quantità. Di affrontare il problema di "cosa" leggere. …Spesso lasciamo il ragazzo in balia dell'infinità di stimoli con la scusa o la giustificazione (falsamente liberale, dunque pseudodemocratica) che deve essere egli a scegliere. Come se egli per primo non sentisse il bisogno di una guida che lo tolga da una incertezza, per lui intollerabile, e lo preservi dal naufragare nel mare *magnum* dell'offerta commerciale e quindi nello smarrimento che porta, questo sì, all'indifferenza e all'apatia. Il che non significa non lasciargli un sano e non controproducente spazio di libertà. Non significa mortificare il suo spirito d'iniziativa, ma renderlo più acuto e quindi più in grado di perforare il muro circostante di stereotipi e di luoghi comuni. Più in grado di farsi largo nella circostante confusione.

Giuseppe Laperchia

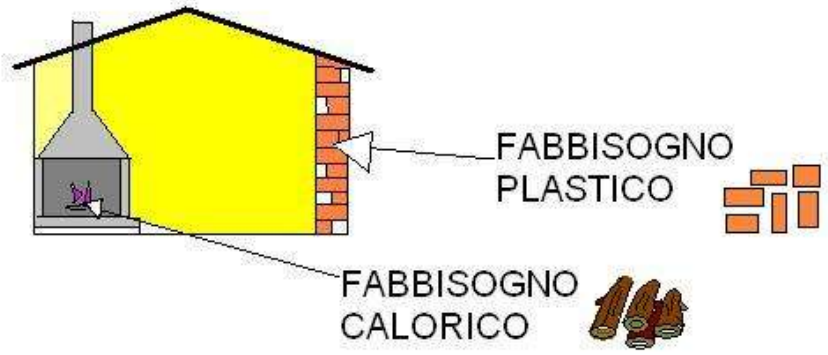
LA FRASE

"Chiunque possa più di quanto sia giusto potere alla fine vuole più di quanto non sia lecito volere" (Publio Siro).

NUTRIRSI BENE PER VIVERE MEGLIO

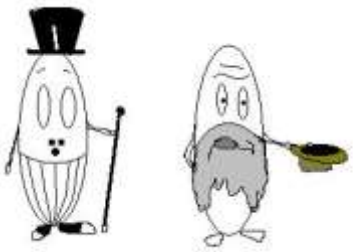
8 - LE PROTEINE (*ancora un po' di chimica* …)

Le proteine rappresentano circa il 50% (in peso secco) del nostro organismo. Esse sono essenzialmente ***sostanze plastiche***, ossia rappresentano gli *elementi strutturali* prevalenti del nostro corpo.
Si potrebbe dire che mentre gli zuccheri e i grassi sono importanti per il "*FABBISOGNO CALORICO* ", le proteine, invece, lo sono per il " *FABBISOGNO PLASTICO* ".



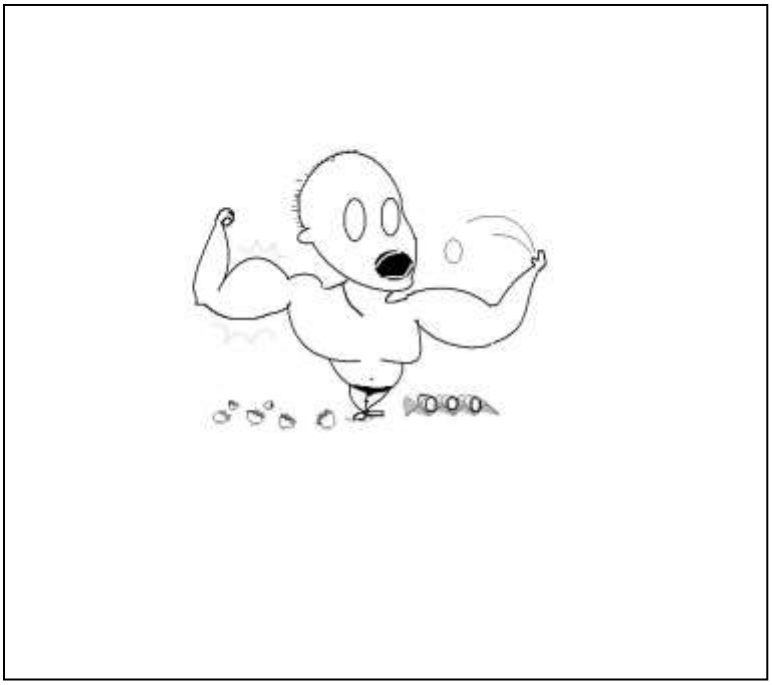
Le proteine sono costituite da catene di parecchie centinaia di piccole molecole, chiamate **aminoacidi.**
Gli aminoacidi sono formati da atomi di carbonio, ossigeno, idrogeno e azoto; la presenza di quest'ultimo elemento atomico caratterizza le molecole proteiche e le differenzia dai grassi e dagli zuccheri. Esistono più di venti tipi di aminoacidi. Dalla loro diversa combinazione vengono ottenute le migliaia di differenti tipi di proteine presenti nel nostro organismo.

Si possono così avere proteine globulari, come l'*emoglobina*, che trasporta l'ossigeno, oppure proteine allungate, come l'*actomiosina* delle cellule muscolari, che ha la caratteristica di allungarsi e di accorciarsi. Gli *anticorpi***,** ad esempio**,** sono proteine "appiccicose" che bloccano i batteri; l'*albumina* abbonda nel sangue e funge da trasportatore di molecole (compresi i farmaci!) oltre che da riserva di aminoacidi.
L'organismo, utilizzando gli aminoacidi che provengono dalle proteine alimentari, si costruisce autonomamente le proteine di cui ha bisogno; "smonta" le proteine che gli vengono dal cibo (ossia le scompone in aminoacidi semplici) e ricostruisce quelle che gli sono proprie: così il globulo rosso si fabbrica l'emoglobina, mentre le cellule muscolari l'actomiosina, partendo appunto dagli amminoacidi assorbiti.
Le cellule, inoltre, possono anche sintetizzare da sé alcuni aminoacidi, ma non sono assolutamente in grado di ricostruirne altri. Questi ultimi, per tale ragione, vengono chiamati ***"amminoacidi essenziali***". Essi sono necessariamente forniti dagli alimenti e perciò l'apporto proteico nella dieta è di estrema importanza.
Gli alimenti che contengono proteine in abbondanza sono le *carni*, il *pesce*, *l'albume delle uova*, i *formaggi* e i *latticini.* Tali proteine si dicono "***nobili***", appunto perché contengono gli *aminoacidi essenziali*.



Le proteine di origine vegetale , presenti nei cereali ed ancor più nei legumi, non contengono tutti gli aminoacidi essenziali, perciò vengono dette proteine "***povere***", riferendosi appunto al loro scarso contenuto di aminoacidi essenziali.

Per ovviare all'inconveniente di assumere proteine di minor qualità vale la regola che almeno il 50 % di quelle che mangiamo sia di origine animale, ossia che il rapporto ***Proteine Animali / Proteine Vegetali*** *sia* ***≥ 1.***



Gli atleti che devono sviluppare grandi masse muscolari prevedono nelle loro diete un'abbondante quantità di cibo ricco di proteine: i culturisti arrivano a mangiare fino a 10 e più albumi di uovo sodo al giorno; molti "*integratori alimentari per sportivi*" contengono piccole catene di aminoacidi, detti scientificamente oligopeptidi (frammenti di proteine), i quali sono facilmente digeribili, assorbibili e prontamente disponibili per la sintesi delle proteine del muscolo.

Un eccesso di proteine nella dieta, però, può risultare **deleterio**:
gli aminoacidi in eccesso, al pari degli zuccheri e dei grassi, o vengono bruciati per ottenere energia, o vengono trasformati in depositi di grasso;
in realtà essi sono stati "inventati" dalla natura più per fini "plastici" che per fini "energetici "; il loro utilizzo a scopo calorico comporta infatti un duplice svantaggio:
1 - In primo luogo per bruciarli occorre una maggiore "fatica" da parte dell'organismo, con conseguente perdita della resa energetica; un grammo di proteine infatti produce meno calorie di un grammo di zuccheri oppure di grasso. Questo fatto viene sfruttato nelle cosiddette diete "iperproteiche ", in cui assumendo prevalentemente cibi proteici si costringe l'organismo ad ottenere energia solo dalle proteine; ma la loro digestione, il loro assorbimento e la loro combustione, che è molto più complessa di quella degli zuccheri, comporta un maggior dispendio di energia. In sintesi, per bruciare le proteine l'organismo spreca altra energia, per cui alla fine ottiene meno calorie di quanto invece non faccia bruciando zuccheri o grassi; di qui il "potere dimagrante delle suddette diete".
2 - In secondo luogo, quando gli aminoacidi vengono utilizzati a fini energetici, si produce un maggior quantitativo di scorie, come per esempio l'**azoto**, che come abbiamo visto caratterizza le molecole proteiche. L'azoto infatti è una scoria particolare: mentre l'anidride carbonica è facilmente eliminata nell'aria col respiro, l'azoto, pur essendo presente in natura in forma prevalentemente gassosa (l'aria che

respiriamo è infatti prevalentemente fatta di azoto!), è eliminato con le urine. E' ovvio che un eccesso di proteine nella dieta comporta un super-lavoro anche per i reni, che sono deputati appunto alla eliminazione delle scorie azotate; questo è il motivo per cui in caso di insufficienza renale è bene ridurre l'introito di alimenti ricchi di proteine. Al riguardo si possono utilizzare cibi particolari come la *pasta o il pane aproteico*, adatti appunto ai pazienti con insufficienza renale.

Per favorire l' eliminazione delle scorie azotate è utile bere : si dice infatti ***"più carne e pesce si mangia, più acqua si deve bere!"***

In conclusione: salvo situazioni particolari, come ad es. nell'allattamento, durante la crescita, nella gravidanza, nella preparazione atletica (dove il fabbisogno risulta essere in *plus*) oppure in patologie come l'insufficienza renale (dove invece il fabbisogno potrebbe essere in *minus*), le **proteine** vanno assunte nella giusta misura, quel tanto che garantisca il ricambio e il rinnovo delle strutture del nostro organismo, ossia il FABBISOGNO PLASTICO!

*Vedremo meglio in seguito come quantificare ciò, ma molto approssimativamente possiamo già dire che il "**minimo proteico** " è di circa **1g per Kg** di peso corporeo .*

Giuseppe Polino e Roberto Pacini

POLIZIA DI STATO:
RACCONTI PARALLELI

di Giovanni Landi

SE MI VUOI VERAMENTE BENE

Da: I raccontini naif, *di Giovanni Landi*

Io non c'entro niente con questa storia.
Ne sono venuto a conoscenza in maniera davvero singolare ed io stesso stento a credere che sia vera. Come prima cosa debbo rispondere a due domande: Dove? Quando?
Decido di dare riscontro a tutte e due in modo approssimativo sia per scongiurare che quel posto diventi meta di pellegrinaggi, sia per fugare la possibilità di indagini che potrebbero mettermi in imbarazzo. Posso aggiungere che il fatto si verificò in un paesino di mare che nei mesi estivi brulica di turisti. A pochi passi dalla battigia, su una delle due spiagge che fiancheggiano il paese, c'è il cimitero con le sue discrete mura di cinta.
È un cimitero semplice; non suscita paura, né pietà, né commozione. È accettato come parte integrante, immodificabile del paesaggio, quasi una cosa amica tant'é che i ragazzi giocano a pallone sullo spiazzo davanti al cancello d'ingresso, formatosi per i lunghi cortei di macchine, costrette a manovre ad "esse".
Quando? Il 10 agosto sul finire del millennio, in concomitanza di copiosa presenza in cielo di stelle cadenti. Riprendo il "dove" per introdurre il racconto dell'episodio.
Ero sulla spiaggia che delimita tre lati del cimitero. Procedevo in lieta solitudine godendo della brezza marina nella pace silenziosa della nuova sera quando notai due figure umane addossate al muro del sacro luogo. La prima reazione fu di sviare, ma, come se una forza arcana dominasse le mie scelte, fui attratto da quei due. Avanzai, stordito da una nuova curiosità.
Nell'aria si avvertiva qualcosa di insolito; gli elementi naturali stessi ne erano protagonisti. Il plenilunio era rotto di tanto in tanto da chiazze di nuvole che con l'irrequieto chiaroscuro conferivano un'atmosfera magica al paesaggio.
La mia presenza non sembrò turbarli; avvertii che non interferivo nel loro rapporto e mi accostai fino a sentire e capire di cosa stessero discutendo.
I due erano lì da qualche tempo perché, chiamandosi per nome attestavano di conoscersi; eppure non avevano nulla in comune, neanche i tratti fisici.
Uno, Gaspare, appariva persona ordinaria, comunissima che non vale la pena descrivere.
L'altro, Respitori (è il nome che sentii pronunciare da Gaspare ma non sono certo che fosse quello giusto) era persona in vero specialissima. Il volto faceva pensare ad un essere soprannaturale. Lo sguardo fiero, dolce, saettante sembrava potesse svelare i segreti della vita; mascelle forti e zigomi decisi ponevano in risalto un naso ben modellato. Le labbra sottili e virili si aprivano talvolta ad un sorriso malinconico che

marcava le rughe che gli attraversavano le guance. La fronte ampia e spaziosa su due spesse sopracciglia. La carnagione di un bianco perla richiamava alla mente marmi di sculture rinascimentali. Poderoso il petto; di statura dominante rispetto al suo interlocutore. I capelli, di un castano chiaro, inanellati sul collo e sulla fronte erano
la parte angelica del soggetto: leggeri, vaporosi, morbidi, pronti - davano l'idea - a tramutarsi in ali.
Colsi spezzoni della loro conversazione, incapace di sottrarmi al magnetismo di Respitori. Gaspare incalza con domande "difficili" e provocatorie; mostra animosità ma Respitori è pieno di una tranquilla saggezza patriarcale. Le sue risposte sono puntuali, sapienti. Presi disordinati appunti che, ora, solo in parte posso utilizzare. La conoscenza della stenografia mi sarebbe tornata molto utile in quel frangente.
Ecco quanto mi è possibile trascrivere oggi: ..,"Le disuguaglianze, le disparità sono tali solo in apparenza. Il segno "più" reca ineluttabilmente il segno "meno"..."Troppo speso l'animalità che è nell'uomo prende il sopravvento. Ciò è peccato grave"..."Il demonio forse non esiste. E, comunque, si veste da carestia, guerra, morte, condizioni alle quali si contrappongono ricche messi, pace, vita" ...*"Al* cospetto di Dio siamo, sì, tutti uguali. Ci sono però spiriti eccelsi che si pongono alla guida di altri. Sono espressione eletta della natura come frutto più maturo, essenza più profumata, albero più rigoglioso"..."L' anima che è in noi sopravvive. Rimane nello spazio non come entità autonoma, ma come componente di una forza vitale che percorre e rinnova le galassie. È come un debole alito che diventa vento impetuoso man mano che altri aliti lo ingrossano"...
Gaspare appariva turbato dalla sapienza di Respitori; ammise che alcuni dubbi erano vinti ma sostenne con protervia che i problemi quotidiani importanti restavano irrisolti. "Ti mostrerò gratitudine ora ed in futuro se appagherai una mia forte curiosità" - interloquì Gaspare - .
Respitori: "Dimmi pure figliolo. Io ho il dovere di volerti bene".
Gaspare: "Quale squadra vincerà il campionato di calcio di serie A?".
Respitori vacillò. Non era preparato a richieste di questo tipo. Poteva darvi risposta ma dalle mille e mille ipotesi di contraddittorio era esclusa la vacuità.
Tacque!
Gaspare: "Me lo dai un aiutino?
Respitori risponde con voce strozzata: "Si sentiamo. Di che si tratta?"
Gaspare: "Se mi vuoi veramente bene, mi devi dire se sulla ruota di Roma usciranno 27, 57 e 72".
Respirori: "Quale ruota?"
Gaspare: "Quella del lotto. I numeri che vengono sorteggiati il sabato. Che dici, usciranno?"
La risposta non arrivò. Respitori improvvisamente si dissolse. Gli angeli - solo allora capii che Respitori lo era - non trattano questioni venali o di tornaconto personale.
Gaspare impaurito arretrò, chiamò a gran voce. Lo cercò; infine convintosi di essere solo (la mia presenza non valeva) si allontanò mugugnando: "Non mi capacito che una persona così per bene possa comportarsi in modo villano. Se ne va senza neanche un

ciao. Diceva bene mio nonno buon'anima: non ti fidare di chi ti vuol bene a parole. Mah! Chissà dove andremo a finire di questo passo. Cose turche!Cose turche!"
La mia funzione di cronista si esaurisce qui. Non ho altro da aggiungere se non proporre una mia personale riflessione: l'inviato di Dio, approdato sulla terra in groppa ad una stella cadente, aveva fatto un viaggio inutile. Una missione senza esito.
Non chiedetemi perché ho riferito. A questa domanda soltanto Domineddio potrebbe rispondere.

DALLA PAROLA ALLA PAROLA

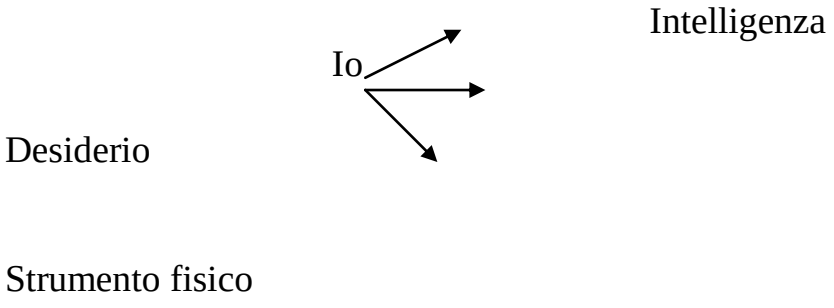
attraverso le parole

di Antonello Mei

"Conosci te stesso…". Questa formula era incisa sul frontone del tempio di Delfi, ma ben pochi hanno saputo darle la giusta interpretazione , non che abbiamo la pretesa di darla noi ma proviamo a partire da quest'affermazione per capirci un po' meglio. . Chi è questo <<te stesso>> che dobbiamo conoscere? Si tratta forse del nostro carattere, delle nostre debolezze, dei nostri difetti, delle nostre qualità?… No, se il conoscere se stessi fosse solo questo, i saggi non avrebbero mai inciso un tale precetto sul frontone del tempio. Certo la conoscenza di tutti questi aspetti è necessaria, ma non è sufficiente. La conoscenza di se stessi va molto oltre. Conoscere

sé stessi vuol dire, prima di tutto, diventare coscienti dei vari ‘corpi’ (intelligenza, desiderio) e strumenti/mezzi (fisico) di cui siamo composti.

Se diamo uno sguardo alla storia dell’umanità nel suo insieme fin dai tempi remoti non possiamo non accettare la presenza di persistenti conflitti che hanno lacerato la compagine e l’armonia sociale caratterizzandone il rapporto in modo rilevante. Lotte a volte cruente a tutti i livelli: politico, economico, religioso condotte in nome di qualche ideale che in seguito è stato dimenticato o perfino rigettato.
D’altra parte non sono mancati e non mancano insegnamenti adeguati, né l’intelligenza per comprenderli; e allora, possiamo chiederci, che cosa non va nella struttura mentale dell’uomo? Nel suo cuore mancano forse l’armonia e l’amore?
L’essere ha in sé illimitate possibilità e capacità con libertà di poterle sviluppare ed esprimere; può essere buono o malvagio: dipende dal movente e dalla direzione che imprime alle sue energie psichiche.
E’ evidente che qualche cosa non è stata afferrata, qualche lacuna o debolezza non è stata, forse, presa in debita considerazione, trascurata, ha fatto irrobustire aspetti deteriori della sua struttura mentale.
Sappiamo che i vari rapporti umani sono intessuti di “desideri-interessi egoici” che procurano godimento. Il problema psicologico dell’uomo consiste in quell’istanza fondamentale che conosciamo come desiderio.
Desiderio di auto-preservazione, di auto-riproduzione, di auto-affermazione – con tutte le conseguenze che ne derivano - desiderio di godimento intellettuale o di conquista mentale del vero; desiderio profondamente radicato, di felicità spirituale. Il desiderio costituisce il motore propulsore, ma non bisogna dimenticare i mezzi-strumenti mediante cui esso si esprime e gli oggetti stessi del desiderio.
Possiamo sintetizzare la vita dell’uomo in termini di *voglie* sottostanti, brame e aspirazioni acquisitive che portano ad appagare quel suo centro-io, fonte causale di ogni moto evento.
Se consideriamo,così,la struttura psico-fisiologica dell’individuo, accertiamo in essa un centro galvanizzante , un desiderio condizionante e un veicolo fisico, strumento di contatto. Possiamo, così, cominciare, grossolanamente, a rispondere alla domanda incisa sul frontone del tempio di Delfi. Conoscere se stessi vuol dire diventare coscienti dei vari ‘corpi’ di cui siamo composti e poi dei principi che li animano, dei bisogni che essi manifestano e degli stati di coscienza loro corrispondenti.



L'io si serve di certe sue peculiari qualificazioni per procacciarsi i mezzi atti a soddisfarsi. Sappiamo che i desideri sono innumerevoli, ma possiamo classificarli in desideri di vita organica, affettivi, intellettivi e spirituali.
Lungo la storia l'individuo a badato soprattutto alla *quantità* delle acquisizioni, più che alla qualità; più a soddisfare l'esigenza immediata che quella a lunga scadenza; a far trionfare i propri desideri; a far trionfare i suoi propri desideri senza armonizzarsi con il gruppo a cui appartiene. Possiamo ancora dire che ha operato poco sull'intelligenza, molto sul suo strumento fisico di contatto e che si è interessato soprattutto ad espandere il desiderio e a procurarsi quei mezzi che operano per soddisfarlo. L'uomo non ha però toccato il problema di fondo: quello che concerne la natura del desiderio e dell'io in quanto ente individuato accaparratore e divoratore di godimenti eterogenei.
I motivi che condizionano la scarsa armonia interiore possono sinteticamente raggrupparsi in quattro fattori principali, che cominceremo con l'esaminare per rispondere, almeno in parte, all'esortazione che ci ha anima-to.

1. Ipervalutazione egoica.
2. Innaturale attaccamento ai beni materiali.
3. Povertà di cultura psicologica o conoscenza di sé.
4. Pretendere l'applicazione dei principi superiori solo dagli altri.

L'egotismo nasce dal senso dell'*io sono io* in quanto *individuo* separato e isolato, in quanto ente contrapposto e in contraddizione con gli altri. Il senso dell'*io sono io* possiamo dire, costituisce la radice di molti mali, anche perché esasperato, ipervalutato e glorificato. Il rapporto umano è caratterizzato dal principio egoico. Ogni conquista scientifica, artistica, politica ecc., viene esaltata come espressione dell'io. Eppure l'uomo non fa altro che svelare l'intelligenza di leggi, bellezza, armonie preesistenti.
Il sentirsi "individui assoluti" scaturisce da un'illusione. Quell'io che tentiamo di assolutizzare è parte integrante non soltanto della propria specie , ma della vita universale. Un io può vivere ed esprimersi perché vivono ed operano altri due io. Un io può venire in esistenza proprio perché altri due io hanno determinato la sua nascita.Vediamo già che non possiamo sentirci tanto 'assoluti'! Il senso dell'io può essere espanso, esaltato, o armonizzato, dipende dalla particolare direzione che gli si vuole imprimere. Maggiore è l'attaccamento al suo sé conflittuale e minore è la sua maturazione psicologica. Così che il senso dell'io trova armonizzazione nella misura viene correlato al gruppo, vive come parte del tutto.

.

L'ANGOLO DELLA POESIA

AVVISO AI NAVIGANTI
di Marco Masolin

RICORDI

Volano sirene confuse dal tempo
dentro i banchi tarlati della memoria.
si agitano come mandrie impazzite
in quella calca indefinita e bugiarda
fatta di ricordi, fantasie deviate,
sogni ottusi e falsità.
Sono loro le sirene cangianti
della nostra vita che tremano
ad ogni rintocco di ciglia
e ti illudono che il tempo sia ancora qui
a giocare tra le pieghe della tua esistenza.
T'inebriano con il loro canto dolcissimo,
ma tu inutilmente cercherai di prenderle,
inutilmente proverai a possedere anche solo
un briciolo della loro vita. Sono solo aria,
nebbia cristallina dove tutto cambia al solo leggero alitare
del vento della vita. Ed a te non rimane altro
che guardarle impallidire dietro lo scorrere
di un giorno qualunque. Domani torneranno
come sempre ad inchiodare un vecchio alla sua storia,
al suo tempo, alla morte che dietro quella nebbia sottile
si agita tranquilla e sicura che il domani sarà suo.

CATECHISMO ESSENZIALE DELLA CHIESA CATTOLICA

5×5
Domande e Risposte
di Marco Erga

In che cosa consiste la natura missionaria del cristiano?
La natura missionaria del cristiano consiste nel fatto che egli si dispone gioiosamente a consegnare al futuro il deposito della fede che ha ricevuto dal passato.

Che cosa è il deposito della fede? Chi lo garantisce?
Il deposito della fede è l'insieme delle verità da credere. Lo garantiscono la Tradizione, la Scrittura e il Magistero.

Che cosa è la Tradizione?
E' la Tradizione che sugli insegnamenti e sulle opere di Gesù proviene direttamente dagli Apostoli. Questa, che precede anche gli scritti, si distingue dalle "tradizioni" storiche che conserva, modifica e modifica sotto la guida del Magistero della Chiesa.

Che cosa è la Sacra Scrittura?
La Sacra Scrittura è la Parola di Dio messa in iscritto per l'ispirazione dello Spirito Santo.
Chi è dunque l'autore della Sacra Scrittura?
L'autore della Sacra Scrittura, attraverso l'ispirazione dello Spirito Santo, è Dio stesso.

LETTERE IN REDAZIONE

(a cura di P. Franco Stano)

"Egregio Direttore, un sito internet in questi giorni gridava in rosso vivace: Siamo socialisti! E benché io non possa dimostrare che si trattasse di un propter hoc piuttosto che di un post hoc sul declino da parte del Papa dell'invito a visitare la "Sapienza", pure in tal senso un sospetto mi rimane. E mi domando dove sia finito il socialismo pensoso dei socialisti di una volta: nientemeno sono arrivati i figli di tanta tradizione a rendersi visibili dello splendore di colui che hanno attaccato, pianeti modesti e irrimediabilmente tali. E mi viene in mente che forse potrebbero parafrasarsi alcune parole del vangelo. Gesù una volta, esaltando l'onestà mentale dei suoi persecutori, disse che alla fine avrebbero guardato "a colui che hanno trafitto". Qui, molto, ma molto più modestamente, bisognerebbe dire: Vivranno all'ombra di colui senza il quale non potrebbero starsene che remissivamente a un canto. Anzi, a un cantuccio… Che ne pensa lei? (Adelina Frei)

Senza nulla aggiungere, signora Adelina, debbo dire che condivido il suo pensiero. Del resto, non ci meraviglia più di tanto il fatto che un po' alla volta tutto scemi (PFS).

"Direttore carissimo, non credo proprio che l'Italia abbia vissuto un bel momento davanti al mondo e davanti a se stessa per i fatti della Sapienza. Tanto più che il Papa non si è mica proposto; lo hanno invitato. Lei m'invita, io vengo e suo figlio vestendo i miei panni, che non capisce e che non gli vanno a genio, mi caccia via… Mi dica, Direttore, sono io che non capisco o c'è qualcosa che non funziona?" (Giovanni Testardi)

*Come se dirle una parola fosse semplice, caro signor Giovanni. A**l Papa, invitato, è stato impedito di fare ciò per cui era stato invitato.** E questa cosa sembra a noi molto più che una mancanza di garbo: sembra un inutile sfregio al buon senso. Se tuttavia lei vuole conoscere la posizione de La Bacheca, può dare una occhiata all'articolo inserito nell'ultima pagina del mese precedente dove, appunto, si commentava il sofferto avvenimento. Saluti carissimi (PFS).*

"Ci sarà data, egregio direttore, l'unità dei cristiani? Credo che sarebbe una gioia per la Chiesa e una grande festa per il mondo!" (Agostino Pari).

E' ciò per cui preghiamo ogni giorno, signor Agostino. Ciò per cui la invitiamo a pregare. Certo che ci sarà data l'unità. Per essa pregò Gesù. Ricorda? "Perché siano una sola cosa", egli disse. E vuole che la preghiera di Gesù sia meno forte dei capricci umani? No, non può essere proprio. Ci sarà data, certo. Ma abbiamo tutti bisogno di rinnovare la testa e il cuore. Preghiamo per questo e animo aperto alla speranza. Mi creda. (PFS)

L A B A C H E C A

Sussidio aperto a cura dell'Ufficio del Cappellano Coordinatore Nazionale della Polizia di Stato

ANNO IV – N.3

Direttore responsabile
Padre Franco Stano

www.cappellanipolizia.it - e-mail: cappellanipolstato@chiesacattolica.it -
tel. 06/46535574 - fax 06/46535311

LA PREGHIERA*

Canta, dunque, come il viaggiatore; canta e cammina

senza indietreggiare, senza voltarti.

Qui canta nella speranza, lassù nel possesso.

Questo è l'alleluia della strada, quello è l'alleluia della patria

(Sant'Agostino)

**Sulla base di questo testo di Sant'Agostino, la preghiera che proponiamo tende a creare un rapporto tra le parti o le circostanze della vita e la preghiera stessa.*

AL MATTINO

Signore, che tutto governi, concedi a noi di essere durante questo giorno che viene in pace totale e in perfetta salute, tu che ci hai conservato in questa notte. Manda il tuo angelo a guidarci. Abbi misericordia di noi. Secondo la tua grande bontà, cancella le nostre colpe. Fa' che nessuno di noi oggi sia separato dalla tua grazia. Sii per noi il Dio che perdona e orienta. Non abbandonarci e fa' che troviamo grazia davanti a te e al Cristo tuo Figlio, nel quale hai gloria e potenza con lo Spirito Santo, ora e sempre nei secoli dei secoli. Amen.

IL SANTO DEL MESE

SAN TURIBIO ALFONSO
(1538-1606)

Turibio nacque in Spagna, fu professore di diritto alla famosa università di Salamanca, la più importanta di quella Nazione. L'austero Filippo II lo nominò vescovo di di Lima, in Perù. Il suo impegno religioso fu straordinario ed egli difese i diritti degli indigeni oppressi contro l'arroganza dei padroni dissoluti e tirannici.

DALLA FEDE ALL'IMPEGNO

DICIOTTESIMO SECOLO

Il secolo diciottesimo è caratterizzato da quel movimento culturale complesso e difficile da definire che va sotto il nome di illuminismo. Tale movimento annuncia l'esaltazione della razionalità pura contro ogni visione fideistica dell'uomo e della natura; combatte i valori consacrati dalla tradizione, si affida completamente alle capacità rinnovatrici della ragione e chiude a quella che definisce barbarie medioevali. Nasce in Inghilterra donde passa in Francia, quindi in Germania e in Italia. Esso assume in Francia una colorazione politica, religiosa in Germania, sociale in Italia. Soprattutto in Germania, l'Illuminismo, che s'impone in ambiente protestante, tende a ridurre il cristianesimo ad una religione naturale; in Francia, invece, mantiene un atteggiamento di disinteresse e di opposizione radicale alla fede religiosa. E proprio in Francia viene pubblicata l'«Enciclopedia», diretta da Diderot e D'Alambert, con lo scopo di svincolare il sapere da ogni dimensione acritica e di sottoporlo ai lumi della ragione. La Chiesa, che dei valori tradizionali è depositaria e garante, si sente immediatamente minacciata, ma non riesce ad esprimere in questo secolo figure il grado di contrastare con efficacia la forza del movimento illuminista. In Francia si va rafforzando il nazionalismo della Chiesa gallicana; contemporaneamente cresce la presenza giansenista e il rigore severo di questa visione del cristianesimo ha conseguenze negative sulla vita religiosa del popolo. Tende ad affermarsi una Chiesa nazionale anche in Austria, una Chiesa che trova la sua espressione nel Giuseppinismo, legato, come il nome stesso suggerisce, all'imperatore Giuseppe II, grande figura di regnante, illuminato, capace di riforme e di attenzioni nei riguardi del popolo; egli impose, tuttavia, un puntiglioso controllo sullo stato della Chiesa, sciogliendo, tra l'altro, tutti gli istituti religiosi presenti nel suo regno salvo quelli dediti all'educazione e all'assistenza ospedaliera. Si deve anche a lui quell'editto di tolleranza, che consentì libertà di culto ai protestanti. Egli trovò rigorosa opposizione in Pio VI, una opposizione che, comunque, non scosse minimamente il sovrano austriaco. Si rafforzano le scoperte scientifiche e, in relazione a queste, si determina la prima rivoluzione industriale, fra entusiasmi e inquietudini. Sotto la spinta del sapere critico e della ragione elevata a dignità assoluta, gli antichi regimi vacillano e il secolo assisterà, negli ultimi decenni a rivoluzioni di portata storica. La rivoluzione americana si concluderà con l'assoluta indipendenza degli stati d'oltre oceano dalla madre patria inglese, mentre la rivoluzione francese, la rivoluzione per eccellenza, esplode il 14 luglio 1789 con l'assalto alla Bastiglia. E' rivoluzione cruenta e, in quanto tale, trova la sua espressione massima nel "Terrore". Conviene tener presente che, al di là dei metodi, del resto condannati dalla storia, e al di là dei risultati immediati, resi vani dall'imporsi di Napoleone I, le istanze di libertà, di uguaglianza e di fraternità, insite in quel fatto rivoluzionario, erano positive e cariche di futuro. Gli ultimi anni del secolo vedono l'ascesa politica e militare di Napoleone Bonaparte. Così come vedono

una doppia mortificazione per la Chiesa: lo stabilirsi della prima Repubblica Romana e la traduzione in prigionia di Pio VI.Per quanto riguarda la Chiesa occorre notare che per la prima volta si determina in Francia una separazione netta fra Stato e Chiesa. Nomi illustri in Italia sono Alfonso Maria De' Liguori e Paolo della Croce, fondatori rispettivamente dei Redentoristi e dei Passionisti.

da "Il Canto Perenne"

PERSONAGGI DELL'ANTICA ALLEANZA

di Angelo Di Nicola

GIUSEPPE

Giacobbe, le cui vicende abbiamo approfondito la volta scorsa, ebbe dodici figli l'ultimo dei quali, Giuseppe, eredita le promesse divine fatte ai padri.
Ma, proprio a causa della predilezione paterna, egli è invidiato dai fratelli e viene allontanato e venduto di nascosto di Giacobbe a dei mercanti stranieri di passaggio. Benedetto da Dio, tuttavia, trova grazia presso il padrone cui è posto a servizio, l'egiziano Putifar.
Ma le forze del male congiurano contro di lui: la moglie di Putifar si invaghisce di Giuseppe e cerca di portarselo a letto; egli, riconoscente verso il padrone, rifiuta, al che la donna lo accusa ingiustamente e Putifar lo fa gettare in carcere.
Qui Giuseppe ha visioni ed interpreta sogni. E proprio grazie a questa capacità di interpretare i sogni viene liberato dall'inferno in cui è precipitato: infatti vaticina al faraone in persona, interpretandone i sogni, sette anni di grande abbondanza di raccolti e sette anni di grande carestia, cosicché il faraone fa costruire degli enormi magazzini dove raccogliere il grano durante i sette anni di abbondanza per poterne poi disporre durante gli anni di magra. Le premonizioni si avverano effettivamente e Giuseppe viene elevato al rango di primo ministro d'Egitto, dalla condizione di schiavo e carcerato in cui versava.
Nel frattempo la carestia non ha risparmiato Israele e anche i suoi fratelli sono costretti a recarsi in Egitto per procurarsi grano per non morire di fame.
Giuseppe non tiene in conto il male ricevuto: prima fa finta di non riconoscere i fratelli, quindi, commosso, si rivela loro provvedendo il grano e chiama in Egitto anche l'anziano padre Giacobbe, incredulo e felicissimo per avere ritrovato il figlio creduto morto, e l'ultimo nato Beniamino. Da questo momento si instaura la presenza degli Israeliti in Egitto che durerà circa quattrocento anni durante i quali essi andranno crescendo e sviluppandosi, fino a rappresentare una presenza avvertita come minacciosa dagli Egiziani.

Come sempre la Parola tratta dalla Sacra Scrittura, pur rifacendosi ad un'esperienza concreta, illumina la realtà esistenziale di ogni uomo, ossia può ed anzi deve, in qualche misura, essere attualizzata nella vita di ognuno. Questa esigenza è tanto più importante in quanto, altrimenti, si corre il rischio di prendere la Sacra Scrittura, nel migliore dei casi, come una serie di avvenimenti senza addentellati nella vita concreta di tutti i giorni. Dal che consegue, come troppo spesso avviene, che, anche durante l'Eucarestia, la proclamazione delle letture venga vissuta spesso superficialmente, con senso di noia, senza possibilità che la parola venga calata nella vita di chi ascolta. Questa Parola d'altro canto, fatta carne, è Cristo stesso, Verbo di Dio, che vuole farsi incontrare dagli uomini e dar loro la vita vera.
Così, Giuseppe è figura del servo umile di Dio che accetta la volontà del Padre, magari non comprendendola in tutto il dispiegarsi degli avvenimenti, spesso ostili e dolorosi, fino a prendere su di sé il peccato altrui. Disprezzato come il più piccolo, invidiato a causa dell'elezione, viene allontanato. Accusato ingiustamente viene gettato in carcere ed annientato. Ma la potenza di Dio lo eleva dagli abissi più profondi per elevarlo (primo ministro dell'Egitto) e farne la pietra angolare della costruzione che Dio stesso ha predisposto.
Tutto ciò che è prefigurato in Giuseppe, soprattutto, si compirà pienamente in Gesù Cristo: povero, umile, disprezzato, rifiutato, crocifisso come un malfattore, fino a farsi Egli stesso peccato per gli uomini (cfr. Is, 53 Il Servo di Jahwè), Dio lo trae dalla fossa della morte e lo costituisce Kyrios, Signore del cielo e della terra. Ed Egli chiama a sè tutti gli uomini, anche quelli che lo inchiodarono su una croce (cioè tutti noi), per prenderli con Lui e donare loro la vita.

PER UN VOCABOLARIO CRISTIANO

CARISMA

Il termine greco carisma (χάρισμα, "charisma"), dal sostantivo χάρις, "cháris" (grazia), può designare tutti i doni di Dio che sono irrevocabili, specialmente quel dono di grazia che ci viene da Cristo e culmina nella vita eterna. Di fatto, in Cristo, Dio ci ha colmati di grazia e ci accorderà ogni sorta di doni.
Il primo dei suoi doni è lo Spirito Santo, che è effuso nei nostri cuori e pone in essi la carità. L'uso tecnico della parola carisma si intende essenzialmente nella prospettiva di questa presenza dello Spirito, che si manifesta con ogni sorta di dono gratuito.
Già nel VT la presenza dello Spirito di Dio si manifestava negli uomini che ispirava con doni straordinari, che andavano dalla chiaroveggenza profetica, alle estasi ed ai rapimenti misteriosi. Isaia collegava allo Spirito i doni promessi al Messia, Ezechiele il mutamento dei cuori umani, mentre Gesù annunziava l'universalità della sua

effusione sugli uomini. Negli Atti degli Apostoli si manifesta fin dal primo giorno della Pentecoste, quando gli apostoli divulgano in tutte le lingue le grandi opere di Dio. È il segno che Cristo, esaltato dalla destra di Dio, ha ricevuto dal Padre lo Spirito promesso e l'ha effuso sugli uomini.
In seguito, la presenza dello Spirito si rivela in modi diversi, con la ripetizione dei segni della Pentecoste, specialmente dopo il battesimo e l'imposizione delle mani, con l'azione dei profeti, dei dottori, degli annunziatori del vangelo, con i miracoli e le visioni.
Questi carismi particolari sono accordati, in primo luogo, agli apostoli, ma si incontrano anche nelle persone che li circondano, sempre destinati al bene della comunità che cresce sotto l'influsso dello Spirito Santo.
La predicazione dell'apostolo Paolo è accompagnata da Spirito e da opere di potenza, cioè da miracoli: egli stesso parla in lingue e ha visioni. Le comunità riconoscono che lo Spirito è dato loro dalle meraviglie che egli compie in mezzo a loro, dai doni più vari che egli accorda loro.
I doni dello Spirito sono diversissimi, come sono diversi i ministeri nella Chiesa e le opere degli uomini. Ciò che crea la loro unità profonda è il fatto che provengono dall'unico spirito, come i ministeri provengono dall'unico Signore e le opere dall'unico Dio.
Gli uomini, ognuno secondo il suo carisma, sono gli amministratori di una grazia divina unica e multiforme. Il paragone del corpo umano permette di intendere più facilmente il riferimento di tutti i doni divini allo stesso fine: sono dati in vista del bene comune, concorrono tutti insieme alla utilità della Chiesa, Corpo di Cristo, così come tutte le membra concorrono al bene del corpo umano, ognuno secondo il suo ufficio.
La distribuzione dei compiti è ad un tempo compito dello Spirito e compito di Cristo, che dona la grazia divina secondo il suo intendimento. Ma nell'uso di questi doni ognuno deve pensare anzitutto al bene comune.
In Paolo non troviamo una classificazione ragionata dei carismi, pur se vengono enumerati a più riprese, ma è possibile riconoscere i vari campi di applicazione in cui i doni dello Spirito trovano posto: in primo luogo, taluni carismi sono relativi alle funzioni del ministero (quelli degli apostoli, dei profeti, dei dottori, degli evangelisti, dei pastori); altri concernono le diverse attività utili alla comunità (servizio, insegnamento, esortazione, opere di misericordia, parole di sapienza o di scienza, fede eminente, dono di guarire o di operare miracoli, parlare le lingue, discernimento degli spiriti).
Queste operazioni carismatiche, che manifestano la presenza operante dello Spirito, non costituiscono evidentemente delle funzioni ecclesiastiche particolari e si possono incontrare nei titolari di altre funzioni. Così Paolo, l'apostolo, parla in lingue e compie miracoli. La profezia ora è presentata come un'attività aperta a tutti, ora come una funzione. Le vocazioni particolari dei cristiani sono parimenti fondate su carismi: l'uno è chiamato al celibato, l'altro riceve un altro dono. Infine, la pratica della carità, principale tra le virtù cristiane, è essa stessa un dono dello Spirito Santo.

I carismi non sono una cosa eccezionale, anche se alcuni tra essi sono doni straordinari, come il potere di fare miracoli, e tutta la vita dei cristiani e tutto il funzionamento delle istituzioni ecclesiastiche ne dipendono interamente. Con essi lo Spirito di Dio governa il nuovo popolo su cui è stato effuso in abbondanza, dando agli uni potere e grazia per compiere le loro funzioni, agli altri potere e grazia per rispondere alla propria vocazione e per essere utili alla comunità, affinché si edifichi il corpo di Cristo.
Il carisma non è la salvezza ma il dono di una vita spesa al servizio dei fratelli. "*Ciascuno metta al servizio degli altri il dono che ha ricevuto, come buoni amministratori della multiforme grazia di Dio*" (I Pi. 4,10). Il dono della salvezza non diventa nella fede un possesso del singolo credente, un tesoro individuale, ma una fonte di doni. Il credente ha ricevuto il carisma della grazia per essere lui stesso in grado di dare.

Nicla Filippi

APPUNTI
SULLA DOTTRINA SOCIALE CRISTIANA

di Rocco Cifarelli

LA SALVAGUARDIA DELL'AMBIENTE

La lode a Dio per la bellezza del creato percorre tutta la Sacra Scrittura. Il Salmista, ad esempio, recita con gioia: "Quanto sono grandi, Signore, le tue opere! Tutto hai fatto con saggezza" (Sal 104,24). La stessa opera di salvezza e di redenzione viene descritta nella Scrittura come una nuova creazione. Isaia ci parla, ad esempio, di quel giorno in cui "tutto il deserto diventerà un giardino... e la giustizia regnerà nel giardino..." (Is 32, 15-18). Nel Nuovo Testamento, invece, è lo stesso Cristo ad essere descritto come colui che inaugura una nuova armonia nel mondo e, pertanto, "se è uno è in Cristo, è una creatura nuova; le cose vecchie sono passate, ecco ne sono nate di nuove" (2 Cor 5,17).
Tuttavia, soprattutto nell'epoca moderna, il rapporto tra l'uomo e l'ambiente è divenuto difficile e complesso. Infatti, assistiamo ad uno sconsiderato sfruttamento delle risorse naturali e ad una continua manipolazione della natura tramite la tecnologia. Questi comportamenti sono il frutto di una "diffusa concezione riduttiva che legge il mondo naturale in chiave meccanicistica e lo sviluppo in chiave consumistica; il primato attribuito al fare e all'avere piuttosto che all'essere causa gravi forme di alienazione umana" (*Compendio della Dottrina Sociale della Chiesa* n. 462). Il Magistero della Chiesa non condanna a priori i risultati della scienza e della tecnica, ma si oppone all'ideologia scientista e tecnocratica, la quale tende ad

"una visione dell'uomo e delle cose slegata da ogni riferimento alla trascendenza" (n. 464). La cultura cristiana, invece, riconosce da sempre nelle creature un dono di Dio, alimentando in ciascun uomo un atteggiamento di rispetto verso tutto il creato. Soltanto ponendosi in tale prospettiva, si può comprendere come l'ambiente costituisca un bene collettivo da tutelare e da rispettare. In particolare, le generazioni presenti dovranno consegnare a quelle future un ambiente sano e sicuro, assumendosi la responsabilità di politiche economiche rispettose dei ritmi della natura, considerato che "le risorse naturali sono limitate e alcune non sono rinnovabili" (n. 470). Anche i singoli Stati e l'intera Comunità internazionale devono elaborare con urgenza regole precise, affinchè l'uso dei beni del creato sia sempre al servizio del bene comune e di tutti i cittadini.
Al Magistero non sfugge anche il problema delle biotecnologie, le quali hanno un "forte impatto sociale, economico e politico, sul piano locale, nazionale e internazionale" (n. 474). L'utilizzo delle nuove biotecnologie non può avvenire senza un chiaro utilizzo dei criteri etici e, in particolare, dei criteri di giustizia e di solidarietà. A tali criteri dovrebbero attenersi soprattutto i gruppi che operano nell'ambito della ricerca e della commercializzazione delle biotecnologie.
In definitiva, soltanto attraverso una costante applicazione del principio della destinazione universale dei beni e l'adozione di nuovi stili di vita improntati alla sobrietà, si può giungere a "riscoprire la natura nella sua dimensione di creatura, si può stabilire con essa un rapporto comunicativo, cogliere il suo significato evocativo e simbolico... che apre all'uomo il varco verso Dio, Creatore dei cieli e della terra" (n.487).

ESPERIENZE E ATTUALITA'

LA MIA VITA NON HA PIU' SENSO…

Tante volte ho letto il testo di Matteo, al capitolo venticinquesimo, nel quale Gesù è presentato come Colui che si fa riconoscere nelle persone che sono in difficoltà come per esempio i carcerati.
Noi preti, siamo in genere abili nel tuonare prediche sulla carità ma quando si entra in un carcere, anche solo per celebrare una Messa, si percepisce la nostra inadeguatezza. Emergono in particolare, tutte le nostre precomprensioni, si riflette su ciò che quelle persone possono aver commesso, dai piccoli crimini alle esperienze di omicidio.
Alcune volte sono andato a sostituire il cappellano di un carcere e debbo riconoscere che le Messe sono state talmente partecipate e vive, al punto che preferivo queste celebrazioni a quelle in parrocchia.
E' proprio al termine di una di queste Messe che uno dei presenti vuole parlare con me e mi racconta la sua vicenda che già avevo appreso dai giornali.

“Padre, mi è successo una cosa terribile, continuo a piangere, non so più dare valore alla mia vita. Sono sempre stato una persona integerrima, un tutore dell’ordine ed ora mi ritrovo qui in carcere per un fatto assurdo di cui non mi capacito.
Padre, ho ucciso mia moglie la settimana scorsa.. non so come sia andata…. Ero geloso, mi sono fatto prendere dall’istinto e ho agito… minuti terribili…minuti… che ora vedo sbiaditi.
Mi aiuti, mi dia una mano perché non riesco più a vivere, la mia fede sta crollando.
Ho sempre frequentato la Chiesa, anche oggi sono qui e mi chiedo come possa aver fatto un gesto così assurdo!”.
Lo guardo più volte negli occhi, ha il viso scavato, la testa sempre china, tanto che ancora oggi faccio fatica a ricordare il suo volto. La sua rabbia e il suo dolore per il gesto che aveva compiuto, lo riempiono continuamente di lacrime che abbondanti scendono sul suo viso.
Rimango inizialmente senza parole; poi voglio tranquillizzarlo sul suo rapporto con quel Dio che è sempre disposto al perdono, anche se pronuncio con difficoltà le parole che lo dovrebbero consolare.
Ma lui continua ad insistere: “Che senso ha la mia vita ora che ho perso la persona più cara, cosa dirò ai miei figli, come potrò tornare come prima e riscattare il gesto che è costato la vita alla persona che amavo?”
Più trascorrono i minuti, più mi rendo conto della mia impotenza.
Noto, però, in lui la voglia di sfogarsi con un prete perché la sua fede è forte o meglio pensava che fosse tale, anche se ora sta mettendo tutto in discussione.
Io gli dico: “Il Signore comunque non La abbandonerà mai, non tema, perché Lei sa bene che è un Dio sempre disposto all’amore e al perdono”.
Poi la sua domanda mi ha freddato: “Ma Dio veramente potrà perdonarmi di tutto il male che ho fatto?”Rispondo con un timido sì e lo abbraccio.In quel momento mi sono sentito piccolo, avevo davanti un uomo che non si riteneva più tale.Rimaniamo insieme a guardarci negli occhi per alcuni istanti.
Poi la guardia ci invita a chiudere questa conversazione. Non riuscendo a proferire parole, il mio saluto finale si trasforma in un nuovo e drammatico abbraccio.
Sono questi i momenti in cui si scopre che cosa significhi testimoniare il Cristo non solo a parole, ma soprattutto con i gesti e mi sono venute in mente quelle parole studiate a memoria in Seminario: “ Dio si rivela con parole ed opere intimamente connesse”..Alcuni giorni dopo ho saputo che mi aveva chiamato ma, non essendo il cappellano, non ho potuto avere un colloquio e purtroppo, in seguito, non ho più avuto occasione di celebrare in quel carcere.
Quell’incontro, però, mi ha sicuramente scosso.
Avevo davanti un credente fervido, una persona che, pur frequentando ogni domenica la Messa, in un momento d’ira aveva ucciso la moglie ed ora era lì, davanti a me, senza più certezze.
Stavo pensando a quanti giudizi avevo emesso nei confronti di chi aveva commesso un delitto, senza pensare che sono comunque delle persone, non voglio giustificare nessuno e la giustizia deve fare il suo corso, ma alcune volte si trovano delle persone che hanno capito l’errore fatto e sanno che, in nessun caso, potranno cancellare il

male provocato.Quella ricerca forte della fede e la partecipazione alla Messa non sono legate, secondo me, alla voglia di cambiare aria o al fatto che, non avendo niente da fare, si pensa all'anima.Ho notato, invece, un desiderio sincero di dare un significato alla vita che, a volte, è un non senso o è fatta semplicemente d'istinti e di passioni.Ho scoperto così la mia povertà di peccatore, che giudica a priori e che fa fatica a vivere una logica diversa, quella del Padre Misericordioso o del Pastore che va in cerca della pecora che si smarrisce! (Luca 15)

Don Luigi Trapelli

OPINIONI

IL LAICISMO ILLIBERALE

I professori, il cui manifesto ha praticamente impedito la visita del Papa all'Università di Roma, professano un laicismo illiberale. E cioè ideologico, fazioso, se non partitico, settario, corporativo. Ma il laicismo non è una fede collettiva, né ideologia settaria, né una fazione politica, né una corporazione. Non è una Chiesa e perciò nemmeno un'antichiesa, non cioè una Chiesa di riserva (di scorta) o scelta per far dispetto a quella tradizionale. È invece, in conformità con la tradizione liberale, l'espressione delle ragioni e dei diritti dell'individuo nei confronti di tutte le entità collettive, nei confronti delle Chiese e dello Stato, e dello stesso laicismo quando questo si trincera in chiuso spirito collettivo da fazione ideologica. Il laicismo non è fatto per soddisfare il bisogno di partecipazione e appartenenza (partitica, politica, ideologica, religiosa, ecc.), ma per lasciare libero campo all'espressione della responsabile libertà individuale. Il vero laico preferisce parlare in nome di se stesso e non coralmente, come hanno fatto i sessantasette estensori del manifesto rinnovando un'abitudine cara un tempo all'intellighenzia operante sotto l'egida staliniana. Intanto, non esiste la scienza laica. Esiste la scienza e basta. E col parlare di comunità scientifica non si vuole affatto intendere un'entità superindividuale dominato da spirito (corporativo) di appartenenza collettiva. Continuiamo pure a chiamarla comunità ma per intendere uno spazio aperto non chiuso. Esistono solo individui scienziati che senza rinunciare alla propria autonomia individuale scelgono di lavorare a un progetto, portato a termine il quale sono liberi di scegliere con chi collaborare alla realizzazione del prossimo progetto. Insistere poi sullo "Stato laico", sulla laicità dello Stato, può avere un senso solo se intendiamo lo Stato moderno quale risultato esclusivo della tradizione politica francese a partire dalla rivoluzione giacobina. Rivoluzione che realizzò una democrazia totalitaria, basata sulla rousseauniana "Volontà generale" (sociale, collettiva, una e indivisibile), alla quale dovevano essere socrificate in pratica le volontà individuali o particolari. Una democrazia, quella giacobina, perciò ideologica e illiberale. L'ideologia come surrogato della religione. Gli illuministi giacobini non si attennero, come essi

vantavano, alla ragione, ma si lasciarono guidare dal "mito" della ragione, si abbandonarono al "culto" della Dea ragione. Fu la loro una democrazia, dicevo, totalitaria e cioè non ancora conciliata con il liberalismo. Conciliazione a cui si dedicheranno in seguito i Tocqueville e i Constant influenzati dalla tradizione politica e culturale anglosassone. In riferimento alla quale ha infatti poco senso parlare di "Stato laico" (in contapposizione a stato confessionale come nella Francia illuminista e giacobina) perché esso non è frutto di rivoluzione ideologica, ma di evoluzione, diciamo così, darwiniana in gran parte avvenuta per caso e in modo inconsapevole. Evoluzione politica accompagnata e favorita parallelamente dall'evoluzione intellettuale e culturale verso la concezione liberale, che è alla base della moderna attenzione all'individuo. Non si dà vero laicismo, dunque, senza la valorizzazione liberale dell'individuo. Il cosiddetto laicismo italiano, per la vocazione poco o nulla liberale dell'intellighenzia culturale e delle élite politiche che hanno operato (almeno in epoca recente) nella penisola, hanno guardato quasi sempre al modello francese e non a quello anglosassone. Non pochi di quelli stessi che si fregiavano e si fregiano dell'appellativo "liberale" l'hanno fatto e lo fanno in modo a dir poco ambiguo. Confondendo le ragioni dell'individuo con le istanze collettive, l'deale di libertà con quello di uguaglianza. Piero Gobetti, per esempio, parlava addirittura di "Rivoluzione liberale", ma si sentiva affascinato dalla rivoluzione dei soviet. Sulla sua scia si sono poi mossi gli Azionisti fino a Norberto Bobbio e Galante Garrone. Si trattava di un liberalismo (e, perciò, di un laicismo) chiuso, per non dire settario, risentito. Non aperto e quindi poco liberale, poco laico. In conformità con il modello francese o giacobino gli Azionisti, più che dall'ideale della libertà, erano mossi da quello della perfetta uguaglianza. E scambiavano il concetto giuridico di uguaglianza di tutti davanti alla legge (concetto che nelle liberaldemocrazie governa il diritto, non la morale) con la filosofia politica dell'uguaglianza di tutte le convinzioni o tradizioni religiose e di tutti valori davanti allo Stato. Propugnavano perciò con settarismo giacobino la laicità dello Stato e addirittura un'etica laica, che non può significare altro se non etica di Stato, nella quale si avverte un'eco dello Stato etico teorizzato dal totalitarismo di destra. Ma un vero liberale non può riconoscere allo Stato il compito di confezionare un'etica da imporre a tutti. Inoltre questo laicismo egualitario di Stato in fondo azzera la verità e i valori. Perché si comporta come se una verità valesse l'altra e un valore valesse l'altro. Il che implica che nessuno è ritenuto in sé veramente significativo. Questo laicismo mette fra parentesi o pretende di neutralizzare le convinzioni religiose e i valori rendendo lo spazio pubblico un'asettica tabula rasa in quanto scoraggia ogni loro manifestazione pubblica e cerca di ricacciarli in modo illiberale nella esclusiva sfera privata. È questo laicismo, secondo me, all'origine dell'assurdità e dell'ipocrisia del linguaggio politicamente corretto che per il timore di non maltrattare nessuno finisce per maltrattare le cose più sacrosante. Infine il laicismo in Italia ha assunto carattere ideologico anche perché si è diffuso capillarmente a livello di massa grazie al più grande partito comunista dell'occidente. Partito dichiaratamente antiliberale e che ha avuto perciò la colpa di ritardare ulteriormente l'affermazione in Italia del liberalismo e quindi del laicismo autentico. Non esiste dunque un solo laicismo, ma almeno due. C'è un laicismo liberale, che

ritengo l'autentico, e uno ideologico, portato ad assumere atteggiamenti illiberali come quello di impedire al Papa di parlare all'università. Il primo consiste, come ho già detto, semplicemente nella difesa delle ragioni e dei diritti dell'individuo nei confronti di ogni tipo di entità superindividuale a partire dallo Stato. Compreso lo Stato laico, il quale, come ha dimostrato la storia (pensiamo allo Stato giacobino o a quello marxista-comunista), può risultare altrettanto prevaricante contro l'individuo quanto quello confessionale. Il laicismo antiliberale combatte la Chiesa per surrogarne la funzione collettiva nelle sembianze di Chiesa laica, appunto, e cioè sostituendo alla fede religiosa la proria fede ideologica, alla dogmatica ecclesiastica una dogmatica laica. E allo Stato confessionale uno che ne ripete le caratteristiche in sembianze atee. Il laicismo ideologico vuole soddisfare il bisogno di partecipazione e appartenenza collettiva antagonista. Alla Chiesa e, più in generale, alla religione, per cui tende a professarsi ateo e ad attribuire all'ateismo un ruolo religioso; un ruolo religioso in competizione con la religione. L'ateismo qui in questione non è insomma che il modo ideologico di vivere l'esperienza religiosa. È questo il laicismo ateo risalente all'illuminismo giacobino, al positivismo e al marxismo. Per lo spirito laico-liberale, invece, è un controsenso farsi Chiesa, atteggiarsi a Chiesa, creare insomma altre Chiese o un'altra dogmatica. Realizzare uno Stato come nuova Chiesa tendente a soppiantare quella tradizionale. Esige semplicemente che l'individuo non sia obbligato né a credere né a non credere. Egli ritiene che la verità (e con essa la virtù e i valori) non può essere imposta ed è l'ultimo a presumere di averla mai in tasca. Non esiste la verità laica, ma la verità e basta. Il laico liberale non impone valori, ma caldeggia la loro liberazione. Non ritiene che l'ateismo sia una scelta obbligata. Si tratta di un laicismo insomma che può benissimo convivere con convinzioni e sentimenti religiosi. Come nel caso di esponenti politici di estrazione cattolica quali don Sturzo e De Gasperi, che ebbe fra i suoi collaboratori un liberale DOC come Luigi Einaudi. O nel caso, davvero singolare in Italia, del giornalista Magdi Allan in cui si può ammirare un bell'esempio di laico convinto che professa la religione islamica dei suoi luoghi di origine. Infine, mentre il laicismo ideologico si rapporta al problema del governo come qualsiasi altra fazione (partito) politica, il laico liberale non è interessato tanto alla questione di chi deve governare quanto piuttosto a quella delle regole costituzionali o istituzionali atte a fare in modo che, chiunque (qualunque fazione politica) governi, faccia il minor male possibile. Il vero laico, come il vero liberale, non pretende di stabilire la verità. E ciò non per agnosticismo, ma perché ritiene che sia altro il suo compito. E ossia: favorire una convivenza in cui l'individuo non solo non venga oppresso, ma possa sviluppare tutte le sue capacità. Che il Papa potesse parlare all'Università di Roma è pacifico per un laico animato da spirito liberale. Del resto non si capisce che razza di università sia divenuta quella italiana che si chiude al Papa per aprirsi ormai disinvoltamente a idoli di massa qualsiasi (dello sport, dello spettacolo, ecc.).

Giuseppe Laperchia

LA FRASE

"Il potere, quando è troppo, non è mai abbastanza sicuro" (Cornelio Tacito).

NUTRIRSI BENE PER VIVERE MEGLIO

9 - ACQUA, SALI MINERALI E VITAMINE

Nella nostra disamina dei nutrienti non possono mancare accenni all'ACQUA, ai MINERALI e alle VITAMINE.

L'**ACQUA**, anche se non apporta *calorie* e *non ha alcuna funzione plastica*, rappresenta un elemento assolutamente indispensabile: basti pensare che il nostro organismo è prevalentemente fatto di acqua (essa rappresenta tra il 50% e il 90% del peso corporeo degli organismi viventi, e può raggiungere in alcuni invertebrati marini addirittura il 95% del peso totale). L'interno delle cellule è una soluzione colloidale di macromolecole e macromolecole, dove l'acqua rappresenta l'elemento in cui esse, restando sospese, possono partecipare alle numerose reazioni chimico-biologiche che caratterizzano la vita. L'acqua è importante anche nella regolazione della temperatura corporea: il sudore altro non è se non acqua superficiale (con piccole quantità di sali) che, evaporando, raffredda il nostro corpo.

Anche se l'uomo è in grado di vivere più di 2 mesi senza cibo, tuttavia non resiste più di 3-4 giorni senza assumere almeno un po' d'acqua. Ciò perché ogni giorno perdiamo una certa quantità di acqua, oltre che col sudore, anche attraverso le feci, le urine e la respirazione (***oltre l'acqua che si elimina con le urine e le feci c'è la cosiddetta perdita "insensibile", che è la quota di acqua che si perde attraverso il sudore e la respirazione; essa, approssimativamente, si aggira intorno al ½ litro al dì, ma può essere maggiore se la temperatura ambiente è elevata***). Questa "***perdita***" deve essere reintegrata, in modo da garantire un costante volume corporeo; si parla, infatti, di un vero e proprio **bilancio idrico**: *tanta ne esce, tanta ne deve entrare*!

Oltre che dalle bevande, il nostro corpo assume una buona parte dell'acqua anche dagli alimenti solidi, in particolare dalle verdure e dalla frutta fresca, che ne sono ricchissime.

Da tutto ciò appare abbastanza ovvio il concetto, già in precedenza espresso (cfr capp. precedenti), che **l'acqua non fa assolutamente ingrassare!**

Fondamentali sono anche i **SALI MINERALI**, composti inorganici (non contengono nella loro struttura chimica il carbonio!), che intervengono in numerose funzioni

fisiologiche di tutti gli organismi viventi. Le piante assorbono i sali minerali direttamente dal terreno; gli animali devono invece procurarseli, o direttamente in forma minerale (come ad esempio il comune sale da cucina, che l'uomo ricava dalle saline in prossimità del mare), oppure ingerendo cibi di origine vegetale e/o animale.

Nell'uomo, tra i più importanti sali minerali, ricordiamo:

il **calcio**, assieme al fosforo, è il costituente prevalente delle ossa e dei denti e interviene nel meccanismo della contrazione muscolare;

il **sodio** (Na) ed il **potassio** (K) sono elementi importantissimi nell'assicurare il funzionamento delle "parti elettriche" del nostro corpo, ossia dei nervi e dei neuroni del cervello;

il **ferro**, unendosi all'emoglobina dei globuli rossi, è essenziale nel trasporto dell'ossigeno ai tessuti;

lo **iodio** è un elemento importante degli ormoni tiroidei (essenziali nelle prime fasi della vita per la crescita ossea e per lo sviluppo del cervello).

Oltre a tali elementi sono necessari anche: cloro fosforo, magnesio, cromo, fluoro, rame, cobalto, zinco, nichel, silicio, vanadio, manganese; questi, però, tranne alcuni (come ad es. il cloro, che è accoppiato quantitativamente al sodio), sono necessari in quantità minime, ossia "in tracce", e sono detti perciò *oligo-elementi*.

I minerali sono contenuti in misura diversa negli alimenti sia di origine vegetale sia in quelli di origine animale; pertanto una *dieta variegata*, in condizioni normali, ne *garantisce un sufficiente apporto.*

COME EVITARE LE CARENZE :

FERRO

La carenza di ferro comporta ANEMIA e ASTENIA

- Mangiare giuste quantità di ***carni*,** (il fegato è particolarmente ricco di ferro!), ***pesce*** (le ostriche sono particolarmente ricche di ferro!)**,** ***uova*.** Questi cibi contengono ferro in forma facilmente assorbibile; il ferro contenuto in alcuni vegetali è invece poco assorbibile.

- Consumare ***frutta ricca di vitamina C*** (che favorisce l'assorbimento del ferro!) cfr. avanti (↓)

IODIO

La sua carenza, quando si verifica nell'epoca perinatale, può determinare il cosiddetto CRETINISMO ed il NANISMO DISARMONICO (ossia i tipici "nani del circo", un tempo abbastanza diffusi, oggi meno frequenti a vedersi, grazie allo screening degli ormoni tiroidei cui vengono sottoposti ormai tutti i neonati). Dopo lo sviluppo, la carenza di iodio può determinare il caratteristico "**GOZZO ENDEMICO**", un tempo anch'esso diffuso nelle popolazioni "montanare", lontane dal mare, come per es. chi vive nelle aree montagnose delle Alpi, dell'Himalaya o delle Ande.

- Mangiare spesso il ***pesce***.
- Usare il ***sale "iodato***".

CALCIO

Il fabbisogno giornaliero per un adulto è di circa 1 grammo. Ovviamente nel bambino e nell`adolescente, essendo il loro scheletro in crescita continua, è necessario un apporto di calcio superiore.

- I ***latticini*** rappresentano la più comune fonte del calcio.
- Consumare ***cibi ricchi di vitamina D***, che favorisce l`assorbimento del calcio. Cfr avanti (↓)

LIMITARE IL CONSUMO DEL SALE A TAVOLA

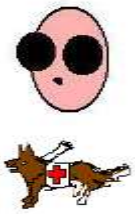
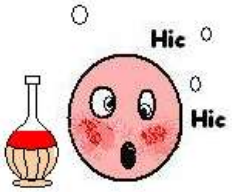
Nel nostro organismo il ***sale*** svolge importanti funzioni: mantiene l'equilibrio tra i liquidi e le sostanze solide, regola la pressione interna delle cellule e assicura il buon funzionamento degli impulsi elettrici. La *cucina occidentale* utilizza abbondantemente il sale per esaltare i sapori; invece dovremmo abituare il nostro gusto ad apprezzare i sapori senza eccedere col sale. Mangiare senza sale è fondamentale per chi soffre di ritenzione idrica, come nello scompenso cardiaco o nella cirrosi; però limitarne la quantità, rispetto a quella solita, rappresenta un indubbio vantaggio per tutti, in quanto contribuisce a prevenire malattie come l'ipertensione o altre patologie cardiocircolatorie, come ad es. l'aterosclerosi. Il sale, richiamando l'acqua, determina un sovraccarico di liquidi che, seppur eliminato in

seguito dai reni, produce un aumento della pressione nei vasi sanguigni; tale regime pressorio rappresenta un sovraccarico per i vasi, che invecchiano più precocemente.

Nota:
Nel sale che si trova in commercio in Italia, il composto principale è il cloruro di sodio (sodio + cloro). Nel sale marino esso viene separato da altri sali, poi viene "raffinato"; infine, a questo sale "fino", viene aggiunto carbonato di magnesio, per evitare l'assorbimento dell'acqua. Un particolare sale in commercio è il "sale iodato", utile per prevenire e combattere le carenze di iodio.

Ora, poiché aggiungere sale ai cibi non è così indispensabile (è solo un'abitudine: basti pensare che il fabbisogno giornaliero per una persona è di circa **5-6 g**!), si potrebbe tentare di ridurne la quantità, con alcuni accorgimenti, come per esempio:
● *evitare di mettere a tavola la saliera*, in modo da non salare le pietanze una volta servite
● *ridurre progressivamente la quantità di sale utilizzata in cucina, fino ad arrivare a quella indispensabile* per accontentare minimamente il palato
● *limitare l'uso di alimenti conservati* (i quali in genere sono eccessivamente salati per ragioni di conservazione) come ad es. prodotti in scatola, dadi, salse e insaccati, i prodotti sott`olio/aceto, ecc.
● *preferire i formaggi freschi a quelli stagionati*
● convincersi che *il pane "sciapo" esalta il sapore dei "secondi "*

Le **VITAMINE** sono dei composti organici molto vari dal punto di vista chimico, e risultano necessarie, anche se in piccole quantità, a tutti gli esseri viventi, perché svolgono funzioni regolatrici sulle attività metaboliche. Potremmo definirle come i "vigili urbani " del nostro metabolismo. La carenza di una o più vitamine provoca degli "ingorghi" e dei blocchi metabolici che possono condurre a patologie anche gravi, le cosiddette ***AVITAMINOSI***. L'organismo (ad eccezione di alcune vitamine, per le quali c`è il contributo di una quota endogena) non riesce a sintetizzarle da sé. Le vitamine possono essere prodotte solo dalle piante; pertanto gli animali devono procurarsele mangiando i vegetali. I carnivori, invece, traggono la loro fonte vitaminica dai depositi contenuti nei corpi degli animali di cui si nutrono (ad es. il fegato rappresenta un buon deposito per diverse vitamine). Esamineremo le vitamine più importanti e più comuni. Di ognuna saranno fatti brevi accenni alle: notizie in generale – la carenza - dove possiamo trovarla

La vitamina **A** 	*La vitamina* **C**	*La vitamina* **E**
La vitamina **K**	**LE VITAMINE**	*La vitamina* **D**
La vitamina **B-1** 		*La vitamina* **B-2**
La vitamina **B-6**	*La vitamina* **B12**	**L'Acido Folico**

VITAMINA A

Utile sapere…	***La carenza…***	***Dove trovarla…***
E' chiamata la "***VITAMINA DEGLI OCCHI*** " ma è importante, oltre che per la retina, anche per le mucose .La carenza di questa vitamina è una delle più diffuse al mondo. Si osserva nei paesi sottosviluppati a causa di un'inadeguata nutrizione (nei paesi industrializzati si verifica invece nelle persone affette da malattie che determinino malassorbimento, come ad es. alcune malattie del fegato, pancreas, intestino…, intolleranza al glutine, gastro-resecati …).	OCCHIO : - secchezza corneale – difficoltà nella visione notturna - sofferenza della retina fino alla cecità notturna –sofferenza del nervo acustico; PELLE: - secchezza della cute con ipercheratosi; MUCOSE: - secchezza dei bronchi con facili bronchiti; - diarrea; - facilità alle infezioni e alla calcolosi renale.	*ortaggi* ***gialli*** ***carote***, ***zucca gialla*** … *ortaggi* ***verdi*** ***lattuga***, ***spinac***i, ***bietola, cicoria…*** *frutta* ***giallo-arancio*** ***albicocche***, ***melone giallo***, ***Kaki…*** oppure ***Fegato, Latticini, Uova***

ACIDO FOLICO

Utile sapere…	***La carenza…***	***Dove trovarla…***
Questa vitamina, la B-12 ed il ferro rappresentano i principali responsabili delle anemie carenziali. Al pari della B-12, è importante per la produzione degli acidi nucleici (e quindi essenziale per i tessuti a rapido ricambio, come il midollo osseo e le mucose). Diversamente dalla B-12, le scorte sono relativamente poche, per cui è più facile la carenza. E' la vera "***VITAMINA DI BRACCIO DI FERRO***"; infatti negli spinaci più che il ferro si trova l'acido folico !!! La carenza è assai frequente negli alcoolisti e nel malassorbimento intestinale; durante la gravidanza ne aumenta il fabbisogno .	ANEMIA, simile all' anemia perniciosa. Alterazioni delle MUCOSE della BOCCA (lingua arrossata, spaccature agli angoli della bocca ..) e dell'INTESTINO (disturbi gastro-intestinali…).	Come lascia intendere la parola stessa ("*FOLICO* ") questa vitamina è contenuta prevalentemente nelle ***verdure a foglia verde…***

VITAMINA B1

Utile sapere…	*La carenza…*	*Dove trovarla…*
Nelle popolazioni orientali con dieta in prevalenza a base di riso, l'introduzione della raffinazione del riso integrale, ha determinato in passato molti casi di carenza. Questa si può verificare oltre che nel malassorbimento e nelle malnutrizioni anche temporanee (il nostro organismo ha scarse riserve di tale vitamina!), soprattutto negli ***ALCOOLISTI,*** ove l'apporto calorico viene tratto dall'alcool piuttosto che dai Cereali ! NB: l'eccessiva assunzione di pesce crudo e thè (che contengono antagonisti della B-1) può favorire la carenza. La vit. B-1 è necessaria per il metabolismo in genere ed in particolare per il buon funzionamento delle strutture nervose e cardiache.	Sintomi neurologici tipo NEURITE PERIFERICA con disturbi sensitivi e motori, nelle forme gravi anche disturbi psichici . EDEMI, CIANOSI A "CALZINA " A "GUANTO " e SCOMPENSO CARDIACO.	La si trova nel ***maiale***, ***interiora***, ***cereali*** e ***pane.*** ***integrali***, ***legumi*** e ***noci*** . *Attenzione: la cottura la distrugge !*

VITAMINA B2

Utile sapere…	*La carenza…*	*Dove trovarla…*
Interviene in numerose reazioni biochimiche del nostro metabolismo. Ha un'ampia distribuzione nei cibi; la carenza perciò si verifica negli ALCOOLISTI e nelle DIETE FORTEMENTE SQUILIBRATE .	BOCCA: bruciore e arrossamento della bocca e della lingua, labbra arrossate, spaccature agli angoli della bocca PELLE : Dermatite seborroica Nelle gravi carenze ANEMIA, CATARATTA, NEUROPATIE.	Ha una *distribuzione ampia*: ***latte***, ***carne***, ***pesce***, ***verdure***, ***lievito di birra*** *Attenzione: la cottura la distrugge!*

VITAMINA B6

Utile sapere…	*La carenza…*	*Dove trovarla…*
E' coinvolta nel metabolismo degli aminoacidi ed è importante per il sistema nervoso. E' definita la "***VITAMINA ANTI-CONVULSIONI***". La carenza è più frequente negli alcoolisti ed in coloro che assumono alcuni tipi di farmaco (per es. antibiotici antitubercolari come l' isoniazide oppure contraccettivi orali, che contengono fattori contrastanti la vit. B-6). In gravidanza ne aumenta il fabbisogno.	SISTEMA NERVOSO: -sofferenza dei *nervi periferici* - la vit. B-6 ha un'azione benefica nel prevenire le *convulsioni* CUTE : - dermatite seborroica, prevalentemente al viso; SANGUE : - anemia.	E' contenuta nella ***carne*** ***cereali integrali***, ***verdure.***

VITAMINA B12

Utile sapere…	*La carenza…*	*Dove trovarla…*
La vitamina B-12 è chiamata la "***VITAMINA ANTI – ANEMIA*** ", la cui carenza determina la nota "anemia perniciosa ", un'anemia molto temuta in passato perché, non conoscendone la causa, era spesso mortale. Oggi si conosce bene il ruolo svolto dalla B-12. E' una vitamina molto preziosa; il suo assorbimento richiede l'integrità dello stomaco che produce un trasportatore specifico; l'organismo, depositandola nel fegato, se ne crea una scorta che gli sarà sufficiente per molti anni; difatti, occorrono diversi anni prima che compaiano i sintomi della carenza. Quest'ultima si verifica nei gastro-resecati, nelle gastriti croniche, nei vegetariani – stretti.	ANEMIA Sofferenza dei NERVI PERIFERICI, sensitivi e motori; nelle forme gravi possono aversi perfino disturbi psichici e cecità .	E' contenuta in alimenti come ***fegato***, ***reni***, ***uova***, ***latte*** . *Ciò può costituire un problema per i vegetariani stretti, che escludono dalla loro dieta qualsiasi cibo di provenienza animale, compresi latte e uova.*

VITAMINA C

Utile sapere…	*La carenza…*	*Dove trovarla…*
Possiamo chiamarla la "***VITAMINA** del **COLLAGENO**",* che è il nostro "silicone" naturale; difatti essa è importante per la sintesi delle fibre collagene; inoltre favorisce l'assorbimento intestinale del ferro e le difese immunitarie. La carenza fu molto diffusa tra i primi marinai transatlantici del '600, i quali erano costretti nei lunghi viaggi in mare a non poter mangiare né frutta né verdura fresca (in seguito alcuni capitani impararono a introdurre scorte abbondanti di LIMONE nelle stive!). Lo SCORBUTO, così viene chiamata la malattia derivante dalla carenza della vitamina C, era diffuso anche nelle popolazioni del nord Europa per la scarsità di frutta acidulo-zuccherina in quelle terre, ma dopo la scoperta dell'America, il problema si risolse con l'introduzione della PATATA; (ecco spiegata la grande fortuna che ha avuto la patata nei paesi nordici!). Ai tempi nostri l'*cido Ascorbico* (altro modo di chiamare la vitamina C) viene utilizzato spesso come additivo antiossidante nelle conserve alimentari.	EMORRAGIE: la scarsità del tessuto connettivo attorno ai capillari determina fragilità con conseguenti emorragie a carico della PELLE, dei muscoli e delle gengive; la scarsità del tessuto connettivo determina anche un'accentuata mobilità dei DENTI, che perciò facilmente cadono.	*Ortaggi **rossi** **pomodori, peperoni** …* *ortaggi a **gemma** **cavolfiori**, **broccoli**…* *frutta **acidulo-zuccherina*** ***arance**, **mandarini**, **limoni**, **pompelmi**, **ananas**, **fragola**, **kiwi**, ..)* *e ovviamente* la ***patata.***

VITAMINA D

Utile sapere…	***La carenza…***	***Dove trovarla…***
E' detta la " ***VITAMINA*** *delle* ***OSSA***" per il suo importante effetto sul metabolismo del Calcio; la sua funzione principale è quella di garantire un bilancio positivo per il calcio, favorendone l'assorbimento intestinale e riducendone le perdite renali . In passato, specie nelle aree urbane del nord, un'alta percentuale di bambini aveva il rachitismo; con l'aggiunta di olio di fegato di merluzzo nella dieta e l'esposizione al sole, si riusciva a curare e a prevenire la malattia. La vit. D in condizioni ideali (per es. buona esposizione al sole)non sarebbe in teoria necessaria nella dieta, appunto perché viene sintetizzata nella cute attraverso un processo fotochimico!	I sintomi si ricollegano alla mancanza del calcio nelle ossa, RACHITISMO nei bambini, oppure OSTEOMALACIA nei grandi (*da non confondere con l'OSTEOPOROSI che è anch'essa una mancanza di calcio nelle ossa, ma non dipende da carenza di vitamina D, bensì da fattori ormonali, per es. menopausa.., che impediscono al calcio di depositarsi nelle ossa!*)	La vitamina D si trova nel ***fegato***, nel famigerato ***olio di fegato di merluzzo*** (ancora alcune generazioni ne hanno un triste ricordo, per il sapore non proprio gradevole! Oggi, però, esistono preparati un po' più accettabili), nelle ***uova*** e nei ***latticini.*** L'esposizione al ***sole***, come abbiamo visto, è molto importante!

VITAMINA E

Utile sapere…	*La carenza…*	*Dove trovarla…*
E' stata ritenuta la "***VITAMINA** della **FECONDITA'*** ", poiché nelle sperimentazioni su animali resi carenti, si osservavano frequenti aborti e sterilità nelle femmine. La stessa importanza per la fertilità non è stata dimostrata ancora nell'uomo. E' certo che essa protegge le membrane cellulari dai processi di ossidazione e quindi dall'invecchiamento (la si potrebbe chiamare anche la "***vitamina della giovinezza*** ")	Una carenza nell'uomo è abbastanza difficile a verificarsi, salvo che non si abbia un malassorbimento dei grassi (come ad es. in alcune malattie del fegato, pancreas, intestino… o intolleranza al glutine…). Essa si manifesta con: DEGENERAZIONE delle strutture nervose; DEGENERAZIONE dei muscoli; ANEMIA EMOLITICA (i globuli rossi sopravvivono di meno, poiché hanno le membrane più fragili	è contenuta nell' ***olio,*** nel ***geme di grano*** e nelle ***verdure***

VITAMINA K

Utile sapere…	***La carenza…***	***Dove trovarla…***
E' essenziale per la sintesi dei fattori della coagulazione e per questo potremmo definirla come "***VITAMINA anti - EMORRAGIA*** ". In ambito umano la carenza da cibo si verifica solo in particolari circostanze dal momento che la flora batterica intestinale, che è in grado di produrre tale vitamina, ci aiuta nel nostro fabbisogno. Una carenza può verificarsi al solito nel malassorbimento. *NB: Per chi assume anticoagulanti orali (farmaci che neutralizzano appunto la Vit. K, in modo da rendere meno coagulabile il sangue e ridurre così il rischio di trombosi) è importante conoscere questi meccanismi, al fine di regolare il dosaggio farmacologico dei farmaci cumarinici.*	EMORRAGIE a vari livelli (pelle, muscoli, organi interni…)	è contenuta nelle ***verdure a foglia verde*** e in minor quantità nella *frutta* ; - è prodotta anche dai batteri che popolano il nostro intestino (=*Flora Intestinale*)

CONCLUDENDO:

Un'alimentazione varia ed equilibrata fornisce sempre in sufficiente quantità tutte le vitamine necessarie!

Attenzione, però: se è vero che le vitamine sono importanti e che nessuna può essere esclusa dalla dieta, è anche vero che non bisogna eccedere nel quantitativo ingerito.

Oggigiorno la tentazione di eccedere deriva sia dall'effetto psicologico di per sé dato dall'assunzione delle vitamine, ritenute da molti il rimedio ad ogni male, sia dalla facile reperibilità di prodotti multivitaminici, che si possono trovare persino nei supermercati.

Bisogna capire invece che un "eccesso" di vitamine può creare dei problemi, al pari della "carenza"!!!

Esistono infatti malattie, chiamate ***IPERVITAMINOSI***, che possono determinare problemi anche seri alla salute.

DIETA CON… RISO

Giuseppe Polino e Roberto Pacini

POLIZIA DI STATO:
RACCONTI PARALLELI
di Giovanni Landi

ER MONNO VA' ARROVESCIO

Da: I raccontini naif, *di Giovanni Landi*

È una vicenda cui mi è capitato di assistere e che debbo raccontare. È accaduta in via della Stamperia a Roma. a pochi passi dalla fontana di Trevi. La strada è affollata di turisti che si muovono in lenta processione ammirati ed appagati delle bellezze della città. Chi è lì per lavoro e vuole procedere con speditezza deve sgusciare con stretti slalom o scalpitare come cavallo al box di partenza. I gruppi di cariatidi col naso per aria a rimirare un civettuolo balconcino od uno scorcio pittoresco sono intoccabili: ospiti, quindi sacri. Io, in transito per quella strada procedo come posso; accelerazioni improvvise e soste forzate. Vivo questi momenti di nervosismo allorchè la mia curiosità è presa da un fatto insolito che capta anche l'attenzione di altri. Rallento il ritmo e l'ampiezza dei miei passi anche quando brevi varchi tra il muro di folla mi consentirebbero maggiore speditezza. Voglio sapere come va a finire questa storia fuori dal comune: un'aggressione in piena regola, in pubblico, con tanti spettatori, con una pattuglia di Vigili Urbani pochi metri più avanti e nessuno che muove un dito.
È uno scontro tra due individui.
Il primo protagonista è un cane di piccola taglia, un volpino con una miscela d'ascendenti, quindi bastardo impuro al cento per cento. Trotterella al fianco del padrone, preso più dagli affluvi che inondano la strada dalle tipiche trattorie che da altro. Il tipo che lo tiene al guinzaglio è un nordico: colore dei capelli, indumenti pratici e solidi, sandali comodissimi ai piedi lo rendono catalogabile come turista scandinavo.
Il secondo protagonista è un comunissimo gatto soriano, romano di cento generazioni, di taglia, colore, stato di salute normalissimi. Il felino è sicuramente di casa in via della Stamperia, ha quindi confidenza col traffico, con l'eterogeneità dei frequentatori della strada. Conosce pure i suoi nemici atavici, i cagnacci dai quali è bene stare lontano.
C'è una profonda istintiva incompatibilità con quei brutti abbaiatori che non meritano neanche stima. Basta osservarli quanto sono sottomessi e viscidi col padrone, pronti a prostituirsi per un osso. Meglio girare al largo da quadrupedi siffatti. Questi più o meno i pensieri di un comune gatto; eppure il nostro soriano alla vista del cagnolino di provenienza lontana dimentica le regole di vita e si accende di un' aggressività incontenibile. Tallona da presso il malcapitato cagnetto colpendolo alle terga con gli artigli ed il poverino non accenna nemmeno ad una difesa. Forse ignora che per legge naturale i ruoli dovrebbero essere invertiti. Cerca riparo nella fuga. Il guinzaglio corto, però, lo blocca e non trova di meglio che fare girotondo intorno al suo padrone,costretto a passare da una mano all' altra l'estremità della treccina di cuoio per aiutare il suo "fuffi" nella poco eroica ritirata.

Lo scandinavo guarda incredulo la vicenda, anche per lui nuova ed innaturale, e non sa come porvi riparo. La gente fa circolo intorno ai tre, diventati attori in una estemporanea arena. Il soriano insiste con maggiore veemenza nella sua azione, né mostra di temere i grossi sandali dell'uomo che avrebbe potuto trasformarsi in poderose teste d'ariete. Il forestiero, però, si contiene, meglio rispettare il gatto per il padrone (una volta si rispettava il cane per il padrone), se tale è il gatto chissà come sarà lui. Conviene evitarlo.
Non attenuandosi l'aggressività del felino e non recedendo il mitico amico dell'uomo dalla sua piatta interpretazione di vigliacco in fuga, al turista non resta altra soluzione che raccogliere il suo bastardino e proteggerlo tra le braccia.
Immeritate carezze consolatorie ripagano la povera vittima. L'impari lotta è finita. Il soriano con passo misurato riguadagna i muri di suo dominio. È serio e freddo come mercenario che colpisce per mestiere. Il cagnetto dalle spalle del padrone lo segue sorpreso ed avvilito; sbuffa ed arriccia il naso; un "bau, bau" appena ringhiato fa pensare al commediante napoletano che si accende di sacro furore e smania di avventarsi sull' avversario solo quando una cortina di robuste braccia lo tiene al riparo. Una signora romana commenta: "er monno va' arrovescio".

DALLA PAROLA ALLA PAROLA

attraverso le parole

di Antonello Mei

CONOSCI TE STESSO (2)

E' possibile una condizione armonica delle varie componenti psicologiche-enrgetiche dell'individuo? Istinto, sentimento e pensiero possono trovare un giusto accordo per una migliore comprensione di noi stessi?
Siamo partiti da questa domanda per cercare di fare "luce" su i vari movimenti che si agitano, troppo spesso disordinatamente, dentro di noi e magari, conoscendoli/ci meglio dargli una direzione più armonica. Abbiamo considerato la struttura psico-fisica dell'individuo composta da un centro psichico che chiamiamo "io", un'intelligenza discriminante, un desiderio condizionante e un veicolo fisico.
Ci rendiamo conto che questo modo di considerare la struttura l'individuo è grossolano ma può tornare utile ai nostri fini: quella di una migliore comprensione di noi stessi, per quanto potremmo utilizzarne altre; in fondo quando studiamo l'anatomia umana utilizziamo varie mappe o carte che illustrano i vari sistemi: osseo, muscolare, circolatorio, nervoso ecc… Anche in geografia vengono usate varie carte: quella fisica, quella politica, quella economica, geologica, e così via.
Anche noi a secondo degli aspetti dell'essere umano che andremo ad approfondire ci serviremo di schemi e suddivisioni, ma prima di ciò vorremmo finire il discorso iniziato il mese scorso.

I motivi che condizionano l'armonia interiore dell'uomo potremmo rintracciarli, avevamo detto , in una ipervalutazione egoica, un innaturale attaccamento ai beni materiali, una povertà di cultura psicologica o conoscenza di sè ed il pretendere l'applicazione dei principi superiori solo per gli altri.
L'egoismo, inteso nel senso del pensare esclusivamente a sè e ai propri interessi senza curarsi degli altri, nasce dal senso ' io sono io ' (ipervalutazione egoica), in quanto individuo separato isolato, in quanto ente contrapposto e in contraddizione con gli altri. Il senso 'dell'io sono io' possiamo dire costituisce la radice di tutti i mali (disarmonie della mente), anche perché viene caratterizzato dal principio egoico. Ogni conquista scientifica, artistica politica viene esaltata come espressione dell'io quando invece, altro non è che lo svelamento dell'intelligenza, le leggi, la bellezza e l'armonia che già sono virtualmente nell'armonia universale. Ecco dunque che il sentirsi individui assoluti ecco che il senso dell'io, esaltato e non armonizzato, prende una particolare direzione energetica che l'ente come individuo vuole imprimergli. Ma dove lo porta? Maggiore è l'attaccamento al proprio sé-conflittuale (io sono io) e minore è la maturità psicologica. Così che il senso dell'io trova armonizzazione nella misura in cui viene correlato al gruppo e vive come parte del tutto.
L'attaccamento ai beni materiali emerge da un errore di discriminazione mentale e conseguente valutazione.
Si crede che ogni oggetto esterno debba apportare felicità. Non occorrono argomentazioni particolari contro questa tesi, gli stessi fatti, distintamente visibili, la smentiscono!
L'inerzia mentale e l'inadeguata educazione istruzionale determinano quell'ignoranza di noi stessi che è fonte di conflitti.
L'uomo conosce molte cose del suo ambiente, ma non conosce ancora che cosa sono le sue energie psichiche il suo modo di pensare e agire, il processo del suo desiderio istintuale , emozionale ed intellettivo.
L'individuo è talmente abituato a proiettarsi con la sua mente-intelligenza fuori di sè, che non trova un momento per pensarsi e risolversi.
Il quarto fattore caratteristico dell'individuo in generale.
Accennavamo la volta scorsa, l'individuo ha insegnamenti che, praticati e vissuti, potrebbero dare all'uomo un armonia benefica. Siamo inclini a volere sempre dagli altri l'attuazione di questi principi superiori, mai che tentiamo di conoscerli e di viverli personalmente. Le parole dei grandi uomini i principi morali, sono sempre per gli altri, mai per noi stessi!
Vi è uno scaricamento a catena di responsabilità fino a rendere inattivi simili principi. Si pretende sempre dagli altri comprensione, amore, umiltà senza fermarsi per un attimo e capire che tutte queste cose sono prima di tutto per noi e poi per gli altri. Però, comprendere, amare, essere umili comporta l'armonizzare la propria natura, significa fare una rivoluzione psicologica dentro se stessi e ciò, richiedendo fatica, impegno e sacrificio, viene scartato evitando, così, il problema essenziale e vitale del 'conosci te stesso'.

L’ANGOLO DELLA POESIA

AVVISO AI NAVIGANTI

di Marco Masolin

PASQUA 2007

Orizzonte verde, strade larghe e senza vento
addobbate per il solito percorso ipocrita dipinto d’azzurro
orlate di margherite di plastica viola.
S’inerpica lungo il crinale antico
l’autostrada dei fiori, monumento al deserto
e vola con ponti arditi sopra scoscesi dirupi,
pieni di sabbia e lattine rotte.
La, sulla cima ventosa, dietro un grande cartello
con su scritto “orate fratres, birra alta gradazione”,
tre buchi aprono la terra riarsa, segnali incoscienti che là
c’era qualcosa, un tempo lontano, ora sommerso da montagne di detriti
che abbiamo chiamato, chissà perché, pensiero.
Adesso non restano che loro a testimoniare,
su questa montagna sfigurata, più che l’oltraggio del tempo
la furia devastatrice ed irrazionale dell’uomo,
quotidiano orrendo omicida di un’offerta di vita.
Il cielo scolora dietro il grande cartellone pubblicitario
Ed una stella lontana accende l’oscurità.
Forse è un messaggio, forse è un segno
o solo un’illusione, ma questa notte
voglio restare qui, silenzioso per una volta,
ad ascoltare nel leggero frusciare del vento
il sibilo delle serpi fino a tentare di percepire,
sopra tanta inutilità, un segno di speranza.

CATECHISMO ESSENZIALE DELLA CHIESA CATTOLICA

5×5
Domande e Risposte
di Marco Erga

Può sbagliarsi la Sacra Scrittura?
La Sacra Scrittura nella proposta delle verità da credere non può sbagliarsi perché è sostenuta dalla Verità stessa che è Dio.
Come ci si accosta alla lettura della Sacra Scrittura?
Alla lettura della Sacra Scrittura ci si accosta con l'intelligenza della fede, l'umiltà della mente e la tenerezza del cuore.

Quanti sensi si possono distinguere nella Sacra Scrittura?
Se ne possono distinguere due: uno letterale e l'altro spirituale.

In che cosa consiste il senso letterale?
Il senso letterale consiste nel significato delle parole cui si arriva attraverso lo studio delle regole e dei generi.

In che cosa consiste il senso spirituale?
Il senso spirituale, che si distingue in allegorico, morale e anagogico, dice del testo la ragione ultima e il significato più profondo.

LETTERE IN REDAZIONE

(a cura di P. Franco Stano)

"Caro Direttore, ho visto che a Roma, venendo da Regina Coeli, dopo aver attraversato il Ponte Mazzini, e il lungo Tevere dei Tebaldi, vi sono un largo e una strada intitolati, rispettivamente, a Lorenzo Perosi e a San Filippo Neri. Si tratta di un largo e di una strada modestissimi, dove, fra l'altro, non abita assolutamente nessuno, così che nemmeno è possibile indirizzarvi una lettera che potrebbe fare almeno un grammo di opinione. Vuoto totale. Non crede lei che l'ottimo musicista di Tortona e il grande santo fiorentino-romano dell'Oratorio avrebbero meritato qualcosa di più nella città in cui espressero il meglio delle loro possibilità?" (Anselmo Lipari).

Si tratta di uno squisito sacerdote e di un santo simpaticissimo, signor Anselmo, per i quali, davvero, la gloria del paradiso vale certamente più che un posto di riguardo nella toponomastica romana. Ivi la compagnia è univoca e solida. Qui sarebbe equivoca e piuttosto fragile. Meglio così, lo creda! PFS.

“Direttore, pare che i 67 docenti che con la loro presa di posizione impedirono al Papa di raggiungere la “Sapienza”, naturalmente in quanto edificio, giacché la sapienza che viene da “sapere” è un’altra cosa, pare che siano diventati molto, ma molto più numerosi. Pare che adesso superino le mille unità. E allora…? (Tina Remorini)”.

Credevamo che “in ritardo e dalla parte sbagliata” fosse una battuta da films comici. Evidentemente anche le battute tratte dai films comici hanno una loro logica, una loro biotica e una loro sapienza. Conviene tuttavia dire, gentile signora Ramorini, che l’opinione la fanno i primi. Gli altri, quelli che arrivano in ritardo, quale che sia il loro numero, si accodano. Per essi, dunque, nemmeno il piacere dell’originalità; solo, il mesto destino di Asdrubale, il quale, benché avesse attraversato le Alpi come il fratello Annibale, proprio perché secondo, fu dai romani semplicemente annientato. Ai primi, la cui presa di posizione non abbiamo condiviso, riconosciamo almeno l’originalità. Ai secondi, crudele destino di chi si accoda, non possiamo riconoscere nemmeno quella. In più, signora, non dimentichi mai che, storia alla mano, l’accodarsi è cosa cangiante. PFS.

“Egregio direttore, ma è proprio vero che libertà significa fare quello che si vuole…?” (Antonio Agatiello).

Fino a che è possibile, sì! Intendo dire che la lotta finisce con l’essere lotta di volontà. Se due volontà si oppongono nell’esigere la stessa cosa, nascono scintille, competizione, odi, guerre, morte e via dicendo. Noi della libertà abbiamo una concezione diversa: fare con gioia ciò che si deve nel rispetto di ciò che si è. E anche l’umorista inglese, una volta, aveva una concezione diversa, che si avvicinava più alla nostra che all’altra. Al nichilista che gli diceva potergli dare un pugno nel naso come e quando voleva, l’inglese rispose infatti di concordare pienamente con lui. Solo lo sfidava ad andare oltre il suo naso. Ecco, signor Antonio! Se l’altro c’è, non sarebbe meglio prenderne atto anche per decidere che cosa sia libertà? Dice di no? PFS.

“Come mai tanto livore nel negare e nell’aggredire Dio? Non crede, Direttore, che un maggiore garbo farebbe bene all’urbanità e consentirebbe mutuo rispetto, ricerca e dialogo? Io non credo che le cose siano semplici e scontate…” (Carlo Dolci).

E’ vero. Le cose non sono semplici, non sono scontate e non giustificano tanto livore. La sensazione che si ha è che certuni, consapevoli del drammatico “ruit hora” cui non possono resistere nemmeno loro, vorrebbero risolvere questo problema - il problema della non esistenza di Dio - prima della loro morte per consegnarla in eredità alle generazioni venture, campa cavallo! Campa cavallo perché a nostro giudizio si tratta di una fatica inutile. Ricordo un vecchia cartolina inviatami da un amico. Da una parte scriveva: “Dio è morto. Firmato Nietzsche”. E dall’altra scriveva: “Nietzsche è morto. Firmato Dio!”. Sì, credo che un garbo maggiore non farebbe male a nessuno così come non farebbe male a nessuno ripararsi da una certa aggressiva e non fondata presunzione. Se non siamo i primi e

non saremo gli ultimi, non è nemmeno detto che siamo i migliori. Siamo anche noi. Tutto qui. PFS.

"Caro Direttore, mi spieghi, la prego! Che cosa è la religione civile?" (Angelo Angeli).

E' la religione praticata dai non credenti, quella delle cerimonie ufficiali cui si partecipa su invito, agli ordini, per convocazione o per convenienza. La religione senza fede che è vuota non altrimenti che una parola o un gesto senza contenuto. Provi lei ad andare a comprare un etto e mezzo di sommommoli, magari in farmacia! Non glieli dovessero dare, signor Angeli, potrà almeno capire come se ne ritornino dalla chiesa i praticanti di circostanza: senza sommommoli e pure infastiditi. Come a dire: cornuti e razziati. PFS.

"Direttore, a proposito del film Caos Calmo e di una scena di sesso ivi consumata dai protagonisti, si è parlato di anatema da parte dei Vescovi. Mi può spiegare che cosa questo significhi?" (Nicoletta Strangio).

L'anatema è un monito ultimativo che la Chiesa propone contro gli eretici. O quella dottrina propugnata viene disconosciuta o si è fuori dalle fede. Ha dunque, come vede, un carattere decisivo su questioni di fede o di morale e non coincide in nessun nodo con una opinione anche fortemente espressa. Interrogati sul film o dal film, i Vescovi hanno espresso una loro opinione, che è coerente con la visione che la Chiesa, peraltro in buona compagnia, ha del sesso e della sessualità. Non vedo nessun anatema e non credo che ci sia bisogno di scandalizzarsi. E' come se un giornalista chiedesse al regista del film che cosa pensa di quella scena e aspettasse di sentirsi dire trattarsi di una scena immorale, niente affatto artistica e posta là solo per oscuri motivi commerciali. E non solo si aspettasse di sentirsi rispondere così, ma si scandalizzasse addirittura se il regista rispondesse in altra maniera, esaltando per esempio la spettacolarità e la poesia della scena. Se lo immagina lei, signora Nicoletta, un giornalista va dal prete e gli chiede: Reverendo non le pare che la Messa sia una cosa del tutto inutile?, e si sdegnasse di sentirsi rispondere che la Messa non solo non è una cosa inutile, ma è anzi il rito cristiano più significativo, ragione finale dell'intera fede e dell'intera esistenza cristiana. Dice: Arroganza! La Chiesa lancia anatemi contro chi non crede che la Messa significa qualche cosa! Eh, signora mia! Chi così ragionasse sarebbe ancora pienamente compos sui? O siamo arrivati ad un punto in cui la libertà non ha altro cornuto che uno pseudo-cornuto: o pensi come me o pensi come me. Se non pensi come me, l'illuminato di turno e per eccellenza, diversamente dal "domator di cavalli Ettorre", ti fai soltanto "un lanzador d'anàtemi Giuanìn…". E gli anatemi li lanci tu che non sei d'accordo con me, mica io che non sono d'accordo con te. "O tempora o mores", dicevano i classici. Viviamo un mondo in cui la libertà, che i nostri poeti chiamarono "primo amore", costa talmente tanto che non la compra più nessuno, e, come direbbe fra Iacopone da Todi,circa la sua riduzione siamo veramente arrivati "al paragone"dinanzi a un paradosso senza precedenti: la libertà possibile è inversamente proporzionale alla libertà reale. Quella - una mera ipotesi formale - è

per tutti; questa è per coloro che hanno il potere di imporla in tutti i modi, comprando il consenso a piacimento con una mica di pane o con una scena filtrante e penetrante sulla cui poesia, pena l'accusa di anatema, non puoi nemmeno titubare. Non le sembra, signora, che la libertà primo amore se ne vada naufraga del nulla e avrebbe bisogno di soccorritori di ben altro spessore? PFS.

****

La Bacheca rivolge

a tutti i suoi lettori

un augurio sereno e profondo

di Buona Pasqua.

****

L A B A C H E C A

Sussidio aperto a cura dell'Ufficio del Cappellano Coordinatore Nazionale della Polizia di Stato

ANNO IV – N.4

Direttore responsabile
Padre Franco Stano

www.cappellanipolizia.it - e-mail: cappellanipolstato@chiesacattolica.it -
tel. 06/46535574 - fax 06/46535311

LA PREGHIERA*

"Canta, dunque, come il viaggiatore; canta e cammina senza indietreggiare,

senza voltarti.

Qui canta nella speranza, lassù nel possesso.

Questo è l'alleluia della strada, quello è l'alleluia della patria"

(Sant'Agostino)

**Sulla base di questo testo di Sant'Agostino, la preghiera che proponiamo tende a creare un rapporto tra le parti o le circostanze della vita e la preghiera stessa.*

AL MATTINO

Ogni giorno, all'alba, ti benediciamo.
In questo giorno che viene, Signore, rendici capaci di fare cose buone.
All'inizio di questo giorno ti offro le mie mani.
Signore, non voglio fare del male, non voglio permettere alcun male.
Ti dono questa giornata nuova:
voglio restare fedele e forte.
Temo di essere così debole, però.
Ecco le mie intenzioni.
Guidami, nel mio cammino. Amen.

IL SANTO DEL MESE

SAN PIO V
(1504-1572)

Festa il 30 aprile

Michele Ghislieri nato a Bosco, in Piemonte, entrò nell'Ordine dei Domenicani nel 1518 e fu ordinato sacerdote nel 1540. Egli insegnò filosofia e teologia per sedici anni e nel 1556 fu nominato Vescovo di Sutri ed inquisitore in Lombardia. Nel 1577 fi creato cardinale di Santa Romana Chiesa e nel 1559 trasferito a Mondovì. Nel 1565, egli fu eletto Papa ed assunse il nome di Pio V. Di carattere austero e severo, era l'uomo adatto per combattere una certa rilassatezza di costumi che si era affacciata fin nella Curia romana. Organizzò contro i Turchi una spedizione navale che ternminò con la vittoria nelle acque di Lepanto. Promosse la cultura del clero,

riformò il culto liturgico e scomunicò la regina Elisabetta d'Inghilterra. Il nome ha sapore religioso fin dall'antichità più remota e significa «incline al bene, ligio alla dimensione religiosa».

PP.

DALLA FEDE ALL'IMPEGNO

DICIANNOVESIMO SECOLO

Il secolo si apre all'insegna di Napoleone Bonaparte la cui ascesa è stata incontenibile e, perciò all'insegna della Francia e del suo massimo splendore. Nel 1801 Napoleone, primo console, firma un concordato fra la Santa Sede e lo Stato francese, un concordato che il Bonaparte riduce sensibilmente aggiungendo di sua iniziativa clausole vanificatorie.

Nel 1804, il primo Console, che ha vinto ogni resistenza interna si è garantito una potenza militare non contrastabile, alla presenza di Pio VII (Barnaba Gregorio Chiaramonti), si autoincorona imperatore dei francesi. Si lancia quindi alla conquista dell'Europa creando e distruggendo in breve tempo il mito della Francia. Definitivamente battuto a Waterloo, muore nell'Esilio di sant'Elena il 5 maggio 1821.

Nel 1815, intanto, il Congresso di Vienna ha proclamato la restaurazione con il reinserimento nelle varie sedi dei sovrani rovesciati dal Bonaparte. E' l'ultimo rigurgito ad un impossibile assolutismo.
Tra il 1820 e il 1848, con l'appoggio della borghesia, si susseguono le rivoluzioni liberali; allo stesso tempo il nuovo impulso industriale e la penetrazione delle nuove idee giustificano disordini e rivendicazioni di natura sociale.
La seconda metà del secolo coincide con l'assunzione del potere da parte della borghesia. Durante questi anni assumeranno grande vigore l'imperialismo, il colonialismo europeo, eccezione fatta per la Spagna che, durante il secolo, assiste impotente al lento, ma inesorabile declino del suo vastissimo impero.
Nella seconda metà del secolo l'Europa diventa liberale e la Chiesa dovrà confrontarsi appunto con gli stati liberali.
In conseguenza dell'affronto subito da Pio VI (Giannangelo Braschi), è cresciuto il prestigio papale. Nel 1846 viene eletto Papa Giovanni Maria Mastai Ferretti che assume il nome di Pio IX e viene immediatamente salutato come Papa liberale. Egli, peraltro, in quello che sarà il più lungo pontificato della storia della Chiesa, passerà dalle iniziali acclamazioni alla vera e propria infamia e detrazione.
Sarà il Papa del Concilio Ecumenico Vaticano I. Di quel Concilio che avrebbe dovuto affrontare il problema della Chiesa, ma che passò alla storia come il Concilio dell'infallibilità pontificia semplicemente perché mai concluso e bruscamente interrotto dalla occupazione italiana di Roma e dalla proclamazione della città capitale del Regno.

Durante il diciannovesimo secolo, per la prima volta e in modo sistematico la Chiesa affronta la questione sociale con l'enciclica "Rerum Novarum" di Leone XIII.
Si verifica anche un allontanamento delle masse dalla vita cristiana.
Nascono vari istituti religiosi che privilegiano l'insegnamento e la rievangelizzazione dei popoli. Importante rilevanza va riconosciuta ai Salesiani del piemontese Giovanni Bosco, i quali, sulla scia del fondatore, assumeranno profondamente il mondo e la problematica giovanile.
L'intero secolo è anche suffragato da una costante azione missionaria.

Da "Il Canto Perenne"

PERSONAGGI DELL'ANTICA ALLEANZA

di Angelo Di Nicola

MOSE'

Come si é visto, al tempo di Giuseppe, durante la grande carestia che durò ben sette anni, l'intera tribù di Giacobbe si stabilì in Egitto, dove Giuseppe stesso, primo ministro, provvide loro, oltre la semplice sussistenza, terre e beni. Entrò così in Egitto un gruppo di Ebrei discendenti diretti dei grandi patriarchi Abramo, Isacco e Giacobbe.
Nel periodo successivo questo gruppo di Israeliti andò progressivamente crescendo e sviluppandosi, fino a rappresentare una minaccia interna per gli Egiziani: quando appaiono nel libro dell'Esodo, intorno al 1250 a.C., dopo quattrocento anni dalle vicende di Giuseppe, la situazione è profondamente mutata: essi sono schiavi, la loro vita non vale più nulla. Per colmo dei mali, data la loro vitalità, il faraone arriva ad ordinare l'uccisione di tutti i neonati maschi Ebrei.Ma uno di questi bimbi si salva dallo sterminio: Mosè, destinato a diventare uno dei personaggi più importanti dell'intera storia di Israele. Egli, infatti, anzichè venir ucciso, viene abbandonato in una cesta di vimini sul fiume Nilo; la figlia del faraone, mentre fa il bagno nelle acque del fiume, lo scorge e, non potendo avere figli propri, lo raccoglie tenendolo con sè (il nome Mosè significa per l'appunto "salvato dalle acque").Mosè cresce dunque alla corte del faraone, ma viene a conoscenza delle sue origini ed un giorno si trova ad uccidere un Egiziano che litiga con un Ebreo. Per questo motivo è costretto a fuggire a Madian, dove sposa Zippora, figlia di Ietro.
E' in questa situazione che Dio gli si manifesta, apparendogli nell'immagine di un roveto che brucia ma non si consuma. Dio, quindi, dopo un lungo periodo di silenzio e di apparente assenza, torna a manifestarsi ai figli di Israele.
Egli ordina a Mosè di tornare dal faraone per ottenere che il suo popolo, Israele, possa adorarlo liberamente nel deserto. Ovviamente Mosè è frastornato e conscio della difficoltà della missione: obietta che non ha strumenti per convincere il faraone,

non è un buon oratore, anzi è perfino balbuziente. Qui torna il tema, frequente nella storia della salvezza, per cui Dio sceglie ciò che nel mondo è piccolo e disprezzato per confondere i forti e quanti si credono sapienti.
Dio dunque dà dei segni a Mosè (il bastone che diviene serpente, la mano prima resa lebbrosa e poi guarita, ecc.) e acconsente che il fratello Aronne, sacerdote, lo accompagni nella missione affidatagli. Ma soprattutto gli assicura che Lui sarà al suo fianco.
Mosè, pertanto, torna in Egitto e riferisce il volere di Dio, ma non viene ascoltato ed anzi raccoglie scetticismo anche presso il suo popolo; allora è costretto a scatenare contro l'Egitto le famose dieci piaghe, l'ultima delle quali, la morte di tutti i primogeniti, uomini ed animali, finalmente convince il faraone, che acconsente a che Israele esca dal paese. Questo avvenimento, umanamente impensabile, Dio lo compie: il popolo di Israele, ridotto in schiavitù, base stessa dell'economia egiziana del tempo, è lasciato libero di partire ed anzi gli Egiziani, sopraffatti, offrono loro addirittura le loro ricchezze purchè se ne vadano in fretta.
Si ricorderà come il Signore aveva comandato agli Ebrei di preparare questo evento, il passaggio dalla schiavitù alla libertà, la PASQUA: con i fianchi cinti ed in fretta, dopo aver sacrificato il primo agnello dell'anno (figura di Gesù Cristo) ed aver bagnato del suo sangue gli stipiti delle loro porte (figura della Croce), cosicchè l'angelo sterminatore passasse oltre; infine mangiando la carne arrostita dell'agnello ed il pane azzimo, non lievitato (figura questa dell'Eucarestia).
Così il popolo che Dio ha scelto esce dalla schiavitù dell'Egitto iniziando un cammino di liberazione, seppure nel deserto (figura dell'esistenza dell'uomo) e senza sapere bene dove dirigersi, guidato da Mosè.
Ma, appena liberi dalla schiavitù, subito Israele è sottoposto ad una serie di prove: come prima cosa il faraone ci ripensa e tenta di riportarlo indietro; egli gli invia dietro il suo esercito e lo raggiunge presso il Mar Rosso. Il popolo, dunque, si trova in gabbia: attaccato alle spalle dagli Egiziani e con il mare di fronte e subito inizia ad imprecare contro Mosè che lo aveva sì tirato fuori dall'Egitto, ma per portarlo a morire nel deserto. Il Signore, tuttavia, provvede con un prodigio: il mare, percosso da Mosè, si apre davanti a loro e consente il passaggio all'altra riva, mentre non appena l'esercito nemico tenta di attraversarlo anch'esso viene sommerso dalle onde e distrutto. Da subito il popolo sperimenta la provvidenza e la potenza del Signore e, per contro, la sua infedeltà.
In realtà molte volte gli Israeliti dimenticheranno i segni inequivocabili che Dio ha compiuto e mormoreranno contro di Lui e contro Mosè: avranno fame e Dio provvederà loro la manna; si stancheranno della manna rimpiangendo l'aglio e le cipolle d'Egitto e Dio provvederà loro la carne (le quaglie) fino a stancarsene; avranno sete e Dio farà scaturire, sempre per mano di Mosè, l'acqua dalla roccia (si dice che in questa occasione Mosè dubitò e che dette due colpi alla roccia e per questo non gli toccò di entrare nella terra promessa); mentre Mosè è sul monte Sinai per ricevere da Dio le Tavole della Legge rinnegheranno di nuovo e si costruiranno come idolo un vitello d'oro (un misero prodotto delle loro mani); arrivati infine in

prossimità della terra promessa, alla notizia che essa, seppur meravigliosa e fertilissima, é abitata da alti popoli forti ed ostili, mormorerà nuovamente...
Questa volta Dio sembra stancarsi veramente e li fa retrocedere e vagare come nomadi nel deserto per quaranta anni al termine dei quali finalmente, ma solo i figli di quanti erano stati liberati dalla schiavitù dell'Egitto, entreranno nella terra che già da tempo Dio aveva preparato, dopo aver sconfitto le sette nazioni che l'abitano.
In effetti il tragitto dall'Egitto alla terra promessa sarebbe stato relativamente breve, ma Dio é costretto a condurre pedagogicamente questo popolo nel deserto perché sperimenti la sua debolezza, la durezza del suo cuore e la sua infedeltà e, finalmente, la potenza, l'amore e la fedeltà di Dio.
Questo popolo, in fondo, è immagine dell'umanità intera, tutto ciò che gli succede è, *mutatis mutandis*, ciò che accade all'umanità intera, la sua storia è, in fondo, la storia di ogni uomo. Ognuno di noi può chiedersi dove si colloca precisamente nel dispiegarsi degli avvenimenti tracciati pocanzi: in Egitto, ancora oppresso dal faraone che lo obbliga a fare la sua volontà (e se si di quale schiavitù si tratta)? Abbiamo forse incontrato un liberatore (Mosè, figura di Gesù Cristo) che ci ha invitato ad uscire da questa schiavitù? Abbiamo avuto esperienza, almeno una volta nella vita, in una situazione senza apparente via di uscita, del mare aperto e del passaggio all'asciutto e al sicuro? Ed, eventualmente, nonostante ciò, abbiamo comunque rinnegato Dio, dimentichi della sua presenza e provvidenza?
Oppure può darsi che questa vicenda non ci tocchi affatto, tutti presi come siamo dai problemi di tutti i giorni, vivendo quasi come automi, magari intenti a rendere un culto agli idoli moderni, potere, denaro, sesso, una vita con meno problemi possibili, la carriera, un'auto nuova, le prossime ferie, il calcio e chi più ne ha più ne metta, di fatto accontentandoci dell'aglio e delle cipolle d'Egitto; ma sempre inevitabilmente insoddisfatti poiché gli idoli che l'uomo si costruisce da solo (i nostri vitelli d'oro) non hanno vita né tanto meno possono darla. E di questo invece l'uomo ha profondamente, immancabilmente, necessità.

PER UN VOCABOLARIO CRISTIANO

DONNA

"*In principio [...] Dio creò l'uomo a sua immagine; maschio e femmina li creò*". L'aiuto di fronte/contrapposto a sè l'uomo non lo trova negli animali che Dio crea per lui e ai quali impone un nome, ma nella donna che il Signore plasma "traendola" da una sua costola durante il sonno e poi conduce a lui, di fronte alla quale Adamo può dire: "*Questa volta essa è carne della mia carne e osso delle mie ossa. Si chiamerà donna ('ishah) perchè dall'uomo ('jish) è stata tolta* (Gen 2,23)". [1]

[1] In ebraico le lettere consonanti delle parole equivalenti a *'jish* (uomo/marito) e *'ishah* (donna/moglie) possono formare l'anagramma delle parole che significano la forma abbreviata del Nome proprio di Dio *Jah* e il fuoco *'esh.*

I sessi sono un dato fondamentale della natura umana. A differenza degli animali, la donna tratta dal più intimo di Adamo, ne ha la sua stessa natura: tale è, infatti, la constatazione dell'uomo dinanzi alla creatura che Dio gli presenta. Distinti fin dall'inizio della creazione, l'uomo e la donna non devono avvertire la loro differenza in termini di rivalità e opposizione, ma in termini di armonia e collaborazione da coltivare con il rispetto reciproco. Solo la creazione della donna dà all'uomo un avvenire e caratterizza l'umanità come realtà relazionale. Relazione, comunione, dono, la donna è un altro "io" nella comune umanità. Sin dall'inizio, essi (uomo e donna) appaiono come "unità dei due", e ciò significa il superamento dell'originaria solitudine, nella quale l'uomo non trova un aiuto che gli sia simile. È in questa "unità dei due", che l'uomo e la donna sono chiamati non solo ad esistere "uno accanto all'altra" ma anche reciprocamente l'uno per l'altro.
Sul piano della creazione, la donna completa l'uomo, facendolo diventare suo sposo. Questa relazione, perfettamente uguale nella differenza, viene snaturata dal peccato che rende la sposa assoggettata al proprio marito.
La donna è considerata la madre di tutti i viventi. Mentre numerose religioni assimilano la donna alla terra, la Bibbia la identifica piuttosto con la vita. Se a causa del peccato non trasmette la vita se non con la sofferenza, trionfa comunque della morte, assicurando la perpetuità della specie e un giorno la sua posterità schiaccerà la testa del serpente, del nemico ereditario.
Nel corso della storia dell'alleanza, talune donne hanno avuto una parte importante, sia in bene che in male. Le mogli dei patriarchi mostrano il loro lodevole slancio verso la fecondità; nelle eroine, anche se l'accesso al culto è loro vietato, c'è lo spirito di Jahvè che scende su talune trasformandole, proprio come gli uomini, in profetesse, mostrando quindi che il loro sesso non costituisce ostacolo all'irruzione dello spirito.
La donna è la figura della sapienza divina e manifesta la forza di Dio che si serve degli strumenti deboli per procurare la sua gloria, ma la vera posizione della donna è rivelata soltanto con la venuta di Cristo. La dignità sovrana viene consacrata alla donna nel giorno dell'annunciazione. Il Signore volle nascere da una donna. In Maria si incarna l'ideale della donna, perchè essa ha dato i natali al principe della vita. Maria vergine e madre realizza in sè il volto femminile della fecondità. Attraverso Maria, la donna può diventare simbolo dell'anima credente. Così Gesù si lascia seguire da sante donne, come prende per esempio delle vergini fedeli o affida a donne una missione.In occasione della diffusione dell'Enciclica di Giovanni Paolo II "*Redemptoris mater*", l'allora Card. Ratzinger pubblicò una riflessione sul ruolo della Beata Vergine Maria quale "antidoto" alla "eresia eterna" costituita dalla gnosi, al moderno femminismo e agli altri errori del nostro tempo, suggerendo un'attenta lettura della Bibbia stessa, in cui ritrovare, accanto e con la linea che va da Adamo, ai patriarchi e al Servo di Dio, la linea che va da Eva, alle donne dei patriarchi, a figure come Debora, Ester e Rut: come la linea adamitica riceve il suo senso da Cristo, così alla luce della figura di Maria e nella posizione della "ecclesia" diventa chiaro il significato della linea femminile, nella sua unione inseparabile col mistero cristologico. I radicalismi che lacerano il nostro tempo, che spingono la lotta di classe

fino alle radici dell'essere umano - al rapporto fra uomo e donna - sono "eresie" ossia selezione, che rifiuta il tutto. Solo una lettura anche mariana della Bibbia può riportare l'uomo in quel centro, in cui egli diventa pienamente se stesso.
S. Paolo ha elaborato una teologia della donna, mostrando in quale senso la divisione dei sessi è superata e consacrata. "*non c'è più uomo nè donna: voi tutti siete uno in Gesù Cristo* (Gal. 3,28)"; in un certo senso la distinzione dei sessi è superata, al pari delle divisioni di ordine razziale e sociale.
Infine, il rapporto naturale uomo – donna è fondato sul rapporto Cristo – Chiesa. Di Cristo, e non soltanto di Adamo, la donna è l'altra parte e allora rappresenta la Chiesa. La donna incoronata di stelle, quella che dà alla luce il figlio maschio e che è perseguitata nel deserto del dragone, ma che ne deve trionfare con la sua progenie, è anzitutto la Chiesa, nuova Eva che dà i natali al corpo di Cristo; poi secondo l'interpretazione tradizionale, è Maria stessa; vi si può vedere il prototipo della donna, di quella che ogni donna desidera in cuor suo di diventare.

Nicla Filippi

APPUNTI
SULLA DOTTRINA SOCIALE CRISTIANA

di Rocco Cifarelli

LA LIBERTA' RELIGIOSA

Le recenti notizie provenienti dalla Birmania, dal Tibet e dall'Iraq ci ripropongono con estrema drammaticità il problema della libertà religiosa, la quale viene sistematicamente violata in molti Stati.
La Chiesa proclama con forza il diritto della persona e delle comunità alla libertà sociale e civile in campo religioso (Dichiarazione "Dignitatis Humanae"), ribadendo che la dignità della persona e la natura stessa della ricerca di Dio esigono per tutti gli uomini immunità a ogni coercizione nel campo religioso (Compendio della Dottrina Sociale della Chiesa, n. 421).
Infatti nessun ordinamento può costringere una persona ad agire contro la propria coscienza oppure ignorarla del tutto. L'azione dello Stato in campo religioso non può, in particolare, ignorare l'apertura della persona umana alla trascendenza e all'orizzonte illimitato dell'essere, in quanto ciascuno di noi esce da sè dalla conservazione egoistica della propria vita, per entrare in una relazione di dialogo e di comunione con l'altro (n. 130). Lo Stato, tuttavia, in conformità al bene comune, può stabilire dei giusti limiti alla libertà religiosa, garantendo comunque l'efficace tutela dei diritti di tutti i cittadini e della loro pacifica convivenza (n. 422).

Inoltre, la Chiesa, nel pieno rispetto dello Stato di diritto e elle norme di diritto internazionale, ribadisce la propria indipendenza ed autonomia rispetto alla comunità politica e non esprime la propria preferenza per l'una o per l'altra soluzione istituzionale o costituzionale, nè per un determinato programma politico, se non per le loro implicazioni religiose e morali (n. 424).
Tale autonomia, però, non impedisce una leale collaborazione tra la Chiesa e le istituzioni civili al fine di promuovere il bene comune e un corretto adempimento dei doveri da parte dei cittadini. In tal senso, la Chiesa rivendica il diritto al riconoscimento della propria identità e libertà di esprimere il proprio giudizio sulla realtà umana ogniqualvolta ciò sia richiesto dalla difesa dei diritti fondamentali della persona e della salvezza delle anime (n. 226).
In definitiva, ogni azione dello Stato non può mai prescindere dal rispetto della dignità della persona, la quale non può mai essere finalizzata a progetti di carattere economico, sociale e politico imposti a qualsivoglia autorità, sia pure in nome di presunti progressi della società civile, ma è compito delle autorità pubbliche vigilare affinchè ogni restrizione della libertà o comunque ogni onere imposto all'agire personale non sia mai lesivo della dignità ella persona. Tale dignità si fonda, ancora una volta, sulla visione dell'uomo come persona, vale a dire come soggetto attivo del proprio processo di crescita, insieme alla comunità di cui è parte.

ESPERIENZE E ATTUALITA'

FRANCESCA

Mi chiama una mia carissima amica Francesca e mi chiede un appuntamento urgente.
Nell'attesa della sua presenza continuavo a pensare alla stranezza di tale chiamata e appena la vidi, scoprii il motivo.
Voleva che parlassi con una sua amica Eleonora, malata di Aids a livello ormai terminale, nel senso che i medici le avevano diagnosticato ancora sette otto mesi di vita.
La incontrai nell'appartamento della mia amica, perchè non voleva venire in canonica ma potermi parlare in un ambiente diverso.
Sono in grossa difficoltà nel colloquio perchè non so che cosa dire ma subito è lei che incomincia a sciorinare discorsi che hanno come centro sempre una realtà essenziale: Gesù Cristo e la fede in Lui.
Ho davanti una persona pallida, magrissima, con occhi che ti scrutavano nel profondo, eppure di una dignità umana quasi impareggiabile.

Eleonora non mi racconta molto della sua malattia, a lei questo non interessa dirlo a me come prete, ma vuole alcune conferme sulla sua vita, sul fatto che Gesù non la abbandoni, visto che tante persone già lo stavano facendo.
Mi ha parlato della bellezza della vita, di come sprechiamo le cose semplici e belle, ma anche della difficoltà che abbiamo nell'ascoltare gli altri. Ogni parola veniva proferita con grande spessore e comprendevi che non barava ma quello che diceva era frutto di esperienza e di una vita molto dura e difficile.
Sono rimasto estasiato davanti a tutti quei discorsi stupendi, filosofici sulla vita, teologici su Dio e sul Cristo, ma anche profondamente umani, perchè davanti stava nascendo lo spettro della solitudine e dell'abbandono da parte degli amici.
Ho preferito ascoltare e ho proferito solo alcune parole quelle classiche da prete quando ho voluto incoraggiarla facendole comprendere che il Signore sta dalla parte di tutti e che non abbandona le persone nel momento della prova.
Mi saltavano in mente le parole di Isaia:" Anche se tuo padre e tua madre ti abbandonassero, io non ti abbandonerò mai".
Mai frase poteva essere più consona a questo incontro ma anche al suo immediato futuro.
Verso il termine dell'incontro sembrava più sollevata vi era anche l'intenzione di poterci rivedere ma poi per vari motivi tra cui il cambio della mia sede parrocchiale, non potei più incrociarla.
Venni a sapere dopo sette mesi che era morta e che però fino all'ultimo aveva lottato e creduto nella vita , anche se i suoi parenti e le persone più care l'avevano abbandonata.
Appena al telefono mi comunicarono tale notizia mi misi a piangere in un angolo della mia stanza, ripensai all'incontro alla gioia di vita di una persona che credeva fermamente nei valori fondamentali, e che nel colloquio mi aveva sconvolto perchè parlava con una profondità e maturità tale da fare impressione.
Così ho pensato tra me:
"Signore ma è mai possibile che chi ha vissuto esperienze a volte difficile come la tossicodipendenza o ha contratto l'Aids veda la vita con una profondità e apertura mentale tale da far riflettere?"
Durante il colloquio la parola " Dio" e la parola"Gesù" continuava a riemergere, come una dimensione essenziale della sua vita per cui senza la fede la sua vita non aveva senso, anche se poi questa fede non veniva manifestata nelle dimensioni ufficiali.
Vorrei arrabbiarmi ancora con Gesù ma non posso perchè neppure quella ragazza lo fece, però meditare e dire: "Ma perchè tanti giovani che ho in parrocchia e che ho cresciuto per anni non hanno la maturità, la sensibilità, la profondità che ho riscontrato in quella ragazza?
Sono le esperienze limite che ti aiutano a vivere con uno stile diverso? Ma non si possono fare anche in un cammino di vita ordinario?"
Mentre sto pensando a queste cose, sto passeggiando per le vie del mio paese e vedo gente seduta al bar, macchine che scorrono veloci,cellulari che continuano a squillare, morosi che si baciano; ma non riesco a vedere vita o meglio dovrei forse notarla con

gli occhi di quella ragazza, capace di spremere fino all'ultimo la propria voglia di vivere e di assaporare l'esistenza.

Don Luigi Trapelli

OPINIONI

EDUCARE ALLO SPIRITO CRITICO

Asserire che un compito precipuo e preminente della scuola sia quello di educare allo spirito critico oggi dovrebbe costituire un'ovvietà. Almeno nelle nostre liberaldemocrazie. Invece non è così. Continua tuttora a pesare il fatto che per troppo tempo lo spirito critico è stato inteso in senso ideologico e non nel suo senso proprio. Non nel senso del moderno individualismo, che lo intende correttamente come indipendenza individuale di giudizio. Lo spirito critico in senso ideologico fu impersonato in modo esemplare dall'intellettuale marxista-comunista. Il quale esercitava lo spirito critico esclusivamente come critica sociale. Ma si trattava di critica ideologica, appunto. E cioè poco o per nulla scientifica. Non era tanto interessata a capire concretamente la società quanto a trasformarla idealmente. A trasformarla cioè nel senso (religioso e messianico) di riscattarla e di redimerla. Facendo trionfare la perfetta giustizia sociale alla stregua del paradiso in terra. Quella critica sociale infatti stigmatizzava con afflato religioso l'ingiustizia sociale elevandola a male assoluto e a peccato originale. Riscattare il mondo dall'ingiustizia sociale aveva quindi il significato messianico di redimerlo dal peccato. Avendo dunque carattere religiosamente salvifico e non scientifico questa critica non si sviluppava attraverso concetti criticabili e falsificabili, ma attraverso dogmi di fede di per sè infallibili e inconfutabili. Essendo perciò dogmatica, la critica sociale marxista-comunista non aveva niente a che spartire con lo spirito critico che per definizione è anzitutto antidogmatico. Era infatti da essa escluso ogni ripensamento autocritico. E affermare che il male è di origine sociale valeva dire che la colpa o la responsabilità è sempre collettiva. Quando invece l'autentico spirito critico è anzitutto senso di responsabilità individuale. La responsabilità non è collettiva. Si aggiunga che l'intellettuale marxista-comunista non parlava per se stesso, come richiede il vero spirito critico, ma aveva la presunzione di essere la voce attraverso cui si esprimeva la coscienza collettiva del proletariato. In conclusione: lo spirito critico in senso ideologico, al contrario di quello individuale e fallibile, è collettivo e dogmatico. Irreggimentato nella militanza politica in seno al partito comunista o nell'apparato burocratico dello Stato comunista. Con la crisi del comunismo lo spirito critico di tipo ideologico non è morto del tutto, ma è riuscito a sopravvivere in forme sessantottine: generiche o annacquate, ma anche più diffuse e popolari, adatte alla società di massa. La dottrina marxista dello sfruttamento capitalistico e borghese, ad

esempio, ha finito per ridursi allo schema elementare e prescientifico basato sulla contrapposizione fra ricchi e poveri. Si è ridotto cioè a vittimismo pauperista. Ideologia pauperistica che non sa se non predicare moralisticamente l'assalto alla ricchezza. Ignorando che l'abbattimento della ricchezza (come ironizza Manzoni nel racconto dell'assalto popolare ai forni milanesi) non elimina la povertà. Lo spirito critico in senso ideologico è sopravvissuto rifugiandosi in particolare nella scuola. Fomentato da schiere di docenti sessantottini. Chi non ricorda la loro battaglia contro il nozionismo scolastico? Certo, la vera cultura non consiste nel fare l'inventario di nozioni tra loro irrelate. Quindi in qualche modo morte. Per farle vivere in maniera da risultare atte a ravvivare lo spirito critico nelle menti degli studenti (e non solo) occorre rintracciare ed evidenziare la rete di rapporti da cui sono legate, il sistema (circolatorio) di arterie da cui sono irrorate di sangue e di ossigeno. Ora, questa rete dai sessantottini non veniva indagata e rintracciata con metodo scientifico, ma predeterminata sulla base dei loro schemini ideologici. E tendente in fondo a coincidere con essi. Rete perciò buona per ogni occasione e come tale del tutto indifferente alle nozioni stesse, che in questo modo potevano considerarsi superflue. Infatti per essi la battaglia contro il nozionismo fu in fondo solo un pretesto per poter dedicarsi a propagandare una misera ideologia. Disattesero perciò il fatto che le nozioni non sono né indifferenti né superflue dal punto di vista scientifico, ma costituiscono i mattoni da legare con la malta. E senza mattoni non si costruisce nessuna casa (scientifica), ma solo castelli in aria (ideologici). Questo antinozionismo ideologico non è servito dunque a favorire la crescita dello spirito critico, ma la diffusione dell'odierno semianalfabetismo. Se, come ha scritto Giovanni Belardelli sul "Corriere della Sera", oggi è sempre più avvertita "l'importanza delle nozioni come antidoto all'ignoranza diffusa". Soprattutto per quanto riguarda materie quali la matematica, la grammatica, ecc. in cui delle nozioni non si può proprio fare a meno. L'ideologia strumentalizza inoltre il bisogno di appartenenza (non solo politica), soprattutto dei giovani. Ci fa presumere che, schierandoci dalla parte politica da essa illuminata, abbiamo operato l'unica scelta politica corretta e ci siamo schierati quindi dalla parte giusta, dalla parte di chi è giusto. E che questa sensazione di essere dalla parte giusta basti. Anche per incrementare ogni tipo di conoscenze. Crogiolarsi in tale sensazione riduce invece la nostra capacità di sapere perchè induce a dare scarsa importanza alla necessità di documentarci (anche nozionisticamente). Fin quasi a decretarne l'inutilità. Nelle scuole per molto tempo grandi temi (di gegorafia economica, di storia, di politica internazionale, di ecologia, ecc) non sono stati affrontati col ricorso a una adeguata documentazione, ma strumentalizzati per ficcare in testa agli alunni meri schemi ideologici. Ha ragione invece il critico Claudio Magris nell'affermare: "Il maestro è tale perchè, pur affermando le proprie convinzioni, non vuole imporle al suo discepolo; non cerca seguaci, non vuole formare copie di se stesso, bensì intelligenze indipendenti, capaci di andare per la loro strada." L'insegnante cioè non deve usare la sua autorità sull'alunno per forgiarlo a propria immagine ideologica. Il che non significa che il docente non debba avere delle convinzioni e credere in valori. Significa soltanto che i valori li deve professare senza perdere mai di vista la distinzione scientifica tra essi e i dati di fatto. In

particolare fra scienza e politica (o fede partitica). Deve manifestare le proprie convinzioni, ma sentendosene e dichiarandosene responsabile in proprio e non in nome di infallibili entità collettive. Con il sessantotto dunque si è diffusa una figura di insegnante propenso a utilizzare la propria funzione professionale per proporsi agli allievi come loro guida ideologica. La quale include sempre l'ambizione di rappresentare anche una guida politica. Come già avvertiva Max Weber nella conferenza su "Il lavoro intellettuale come professione", si finisce così per indurre gli alunni nell' "errore di cercare nel professore qualcosa di diverso da ciò che sta loro di fronte e cioè un *capo* (politico) e non un *maestro*. La cattedra ci è conferita solo come maestri. Si tratta di due cose ben diverse, e di ciò è facile convincersi". Nelle moderne società liberaldemocratiche il cittadino perciò non può e non deve essere forgiato ideologicamente. L'educazione del cittadino deve presupporre quella dell'individuo all'autonomia di giudizio. Lo spirito civico si deve nutrire di spirito critico. Il quale ci deve assistere pure quando ci diamo a soddisfare il nostro bisogno di appartenenza, soprattutto politica. Anche per evitare il pericolo, già avvertito da Tocqueville, che l'acritico spirito di massa abbia la meglio sullo spirito critico dell'individuo. Il quale finisce per smarrirsi, non per riconoscersi, nelle entità collettive o comunque superindividuali. Anticamente invece, come nel caso della paideia greca, l'educazione si esauriva del tutto in quella del cittadino.

Giuseppe Laperchia

LA FRASE

"A nessuno è vietato di raggiungere la virtù. La virtù si apre a tutti, accetta tutti, invita tutti: i re, i padroni, i servi, i nati liberi e i nati schiavi poi resi liberi. La virtù non sceglie nè case nè averi: le basta un uomo nudo" (Seneca).

NUTRIRSI BENE PER VIVERE MEGLIO

10 - Classificazione dei cibi - I^{a} parte

Nei precedenti articoli abbiamo primariamente parlato dei principi nutritivi, solo un accenno è stato fatto relativamente ai cibi che li contengono.

Adesso invertiremo il punto di vista: parleremo dei diversi tipi di cibo che costituiscono la principale fonte di nutrienti necessari alla nostra sopravvivenza.

Studi a livello mondiale sono stati effettuati per analizzare la maggior parte degli alimenti.

In base al contenuto del prevalente principio nutriente in essi contenuto, possiamo considerare questa semplice ***classificazione*** che può tornarci molto utile nella nostra quotidianità; essa distingue i cibi semplicemente in tre gruppi:

Alimenti plastici, Alimenti energetici, Alimenti vitaminici e ricchi di Sali minerali.

I° gruppo: **Alimenti plastici**

Sono alimenti ricchi di Proteine e vengono utilizzate dal nostro organismo per la "crescita" ed il "rinnovo dei tessuti".

- CARNI - Sono ricchi di Proteine ad alto valore nutritivo;
- PESCE - Contengono Vitamine (cfr articolo precedente);
- UOVA - Sono poveri di Calcio, ma ricchi di ***Ferro***;

- LATTE e DERIVATI - Sono ricchi di Proteine ad alto valore nutritivo;
  - Contengono Vitamine (cfr articolo precedente);
  - Sono ricchi di ***Calcio***, ma poveri di Ferro;

- LEGUMI (Fagioli, Piselli, Ceci, Lenticchie, Fave..)
  - -Sono i vegetali più ricchi di Proteine (esse non sono di alta qualità, ma se abbinate alle Proteine dei Cereali, si ottiene un certo miglioramento del loro valore nutritivo).
  - -Contengono oltre alle Vitamine anche buone quantità di ***Amidi*** (per cui sono anche cibi energetici!) e di ***Fibre*** (utili per l'intestino)
  - -Sono relativamente ricchi sia di ***Ferro*** che di ***Calcio***.
  - NB: *per tutti questi motivi i Legumi venivano un tempo chiamati la "**carne dei poveri** "*

II° gruppo : **Alimenti energetici**

Sono ricchi di Zuccheri e Grassi, che come abbiamo visto vengono prevalentemente utilizzati dal nostro organismo per ottenere energia.

- CEREALI e TUBERI (Riso, pane, pasta, patate…)
  - -Contengono prevalentemente ***Zuccheri Complessi***, gli Amidi appunto).
  - Il 10% è costituito da Proteine di non alto valore nutritivo ma se unite a quelle dei legumi migliorano la loro qualità.

- A questo gruppo appartengono ovviamente lo ZUCCHERO, il MIELE, MARMELLATE e FRUTTA, DOLCI etc…, in questi cibi prevalgono gli ***Zuccheri Semplici***, perciò rapidamente assorbibili.

- GRASSI (Burro, Panna, Lardo, Strutto, Margarine, Olii..)
- LEGUMI SECCHI che, come abbiamo visto, sono ricchi sia di ***Proteine*** che di ***Amidi.***

III° gruppo: **Alimenti Vitaminici**
E ricchi di Sali Minerali

- FRUTTA E VERDURA per i quali si rimanda a quanto già esaurientemente detto nel precedente articolo relativo alle Vitamine.

Adesso esamineremo per ciascun gruppo alcune caratteristiche, come ad es. il contenuto in grassi, che possono tornarci assai utili nell'orientamento della scelta dei nostri alimenti.

LE CARNI

Appartengono al gruppo dei cibi plastici.
Sono costituiti mediamente per il **15-20 %** da **Proteine**; il valore calorico medio è di **170 Kcal/100g.**
Le carni "rosse" e le carni "bianche" non differiscono per il valore nutritivo che è lo stesso; la differenza è nel contenuto di grassi.
Premesso che non esiste solo il grasso visibile, ma anche quello invisibile, le carni, a seconda della specie hanno un diverso contenuto in lipidi.

Riportiamo alcuni esempi:

MANZO E VITELLO……..15-20% di grassi;
CAVALLO……2% " " (è una delle più magri!);
SUINO…… 20-30% " "
POLLO,CONIGLIO,
PICCIONE,TACCHINO…… 6-12% " "
GALLINA, OCA, ANITRA……. 20-30% " "
SELVAGGINA ……. In genere sono carni magre;
SALUMI ……. Sono sempre molto grassi, ma "una tantum" ci si può concedere un piccolo assaggio;
FRATTAGLIE (Fegato,
Rognone,Cervello,Cuore,
Trippa,Guance, piedini,
Animelle..) …… la maggior parte sono grasse; il cuore è un muscolo duro e difficile da digerire;
la trippa, la guancia e i piedi sono poveri di muscolo, ma ricche di tessuto elastico che con la cottura si trasforma in gelatina;
il fegato ha un alto contenuto di proteine, ferro e vitamine,

ma non è consigliabile un consumo frequente a causa dell'alto contenuto di nucleoproteine.

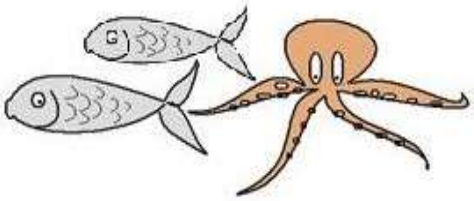
COME CUOCERE LA CARNE

In genere la carne va cotta per uccidere eventuali parassiti, come ad es. la Tenia.

Sotto l'azione del calore le proteine coagulano (un esempio è quello che succede al bianco dell'uovo durante la cottura); la cottura della carne è **ben fatta** quando si farà coagulare rapidamente la superficie esterna, in modo da conservare all'interno gli elementi nutritivi…ciò è ben risaputo dai "tifosi" della… "fiorentina"! Per lo stesso motivo, quando viene bollita la carne deve essere messa in acqua già in ebollizione.

Se fritta o cotta al salto o al sugo, la carne è invece più difficile da digerire.

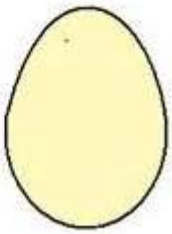
I PESCI



Hanno un valore nutritivo simile a quello della carne (anche se contengono un po' meno ferro): **15-20%di Proteine**; il valore calorico varia da **80 a 300 Kcal/100g**, a seconda se il pesce è magro o grasso. Infatti anche per i pesci, a seconda della specie, il contenuto dei grassi è differente, così si distinguono:

- PESCI MAGRI (**1-5%** di **grassi**):
  Merluzzo, Rombo, Nasello, Sogliola, Razza, Orata, Trota di fiume, Gattuccio, Merlano, Eglefino, Limanda…
- PESCI GRASSI (**10-20%** di **grassi**):
  Anguilla, Salmone, Tonno…
- PESCI SEMIGRASSI (**5-10%** di **grassi**):
  Triglia, Sardine, Sgombro, Trota di allevamento…
- I MOLLUSCHI: anche se meno ricchi di proteine, sono ricchi di Oligominerali (Manganese, Rame, Iodio, Zinco..)
- I CROSTACEI : **sono simili al pesce magro!** L'unico problema sono le allergie e la ricchezza in Purine, che costituiscono un problema per chi ha l'Acido Urico alto.

L' UOVO



Un discorso a parte va fatto per l'uovo.
Quello di gallina pesa in media 50 g., contiene il **14% di Proteine**, che sono le migliori e più equilibrate di ogni altro alimento plastico! Esse si trovano oltre che nell'albume anche nel tuorlo.
I **grassi sono il 12%** e sono concentrati nel tuorlo, ove è contenuto anche il ferro e gran parte delle vitamine. Il calcio è invece contenuto nel guscio. Il potere calorico è simile a quello della carne, **156 Kcal/100 g.**
L'uovo è stato ingiustamente "criminalizzato", ritenendolo un alimento "grasso", e invece abbiamo visto che regge bene il confronto con la carne ed il pesce! Inoltre, è ritenuto anche "indigesto", ma in realtà, salvo casi rari di intolleranza, un uovo fresco e ben preparato (per es. mescolato alle farine, come nelle creme, torte o biscotti) risulta essere molto digeribile!

NB: è **sconsigliato** consumare l'uovo crudo, poiché in tal modo l'organismo non assimila le proteine dell'albume.

Giuseppe Polino e Roberto Pacini

POLIZIA DI STATO:
RACCONTI PARALLELI

di Giovanni Landi

Stralcio di un'arringa dell' Avvocato Scucisoldi in difesa di Esposito Gennaro, napoletano, in corte di Assise di Milano il 14. 7. 1980

"… E non basta.
Signor Presidente, signori giurati, per capire meglio la psicologia e la cultura del mio assistito debbo parlare in senso più generale della napoletanità.
Dobbiamo sfatare una diceria che offende la verità. È giunta l'ora che si sappia quali sono i veri sentimenti del napoletano. Finora sono circolate solo menzogne: napoletano sfaticato, napoletano imbroglione, napoletano chiassoso.
No! No! No!
La verità è di tutt'altro segno.
Il napoletano è il più altruista e operoso del mondo. Io ne ho le prove e ve ne do ampia dimostrazione. Prendiamo l'attività del "magliaro" della quale è stato antesignano e precursore.
Vi pare poco andare in giro per l'Europa con un fardello in spalla offrendo tessuti di puro, ...ma che dico puro...purissimo cotone? Lo so che nelle dichiarazioni la mercanzia viene sbolognata come roba di pura lana, ma questo è particolare di scarsa importanza.
Importante è creare nel prossimo l'illusione di aver fatto un buon affare. Questo si chiama filantropia. Le malelingue dicono che sia l'ansia del profitto a muoverlo. Anche questo è calunnioso. Lui è già soddisfatto se, dopo tanto sudare, a malapena rientra nelle spese. Il profitto che realizza non serve per bagordi e gozzoviglie ma per consentire una vita decente alla sua famiglia: la moglie e nove figli. A questi aggiungete i suoceri e genitori, vecchi e malandati, e capirete meglio, signor presidente, la sua affannosa inesauribile ansietà di concludere affari.
Nessuno più del napoletano ama la casa e, di conseguenza, il mattone che ne è il simbolo. Al mattone dà un valore altissimo se è vero, come è vero, che è proprio un comune mattone che rifila in sostituzione dello stereo o della videocamera acquistata sulla sua bancarella.
E, così, lui, poveretto, rinuncia di volta in volta ad una piccola parte della sua città per darla agli altri.
Questa è generosità!
Io dico che è un eroe!
Volete altro esempio? Eccovi serviti.
Il napoletano è un gran lavoratore. Il più operoso di tutti. Il tedesco, al suo confronto, è un perdigiorno. Il napoletano ama il lavoro al punto che lo attesta cantando. Considerate quanta voglia di fare c'è in chi canta a squarciagola "VOGLIO FA' L'ARTE DO' SOLE". Il canto è preghiera e con la preghiera non si scherza. È verità

in musica. Uno che vuol fare l'arte del sole è un campione d'altissima caratura perché se c'è qualcuno che non riposa mai è proprio il sole. Sempre in attività. E la suprema aspirazione del napoletano è emulare il sole.
Io dico che è un eroe.
Ancora! Il napoletano è gioioso ed altruista. Intorno a lui non si respira quell'aria di riservatezza tanto cara ai nordici. Dove c'è lui tutto è solare ed allegro. Lui non parla, non colloquia coi figli. Lui grida; tutto dice ad alta voce: Pasquale, Gennaro, Raffaele venite qua, andate là, fate questo, fate quello. Lui non ha nulla da nascondere nemmeno durante la siesta pomeridiana anzi proprio al momento della pennichella lui è più attivo e coinvolgente. Io dico che è un eroe. Che si sappia signor Presidente, signori giurati, ho solo accennato a delle peculiarità tipiche di un vasto ambiente partenopeo. Quell'ambiente ha partorito Esposito Gennaro, il mio difeso. Lui si è nutrito di questa cultura e ne è permeato totalmente. È il suo esistere; il suo unico modo di esistere.
Signor Presidente, signori giurati - io vi domando: è da ritenere colpevole del reato ascrittogli un uomo che vive in perfetta coerenza e tolleranza con l'etica del suo mondo? Io credo; sono convinto di no perché nel suo agire si ispira agli ideali del suo mon…
L'avvocato Scucisoldi si interrompe perché il suo assistito gli ha afferrato un lembo della toga e gliela strattona. "Che avete da dirmi Esposito? Non posso interrompere la mia arringa". L'Esposito non demorde e continua a segnalarsi al suo avvocato strattonandolo ancor più vigorosamente. Scucisoldi informa la Corte che deve consultarsi urgentemente con il suo cliente.
"Avanti Esposito. Che avete da comunicarrni?"
"Avvocà, dite a Sua Eccellenza che se mi danno un posto al Comune io non lascio mai più Napoli. Non farò più il magliaro. Lo giuro su S. Gennaro".
Scucisoldi ignora la richiesta di Esposito.
Rientra a fatica nella sua funzione di avvocato difensore. Lo fa imboccando una scorciatoia comoda ma poco onorevole: "Io ho finito. Signor Presidente, signori giurati, mi rimetto alla vostra clemenza".

DALLA PAROLA ALLA PAROLA

attraverso le parole

di Antonello Mei

EMOZIONI SENTIMENTI DESIDERI

Se chiedessimo a molte persone di ogni ceto sociale se usano la mente per risolvere le loro vicende quotidiane, avremmo senza dubbio una risposta positiva.
In effetti, l'individuo propende a credere, tolte occasionali manifestazioni di violenti stati emotivi-affettivi, di dirigersi con la mente e la ragione nell'espletamento delle proprie funzioni. Nulla di più errato.

Sono pochi gli esseri che sanno dissociarsi dagli stati emotivi affettivi e valutare con la riflessione mentale la propria condotta. La volontà dei più guidata dai desideri che incalzano, spesso inconsciamente, i vari processi esplicativi.
Noi approviamo, ad esempio, l'operato di coloro che ci piacciono di più. Nelle persone e nelle cose vediamo quello che coscientemente e incoscientemente "sentiamo" di vedere. Se qualcuno, o qualcosa, non ci riesce simpatico, siamo capaci di trovargli mille difetti, se al contrario ci riesce simpatico troviamo qualità ammirevoli là dove vi sono appariscenti imperfezioni. Un piccolo spostamento di emozioni e sentimenti ci fa cambiare completamente ordine di giudizio. La massa dell'umanità solo oggi incomincia ad usare la discriminazione mentale.
Normalmente i nostri ragionamenti vengono formulati per giustificare i sentimenti e questi, avendo su di noi un'influenza maggiore, riescono a dare i *toni* ai processi mentali, determinandoli conseguentemente.
Se esaminiamo gli istinti e possiamo dare ad essi una qualificazione essenziale: la preservazione, la conservazione, la protezione dell'individuo. Esaminando la sfera sensitiva possiamo dire che essa è caratterizzata da una qualificazione di rapporto, rispondenza, contatto.
Questo dinamismo è potentemente influenzato dal fattore interesse, dal connubio desiderio-piacere-dolore.
Che cos'è l'interesse? E' utilità, vantaggio, convenienza non solo materiale ma anche morale e spirituale. E' esigenza di ciò che appare atto a soddisfare i bisogni. E' tensione verso accadimenti sia positivi che negativi. Esso può determinarsi in modo volontario o inconscio . La stessa volontà aiuta a determinare quel genere d'interesse che può essere di maggior valore in un determinato periodo di tempo e luogo. La memoria è ancora legata all'interesse nel registrare e rievocare le sue impressioni. Noi ricordiamo più facilmente ciò che suscita il nostro interesse.
Il complesso del desiderio emotivo è caratterizzato da due stadi:

a) per mezzo dell'apparato sensorio l'individuo acquista la coscienza dell'ambiente e sviluppa la capacità di reagire ad esso.
b) Consapevolezza o sensibilità di svariatissimi stati d'animo, di sentimenti, di desideri, aspirazioni, ecc. che hanno profondità nell'autocoscienza . Questa possibilità viene condivisa con i propri simili.

La forma più elementare di coscienza sensitiva è l'*emozione.*
Che cos'è un emozione?
Un pericolo ci sovrasta, repentinamente l'istinto di conservazione si risveglia e provoca una rottura dell'equilibrio neuro-psichico. Immediatamente un'esplosione reattiva promuove una carica di energia che, non trovando immediata soddisfazione, si propaga per tutto l'organismo mettendoci in uno stato di forte eccitamento e tensione. Quando facciamo un determinato movimento liberatorio e il pericolo viene scongiurato, l'energia si scarica. Questo particolare fenomeno di accumulo di energia antecedente alla scarica lo chiamiamo *emozione.*
Emozione, come dice la parola stessa, significa mettere in moto, determinare una rottura di equilibrio; significa scuotere quella sostanza di cui l'emozione è composta e può esprimersi sotto l'effetto di uno stimolo esterno (percezione sensoriale) o

interno (rappresentazione mentale). Abbiamo così un'infinita caratterologia emozionale di cui non è possibile precisare le variazioni e le classificazioni. Si possono avere di gioia, di collera, di paura, di angoscia, d'inquietudine e così via. Esse sono sul piano psichico quello che i colori sono sul piano della luce. L'emozione procura una complessa fenomenologia di reazioni organiche, che vanno dal brivido al tremito, dalle perturbazioni vasomotorie alla paralisi delle gambe. Così dei disturbi come i sudori, le disfunzioni del fegato, delle ovaie, i rossori, le palpitazioni, possono essere il risultato della frustrazione di qualche emozione.
Ogni emozione può provocare la secrezione di adrenalina dalle capsule surrenali e la stimolazione del sistema nervoso autonomo con conseguente influenza sul cuore, sull'apparato respiratorio e su altre funzioni viscerali. Queste funzioni autonome vengono stimolate all'azione e il sistema nervoso centrale provvede ad orientare le energie verso una direzione specifica.
Possiamo descrivere, ad esempio, le reazioni determinate da un'emozione di terrore o di gioia.
Nel campo psichico: una sensazione d'incontenibile felicità o di angoscia tanto acuta da sembrare insopportabile; nel campo della circolazione: accelerazione o arresto del cuore, rafforzamento o indebolimento dei battiti, vasocostrizione periferica e collasso cardiocircolatorio; nell'apparato respiratorio: variazioni del ritmo e della profondità del respiro, dilatazione o costrizione dei bronchioli, sforzo respiratorio intenso tanto da culminare in una momentanea sospensione del respiro, balbettio e tremito della parola; nell'apparato digestivo: arresto delle contrazioni peristaltiche dell'esofago, dello stomaco e dell'intestino, arresto della secrezione salivare e gastrica per cui ci si sente la lingua asciutta e impastata, paralisi degli sfinteri con conseguente perdita di escrementi ed urine.
La leggera traspirazione provoca un'alterazione della resistenza elettrica della pelle che favorisce un indice di onde emotive (riflesso psicogalvanico). Se ne deduce che esiste una fisiologia delle emozioni e che queste cadono nel patologico quando vengono a raggiungere un'intensità eccessivamente spropositata rispetto all'intensità della causa provocatrice. L'emozione non è identica per tutti, sia come forza, sia come possibilità di risultanze di comportamento.
Abbiamo così una costituzione emotiva individuale, commensurabile non solo alla differenza di intensità di fronte ad uno stesso avvenimento o stimolo, ma altresì dalla diversa precocità e tumultuosità di irruzione e dalla difforme durata dell'emozione stessa. Potremmo parlare ancora di *soglia emotiva* che rappresenta l'intensità x che deve essere raggiunta da uno stimolo per procurare l'insorgenza di una emozione, soglia che varia da classe a classe di emozioni. Alcuni hanno maggiore sensibilità alla gioia, altri al dolore, altri ancora alle delusioni, ecc.
Vi sono molte teorie sull'emozione; ad esempio, la teoria intellettualistica o cognitiva che accentua le rappresentazioni della situazione emozionante; più che conflitti a reazioni emotive emergono conflitti a reazioni di idee. E' noto che infiniti rapporti di idee possono essere chiari senza che insorga alcuna emozione. Moltissime persone comprendono il pericolo di una situazione: alcune manifestano paura, altre ne sono esenti. D'altra parte, quante volte ci sentiamo depressi, irritati, scontenti,

ecc., senza conoscerne il reale motivo? In ogni modo è indubbio che la mente esercita un "atteggiamento" , una "presa" sull'emotività poiché emozione-pensiero non possono essere scissi in modo netto e preciso, ma è anche fuor di dubbio che l'idea non ne rappresenta l'elemento essenziale.
Vi è un altra teoria che insiste sui fenomeni fisiologici: piangiamo perché siamo scontenti o siamo scontenti perché piangiamo?
Il fatto è che non sempre le reazioni organiche procurano delle emozioni: il brivido, il sudore freddo, la scarsità di salivazione si ritrovano nella febbre senza produrre istanze emotive; il ritmo del cuore può venire accelerato negli stati di paura, dopo una salita di due tre rampe di scale, o semplicemente dopo aver bevuto un semplice tè. Un'iniezione di adrenalina, che riproduce gli svariatissimi fenomeni organici degli stati di eccitazione, s'accompagna ad un malessere in cui il soggetto non riconosce alcuna emozione.
La condizione muscolare si presenta con caratterologia uguale sia nella gioia che nell'ira, malgrado la diversità psichica delle due emozioni. Noi affermiamo che l'emozione ha una fenomenologia a sé, benché possa venir influenzata da reazioni mentali ed organiche.
Abbiamo detto che non è possibile fare delle classificazioni rigide delle emozioni, comunque possiamo raggrupparle in emozioni esaltative o steniche e depressive e asteniche. Rientrano nelle prime la gioia, l'entusiasmo, la felicità, l'allegria, le varie gradazioni delle emozioni estetiche e mistiche, ecc,; rientrano nelle seconde la paura, la tristezza, la depressione, l'angoscia, ecc.
L'emozione ha quasi sempre un'insorgenza irrazionale, involontaria e improvvisa. Per questo e per il grave turbamento che essa provoca in tutta la sfera psichica, è stata definita dal Deveraux e Logre una specie di "shock psichico" più o meno acuto.
Così la psiche di un individuo può venire elettrificata da una particolare emozione, che può costituire un capace stimolo alla manifestazione di determinate possibilità inventive ed esplicative, portando più energia all'azione, più prontezza, dando incentivo a una maggiore iniziativa; oppure può divenire strumento paralizzante nell'attività e nella stessa dinamica dei processi psichici. *(continua)*

L'ANGOLO DELLA POESIA

AVVISO AI NAVIGANTI
di Marco Masolin

CAPOLINEA

E' lunga la strada che porta al futuro,
lunga e colma di ortiche e buche, tante buche
che sembrano fermarti ad ogni istante,
impedirti di andare avanti, di procedere.

Eppure se ti volti dietro ti accorgi
che di strada ne hai fatta,
che di tempo ne è trascorso,
e tu che solo ieri camminavi a passo svelto,
adesso ti ritrovi a trascinare le gambe una dietro l'altra
senza nemmeno sapere perché.
E' triste la strada che porta al futuro
perché è come un binario che si perde nel nulla
senza possibilità di un ritorno,
come un treno senza stazioni
dove nessuno scende
fino al momento in cui qualcuno,
con voce roca dirà quella frase che
hai temuto di sentire per un'intera vita,
ma che da sempre era scritta sul bollettino del viaggio:
"Capolinea, signori e signore: si scende",
per non ripartire mai più.

CATECHISMO ESSENZIALE DELLA CHIESA CATTOLICA

5×5
Domande e Risposte
di Marco Erga

Si potrebbe sintetizzare con una formula questi quattro sensi?
Un antico distico medievale li sintetizza e li spiega così: "La lettera insegna i fatti, l'allegoria che cosa credere, il senso morale che cosa fare e l0'anagogia dove tendere".

In che cosa consiste il Magistero della Chiesa?
Il Magistero della Chiesa consiste nel compito affidato all'insieme dei Vescovi in comunione col Papa di conservare e interpretare il deposito della fede.

Quando il Magistero della Chiesa esercita in pienezza la sua autorità?
Il Magistero della Chiesa esercita in pienezza la sua autorità quando definisce un dogma.

Che cosa è un dogma?
E' una verità di fede contenuta nella Scrittura o alla Scrittura strettamente collegata, che obbliga il popolo cristiano.

Ci può essere contraddizione tra un dogma e l'altro?
Evidentemente no, pena fare sgarbo all'infinita sapienza di Dio.

LETTERE IN REDAZIONE

(a cura di P. Franco Stano)

"Egregio Direttore, Gesù - è stato detto - è di tutti. Perché allora di lui s'impossessano le parti?" (Alba Mazzoccoli).

Gesù è di tutti, ciò che certamente esclude che le parti se ne approprino. Egli stesso in tal senso chiarì senza possibilità di appello quando operò la distinzione tra Cesare e Dio. "A Cesare, quel che è di Cesare; a Dio, quel che è di Dio". Egli è di tutti in quanto annuncia un Dio per tutti e dunque in quanto sollecita ad una interpretazione religiosa della vita. Il resto è cosa che riguarda la storia e le cangianti metodologie politiche. Ad un uomo politico che appunto gli chiedeva di intervenire a suo favore e a favore della sua parte presso la regina, il santo confessore di Sua Maestà rispose: Signore mio, qui è come ad un tavolo da gioco. Io posso pure assistere alla partita, ma ingiusto sarebbe che intervenissi a favore di questo o di quell'altro giocatore. Turberei l'equilibrio e non sarei onesto. A me, in quanto suo confessore, interessa che la regina interpreti onestamente la sua vita. Che poi del governo si serva di Pietro, di Antonio, di Anselmo o di Pipino, è un problema che riguarda la regina. La regina e lo stato. Attualizzando, signora Alba, i partiti facciano le loro proposte e meritino, col voto, di governare la nazione. Ciò che è religioso, resti tale per tutti. Anche in considerazione del fatto che mentre la storia è precaria, il religioso ha carattere di stabilità. Qui davvero la misura vale molto più della mistura. PFS.

"Direttore, ricordo di aver letto, se non sbaglio proprio sulla Bacheca, una frase che continua a ronzarmi nella testa. Diceva: "Verranno tempi in cui tutti gli uomini saranno pazzi e lo saranno al punto tale che quando vedranno uno non pazzo si domanderanno: Ma questo è pazzo?". Mi saprebbe dire chi ne è l'autore… Lei lo sa?". (Anselmo Brio).

Per caso lo so. La frase fu pronunciata da S. Antonio Abate, il più importante fra i primi padri del deserto. Roba del II secolo dopo Cristo. Come dire: Acqua passata, caro signor Anselmo".

"Carissimo Direttore, ma secondo lei esiste ancora una distinzione tra "natura" e "cultura"? Le chiedo questo a causa di una discussione nel clima furioso della quale si affermava che l'uomo è solo la sua "cultura" E' così?" (Manuela Totaro).

Haec est quaestio, cara signora Manuela! O, meglio, qui sta il busillis. Io non saprei cosa dirle, salvo invitarla a riflettere e a decidere. Omero era un poeta? Virgilio era un poeta Dante era un poeta? Petrarca era un poeta? Tasso era un poeta? Carducci era un poeta? Pascoli era un poeta? Quasimodo era un poeta? Qualora lei rispondesse di sì, io le chiederei ancora: E che cosa mette insieme questi uomini così distanti nel tempo, così culturalmente diversi l'uno dall'altro, così diversi nel linguaggio, nello stile e nell'espressione? Se lei mi rispondesse che a metterli insieme e a renderli ugualmente grandi è la "poesia", io le direi che forse la poesia appartiene alla "natura" dell'uomo, il linguaggio alla "cultura"; essenziale quella, cangiante questa e, comunque, da quella determinata e di quella al servizio. E per quanto mi riguarda avrei chiarito. Se la cosa la soddisfa, bene; e, magari, continui a rifletterci e a fare ulteriori applicazioni. Se la cosa non la soddisfa, non se ne dia pensiero, giacché come dice un proverbio spagnolo e come il pensiero debole a noi contemporaneo pare confermare, "cada cual con su canto", che significa propriamente: "A ciascuno la sua canzone!".

"Una scritta murale, caro Direttore, scrive un'espressione terribile. Scrive: "Dio c'è". E aggiunge subito: "Ma che fa?" Terribile, no? (Eugenio Vici).

Dio non appare, certo, e in un mondo che esalta l'apparenza, può dare l'impressione di non far nulla. Dio non ama lo "Eccomi qua" tipico della nostra cultura Ma, se mi permette, signor Vici, debbo dire che il Signore sta in buona compagnia. Sta in compagnia di una catena immensa di essere umani che non appaiono, ma che ci sono, se ci sono! Sta in cima ai pensieri di quanti nel segreto della coscienza cercano disperatamente di dare un senso all'esistere. Sta nel respiro tremolante di chi si dispone a morire mentre fuori impazza l'arrogante presunzione dell'onnipotenza comica e distruttiva. Sta nell'orrore dei bimbi sacrificati alle idolatrie oggi imperanti e nella sconfitta dei deboli e nella morte di chi muore senz'altra ragione che il potere sconfinato del piacere ad ogni costo. Sta là il Signore. E pare che prenda discretamente nota… PFS.

L A B A C H E C A

Sussidio aperto a cura dell'Ufficio del Cappellano Coordinatore Nazionale della Polizia di Stato

ANNO IV – N.5

Direttore responsabile
Padre Franco Stano

www.cappellanipolizia.it - e-mail: cappellanipolstato@chiesacattolica.it -
tel. 06/46535574 - fax 06/46535311

LA PREGHIERA*

"Canta, dunque, come il viaggiatore; canta e cammina senza indietreggiare,

senza voltarti. Qui canta nella speranza, lassù nel possesso.

Questo è l'alleluia della strada, quello è l'alleluia della patria"

(Sant'Agostino)

**Sulla base di questo testo di Sant'Agostino, la preghiera che proponiamo tende a creare un rapporto tra le parti o le circostanze della vita e la preghiera stessa.*

AL MATTINO

Concedi a noi, Signore, di trascorrere questo giorno nella gioia, nella pace
e senza indulgere a nessun tipo di male, perché, giunti a sera,
possiamo lodarti con cuore puro e riconoscente.
Risplenda su di noi la luce del tuo amore
e la tua sapienza ispiri i nostri progetti e le nostre opere.
La tua mano ci sostenga nel servire il bene e ci custodisca nella tua amicizia.
Proteggi la nostra famiglia e coloro che si affidano alla nostra preghiera.
Colmaci di ogni benedizione nel corpo e nello spirito. Amen.

IL SANTO DEL MESE

MATTIA APOSTOLO
(I secolo)

Gli undici apostoli rimasti dopo la morte drammatica di Giuda Iscariota, il traditore di Gesù, ritennero di dover supplire la sua assenza, per mantenere intatto il numero di dodici, che per gli apostoli Gesù aveva voluto. Tirarono a sorte, dopo aver invocato lo Sipirito Santo, la sorte cadde su Mattia, privilegiato rispetto ad un'altro uomo Giusto chiamato Barsabba. Si crede che Mattia sia morto a Gerusalemme. Il nome, di origine ebraica, pare che significhi "dono del Signore". In tal senso, Mattia caratterizza il senso e la vita di tutti noi.

PP.

DALLA FEDE ALL'IMPEGNO

VENTESIMO SECOLO

Per quanto riguarda il ventesimo secolo, accenniamo soltanto ad alcune linee che possano consentire una visione essenziale del mondo in cui viviamo.
Il secolo è segnato dalla immane tragedia di due guerre mondiali, dall'esplosione delle prime bombe atomiche e dall'olocausto di milioni di innocenti.
E' il secolo all'inizio del quale crolla il mito della scienza onnicomprensiva e dell'uomo onnipotente e si propone in maniera drammatica la precarietà dell'esistere.
Ma è anche il secolo di un impensabile sviluppo scientifico e tecnologico; il secolo che avvicina il mondo e contrappone tragicamente ricchezza e povertà.
E' il secolo dei nuovi totalitarismi e del bipolarismo mondiale che problematicizza la libertà delle nazioni.
La Chiesa del ventesimo secolo è una Chiesa impegnata a camminare con i tempi che camminano. In tal senso va letta la crisi modernista dei primi decenni; in tal senso va letto l'evento grandioso del Vaticano II, la cui eredità fermenta oggi l'intera vita ecclesiale. E' il secolo del rinnovamento giuridico della Chiesa (Codice 1917 e 1983) così come è il secolo nel quale la Chiesa, fedele alla sua natura missionaria, reinterpreta i metodi della sua missione. E' il secolo del rinnovato spessore ecumenico che, mentre guarda all'unità delle Chiese, si apre al dialogo con tutte le confessioni religiose.
Secolo di contrasti e contraddizioni; ma anche di speranza e di fiducia.
Secolo di rivolgimenti culturali velocissimi e di una Chiesa disposta e disponibile ad accettarne le sfide nella luce del Vangelo e della sua verità.

Da "Il Canto perenne"

PERSONAGGI DELL'ANTICA ALLEANZA

di Angelo Di Nicola

SANSONE

Una volta stabilitosi nella terra promessa, Israele si trova a dover contendere con i popoli preesistenti, di cui ha occupato le terre; in particolare con i Filistei, che per un certo periodo rappresenteranno il nemico per antonomasia.
A questo periodo, in cui Dio suscita capi politici e militari, i cosiddetti "Giudici", sono legate le vicende di uno dei personaggi più singolari, mitico per molti versi, di questa parte della storia di Israele: Sansone.
Questi é figlio di un umile Israelita, Manoach, la cui moglie, nemmeno a dirlo, é sterile. Essa ha una visione: un angelo le annunzia che avrà un figlio e le raccomanda

di osservare precetti ben precisi poiché questo figlio sarà consacrato al Signore mediante il voto del “Nazireato”.
I Nazirei, uomini consacrati al Signore, secondo l’uso di Israele, dovevano tenersi lontani dai cadaveri (anche dei famigliari defunti), dovevano astenersi dal vino e da ogni bevanda inebriante in genere, non mangiavano uva e derivati e, per tutto il tempo del voto, che quindi poteva anche essere temporaneo, non potevano tagliarsi i capelli. Quando i giorni del Nazireato erano compiuti, allora il consacrato, tramite il sacerdote, presentava in olocausto ed espiazione un agnello, pane azzimo e libagioni (figure tutte del sacrificio del vero agnello consacrato, Gesù Cristo) e poteva tornare a radersi liberamente.
Attraverso Sansone, cui il Signore aveva fatto dono di una forza sovrumana, Dio suscitava in Israele un uomo capace di liberare il popolo dall’oppressione dei suoi nemici. Per questo motivo Sansone sposa una donna Filistea che poi ripudia e da questo evento scaturiscono tutta una serie di vicende per cui Sansone stesso si trova a contendere con i Filistei facendone strage immane.
Questi ultimi, allora, sconcertati dalla forza straordinaria dell’eroe Israelita, cercano di carpirne il segreto per poterlo neutralizzare, dacché pareva veramente imbattibile e si rivelava un nemico mortale. Qui sembra, per certi versi, di trovare punti di analogia col mito greco di Achille, che aveva nel tallone il suo punto debole essendo stato immerso da piccolo, tenuto per un piede, nelle acque sacre dello Stige.
I Filistei dunque spingono la bella Dalila, una donna di cui Sansone si é invaghito, a sedurlo per poterne conoscere il segreto. Dalila accetta ed interroga Sansone sul mistero della sua forza immensa, ma questi per ben tre volte le rivela un falso segreto cosicché per tre volte può fare strage dei Filistei che vengono a catturarlo sicuri di averlo ormai in pugno. Ma alla fine, tediato dalle suppliche e dalle moine di Dalila che insiste perché le dia prova del suo amore, Sansone, incredibilmente, rivela che la forza gli viene dal dono della consacrazione attraverso il voto di non radersi i capelli. Dalila, allora, rivela il segreto ai Filistei e fatto assopire Sansone gli fa tagliare le sette trecce che porta sul capo. Subito la forza si ritrae da lui e i Filistei possono catturarlo agevolmente. L’eroe viene accecato e legato attorno ad una macina da girare.I Filistei, per onorare il loro Dio e ringraziarlo di aver messo nelle loro mani il nemico mortale, organizzano una grande festa durante la quale Sansone viene messo in mostra ed anzi costretto a divertire il pubblico facendo giochi. Ma intanto, poiché é passato del tempo, la sua capigliatura é andata lentamente ricrescendo ...
Egli, dopo aver invocato il Signore ed averlo pregato di concedergli ancora per una sola volta la sua proverbiale forza, si appoggia alle colonne portanti dell’edificio dentro il quale sono raccolti i Filistei con tutti i loro capi e i loro notabili e spostandole fa crollare la costruzione uccidendo così se stesso ma anche un numero impressionante di Filistei, più di quanti ne aveva uccisi fino ad allora.
Gli Israeliti allora ne presero il corpo e lo onorarono dandogli sepoltura insieme ai Padri.

PER UN VOCABOLARIO CRISTIANO

EUCARESTIA

L'eucarestia è fonte e apice di tutta la vita cristiana: in essa è racchiuso tutto il bene spirituale della Chiesa, cioè lo stesso Cristo, nostra Pasqua.
"*Nell'ultima cena, nella notte in cui veniva tradito, il nostro Salvatore istituì il sacrificio eucaristico del suo Corpo e del suo Sangue, al quale perpetuare nei secoli, fino al suo ritorno, il sacrificio della croce, e per affidare alla sua diletta sposa, la Chiesa, il memoriale della sua Morte e Risurrezione*" (Conc. Ecum. Vat. II, *Sacrosanctum concilium*, 47).
L'insondabile ricchezza di questo sacramento si esprime attraverso i diversi nomi, ciascuno dei quali evoca aspetti particolari:

- *Eucaristia* perché è rendimento di grazie a Dio (da eucharistein e eulogein che evocano le benedizioni ebraiche);
- *Cena del Signore*, perché è la cena che il Signore ha consumato con i suoi discepoli la vigilia della passione e anticipazione della cena delle nozze dell'Agnello nella Gerusalemme celeste;
- *Frazione del pane*, perché è il rito utilizzato da Gesù nell'ultima cena; tutti coloro che mangiano dell'unico pane spezzato, Cristo, entrano in comunione con Lui e in Lui formano un solo Corpo;
- *Assemblea eucaristica* (synaxis), come espressione visibile della Chiesa;
- *Memoriale* della Passione e della Resurrezione del Signore;
- *Santo sacrificio* perché attualizza l'unico sacrificio di Cristo salvatore e comprende anche l'offerta della Chiesa;
- *Santa e Divina Liturgia* perché tutta la Liturgia della Chiesa trova il suo centro e la sua densa espressione nella celebrazione di questo sacramento, detto anche Santissimo Sacramento.;
- *Comunione* perché mediante questo sacramento ci uniamo a Cristo, che ci rende partecipi del suo Corpo e del suo Sangue per formare un solo corpo;
- *Santa Messa*, perché la Liturgia si conclude con l'invio dei fedeli (missio), affinchè compiano la volontà di Dio nella loro vita quotidiana.

Fin dal secondo secolo, la testimonianza di san Giustino martire ci presenta le linee fondamentali dello svolgimento della celebrazione eucaristica, rimaste invariate fino ai nostri giorni. La liturgia dell'Eucarestia si articola in due grandi momenti, che formano un'unità originaria:

- la convocazione, la Liturgia della Parola con le letture, l'omelia e la preghiera universale;
- la Liturgia eucaristica, con la presentazione del pane e del vino, l'azione di grazia consacratoria e la comunione.

Celebrando l'ultima Cena con i suoi Apostoli, durante un banchetto pasquale, Gesù ha dato alla pasqua ebraica il suo significato definitivo. Infatti, la nuova Pasqua, il passaggio di Gesù al Padre attraverso la sua Morte e Resurrezione, è anticipata nella

Cena e celebrata nell'eucaristia che porta a compimento la pasqua ebraica e anticipa la pasqua finale della Chiesa nella gloria del regno.
L'Eucarestia è quindi azione di grazie e lode al Padre, memoriale del sacrificio di Cristo e del suo Corpo, presenza di Cristo in virtù della potenza della sua Parola e del suo Spirito. L'Eucaristia mette così in contatto il credente con questo sommo sacerdote sempre vivo nel suo stato di vittima. Il passaggio che vi si opera dal pane al corpo e dal vino al sangue, riproduce il passaggio dal mondo antico al mondo nuovo, che Cristo ha valicato andando con la morte verso la vita. Il corpo ed il sangue eucaristici non sono quindi soltanto il memoriale simbolico di un fatto compiuto; sono tutta una realtà del mondo escatologico in cui vive Cristo. L'Eucarestia procura al credente, ancora immerso nel mondo antico, il contatto fisico con Cristo in tutta la realtà del suo essere nuovo, risorto, spirituale. Ricevere l'Eucarestia reca come frutto principale l'intima unione con Cristo Gesù. Ciò che l'alimento materiale produce nella nostra vita fisica, la Comunione lo realizza in modo mirabile nella nostra vita spirituale.
La partecipazione al Santo Sacrificio ci identifica con il cuore di Cristo, sostiene le nostre forze lungo il pellegrinaggio di questa vita, ci fa desiderare la vita eterna e già ci unisce alla Chiesa del cielo, alla Santa Vergine Maria e a tutti i Santi.

APPUNTI
SULLA DOTTRINA SOCIALE CRISTIANA

di Rocco Cifarelli

SOLIDARIETA'

Il principio di solidarietà rappresenta uno dei capisaldi della Dottrina sociale della Chiesa e il compianto Giovanni Paolo II, nell'Enciclica *Centesimus Annus*, ci ha ricordato che tale principio "è più volte enunciato da Leone XIII col nome di amicizia, che troviamo già nella filosofia greca, da Pio XI col nome non meno significativo di carità sociale , mentre Paolo VI, ampliando il concetto secondo le moderne e molteplici dimensioni della questione sociale, parlava di civiltà dell'amore".
Spesso il concetto di solidarietà viene associato ad un generico sentimento di compassione oppure di semplice vicinanza ai sofferenti, ma il *Compendio* ci ricorda con forza che la vera solidartietà "è la determinazione ferma e perseverante di impegnarsi per il bene comune: ossia per il bene di tutti e di ciascuno, perchè tutti siano veramente responsabili di tutti" (n. 193). Infatti, ciascuno è chiamato non solo ad impegnarsi per il bene del prossimo, ma anche ad orientare il proprio agire sociale nella "ricerca di punti di possibile intesa anche là dove prevale una logica di spartizione e frammentazione, nella disponibilità a spendersi per il bene dell'altro al di là di ogni individualismo e particolarismo" (n. 194).

Indubbiamente, la solidarietà costringe ciascuno di noi a sbattere contro le ambiguità e le contraddizioni che caratterizzano la vita sociale. Non si possono ignorare, ad esempio, le fortissime disuguaglianze tra Paesi sviluppati e Paesi in via di sviluppo, "alimentate anche da diverse forme di sfruttamento, di oppressione e di corruzione che influiscono negativamente sulla vita interna ed internazionali di molti Stati" (n. 192). Tuttavia, il cristiano riesce a scorgere nella realtà sociale dei segni di vita e di speranza, in quanto la stessa vita sociale è "segno di una Grazia che di continuo è a tutti offerta e che invita alle forme più alte e coinvolgenti di condivisione" (n. 196). Infatti, come ci ha insegnato l'amato Giovanni Paolo II, "alla luce della fede, la solidarietà tende a superare se stessa, a rivestire le dimensioni tipicamente cristiane della gratuità totale, del perdono e della riconciliazione.Allora il prossimo non è più soltanto un essere umano con i suoi diritti e la sua fondamentale uguaglianza davanti a tutti, ma diviene la vive immagine di Dio Padre..." (*Sollicitudo rei socialis*, 40).

ESPERIENZE E ATTUALITA'

IL MIO DIO E' IL BUCO

"Don da alcuni anni sono uscita dal giro, ma ti assicuro non è stato facile perché entrarci è semplice ma poi…"
Trovo per caso questa ragazza, Elisabetta, che mi era stata presentata dal mio amico Carlo e lei mi racconta la sua vicenda.
"Vedi ho avuto un'infanzia terribile durante la quale ho perso mia madre uccisa da alcuni balordi, mentre mio padre non ha fatto nulla per salvarla.
Il fatto è avvenuto quando ero giovane e avevo una sorella più piccola, avevo circa dieci anni e poi ho cominciato a vivere con i miei nonni che sono diventati genitori sul campo.
Ma io e mia sorella volevamo sperimentare nuove avventure e così io all'età di circa quindici sono entrata in un certo giro e ho cominciato tutta la trafila che mi ha portato a far uso progressivamente di sostanze stupefacenti.
Poi alcuni anni fa è successo un fatto che mi ha fatto riflettere: mi è morto un mio carissimo amico sempre per overdose e da lì ho cominciato a riflettere e ho pensato che non potevo andare avanti così."
"Ma poi cosa è successo cosa hai vissuto?", le chiedo.
"Sono entrata in comunità e da lì è nata una nuova esistenza; il contatto con le altre persone mi ha fatto capire che potevo uscire solo con la forza della volontà e con l'aiuto di altre persone.
Gli orari ferrei della comunità sono stati per me di grande stimolo per imparare , per avere un ritmo di vita più reale rispetto a prima quando l'unico mio scopo era arrivare al buco. E in questo periodo ho cominciato a scoprire Dio.

Non che non l'avessi mai pregato, ma Dio lo vedevo distante giudice della vita padrone, che aveva ammazzato mia madre e non mi davo pace per questo .
In comunità invece ho conosciuto un prete molto valido che mi ha aiutato a riflettere sulla mia vita e mi ha fatto capire che Dio sta dalla parte di chi ha meno, di chi soffre e non è il Dio dei potenti ma di coloro che con grande umiltà si affidano a lui."
Continuavo ad ascoltare esterrefatto; sciorinava parole a tutto andare e si vedeva che era contenta della sua nuova vita.
"Non sono più quella di prima -proseguì- e grazie a questo percorso ora sto svolgendo il mio lavoro all'interno della stessa struttura dove mi sono disintossicata perché voglio che altri capiscano che il vero Dio non è quello del buco della droga.
Diglielo ai tuoi ragazzi a quelli che hai in parrocchia che non è detto che la droga sia la realtà che riguarda alcuni, ma in fondo lo scopo per cui ti droghi è perché la vita ti fa schifo e vuoi uscirne puntando a crearti un tuo mondo.
E dì anche che senza una fede vera nel Dio della vita ,certi risultati non li otterrai mai e questo è il compito vostro di preti quello di donare Dio alle persone, non solo farle giocare e basta."
Che pugno nello stomaco la frase finale di questa ragazza di 24 anni che metteva in crisi tante mie convinzioni come quella che sia sufficiente stare accanto ai ragazzi e basta. Ho ripensato alle sferzanti parole di don Milani quando diceva che lui ai ragazzi non dava la ricreazione, ma la capacità di pensare e offriva la fede e niente altro. In quell'incontro quella ragazza mi ha ridato un primo autentico annuncio di fede e mi ha fatto capire che chi vive situazioni ai margini forse sperimenta ancora di più la lontananza ma in questo caso la vicinanza di Dio.
Elisabetta in seguito, ha cominciato ad animare i gruppi di adolescenti ed ora è felicemente sposata con un ottimo lavoro.
Ogni tanto ripensa al mio imbarazzo durante quel primo incontro, ma anche la gioia per aver incontrato un altro prete con il quale condividere le proprie idee. Tutti i miei pregiudizi mi erano caduti in quella mezz'ora nella quale una ragazza era riuscita ad annunciarmi un vangelo vivo, passando dal dio del buco al Dio che ci salva in profondità.

Don Luigi Trapelli

OPINIONI

LA DIDATTICA: DA MEZZO A FINE

"Il caso della matematica è esemplare. Dopo aver tentato di tutto per renderla più accessibile e intuitiva, compresa la sciagurata riforma chiamata New Math, nella quale tutto si basava sulle nozioni (supposte) elementari dell'insiemistica, e dopo aver introdotto nella classe di matematica bilancette, palloni gonfiabili, forbici e cartone (la tanto incensata manualità), si è dovuto constatare che i risultati erano modesti. Allora si pensò di espellere completamente le operazioni aritmetiche e far leva sulle

calcolatrici tascabili. Ne uscivano ragazzi schiavi dell'elettronica e incapaci di ragionare in astratto."Questo ha scritto sul "Corriere della Sera" uno studioso versato nel campo delle scienze come Massimo Piattelli Palmarini. In un articolo nel quale ha suonato il campanello d'allarme facendo presente come, in seguito alla pubblicazione dei risultati dell'ennesima indagine, si sia appurato che dalle scuole occidentali escono ragazzi impreparati in matematica, fisica e scienze. E comunque la loro riuscita risulta significativamente inferiore a quella degli studenti asiatici di paesi quali Giappone, Taiwan, Singapore, Hong e Corea del sud. Piattelli Palmarini non ha mancato di avvertire che "appena i ragazzini dagli occhi a mandorla saranno adulti, anche le invenzioni si faranno in Oriente". Il nostro studioso non esita a puntare il dito anzitutto contro l'innovazione nel campo della didattica. E a ragione. Perché tale innovazione è diventata man mano una specie di droga che ha finito per far deragliare la didattica dai suoi binari. È diventata sempre più autoreferenziale tanto da far dimenticare man mano alla didattica di non costituire se non un mezzo al servizio dell'insegnamento delle materie o discipline scolastiche. Spingendola consciamente e inconsciamente ad arrogarsi il ruolo di fine. È stata posta con tale esagitazione la questione di "come" insegnare da far perdere di vista "cosa" insegnare. Da portare a non saper più "cosa" insegnare. A cui non poteva non corrispondere la difficoltà dell'alunno nel campo del "cosa" imparare. E la conseguente estensione delle sue lacune scolastiche. Al limite le materie scolastiche sono diventate un mero pretesto per dar luogo alle più incredibili sperimentazioni didattiche. Le quali sono state dunque effettuate all'insegna di una logica didattica che ha perso man mano ogni contatto con la logica interna a ciascuna materia. Quando non ha cercato di sostituirsi del tutto a quest'ultima come se ciascuna materia non avesse affatto una sua logica interna. Con la quale fare i conti. L'innovazione didattica si è data così a girare a ruota libera come se non dovesse mai render conto di niente e a nessuno. Del tutto estasiata e persa nel suo autoreferenziale narcisismo, non ha voluto né saputo rendersi conto dei suoi fallimenti. Per i quali non ha mai pagato. Mettendosi nella situazione di non essere assolutamente in grado di imparare dai propri errori.
Piattelli Palmarini rimprovera inoltre a questa didattica di aver creduto di poter fare a meno dello sforzo e della fatica nell'apprendere. E lo scrittore Luca Doninelli ci ricordava recentemente che "il grande matematico Laurent Lafforgue ha detto che la matematica è umana perché è difficile, e che uno dei caratteri del male è la facilità". Contro tutta una concezione capillarmente diffusa della didattica, la quale invece sostiene che "umano" è sinonimo di "facile". Si tratta della didattica del divertimento e del gioco estesa ben oltre la sfera delle esigenze infantili. La quale ritiene possibile, anzi necessario, evitare ed eliminare ogni ricorso allo sforzo nel processo di apprendimento per far assumere a questo un carattere esclusivamente giocoso, ludico, di divertimento.
L'enfatizzazione del gioco come principale, se non esclusivo, strumento didattico è divenuta particolarmente ossessiva da quando si è voluto fare di esso una vera e propria filosofia in grado di servire a tutto. Si è arrivato così a parlare di letteratura come gioco (la narrativa secondo Umberto Eco). E addirittura l'intera cultura è stata ridotta a gioco combinatorio (e perché no, manipolatorio) di luoghi, reperti e

brandelli culturali. È sorta e si è diffusa così una ennesima ideologia (un pensiero unico), che, come tutte le ideologie, ha prodotto luoghi comuni, preconcetti incalliti, opinioni stantardizzate e atteggiamenti conformisti rivelandosi ben presto più di ostacolo che di aiuto. Insistenza sul gioco e sul divertimento che ha finito per renderli paradossalmente perfino insopportabili.
A tutto ciò ha concorso da una parte lo sviluppo dei mass media e della comunicazione di massa, la cui efficacia dipende essenzialmente dal carattere edonistico dei suoi messaggi. La pubblicità alla virtù per lo più fa ridere. E dall'altra il mito del progresso con il quale ci siamo illusi che l'umanità fosse ormai avviata verso un futuro sempre più privo di ostacoli e di difficoltà. Ci siamo illusi che avrebbero pensato a tutto il progresso e lo sviluppo tecnologico. Avrebbero pensato a toglierci da qualsiasi impaccio e a risolvere ogni nostro problema. Anche educativo e didattico.
È divenuto così un luogo comune dire, per esempio, che lo sforzo è inutile e sprecato a meno che non scaturisca come effetto del tutto naturale e quasi automatico dall'interesse che proviamo per un determinato fine. L'interesse sarebbe dunque il supporto dello sforzo autentico. Insomma, se c'è interesse per un determinato obbiettivo o scopo, lo sforzo per raggiungerlo verrebbe di conseguenza. Senza sforzo alcuno, appunto. Ma, se le cose stessero davvero così, non si capirebbe come mai la volubilità nel campo degli interessi oggi sia tanto lamentata dai genitori nei confronti di figli sempre più incontentabili e capricciosi. Come mai gli interessi diventino sempre più effimeri. Dipende invece proprio dal fatto che è misconosciuta la funzione educativa dello sforzo da parte di una pedagogia e una didattica ossessionate di rimuovere edonisticamente e ludicamente ogni ostacolo o difficoltà sulla via dei ragazzi. Col pericolo che questa via diventi talmente liscia da farli scivolare e precipitare in qualche burrone. Invece di far loro conseguire mete impegnative.
Eppure da molte parti si lamenta che nelle scuole si muore di noia. Come mai, se l'imperativo didattico da tempo in voga è quello di far ricorso nell'insegnamento al gioco e al divertimento? Anzi, c'è addirittura chi promuove la trasformazione dell'attività di docente in quella di intrattenitore (magari di attore, naturalmente comico) e di animatore da villaggio turistico. E la lezione scolastica in evento mediatico o campagna pubblicitaria. La noia di tanti giovani d'oggi inizia infatti già fuori della scuola ed è effetto della mancanza di sforzo, non del ricorso ad esso. È frutto del nihilismo, del non dare più valore a nulla come dimostra la crescente volubilità nel campo degli interessi. E di consumare indifferentemente ogni cosa: tutto quello che ci capita davanti.
D'altra parte faremmo bene a riscoprire con Gramsci ciò che nel passato si dava per scontato: la noia stessa è una forma di sforzo e fa parte della condizione umana. Per cui sarebbe compito dell'educazione insegnare anche a sopportarla se non proprio a sfruttarla, piuttosto che rifuggirla con l'odierna foga ossessiva oltre tutto vana. Anzi controproducente, se, invece di rimuovere o almeno limitare la nostra noia, l'accresce.
Con l'abolizione del ruolo educativo e didattico dello sforzo è andato perso non solo la pratica ma il concetto stesso di allenamento o di esercizio, che consentono di arrivare preparati al confronto con gli ostacoli e le difficoltà. E cioè in grado di

superarli senza eluderli. Non si capisce perché la necessità di allenarsi ed esercitarsi è tuttora ritenuta indispensabile in altri ambiti di apprendimento (nello sport, nell'artigianato, ecc.) mentre è oggetto di ostracismo solamente in quello scolastico. Per cui, affinché l'interesse non risulti effimero, ma duraturo c'è bisogno di un'abitudine allo sforzo già preacquisita, acquisita in precedenza. È lo sforzo supporto dell'interesse (duraturo), non viceversa. È lo sforzo a prolungare l'interesse e a renderlo duraturo. È lo sforzo lo strumento adatto a far sviluppare l'interesse. Un individuo sprovvisto dell'abitudine allo sforzo si arrende facilmente: basta la minima difficoltà a mandarlo in crisi. Ha un comportamento necessariamente volubile rispetto a tutto e anche rispetto agli interessi. È velleitario, psicolabile: non fa che passare da interesse a interesse, vale a dire da velleità a velleità senza realizzare mai niente, senza arrivare mai in fondo a qualcosa. L'interesse senza il supporto dello sforzo si riduce a puro capriccio. La didattica ludica favorisce così negli individui l'atteggiamento passivo e conformista. Non quello attivo, intraprendente, dinamico e perseverante: l'unico a permettere il conseguimento di risultati non scadenti come quelli denotanti la sempre più scarsa preparazione scolastica che lamentiamo in Occidente.

Giuseppe Laperchia

LA FRASE

"Quando un popolo divorato dalla sete della libertà si trova ad avere a capo dei coppieri che gli versano vino quanto ne vuole fino ad ubriacarlo, accade che se i governanti resistono alle richieste di sempre più esigenti sudditi, saranno chiamati tiranni…" (Platone)

NUTRIRSI BENE PER VIVERE MEGLIO

N. 11 Classificazione dei cibi

ALIMENTI PLASTICI – I GRUPPO

Sono ricchi di proteine di alto valore nutritivo e di calcio, che è il principale costituente delle nostre ossa;

N.B: *"le nostre ossa si rifanno continuamente: alcune cellule chiamate Osteoclasti mangiano l'osso, mentre altre, gli Osteoblasti, depongono massa ossea nei buchi lasciati dagli Osteoclasti". Finché c'è equilibrio fra queste due tendenze tutto ok, ma quando una serie di fattori di rischio*

(menopausa, età avanzata, familiarità, poca attività fisica, allettamento, dieta incongrua o malassorbimento) mette in pericolo tale equilibrio, l'osso si riduce e si ha l'Osteoporosi.

Senza i latticini è praticamente impossibile assicurare il nostro fabbisogno di calcio; basti pensare che ci vorrebbe 1 Kg di arance per fornire il calcio contenuto in un bicchiere di latte! (comunque in alternativa al latte vi sono altri alimenti come la soia e i broccoli, oltre ai prodotti farmaceutici, compresi gli integratori specifici).
Adesso esamineremo le caratteristiche nutrizionali di alcuni latticini;

LATTE
- -dato il suo alto contenuto di acqua il latte è poco calorico, circa **70 o 50 Kcal/100g** , rispettivamente intero e parzialmente scremato;
- -manca di Ferro e di Vitamina C;
- -ha il **3,5%** di **Proteine** ed il **5%** di **Zuccheri**; il **3,5% o** l' **1,55%** di **grassi** (rispettivamente nell'intero e nel parzialmente scremato);

YOGURT: ha un valore nutritivo simile a quello del latte; i fermenti hanno un'azione regolatrice sull'intestino.

FORMAGGI: sono ottenuti dal "cagliaggio" del latte. Attraverso tale procedura viene fatta coagulare la Caseina che si separa dai liquidi, i quali fuoriescono sotto forma di Siero; quanto più la"sieratura" è spinta, tanto minore è l'acqua che resta nel formaggio; così i formaggi freschi perdono circa il 25-30% di liquidi, mentre i formaggi stagionati ne possono perdere oltre il 60-70%

Ovviamente anche il contenuto degli elementi nutritivi è inversamente proporzionale alla sieratura (con la sieratura si perde ad es. la vit. B1) mentre il potere calorico aumenta con essa.

Riportiamo i dati solo di alcuni formaggi giusto per avere un'idea (ad ogni buon conto tali dati sono riportati in modo completo e preciso nelle relative etichette annesse ai diversi prodotti):

BEL PAESE …… circa **25%** proteine e **30%** grassi
MOZZARELLA ……"….. **20%** " .....**16%** "
STRACCHINO ……"…..**18%** ".....**25%** "
SPALMABILE…… "……**8,6%** "……**31%** "
PARMIGIANO……..".....**36%** "……..**25,6%** "
EMMENTHAL……..".....**28,5%** " …… **30,6%** "
FONTINA……..".. …**24,5%** " …… **26,9%** "

RICOTTA : non è un formaggio, ma viene ottenuta dalla ribollitura del siero, con aggiunta di altri elementi ottenuti sempre dalla lavorazione del latte;
nella ricotta di qualità medio-buona il contenuto di grasso non deve superare il **10%**, mentre il contenuto proteico non deve essere inferiore a quello lipidico.

INTOLLERANZA AL LATTE?

Le intolleranze "vere" sono molto meno frequenti di quanto non si pensi.
Molte persone non tollerano il latte o per *difficoltà a digerirlo* o per *intolleranza al lattosio*, che è lo zucchero contenuto in esso.
Nel primo caso può essere utile unire il latte (possibilmente scremato)a farine di cereali, come ad esempio si fa nelle creme; in tal modo la caseina coagula in piccoli grumi che sono di più facile digestione!
Nel secondo caso può essere utile l'utilizzo di Yogurt o Formaggi, ove i fermenti appunto consumano il lattosio e ne abbassano notevolmente il contenuto.

COME CONSUMARE GLI ALIMENTI PLASTICI

Salvo casi particolari, molto approssimativamente gli alimenti plastici come la CARNE andrebbero mangiati nella misura di **250-300 g al giorno**.
Essa dovrebbe essere sostituita *durante la settimana* con:
- 1 pasto a base di FEGATO
- 3 pasti a base di PESCE
- 4/5 UOVA

Ecco alcune "**equivalenze**" molto approssimative, ma utili ai fini pratici:

100 g di Carne = 100 g di Pesce = 100 g di Fegato = 2 Uova = ½ litro di Latte

DIETA CON…RISO

Giuseppe Polino e Roberto Pacini

POLIZIA DI STATO:
RACCONTI PARALLELI

di Giovanni Landi

Il signor Alter Ego

Non si sa come e perché venne fuori la storia del signor Alter Ego. Non si sapeva chi l'avesse divulgata, né a tutti era noto il reale significato del termine. Per buona parte di quelli che frequentavano l'Ente e per gli stessi addetti alle mansioni interne, fattorini e commessi, rimase un segreto insondabile. I più audaci cercarono di vederci chiaro ponendo qua e là domande furbette ma non cavarono un ragno dal buco.
L'ardire di rivolgersi direttamente agli interessati mancava sicché dovettero considerare attendibile il parere dell'usciere: Alter Ego era un super tecnico assegnato all'Ente per disimpegnare incarichi eccezionali, assistere ed eventualmente sostituire il presidente.
Prese piede questa voce che contribuì ad ammantare di grande considerazione la persona che ne" era fatto oggetto. Il signor Alter Ego, specialista in arcane branche della burocrazia era divenuto, quindi, l'elemento di maggior spicco dell' Ente. Era dov'era il presidente, era al posto del presidente, parlava da presidente. Ciò che veniva concesso e ciò che veniva negato, quanto di giusto o di errato veniva realizzato era sempre frutto dell' impegno del signor Alter Ego.
Di questo passo, dopo qualche tempo, il nominato "Alter Ego", non laureato, non specializzato in alcunché, non investito di legittima autorità divenne il "dottore" per antonomasia. Altri venivano appellati con il loro nome, dottor Caio, dottor Sempronio; se però occorreva riferirsi a "Lui" bastava il titolo: il dottore ha detto, il dottore ha fatto. Il presidente dell'Ente, accademico di fama universale, con decine di lauree concessegli honoris causa dalle più prestigiose università europee ed americane, vero responsabile della politica e delle attività programmate e realizzate, consapevolmente aveva dato la stura alla confusione.
A chi lo sollecitava ad assumere decisioni immediate su questioni importanti rispondeva con sussiego: "Farò mia la scelta dell'alter ego". In tal modo generava altro smarrimento.
Lentamente si verificò uno slittamento di autorità dal capo verso il collaboratore, assurto a vice, slittamento ingigantito dal funambolico pericoloso gioco del presidente stesso.
Nello sconcerto generale si ingrossò la frangia dei perditempo. Magagne personali venivano perpetrate spudoratamente senza tema di sanzioni. Se, vedi caso, qualcuno tentava di arginare i diffusi segni di malcostume, la risposta era tale da fermare ogni approfondimento: "Il dottore lo consente". La vita scorreva così, generando la convinzione che il presidente non fosse altro che una figura simbolica messa lì per firmare qualche manifesto, ricevere le personalità in visita ufficiale, utilizzare le linee telefoniche riservate, gestire i fondi segreti secondo suo capriccio e niente altro. Il presidente in cuor suo sapeva e sorrideva. Convinto di non poter essere confuso con l'anonima paccottiglia di portaborse, lasciava correre. Lui, economista di fama mon-

diale, ci avrebbe rimesso in dignità e prestigio a chiarire le funzioni ed i limiti dell' omuncolo che, in un momento di generosità aveva indicato come "il mio alter ego". Non aveva nulla da temere, lui, da una mezzacalzetta. Fino al giorno dello scandalo! I fattorini, grosso modo, ricostruiscono così l'episodio del capitolo finale: il presidente dimentica in ufficio le chiavi di casa e se ne accorge quando è già nel garage della sua dimora. Non drammatizza; la soluzione è una e semplice: tornare in ufficio e riprenderle. Una ventina di chilometri sarebbero stati percorsi in un battibaleno. L'ora tarda non è affatto un problema, il capo non dà conto a nessuno, lui è il presidente, il numero uno. Per regolamento e prassi può accedere in ufficio in qualsiasi momento. L'imperio della legge gli conferisce questa facoltà e, in definitiva, la legge è lui stesso. Così predisposto, al citofono del "suo" Ente chiede al buon custode di aprirgh il cancello. Il bravo e fedele servitore riconosce il presidente, lo ossequia, ne sollecita ordini ma quello proprio non lo può fare; il cancello non può aprirlo. "Apri, per favore". - insiste il presidente con"delicatezza e tono pacato - "Sai chi sono, quindi apri". - "Non posso". - È la risposta del custode. - "Apri, sciocco". - tuona il capo - "Te lo ordino". "Mi dispiace moltissimo, ma proprio non posso". - È la replica garbata ma decisa del servitore - . "Apri subito, delinquente" - minaccia il presidente - "altrimenti ti denuncio. Ti farò crepare in galera. Ti farò spendere i soldi della liquidazione in avvocati. Non godrai mai una lira della pensione. Apri, maledetto". La risposta è immediata: "Non posso. lo debbo far rispettare la consegna. 1l dottor Walter Eco (deformazione classica, attesa dell'iniziale "alter ego") mi ha ordinato che fuori dell'orario d'ufficio posso aprire solo e soltanto a lui. Mi scusi, non insista. Debbo salvaguardare il pane per la mia famiglia.
Detto questo chiude la comunicazione e non si preoccupa di dare senso e significato alle imprecazioni a gran voce del povero presidente.
Era successo quel che doveva succedere: il dottore per antonomasia, forse in buona fede nel disciplinare il servizio di portineria con nuove consegne per il custode, si era semplicemente scordato dell'esistenza del presidente. Una svista senza malevolenza e premeditazione ma grave; molto grave. Probabile che la pesante inadempienza dell'alter ego sia stata innescata da un ragionamento inconscio, estraneo al fatto concreto che lo impegnava. L'ex portaborse, assurto a capo anche se solo a parole, aveva cancellato dalla sua mente la figura e la presenza del vero capo.
L'economista di fama mondiale, oltre che di carne ed ossa, era fatto pure di orgoglio e permalosità. Questi due sentimenti chiedevano vendetta a gran voce e non se la sentiva di soffocarli. Sicché, prima che il ferro si raffreddasse convocò nel suo ufficio i funzionari del suo staff, "Walter Eco" compreso.
Nel corso della riunione si compiacque con il suo alter ego per il fattivo sostegno, per l'incessante prodigarsi, per la dedizione manifestati a favore dell'Istituzione. Si rammaricò di aver chiesto tanti sacrifici ad una sola persona per il beneficio di tutti, ma si dichiarò determinato porvi riparo. Ridistribuì gli incarichi affidando al tramortito alter ego la custodia degli oggetti di cancelleria. Nient'altro.
A chiusura della riunione si avvicinò all'ex tuttofare, gli cinse le spalle con un braccio e gli sussurrò: "Difficile trovare un aiuto instancabile e fattivo come l'avevo trovato

in Lei; ma, sa, non si può pretendere tanto da una sola persona. I diritti dell'uomo vanno rispettati. Sempre".
Argomentazioni alle quali nemmeno il dottor "Walter Eco" osò opporsi.

DALLA PAROLA ALLA PAROLA

attraverso le parole

di Antonello Mei

EMOZIONI SENTIMENTI DESIDERI

(continua dal mese di aprile)

L'emozione ha quasi sempre un'insorgenza irrazionale, involontaria e improvvisa. Per questo e per il grave turbamento che essa provoca in tutta la sfera psichica, è stata definita dal Deveraux e Logre una specie di "shock psichico" più o meno acuto.
Così la psiche di un individuo può venire elettrificata da una particolare emozione, che può costituire un capace stimolo alla manifestazione di determinate possibilità inventive ed esplicative, portando più energia all'azione, più prontezza, dando incentivo a una maggiore iniziativa; oppure può divenire strumento paralizzante nell'attività e nella stessa dinamica dei processi psichici.
Le emozioni non vanno confuse con i vari sentimenti o affetti.
Il *sentimento* è un'altra caratteristica della sensitività. Esso nasce da un impulso psichico e si proietta all'esterno; ha carattere di radianza, mentre l'emozione, quale atto elementare, è forza massimamente centripeta. Il sentimento si presenta con caratterologia di relativa calma, di adeguata stabilità, di media intensità e l'individuo vi reagisce con un'adesione personale.
Uno stato d'animo è un sentimento che normalmente persiste, ma evita l'azione, per cui si hanno stati d'animo d'irritabilità, di depressione, di euforia, ecc. Una caratteristica di alcuni sentimenti è la loro *vaghezza* per cui ci si sente "vagamente" presi dal sentimento della speranza, di incertezza, di fiducia. E' una sensazione con processo cognitivo vago, non preciso, che impregna tutta la coscienza.
Non tutti i sentimenti si esplicano nell'azione perché intervengono diversi fattori inibitori, imposti dall'educazione e dall'ambiente. I sentimenti con la loro molteplice gamma qualitativa e quantitativa, si possono distinguere in: sociali, religiosi, estetici, etici, intellettuali, a seconda che si orientino nella ricerca del sentimento sociale altruistico, spirituale, del bello, della verità, del bene. Aristotele affermava che l'individuo è un essere eminentemente sociale. In fondo, questa socievolezza la si trova in forma embrionale ed egoistica come istinto di gregge nella sfera delle reazioni istintive.
I *sentimenti sociali* incorporano quelle tendenze che sono tipiche di una classe di persone, di una nazione, di una razza e si presentano con caratteristiche, più o meno altruistiche, di doveri di sé verso una comunità, verso i propri vicini, verso lo stato, la tradizione e gli ideali di una nazione o di una società.

In altri stadi si possono manifestare come simpatia, amicizia, cameratismo, gentilezza; in maniera più profonda come filantropia, senso di mutuo soccorso, affratellamento, disposizione caritatevole verso persone e animali. Essi non vanno identificati con quelli etici e religiosi poiché c'è una diversificazione fondamentale.
Persone con un profondo sentimento di filantropia, di alto senso civico, di sincera solidarietà umana, possono essere prive di qualsiasi istanza religiosa o spirituale, almeno come la si intende generalmente. Un ateo, ad esempio può trovarsi benissimo in una simile condizione.
Abbiamo all'opposto un individuo che normalmente soddisfa i sentimenti religiosi e tuttavia dimostra uno scarso senso civico, poco affratellamento e addirittura una semplicistica comprensione nei riguardi di bisognosi e sofferenti. Anzi diciamo che un tale sentimento egoistico religioso è molto diffuso.
Questi sentimenti, come dicevamo, sono la trasmutazione lenta, ma decisa, dell'istinto di gregge. La primitiva comunità d'interessi nell'ambito della tribù o clan ha dato origine nel tempo, non solo ad un senso di difesa e di protezione, ma altresì ad un più spiccato sentimento di simpatia verso i propri simili.
In società più progredite si è arrivati ad ideali sociali e di valore etico. Bisogna ricordare come questo sentimento di socievolezza e simpatia trova massima espressione in sventure a carattere collettivo. In simili circostanze si può riscontrare una matura coscienza sociale. Gare di solidarietà, di affratellamento fattivo si concretizzano in piena spontaneità. Di fronte ad ogni evento, l'uomo può provare o un sentimento di comprensione, di cooperazione, di abnegazione o, quando si isola, un sentimento di opposizione, di allontanamento, di fuga.
L'essere cosciente di sé quale elemento integrato in una compagine, si sente essenzialmente membro di un gruppo, piuttosto che individualità isolata o segregata. Egli può esistere si come singolo, ma solo e in quanto sa accogliere in sé la totalità.
I *sentimenti religiosi* nascono comunemente dalla fede, dalla credenza o convinzione di un trascendente.
In un senso molto più lato, sono sentimenti religiosi quelli che emergono da un incentivo di ricerca, dalla devozione per un lavoro in ogni comparto della natura. Un individuo che si dedichi all'elevazione culturale, sociale, persino materiale delle masse, fa opera religiosa.
Lo stesso scienziato, che consacra tutta la sua vita alla ricerca (Dio è Verità e possiamo scoprirlo ovunque), non fa altro che opera di religione.
Un padre e una madre che tentano di educare i propri figli in senso "armonico" all'ambiente e si adoperano coscientemente allo sviluppo delle loro potenzialità migliori, compiono un'opera religiosa.
La religione prende un arco che va dall'istanza di paura del selvaggio di fronte a fenomeni naturali, all'istanza di ricerca che l'uomo evoluto sente come imperativo etico-spirituale.
Ciò che conta è l'attitudine umile, sincera, umanitaria della ricerca e l'ideale di ascendersi e trascendere, dii elevarsi e di elevare.
In questa continua lotta di "comprensione" e di superamento della natura umana ed ambientale, c'è un senso molto profondo di religiosità.

La religiosità può essere ridotta dall'uomo a una formulazione dogmatica,statica, imperiosa di costrizione e la stessa scienza non è esente da questa concezione. I sentimenti religiosi sono delle istanze innate, come ha dimostrato Jung.
I *sentimenti estetici* sono quelle sensazioni che sorgono interiormente quando ci soffermiamo su dati esterni a noi. Etimologicamente la parola "estetica" significa scienza della conoscenza sensibile. L'estetica implica un concetto di bello e di giusto, un'armonia.
Che cos'è il bello?
E' una sensazione gradevole che emerge da un contatto e un rapporto con l'ambiente.
Dante scrive: "quella cosa dice l'uomo esser bella, le cui parti debitamente corrispondono, perché dalla loro armonia risulta piacimento".
Il buon gusto è la possibilità con la quale la mente percepisce e gode di tutto quanto vi è intrinsecamente di bello nell'opera, dà la capacità di discernere, trovare simmetria, armonia.
Benché i sentimenti estetici siano espressioni dell'affettività, devono tuttavia essere assecondati da toni intellettivi.
L'apprezzamento estetico è frutto di evoluzione e comporta una certa maturità mentale: non basta ascoltare un brano di musica e "sentire" una gradevolezza di modulazioni e di contorni, occorre saperne udire e percepire l'intima struttura e la tessitura armonica.
Nel campo musicale, ad esempio, abbiamo una linea che va da una rozza sensazione piacevole che si prova di fronte a suoni disarmonici, ad una percezione raffinata di ordine affettivo e mentale che si prova ascoltando una sinfonia. In un'esteticità matura possiamo riscontrare un distacco mentale dalla coppia attrazione-repulsione e un giudizio di giusta e obiettiva valutazione estetica. L'opera che ha in sé una proiezione di ordine universale sembra trovare massima attenzione e assimilazione nella comprensione umana.
Ad esempio, la vera gioia che si prova ascoltando la musica è dovuta all'innato apprezzamento del ritmo, essendo il ritmo una manifestazione cosmica principale ed essenziale. Così tutto ciò che nel campo letterario-artistico si manifesta con il ritmo, trova adeguata sensibilità e rispondenza nella coscienza estetica dell'uomo. E tanto più egli sa realizzare una vita di "ritmo" e di "proporzione", tanto più è capace di cogliere nell'opera questa nota d toccante vibrazione estetica. Dice Hallek: "Tutte le volte che la mente scorge l'unità in mezzo ad una varietà, l'ordine, il ritmo, la proporzione, o la simmetria nasce un'emozione estetica … Chi ha l'intelletto esercitato vedrà molta più bellezza di un ignorante. Nell'osservare una cattedrale, la maggior parte del piacere estetico deriva dal rilevare la simmetria, dal paragonare una parte all'altra; fino a che non si sarà completato questo processo non se ne percepirà la bellezza della struttura come di un tutto… L'opposto del bello, quello che noi chiamiamo brutto, è asimmetria disordine, è quello in cui non possiamo trovare ritmo, calma, bellezza".
Lo stesso sentimento estetico che si prova contemplando un capolavoro della natura, sia esso un fiore, un animale, un cristallo, deriva dal fatto che l'uomo sa cogliere "in

sé" quella geometria, quel ritmo, quelle proporzioni che sono peculiari all'organizzazione cosmica della vita.
Nel campo psicologico l'armonia psichica è per certi versi uno sviluppare una sintesi e un armonia nei "*rapporti"* , quali l'io e l'ambiente, l'inconscio e il super conscio. Tale armonia, ritmo e sintesi di vita psichica è necessaria.
Se damo uno sguardo all'ambiente che ci circonda, vediamo che l'intento comune che contraddistingue ogni forma di vita è l'istanza a raggiungere una perfezione-armonia .
Gli stessi complessi e le nevrosi che cosa sono se non benefici suggerimenti della psiche per farci presente che c'è qualche punto della personalità che non va come dovrebbe e che si trova in condizioni disarmoniche?
Tutta la dinamica della vita tende all'armonia e ogni qualvolta questa viene infranta emergono suggerimenti o conflitti che sono modalità richieste di bilanciamento, di accordo.
Quando i sentimenti, spinti da emozioni cariche di una potente impulsività e permeati di desiderio intenso, diventano incontrollati e sovrastano la capacità di equilibramento psichico , si trasformano in *passioni.* La passione è stata definita " un desiderio allo stato violento e cronico". Il Ribot sostiene che essa nell'ordine affettivo è quello che è l'idea fissa nella sfera mentale.
Una carica così potente di energia viene inevitabilmente a condizionare tutte le varie risorse psichiche orientandole verso uno scopo. Subordina e sacrifica ogni esplicamento fisico, emotivo, mentale al soddisfacimento della propria irruenza direttiva. Presi nelle spire della forza passionale, l'individuo è attratto soltanto dalle cose che centralizzano il suo imperioso desiderio, rimanendo indifferente alle altre attività che prima lo attraevano. La coscienza, la ragione, la volontà stessa non vengono distrutte o eliminate, ma completamente asservite alla realizzazione dello scopo prescelto. Con questo non si vuole dire che tutte le passioni sono dannose ma si sottolinea l'importanza di un giusto accordo tra istinto sentimento e pensiero si da realizzare l'armonia che ci è propria come esseri umani.

L'ANGOLO DELLA POESIA

AVVISO AI NAVIGANTI

di Marco Masolin

LA CASA DELLA FELICITA'

Ho spezzato, con furia distruttrice,
il mondo incantato delle favole,
ho rotto tutti i vetri colorati dei sogni,
lasciando dolo il freddo del tempo
ad infierire sopra i resti sbiaditi dell'anima.

Ho gettato uno sguardo sopra il domani
con l'insicurezza di un bambino
al suo primo volo sopra l'orizzonte
ed ho capito che l'azzurro del cielo non è un colore,
che la felicità non è un momento,
che tu, dagli occhi sognanti, non sei un'illusione
dimenticata sulla terra da un dio capriccioso.
Ed allora, paziente come la vita,
ho ricominciato a costruire
con folle tenacia la mia casa della felicità.

CATECHISMO ESSENZIALE DELLA CHIESA CATTOLICA

5×5
Domande e Risposte
di Marco Erga

Come risponde l'uomo a Dio che lo ama?
L'uomo risponde a Dio che lo ama con la fede.

Che cosa è il Credo?
Il Credo è l'obbedienza della fede.

Che cosa è l'obbedienza della fede?
L'obbedienza della fede è la libera sottomissione alla Parola ascoltata.

Chi è l'esempio massimo di obbedienza della fede?
Espressione massima dell'obbedienza della fede è la Vergine Maria.

E nell'Antico Testamento, quale figura anticipa la Vergine Maria nell'obbedienza della fede?
La figura che nell'Antico Testamento anticipa la Vergine Maria nell'obbedienza della fede è quella di Abramo.

LETTERE IN REDAZIONE

(a cura di P. Franco Stano)

"Egregio Direttore, la quarta domenica di Pasqua, del Buon Pastore, il Papa ha chiesto di pregare per le vocazioni sacerdotali e religiose, ma, anche, per le vocazioni al matrimonio. Se quella al matrimonio è una vocazione per cui pregare, bisogna prendere atto che la società cristiana è davvero finita… Non le nascondo una certa malinconia…" (Roberta)

"Nella visione cristiana, signora Roberta, definitivo è soltanto il Regno di Dio, mentre ogni altra cosa è transeunte. Diciamo che oggi il mondo per ricomporsi in senso cristiano ha bisogno di persone che percepiscano la vita come una chiamata di Dio cui rispondere. I sacerdoti, i religiosi e i laici. In particolare, fra questi, quanti sono chiamati al matrimonio ed hanno il dovere di significare nella storia l'amore di Dio per il popolo e di Cristo per la Chiesa. Vocazione altissima e, diciamo, luogo necessario d'ogni altra vocazione: della vocazione alla vita, anche, e della vocazione alla salvezza. Viviamo una società in crisi. Il riequilibrio della società passa attraverso il ricupero della dimensione vocazionale dell'esperienza cristiana. E non dimentichi, signora Roberta, che il futuro appartiene a Dio…Carissimi saluti e stia serena" (PFS).

"Le chiedo semplicemente: è giusto scandalizzarsi di ciò che si propaganda? Propagandare il sesso in tutti i modi e scandalizzarsi delle conseguenze sempre più palesemente delittuose cui questa propaganda induce, non le pare perlomeno curioso?" (Angela).

"A me sì, come, suppongo, anche a lei. Forse noi apparteniamo, però, ad un'epoca nella quale il rapporto causa ed effetto era culturalmente riconosciuto ed accettato. Oggi le cose non sono più tanto chiare a questo riguardo. Oggi pare che le cose accadano perché debbono accadere. Punto e basta. Dunque è evidente: nella stessa pagina in cui si piange d'orrore e di rabbia per l'ultima morte provocata da feroce aggressione, si esalta lo spettacolo sessuale come espressione di libertà e di orgoglio. Le due cose, ripeto, composte nella stessa pagina! Ma chi potrebbe dire che tra di esse esista un qualche nesso? Esisterebbe, al massimo, una peraltro illecita associazione di idee. Ma lei se la sentirebbe di mettere confondere l'associazione di idee con la causalità? Quella opina, viva l'opinione! Questa è necessaria, abbasso la necessità!" (PFS).

L A B A C H E C A

Sussidio aperto a cura dell'Ufficio del Cappellano Coordinatore Nazionale della Polizia di Stato

ANNO IV – N.6

Direttore responsabile
Padre Franco Stano

www.cappellanipolizia.it - e-mail: cappellanipolstato@chiesacattolica.it -
tel. 06/46535574 - fax 06/46535311

LA PREGHIERA*

"Canta, dunque, come il viaggiatore; canta e cammina senza indietreggiare,

senza voltarti. Qui canta nella speranza, lassù nel possesso.

Questo è l'alleluia della strada, quello è l'alleluia della patria"

(Sant'Agostino)

**Sulla base di questo testo di Sant'Agostino, la preghiera che proponiamo tende a creare un rapporto tra le parti o le circostanze della vita e la preghiera stessa.*

PREGHIERA AL LUNEDI'

Signore, ti preghiamo:
raccogli nell'unità la tua Chiesa,
custodisci il nostro Papa Benedetto XVI,
proteggi i Vescovi,
guida e sostieni i missionari del Vangelo,
rivesti della tua carità i sacerdoti,
santifica i religiosi,
estingui ogni odio e rancore,
fa' che i fanciulli crescano nella tua amicizia,
dà ai giovani di progredire nella sapienza,
sorreggi e conforta gli anziani,
concedi la tua grazia ai nostri fratelli e amici,
ammetti i defunti all'assemblea dei tuoi santi. Amen.

IL SANTO DEL MESE

SAN PAOLINO DI NOLA
(354-431)
Festa il 22 giugno

Nato a Bordeaux, era figlio di un patrizio romano che a quel tempo deteneva la carica di prefetto delle Gallie. Paolino fu istruito dal poeta Ausonio. Nominato prefetto di Roma, dopo la morte del suo unico figlio, nel 390, si ritirò dal mondo e si rifugiò in Spagna. A Barcellona fii ordinato sacerdote, ma alla fine si stabilì da eremita presso Nola, in Campania, città della qiale infine il popolo lo elesse Vescovo. In realtà, egli si dimostrò uno dei migliori Vescovi del suo tempo. Dovette sopportare molte sofferenze quando i Goti di Alarico invasero la Campania. Ci sono giunte molte sue poesie a carattere religioso.

PP.

PERSONAGGI DELL'ANTICA ALLEANZA

di Angelo Di Nicola

DAVIDE

Un altro personaggio chiave della storia di Israele, ma non solo, dal momento che, come si è visto, le vicissitudini di costoro sono emblematiche della vita di ogni uomo, è Davide, le cui vicende sono databili intorno al 1000 a.C.
Questi, innanzi tutto, non è re per stirpe regale; anzi, al momento dell'elezione è un umile pastorello tutto intento al suo mestiere ed ignaro di quanto sta per accadergli. L'investitura gli viene, del tutto inaspettatamente, da Dio stesso, che incarica il profeta Samuele di ungerlo, secondo l'usanza del tempo. Egli è l'ultimo degli otto figli di Iesse il Betlemmita; tutti, pertanto, più qualificati di lui per età, forza, diritto, ecc. Ma, evidentemente, ancora una volta la volontà di Dio si rivolge ai più piccoli, ai più umili, a ciò che nel mondo non viene considerato rilevante, per confondere quanti si credono tali e nello stesso tempo perchè si manifesti la gloria di Dio; appaia evidente cioè che quanto coloro che vengono eletti compiono viene in realtà da Dio stesso (così come si è già visto per Giuseppe o per Mosè).
Davide, come si ricorderà, viene unto dopo che Dio ha ritirato il suo favore dal re legittimo Saul; ma è umile, non si inorgoglisce, sa che l'elezione è un dono di Dio e sa stare al suo posto. Ma sa anche che quest'elezione porta con sè la potenza di Dio: non esita, quindi, a sfidare Golia, il gigantesco campione dei Filistei, nemici mortali degli Israeliti, che aveva osato offendere Israele e Dio stesso; e nonostante la statura e la forza di Golia lo uccide con la fionda e ne recide la testa.
Dopo questo prodigio Saul comincia a nutrire sospetto e gelosia nei confronti di Davide, finchè i due non giungono ad un conflitto aperto che si conclude con la vittoria di Davide (che mai tuttavia cesserà di onorare Saul) e la morte di quest'ultimo.
Successivamente Davide sconfiggerà tutti i popoli in guerra con Israele, fino alla conquista di Gerusalemme, dove verrà introdotta l'arca con le tavole dell'alleanza e Dio promette solennemente a Davide un regno eterno (non si dimentichi che Cristo stesso, per discendenza, proviene dalla stirpe di Davide, così come era stato profetato: *un germoglio spunterà dalla radice di Iesse ...)*
Altro evento rimarchevole della vita di Davide sono le vicissitudini di quest'ultimo con Betsabea, una donna bellissima di cui il re si innamora perdutamente, tanto che la fa convocare a corte e la rende incinta. Solo che Betsabea è gia moglie di uno dei migliori generali di Davide: Urìa l'Ittita, che nel frattempo è impegnato al fronte. Allora il re lo fa chiamare e gli concede di passare qualche giorno con sua moglie, in realtà perchè questi si unisca a lei e venga coperta la colpa del re. Ma Uria, che è integerrimo, rifiuta di dormire con sua moglie, nella propria casa, mentre i suoi uomini sono impegnati e soffrono sul fronte. Davide allora escogita uno stratagemma diabolico: ordina che durante un combattimento Uria venga impegnato in prima linea

e ad un segnale prefissato venga lasciato solo. E così avviene, cosicchè il generale viene ucciso.
Davide a questo punto si ritiene salvo, ma, evidentemente, non ha fatto i conti con Dio. Questi gli invia il profeta Nathan che si presenta chiedendo che il re stesso faccia giustizia di un fatto gravissimo avvenuto nel regno: un ricco signore, benchè possessore di greggi ed armenti, dovendo preparare un banchetto, fa uccidere l'unica pecorella di un povero pastore, che per giunta teneva quella pecorella oltre che come unico sostentamento, dacchè gli forniva latte e lana, quasi come una compagna. Davide, all'udire ciò avvampa di furore, ed infuriato chiede che gli venga rivelato il nome di tale malfattore perchè lui stesso lo punisca come merita. Al che Nathan gli rivela che quell'ingiusto è il re stesso, che non pago di tutti i beni e le donne del regno, non si è peritato di appropriarsi della compagna di Uria e di far uccidere quest'ultimo. A queste parole Davide, profondamente colpito e sinceramente costernato si pente: non accampa giustificazioni e piange amaramente sul suo peccato (così come farà anche Pietro, al canto del gallo, dopo aver rinnegato Gesù per ben tre volte) ed intona un salmo bellissimo, il numero cinquanta, che è tutto un riconoscersi malvagio e peccatore nel più intimo del proprio cuore e nello stesso tempo è un'accorata preghiera a Dio perchè non lo abbandoni privandolo del Suo Spirito, ma lo purifichi, dacchè Davide riconosce la propria intima miseria e debolezza (non a caso questo stesso salmo viene presentato dalla Chiesa in occasione delle celebrazioni penitenziali ed ogni venerdì nelle Lodi mattutine dell'Ufficio delle ore.)
Davide dunque, affranto ed umiliato, ricoperto di cenere e vestito di sacco, ottiene il perdono, ma il frutto del peccato, il figlio nato dalla sua unione con Betsabea, morirà, come ad indicare che il Signore, misericordioso, perdona la colpa, ma la conseguenza del peccato ed il conseguente carico di responsabilità rimane.
Questi avvenimenti, inoltre, sembrano mostrare come anche chi venga eletto dal Signore, per quanto benedetto e fortificato, non cessi per ciò di essere incline, a causa della propria natura, alla debolezza della carne e al peccato. Dio, tuttavia, ricco di misericordia e pronto al perdono, spesso più di quanto l'uomo stesso riesca a perdonarsi, non esita a riaccogliere un cuore profondamente e sinceramente contrito.
Davide, dunque, pienamente riconciliato col Signore, prenderà come legittima sposa Betsabea ed avrà con lei un altro figlio: Salomone, famoso per la sua saggezza, il quale stabilirà la pace e farà costruire il Tempio.

LA FRASE

"Una fede in Dio che non implichi una fede nell'uomo sarebbe un'evasione e un oppio. Una fede nell'uomo che non si aprisse su ciò che , nell'uomo, va al di là dell'uomo, mutilerebbe l'uomo della sua dimensione specificamente umana: la trascendenza" (Roger Garaudy)

PER UN VOCABOLARIO CRISTIANO

FIDUCIA

Posto di fronte ai compiti della vita ed ai suoi pericoli, l'uomo ha bisogno di appoggi su cui poter contare, di rifugi dove ripararsi. Per non essere paralizzato dall'angoscia, ma per perseverare nonostante le prove e sperare di giungere alla meta, bisogna aver fiducia. Ma in chi confidare?
La fiducia è qualcosa che conosciamo per intuizione, è una esperienza emozionale, così come lo è il tradimento della fiducia.
I filosofi hanno tentato di misurare questa facoltà ma la realtà si estende molto al di là di un esercizio intellettuale. Al problema postosi fin dalle origini, Dio ne rivela la risposta: proibendo all'uomo il frutto dell'albero della scienza, lo invita a confidare in Lui solo, per discernere il bene dal male. Credere nella parola divina significa scegliere fra due sapienze, prestar fiducia a quella di Dio e rinunziare a fidarsi della propria intelligenza; significa pure aver fiducia nella onnipotenza e nella provvidenza del creatore, perchè tutto è opera sua in cielo e in terra.
Adamo ed Eva preferiscono confidare in una creatura e imparano dall'esperienza ciò che significa fidarsi della menzogna.
Nonostante l'esempio di Abramo, fiducioso fino al sacrificio, perchè è sicuro che "Dio provvederà", il popolo di Israele non confida nell'Onnipotente che lo ha liberato e nel suo amore che lo ha scelto gratuitamente per figlio; privato di ogni appoggio creato in mezzo al deserto, rimpiange la sua schiavitù e mormora. E anche nel corso della sua storia, non vuole confidare nel suo Dio e gli preferisce gli idoli.
Ma la fiducia in Dio è tanto più incrollabile quanto più è umile.
Per avere fiducia, si tratta di riconoscere l'onnipotenza e la misericordia del Creatore che vuole salvare tutti gli uomini e farne i suoi figli adottivi in Gesù Cristo. È Gesù che invita i suoi discepoli ad aprirsi come bambini al dono di Dio e la preghiera è lo strumento per ottenere tutto, la giustificazione e la salvezza. Con il suo atto d'amore fiducioso verso il Padre, con il suo sacrificio, Gesù riporta la vittoria su tutte le potenze del male e attira a sè tutti gli uomini. Non suscita soltanto la loro fiducia, ma pone il fondamento della loro sicurezza. Di fatto, il discepolo fiducioso diventa testimone fedele; appoggiando la sua fedeltà su quella di Dio, ha fiducia che la grazia divina porterà a termine la sua opera. La fiducia che è la condizione della fedeltà, ne è a sua volta confermata. Infatti, l'amore di cui la fedeltà perseverante è la prova, dà alla fiducia la sua pienezza. Solo il rimanere nell'amore darà piena sicurezza nel giorno del giudizio e dell'avvento di Cristo, perchè l'amore elimina il timore. Dio ascolta ed esaudisce la preghiera e cambierà la tristezza presente in gioia, una gioia che nessuno potrà togliere, perchè è la gioia del Figlio di Dio.

Nicla Filippi

ESPERIENZE E ATTUALITA'

IL DOLORE DELLA SEPARAZIONE

Patrizia è sposata da circa otto anni, ha due figli stupendi, un marito che alterna momenti di lavoro nell'ambiente pubblicitario dove tutto sembra andare per il meglio, ad altri in cui le cose non funzionano.
Sembrano la classica coppia felice, ma ad un certo punto lei si accorge di essere dipendente dal marito e vorrebbe iniziare finalmente a godere della propria vita.
Ultimamente avevo notato che il rapporto non stava funzionando, ma speravo che qualcosa potesse cambiare.
Ho conosciuto Patrizia anni prima durante il mio servizio nella sua parrocchia.
Lei credente e desiderosa di approfondire la propria fede, aveva cominciato a partecipare agli incontri di zona nelle case, per imparare cosa significhi essere cristiani oggi. Nell'ultimo periodo mi evitava e vedevo che qualcosa in lei non andava.
Poi, durante un colloquio, all'improvviso, eccola piangere: "Sono stufa – diceva – non riesco più a stare con mio marito, mi soffoca, per me è un calvario continuo.
Sono credente e so che la Chiesa mi invita a non separarmi, ma io non riesco più a vivere con lui.
I primi anni sono stati belli, forse perchè ero ancora ingenua, ma poi le cose sono peggiorate. Il lavoro è portato avanti da lui, non mi dice nulla della sua attività. Si fida ciecamente di alcune persone che io non apprezzo, ma appena provo a dirglielo, debbo tacere per evitare il finimondo. Sto pregando tanto, spero che il Signore mi illumini e mi dia la forza di prendere una decisione giusta, ma non è facile, anzi…..I bambini si stanno accorgendo di questo, non sono ingenui , per questo non riusciamo neppure a fingere". Ho ascoltato con profonda tristezza questo suo sfogo. Avrei voluto dirle di non abbattersi, di ricominciare in maniera diversa il rapporto con il marito, ma intuivo che la situazione era troppo pesante.
Noi vorremmo che tutte le cose si risolvessero per il meglio, ma non sempre la vita è fatta così a dispetto delle favole! Durante tali incontri nei quali Patrizia ha pianto molto e in cui si percepiva la sofferenza del momento, si è notato come quella fede, che forse per un certo periodo era stata abbandonata, stava ritornando con grande forza, anche se era difficile ricucire il rapporto.
Quante realtà di difficoltà e di sofferenza conosciamo attorno a noi? Come è difficile uscirne e come è facile trovare parole che però alla fine non dicono nulla?
Il nostro compito di preti è sicuramente quello di far ricomprendere il significato del sacramento che nella coppia si è smarrito, recuperando le ragioni dello stare insieme, ma quando l'acqua arriva alla gola o quando sei chiamato troppo tardi, non ci sono salvatori che tengano!
Patrizia ha cercato comunque di approfondire la fede in quel Dio che ora, però, coglie come un avversario, perchè capisce che la possibilità di un suo ripensamento è remota.
Mi piace ricordarla così, con quella testa curva a pensare, a riflettere, con gli occhi bagnati dalle lacrime e quel continuo: "Don Luigi scusami ma….. non riesco a non piangere" … In un paio di occasioni ho incontrato insieme con lei anche il marito, ma

non è servito per riallacciare di nuovo il rapporto. La separazione, poi, è stata consensuale e non ha lasciato alcun rammarico.
Ho voluto raccontare uno dei tanti episodi nei quali, di persona, ho visto delle famiglie fallire e mi sono sentito fallito anch'io perchè pensavo di operare il miracolo, ma di Gesù ne esiste solo uno!
Da quel momento ho pensato all'importanza della preparazione al matrimonio, al ruolo del fidanzamento come tempo di grazia e come occasione per chiarire la propria vita di coppia.
Quella sera e quei giorni, mi sono anche messo in ginocchio per ricordare quanti drammi esistono vicino a casa nostra e, a volte, dentro le nostre stesse mura domestiche.

Don Luigi Trapelli

OPINIONI

QUALI ELITE OGGI?

Esiste ancora la distinzione tra èlite (non solo politica) e massa o opinione pubblica? Fino a qualche tempo fa esisteva e si parlava di due specie di èlite: totalitaria e democratica. Per dirla con lo studioso Vittorio Saltini, "l'elitismo totalitario, nella veste fascista-gentiliana o in quella leninista-gramsciana, si spaccia per iperdemocratico in quanto pretende che chi governa (il capo o il partito) incarna la volontà delle masse, o del popolo o della classe operaia, oppure della nazione". In opposizione naturalmente all'elitismo totalitario si è sviluppato quello democratico. Come spiega lo stesso Saltini, "l'elitista democratico è convinto che la responsabilità intellettuale e politica può essere richiesta agli individui, non alle *masse*, e che ogni vera iniziativa civile è condotta *da pochi*: non però da una oligarchia di qualunque genere, ma anche da uomini peraltro poveri e oppressi. Elitismo democratico significa riconoscere che chi governa (o, anche, chi pensa e giudica) non è il popolo nè può pretendere d'incarnarne la volontà: è sempre una piccola parte, che, se democratica, si sottopone al giudizio popolare a costo di perdere il potere".
Nel frattempo è aumentato in modo impressionante il potere dei mass media o della comunicazione di massa. Con le conseguenze che sappiamo. Anzitutto le èlite tradizionali (intellettuali, politiche, ecc.) sono costrette a ricorrere ai mass media in modo quasi ossessivo. Mentre va poi registrato il fenomeno, opposto e simmetrico, dei mezzi di comunicazione che producono èlite o comunque personaggi che si atteggiano a èlite (a intellettuali, politici, ecc.) e che come tali vengono comunque riconosciuti. Insomma èlite tradizionali che sono costrette ad atteggiarsi a personaggi di spettacolo e personaggi di spettacolo che si atteggiano a èlite tradizionali. Viviamo in tempi in cui per aver potere sembra indispensabile assumere il ruolo di personaggio mediatico o di spettacolo. In effetti, con lo sviluppo dei mezzi di comunicazione, in particolare della televisione (e quindi della civiltà dell'immagine)

solo il ruolo di personaggio dello spettacolo sembra in grado di dare quella popolarità che serve per accedere al potere e matenervisi.
Sennonchè l'efficacia della comunicazione di massa (basata soprattutto sull'immagine) è di natura essenzialmente seduttiva o emotiva. La comunicazione di massa avviene per via seduttiva non discorsiva, è volta a sedurre non a convincere col discorso o mediante un confronto basato sul discorso. E' rivolta alla sfera emotiva o all'umore (di massa), non al discernimento o al giudizio critico (dell'individuo). Eros e Logos tendono così a divaricarsi fino a divenire inconciliabili: si finisce per dare spazio solo al primo e per emarginare il secondo, come già qualche decennio fa lamentava Hannah Arendt. Ciascuno ha ragione finchè seduce e perchè seduce. Ha ragione chi seduce anche se il suo discorso è insostenibile. Per cui, ad esempio, come titolava un giornale, un politico oggi non può non sognare di "sembrare Gary Grant o Gary Cooper".
Queste èlite, che possiamo chiamare mediatiche, sono quindi condannate a piacere e compiacere. La massa o l'opinione pubblica è perciò da esse fatta oggetto della più smodata piaggeria o adulazione. Piaggeria che rappresenta anche la forma attuale e massmediologa di ideologie che fino a ieri si chiamavamo populiste (Umberto Eco parla di populismo mediatico) o pauperiste e che pensavano che per capire il mondo bastasse la più elementare delle semplificazioni, il più trito dei luoghi comuni: la contrapposizione di poveri e ricchi. Piaggeria che sventola il diritto di uguaglianza col più cieco moralismo e alimenta a più non posso il vittimismo. Piaggeria e melassa politicamente corretta dispensate a fiumi tra una canzone e l'altra da logorroici disc-jockey o conduttori di programmi radiofonici d'intrattenimento. In questo modo l'èlite rinuncia a condizionare (culturalmente, intellettualmente, politicamente, ecc.) le masse e finisce per lasciarsi da esse condizionare o per divenirne ostaggio. Si pensi soltanto alla critica sportiva finita in pettegolezzo da bar o ai tanti giornalisti sportivi ridotti a meri portavoce di tifoserie.
E' difficile perciò non temere il pericolo dell'avvento di èlite sempre più demagogiche. Sta diventando del tutto fuori moda la figura di un Winston Churchill che si rivolge all'opinione pubblica prospettando lacrime e sangue. E invece vediamo salire alla ribalta èlite pronte a rinunciare alla propria autonomia intellettuale e culturale e a schierarsi per l'opinione pubblica maggioritaria qualsivoglia essa sia. Esse non sostengono un'idea giusta o vera (creduta giusta o vera), o solamente opportuna, per renderla maggioritaria, ma al contrario sembrano ritenere che l'opinione maggioritaria abbia di per sè (e quindi sempre) ragione. In modo che la garanzia o il criterio di verità viene demandato al sondaggio, che oggi imperversa a proposito e a sproposito nelle trasmissioni mediatiche. La maggioranza (o il principio di maggioranza) però non ha, nè può avere, la prerogativa di stabilire la verità, ma solo quella molto meno pretenziosa di far funzionare la democrazia. Dal momento che per non tagliare le teste ci siamo persuasi a contarle. I numeri non possono stabilire anche dove sta la ragione, il buon senso, la verità, il bene collettivo.
La patente di èlite mediatica è stata assegnata in particolare a un determinato tipo di personaggi dello spettacolo: i comici. Da un bel po' di tempo è ai comici che si lascia indossare le vesti di maître à penser (politici ma non solo). Grande clamore sta

suscitando ultimamente Beppe Grillo. Veramente, più che di comicità bisogna parlare di satira. Del resto è sulla libertà di satira che tanto ci si è divisi, recentemente, soprattutto in Italia. Sull'onda della faziosità ideologica da tempo prosperano infatti, più che comici, personaggi dediti alla satira . In un generale misconoscimento però della distinzione tra la figlia (la satira) e la madre (la comicità). Come ha scritto ancora Saltini, "il comico trascende e smaschera i limiti e le miserie dell'*io* in un infinito buonumore, in un liberante piacere estetico, che può andare fino a un'orgiastica e cosmica sfrenatezza". Mentre la satira tende a tranciare giudizi moralistici e risentiti sugli altri, visti dall'esterno, con spirito in genere altezzoso. La comicità ci unisce nella consapevolezza della comune condizione o debolezza umana, la satira ci divide ideologicamente (politicamente e perfino partiticamente). Insomma i Fo, i Benigni, i Luttazzi e i Grillo messi insieme non valgono un Totò.
La satira si è particolarmente ideologizzata e politicizzata soprattutto dopo la caduta delle ideologie, la quale ha portato, appunto, a vedere nei personaggi satirici gli eredi dei maître a penser o delle èlite intellettuali di quelle vecchie ideologie. A maggior ragione dunque i nostri personaggi satirici tendono al citato populismo mediatico riversando a piene mani piaggeria e adulazione sulla massa dei loro spettatori. Per cui da prevalentemente sociologica, o fustigatrice dei costumi malsani della società (anche della gente comune: Alberto Sordi), la satira è passata sempre più ad essere politica o a prendere di mira le èlite al potere. Fin quasi alla pretesa di rubar loro il posto, il ruolo.
Per concludere, due questioni. Le attuali èlite mediatiche, pur di riuscire a manipolare emotivamente le masse, sembrano disposte al suicidio intellettuale e culturale. La comunicazione mediatica mette in crisi i partiti e non siamo più sicuri dei canali atti a selezionare le èlite politiche.

Giuseppe Laperchia

NUTRIRSI BENE PER VIVERE MEGLIO

12 - Classificazione dei cibi

ALIMENTI ENERGETICI ZUCCHERINI – II GRUPPO

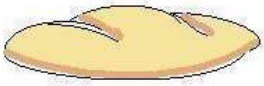
Gli zuccheri devono soddisfare, secondo gli standard classici, almeno *la metà* del fabbisogno giornaliero di combustibile e quindi delle calorie che necessitano al nostro organismo. E' da tener presente che molti alimenti contenenti zuccheri non necessariamente hanno il sapore dolce.

I più importanti sono senza dubbio i cereali e i loro prodotti:

il GRANO

Il *grano* viene consumato dopo azione molitoria da cui si ottengono le farine.
Le *farine bianche* sono povere di crusca (che è lo strato esterno del chicco); sono costituite per il 75% da amidi e per il 9% da proteine (glutine).
Le *farine "integrali"* contengono anche la crusca e perciò risultano più ricche di fibre e vitamine, ma meno caloriche; ciò può rappresentare un vantaggio per chi necessita di dimagrire: le fibre infatti favoriscono il transito intestinale e rendono meno assorbibili i cibi.
Esistono persone intolleranti al glutine (i cosiddetti "**celiaci**") che non possono assumere alimenti a base di cereali come il grano; in questo caso esistono alternative come la farina di riso, di farro o di castagna.

il PANE



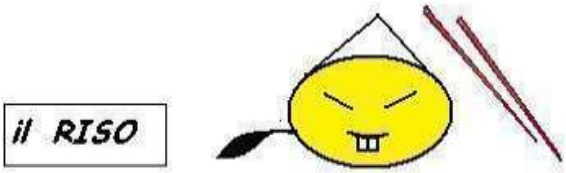
E' ottenuto da farina, acqua e lievito. Per la sua gustosità e la sua digeribilità è il "combustibile" per eccellenza. Esso ha sfamato nel corso dei secoli milioni di persone.
Il pane comune è costituito per il 55% da amido e per il 7% da proteine (glutine). Il suo valore calorico è di 250 kcal ogni 100 grammi.
Ovviamente il pane all'olio, al latte o con olive o noci va oltre le 300 kcal ogni 100 grammi.

Il pane raffermo, la crosta (che è la farina "caramellata"), il pane tostato e le fette biscottate sono più digeribili. Al contrario il pane caldo, appena sfornato o mal cotto, o ottenuto da una pasta mal lievitata, è meno digeribile.

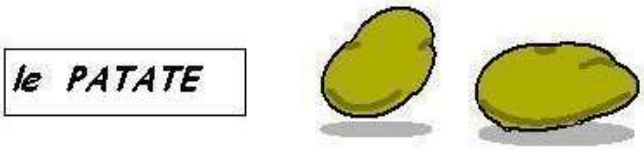
Una lenta e accurata masticazione è fondamentale per una buona digestione: essa, frantumando il cibo, garantisce una maggiore superficie di contatto tra cibo e saliva, che contiene gli enzimi che digeriscono gli amidi.

N.B. I *biscotti* sono preparati da farine molto bianche con aggiunta di grassi, zuccheri, ed eventualmente latte e uova. Il loro valore energetico è superiore a quello del pane e si aggira approssimativamente intorno alle 400 kcal ogni 100 grammi.

È ottenuta da semola di grano duro più acqua. Lavorata per ottenere le varie forme, viene poi essiccata per la lunga conservazione. A crudo ha un valore energetico simile a quello delle farine (circa 360 kcal ogni 100 grammi). Quando viene cucinata acquista acqua, che aumenta di circa tre volte il suo peso: perciò il valore energetico si aggirerà approssimativamente intorno a 90-120 kcal ogni 100 grammi (equivalente quasi a quello della patata).



È uno dei cereali più consumati al mondo. Anche per il riso vale lo stesso discorso fatto per le farine bianche ed integrali: il chicco, privato del suo rivestimento esterno, lucidato e brillato, è costituito praticamente da solo amido (!), avendo perso le fibre e le vitamine. Una volta cotto, assume una quantità di acqua pari a 2-3 volte il suo peso. In tal modo il suo valore energetico è più o meno simile a quello della pasta cotta o della patata (circa 120 Kcal ogni 100 grammi). Il riso presenta un grande vantaggio: risulta essere l'alimento più facile da digerire.
NB Il riso e il latte sono alimenti che si completano a vicenda, perciò ottimi da abbinare.
Altri cereali, come **avena**, **granturco**, **orzo**, **segale**, vengono utilizzati sia sotto forma di "farine", sia sotto forma di "fiocchi o scaglie". Se ne raccomanda il consumo, dato l'eccellente valore nutritivo, insieme al latte nella colazione del mattino.



Ingiustamente la patata è stata accusata di fare ingrassare. In realtà, rispetto ad altri cibi ricchi di amido, è molto meno calorica. Essa infatti è costituita in gran parte d'acqua. Contiene poche proteine e pochi grassi (o colesterolo). Ha pochi sali minerali, ma è ricca di vitamina C!
Solo il 20% è rappresentato da amidi ed il suo potere calorico è di circa 70-80 kcal ogni 100 grammi. Poichè la buccia costituisce una barriera alla fuoriuscita della vitamina C, quando è bollita è preferibile non sbucciarla. Una cottura più utile sotto questo profilo è la cottura al cartoccio o al vapore.
Fritta a tocchetti, triplica quasi il suo potere calorico (circa 220 kcal ogni 100 grammi)
Fritta a fettine, quintuplica il potere calorico (circa 400 kcal ogni 100 grammi)
Il massimo si ha con le *chips*, con cui si raggiungono circa 500 kcal ogni 100 grammi! Pertanto, quando la patata viene fritta, è meglio tagliarla a pezzi non troppo piccoli, in modo da evitare che venga assorbito eccessivo olio.
Conclusione: la patata in effetti è, secondo una terminologia moderna, un cibo *light*. Molti nutrizionisti la consigliano persino a chi deve dimagrire. Essa può trasformarsi in un'insidia per la linea solo se si abbonda nel condimento (olio di frittura). Diciamo, però, che consumare un piatto di patate fritte due volte al mese può essere un "peccato" di gola da trattare con indulgenza.

Proviene dalla barbabietola o dalla canna da zucchero. È costituito quasi tutto da saccarosio, che è uno zucchero semplice e perciò rapidamente assorbibile. Ha un valore energetico di circa 400 kcal ogni 100 grammi. Lo zucchero puro (o le altre forme di assunzione come ad esempio CARAMELLE, DOLCIUMI, MARMELLATA...) dovrebbe essere assunto con cautela e soprattutto da chi svolge un'attività sportiva. In questo caso è sempre bene comunque non abusare ed assumerne meno del 10% delle calorie totali giornaliere. La *marmellata* ha un potere calorico di circa 250-300 Kcal ogni 100 grammi.

Altri prodotti zuccherini:
Miele. E' una miscela di zuccheri semplici (glucosio più fruttosio) ed è fortemente energetico (300 kcal ogni 100 grammi). **NB** Possiede una leggera proprietà lassativa.
Cioccolato. E' una miscela di pasta di cacao e zucchero. Il valore energetico è elevato a causa dell'alto contenuto in grassi (circa 500 Kcal ogni 100 grammi).

i LEGUMI

Oltre alle proteine, contengono amidi. L'alto contenuto di cellulosa li rende difficili da digerire. E' preferibile un loro consumo non più di due volte al mese, possibilmente sotto forma di passato, in modo da eliminare le bucce. Il loro potere calorico è di poco inferiore a quello della pasta, circa 300 Kcal ogni 100 grammi (peso secco).

Equivalenze approssimative tra alimenti energetici.

100 grammi di **pane** possono essere sostituiti da:

- 70 grammi di **farina**
- 70 grammi di **fette biscottate**
- 60 grammi di **biscotti secchi**
- 70 grammi di **pasta**, **riso**, o **legumi** (peso a crudo)
- 250-300 grammi di **patate** (peso a crudo)

DIETA CON... RISO

Giuseppe Polino e Roberto Pacini

POLIZIA DI STATO:
RACCONTI PARALLELI

di Giovanni Landi

Napoli primo amore

Vive da un bel po' d'anni a Roma una napoletana verace. Un tantino per abitudine, un tantino per civetteria, ora soltanto "smucinare" sta per rovistare, soltanto "cacjiara" sta per chiasso. Il suo vernacolo è infarcito d'altre parole romanesche, tutte armoniosamente a braccetto col suo primigenio dialetto. È, in effetti, una romana sui generis, almeno nel parlare. Pur adottando espressioni romanesche con le quali manifesta molta familiarità, d'istinto, in omaggio alla sua prima educazione non pronuncia mai, proprio mai, le finali delle parole anche se riferite a persone o luoghi. Così - ad esempio - Rutelli è "Rutell", Centocelle è"Centocell" .
Il suo cuore è rimasto tutto quanto napoletano. Convive in armonia con "smucinare" e "cacjiara" ma il mondo di Napoli è nella sua anima, nei suoi argomenti, nel timbro della voce.
Intanto una puntualizzazione: la nostra napoletanina è nata e vissuta nel cuore della vecchia città, a Montecalvario, un quartiere a ridosso della centralissima piazza Municipio dove, ai tempi del Regno delle due Sicilie, erano acquartierate le soldataglie borboniche, definito dal volgo "ncopp e' quartieri" (sopra i quartieri).
Chiarito questo, si potrà meglio comprendere l'affiato per la sua gente avendone ascoltato le voci, rapito i sospiri, captato le ansie.
Dai suoi teneri ricordi affiorano sapori e costumi della vecchia Napoli popolare, uno spaccato di storia cittadina che si materializza al nostro cospetto. Il suo rimembrare fa riprendere corpo e vitalità a tante figure appannate nei ricordi degli anziani: la voce accattivante, quasi languida, del venditore dell' "olio venus per i capelli"; il richiamo imperioso di chi organizzava l'immancabile riffa c1andestina ove il premio, esibito in ampi cesti, era costituito solitamente da generi alimentari di prima necessità; il tambureggiamento dei pulitori di scarpe che sciamavano per i vicoli con cassettine portate a tracolla, colme di creme e spazzole di ogni tipo; il canto lamentoso del capo congrega parrocchiale che il sabato sollecitava l'obolo perchè tutti si ingraziassero la Madonna (il rumore delle monetine sull'acciottolato, lanciate anche dai piani alti, dava il segno della partecipazione collettiva alla pia richiesta); il grido breve, strozzato del venditore di minuta merceria con il piano di esposizione all'altezza dell' addome retto da bretelle di consunto spago che gli cingevano il collo.
Era uno scorrere di mestieranti, di artigiani di vecchia scuola o di nuovi imprenditori che operavano nei campi più disparati, pronti a tentare avventure in settori mai praticati. Come il merciaio che offriva a prezzi irrisori indumenti di biancheria intima, subito indossati, come il formaggiaio con la sua saporitissima tenera ricotta in fuscelli, protetta da fresche foglie di fico, come il pizzaiolo che furbescamente invitava a consumare gratis il suo prodotto. Sarebbe stato pagato dopo otto giorni. Così attivava una catena "sicura" perennemente in debito, legata a doppio lì al

dispensatore di focacce. Una volta l'anno - racconta la napoletanina - si avvertiva la nenia triste del venditore di gamberetti di fiume: un canto lugubramente modulato che aveva origini remotissime.
Esisteva, tra l'altri, una figura particolare, senza "voce": la capera. Era la pettinatrice delle donne dei bassi, (capera perchè curava la capa ossia la testa).
Silenziosa e discreta, lenta per l'età ma sicura nei gesti si affacciava con discrezione nei bassi ed offriva la sua arte. La trattativa era breve, fatta di segni convenzionali. La capera veniva invitata ad entrare nel basso o, più frequentemente, era l'occasionale cliente a sistemarsi sulla pubblica via su una comoda sedia impagliata.
I gesti della pettinatrice erano essenziali, rituali come da vecchio cerimoniale. La chioma veniva sciolta, trattata prima con un pettine a denti stretti per eliminare eventuali parassiti, poi la sistemazione usando agilmente le svelte dita per dare ai capelli l'assetto richiesto. Di solito realizzava un'acconciatura spagnolesca, d'effetto vistoso. I pochi capelli ritrovavano il vigore della gioventù grazie al sapiente utilizzo di manciate di forcine di ferro.
Un'attività veramente speciale svolta dal popolino era il gioco della tombola.
Sembra incongruo accostare due termini di significato opposto, ma è così. L'appuntamento, su rigoroso invito, era nei pressi di Largo Baracche nel quartiere Montecalvario ove si esprimeva la quint'essenza della napoletanità. Il gioco della tombola era un'attività! Organizzata in modo serio, condotta da persona seria e stimata, era aperta ad un'e1ite di giocatori ammessi con criteri insindacabili. Un po' come una riunione di adepti ad una massoneria segreta con norme e riti codificati. L'attività iniziava al calar delle tenebre ed andava avanti fino all'alba. La gente comune tornava in strada alle normali incombenze e passando davanti al "basso" percepiva la voce arrochita dalla stanchezza di chi gestiva il cartellone, chiamare i numeri: "66 e figliole zitelle", "48 'o morto che parla", "18 'o sango" (il sangue)e così avanti con la voce sempre più esausta.
Era un' attività-gioco ma, forse, era qualcosa di più. Per averne certezza sarebbe stato utile essere alle spalle di quelle malinconiche figure. In quello strano esclusivo circolo donna Carmela, donna Assunta, don Gennaro, donna Filomena ed altre discinte presenze "interrogavano" la fortuna, la benignità della sorte. Era questa l'altissima posta in gioco.
Che poi, a chiusura della tombola, si corresse al Monte di Pietà per pignorare un oggettino di famiglia oppure riscattare la medaglietta data in pegno non era rilevante. Intanto, mentre donna Carmela e don Gennaro e donna Filomena e gli altri vivevano il loro momento di tristezza o di esaltazione, nei vicoli del quartiere la sarabanda riprendeva con le mille voci di sempre: "Olio venus per i capelli", "pane e ricotta"Correvano gli anni cinquanta.
Prima ancora, fino al 39/40 si aveva dimestichezza con una figura del tutto particolare, amorfa, senza età, col giacchettino a dare rassicurazione. Si proponeva con voce prima modulata, intrisa d'accoramento, poi recisa di tronco, senza strascichi: era il piattaro.

L'accorrere al suo invito dava il segno della condizione grama del popolino. Il piattaro "ricuciva" i piatti rotti; dalle sue mani riprendevano forma e dignità di cose i cocci di creta.
Il miracolo della ricomposizione del pezzo era rapido e poco costoso. Il taumaturgo girava col suo armamentario in una borsa di tela cerata portata a tracolla. I ferri del mestiere: un rozzo trapano azionato a mano con una cordicella intrecciata che imprimeva movimento alternativo ad una pietra che fungeva da volano, filo di ferro, tenaglia e gesso in polvere. L'officina delle prodezze era tutta lì e riusciva a tamponare le falle nei rapporti familiari: senza piatto qualcuno avrebbe dovuto mettersi in turno e mangiare più tardi. La napoletanina va avanti con le sue brevi storie pregne di dolcezza e sentimento; parla di prodi, di scommetti tori, di guappi. Figure queste che non rientravo nel nostro interesse e che perciò trascuriamo.

DALLA PAROLA ALLA PAROLA

attraverso le parole

di Antonello Mei

EMOZIONI SENTIMENTI DESIDERI

(continua dal mese di aprile)

L'emozione ha quasi sempre un'insorgenza irrazionale, involontaria e improvvisa. Per questo e per il grave turbamento che essa provoca in tutta la sfera psichica, è stata definita dal Deveraux e Logre una specie di "shock psichico" più o meno acuto.
Così la psiche di un individuo può venire elettrificata da una particolare emozione, che può costituire un capace stimolo alla manifestazione di determinate possibilità inventive ed esplicative, portando più energia all'azione, più prontezza, dando incentivo a una maggiore iniziativa; oppure può divenire strumento paralizzante nell'attività e nella stessa dinamica dei processi psichici.
Le emozioni non vanno confuse con i vari sentimenti o affetti.
Il *sentimento* è un'altra caratteristica della sensitività. Esso nasce da un impulso psichico e si proietta all'esterno; ha carattere di radianza, mentre l'emozione, quale atto elementare, è forza massimamente centripeta. Il sentimento si presenta con caratterologia di relativa calma, di adeguata stabilità, di media intensità e l'individuo vi reagisce con un'adesione personale.
Uno stato d'animo è un sentimento che normalmente persiste, ma evita l'azione, per cui si hanno stati d'animo d'irritabilità, di depressione, di euforia, ecc.; una caratteristica di alcuni sentimenti è la loro *vaghezza* per cui ci si sente "vagamente" presi dal sentimento della speranza, di incertezza, di fiducia. E' una sensazione con processo cognitivo vago, non preciso, che impregna tutta la coscienza.
Non tutti i sentimenti si esplicano nell'azione perchè intervengono diversi fattori inibitori, imposti dall'educazione e dall'ambiente. I sentimenti con la loro molteplice gamma qualitativa e quantitativa, si possono distinguere in: sociali, religiosi, estetici,

etici, intellettuali, a seconda che si orientino nella ricerca del sentimento sociale altruistico, spirituale, del bello, della verità, del bene. Aristotele affermava che l'individuo è un essere eminentemente sociale. In fondo, questa socievolezza la si trova in forma embrionale ed egoistica come istinto di gregge nella sfera delle reazioni istintive.
I *sentimenti sociali* incorporano quelle tendenze che sono tipiche di una classe di persone, di una nazione, di una razza e si presentano con caratteristiche, più o meno altruistiche, di doveri di sè verso una comunità, verso i propri vicini, verso lo stato, la tradizione e gli ideali di una nazione o di una società.
In altri stadi si possono manifestare come simpatia, amicizia, cameratismo, gentilezza; in maniera più profonda come filantropia, senso di mutuo soccorso, affratellamento, disposizione caritatevole verso persone e animali. Essi non vanno identificati con quelli etici e religiosi poichè c'è una diversificazione fondamentale.
Persone con un profondo sentimento di filantropia, di alto senso civico, di sincera solidarietà umana, possono essere prive di qualsiasi istanza religiosa o spirituale, almeno come la si intende generalmente. Un ateo, ad esempio può trovarsi benissimo in una simile condizione.
Abbiamo all'opposto un individuo che normalmente soddisfa i sentimenti religiosi e tuttavia dimostra uno scarso senso civico, poco affratellamento e addirittura una semplicistica comprensione nei riguardi di bisognosi e sofferenti. Anzi diciamo che un tale sentimento egoistico religioso è molto diffuso.
Questi sentimenti, come dicevamo, sono la trasmutazione lenta, ma decisa, dell'istinto di gregge. La primitiva comunità d'interessi nell'ambito della tribù o clan ha dato origine nel tempo, non solo ad un senso di difesa e di protezione, ma altresì ad un più spiccato sentimento di simpatia verso i propri simili.
In società più progredite si è arrivati ad ideali sociali e di valore etico. Bisogna ricordare come questo sentimento di socievolezza e simpatia trova massima espressione in sventure a carattere collettivo. In simili circostanze si può riscontrare una matura coscienza sociale. Gare di solidarietà, di affratellamento fattivo si concretizzano in piena spontaneità. Di fronte ad ogni evento, l'uomo può provare o un sentimento di comprensione, di cooperazione, di abnegazione o, quando si isola, un sentimento di opposizione, di allontanamento, di fuga.
L'essere cosciente di sè quale elemento integrato in una compagine, si sente essenzialmente membro di un gruppo, piuttosto che individualità isolata o segregata. Egli può esistere si come singolo, ma solo e in quanto sa accogliere in sè la totalità.
I *sentimenti religiosi* nascono comunemente dalla fede, dalla credenza o convinzione di un trascendente.
In un senso molto più lato, sono sentimenti religiosi quelli che emergono da un incentivo di ricerca, dalla devozione per un lavoro in ogni comparto della natura. Un individuo che si dedichi all'elevazione culturale, sociale, persino materiale delle masse, fa opera religiosa.
Lo stesso scienziato, che consacra tutta la sua vita alla ricerca (Dio è Verità e possiamo scoprirlo ovunque), non fa altro che opera di religione.

Un padre e una madre che tentano di educare i propri figli in senso "armonico" all'ambiente e si adoperano coscientemente allo sviluppo delle loro potenzialità migliori, compiono un'opera religiosa. La religione prende un arco che va dall'istanza di paura del selvaggio di fronte a fenomeni naturali, all'istanza di ricerca che l'uomo evoluto sente come imperativo etico-spirituale. Ciò che conta è l'attitudine umile, sincera, umanitaria della ricerca e l'ideale di ascendersi e trascendere, di elevarsi e di elevare.
In questa continua lotta di "comprensione" e di superamento della natura umana ed ambientale, c'è un senso molto profondo di religiosità.
La religiosità può essere ridotta dall'uomo a una formulazione dogmatica,statica, imperiosa di costrizione e la stessa scienza non è esente da questa concezione. I sentimenti religiosi sono delle istanze innate, come ha dimostrato Jung.
I *sentimenti estetici* sono quelle sensazioni che sorgono interiormente quando ci soffermiamo su dati esterni a noi. Etimologicamente la parola "estetica" significa scienza della conoscenza sensibile. L'estetica implica un concetto di bello e di giusto, un'armonia.
Che cos'è il bello? E' una sensazione gradevole che emerge da un contatto e un rapporto con l'ambiente. Dante scrive: "quella cosa dice l'uomo esser bella, le cui parti debitamente corrispondono, perchè dalla loro armonia risulta piacimento".
Il buon gusto è la possibilità con la quale la mente percepisce e gode di tutto quanto vi è intrinsecamente di bello nell'opera, dà la capacità di discernere, trovare simmetria, armonia.
Benchè i sentimenti estetici siano espressioni dell'affettività, devono tuttavia essere assecondati da toni intellettivi. L'apprezzamento estetico è frutto di evoluzione e comporta una certa maturità mentale: non basta ascoltare un brano di musica e "sentire" una gradevolezza di modulazioni e di contorni, occorre saperne udire e percepire l'intima struttura e la tessitura armonica.
Nel campo musicale, ad esempio, abbiamo una linea che va da una rozza sensazione piacevole che si prova di fronte a suoni disarmonici, ad una percezione raffinata di ordine affettivo e mentale che si prova ascoltando una sinfonia. In un'esteticità matura possiamo riscontrare un distacco mentale dalla coppia attrazione-repulsione e un giudizio di giusta e obiettiva valutazione estetica. L'opera che ha in sè una proiezione di ordine universale sembra trovare massima attenzione e assimilazione nella comprensione umana. Ad esempio, la vera gioia che si prova ascoltando la musica è dovuta all'innato apprezzamento del ritmo, essendo il ritmo una manifestazione cosmica principale ed essenziale. Così tutto ciò che nel campo letterario-artistico si manifesta con il ritmo, trova adeguata sensibilità e rispondenza nella coscienza estetica dell'uomo. E tanto più egli sa realizzare una vita di "ritmo" e di "proporzione", tanto più è capace di cogliere nell'opera questa nota d toccante vibrazione estetica. Dice Hallek: "Tutte le volte che la mente scorge l'unità in mezzo ad una varietà, l'ordine, il ritmo, la proporzione, o la simmetria nasce un'emozione estetica … Chi ha l'intelletto esercitato vedrà molta più bellezza di un ignorante. Nell'osservare una cattedrale, la maggior parte del piacere estetico deriva dal rilevare la simmetria, dal paragonare una parte all'altra; fino a che non si sarà

completato questo processo non se ne percepirà la bellezza della struttura come di un tutto… L'opposto del bello, quello che noi chiamiamo brutto, è asimmetria disordine, è quello in cui non possiamo trovare ritmo, calma, bellezza". Lo stesso sentimento estetico che si prova contemplando un capolavoro della natura, sia esso un fiore, un animale, un cristallo, deriva dal fatto che l'uomo sa cogliere "in sè" quella geometria, quel ritmo, quelle proporzioni che sono peculiari all'organizzazione cosmica della vita.
Nel campo psicologico l'armonia psichica è per certi versi uno sviluppare una sintesi e un armonia nei "*rapporti"* , quali l'io e l'ambiente, l'inconscio e il super conscio. Tale armonia, ritmo e sintesi di vita psichica è necessaria.
Se damo uno sguardo all'ambiente che ci circonda, vediamo che l'intento comune che contraddistingue ogni forma di vita è l'istanza a raggiungere una perfezione-armonia .
Gli stessi complessi e le nevrosi che cosa sono se non benefici suggerimenti della psiche per farci presente che c'è qualche punto della personalità che non va come dovrebbe e che si trova in condizioni disarmoniche? Tutta la dinamica della vita tende all'armonia e ogni qualvolta questa viene infranta emergono suggerimenti o conflitti che sono modalità richieste di bilanciamento, di accordo.
Quando i sentimenti, spinti da emozioni cariche di una potente impulsività e permeati di desiderio intenso, diventano incontrollati e sovrastano la capacità di equilibramento psichico , si trasformano in *passioni*. La passione è stata definita "un desiderio allo stato violento e cronico". Il Ribot sostiene che essa nell'ordine affettivo è quello che è l'idea fissa nella sfera mentale.
Una carica così potente di energia viene inevitabilmente a condizionare tutte le varie risorse psichiche orientandole verso uno scopo. Subordina e sacrifica ogni esplicamento fisico, emotivo, mentale al soddisfacimento della propria irruenza direttiva. Presi nelle spire della forza passionale, l'individuo è attratto soltanto dalle cose che centralizzano il suo imperioso desiderio, rimanendo indifferente alle altre attività che prima lo attraevano. La coscienza, la ragione, la volontà stessa non vengono distrutte o eliminate, ma completamente asservite alla realizzazione dello scopo prescelto. Con questo non si vuole dire che tutte le passioni sono dannose ma si sottolinea l'importanza di un giusto accordo tra istinto, sentimento e pensiero si da realizzare l'armonia che ci è propria come esseri umani.

L'ANGOLO DELLA POESIA

AVVISO AI NAVIGANTI

di Marco Masolin

ESTATE

Ronzare misterioso e affannato del tempo
sopra questa fragile duna cosparsa di vita.

Il caldo opprime i pensieri
mentre l'aria si avvolge su se stessa
come in una danza senza passi e senza partitura.
Tutto giace in una congiura silenziosa
cosparsa di paura e rabbia
mentre le ore scorrono via come roventi spade
che tagliano e saldano sogni e speranze
in un tripudio di onesta falsità.
Sopra di noi, in questo pomeriggio nascosto
agli occhi della storia, il tempo sovrano
guarda beffardo gli sforzi zoppi
di un eserciti di mutilati ciechi e sordi
che corrono, come falene impazzite,
alla ricerca effimera di una qualsiasi eternità.
Il caldo opprimente dei pensieri cancellerà d'un tratto
timori e intuizioni, dolori e sogni
frullandoli tutti in un crogiuolo senza coperchio nè pareti,
uno spazio vuoto a garanzia della sua eternità.

CATECHISMO ESSENZIALE DELLA CHIESA CATTOLICA

5×5
Domande e Risposte
di Marco Erga

Che cosa significa credere in un solo Dio
Credere in un solo Dio significa adesione personale dell'uomo a Dio; e, allo stesso tempo, assentire a tutte le verità che Dio ha rivelato.

Che cosa significa credere in Gesù Cristo?
Credere in Gesù Cristo significa riconoscere in Cristo il Verbo fatto carne.

Che cosa significa credere nello Spirito Santo?
Credere nello Spirito Santo significa accettarlo come rivelatore necessario di Gesù Signore.

Quale è la prima caratteristica della fede?
La prima caratteristica della fede è che essa è un dono.

Qual è la seconda caratteristica della fede?
La seconda caratteristica della fede è che essa è anche un atto umano.

LETTERE IN REDAZIONE

(a cura di P. Franco Stano)

"… Sono convinto, caro direttore, che la donna è decisiva nell'interpretazione del mondo e nella proiezione verso il futuro. Le chiedo, tuttavia: quale caratteristica della donna è necessario accreditare per un mondo e un futuro veramente umano?" (Giovanni Domenichino).

A me pare che per un futuro così come lei lo desidera, senza nulla togliere alle altre caratteristiche e alle possibilità della donna, occorra accreditarne la natura di «madre». Sono convinto come lei che il ruolo della donna è decisivo per l'interpretazione del mondo e del futuro. Sono altrettanto convinto, però, che la coscienza dell'onore e della responsabilità non può in nessun modo misurarsi con il trionfo dell'estetismo oggi imperante. Il problema è tutto qui: il futuro andrà in questo o in quell'altro senso a seconda che si imponga la donna-.madre o la donna-cosa". PFS.

"Non sembra anche a lei, Direttore, che oggi si giochi un po' troppo?"(Cesare Cagnini).

"*Mi sembra, sì! Nelle chiese, più importante dell'altare pare che sia diventata la coreografia. Le chiese stesse ruotano più intorno agli sgabuzzini che alle navate; in televisione, a qualunque ora del giorno la si accenda stanno giocando a qualcosa e dall'uno all'altro vertice della settimana la filosofia sportiva riempie piazze, strade, caffè, uffici e dintorni. Nulla da eccepire, naturalmente. Resto però dell'avviso che la vita non può ridursi a gioco. Anche perchè gli ospedali esistono, esistono le malattie, i problemi e tutto ciò che riduce la coscienza di esistere piccola piccola. Un grammo di equilibrio non guasterebbe, io credo, e l'antica pubblicità che recitava:* Sì, va bene, ma Lancilloto?, *aveva una sua non indifferente logica provocatoria…" PFS.*

L A B A C H E C A

Sussidio aperto a cura dell'Ufficio del Cappellano Coordinatore Nazionale della Polizia di Stato

ANNO IV – N.7-8-9

Direttore responsabile
Padre Franco Stano

www.cappellanipolizia.it - e-mail: cappellanipolstato@chiesacattolica.it -
tel. 06/46535574 - fax 06/46535311

LA PREGHIERA*

"Canta, dunque, come il viaggiatore; canta e cammina senza indietreggiare, senza voltarti. Qui canta nella speranza, lassù nel possesso.

Questo è l'alleluia della strada, quello è l'alleluia della patria"

(Sant'Agostino)

** Sulla base di questo testo di Sant'Agostino, la preghiera che proponiamo tende a creare un rapporto tra le parti o le circostanze della vita e la preghiera stessa.*

PREGHIERA DEL MARTEDI'

Signore, ricordati della tua Chiesa,
assisti il nostro Papa Benedetto,
aiuta i Vescovi italiani,
rendi libera e prospera la nostra patria,
ricompensa chi ci ha fatto del bene,
custodisci la concordia tra le famiglie,
concedi ai fidanzati il dono della saggezza,
fa' che i disoccupati trovino lavoro,
rendi alta la politica dei nostri governanti,
soccorri i poveri,
difendi i perseguitati,
converti i peccatori,
dona ai nostri morti la gloria del paradiso. Amen.

IL SANTO DEL MESE

I santi non sono delle persone speciali, ma esattamente delle persone come noi, con le stesse esigenze, gli stessi mal di testa, la stessa voglia di dormire, lo stesso bisogno di mangiare, bere e svagarsi.
Se una spinge punge un santo, mentre magari egli coglie una rosa,si fa male e molte volte anche i santi hanno dovuto misurare la febbre, prendere medicine, decotti e purghe; fare qualche cataplasma.
Specie questo nei tempi antichi quando la tosse si curava col decotto dei fichi secchi e i salassi erano affidate alle sanguisughe.
Questa cosa è molto bella. Vuol dire che i santi non essendo diversi da noi non sono nemmeno lontani da noi e, anzi, ci sono molto vicini, al punto da incalzarci con la loro santità e da farci credere che la santità sia talmente a portata di mano che interessa anche noi e non è proprio una cosa loro.

Farsi santi significa, in fondo, impegnare il giorno, qualunque sia il giorno, nella luce del Vangelo e nella certezza di Cristo risorto. Il resto è conseguenza, quale che sia la professione che ci qualifica e il ruolo che occupiamo. La santità è polimorfa: riguarda tutti gli uomini e tutte le donne della storia. «Si isti et istae, cur non ego?». Così si domandava Sant'Agostino. Che significa: "Se tanti e tante perché non io?" Appunto, se tanti e tante perché noi no?

GAETANO DA THIENE

1480-1547

Festa il 7 agosto

Nato a Vicenza dalla famiglia dei Conti di Thiene, dedicò la sua vita al servizio degli ammalati e dei poveri della sua città.. Con Pietro Carafa (poi Paolo IV) fondò l'Ordine dei chierici chiamati Teatini dal nome latino della città abbruzzese di Chieti (Teate) di cui Pietro Carafa era Vescovo.

PP.

PERSONAGGI DELL'ANTICA ALLEANZA

di Angelo di Nicola

SALOMONE

Alla morte di Davide, re di Israele fu suo figlio Salomone, nato dal matrimonio con Bersabea.
Il regno di Salomone si contraddistinse perché fu un periodo di grande pace e prosperità per Israele, dopo tante guerre con i popoli circostanti e sanguinose lotte intestine, ultime quelle di Davide con Saul e persino con suo figlio Assalonne.

Dio dunque concesse al suo popolo un periodo di tranquillità durante il quale permise a Salomone di costruirgli il grandioso tempio che doveva contenere l'Arca dell'Alleanza con le Tavole della Legge che il Signore stesso aveva dato a Mosé sul monte Sinai durante il cammino verso la terra promessa.

Salomone, pertanto, viene giustamente celebrato per la pace che seppe dare al suo popolo, per il tempio che costruì al Signore, per le mura con cui fortificò Gerusalemme, ed anche per la sua reggia. Ma c'è un episodio emblematico della sua vicissitudine umana che incontrò il favore divino e che ci dà allo stesso tempo la misura della sua grandezza.
Una notte Dio gli apparve in sogno e gli promise in dono qualsiasi cosa avrebbe chiesto: ebbene Salomone non chiese una lunga vita o la ricchezza o anche la rovina dei suoi nemici; ma pregò il Signore di concedergli la sapienza ed il discernimento per poter guidare il popolo cui gli era toccato di essere a capo, consapevole della difficoltà della missione e della necessità che Dio stesso lo guidasse nella sua opera.

Ciò piacque molto al Signore che, proprio per il fatto che Salomone non aveva chiesto nulla per sé, ma aveva impetrato la saggezza nel governare, gli concesse quanto desiderato ed in aggiunta anche quanto non richiesto, ossia gloria e ricchezze.
A proposito della saggezza di Salomone, nelle Sacre Scritture viene riportato un episodio che ci dà il metro della sua grande capacità di giudizio: si narra che due prostitute che vivevano nella stessa casa ebbero ciascuna un figlio, ma uno dei due neonati morì. Una delle madri allora, nottetempo, lo sostituì con quello vivo, lasciando all'altra il bimbo morto. Accortasi della sostituzione, la madre denunciò al re l'accaduto, ma in realtà ognuna delle due donne accusava l'altra del misfatto. Senonchè Salomone, senza battere ciglio, ordinò che gli venisse portata una spada e proclamò di voler tagliare in due il bambino dandone una metà a ciascuna. A queste parole la vera madre implorò il re di consegnare pure il bambino all'altra, purché fosse lasciato in vita, mentre l'altra acconsentiva volentieri all'uccisione del piccolo. Il re dunque, accertato in maniera inequivocabile chi fosse la vera madre, le consegnò il bambino. Grande saggezza dunque, ma anche gloria e magnificenza, per cui Salomone andò giustamente famoso nell'antichità.
Egli, tuttavia, viene ricordato anche per un altro aspetto, un pò meno nobile: fu un donnaiolo impenitente. Amò moltissime donne, un migliaio circa, anche straniere (si dice persino la splendida regina di Saba, venuta ad incontrarlo incuriosita dalla sua fama di sapiente), ciò che il Signore aveva proibito presagendo che la promiscuità con popoli e dei stranieri avrebbe deviato il cuore del re, allontanandolo dalla fede dei Padri. Ciò che puntualmente purtroppo avvenne. Per questo Dio permetterà, dopo la morte di Salomone, la divisione di Israele e parte del suo regno andrà perduto.
Anche gli uomini più grandi e persino più sapienti, dunque, rimangono pur sempre uomini e quando si allontanano dal Signore prevale la miseria e la caducità degli umani eventi. Ed il peccato, anche se perdonato, inevitabilmente non rimane senza le conseguenze che gli sono proprie.

LA FRASE

"Un popolo vale dove valgono le leggi" (Publio Siro).

"Più corrotta è la Repubblica, più vi abbondano le leggi" (Cornelio Tacito).

"La natura genera tutti liberi e tutti per natura tendono alla libertà" (Plauto).

PER UN VOCABOLARIO CRISTIANO

GIUSTIZIA

Il termine giustizia evoca anzitutto un ordine giuridico: il giudice amministra la giustizia facendo rispettare l'usanza o la legge.
La nozione morale è più ampia: la giustizia rende a ciascuno ciò che gli è dovuto, anche se questo non è fissato dall'usanza o dalla legge; nel diritto naturale l'obbligo di giustizia si riduce, in definitiva, ad una eguaglianza realizzata da uno scambio o dalla distribuzione.
In senso religioso, quando si tratta dei rapporti tra l'uomo e Dio, il vocabolario della giustizia non conosce, nelle nostre lingue, che applicazioni limitate.
Secondo una prima corrente di pensiero, presente in tutta la Bibbia, la giustizia è la virtù morale che noi conosciamo, estesa fino a designare l'osservanza integrale di tutti i comandamenti divini, ma sempre concepita come un titolo da far valere come giustizia dinanzi a Dio. Correlativamente, Dio si rivela giusto in quanto è un modello di integrità, anzitutto in quella funzione giudiziaria che è il governo del popolo e degli individui, poi come Dio della retribuzione che punisce o ricompensa secondo le opere.
Senza dubbio, è cosa corrente l'evocare Dio come giusto giudice ed il chiamare giudizio l'ultimo confronto tra l'uomo e Dio.
Un'altra corrente del pensiero biblico, o forse una visione più profonda dell'ordine che Dio vuol far regnare nella sua creazione, dà alla giustizia un senso più ampio ed ha un valore più immediatamente religioso. L'integrità dell'uomo non è mai se non l'eco ed il frutto della giustizia sovrana di Dio, della meravigliosa delicatezza con cui egli dirige l'universo e colma di favori le sue creature. Questa giustizia di Dio, che l'uomo percepisce mediante la fede, coincide in definitiva con la sua misericordia e designa ora un attributo divino, ora i doni concreti della salvezza che questa generosità effonde. La giustizia divina è quindi la grazia divina, per sé escatologica ed apocalittica, ma anticipata realmente e sin d'ora nella vita cristiana.
S. Paolo afferma che la giustizia di Dio discende dal cielo e viene a trasformare l'umanità; è un bene che appartiene per essenza a Dio e diventa nostro senza cessare di essere una cosa celeste. Nello stesso tempo, S Paolo sottintende che questa comunicazione di giustizia è fondata sulla fedeltà di Dio alla sua alleanza, cioè, in definitiva, sulla sua misericordia.
Il messaggio biblico sulla giustizia presenta un duplice aspetto. A motivo del giudizio divino che si esercita nel corso della storia, l'uomo deve compiere la giustizia: questo dovere è inteso in modo sempre più interiore e termina in un'adorazione in spirito ed in verità. Nella prospettiva del disegno di salvezza l'uomo comprende, d'altra parte, di non poter acquistare questa giustizia con le sue proprie opere, ma che la riceve come un dono della grazia. In definitiva, la giustizia di Dio non può ridursi all'esercizio di un giudizio, ma è anzitutto misericordiosa fedeltà ad una volontà di salvezza: crea nell'uomo la giustizia che esige da lui.

Nicla Filippi

APPUNTI
SULLA DOTTRINA SOCIALE CRISTIANA
di Rocco Cifarelli

LA SOLIDARIETA'

Il principio di solidarietà rappresenta uno dei capisaldi della Dottrina sociale della Chiesa e il compianto Giovanni Paolo II, nell'Enciclica *Centesimus annus*, ci ha ricordato che tale principio "è più volte enunciato da Leone XIII col nome di amicizia, che troviamo già nella filosofia greca, da Pio XI col nome non meno significativo di carità sociale , mentre Paolo VI, ampliando il concetto secondo le moderne e molteplici dimensioni della questione sociale, parlava di civiltà dell'amore".
Spesso il concetto di solidarietà viene associato ad un generico sentimento di compassione oppure di semplice vicinanza ai sofferenti, ma il *Compendio* ci ricorda con forza che la vera solidarietà "è la determinazione ferma e perseverante di impegnarsi per il bene comune: ossia per il bene di tutti e di ciascuno, perchè tutti siano veramente responsabili di tutti" (n. 193). Infatti, ciascuno è chiamato non solo ad impegnarsi per il bene del prossimo, ma anche ad orientare il proprio agire sociale nella "ricerca di punti di possibile intesa anche là dove prevale una logica di spartizione e frammentazione, nella disponibilità a spendersi per il bene dell'altro al di là di ogni individualismo e particolarismo" (n. 194).
Indubbiamente, la solidarietà costringe ciascuno di noi a sbattere contro le ambiguità e le contraddizioni che caratterizzano la vita sociale. Non si possono ignorare, ad esempio, le fortissime disuguaglianze tra Paesi sviluppati e Paesi in via di sviluppo, "alimentate anche da diverse forme di sfruttamento, di oppressione e di corruzione che influiscono negativamente sulla vita interna ed internazionali di molti Stati" (n. 192).
Tuttavia, il cristiano riesce a scorgere nella realtà sociale dei segni di vita e di speranza, in quanto la stessa vita sociale è "segno di una Grazia che di continuo è a tutti offerta e che invita alle forme più alte e coinvolgenti di condivisione" (n. 196). Infatti, come ci ha insegnato l'amato Giovanni Paolo II, "alla luce della fede, la solidarietà tende a superare se stessa, a rivestire le dimensioni tipicamente cristiane della gratuità totale, del perdono e della riconciliazione.
Allora il prossimo non è più soltanto un essere umano con i suoi diritti e la sua fondamentale uguaglianza davanti a tutti, ma diviene la vive immagine di Dio Padre..." (*Sollicitudo rei socialis, 40*).

ESPERIENZE E ATTUALITA'

VITA DA SINGLE

Vi sono single per scelta, ma ve ne sono parecchi che, ad un certo punto della vita, scoprono la difficoltà di incontrare l'anima gemella e vivono con fatica questa loro situazione.
E' ovvio poi che, più si cresce con l'età e maggiori sono i problemi che si incontrano.
Tra l'altro, anche molte persone che si sono separate, entrano all'interno di questa categoria. Vi racconto il caso di una donna che ha vissuto in maniera drammatica tale esperienza, anche se credo che essere single, in alcuni casi, sia legato a scelte di ordine personale.
Luciana ha da poco superato i 32 anni e quindi è ancora relativamente giovane.
Un giorno,però, in preda a mille angosce mi racconta la sua vicenda:
"Vedi Don, ho avuto rapporti con parecchi uomini, ma non sono mai riuscita a trovare la persona adatta per me. All'inizio ero colpita dal loro aspetto fisico, poi quando dovevamo parlarci in profondità, vedevo delle grosse lacune.
Ultimamente ho avuto due storie durate pochi mesi, perché alla fine mi sono trovata davanti o ad un uomo che voleva abusare di me, oppure all'altro che mi ingannava, visto che era già insieme ad un'altra persona.
Sarò sicuramente esigente, non discuto , però capisci che dopo tutti questi fallimenti non mi viene neppure la voglia di ricominciare, poiché l'ultimo episodio mi è successo proprio la settimana scorsa".
Come prete sono anch'io single e il discorso di Luciana mi ha fatto riflettere sulla fatica di trovare un'anima gemella.
In questi anni ho conosciuto parecchi preti e farei proprio fatica a vederli con una moglie, con dei figli e lo stesso vale anche per me.
Quando ci si trova davanti a questi drammi affettivi , non si può fare a meno di riflettere, facendo sentire la propria vicinanza.
Il problema che poneva Luciana era enorme: come riuscire a trovare delle persone disponibili a condividere un solido rapporto per sempre?
In alcuni casi questi legami nascono spontanei già in tenera età, in altri si approfondiscono cammin facendo, ma può succedere che la realtà non offra a tutti queste opportunità.
E' logico che dipende anche dalla persona, dalla sua malleabilità, ma certe esperienze negative incidono in misura molto rilevante su di essa.
Nel caso di Luciana non ho saputo proferire parole, ho solo ascoltato un dramma di oggi, che poi è una realtà che continua a crescere: la fatica del comunicare in pienezza e di trovare con chi condividere una vita.
Come Chiesa dovremmo porci maggiormente in ascolto di Luciana e di chi, come lei, vive con ansia questa fatica!

Don Luigi Trapelli

OPINIONI

L'ASSISTENZIALISMO EDUCATIVO

In margine al plenum dei direttori degli Istituti professionali svoltosi a Bellinzona il 15 aprile scorso un giornale titolava: nella scuola "ci vuole un giro di vite". E poi: il Capo del Dipartimento dell'educazione Gendotti "sollecita polizia e magistrati" per far fronte alla "violenza giovanile a scuola". Inducendoci subito a ribadire una osservazione del tutto ovvia: espunta anche nelle sue dosi omeopatiche dalla porta dell'educazione, la repressione tende a rientrare dalla finestra della scuola nella foggia inequivocabilmente minacciosa della polizia e dei magistrati. La convinzione che amore e disciplina (educazione e repressione) sono assolutamente inconciliabili è retaggio sessantottino: versione educativa dell'inconciliabilità che il 68, a dir poco erroneamente, decretò tra democrazia e autorità sul piano politico. Quasi che sia possibile una convivenza senza regole. Mentre non c'è persona sensata che ignori come senza leggi finisce ineluttabilmente per avere la meglio l'hobbesiano "homo homini lupus"; cioè, in ambito scolastico, il bullo. Ora, se le regole sono indispensabili, indispensabili devono ritenersi pure le punizioni da applicare in caso di infrazione. Abolito il ruolo di deterrenza svolto dalle punizioni diviene infatti illusoria e vana ogni nostra fiducia in qualsiasi sistema di regole. Ruolo di deterrenza riconosciuto in tutti i campi della vita sociale (basti pensare a una partita di calcio), con l'unica esclusione del campo educativo.

Insomma una sensata repressione deve essere in vigore sia nella società che nella scuola. Cosa porta allora a negare questo elementare passaggio logico anche da parte di persone non sprovvedute e senza un vero e proprio debole per l'assurdo? Cercherò qui di formulare qualche risposta o ipotesi. Cominciando dalla concezione dell'educazione basata sull'intellettualismo etico, il quale consiste nel ritenere che basta sapere qualcosa per farla, che basta conoscere il Bene per farlo; per cui si pecca (si fa il Male) esclusivamente per ignoranza. Questa concezione socratica ha assunto moderne sembianze nell'attuale teoria (ideologia!) dell'informazione. Secondo la quale chi non si comporta correttamente lo fa perché è disinformato. Per mancanza d'informazione. Di qui l'importanza che si è attribuito man mano, anche nella scuola, alle campagne d'informazione. Della cui reale efficacia è lecito però dubitare anche se spesso costano cifre da capogiro.

Ma il ragionamento in educazione è utilizzabile non prima di una certa età. Età della ragione, appunto. E perfino in quest'età solo fino a un certo punto, dal momento che l'uomo non è solo ragione. Nella fase infantile dunque l'intellettualismo etico serve a poco. Sono più utili gli insegnamenti, diciamo così, confuciani che intendono l'educazione come esercizio quotidiano volto a far assumere un comportamento regolato. E cioè l'autocontrollo. In quell'età si educa, come si dice, non tanto con le parole o coi ragionamenti, ma coi fatti. E cioè mediante le regole. Educando al rispetto delle regole. Facendo prendere delle buone abitudini attraverso comportamenti rituali. Ora, il bullo non è che il frutto della mancanza di tale educazione.

E logica vorrebbe che non lo ricupereremo se non facendogli apprendere ciò che egli non ha ancora imparato: a rispettare le regole e ad accettare le congrue punizioni. Cioè mediante una qualche forma di repressione. Sennonché il rifiuto della repressione, soprattutto in ambito educativo, è tale d'averla resa tabù. Tabù in omaggio al quale, per esempio, "il magistrato dei minorenni Reto Medici scettico sull'auspicio di Gendotti" ha sostenuto che "il giro di vite nelle punizioni" da questi auspicato è una "soluzione illusoria". Ma così facendo restiamo prigionieri dell'inossidabile pregiudizio che induce il cattivo buonismo a promuovere una tolleranza, questa sì, illusoriamente e nocivamente repressiva. Pregiudizio smentito invece da tante esperienze: basterebbe guardarsi attorno. Basterebbe leggere, per esempio, quelle riportate da Bernhard Bueb nel suo libro di successo "Elogio della disciplina".
La rimozione d'ogni forma di repressione e l'abolizione di ogni punizione sono in radicale contrasto con l'esigenza che l'individuo vada trattato fin da piccolo come soggetto di responsabilità e dunque come soggetto morale. Sono cioè dettate dalle tendenze antindividualiste che continuano ad avere la meglio in psicologia e in sociologia, secondo le quali la responsabilità non è mai individuale. È sempre colpa di qualcun altro e di qualcos'altro.
Bueb critica perciò la "nefasta psicologizzazione della pedagogia". E cioè il fatto che la psicologia da "scienza sussidiaria per la pratica pedagogica" è man mano passata a soppiantare del tutto la pedagogia. "Il momento d'oro arrivò quando gli educatori ruppero l'equilibrio tra disciplina e amore a favore di quest'ultimo". Occorrerebbe perciò ritornare, egli conclude, "a una pedagogia che rinforzi il senso morale del bambino e che non spieghi le sue debolezze per giustificarle. È necessario che bambini e giovani siano presi in considerazione più seriamente come soggetti morali, evitando di giustificare il loro comportamento con spiegazioni psicologiche affrettate".
E nemmeno, come fa Reto Medici, con spiegazioni sociologiche tirando in ballo fiaccamente la responsabilità (meglio: l'irresponsabilità) dei genitori e delle famiglie. E concludendo che è "necessario un doppio intervento sociale". D'interventi sociali, come di psicologici; sono già stati messi in atto a iosa, e non sembra con risultati confortevoli. Anzi: se l'atmosfera delle nostre scuole è peggiorata fino al punto da far sollevare l'allarme al quale ha dato voce il Capo del Dipartimento dell'Educazione. È sempre più diffusa nell'opinione pubblica la convinzione che si tratta di spiegazioni che alla fine spiegano ben poco. E di interventi che si risolvono in buchi nell'acqua.
Rappresentano piuttosto le ormai stanche manifestazioni di quella concezione assistenzialistica dell'educazione, la quale ha finito per concorrere ad alimentare proprio la causa del male di cui pretende essere la cura. L'assistenzialismo psico-sociologico non è che una masochistica illusione. Fatto apposta per impedire che il bullo, o chicchessia, possa mai acquisire il minimo senso di responsabilità. Come se non debba mai essere ritenuto responsabile o soggetto morale: per cui non dobbiamo poi meravigliarci se dei giovani continuano imperterriti a comportarsi da irresponsabili. E non vuol essere affatto una boutade affermare che l'assistenzialismo psico-sociologico si fonda sulla tolleranza repressiva: non permette infatti

all'individuo di acquisire la necessaria autonomia (morale e critica). Non permette che venga educato alla libertà, la quale esige disciplina o, meglio, autodisciplina. Né alla democrazia che consiste nel governo della legge. Censura insomma la sacrosanta verità secondo cui, per dirla ancora con Bueb, "i giovani hanno *diritto* alla disciplina".

Giuseppe Laperchia

NUTRIRSI BENE PER VIVERE MEGLIO

13 - Classificazione dei cibi

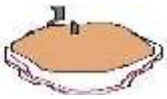
ALIMENTI ENERGETICI GRASSI – III GRUPPO

I grassi (o lipidi), come abbiamo precedentemente detto, sono costituenti essenziali delle membrane delle cellule e sotto forma di tessuto adiposo costituiscono un'importante fonte e riserva energetica per i muscoli e gli altri tessuti.
Si distinguono:
Grassi di origine animale (contenuto nelle **carni, latte, uova, formaggi..**)
Grassi di origine vegetale (contenuti in **oli, margarine, frutta oleosa..**).

Esaminiamone i principali:

BURRO

Il burro praticamente non contiene né proteine né zuccheri. Ha un potere calorico di **760 Kcal/100** grammi.

STRUTTO 

Lo strutto è costituito al 96% da grassi: Ha un potere calorico di circa **900 Kcal/100 grammi**.

OLI

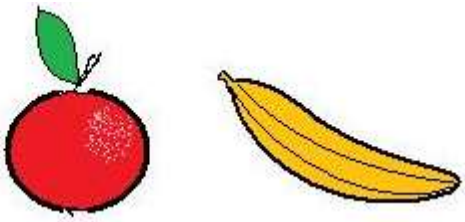
Gli oli sono costituiti al 99% da lipidi. Hanno un potere calorico di **900 Kcal/100 grammi**. Esistono vari tipi di olio: arachidi, oliva, mais, girasole… Sono ricchi di acidi grassi insaturi, che sono meno dannosi di quelli saturi per le nostre arterie.

Un problema rilevante è la "***temperatura critica***", ossia la temperatura alla quale gli olii "***fumano",*** emettendo vapori appena visibili. E' questa la temperatura alla quale gli olii si denaturano e formano sostanze tossiche per l'organismo. Per esempio il burro ha una bassa temperatura critica, perciò non è adatto alle fritture; mentre l'olio di arachidi si presta bene, avendo una temperatura critica relativamente alta, anche più dell'olio di oliva, il quale perciò si presta meno bene a tale scopo.

FRUTTI OLEOSI

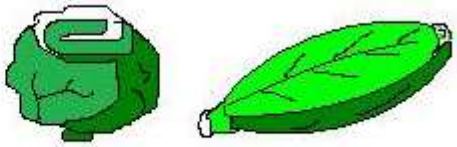
Fanno parte di questo gruppo olive, noci, nocciole, mandorle, arachidi, ecc. Mediamente contengono il 50-60% di grassi, il 15-20% di zuccheri e il 15-20% di proteine. Il loro valore calorico medio è di **600-650 Kcal/100 grammi.**

ALIMENTI VITAMINICI – IV GRUPPO

FRUTTA 

La frutta è ricca di acqua. Contiene solo tracce di proteine e lipidi. Il contenuto in zuccheri è invece notevole. Trattandosi di zuccheri semplici essi sono facilmente digeribili e rapidamente assorbibili dall'organismo.
Il potere energetico della frutta varia da **40** a **90 Kcal/100 grammi**, quindi è essenzialmente basso. *Bisogna però fare attenzione a non eccedere con le quantità!*

N. B. La ***frutta secca*** (datteri, albicocche, uva, prugne, fichi, ecc.) ovviamente, avendo perso gran parte dell'acqua, ha un valore energetico elevato: **250-300 Kcal/100 grammi**.

VERDURA 

Le verdure sono tutte poco caloriche, perché hanno un elevato contenuto di acqua (circa l'80-90%). Esse rappresentano la principale fonte alimentare di cellulosa e di fibre, che sono molto utili per il buon funzionamento dell'intestino; inoltre, costituiscono un'importante fonte di vitamine e sali minerali.
Anche le verdure sono in genere povere di proteine e grassi. Gli zuccheri vanno dall'1 al 12% del peso, a seconda del tipo; naturalmente anche il loro valore energetico è basso, variando da **20** a massimo **75 Kcal/100 grammi**.
Facciamo una classifica delle più comuni verdure, mettendo ai primi posti quelle a più basso potere calorico.

Alimento	Proteine (gr)	Zuccheri (gr)	Grassi (gr)	Colesterolo (mg)	Fibra alimentare (gr)	Kcal
FINOCCHIO	1,2	1	0	0	2,2	**9**
CICORIA	1,4	0,7	0,2	0	3,6	**10**
ZUCCHINE	1,3	1,4	0,1	0	1,3	**11**
RADICCHIO ROSSO	1,4	1,6	0,1	0	3	**13**
CETRIOLI	0,7	1,8	0,5	0	0,6	**14**
MELANZANE	1,1	2,6	0,1	0	2,6	**15**
SCAROLA	1,6	1,7	0,2	0	1,5	**15**
FAGIOLINI	2,1	2,4	0,1	0	2,9	**17**
POMODORI DA INSALATA	1,2	2,8	0,2	0	1,1	**17**
BIETA	1,3	2,8	0,1	0	1,2	**17**
ZUCCA GIALLA	1,1	3,5	0,1	0	0,5	**18**
LATTUGA	1,8	2,2	0,4	0	1,5	**19**
LATTUGA A CAPPUCCIO	1,5	3	0,2	0	1,3	**19**
CAVOLO CAPPUCCIO VERDE	2,1	2,5	0,1	0	2,9	**19**
CAVOLO CAPPUCCIO ROSSO	1,9	2,7	0,2	0	1	**20**
BARBABIETOLE ROSSE	1,1	4	0	0	2,6	**20**
FUNGHI PRATAIOLI, COLTIVATI	2,3	1,9	0,4	0	1,7	**20**
BROCCOLETTI DI RAPE	2,9	2	0,3	0	2,9	**22**
PEPERONI DOLCI	0,9	4,2	0,3	0	1,9	**22**
CARCIOFI	2,7	2,5	0,2	0	5,5	**22**
CAVOLFIORE	3,2	2,7	0,2	0	2,4	**25**
RUCOLA	2,6	2,1	0,7	0	1,6	**25**
CIPOLLE	1	5,7	0,1	0	1,1	**26**
BROCCOLO A TESTA	3	3,1	0,4	0	3,1	**27**
FUNGHI PORCINI	3,9	1,4	0,7	0	2,5	**27**
ASPARAGI DI CAMPO	3,6	3,3	0,2	0	2,1	**29**
CAROTE	1,1	7,6	0	0	3,1	**33**
ASPARAGI DI BOSCO	4,6	4	0,2	0	2,6	**35**
CAVOLI DI BRUXELLES	4,2	4,3	0,5	0	5,2	**37**
CIPOLLINE	1,3	8,5	0,1	0	1,7	**38**
PISELLI SURGELATI	5,7	7,5	0,4	0	7,8	**54**
PISELLI, freschi	7	12,4	0,2	0	5,2	**76**
FUNGHI SECCHI	40,6	15,6	4,6	0	10	**147**

La cottura, determinando uno spappolamento delle cellule vegetali , rende digeribile la verdura. Lo svantaggio è la perdita di Sali e vitamine nell'acqua di cottura. Per ovviare a ciò è meglio la cottura a vapore o lo stufato, che comportano una minore perdita.

Verdure a Volontà!

Le verdure, a parte qualche eccezione, hanno tutte un basso potere calorico. Perciò possono essere consumate "a volontà" senza pericolo di ingrassare!

Giuseppe Polino e Roberto Pacini

POLIZIA DI STATO:
RACCONTI PARALLELI

di Giovanni Landi

Ad ognuno il suo fardello

L'attività ferve nel silenzio più assoluto. Non aliti, non ronzii. Una calma totale, la stessa che si può immaginare esista negli spazi siderali. Il quieto respirare può essere percepito nelle fluttuazioni delle molecole d'aria agitate dagli esili toraci. È il dominio di una regina speciale in un regno speciale.
Nel suo ambito vige un codice severo con regole di comportamento immutabili. I ritmi vitali che scandiscono l'alternarsi delle stagioni coinvolgono tutti i soggetti della numerosissima comunità. È la celebrazione ed esaltazione più eclatanti e concrete di due massime militaresche. La prima: "Il servizio è servizio" a giustificare l'efficienza e l'esclusione di favoritismi. La seconda: "Uno per tutti, tutti per uno" a significare il prodigarsi reciproco senza risparmio per il bene della collettività.
Vi è però un' ombra che è ombra percepita, ma non definibile. Sono efficienti ma senza brio, assolvono lietamente le loro funzioni senza mai manifestare contentezza. Si muovono come ingranaggi di un meccanismo ben oleato che esclude possibilità di

errori: una ruota dentata che aziona un'altra ruota dentata. Su tutti predomina la regina, arbitra assoluta di mille e mille sudditi. Il parlare distaccato, l'incedere maestoso, il tono perentorio ne fanno di una predestinata ad essere grande per diritto di nascita ancor più grande. Si muove all'interno del suo dominio con una turba di cortigiani al seguito, pronta a realizzare ogni suo desiderio. Cortigiani con funzioni differenziate, destinati a scomparire. Tra questi primeggia un soggetto, una sorta di ciambellano, portavoce della regina perché gli editti reali siano da tutti rispettati, confidente della regina perché anche la più lontana voce arrivi alla sovrana.
La regina è onnipresente e pungola la corte in tutte le attività sociali: "Controllare gli alimenti da immagazzinare. Sia nella quantità, che nella qualità". Risponde per tutti il ciambellano: "Si regina". "I lavoro di raccolta deve iniziare all' alba e cessare al tramonto". "Si, regina". "Si calcolino le distanze fra le zone di raccolta e i nostri depositi, indi si fissi il numero minimo di uscite effettuabili nella giornata". "Si, regina". "Si tenga conto dell' abbondanza di materia prima reperibile nei territori indicati dalle esploratrici. Una facile messe dovrà tradursi in un numero maggiori di missioni quotidiane". "Si, regina". "Nessuno osi sperare di godere meriti o favori producendo più e meglio. Non voglio competizioni". "Si, regina". "Sia chiaro che non tollererò la benché minima anomalia. Gli errori saranno puniti con la morte". "Si, regina". "Esigo essere informata giornalmente di ogni variazione: dei decessi, delle nascite, dei movimenti di magazzino, delle razioni di cibo elargite, della efficienza delle preposte ai servizi interni". "Si, regina".
"Adesso via tutti, desidero essere lasciata sola". "No, regina, non possiamo". - risponde come al solito il ciambellano a nome della corte - "Come osate, brutti cialtroni? Via tutti immediatamente". "Perdonaci regina ma non possiamo esaudirti. Anche contro la tua e la nostra volontà non possiamo esimerei dalla nostra funzione". "Non voglio sentire ragioni o distruggo il regno". "Non rattristarci, regina, con la tua insistenza. Siamo legati alle stesse leggi che vanno oltre le facoltà di scelta; per noi come per te. Consentimi la sfrontatezza: puoi tu non essere regina qualora lo volessi?". Quesito tremendo che fa vacillare la regina. Perde certezza, annaspa, la sua risposta è pregna di fatale rassegnazione: "Purtroppo, no!". I cortigiani le si fanno da presso per confortarla e farle sentire il loro accoramento. Nessuno parla; esprimono la loro partecipazione nel silenzio delle teste chine. "Ma avrò ben diritto ad una mia vita privata? A momenti di intimità?". "No, regina". "A decidere di me stessa? A scegliermi l'amante preferito senza essere sempre seguita da uno stuolo di spasimanti?". "No, regina". "Non sentirmi incatenata all'obbligo della fecondità?". "No, regina". "Godere di un minimo di libertà? Uscire, respirare un po' di aria pura, fare le cose semplici concesse a tutti gli esseri viventi?". "No, regina". L'eletta del destino la potente con facoltà di vita o di morte per il suo popolo è al limite del collasso. Ansima, sbuffa, rotea gli occhi dilatati dal terrore. È quasi in preda ad una crisi di nervi come una vecchia zitella.
Pensieri tetri la opprimono: da padrona ridotta a serva, da dominatrice a sottomessa, da forte ad inerme. Alla mercè di chi? Non lo sapeva nessuno della corte, né lei stessa. Ma si, invece, lo sapevano tutti e lei per prima: era impigliata in una legge naturale contro la quale non esistevano forze ed individui capaci di reagire.

Neanche lei, la regina! Si gira di spalle e singhiozza: "Povera me! Morirò senza aver goduto delle cose semplici, sante della vita. Povera me, condannata a non vivere". Un vero brutto destino quello dell'ape regina. La corona regale è peggio di una croce.

DALLA PAROLA ALLA PAROLA

attraverso le parole

di Antonello Mei

L'ANGOLO DELLA POESIA

AVVISO AI NAVIGANTI

di Marco Masolin

Da "O Dulcissima Mater", di Donato Giovanni Virzi

ZIRLO

Fremito rosa fra le stelle, grillo,
dolce poeta della notte bruna,
palpiti zirli; e il piccolo tuo cuore
saltella di fra i campi amore e gioia.

Poeta della notte, grillo in canto,
forse una voce ti risponde. Ascolta.

CATECHISMO ESSENZIALE DELLA CHIESA CATTOLICA

5×5
Domande e Risposte

di Marco Erga

Come l'intelligenza umana può misurarsi con la fede?
L'intelligenza umana può misurarsi con la fede analizzando i motivi di credibilità.

E' certa la fede?
La fede è certa perché si basa sulla parola di Dio.

Che rapporto esiste tra scienza e fede?
Anche se la fede è sopra la ragione, non vi possono essere divergenze tra fede e ragione, giacché entrambe sono doni di Dio.

In che senso la fede è "umana?".
La fede è umana nel senso che impegna la volontà dell'uomo.

La fede è necessaria alla salvezza?
La fede è necessaria alla salvezza. Senza fede, infatti, non possiamo essere considerati "figli di Dio".

LETTERE IN REDAZIONE

(a cura di P. Franco Stano)

"…L'On. E. Bonino ha dato del patetico al Papa… Eccessivo? (Gemma Rosa Ligi?)
Non esagerimao, signora! Diciamo "Eccessivino!". PFS.

"Il Sig. Odifreddi aggredisce tutto ciò che sa di religioso con una arroganza a mio giudizio esagerata. Non le pare, Direttore, che occorrerebbe essere più modesti, meno presuntuosi e più rispettosi della fede di chi crede?" (Angelo Marco)
E anche della storia e di tanto sapere quanto ne hanno prodotto i credenti dell'uno e dell'altro testamento in quattromila anni. La pretesa di risolvere tutto in un libro o, peggio, in un sorriso è cosa che pare aderisca alla nostra cultura più di quanto non aderisca il sapere. I classici dicevano così: "Nomen omen" che pare significhi che a volte nel nome è inscritto il destino! Vuoi vedere che questa oscurantissima affermazione si attaglia impeccabilmente. Ironia della sorte, proprio all'illuminato Prof. Odifreddi? Che odi davvero a freddo costui? Lo faccia e lo faccia più e prima che può. Gli anni passano, caro Marco, e cosa vuole che siano cent'anni di Odifreddi rispetto a cinquemila anni di saggezza amante? Sa come direbbe Totò? Quisquilie, pinzillacchere, bazzecole! PFS.

INIZIATIVE LOCALI

Rendiamo noti i pellegrinaggi e gli eventi pastorali che alcune Questure, col supporto dei Cappellani, hanno organizzato o organizzano in questa primavera-estate 2008:

- Udienza generale dal Santo Padre: 27/2/2008, organizzato dalla Questura di Isernia. *Referente il Cappellano don Francesco Rinaldi.*

- Pellegrinaggio in Terra Santa: 16-23/5/ 2008: organizzato dalla Questura di Napoli. *Referente il Cappellano don Fabio Manca.*

- Pellegrinaggio a Lourdes: 4-10/7/2008: organizzato dalla Pia Unione A.M.A.S.I. di Salerno con partecipazione del personale della Polizia di Stato locale.
Referente il Cappellano don Giuseppe Greco.

- Pellegrinaggio in Terra Santa: 16-23/10/2008: organizzato dai Cappellani della PS della Lombardia per il personale della Polizia di Stato e loro familiari.
Referente il Cappellano don Fabio Volpato.

Una significativa testimonianza sul pellegrinaggio organizzato dalla Questura di Napoli:

"… Questa esperienza così forte, che sicuramente non ci lascerà senza averci arricchito in sensibilità nei confronti soprattutto dei nostri fratelli, come pure opportunamente ribadiva don Fabio, nelle riunioni che tenevamo a fine di ogni tappa, è auspicabile che abbia un seguito in altri pellegrinaggi di questo genere, poiché da ciò non può venire che un arricchimento per noi e per l'ambiente che quotidianamente andiamo ad operare" (Dott. Egidio Milone).

Ugualmente significativa la testimonianza è quella di Michelangelo Latella sul pellegrinaggio a Lourdes:

"*Un momento particolarmente toccante per noi appartenenti alla Polizia di Stato si è avuto con la deposizione di un cero alla memoria dei nostri caduti. Ognuno di noi poliziotti, in servizio o in quiescenza che sia, ha sentito e continua a sentire di avere fede, fiducia e speranza e noi tutti ci affidiamo a lei che, da Madre, mai ci lascerà soli ma saprà starci vicino in ogni momento del nostro lavoro e della nostra vita quotidiana.*

La Bacheca ringrazia i Cappellani impegnati e li sollecita a moltiplicare secondo opportunità gesti che rinvigoriscano dove è necessario e alimenti sempre la fede. Nel nome del Signore il futuro è certo; viceversa se ne resterebbe mortificato e senza possibilità.

La Bacheca augura a tutti una buona estate!

Tornerà a voi puntualmente con il mese di ottobre. Non ha la certezza di avere qualche lettore. Spera tuttavia di poter contare su qualche collaboratore in più.

L A B A C H E C A

Sussidio aperto a cura dell'Ufficio del Cappellano Coordinatore Nazionale della Polizia di Stato

ANNO IV – N.10

Direttore responsabile
Padre Franco Stano

www.cappellanipolizia.it - e-mail: cappellanipolstato@chiesacattolica.it -
tel. 06/46535574 - fax 06/46535311

EDITORIALE

La Bacheca nasce come un piccolo giornale murale, donde il titolo della testata, e nasce a cura della cappelania della Polfer di Roma e del Lazio.
Grazie all'intuito e alla volontà di Mons. Saia, diventa un mensile on line che inizialmente tentenna e fa naturalmente fatica a strutturarsi, ma che alla fine raggiunge i livelli attuali: un buon e qualificato numero di collaboratori, una serie di rubriche significative, un posto sulle nostre scrivanie e sulle scrivanie di tanti dirigenti, grazie al fatto che il Ministero dell'Interno e il Compartimento della Polizia di Stato ci consente di raccogliere di anno in anno - il prossimo sarà il quarto – l'intera annata.
La Bacheca nasce come una agenzia a cura del Coordinatore Nazionale dei Cappellani, diretta da me stesso; benché si articoli oggi più che ieri in una catena di rubriche più o meno significative vuole continuare ad avere il senso delle origini: una agenzia al servizio dei Cappellani perché, quando possibile o quando ritenuto necessario, nelle varie questure e nelle scuole, alcuni di questi articoli possano essere inseriti, in tutto o in parte, ma certo a seconda degli interessi e delle circostanze, inseriti in una Bacheca murale appositamente sistemata in un luogo di passaggio. Riteniamo infatti che questa cosa sia più immediata rispetto ad Internet di cui intanto non tutti dispongono negli Uffici e che non può certo essere consultato nei momenti di lavoro, specie dagli agenti che in modo particolare il giornale vorrebbe raggiungere.
La pretesa del nostro giornale è di essere allo stesso tempo una realtà formativa ed informativa; donde la natura delle varie rubriche. Si articola in due momenti precisi: la prima parte ha un carattere più strettamente religioso e cristiano; la seconda ha un carattere più laico, benché tuttavia anche questa in un alveo che è proprio delle nostre radici e della ragione della nostra presenza in seno alla Polizia di Stato.
Per quanto riguarda la parte informativa, desidereremmo una maggiore collaborazione da parte dei Cappellani. E' nostra intenzione, a partire dal gennaio del 2009, avviare la pagina della comunicazione. Occorre che per questa ragione, i Cappellani o degli agenti incaricati, opportunamente scelti, trasmettano quelle notizie che ritengano interessanti per l'intera comunità dei Cappellani e del personale della Polizia di Stato.
Naturalmente, benché il gruppo redazionale è ampio e ben articolato, siamo aperti ad ogni tipo di collaborazione, anche di contenuto, fermo restando un riguardo particolare oltre che per i Cappellani anche per i laici.

P. Franco Stano, cmf.

LA PREGHIERA *

"Canta, dunque, come il viaggiatore; canta e cammina senza indietreggiare,
senza voltarti. Qui canta nella speranza, lassù nel possesso.
Questo è l'alleluia della strada, quello è l'alleluia della patria"
(Sant'Agostino)

**Sulla base di questo testo di Sant'Agostino, la preghiera che proponiamo tende a creare un rapporto tra le parti o le circostanze della vita e la preghiera stessa.*

PREGHIERA DEL MERCOLEDI'

Dona alla Chiesa giovinezza perenne, ti preghiamo, Signore!
Colma dei tuoi doni il nostro Papa Benedetto XVI, ti preghiamo, Signore!
Assisti i Vescovi della tua Chiesa, ti preghiamo, Signore!
Custodisci i popoli nella pace, ti preghiamo, Signore!
Sii presente in ogni casa, ti preghiamo, Signore!
Ricordati dell'Italia e del suo popolo, ti preghiamo, Signore!
Promuovi la giustizia, ti preghiamo, Signore!
Concedi un buon raccolto ai contadini, ti preghiamo, Signore!
Proteggi i viaggiatori, ti preghiamo, Signore!
Aiuta gli operai, ti preghiamo, Signore!
Conforta le vedove, ti preghiamo, Signore!
Accompagna quanti lavorano sulla strada a tutela dei cittadini,
ti preghiamo, Signore!

IL SANTO DEL MESE*

SANTA TERESA D'AVILA
(1515-1582)

Teresa nacque ad Avila, in Spagna, nella Vecchia Castiglia e all'età di 18 anni entrò nel convento carmelitano della sua città, nel quale, a quel tempo, prevaleva un certo lassismo circa la povertà e la clausura. Nel 1562 Teresa fondò il suo primo convento riformato e d'allora sino alla morte fu in continuo movimento, aprendo nuovi monasteri, appianando tante difficoltà e placando le autorità, sia ecclesiastiche sia religiose, che la avversavano. Dio le concesse straordinarie esperienze interiori che lei descrisse in trattati oggi annoverati fra i più classici della letteratura spirituale

spagnola e non solo. Nel 1970, Teresa fu nominata Dottore della Chiesa, titolo concesso a santi particolarmente distintisi per la dottrina.

PP.

**I santi non sono delle persone speciali, ma esattamente delle persone come noi, con le stesse esigenze, gli stessi mal di testa, la stessa voglia di dormire, lo stesso bisogno di mangiare, bere e svagarsi.*
Se una spina punge un santo, mentre magari egli coglie una rosa, si fa male e molte volte anche i santi hanno dovuto misurare la febbre, prendere medicine, decotti e purghe; fare qualche cataplasma.
Specie questo nei tempi antichi quando la tosse si curava col decotto dei fichi secchi e i salassi erano affidate alle sanguisughe.
Questa cosa è molto bella! Vuol dire che i santi non essendo diversi da noi non sono nemmeno lontani da noi e, anzi, ci sono molto vicini, al punto da incalzarci con la loro santità e da farci credere che la santità sia talmente a portata di mano che proprio interessa anche noi e non è proprio una cosa loro.
Farsi santi significa, in fondo, impegnare il giorno, qualunque sia il giorno, nella luce del Vangelo e nella certezza di Cristo risorto. Il resto è conseguenza, quale che sia la professione che ci qualifica e il ruolo che occupiamo. La santità è polimorfa: riguarda tutti gli uomini e tutte le donne della storia. «Si isti et istae, cur non ego?». Così si domandava Sant'Agostino. Che significa: Se tanti e tante perché non io? Appunto, se tanti e tante perché noi no?

PERSONAGGI DELL'ANTICA ALLEANZA

di Angelo Di Nicola

ESTER

Dopo tanti ed illustri personaggi maschili che hanno contrassegnato a vario titolo la storia di Israele, incontriamo ora una figura femminile, Ester, che Dio elegge per proteggere il suo popolo da un pericolo mortale.
Al tempo di Ester, siamo nel quinto secolo avanti Cristo, Israele vive deportato in Babilonia, condottovi dal re Persiano Nabucodonosor; regna ora il re Assuero (Serse I°). Ester é una semplice orfana Ebrea, allevata da suo cugino Mardocheo (assunto nel frattempo a dignitario reale), bellissima al punto da essere scelta tra tante pretendenti per diventare regina al posto di Vasti, caduta in disgrazia a motivo della sua superbia.
Ora accadde che il potente primo ministro Aman era molto irritato dal fatto che Mardocheo rifiutasse di inchinarsi di fronte a lui, come era d'uso, in quanto notoriamente gli Israeliti rendevano culto e si inchinavano solo a Dio (praticamente lo stesso reato di lesa maestà che molto più tardi Roma imputerà ai primi Cristiani, che per questo venivano mandati al martirio). Aman, pertanto, si propose di distruggere Mardocheo e con lui tutto il popolo di Israele che viveva disperso nel regno. Il primo ministro dunque riferì ad Assuero che gli Ebrei avevano leggi e tradizioni diverse da quelle di tutti gli altri popoli del regno e non si assoggettavano al sovrano, compromettendo così la maestà del re e di conseguenza la stabilità del regno, per cui non era opportuno che ciò venisse tollerato oltre. Il re, sobillato dal consiglio del malvagio Aman, adirato, promulgò un editto in cui si stabiliva che tutti

gli Israeliti, comprese donne e bambini, venissero sterminati senza pietà; un olocausto ante litteram.
Mardocheo, costernato, conscio del pericolo mortale che sovrastava Israele, informò Ester di quanto accadeva e le chiese di intercedere presso il re in favore del suo popolo. La regina, che ovviamente non poteva disporre a suo piacimento del volere del re, chiese a Mardocheo di radunare i propri fratelli e invitarli a pregare e digiunare con lei per la missione che, a rischio della sua stessa vita, si accingeva ad intraprendere. Dopo tre giorni, quando ebbe terminato di impetrare Dio e digiunare, Ester si rivestì di tutto il fasto del suo grado per presentarsi di fronte al re risplendente di bellezza. Dio, che l'aveva benedetta, le concesse di trovare grazia presso il sovrano, il quale rimase folgorato dalla sua avvenenza e le promise di esaudire ogni suo desiderio. Ester dunque invitò il sovrano ed il primo ministro Aman, che intanto aveva già fatto preparare un palo per il supplizio di Mardocheo, ad un banchetto.
Durante il banchetto Assuero, ancora ammaliato, di nuovo chiese ad Ester cosa desiderasse, promettendole persino la metà del suo regno; ma Ester con molta umiltà chiese invece che fosse risparmiata la vita a lei ed al suo popolo dacché, disse, stavano per essere sterminati. Ed al re, che era all'oscuro del fatto che Ester e Mardocheo erano Israeliti, rivelò il complotto del malvagio Aman.
Il re si accese di violenta collera ed uscì sbraitando; ma quando rientrò nella stanza del banchetto trovò Aman che incalzava Ester perché gli fosse risparmiata la vita. Al che credendo che il primo ministro volesse addirittura fare violenza alla regina, Assuero, ancor più incollerito, ordinò che Aman venisse immediatamente impiccato al palo stesso che aveva fatto preparare per Mardocheo.
Quello stesso giorno il sovrano diede in dono alla regina i beni di Aman e nominò Mardocheo primo ministro al suo posto, revocando il decreto di morte contro i Giudei ed anzi volgendolo nel suo contrario, concedendo loro addirittura di vendicarsi dei propri nemici. Gli israeliti festeggiarono lo straordinario evento con l'istituzione di una solennità, la festa annuale del "Purim".
Ester da allora fu celebrata come salvatrice del suo popolo.

LA FRASE

"Vuoi tu parere un'arca di scienza?
Critica sempre, e vedrai la brigata starti d'attorno con gran riverenza"

(Giacomo Leopardi)

PER UN VOCABOLARIO CRISTIANO

IDOLI

Gli idoli sono concetti a cui affidiamo ciecamente la nostra vita con la speranza che ci ricambino con gioia, serenità, felicità; di solito, derivano dalla nostra educazione e dalle nostre esperienze giovanili. Molti idoli possono essere definiti come condizioni facilitanti: avere un buon matrimonio facilita la vita; idem per una buona posizione economica, per un buon lavoro, per una buona famiglia ecc.
In un certo senso, la Bibbia rappresenta la storia del popolo di Dio che si stacca dagli idoli. Un giorno Jahvè chiama Abramo, che serviva altri dei; ma questa rottura, pur essendo radicale, non è fatta una volta per sempre: i suoi discendenti la dovranno sempre rifare, devono rinnovare continuamente la loro opzione e seguire l'Unico, invece di andar dietro alla vanità.
Israele non si è accontentato di cercar di rispondere con fedeltà alla chiamata di Dio, ma ha riflettuto sulla natura degli «idoli muti» che lo sollecitano e, progressivamente, esprimerà con un linguaggio esatto il nulla degli idoli. Fino all'epoca di Geremia, Israele sembra ammettere l'esistenza di altri dèi oltre Jahvè. Non si tratta di sopravvivenze equivoche di altre religioni, si tratta propriamente dei Baal cananei, che Israele incontra quando si stabilisce nella terra promessa. Contro i Baal, Gedeone ebbe l'onore imperituro di aver sostituito l'altare di Jahvè all'altare dedicato da suo padre a Baal. Se quindi Israele parla di altri dèi è soltanto per qualificare in tal modo le altre Credenze, tuttavia non dubita che Jahvè sia il suo Dio unico.
Quando i profeti lanciano le loro satire contro gli idoli di legno, di pietra o d'oro non denunciano un'espressione figurativa, ma un pervertimento: invece di adorare il suo creatore, la creatura adora la propria creazione. Quando l'esilio viene a confermare tragicamente questa visione profetica della storia, il popolo rinsavisce, senza che tuttavia spariscano idolatri e negatori di Dio; gli esiliati comprendono chiaramente che gli idoli non sanno nulla, perché sono incapaci di annunziare il futuro e neppure salvano, non esistono veramente, ma sono dei prodotti fabbricati dall'uomo.
Lo stesso itinerario è presente nel Nuovo Testamento: strappati agli idoli per rivolgersi al vero Dio, i fedeli sono continuamente tentati di ricadere nel paganesimo che impregna la vita corrente. Bisogna fuggire l'idolatria per entrare nel regno.
La Sapienza mette in chiaro le conseguenze di questa idolatria che è un frutto di morte, perché significa l'abbandono di Colui che è la vita; nello stesso tempo, offre al credente una spiegazione della genesi di questo pervertimento: si sono divinizzati i defunti o delle persone famose, oppure si sono adorate forze naturali, destinate invece a condurre l'uomo verso il loro autore.
San Paolo continua questa critica dell'idolatria, associandola al culto dei demoni: sacrificare agli idoli significa sacrificare ai demoni e, in una requisitoria terribile, denunzia il peccato universale degli uomini che, invece di riconoscere il creatore attraverso la sua creazione, hanno barattato la gloria del Dio incorruttibile con una rappresentazione delle sue creature; di qui il loro decadimento in tutti i campi.

L'idolatria non è un atteggiamento superato una volta per sempre, ma rinasce sotto forme diverse. Non appena si cessa di servire il Signore, si diventa schiavi di ogni sorta di padroni: denaro, vino, cupidigia, che è volontà di dominare il prossimo, potenza politica, piacere, invidia ed odio, peccato, persino osservanza materiale della legge. Tutto ciò porta alla morte mentre il frutto dello Spirito è vita. Dietro questi vizi, che sono idolatria, si nasconde un disconoscimento del Dio unico che, solo, merita la nostra fiducia.

Nicla Filippi

APPUNTI SULLA DOTTRINA SOCIALE CRISTIANA

di Rocco Cifarelli

L'INIZIATIVA PRIVATA

Nell'attuale periodo storico si sente parlare sempre più spesso dio produttività, di impresa, di globalizzazione dei mercati, di crisi finanziarie, ecc.
Il Magistero della Chiesa, sempre attento a cogliere i segni dei tempi e le grandi evoluzioni del presente, ha riconosciuto a ciascuno il diritto di iniziativa economica, ovvero il diritto di usare "legittimamente i propri talenti per concorrere a un'abbondanza di cui tutti possono godere, e per raccogliere dai propri sforzi i giusti frutti" (Catechismo della Chiesa Cattolica, 2429).
Il diritto di iniziativa economica, dunque, non può subire limitazioni se non nei casi in cui vi sia incompatibilità tra il perseguimento del bene comune e il tipo di attività economica avviata o le sue modalità di svolgimento (Compendio della Dottrina Sociale della Chiesa n. 336), in quanto nell'attività economica ciascuno esprime una spiccata attitudine progettuale e innovativa.
Tuttavia, l'iniziativa economica non può limitarsi al seppur legittimo perseguimento del profitto, ma ogni impresa deve anche svolgere una funzione sociale, creando opportunità d'incontro, di collaborazione, di valorizzazione delle capacità delle persone coinvolte (n. 338).
In altri termini, è necessario che il profitto si coniughi con l'esigenza di tutela delle persone che a vario titolo operano nella stessa impresa, "dal momento che, da una parte, non sarebbe realistico pensare di garantire il futuro dell'impresa senza la produzione di beni e di servizi e senza conseguire profitti che siano il frutto dell'attività economica svolta; d'altra parte, consentendo alla persona che lavora di crescere, si favorisce una maggiore produttività ed efficacia del lavoro stesso" (n. 340). Inoltre, gli attuali scenari economico-finanziari sono caratterizzati da processi di mutamento così rapidi da imporre alle imprese di assumersi responsabilità nuove e maggiori rispetto al passato. Infatti, ciascun imprenditore deve assumere la consapevolezza del fatto che "lo sviluppo o diventa comune a tutte le parti del mondo, o subisce un processo di retrocessione anche nelle zone segnate da un costante progresso" (n. 342).

In definitiva, la vita dell'uomo non può essere ridotta ad una mera dimensione materialistica, ma "alla base di ogni sviluppo completo della società umana sta la crescita del senso di Dio e della coscienza di sé" (Catechismo della Chiesa Cattolica, 2441).

ESPERIENZE E ATTUALITA'

HO UN FIDANZATO MA …

Angela è una stupenda ragazza di 25 anni che sta finendo l'ultimo anno di giurisprudenza a Bologna.
Da anni è attivamente impegnata in parrocchia dove ha vissuto un'esperienza con i ragazzini della scuola media; poi è passata alle superiori dove ha un gruppo che lei definisce terribile.
E' attivamente inserita nel Consiglio Pastorale Parrocchiale e lavora presso la Croce Rossa.
Un giorno conosce, per caso, durante la festa di compleanno dell'amica Grazia, Cristiano, un ragazzo di cui si innamora.
Il giovane, che ha la stessa età di Angela e lavora presso un ditta di compravendite con l'estero, non frequenta la Chiesa. Lei insiste nell'inserirlo in qualche gruppo. Lui, però, non ne vuole proprio sapere.
Una sera, mentre passeggiano lungo le rive del lago di Garda, Cristiano rivolgendosi ad Angela le propone, qualora decidessero di sposarsi, di poterlo fare in Comune.
Angela lo sposerebbe anche subito in Chiesa, perché è contenta del loro rapporto, ma non riesce ad accettare la richiesta di Cristiano.
Ne parla in famiglia e trova dei genitori contrari, mentre quelli di Cristiano, che si dichiarano credenti ma non praticanti, concordano con la scelta del figlio.
Angela è preoccupata e si rivolge a me chiedendomi un consiglio per risolvere la questione.
Chiedo che venga all'incontro anche Cristiano il quale, a malincuore, si presenta da me il giorno seguente in compagnia di Angela. Durante il colloquio traspare in maniera netta la differenza di vedute sulla fede, ma lo scopo è di capire cosa stia spingendo Cristiano ad un rifiuto del matrimonio in Chiesa.
"Don, i miei genitori non hanno mai frequentato, ho vissuto male la catechesi, ho avuto alcuni scontri con il mio parroco e così ho deciso di escludere dalla mia vita tutto ciò che riguardava la religione.
Però da quando sono con Angela, il suo affetto, il suo amore limpido e schietto, la sua testimonianza di una vita coerente, mi hanno fatto riflettere su cosa fosse per me questa fede."
Rimango in silenzio, poiché volevo riflettere su alcuni punti della conversazione.
Alcuni giorni dopo, ho avuto un'interessante idea.

Altre tre coppie stavano vivendo la stessa realtà di Cristiano e Angela e allora ho pensato: perché non creare un gruppo di fidanzati che sviluppino un percorso comune, partendo dalla realtà della coppia per affrontare in seguito la parte biblica?
Perché non sfruttare questa possibilità che mi era stata concessa?
Mentre sto scrivendo, siamo giunti al terzo anno di questo percorso e i due non si sono ancora sposati.
Cristiano, però, ha maturato un rapporto diverso con la Chiesa e incomincia a godere della lettura della Bibbia, nonostante tutte le sue perplessità.
Si nota comunque, dai suoi interventi, il desiderio di operare un cammino che lo porti a non rifiutare la vita cristiana.
Quante volte troviamo coppie in cui, incontrando un partner che non crede, si evita di pensare ad un cammino comune di fede?
Per queste coppie, che ora sono in maggioranza, si può ipotizzare un percorso più consono ai loro tempi di maturazione e di crescita?
Sono dubbi e domande che riguardano un valore fondamentale: quello della famiglia di oggi e di domani, in cui saremo chiamati ad annunciare Gesù che vive la nostra umanità e non smette di annunciare un Vangelo aperto a tutti.
Senza però rischiare di giocare troppo al ribasso.

Don Luigi Trapelli

OPINIONI

MEDICI AL POSTO DEI MAESTRI?

Alcuni anni fa i giornali annunciarono, con il clamore consono alla fama del personaggio, che l'attore-regista Woody Allen aveva rinnegato la psicanalisi (di cui peraltro è nei suoi film, diciamo così, l'ironico poeta) e aveva asserito perentoriamente che non è la psicanalisi a poterci salvare, ma la possibilità e la capacità di dare un senso alla vita.
Per lo più quei giornali riportarono la notizia come se il celebre cineasta avesse detto una novità assoluta, come se avvesse fatto uno scoperta del tutto originale. Mentre del "senso della vita", della "ricerca del senso", si parla da quando il mondo è mondo. Le credenze religiose tradizionali avevano e continuano ad avere fondamentalmente proprio la funzione di concorrere a far elaborare il senso della vita agli individui. E se n'è parlato e se ne parla nell'ambito della stessa psicanalisi: nell'opera di Jung, per esempio. Con quella sortita molto probabilmente il comico americano intendeva sostenere che la cura dell'anima è irriducibile a una terapia qualsiasi. Che il Male (in senso etico e religioso) non è riducibile a una qualsiasi malattia o patologia. Come invece sembra far credere il processo di medicalizzazione della psicologia da tempo in corso.

L'intervento di Woody Allen intendeva dunque metterci in guardia contro l'attuale tendenza della medicina ad allargare indiscriminatamente il suo campo d'intervento. Tanto da inglobare la stessa "cura dell'anima", intesa ormai alla stregua d'ogni altra terapia. Dopo aver ridotto il malessere esistenziale a puro disagio psico-sociale. Scrive Andrea Muccioli, responsabile della Comunità di San Patrignano: "La medicalizzazione della società, cioè l'illusione che ogni forma di sofferenza, di malessere, di disagio possa essere curata con la pillola giusta, è la tendenza più inquietante di questi ultimi anni." Woody Allen ci sollecitava insomma a sottrarci all'abbraccio moralmente o spiritualmente mortale dell'assistenzialismo terapeutico o psico-sociologico o morale, che ha concorso in modo determinante alla medicalizzazione della psicologia e alla patologizzazione della società.
Come spiega Friedrich A. von Hayek, essere contro l'assistenzialismo non significa trascurare di aiutare i bisognosi. Significa essere però contro il modo in cui esso fa fronte a situazioni (per definizione circoscritte) di bisogno. Modo quello assistenzialistico non mirato e, appunto, il più circoscritto possibile, ma pianificato mediante l'allestimento di burocratici baracconi assistenziali di dimensioni statali. Pianificazione statale e, quindi, pensata in termini così generali che, non solo grava sull'economia fino a costituire spesso un peso finanziario insostenibile, ma ha messo progressivamente in discussione la distinzione tra bisognosi e non-bisognosi (tra infermi e sani). Fino ad abolirla e considerare, almeno in pratica, tutti bisognosi (e infermi). Fino a non consentirci più di parlare di individuo "normale", anche se per normale altro non vada inteso che "autonomo" o, più pacatamente, capace di autonomia e quindi di responsabilità.
Si parte dunque dal rendere sempre più sfumato e invisibile quel discrimine e quasi senza accorgersene si finisce per estendere a tutti lo status di paziente e di bisognoso. Gli individui senza distinzione non vengono più trattati come soggetti morali (liberi e quindi dotati di senso di responsabilità), ma come puri oggetti di cura e bisognosi di tutela. Come se fossero tutti senza capacità d'intendere e di volere (autonomamente). E quindi destinati a dipendere perpetuamente da qualcuno o da qualcosa: psicodipendenti. Come incapaci di responsabilità e perciò sprovvisti di libertà. Quasi sprovvisti di anima (individuale). In modo da poter richiedere che tutti vengano messi sotto tutela.
L'assistenzialismo terapeutico o psico-sociologico determina perciò una condizione di dipendenza, di asservimento o di sottomissione morale. Perché defrauda l'individuo dell'autonomia morale e lo condanna in nome della psicologia medicalizzata, basata per lo più su ideologie collettivistiche o antindividualiste, alla dipendenza assistenzialistica, o psicodipendenza, a vita.

Da terapeuti e psicofarmaci d'ogni specie, come pure da ogni specie di esperti, specialisti, ecc., i quali (psicologi, sociologi, assistenti sociali, ecc.), si insediano nel vuoto di autonomia creato nell'interiorità dell'individuo per decidere al suo posto. E ciò dimostra che l'assistenzialismo, soprattutto quello psico-sociologico o morale qui criticato non è affatto un'espressione della democrazia matura, come molti hanno creduto, ma ne rappresenta una grave insidia, anche se ancora per molti versi sottovalutata. Ha scritto infatti lo studioso delle istituzioni politiche E. D. Wormuth:

"È dubbio che la democrazia riuscirebbe a sopravvivere in una società organizzata sul principio della terapia piuttosto che del giudizio, dell'errore piuttosto che del peccato. Se gli uomini sono liberi e uguali, devono essere piuttosto giudicati che spedalizzati."
E il sociologo Francesco Alberoni: "No, la chimica (sia nel senso di farmaco o medicina sia nel senso di droga o narcosi) non basta. Non possiamo rinunciare ad essere noi stessi, coscienti di cosa siamo, di cosa è bene e cosa è male, di avere un criterio per decidere dove andare."
La psicologia medicalizzata non permette dunque di farci attingere quella emancipazione interiore o quella autonomia morale che costituisce invece il fine di una cura dell'anima non fraintesa. Cura che nelle tradizioni formative (iniziatiche, religiose, filosofiche, ecc.) è sempre spettata ai "maestri", non ai medici. Tradizioni in cui la cura dell'anima non ha tanto a che vedere con il concetto di salute, ma di salvezza. Ed è volta perciò a fare in modo che il discepolo trovi la propria strada personale (emancipata, autonoma) verso la ricerca del senso della vita. Nella cura dell'anima la psicologia medicalizzata può al più lenire i sintomi del male, ma non sanare le cause.
Il benessere interiore è del tutto differente dal benessere che segue alla eliminazione di questo o quel sintomo doloroso. La gioia medesima, la gioia di vivere, la felicità - per parafrasare un'espressione dello scrittore Giorgio Montefoschi – è del tutto diversa dal superficiale piacere, perché non rifugge, come fa quest'ultimo, il dolore. Il dolore interiore è fecondo, è una risorsa, e non va dunque asportato come un cancro. Né giova disfarcene con la precipitazione di chi vuol lenire un mal di denti. Invece la medicalizzazione della società, per dirla ancora con Andrea Muccioli, "è parte integrande della sottocultura del *tutto e subito*, dell'idea cioè che ogni risultato che ci prefiggiamo non sia necessariamente figlio della dedizione, dell'impegno, dell'applicazione, ma possa essere ottenuto grazie a una scorciatoia: la strada più breve e meno irta che ci evita la fatica di soffrire, di fare sacrifici e di metterci in discussione". Perciò il saggio indiano Bagwan Shree Rajneesh recrimina: "Si è perso ogni traccia del rapporto più importante: quello fra discepolo e maestro. L'ha sostituito un fenomeno opposto: il rapporto patologico tra paziente e psichiatra."
La medicalizzazione della psicologia diffondendosi a macchia d'olio tende ormai a medicalizzare quasi l'intera cultura. Nel nostro tempo caratterizzato anche da un sincretismo religioso molto spesso malinteso e superficiale si isolano ed estraggono aspetti singoli da una determinata religione per usarne e abusarne come di un qualsiasi analgesico. E sempre più spesso capita di leggere slogan di questo tipo: "Facciamoci curare dal dottor Mozart!". Per non dire di una letteratura che ormai si limita a fare il verso alla psicologia e alla sociologia e sembra aver smarrito, con poche eccezioni, la vocazione o missione formativa, e in questo senso di vera cura dell'anima, seguita in passato. Come ha scritto il mio maestro di letture, lo scrittore Vittorio Saltini, le grandi opere narrative si basano su "un discorso che suscita un senso di contrastata pienezza vitale".

Giuseppe Laperchia

14 – Le bevande (I parte)

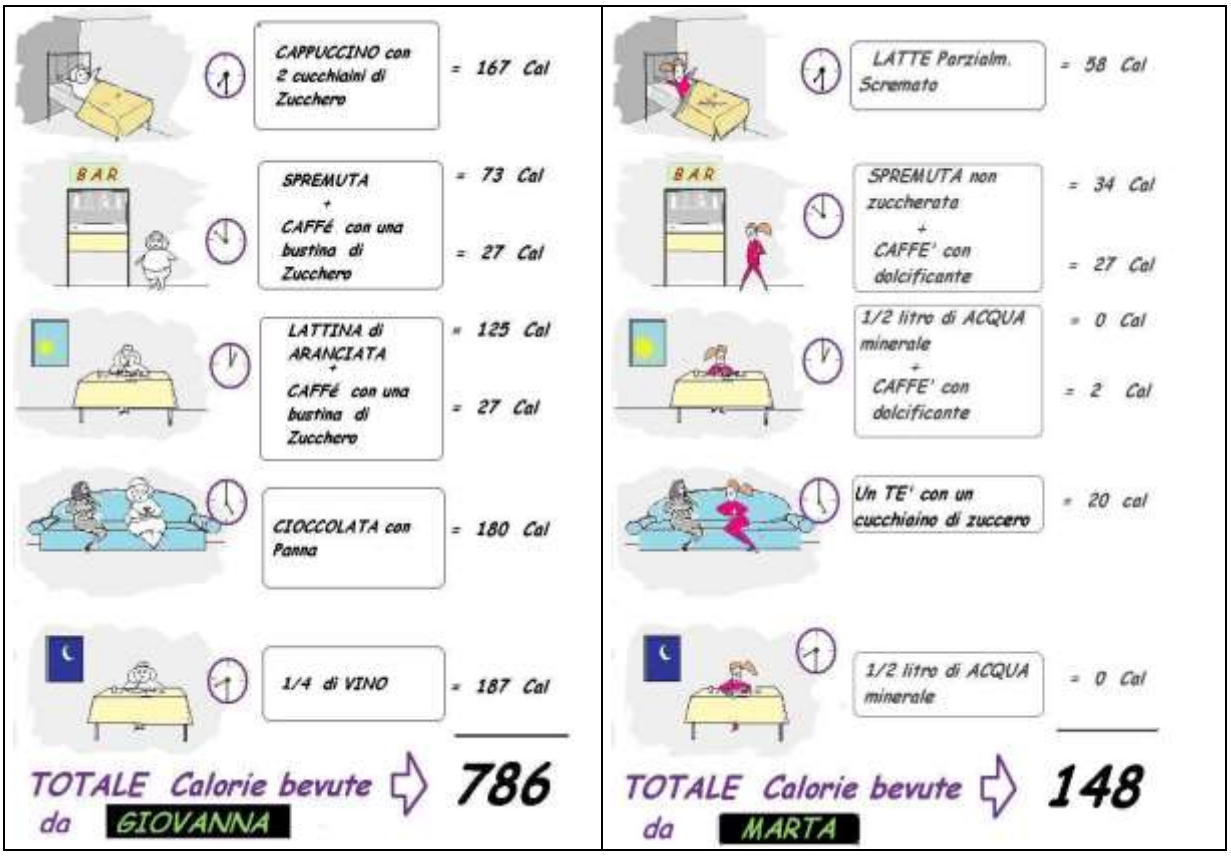
Abbiamo precedentemente illustrato l'importanza dell'acqua per la vita di ciascun organismo. Qui ricordiamo solo che l'acqua viene *persa* quotidianamente in diversi modi, attraverso: *sudorazione, respirazione, urina*; ciò per consentire l'eliminazione delle tossine e garantire la regolazione della temperatura corporea.
Queste perdite devono essere necessariamente reintegrate; basti pensare che una perdita dell'acqua corporea superiore al 10 per cento porta ad un progressivo deterioramento delle funzioni organiche fino a non essere più compatibile con la vita. In effetti il digiuno idrico, diversamente da quello alimentare, non può andare oltre le 48 ore!! Distinguiamo tre principali tipologie di bevande: l'acqua, le bibite e gli alcolici.

ACQUA

Il miglior modo per reintegrare le perdite idriche è quello di bere **acqua semplice**.
Nel nostro paese l'acqua delle reti idriche è in genere sicura; il suo gusto, alterato e a volte sgradevole a causa dei trattamenti di potabilizzazione, può essere migliorato *rinfrescandola* oppure *aggiungendo succo di limone, succo di frutta concentrato, etc.*
In tempi recenti si è assistito ad un utilizzo sempre più marcato di acque minerali.
Le acque minerali hanno certamente un gusto migliore e sono comunque garantite igienicamente. Quelle gassate però non andrebbero regolarmente usate a causa di possibili effetti irritanti sulla mucosa gastrica e soprattutto per l'effetto dilatante che esse svolgono sulle pareti dello stomaco.

BIBITE

Per parecchi millenni l'acqua è stata l'unica bevanda disponibile per la stragrande maggioranza degli individui. Solo da tempi abbastanza recenti tuttavia - e soprattutto nei paesi occidentali - il fabbisogno idrico viene soddisfatto anche attraverso altre bevande. Parliamo dei cosiddetti **SOFT DRINK**, tra i quali spiccano le bevande carbonate, quali aranciata , limonata, cola, succhi di frutta , acqua tonica, etc…
Questo tipo di consumo, purtroppo, sta sempre più soppiantando, in special modo nell'età infantile, l'assunzione di bevande migliori dal punto di vista nutrizionale (come ad esempio il latte, il cui ridotto consumo può diminuire sensibilmente l'introito di calcio proprio negli anni critici per la costruzione del patrimonio osseo, ponendo così i bambini a rischio di deficienza calcica nelle loro ossa!).
La maggior parte delle suddette bibite contengono diverse sostanze, in particolare zuccheri, che incidono sull'apporto calorico complessivo!
Per avere un'idea di quanto il bere questo genere di bibite possa incidere sull'introito calorico basti considerare quello che accade a **MARTA** e a **GIOVANNA** alla fine di una giornata tipo:



MORALE DELLA STORIA :

Giovanna dovrà camminare circa **2 ore** in più di Marta se vuole eliminare l'eccedenza calorica assunta con le bibite ed evitare così di ingrassare!!

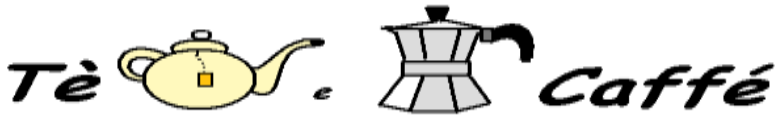
Purtroppo il consumo di *soft drink* sta assumendo un posto rilevante nelle abitudini dei **giovani** e dei **bambini**.

Esso andrebbe invece limitato per tutte queste ragioni :

- Mediamente i soft drink contengono molto zucchero (fanno eccezione i succhi di frutta senza zuccheri aggiunti che sono relativamente meno calorici, ma contengono pur sempre calorie!).

  Per esempio in una lattina di Cola c'è l'equivalente di circa 7 bustine di zucchero, corrispondenti a 175 Cal.; non è difficile capire che il consumo abituale di tale genere di bevanda può favorire l'insorgenza dell'obesità , e a tal proposito c'è da dire che studiosi americani hanno ormai chiaramente verificato che il consumo di *soft drink* in età pediatrica è direttamente proporzionale al rischio di sviluppare l'obesità.
- I *soft drink* favoriscono le carie, per l'elevato contenuto di zuccheri;
- Bere bibite al posto dell' acqua dà un sollievo momentaneo alla sete, poi si è subito portati a bere di nuovo: si innesca così un circolo vizioso che tende a introdurre calorie in eccesso;
- Queste bibite contengono molti additivi, coloranti,conservanti ed aromi, che alla lunga possono risultare tossici per l'organismo.

Quanto detto potrebbe favorire una "demonizzazione" di tali bevande, ma occorre chiarire che un loro consumo moderato non è di per sé dannoso per la salute: *solo l'abuso* può essere collegato ai problemi di salute sopra menzionati



Il Tè ed il Caffè sono definite "**bevande nervine**" a causa del loro effetto stimolante sul Sistema Nervoso;
Queste bevande infatti migliorano i nostri riflessi , la capacità di memorizzazione e di concentrazione ; nel caffè la principale sostanza eccitante è la Caffeina , nel Tè la Teina; queste bevande sono ricche anche di Polifenoli e Flavonoidi , che hanno una forte capacità antiossidante e perciò anti-invecchiamento.

Il **Caffè** ha delle peculiari azioni benefiche:
-favorisce la digestione, stimolando le secrezioni gastriche;
-aiuta chi soffre di stitichezza da intestino pigro;
-favorisce la diuresi;
-in alcuni casi aiuta contro il Mal di Testa;
Va però evitato (quanto più è possibile) in caso di Tachicardia ,Ulcera Gastrica ,Insonnia, Stato Ansioso e in Gravidanza .

Il **Tè** ha anch'esso delle peculiari azioni benefiche :
-combatte le Carie;
-ha un'azione astringente, utile nelle Diarree;
-ha un'azione broncodilatatrice, utile per gli Asmatici.
Va però evitato (quanto più è possibile) in caso carenza di ferro, poiché ne riduce l' assorbimento intestinale.

Giuseppe Polino e Roberto Pacini

DALLA PAROLA ALLA PAROLA

attraverso le parole

di Antonello Mei

IL PENSIERO E' UN BUON SERVITORE?

Se ci pensiamo bene, il pensiero è uno strumento, molto potente peraltro, che noi utilizziamo quotidianamente per conoscere il mondo esterno. Esso ci permette quando siamo piccoli di imparare a contare, poi a chiamare con il giusto nome le cose che ci circondano, a creare cose che prima non esistevano pensiamo a tutti i grandi artisti pensiamo a Leonardo e alle sue invenzioni e ai suoi capolavori. E' altrettanto verro che molte volte esso diventa per noi un tiranno! Un sovrano assoluto che si insedia e detta legge. Si insinua nei recessi della nostra mente e non vuole più andar via. Pensiamo per un momento a come esso può condizionare la nostra esistenza . Poniamo il caso di una persona che pensa di avere un naso grosso, o i piedi troppo piccoli, o le orecchie a sventola o i capelli troppo ricci o troppo lisci o troppo troppi o troppo pochi, ebbene, questa persona si sentirà in grande imbarazzo ad entrare in rapporto con gli altri e dirà: " con un naso così ,dei piedi cosà, chi mai potrebbe trovarmi attraente e vuole avere a che fare con me ?" e in questo modo pregiudicherà veramente i suoi rapporti sociali non uscendo o pensando che tutti guardino il suo naso o i suoi piedi o quant'altro. Pensiamo un po'di quale e quanta forza dinamica il pensiero è in possesso. Nemmeno un tiranno assoluto o il dittatore più dittatore può avere un potere tanto grande. Ebbene, in tutti questi casi anziché esser un buon servitore esso diventa un tiranno che detta legge e dice "non sei abbastanza….. per far questo o quello."

Pensiamo per un momento quanto esso possa essere un forgiatore di destini . Mi sono imbattuto in libro biografico in cui il protagonista ci insegna come la vita sia un opportunità da cogliere qualsiasi situazione essa ci ponga di fronte.

Un Martire- Bambino di nove anni, insieme con il padre viene travolto da un pirata della strada e perde il padre e l'uso parziale di una gamba , che soltanto lo sguardo di un Gesù-medico non gli ha amputato vedendo un bambino di nove anni che non avrebbe potuto più correre piuttosto che una serie infinita di complicanze umane e professionali (forse il buon Samaritano della parabola; chissà?). Sta di fatto, che quest'uomo anziché pensarsi un invalido con una gamba più corta di quattro centimetri ha deciso dopo un lungo calvario di correre la maratona di New York e ci è brillantemente riuscito (nel tempo di sei ore nette!) insegnandoci come la forza del pensiero e la volontà siano gli strumenti che possono far di un uomo un eroe o un pirata della strada, a seconda di come decidiamo di utilizzarlo. Chissà dove doveva andare a centosessanta all'ora quella persona alla guida della macchina, magari a comprarsi un gelato! Ma chi era alla guida, il pensiero del gelato o lui?

L'ANGOLO DELLA POESIA

AVVISO AI NAVIGANTI

di Marco Masolin

LOST CHRISTMAS

Coriandoli di putridume si spandono leggeri nell'aria
intasata di polvere e fumo acre, dai riflessi violacei,
mentre qualcuno getta nel vento fasci di auguri
come vuoti a perdere in questo giorno senza identità.
La gente corre, si affanna, cammina,
cade e si rialza alla ricerca di un Graal perduto
dietro l'angolo quella stessa mattina di dicembre,
con lo sguardo folle di una madonna rinsecchita
che osserva i contorni lasciati da un bambino
impressi dentro una mangiatoia oramai fredda.
Povero natale, sei un oggetto perduto, obsoleto, lost,
un termine abusato e vuoto, un insensato spreco di tempo e denaro
per dire, per fare, per costringere la mente ed il braccio
ad un gesto buono da dimenticare subito dopo averlo compiuto.
Domani, al cantare di un variopinto gallo meccanico,
le uova di pasqua si schiuderanno come allegri presepi
in un'orgia di gesti consunti a cantare
un nuovo inno alla gioia ed al nulla che si cela
dietro mucchi di foglie secche logorate dal tempo
senza la speranza di un nuovo giorno.

CATECHISMO ESSENZIALE DELLA CHIESA CATTOLICA

5×5

Domande e Risposte

di Marco Erga

L'uomo può perdere la fede?
Sì, l'uomo può perdere la fede. La fede si può perdere se non si dialoga con le ragioni che la giustificano e non ci si apre nell'ascolto alla parola di Dio.

Qual è l'effetto più immediato della fede?
L'effetto più immediato della fede è la gioia che viene dalla certezza di Dio.

Esiste un rapporto tra le fede e la comunità?

Sì, tra la fede e la comunità esiste un rapporto addirittura necessario.

Qual è il rapporto necessario che esiste tra la fede e la comunità?
Benché impegni la risposta personale d'ognuno, la fede non è mai un fatto isolato.

Che cosa significa che la fede non è un fatto isolato?
Significa che ogni singolo credente crede per la Chiesa e nella Chiesa.

XVI CONVEGNO NAZIONALE DEI CAPPELLANI DELLA POLIZIA DI STATO

Con la firma dell'intesa tra Ministero dell'Interno e Conferenza Episcopale Italiana (D.P.R del 17/1/1991 n. 92), viene definito l'impegno di offrire l'Assistenza spirituale al personale della Polizia di Stato, già previsto dall'art. 69 della legge di riforma della P.S. (Legge n. 21 del 1/04/1981) e dell'art. 11 dell'accordo di revisione del Concordato Lateranense tra Santa Sede e Repubblica Italiana.
Per conformarsi a questo orientamento istituzionale e per una verifica dell'impegno pastorale degli stessi Cappellani, si pensò fin dall'inizio ad un evento annuale specifico, il Convegno Nazionale, appunto, che quest'anno è arrivato alla sedicesima edizione.
Presieduto dal Cappellano Coordinatore Nazionale della Polizia di Stato. Mons. Giuseppe Saia, il Convegno si è tenuto a Nettuno, presso l'Istituto per Ispettori, ed ha avuto come obiettivo primario l'approfondimento teologico ed il confronto esperienziale sul "Progetto Pastorale" del prossimo triennio; lavoro che è stato elaborato nei gruppi di studio, dopo aver fruito dell'apporto significativo dei relatori: S.E. Mons. Marcello Semeraro, Vescovo di Albano Laziale, il Prefetto Francesco Cirillo, Direttore Generale AA.GG. della Polizia di Stato; il Dottor Giulio Callini, Dirigente dell'Ispettorato Vaticano; il Dottor Luigi Lucchetti, della Direzione Centrale di Santità; il Sostituto Comm. Daniela Scavolini, della Questura di Pesaro.
La concelebrazione iniziale del Convegno, nel santuario di Santa Maria Goretti di Nettuno, è stata presieduto da S.E. Mons. Giuseppe Betori, già Segretario Generale della CEI, Arcivescovo di Firenze, con la partecipazione delle autorità della Polizia di Stato e locali.
Sono intervenuti al Convegno il Presidente nazionale dell'A.N.P.S., Comm. Luigi Russo ed il Presidente dell'Associazione "G. Palatucci", Mons. Pietro Iotti.
Con un intervento autorevole, il Prefetto Antonio Manganelli, Capo della Polizia di Stato e Direttore Generale della Pubblica Sicurezza, ha chiuso il Convegno consegnando ai Cappellani il nuovo tesserino di riconoscimento.

La Segreteria
del Cappellano Coordinatore Nazionale

DI MESE IN MESE: OTTOBRE

Ecco ottobre, non conviene crogiolarsi a lungo ancora!
Cuore in petto, gambe in spalla e cammina, spiana, pialla!

LETTERE IN REDAZIONE

(a cura di P. Franco Stano)

"Caro Direttore, una attrice comica ha insultato il Papa. Pare che sia in corso un processo. Lei che ne pensa? Distinti saluti (Giovanni Mulas).

Spero, signor Giovanni che il processo decada e se proprio dovesse esserci, che sia un processo all'italiana, che duri cioè all'infinito. Mai sia che le nostre piazze si privassero di cotale e cotanta comicità? Del resto, lo diceva il Vangelo: unicuique suum, nel senso, qui, che ognuno fa ridere come può e se può quelli che sono già disposti a ridere. Quelli che sono già disposti a ridere ridono senza nemmeno aspettare che la battuta finisca, senza nemmeno tentare di capirla. Essi ridono con lo stessa vivace e furbo interesse col quale applaudivano Nerone ai tempi di Petrolini. Lo ricorda il Nerone di Petrolini? Mugugni e applausi. Nient'altro che questo! Come se i problemi seri si risolvessero con una battuta piazzaiola! Saluti, PFS.

"Egregio Direttore…, non le sembra che anche nella Chiesa esista oggi un eccessivo presenzialismo? Crede lei che questa sia cosa buona? La saluto cordialmente e la incoraggio a proseguire con una testata che appare sempre più interessante sia per la sua parte formativa, sia per quella informativa. Positivo il fatto che La Bacheca abbia presente in modo particolare gli agenti… A tal riguardo, non vedrei male una ripresa delle conoscenze storiche, geografiche e letterarie con l'aggiunta di notizie a carattere giuridico. Molti dei nostri ragazzi sono chiamati a concorsi interni. Agevolare la loro preparazione, con essenziali prontuari, non credo che sia proprio un fatto di poco conto. Buona lavoro, ispettore F.F.".

Sì, credo che ci sia un eccesso di presenzialismo che si potrebbe evitare con un pizzico di buon senso e una piccola dose di umiltà. Che la società oggi ruoti intorno all'immagine, è cosa talmente evidente che parlarne fa ridere. Che il presenzialismo sia presenta anche nella Chiesa, è cosa ugualmente palese. Debbo dire che qualche volta è presente anche nel nostro piccolo mondi di Cappellani della Polizia di Stato. In ogni caso, il presenzialismo eccessivo nella dimensione civile secca, in quella ecclesiale scandalizza, in quella del nostro piccolo mondo si esprime in una contro testimonianza. Occorrerebbe forse trovare dei criteri oggettivi di presenza che, superando il presenzialismo, renda significativo l'esserci. Come? Ispettore FF, perché non comincia lei stesso a suggerire il come? Grazie a lei potrebbe scatenarsi un dialogo e, come lei sa, il dialogo è la via maestra per la verità e per la coerenza che ne consegue. Ci legga. PFS.

L A B A C H E C A

Sussidio aperto a cura dell'Ufficio del Cappellano Coordinatore Nazionale della Polizia di Stato

ANNO IV – N.11

Direttore responsabile
Padre Franco Stano

www.cappellanipolizia.it - e-mail: cappellanipolstato@chiesacattolica.it -
tel. 06/46535574 - fax 06/46535311

EDITORIALE

La meridiana cui mi riferisco è in Abruzzo, in un paese in provincia dell'Aquila, dove mi trovavo per dettare un corso di esercizi spirituali ad alcuni confratelli sacerdoti. La vidi e mi impressionò subito, come se in quella scritta, che ne diceva lo spessore, avessi proiettato tanta parte di me stesso, tante convinzioni raccolte qua e là per l'Italia dai suoi cittadini. *"Sine sole silet"*, scriveva la meridiana. *"Senza sole tace"*, cioè. Evidentemente, a rappresentare la vita. Come infatti una meridiana, assente il sole, non potrebbe contare le ore, così la vita non potrebbe altro che restarsene muta di parole significative se venisse a mancare chi ne illumini la ragione.
Riflettevo, leggendo, che i nostri nonni non erano poi tanto sciocchi se ci avevano consegnato messaggi di così grande valore esistenziale. E mi appassionavo all'idea che, al di là delle cose che possiede e delle mode che si accavallano, l'uomo è essenzialmente lo stesso. Questo convincimento, che ci rende contemporanei del passato e del futuro, ci obbliga evidentemente ad essere responsabili dell'uno e dell'altro tempo della vita, così che il nostro presente, che guarda al passato, non può non guardare anche al futuro. Non siamo i soli e non siamo gli unici; nemmeno, forse, i migliori. Siamo un anello nella catena immensa e nobile delle generazioni, né è possibile immaginare un passo avanti che non sia stato preceduto da tanto lavoro e da tanta attesa; siamo, perciò, generosamente aperti a ciò che fu e a ciò che sarà, nella certezza che quanto di meglio il nostro passato ci consegna, ci sostiene nella interpretazione di un presente che, tuttavia, aspetta il giudizio e la cernita di quel futuro che passo dopo passo andiamo faticosamente costruendo.
Ci giudicherà il futuro. Il futuro giudicherà le nostre scelte e la misura della nostra libertà. E se vogliamo che il futuro giudichi il nostro presente in maniera tale da proiettarlo al sua volta in direzione di futuro ulteriore, dobbiamo non perdere mai di vista che il nostro pensiero e il nostro comportamento debbono rifarsi alla necessità di un sole che sia in grado di illuminare tutto di noi. *"Sine sole silet"* è una espressione che intanto interroga essenziale là sull'antica meridiana, in quanto ci aiuta a capire che l'espressione, applicata ad un destino umano che restasse senza sole, giustificherebbe la radice d'ogni cinismo e d'ogni scetticismo.

P. Franco Stano, cmf.

LA PREGHIERA*

"Canta, dunque, come il viaggiatore;

canta e cammina senza indietreggiare, senza voltarti.

Qui canta nella speranza, lassù nel possesso.

Questo è l'alleluia della strada, quello è l'alleluia della patria"

(Sant'Agostino)

**Sulla base di questo testo di Sant'Agostino, la preghiera che proponiamo tende a creare un rapporto tra le parti o le circostanze della vita e la preghiera stessa.*

PREGHIERA DEL GIOVEDI'

Dona vita e salute al nostro Papa Benedetto XVI, ti preghiamo…
Illumina e proteggi i nostri Vescovi, ti preghiamo…
Suscita operai per la tua messe, ti preghiamo…
Benedici i nostri parenti ed amici, ti preghiamo…
Guarisci i malati, ti preghiamo…
Visita gli agonizzanti, ti preghiamo…
Ridona la patria agli esuli, ti preghiamo…
Allontana ogni calamità e sciagura, ti preghiamo…
Donaci una stagione clemente, ti preghiamo…
Concedi l'eterno riposo ai defunti, ti preghiamo.

IL SANTO DEL MESE*

COMMEMORAZIONE DEI FEDELI DEFUNTI
(2 novembre)

La commemorazione dei fedeli defunti il giorno 2 del mese di novembre ebbe origine a partire dal secolo X nel monastero benedettino di Cluny, in Francia. Papa Benedetto XV, al tempo della prima guerra mondiale, che devastò la coscienza cristiana e umana del primo `900, concesse per quel giorno ad ogni sacerdote la facoltà di celebrare tre Sante Messe. La morte resta per l'uomo un mistero insondabile, come tale guardato con rispetto anche dai non credenti. Per i cristiani la risposta al tema della morte si trova nella profondità della loro fede. Essa si colloca nel solco della morte di Cristo: un calice amaro da bere fino in fondo, perché frutto del peccato; ma,

anche, passaggio a quell'altra dimensione - dimensione definitiva - nella quale il Padre aspetta tutti a braccia aperte.

PP.

**I santi non sono delle persone speciali, ma esattamente delle persone come noi, con le stesse esigenze, gli stessi mal di testa, la stessa voglia di dormire, lo stesso bisogno di mangiare, bere e svagarsi.*
Se una spina punge un santo, mentre magari egli coglie una rosa, si fa male e molte volte anche i santi hanno dovuto misurare la febbre, prendere medicine, decotti e purghe; fare qualche cataplasma.
Specie questo nei tempi antichi quando la tosse si curava col decotto dei fichi secchi e i salassi erano affidate alle sanguisughe.
Questa cosa è molto bella. Vuol dire che i santi non essendo diversi da noi non sono nemmeno lontani da noi e, anzi, ci sono molto vicini, al punto da incalzarci con la loro santità e da farci credere che la santità sia talmente a portata di mano che proprio interessa anche noi e non è proprio una cosa loro.
Farsi santi significa, in fondo, impegnare il giorno, qualunque sia il giorno, nella luce del Vangelo e nella certezza di Cristo risorto. Il resto è conseguenza, quale che sia la professione che ci qualifica e il ruolo che occupiamo. La santità è polimorfa: riguarda tutti gli uomini e tutte le donne della storia. «Si isti et istae, cur non ego?». Così si domandava Sant'Agostino. Che significa: Se tanti e tante, perché non io? Appunto, se tanti e tante perché noi no?

PERSONAGGI DELL'ANTICA ALLEANZA

di Angelo Di Nicola

GEREMIA

Nella seppur breve rassegna di personaggi biblici della storia della salvezza, chiamati da Dio ad operare presso il suo popolo, converrà soffermarsi su almeno uno, a titolo emblematico, dei profeti inviati ad annunciare la sua volontà, sia in forma di anticipazione di eventi futuri, sia e forse soprattutto come invito alla conversione (profezia: dal greco *pro-femì*, parlare per conto di).
L'esercizio della profezia, pur presente in qualche forma presso tutte le religioni antiche ed in particolar modo in quelle orientali, acquisisce tuttavia una valenza del tutto speciale presso il popolo Ebraico e di conseguenza nel Cristianesimo, dove Cristo stesso si incaricherà di riassumere in sé la realizzazione di tutti gli annunci degli antichi profeti.
Il profeta dunque è un uomo chiamato da Dio, spesso contro la sua stessa volontà, quasi sempre scelto tra uomini di umile origine ed il più delle volte gli toccano in sorte, a motivo del proprio ministero, tribolazioni e persino la morte. Non quindi ricchezza ed onori, ma persecuzioni.
Israele conoscerà in tutto 15 profeti: tre cosiddetti maggiori (Isaia, Geremia ed Ezechiele) e dodici cosiddetti minori, più che altro considerati tali a motivo della brevità dei loro libri.
Tra i libri profetici considerati maggiori, appare emblematico il libro di Geremia, soprattutto lì dove notevole risulta l'apporto dell'elemento biografico e di conseguenza il dramma personale dell'uomo inviato da Dio a contatto con una realtà che lo soverchia e quasi lo schiaccia.

Il profeta Geremia infatti è un uomo mite e timido, cui la fedeltà e l'obbedienza a Dio costeranno amarezze indicibili e sacrificio. Egli visse tra il settimo ed il sesto secolo avanti Cristo, nel periodo della drammatica caduta del regno di Giuda e la sanguinosa conquista di Gerusalemme da parte dei Babilonesi del re Nabucodonosor.
Preannunciò la rovina di Israele come segno della punizione divina, per aver dimenticato l'alleanza con Jawhè ed aver idolatrato ad altri dei. Per questa profezia Geremia viene dileggiato e perseguitato, considerato una specie di profeta di sventura ed addirittura un disfattista ed un traditore; poiché rimase fedele all'incarico assegnatogli da Dio e non recedette dal suo ministero, conobbe l'onta della prigionia e perfino della pubblica flagellazione. Non solo; dopo l'occupazione Babilonese venne accusato di connivenza con il nemico e portato via al seguito di un gruppo di Ebrei fuggiaschi in Egitto e probabilmente, così vuole la tradizione, ucciso dalla sua stessa gente. Tutto ciò prefigura con evidenza le vicende del Cristo stesso, del servo fedele di Dio, del Messia sofferente.
Il libro di Geremia, pertanto, è tutto pervaso dallo sconforto per l'ostinazione del suo pur amato popolo, sordo ai richiami ed incapace di accorgersi del pericolo incombente. Un atteggiamento in realtà comune a tutti gli uomini, di ogni epoca, incapaci di scorgere l'evidenza della rovina, anche sotto forma di un'esistenza personale senza senso, lontana da Dio, votata comunque alla morte ontologica ed infine a quella fisica, non redenta, uomini sordi ai richiami che provengono da chi pure ha a cuore la loro sorte.
Tuttavia pure il libro di Geremia, nei capitoli 30-34 (in particolare nel cosiddetto *Libro della Consolazione*), preannuncia, nel bel mezzo della sventura, quando tutto sembra ormai perduto, la restaurazione di un Regno che raccoglierà i discendenti di Israele, per stipulare con Dio una nuova Alleanza, figura dell'Alleanza di Cristo con la sua Chiesa, ossia con il popolo che Egli ha redento con il suo sangue.

LA FRASE

"Che cosa fanno di necessario le grandi città? Fanno il grano che mangiano? Fanno la lana del panno che vestono? Fanno il latte? Fanno l'uovo? Fanno il frutto? Fanno, sì! Fanno la scatola. Fanno l'etichetta. Fanno i prezzi. Fanno la politica. Fanno i manifesti. Fanno rumore" (Lanza del Vasto)

PER UN VOCABOLARIO CRISTIANO

LIBERTA'

La libertà indica la condizione dell'essere libero, di chi non è prigioniero e non ha restrizioni, non è confinato o impedito; in senso più ampio, è anche la facoltà dell'uomo di agire e di pensare in piena autonomia, condizione di chi può agire secondo le proprie scelte, talvolta, grazie ad un potere riconosciutogli dalla legge.

Nel vangelo della salvezza, in cui uno degli aspetti essenziali è che *"Voi certo siete stati chiamati alla libertà, o fratelli"*, c'è un annuncio di liberazione ai prigionieri e di libertà per gli oppressi, efficace per tutti: pagani di una volta, convinti di essere governati dal fato, giudei che rifiutavano di riconoscersi schiavi e anche uomini di oggi che confusamente aspirano ad una liberazione definitiva.
Ma c'è libertà e libertà; la Bibbia, che non ne dà alcuna specifica definizione, afferma implicitamente che l'uomo è dotato del potere di rispondere, con una libera scelta, alle intenzioni di Dio su di lui e, soprattutto, traccia la via dell'autentica libertà. Potrebbe sembrare che taluni testi biblici disconoscano nell'uomo l'esistenza di una reale libertà di scelta, tanto gli autori sacri insistono sulla sovranità della volontà di Dio. L'affermazione paolina della libertà dell'elezione divina e della predestinazione non autorizza a concludere per il carattere illusorio della libertà umana. Di fatto, tutta la tradizione biblica considera l'uomo capace di prendere delle libere decisioni, laddove fa costantemente appello al suo potere di scelta e nello stesso tempo sottolinea la sua responsabilità fin dal racconto del primo peccato. È nella facoltà dell'uomo scegliere tra la benedizione e la maledizione, tra la vita e la morte, convertirsi, e questo sino al termine della sua esistenza. Ciascuno può impegnarsi e perseverare nella via che porta alla vita.
Gli autori sacri non hanno fatto sparire l'apparente antinomia tra la sovranità divina e la libertà umana, ma ne hanno detto abbastanza da far capire che la grazia di Dio e la libera obbedienza dell'uomo sono entrambe necessarie per la salvezza.
Un avvenimento fondamentale sta alle origini del popolo eletto: la liberazione dalla schiavitù dell'Egitto operata da Dio che non pagò alcun riscatto agli oppressori di Israele. Dopo che le infedeltà del popolo di Dio ebbero portato alla distruzione di Gerusalemme ed all'esilio, la liberazione dei Giudei deportati a Babilonia fu una seconda redenzione, la cui buona novella costituisce il messaggio principale di Isaia: Jahvé, il santo d'Israele, è il suo liberatore, in virtù dell'alleanza contratta al tempo del primo esodo, per cui la nazione eletta rimane, nonostante le colpe, la sposa di Jahvé. Tra le due liberazioni il parallelismo è manifesto: come la prima, anche la seconda è gratuita e la misericordia di Dio è ancor più manifesta, dato che l'esilio era il castigo dei peccatori del popolo.
Altre prove dovevano ancora abbattersi sul popolo eletto, che nelle tribolazioni non cesserà d'invocare il soccorso di Dio e di ricordarsi della prima redenzione.
Gli ultimi secoli precedenti la venuta del Messia sono contraddistinti dall'attesa della liberazione definitiva e le preghiere più ufficiali del giudaismo chiedono di affrettarne il giorno. Più di un giudeo, senza dubbio, attendeva soprattutto dal Signore la liberazione dal giogo imposto dalle nazioni alla terra santa, e forse anche i pellegrini di Emmaus pensavano che questa fosse la missione di colui che doveva liberare Israele.
La liberazione d'Israele non era che la prefigurazíone della redenzione cristiana. Cristo, infatti, instaura il regime della perfetta e definitiva libertà per tutti coloro che, giudei e pagani, aderiscono a lui nella fede e nella carità.
Lungi dall'essere frutto di dottrine astratte e fuori del tempo, la liberazione del cristiano deriva da un avvenimento storico, la morte vittoriosa di Gesù, e da un

contatto personale, l'adesione a Cristo nel battesimo. La sua efficacia si manifesta in un triplice campo: riguardo al peccato, alla morte, alla legge. Il peccato è il vero despota, al cui giogo Gesù Cristo ci strappa. Associandoci al mistero della morte e della risurrezione di Cristo, il battesimo ha posto fine al nostro servaggio. La morte è anch'essa vinta, ha perduto il suo pungiglione. I cristiani non sono più schiavi del suo timore. Se la liberazione non sarà perfetta (se non con la risurrezione gloriosa, perché ci troviamo ancora nell'attesa della redenzione del nostro corpo) è pur vero che possiamo passare dalla morte alla vita nella misura in cui viviamo nella fede e nella carità. Perciò stesso non siamo più sotto la legge, ma sotto la grazia. Siccome siamo morti misticamente con Cristo, siamo ormai sottratti alla legge e non potremmo cercare nell'osservanza di una legge esterna il principio della nostra salvezza. Siamo sotto un regime nuovo, e la docilità allo Spirito effuso nei nostri cuori costituisce ora la norma della nostra condotta. È vero che S. Paolo parla anche di una legge di Cristo, però questa legge è compendiata nell'amore, e sotto la mozione dello Spirito, adempiamo ad essa spontaneamente, perché dov'è lo Spirito del Signore, è la libertà.
Il cristiano, che non può dimenticare di appartenere al Signore e di essere destinato alla risurrezione, è pieno d'una fiducia audace, d'una fierezza che ne designa proprio un atteggiamento caratteristico, un comportamento di figlio, poiché nel battesimo si riceve uno spirito di figlio adottivo e non uno spirito di schiavo e, di fronte agli uomini, un grande ardire nell'annunciare il messaggio. Il cristiano, affrancato dall'antica schiavitù e fatto servo di Dio - seguendo l'esempio di S. Paolo che facendosi servo e quasi schiavo dei suoi fratelli, non cessava di essere libero, ma imitatore di Cristo - si metterà mediante la carità al servizio degli altri, così come lo Spirito Santo lo guida.

Nicla Filippi

APPUNTI
SULLA DOTTRINA SOCIALE CRISTIANA

di Rocco Cifarelli

IL SISTEMA FINANZIARIO INTERNAZIONALE

L'odierna crisi dei mercati desta non poche preoccupazioni sia tra i cittadini, sia tra i governanti, ed induce tutti noi ad una seria riflessione sul sistema finanziario internazionale.
Indubbiamente, tale sistema ha contribuito in varie forme all'esigenza di finanziarie le attività produttive, dal momento che gli investimenti su larga scala, tipici delle moderne economie di mercato, non sarebbero stati possibili senza il fondamentale ruolo di intermediazione svolto dai mercati finanziari (*Compendio della Dottrina Sociale della Chiesa, n. 368*).

Tuttavia, assieme alla mobilità di grandi capitali, il succitato sistema ha fatto anche aumentare il rischio di crisi finanziarie, poiché le transazioni della finanza hanno superato di gran lunga quelle reali, creando il rischio di una "logica sempre più auto referenziale, senza collegamento con la base reale dell'economia" (n. 368).
Infatti, mentre da un lato è aumentato enormemente il valore dei portafogli amministrati dalle istituzioni finanziarie e sono proliferati nuovi e sofisticati strumenti finanziari, dall'altro non è stata elaborata a livello globale una normativa capace di promuovere la concorrenza tra gli intermediari e di assicurare la massima trasparenza a favore degli investitori.
L'assenza di un indirizzo economico e finanziario a livello internazionale, accompagnato dal sostanziale fallimento delle misure difensive adottate dai singoli Stati, ha creato l'attuale situazione di crisi, la quale sta provocando danni drammatici agli strati più deboli e indifesi della popolazione mondiale.
Il Magistero invita non solo i governanti ad individuare le soluzioni istituzionali più opportune alla scopo di affrontare rapidamente la crisi, ma sollecita con forza la politica a "saper estendere il proprio raggio d'azione al di là dei confini nazionali, acquisendo rapidamente quella dimensione operativa mondiale che le può consentire di indirizzare i processi in atto alla luce di parametri non solo economici ma anche morali" (n. 372).
Soltanto uno sviluppo integrale e solidale, infatti, può garantire a ciascun uomo una vita più degna, favorendone la creatività e non solo la capacità di consumo. La vita dell'uomo non può, in altri termini, essere ridotta ad una dimensione materialistica, anche se i beni materiali sono estremamente necessari sia per la sopravvivenza, sia per il miglioramento del tenore di vita; ma esiste l'urgenza di un'opera educativa e culturale che comprenda "l'educazione dei consumatori ad un uso responsabile del loro potere di scelta, la formazione di un alto senso di responsabilità nei produttori e, soprattutto, nei professionisti delle comunicazioni di massa, oltre che il necessario intervento delle pubbliche Autorità" (n. 376).
In definitiva, l'economia deve ritornare ad essere una delle dimensioni della complessa attività umana, evitando che la produzione e il consumo delle merci diventino l'unico valore della società. L'obiettivo di fondo di ogni attività economica, in sostanza, deve essere quello di assicurare la dignità dell'uomo e lo sviluppo completo della sua personalità, nell'orizzonte del bene comune (n. 372).

ESPERIENZE E ATTUALITA'

SONO STANCA DI QUEL BAMBINO …

Ora vi vorrei raccontare le attività che normalmente avvengono nella parrocchia o in altre realtà nelle quali svolgiamo il nostro ministero e nelle quali ci accorgiamo che il taglio verso l'ultimo, l'emarginato, non è sicuramente quello più adatto per noi ..
"Non ne posso più, basta me lo mandi via. Da quando c'è Giacomo io non riesco più a fare lezione! Combina di tutto, parla, sputa, a volte si alza e la cosa più strana è

che viene sempre! Don, me lo tolga dal gruppo, non posso più andare avanti così, altrimenti faccia lei il catechismo!"
Quante volte, pur cambiando parrocchia, ho sentito queste parole forti, pesanti, catechiste messe in crisi da ragazzi che non sappiamo come trattare e che vorremmo non esistessero.
Quanti "Giacomo" sono presenti nelle nostre parrocchie, nelle scuole, in molti casi sono ragazzi allo sbando, non hanno nessuno alle spalle e si aggrappano alla comunità, alla scuola, quale unico luogo per sfogare i loro istinti e diventare improvvisamente importanti.
Nel caso del mio Giacomo la volta seguente l'ho preso in disparte e ho cominciato a fargli una lezioncina di comportamento, quando ad un certo punto sbotta con una frase: *"Ma perché la colpa è sempre mia? Perché sono solo rimproverato e nessuno mi dice qualcosa di bene?"*
Queste parole mi hanno bloccato e, capendo la particolare situazione del ragazzo, l'ho rimandato nel gruppo, ma avevo capito chiaramente il suo messaggio.
Da quel momento in avanti, ho cominciato a valorizzarlo, ho chiesto alla catechista di renderlo responsabile della classe e, pur con gran fatica, ha cominciato ad essere più tranquillo e a trascinare in modo corretto gli altri.
Un pomeriggio mi chiama e mi dice: *"Sai Don, al catechismo ci vengo sempre più volentieri e, anche se faccio dannare la catechista, dille che le voglio tanto bene perché pazientare con me non è facile".*
Stavo per scoppiare in un pianto e ricordando nel vangelo il rapporto tra Gesù e i piccoli, ho iniziato a capire ancora meglio quella frase secondo la quale se non si diventa come bambini, non si può entrare nel regno dei cieli! (Matteo13)

Don Luigi Trapelli

OPINIONI

CERCASI DOCENTE SCERIFFO

Nel suo intervento al plenum dei direttori degli istituti professionali, tenutosi qualche tempo fa a Bellinzona e riguardante la "violenza giovanile a scuola" il procuratore Antonio Perugini ha proposto: "Bisogna valorizzare i docenti che hanno il coraggio d'intervenire contro questa minoranza di giovani (violenti)." Si tratta di una proposta dettata senz'altro da buone intenzioni ma quanto meno fuorviante sul piano scolastico-educativo. Fatte le dovute distinzioni mi pare che in questo modo si cerchi d'invogliare il docente ad atteggiarsi a cowboy volenteroso, pronto a catturare i banditi che le istituzioni pubbliche in un tipico paese del West non sono in grado di tenere a bada. Del resto recentemente un giornale titolava : "Il sonno dello Stato (delle istituzioni, anche scolastiche *ndr*) genera sceriffi". È l'istituzione scuola, non un singolo docente che deve svolgere un simile compito repressivo. O un docente che senta dietro di sé ben presente e operante l'istituzione.

Sennonché l'istituto-scuola è da tempo investito da un processo di de-istituzionalizzazione, che non gli consente più di svolgere tale compianto. Quasi inavvertitamente sono state man mano svalutate e rese inoperanti le funzioni gerarchiche. La direzione è stata sempre più spogliata d'ogni ruolo gerarchico e, perciò, d'ogni autorità formale o effettiva. Questa tendenza la troviamo già programmata in un documento a cura della "Rivista del Servizio di sostegno pedagogico" pubblicato diversi anni fa. Vi si poteva leggere che non era più il caso di parlare di vero e proprio direttore d'istituto con precise mansioni e responsabilità di ordine gerarchico, ma di "direttore mediatore" e di "direzione che co-gestisce".
Insomma si è imposta una volontà, spesso non immediatamente percettibile, di fare a meno d'ogni principio formale (d'ogni formalità, del rispetto della forma) nella gestione dell'istituto-scuola. Di fare a meno di ogni governo formalmente inteso. Si è pensato che si potesse gestire l'istituzione scolastica in modo informale. Abolendo la formale distinzione dei ruoli soprattutto gerarchici. Nel vuoto di ogni distinzione (formale) non poteva non prosperare la confusione (informale). E al posto della legge formale imporsi la legge (sostanziale) del Far West o della violenza del più forte, per tornare alla scontata metafora iniziale. Cos'altro del resto voleva intendere il presidente francese Sarkozy quando invocava il ripristino dell'abitudine ad alzarsi da parte degli alunni all'entrata in classe del professore, se non che l'abolizione del rispetto della forma ha involgarito l'ambiente scolastico fino ad atti sempre più frequenti di violenza?
Tutto ciò ha pregiudicato la possibilità per la scuola da una parte d'intrattenere un rapporto dignitoso con l'esterno e dall'altra di funzionare correttamente al suo interno. Quando si parla di rapporto con l'esterno ci si riferisce naturalmente in modo particolare a quello con i genitori, la pressione dei quali non trovando argini formali si è trasformata in vera e propria invadenza. Mentre il rito delle assemblee non frenato da remore di natura formale è degenerato in assemblearismo confusionario e inconcludente. In cui, come già aveva mostrato l'esperienza sessantottesca, riescono vincenti i demagoghi e decisioni determinate più dall'umore momentaneo e da una effimera mozione dei sentimenti che da discorsi razionali o soltanto ragionevoli.
Passando poi alla gestione interna, per riuscire correttamente democratica o democraticamente corretta essa deve venire animata da spirito istituzionale e basarsi sul rispetto della forma o delle regole formali. La democrazia infatti è anzitutto forma. Non dimentichiamo che le nostre liberaldemocrazie si identificano anzitutto con la Costituzione da cui ciascuna è regolata. È con l'entrata in scena dello spirito istituzionale e formale che siamo passati dalla sottomissione all'uomo alla sottomissione alla legge: dalla sottomissione di tipo personale a quella di tipo istituzionale o impersonale. Non per niente i fautori di concezioni antidemocratiche o totalitarie, come il marxismo, hanno combattuto la democrazia formale opponendole la cosiddetta democrazia sostanziale. D'altra parte la pedagogia deve tener presente i contributi non solo della psicologia, della sociologia e simili, ma anche di altri settori dell'esperienza umana. E i contributi della politica in quanto scienza umana sono fondamentali per una pedagogia che vuole educare alla democrazia.

L'informalità nei rapporti interpersonali finisce per determinare nella scuola quello stato liquido, nel quale sono difficili i controlli e possono perfino manifestarsi tentazioni verso "mistiche" improprie (secolari o laiche). Se comportamenti inaccettabili (bullismo, diffusione ormai inarginabile della droga fra gli alunni di età sempre minore, ecc.) oggi tengono in scacco la scuola, ciò è in tanta parte dovuto all'assenza di controlli. In mancanza dei quali i problemi creati da quei comportamenti si incancreniscono. È difficile del resto educare alla legalità, ma anche solo alla buona educazione, là dove è venuto meno lo spirito formale.
Solo all'interno di una scuola regolata formalmente è possibile infine per gli alunni soddisfare le esigenze comunitarie senza il rischio che venga pregiudicato lo sviluppo della loro autonomia individuale. Certo, è doveroso andare incontro al bisogno di partecipazione collettiva che nel giovane è particolarmente pressante. Bisogno di partecipazione che va soddisfatto in ambito educativo anche solo affinché egli non cerchi di soddisfarlo rinchiudendosi masochisticamente, e dunque senza poter maturare e abbandonare l'adolescenza, nel gruppo di coetanei. O, malauguratamente, in un branco che induce l'individuo ad un vero e proprio suicidio spesso non soltanto psicologico. O nei *rave*, le notti da sballo che, come il giornalista Filippo Facci descrive molto bene, "sono un sol corpo deforme e ammassato che danza e danza, sono lo stordimento dello stare insieme, l'annullamento. Ammassamento... Un sabba, un raduno primitivo che possa spogliare delle singole personalità, che i tapini danzanti non hanno la forza di avere."
Il bisogno di partecipazione collettiva va infatti soddisfatto senza che il giovane ne risulti deresponsabilizzato individualmente. Senza che venga indotto ad annegare la propria responsabilità individuale nell'irresponsabilità collettiva. Lo richiede tra l'altro, come accennavo, la natura delle nostre liberaldemocrazie in cui la partecipazione ai movimenti (collettivi) politici viene bilanciata dall'uso dello spirito critico individuale. Il quale invece nei sistemi totalitari vieme spento senza esitazione sull'altare di fantomatici totem collettivi. E magari sciolto, come dicevo, in qualche forma impropria di "mistica" sociopolitica o ideologica (della nazione, della razza, del popolo, del proletariato, ecc.).
In effetti la rinuncia alla formalità è stata promossa nella scuola soprattutto dai fautori di una mistica psicopedagogica volta ad esaltare lo spirito collettivo a spese dello sviluppo dell'autonomia individuale. Andando cioè incontro al bisogno di partecipazione collettiva del giovane senza bilanciarla mediante la stimolazione del suo spirito critico. La mistica psicopedagogica non permette perciò di trattare l'individuo come soggetto morale. E ritenenendolo perciò strutturalmente incapace di responsabilità individuale, finisce per accampare pretese di tutela assistenziale su di lui. Di qui quell'assistenzialismo morale che spinge a sostituirsi all'individuo per colmare il suo vuoto di responsabilità e decidere al suo posto in nome di entità supereindividuali perfino indefinite e indefinibili.Infatti la mistica psicopedagogica e il connesso assistenzialismo morale erano già presenti nel documento pubblicato anni fa dalla "Rivista del Servizio di sostegno pedagogico", sopra citato. Ecco alcune espressioni molto eloquenti in proposito: "La riflessione sulle pratiche e le scelte conseguenti, all'interno di una comunità di lavoro quale l'istituzione vuole essere, non

può non essere portata a livello *collettivo*." Inoltre: "Utilizzare *in comune* la diversità e complementarità reciproca." E ancora: "Riconoscersi come insegnante in *una intenzione comune e orientata*." Ma due espressioni spiccavano quali perle sopra le altre: "Dialogo *in comune* e crescita *in comune*" e poi "Riflessione *collettiva*". "Riconoscersi come insegnante in una intenzione comune e orientata." Chi la formula e la decide questa intenzione comune? Sulla base di che cosa? Chi ha il diritto di orientarla, a chi spetta cioè stabilire il traguardo o lo scopo verso cui deve essere orientata? Agli psicologi? Agli alti burocrati scolastici? Agli specialisti e agli esperti? "Dialogo in comune". Un vero e proprio ossimoro perché il primo termine, *dialogo*, è negato dal secondo, *in comune*. "Riflessione collettiva." Bisognerebbe costituire un'unica testa. Ma essendo ciò impossibile, questa espressione non è che un invito, anzi un ordine, a portare le teste (di docenti e alunni) all'ammasso. Proprio quello che le ideologie antidemocratiche hanno sempre cercato di ottenere.

Giuseppe Laperchia

NUTRIRSI BENE PER VIVERE MEGLIO
15 – Le bevande (II parte)

BEVANDE ALCOLICHE

L'alcol ha un elevato potere calorico: 1 g di alcol fornisce circa 7 calorie.
Non è indispensabile per l'organismo, ma sin dall' antichità accompagna l'alimentazione dell'uomo.
Esistono diversi tipi di bevande alcoliche; esse differiscono sia per il gusto che per la gradazione.
La **gradazione alcolica** di una bevanda indica la sua percentuale di alcol: ad esempio, in un litro di vino con gradazione 10 c'è il 10% di alcol , ossia 100 millilitri di alcol puro (che espressi in grammi corrispondono a circa 80 g di alcol).

Come vanno bevute le bevande alcoliche?

Consideriamo a titolo esemplificativo il vino, che è una delle bevande alcoliche più bevute ed apprezzate nel nostro Paese.
Il vino, oltre a mettere *allegria*, *favorisce la socializzazione*, *esalta il sapore dei cibi*, *aiuta la digestione* (è la classica bevanda della Festa e della Gioia, non a caso fu l'elemento più importante nei festeggiamenti di Cana!). Inoltre, bevuto nella giusta misura, *allunga anche la vita!* Infatti è ricco di **flavonoidi** e **polifenoli** che, come abbiamo già detto, hanno un forte potere anti-ossidante e perciò rallentano l'invecchiamento, favoriscono la circolazione e proteggono il cuore. Il tutto, però, è condizionato all'uso moderato!!

L'abuso invece può essere *molto nocivo;* in tal caso il vino può trasformarsi da buon alleato a temibile avversario!

L'abuso infatti, oltre a determinare squilibri nutritivi, provoca seri problemi tossici sia per il fegato (i1 bicchiere di vino impegna il fegato ad un faticoso lavoro per circa 2 ore!) sia per il cervello, determinando il noto effetto di *ebbrezza*, ed alla lunga una *dipendenza* con decadimento delle funzioni psichiche. L'abuso cronico di alcol può determinare la lenta distruzione del fegato con possibilità di sviluppare la **CIRROSI** (alterazione irreversibile delle cellule epatiche e proliferazione del tessuto connettivale con alterazione della normale struttura del fegato e compromissione della sua funzionalità) ed il **CANCRO**.

Il vino (e le bevande alcoliche in genere) va bevuto ai pasti, per rallentare l'assorbimento ed evitare gli effetti inebrianti che possono essere deleteri per la capacità di guida degli autoveicoli; non a caso si dice molto saggiamente che "si beve l'acqua e si degusta il vino". I cibi che rallentano l'assorbimento sono quelli ricchi di proteine e grassi, come salami e formaggi che, guarda caso, si sposano abbastanza bene col vino.

Quanto alcol assumere?

Le linee guida dell' INRAN (Istituto Nazionale di Ricerca per gli Alimenti e la Nutrizione) stabiliscono che una **Unità alcolica** corrisponde a circa **12 grammi** di alcol (o etanolo), che è la dose contenuta ad esempio in UN ***BICCHIERE DI VINO DI 125 CC*** (ml), con una gradazione alcolica di 12° (l'equivalente si trova in una ***LATTINA DI 330 CC DI BIRRA*** con grado alcolico di 5°, oppure in un ***BICCHIERE DI 80 CC DI APERITIVO*** con gradazione di 18°, oppure in ***UN BICCHIERE DI 40 CC DI SUPERALCOLICO*** con gradazione di 36°).
Si ritiene che *la dose quotidiana di alcol accettabile* sia circa **0,6 g per Kg** di peso corporeo; così un uomo adulto normale (di 70 Kg) potrebbe mediamente consumarne fino a 3 unità scarse al dì; per la donna invece il consumo è inferiore, mediamente di 2 unità al dì, ciò sia perché le donne in genere pesano meno degli uomini, sia perché a parità di peso corporeo, il loro fegato è meno efficace nello smaltire l'alcol.
Invece l*a dose soglia* da non superare ***mai*** è **1 g/Kg** di peso corporeo!

AVVISO PER GLI AUTOMOBILISTI

In Italia il tasso alcolico nel sangue, ritenuto sicuramente pericoloso in chi guida , è di **0.5 g/l**. In genere, assumendo le dosi di bevande alcoliche consigliate nelle linee guida di importanti Istituti di nutrizione, non si arriva a tale tasso, purché tali bibite vengano consumate non a stomaco vuoto e durante i regolari pasti quotidiani.

Il recente decreto del 30 luglio 2008, concernente “disposizioni urgenti modificative del codice della strada per incrementare i livelli di sicurezza nella circolazione”, riporta interessanti tabelle, sia sugli effetti dell’assunzione di alcol che sulle dosi che teoricamente determinano il superamento del limite legale di 0,5g/l. Tali tabelle devono essere obbligatoriamente esposte nei locali in cui si vendono e si consumano alcolici.

DONNE

STOMACO VUOTO								STOMACO PIENO							
BEVANDA	(% (v/v) [illegible])	Peso corporeo (Kg)						BEVANDA	(% (v/v) [illegible])	Peso corporeo (Kg)					
		45	55	60	65	75	80			45	55	60	65	75	80
		Livelli teorici di alcolemia								Livelli teorici di alcolemia					
birra analcolica	0,5	0,06	0,05	0,04	0,04	0,03	0,03	birra analcolica	0,5	0,03	0,03	0,02	0,02	0,02	0,02
birra leggera	3,5	0,39	0,32	0,29	0,27	0,24	0,22	birra leggera	3,5	0,23	0,19	0,17	0,16	0,14	0,13
birra normale	5	0,56	0,46	0,42	0,39	0,34	0,32	birra normale	5	0,32	0,26	0,24	0,22	0,19	0,18
birra speciale	8	0,90	0,73	0,67	0,62	0,54	0,50	birra speciale	8	0,52	0,42	0,39	0,36	0,31	0,29
birra doppio malto	10	1,12	0,92	0,84	0,78	0,67	0,63	birra doppio malto	10	0,65	0,53	0,48	0,45	0,39	0,36
vino	12	0,51	0,42	0,38	0,35	0,31	0,29	vino	12	0,29	0,24	0,22	0,20	0,18	0,17
vini liquorosi-aperitivi	18	0,49	0,40	0,37	0,34	0,29	0,28	vini liquorosi-aperitivi	18	0,28	0,23	0,21	0,20	0,17	0,16
digestivi	25	0,32	0,26	0,24	0,22	0,19	0,18	digestivi	25	0,20	0,16	0,15	0,14	0,12	0,11
digestivi	30	0,39	0,32	0,29	0,27	0,23	0,22	digestivi	30	0,24	0,19	0,18	0,16	0,14	0,13
superalcolici	35	0,45	0,37	0,34	0,31	0,27	0,25	superalcolici	35	0,27	0,22	0,21	0,19	0,16	0,15
superalcolici	45	0,58	0,47	0,43	0,40	0,35	0,33	superalcolici	45	0,35	0,29	0,26	0,24	0,21	0,20
superalcolici	60	0,77	0,63	0,58	0,53	0,46	0,43	superalcolici	60	0,47	0,38	0,35	0,33	0,28	0,26
champagne/spumante	11	0,37	0,31	0,28	0,26	0,22	0,21	champagne/spumante	11	0,22	0,18	0,16	0,15	0,13	0,12
ready to drink	2,8	0,12	0,10	0,09	0,08	0,07	0,07	ready to drink	2,8	0,07	0,06	0,06	0,05	0,04	0,04
ready to drink	5	0,24	0,20	0,18	0,17	0,17	0,14	ready to drink	5	0,15	0,12	0,11	0,10	0,09	0,08

** Esempi: donna, peso 45 Kg, ha assunto a stomaco vuoto 1 birra leggera ed 1 aperitivo alcolico. Alcolemia attesa: 0,39+0,49 = 0,88 grammi/litro; donna, peso 60 Kg, ha assunto a stomaco pieno 2 superalcolici (60°). Alcolemia attesa: 0,35+0,35 = 0,70.

UOMINI

STOMACO VUOTO								STOMACO PIENO							
BEVANDA	(% (v/v) [illegible])	Peso corporeo (Kg)						BEVANDA	(% (v/v) [illegible])	Peso corporeo (Kg)					
		55	65	70	75	80	90			55	65	70	75	80	90
		Livelli teorici di alcolemia								Livelli teorici di alcolemia					
birra analcolica	0,5	0,04	0,03	0,03	0,01	0,01	0,02	birra analcolica	0,5	0,02	0,02	0,02	0,01	0,01	0,01
birra leggera	3,5	0,25	0,21	0,19	0,18	0,17	0,15	birra leggera	3,5	0,14	0,12	0,11	0,10	0,10	0,09
birra normale	5	0,35	0,30	0,28	0,26	0,24	0,22	birra normale	5	0,20	0,17	0,16	0,15	0,14	0,12
birra speciale	8	0,56	0,48	0,44	0,41	0,39	0,35	birra speciale	8	0,33	0,28	0,26	0,24	0,22	0,20
birra doppio malto	10	0,71	0,6	0,55	0,52	0,49	0,43	birra doppio malto	10	0,41	0,34	0,32	0,30	0,28	0,25
vino	12	0,32	0,27	0,25	0,24	0,22	0,20	vino	12	0,18	0,16	0,15	0,14	0,13	0,11
vini liquorosi-aperitivi	18	0,31	0,26	0,24	0,23	0,21	0,19	vini liquorosi-aperitivi	18	0,18	0,15	0,14	0,13	0,12	0,11
digestivi	25	0,20	0,17	0,16	0,15	0,15	0,12	digestivi	25	0,12	0,10	0,10	0,09	0,08	0,08
digestivi	30	0,24	0,21	0,19	0,18	0,18	0,15	digestivi	30	0,15	0,13	0,12	0,11	0,10	0,09
superalcolici	35	0,28	0,24	0,22	0,21	0,19	0,17	superalcolici	35	0,17	0,15	0,14	0,13	0,12	0,11
superalcolici	45	0,36	0,31	0,29	0,27	0,25	0,22	superalcolici	45	0,22	0,19	0,17	0,16	0,15	0,14
superalcolici	60	0,48	0,41	0,38	0,36	0,33	0,30	superalcolici	60	0,30	0,25	0,23	0,22	0,20	0,18
champagne/spumante	11	0,24	0,19	0,18	0,17	0,16	0,14	champagne/spumante	11	0,14	0,11	0,11	0,10	0,09	0,08
ready to drink	2,8	0,08	0,06	0,06	0,06	0,05	0,05	ready to drink	2,8	0,05	0,04	0,04	0,03	0,03	0,03
ready to drink	5	0,15	0,13	0,12	0,11	0,10	0,09	ready to drink	5	0,09	0,08	0,07	0,07	0,06	0,06

** Esempi: uomo, peso corporeo 75 Kg, ha assunto a stomaco vuoto 2 birre speciali. Alcolemia attesa: 0,41+ 0,41 = 0,82 grammi/litro; uomo, peso corporeo 55 Kg, ha assunto a stomaco vuoto 1 birra doppio malto ed 1 superalcolico di media gradazione (45°). Alcolemia attesa: 0,71+0,36 = 1,07 grammi/litro.

Ad esempio in una donna di 60 Kg che ha assunto a stomaco pieno una birra normale e un superalcolico (35°) a fine pasto, l’alcolemia attesa si ottiene sommando i singoli valori della relativa tabella: 0,24 + 0,21 = 0,45g/l. Un uomo di 70 Kg che assume a stomaco pieno 2 bicchieri di vino e un bicchierino di superalcolico di 35° avrà un tasso alcolico teorico di 0,15 + 0,15 + 0,14 = 0,44 g/l. Se gli stessi consumi avvenissero a stomaco vuoto, per la donna si avrebbe 0,42 + 0,34 = 0,76 g/l e per l’uomo 0,25 + 0,25 + 0,22 = 0,72 g/l.

E’ bene comunque precisare che le variabili in gioco sono talmente numerose, che nella pratica è impossibile calcolare quanto alcol assumere senza superare il limite legale. Infatti, sebbene le tabelle del suddetto decreto tengano presenti i parametri più importanti (peso, sesso, quantità e gradazione alcolica), vi sono ampie variazioni fra

individuo e individuo dovute, ad esempio, all'età, alla massa corporea, alla consuetudine o meno dell'assunzione di alcol, alle condizioni di salute e psichiche, all'assunzione di farmaci o altre sostanze. Lo stesso discorso vale per il tempo necessario a far abbassare l'alcolemia prima di mettersi alla guida. Anche in questo caso l'ampia variabilità dei fattori in gioco consiglia la massima prudenza, lasciando passare più tempo possibile prima di salire in macchina.

DIETA CON… RISO

Giuseppe Polino e Roberto Pacini

DALLA PAROLA ALLA PAROLA

attraverso le parole

di Antonello Mei

RIFLETTERE

In questi giorni si sta parlando molto di educazione scolastica: un maestro, due , tre; per quali materie e quanti dovrebbero essere ? Non ci si riesce a capire molto, e meno che meno a metter d'accordo e allora, come spesso accade, tutti in piazza protestando con scioperi, manifestazioni, cortei ad esercitare il diritto alla libertà di opinione - ammesso che ne abbiano una! - Eh si, perché spesso, il tutto, diventa un gioco politico strumentalizzato al fine di protestare contro questo o quel governo ora al potere , magari partendo da legittime richieste di tutela del lavoro. Ma ai bambini che vengono utilizzati come apripista dei cortei chi li tutela? Un tempo,

mi è stato raccontato, un professore disse alla sua scolaresca, che veniva da un piccolo paesino del Sud in un'altrettanto piccola cittadina per gli studi: " Ragazzi dite ai vostri genitori di non mandarvi a scuola domani, perché ci sarà uno sciopero". Quei bambini, che nemmeno sapevano cosa voleva dire sciopero, erano stati protetti dallo stesso maestro che oggi scende in piazza portandosi dietro i piccoli alunni per dimostrare per il suo posto di lavoro , cosa peraltro legittima. Ma utilizzare delle giovani menti estremamente plastiche e suggestionabili per i propri interessi personali.... O forse un cuore generoso disposto ad impartire agli altri la loro saggezza e a proteggerli è una cosa d'altri tempi? Certamente la cronaca ci pone di fronte a situazioni ben più violente in cui gli stessi insegnanti si sarebbero resi per lo meno colpevoli di non tutelare l'infanzia! Forse che gli ideali educativi sono cambiati?
Bellissimi versi di un poeta indiano, Rabindranath Tagore, riassumono questi antichi e mai perduti ideali che presto o tardi torneranno sui banchi di scuola e forse prima ancora fra le mura delle nostre case.

"Dove la mente è impavida
e il capo eretto,
dove libero è il sapere
ed il mondo non fu ridotto in briciole
da ristrette domestiche mura; Dove le parole sgorgano
dalle profondità del vero;
dove indefessa lotta tende le braccia
verso la perfezione;
dove il chiaro fluir della ragione
non s'è perduto fra desertiche sabbie
delle morte abitudini;
dove la mente è da Te sospinta
verso sempre più vasti atti e pensieri:
in quel cielo di libertà, o mio Padre,
fa' che il mio paese si risvegli!"

DI MESE IN MESE: NOVEMBRE

Quanta nebbia, che silenzio,
che pudore: son novembre.
Di memorie, marmi e pianto,
brilla, dolce, il camposanto.

Ostan

L'ANGOLO DELLA POESIA

AVVISO AI NAVIGANTI
di Marco Masolin

IL GUARDIANO DEL TEMPO

Stanno li, come colonne pietrificate
a guardia dei giorni passati, memoria vivente
di un tempo trascorso, di un qualcosa finito
dentro quel grande vortice che sgretola vite e certezze
fino a dissolverle in mille sottilissimi accenti di vita.
Sono loro le uniche certezze che possono guardare
al passato senza la paura di vedere trascorre il tempo
perché sono loro i guardiani del tempo,
le scorte silenziose poste a guardia
del passare tumultuoso dei giorni.
In un futuro che si tinge di quel nerofumo
che la storia sparge a pieni mani
sulle opere umane, loro stanno li,
come sentinelle della memoria, a controllare
silenziosamente, che gli argini della storia
non travalichino troppo rapidamente
quel fossato che li separa
dal nulla del domani, lasciando così un barlume
di tenue speranza ad un uomo smarrito e silenzioso.
Nel freddo inarrestabile del tempo sono le uniche cose
che sembrano dare ancora un senso al nostro futuro:
colonne bianche poste sulla porta del passato,
come guardiani della memoria,
per tentare di costruire, sugli errori di un tempo,
un futuro meno tragico per l'umanità.

CATECHISMO ESSENZIALE DELLA CHIESA CATTOLICA

5×5
Domande e Risposte
di Marco Erga

Qual è il rapporto necessario che esiste tra la fede e la comunità?
Benché impegni la risposta personale d'ognuno, la fede non è mai un fatto isolato.

Che cosa significa che la fede non è un fatto isolato?
Significa che ogni singolo credente crede per la Chiesa e nella Chiesa.

Che cosa è dunque la Chiesa?
La Chiesa, in quanto genera in noi la fede, è nostra madre.

La Chiesa dunque può salvare?
No, solo Dio salva. Ma la Chiesa genera la fede per la quale Dio ci salva.

Chi è chiamato alla salvezza?
Alla salvezza sono chiamati tutti gli uomini.

LETTERE IN REDAZIONE

(a cura di P. Franco Stano)

"Egregio Direttore, personalmente sono rimasta molto amareggiata nel vedere i bambini portati in piazza per difendere ragioni che saranno indubbiamente buone e rivendicabili, ma che vanno proposte in un consesso di persone adulte e responsabili. La scuola è colta e dalla scuola ci si aspetta un comportamento di altro spessore. Sentivo i bambini gridare qualcosa - tenere voci bianche smarrite nell'urlo - e mi pareva dicessero cose più grandi di loro. Che non debba considerarsi questa la prova che la scuola ha veramente bisogno di una radicale riforma, primo passo della quale deve essere il rispetto dei fanciulli? Scusi lo sfogo, e mi creda…". (Caterina Adinolfi).

Che dirle, signora Adinolfi? Penso come lei anche io, come manifesta di esserlo in altra parte di questo numero de La Bacheca, il Dottor Mei. I bambini vanno salvaguardati dalle nostre diatribe, dalle nostre polemiche e dalle nostre battaglie. Essi sono la ragione, se mai, non lo strumento delle rivendicazioni possibili. Debbo dirle, tuttavia, che la tendenza a strumentalizzare i bambini si affaccia sempre più nelle nostre società ed è forse il segno dei tempi più negativo con cui siamo costretti a misurarci. Ricordo un mio vecchio professore, erano altri tempi! Ci disse: "Ragazzi, domani non venite a scuola, perché c'è uno sciopero e potreste trovarvi in un tumulto!". Non sapevo, allora, signora, piccolo essendo, né cosa fosse "sciopero" né cosa fosse "tumulto". Capii solo che il giorno seguente non bisognava andarci a scuola perché poteva accadere, a me e ai miei compagni, qualcosa di gravemente negativo; e questa cosa bisognava proprio farla perché ce lo diceva il professore. Certo, le cose sono cambiate e professori come Di Stefano, così egli si chiamava - insegnava Lettere - giacciono nelle tombe da lungo tempo ormai. D'altra parte, poi, la nostra civiltà consente ai nostri bambini tanto spazio da garantire loro una libera presenza nelle piazze delle manifestazioni. Tutto sembra coerente, signora! I nostri stadi sono fatti apposta per la presenza dei bambini! Così le nostre

strade e le nostre autostrade, la nostra cartellonistica pubblicitaria, i nostri cinema e i films che vi si proiettano, i nostri bar, le nostre televisioni, il nostro linguaggio, i nostri interessi, le nostre notti, i nostri palchi, la nostra filosofia: tutto ruota intorno ai bambini che apprezziamo, rispettiamo e aiutiamo a crescere. Pare a lei che da questo conato di civiltà estrema, e come vede tutto a favore dei bambini, potesse rimanerne esclusa la scuola? Le ricordo, signora, due versi di un grande poeta medievale, un frate francescano che ai miei tempi, e possiamo supporre che almeno questa cosa sia ancora così, era nato a Todi in Umbria. In una situazione per lui drammatica, ripensando a se stesso, diceva: "Che farai fra' Iacopone? Sei arrivato al paragone!". Il momento della scelta, signora Adinolfi, giunge per tutti. Quanta amarezza, però, se la scelta è a favore del peggio!". Che cosa possiamo farci? Ubriachiamoci di novità, aspettiamo che il tempo passi e intanto godiamoci lo spettacolo dei nostri bambini resi scudo. Saluti a lei e saluti al futuro di tutti… PFS.

"Caro Direttore, un giudizio essenziale per una domanda essenziale anch'essa: Come verremo fuori da questa crisi economica? (Francesca Ludovisi).

Non lo so, signora! Certo meglio di come verremo fuori dalla crisi morale, ne sia certa! PFS.

"Plaudo alla Bacheca per le rubriche, ora in particolare, "Nutrirsi bene per vivere meglio" ed "Esperienze", condotte rispettivamente da Pacini-Polino e da don Luigi Trapelli. Grazie a lei, Ditrettore, e grazie a loro. Cose essenziali, di vita e per la vita. Davvero, grazie…" (Corrado Eufemi).

Grazie a lei, signor Corradi, e grazie a loro, ai titolari delle rubriche che saluterò personalmente e incoraggerò da parte sua. Ci legga sempre e ci incoraggi con le sue critiche, positive o negative. E' il solo modo per crescere" PFS.

L A B A C H E C A

Sussidio aperto a cura dell'Ufficio del Cappellano Coordinatore Nazionale della Polizia di Stato

ANNO IV – N.12

Direttore responsabile
Padre Franco Stano

www.cappellanipolizia.it - e-mail: cappellanipolstato@chiesacattolica.it -
tel. 06/46535574 - fax 06/46535311

EDITORIALE

In Spagna un giudice di quelli illuminati ha decretato che dalle aule delle scuole di Valladolid - e poi della Spagna intera, crediamo e poi del mondo cattolico, *quod est in votis* - sia espunto il crocifisso. Si tratta di un simbolo infatti *"religiosamente non indifferente"* ed uno Stato laico non si può permettere di avere in luoghi pubblici un simbolo "religiosamente non indifferente", perché dichiarerebbe le sue preferenze e in realtà si farebbe Stato confessionale. Ineccepibile; anzi, aspettiamo che un giudice altrettanto illuminato, se non proprio lo stesso, dichiari un simbolo non "religiosamente indifferente" gli antichi tratturi che cavalcano le antiche "sierre" e obblighi ad asfaltarle tutte rimuovendo lungo il sentiero croci e crocicchi che la ruspa trovasse, giacché non v'è dubbio che anche un crocicchio, e nemmeno tanto alla lontana, simboleggi una croce. Ugualmente gli incroci cittadini e stradali: a vantaggio della rotonda, bisogna che siano rimossi e questi non solo perché simboleggiano la croce, ma anche perché sono pericolosi e, in quanto tali, oltre che la croce simboleggiano pure la "passione", in questo caso, come si sa, non quella amorosa delle moine e degli occhi di triglia cui la nostra società è tanto sensibile, ma quella "dolorosa" dell'uomo di Nazaret. Diciamo intenzionalmente e rispettosamente l'uomo di Nazaret per evitare di menzionare un nome che potrebbe urtare la suscettibilità laica del giudice spagnolo e del codazzo dei suoi lecchini internazionali. Così che la nostra proposta è chiara: sulla base di questa illuminata sentenza, urge allontanare dalle nostre città, dai monti, dai borghi e dalle campagne non solo tutte le croci e tutti i crocifissi, ma anche tutto ciò che croci e crocifissi simboleggino, così che alla fine sortisca l'uomo nuovo, laico e anche un pochino, come dire?, laido.
Di contro si lascino e si incrementino tutte le espressioni che non tanto simbolicamente, ma realisticamente contraddicono il discorso cristiano, perché come scrive un libro il cui nome non possiamo evocare per paura di urtare la suscettibilità laica del giudice spagnolo, *"unicuique suum"* (a ciascuno il suo). Ecco: a ciascuno il suo, semplicemente e generosamente. Al giudice spagnolo la gloria del futuro, alla saggezza della pubblicità, il Natale inteso come "pretesto" funzionale, al cinema l'onore magico di farci ridere sul fatto che papà e mammà abbiano "la fidanzata" di qui e "il fidanzato" di là; a noi la gioia di pensare la libertà del compimento nel nome del bambino nato a Betlemme. *"Unicuique suum"*, appunto e tranquillamente. Anche però nella capacità di cogliere il nesso di causa ed effetto tra l'imperante follia di una società nemmeno più egoistica, ma ferocemente egotica, e l'assenza del crocifisso. "La croce gentile ci ha lasciati", cantava il nobel Quasimodo di fronte ai folli sconquassi dell'ultima guerra. No, caro Salvatore: la croce non ci ha lasciati, l'abbiamo cacciata. L'abbiamo cacciata; e senza croce pare che ci stiamo allontanando dalla parte di migliore della nostra antica umanità. Ce la restituisca per decreto questa umanità antica, se ne è capace, l'esimio giudice spagnolo; ce la restituisca allestendo vetrine il meno colto "pretesto" nostrano. Noi restiamo alla finestra in attesa che cinismo, violenza, menzogna, aggressione ai bambini, arbitrio nei riguardi della vita e della morte, stupri, furti, pretesca scissione tra la parola e la vita, concorsi truccati, sessuo ed estetomania, presunzione di non si sa bene quale

superiorità, e quant'altro la società ci propina siano eliminati e ci ritorni quel pizzico di gusto per la vita cui eravamo abituati. Siano eliminati al tocco, magari, di un'ulteriore coraggiosa sentenza del giudice di Valladolid e dell'illuminata vetrina che riduce il Natale "pretesto". Perché, crocifisso o mancato crocifisso, il problema caro giudice spagnolo, è proprio questo. E la prego, continui ad impegnarsi sulla strada intrapresa. Fino al punto, mi lasci dire - simbolo per simbolo - che lei giunga ad escludere dalle scuole spagnole qualunque professore che sconcertato di fronte all'ennesimo strafalcione dell'alunno, prossimo giudice magari, allarghi semplicemente le braccia. Braccia allargate, croci ostetante! Signor giudice, sull'attenti! C'è ancora spazio per il suo posto al sole: infagotti i professori. E si ricordi: se un giorno, per una qualsiasi ragione - l'*«ahi dura terra»* dantesco è in agguato per tutti - venisse pure a lei di allagare le braccia e lo facesse in pubblico, abbia il pudore di autodenunciarsi: anche lei simboleggerebbe, i quel gesto, una religione niente affatto "indifferente".

P. Franco Stano, cmf.

LA PREGHIERA*

"Canta, dunque, come il viaggiatore;

canta e cammina senza indietreggiare, senza voltarti.

Qui canta nella speranza, lassù nel possesso.

Questo è l'alleluia della strada, quello è l'alleluia della patria" (Sant'Agostino)

**Sulla base di questo testo di Sant'Agostino, la preghiera che proponiamo tende a creare un rapporto tra le parti o le circostanze della vita e la preghiera stessa.*

PREGHIERA DEL VENERDI'

Rendi perfetta nell'amore la tua Chiesa…
Proteggi il nostro Papa Benedetto XVI…
Conforta i Vescovi che vegliano sulla fede del nostro popolo…
Provvedi ai senzatetto…
Allieta i poveri…
Illumina i ciechi…
Consola i vecchi…
Conferma le vergini consacrate…
Ispira legislatori con la tua sapienza…
Sostieni coloro che sono nella prova…
Concedi la tua luce ai nostri fratelli defunti.

IL SANTO DEL MESE*

SANTO STEFANO PROTOMARTIRE
(26 dicembre)

Primo martire cristiano, il suo martirio - egli morì per lapidazione – è ricordato negli Atti degli Apostoli, il libro sacro scritto da san Luca, che racconta i primi tempi della Chiesa e i primi movimenti degli Apostoli il primo annuncio della risurrezione di Gesù. Stefano fu diacono e morì confessando la divinità di Gesù, come li perdonando i suoi uccisori. Il nome, che pare derivi dal latino, significa "ghirlanda"; davvero, la sua vita e la sua morte furono una ghirlanda offerta al Dio della salvezza.

PP.

**I santi non sono delle persone speciali, ma esattamente delle persone come noi, con le stesse esigenze, gli stessi mal di testa, la stessa voglia di dormire, lo stesso bisogno di mangiare, bere e svagarsi.*
Se una spina punge un santo, mentre magari egli coglie una rosa, si fa male e molte volte anche i santi hanno dovuto misurare la febbre, prendere medicine, decotti e purghe; fare qualche cataplasma.
Specie questo nei tempi antichi quando la tosse si curava col decotto dei fichi secchi e i salassi erano affidate alle sanguisughe.
Questa cosa è molto bella. Vuol dire che i santi non essendo diversi da noi non sono nemmeno lontani da noi e, anzi, ci sono molto vicini, al punto da incalzarci con la loro santità e da farci credere che la santità sia talmente a portata di mano che proprio interessa anche noi e non è proprio u na cosa loro.
Farsi santi significa, in fondo, impegnare il giorno, qualunque sia il giorno, nella luce del Vangelo e nella certezza di Cristo risorto. Il resto è conseguenza, quale che sia la professione che ci qualifica e il ruolo che occupiamo. La santità è polimorfa: riguarda tutti gli uomini e tutte le donne della storia. «Si isti et istae, cur non ego?». Così si domandava Sant'Agostino; che significa: "Se tanti e tante, perché non io?" Appunto, se tanti e tante perché noi no?

PERSONAGGI DELL'ANTICA ALLEANZA

di Angelo Di Nicola

GIOVANNI BATTISTA

Come si è visto nel corso di questa breve rassegna di personaggi biblici, la storia della salvezza che Dio realizza con Israele, da intendersi non solo come il popolo Ebraico tout court, ma per estensione con l'intero popolo che Dio, attraverso suo figlio Gesù Cristo, ha redento, si è nutrita di tutta una serie di figure, più o meno importanti, che Egli ha di volta in volta scelto per rivelarsi, proteggere, rafforzare o liberare il suo popolo.
Ci si è potuti rendere conto anche di come Dio, quasi sempre, si è servito non di grandi uomini, ma il più delle volte ha eletto persone umili, sovente scartate, non inquadrabili nel novero dei "grandi" secondo l'umana concezione (così come del resto avverrà anche per Maria e Cristo stesso). Questo ultimo aspetto, per altro, ci suggerisce come tutti in fondo, seppure in modi diversi, siamo chiamati, in una storia concreta, ad un'elezione e ad una missione all'interno del nuovo popolo che Cristo ha

riunito nel suo nome, popolo che, nella Nuova Alleanza, si identifica con la sua Chiesa (Ecclesia = Assemblea = Popolo).
C'è, tuttavia, una figura che fa da cardine, da collegamento, tra l'Antica e la Nuova Alleanza, stipulata col sangue dell'Agnello Gesù Cristo, che Israele stesso attendeva, secondo le proprie profezie, prima dell'avvento del Messia e che il popolo stesso identificava con il ritorno del profeta Elia (non a caso, interrogando Gesù i suoi discepoli su chi la gente pensava che lui fosse, questi rispondevano che il popolo lo identificava con Elia, Isaia o qualcuno dei profeti redivivi, ritenendo maturo il tempo per l'avvento del Messia).
Ma il nuovo Elia, il profeta che doveva preparare la strada al Cristo, in realtà era Giovanni il Battista, colui che fin dal grembo materno ne aveva annunciato l'avvento sussultando di gioia allorché Maria, incinta di Gesù, si era recata in visita dalla cugina Elisabetta, incinta a sua volta proprio di Giovanni, ciò che la indusse a proferire, ripiena di Spirito Santo: "*A che debbo che la Madre del Signore viene presso di me? Appena ho sentito la tua voce infatti, qualcosa si è mosso dentro di me, il mio bimbo ha esultato di gioia..."*(Lc.1,43).
Elisabetta e suo marito Zaccaria, sacerdote, erano ormai anziani e senza figli quando Elisabetta era rimasta incinta di Giovanni. Zaccaria, per la verità, aveva avuto una visione in cui un angelo gli aveva annunciato la nascita del bambino, ma non aveva creduto e per questo era rimasto muto fino alla nascita del bimbo. Le sue prime parole, quando ne riacquistò la facoltà, furono per proclamare il "Benedictus", il meraviglioso cantico di ringraziamento per il Signore che si era ricordato del suo popolo e che proprio attraverso Giovanni preparava la strada a Colui che doveva portare la salvezza ed il perdono.
Ed infatti, come afferma l'evangelista Luca fornendoci precisi riferimenti storici, nel quindicesimo anno dell'imperio di Tiberio Cesare, mentre era governatore della Giudea Ponzio Pilato, dopo aver praticato anni di ascetismo nel deserto, Giovanni iniziò il suo ministero, percorrendo tutta la regione del Giordano e predicando la necessità della conversione, ma anche il perdono dei peccati. Ed anzi, poiché il popolo stesso era in trepida attesa e si chiedeva, stupito della sua autorità, se non fosse lui il Messia, Giovanni doveva precisare con umiltà che lui battezzava con acqua, ma era imminente l'avvento di Colui che avrebbe battezzato con fuoco e in spirito, cui *egli "non era degno nemmeno di sciogliere i legacci dei sandali"*(Lc.3,16).
Qui si vede chiaramente come Giovanni non considerasse affatto la sua vocazione come un privilegio per ergersi ad una qualche grandezza, ma anzi una missione, seppure importante, alla quale assolvere con zelo. In verità Gesù stesso definirà Giovanni come il più grande tra i nati di donna, pur precisando come nel regno di Dio il più piccolo sia più grande di lui, spostando evidentemente le categorie di giudizio su un piano spirituale ed escatologico.
E allo stesso Giovanni, per la verità, toccò di battezzare Gesù (che non volle sottrarsi neanche a questa delle umane vicissitudini) sul quale, mentre veniva impartito il battesimo, lo Spirito scese sotto forma di colomba e una voce dal cielo lo proclamò "figlio prediletto".

Ma Giovanni, nel suo zelo, non mancò nemmeno di stigmatizzare il comportamento di personaggi importanti e potenti, come scribi e farisei e persino di Erode Antipa, re della Giudea, il quale non si era preoccupato minimamente di prendere con sé Erodiade, moglie del suo fratellastro Filippo. E proprio per questa "mancanza di riguardo" Giovanni fu fatto imprigionare, con grande scandalo di tutto il popolo.
Erode, dunque, voleva sì uccidere Giovanni, ma non osava farlo per paura del popolo. Accadde tuttavia che, durante una festa data per il suo compleanno, la figlia di Erodiade, Salomé, danzasse per lui e al lascivo sovrano piacque tanto che le promise in cambio qualunque cosa desiderasse. Salomè, sobillata dalla madre, non trovò di meglio che chiedere in cambio la testa del Battista su un piatto e ad Erode, dato che aveva promesso pubblicamente, seppur contrariato, non rimase che far decapitare Giovanni Battista.
Il quale, pertanto, fu perseguitato come tutti i profeti e martirizzato a causa della parola di Dio.

LA FRASE

"La noce, l'asino, la campana e il pigro senza batterli non si muovono: l'una è dura, l'altro è lento, la terza tace e il quarto giace: ma subito che sentono il colpo del ferro o del legno la noce cade, l'asino si affretta, la campana suona e il pigro opera" (Asceta anonimo)

PER UN VOCABOLARIO CRISTIANO

MATRIMONIO

Nella maggior parte delle culture il matrimonio è il legame, ufficialmente riconosciuto, fra un uomo e una donna allo scopo di formare una famiglia. In alcune culture è considerato lecito contrarre matrimonio con più di una persona (poligamia): generalmente, si tratta di un uomo con più mogli; comportamento, invece, perseguito come reato nella maggior parte del mondo. Recentemente, in alcuni Stati, la facoltà di contrarre matrimonio è stata estesa anche a coppie dello stesso sesso (matrimoni omosessuali o gay). Senza avventurarsi in un tema particolarmente dibattuto in questi ultimi tempi, si cercherà invece di spiegare il matrimonio come istituzione voluta da Dio.
La Sacra Scrittura si apre con la creazione dell'uomo e della donna ad immagine e somiglianza di Dio e si chiude con la visione delle «nozze dell'Agnello». Da un capo all'altro la Scrittura parla del Matrimonio e del suo mistero, della sua istituzione e del senso che Dio gli ha dato, della sua origine e del suo fine, delle sue diverse realizzazioni lungo tutta la storia della salvezza, delle sue difficoltà derivate dal

peccato e del suo rinnovamento «nel Signore», nella Nuova Alleanza di Cristo e della Chiesa.
Nel racconto jahvista, l'intenzione divina è espressa in questi termini: «*Non è bene che l'uomo sia solo, gli farò un aiuto che sia simile a lui*»(Gen.2,18). L'uomo, superiore a tutti gli animali, non potrebbe trovare questo aiuto se non in colei che è «*carne della sua carne ed osso delle sue ossa*». Dio l'ha creata per lui; perciò, lasciando padre e madre, egli si unisce ad essa con l'amore e diventano «*una sola carne*». La sessualità trova in tal modo il suo senso, manifestando nella carne l'unità dei due esseri che Dio chiama ad aiutarsi vicendevolmente nell'amore reciproco e ad essere fecondi. La fecondità rimarrà un beneficio divino permanente ed il fine stesso della sessualità, che è cosa eccellente come tutta la creazione. In tal modo si afferma l'ideale divino dell'istituzione matrimoniale prima che il peccato abbia corrotto il genere umano.
Quando Dio inizia l'educazione del suo popolo dandogli la legge, l'istituzione matrimoniale non è più al livello di questo ideale primitivo. Perciò la legge, nella pratica, adatta parzialmente le sue esigenze alla durezza dei cuori. La fecondità è considerata come il valore primordiale a cui il resto è subordinato. Ma, assicurato questo punto, l'istituzione conserva la traccia di costumi ancestrali molto lontani dal matrimonio-prototipo di Genesi.
La Bibbia contiene vari esempi di matrimoni: genitori che sposano i loro figli senza consultarli, matrimoni che avvengono entro la parentela, o fuori della nazione, unioni imposte dalla necessità di perpetuare la stirpe, come quella della vedova senza figli con il parente più prossimo. Nonostante tutto, sotto queste apparenze di costrizione, rimane ben viva la spontaneità dell'amore. Talvolta il cuore si accorda con un'unione imposta; talvolta un uomo ed una donna si uniscono perché si sono scelti, in taluni casi contro la volontà dei genitori. Si trovano focolari uniti da un profondo amore, fedeltà che durano liberamente oltre la morte. Nonostante la dote versata alla famiglia della moglie ed il titolo di signore o di proprietario che porta il marito, la moglie non è semplicemente una mercanzia che si compera e si vende; essa si rivela capace di assumere responsabilità e può contribuire attivamente alla reputazione del marito. Ed è appunto l'amore di due persone libere, in un dialogo appassionato che sfugge alla costrizione, quello che viene presentato dal Cantico dei Cantici: il libro mutua infatti le parole e gli atteggiamenti che erano, al suo tempo, quelli dell'amore umano e in modo allegorico li adatta all'amore di Dio per il suo popolo.
Nella Bibbia, inoltre, l'ideale della fecondità e la preoccupazione di avere una famiglia potente fanno desiderare numerosissimi figli, il che porta naturalmente alla pratica della poligamia: si incontra così l'uso di avere due spose o di prendere concubine e mogli schiave; i re contraggono un gran numero di unioni per amore o per interesse politico, compaiono così grandi harem, dove il vero amore è impossibile. Ma anche l'attaccamento esclusivo non è raro, da Isacco e Giuseppe, fino a Giuditta ed ai due Tobia, passando per Ezechiele e Giobbe. I sapienziali evocano le gioie e le difficoltà di focolari monogamici e nel Cantico dei Cantici l'amore dei due sposi è evidentemente indiviso. Tutto ciò denota una reale evoluzione nei costumi All'epoca del Nuovo Testamento la monogamia sarà la regola corrente dei matrimoni

ebraici. La concezione del matrimonio nel Nuovo Testamento è dominata dal paradosso stesso della vita di Gesù: «nato da una donna», con la sua vita di Nazareth egli consacra la famiglia. Ma, nato da una madre vergine, vissuto egli stesso nella verginità, rende testimonianza ad un valore superiore al matrimonio. Riferendosi esplicitamente, al di là della legge di Mosè, al disegno creatore della Genesi, Gesù afferma il carattere assoluto del matrimonio e la sua indissolubilità. Gesù Cristo non solo ristabilisce l'ordine iniziale voluto da Dio, ma dona la grazia per vivere il Matrimonio nella nuova dignità di sacramento, che è il segno del suo amore sponsale per la Chiesa: "*Voi mariti, amate le vostre mogli, come Cristo ha amato la Chiesa*"(Ef.5,25).

Nicla Filippi

APPUNTI
SULLA DOTTRINA SOCIALE CRISTIANA

di Rocco Cifarelli

DEMOCRAZIA E PROMOZIONE UMANA

Le recenti vicende americane e l'elezione di un uomo di colore alla guida degli Stati Uniti d'America riptopongono il dibattito sul sistema della democrazia e, in particolare, sul rapporto tra valori e democrazia stessa.
Il Magistero ci ricorda che la democrazia esige che si verifichino le condizioni necessarie per la promozione sia delle singole persone mediante l'educazione e la formazione ai vari ideali, sia della "soggettività" della società mediante la creazione di strutture di partecipazione e di corresponsabilità *(Centesimus Annus, 46).*
La realizzazione di tali condizioni implica che i rappresentanti esercitino la loro autorità in modo da realizzare il bene comune e non il prestigio o l'acquisizione di vantaggi personali (Compendio della Dottrina Sociale della Chiesa, n. 410).
A tal riguardo, il Magistero non solo condanna ogni forma di corruzione e di scambio tra richieste clientelari e prestazioni dei governanti; ma ribadisce anche l'obbligo, da parte degli eletti, di rendere conto del loro operato, garantito dal rispetto delle scadenze elettorali (408).
Inoltre, alla dottrina sociale non sfuggono sia il rischio rappresentato dal relativismo etico, sia l'esigenza che ogni sistema democratico si fondi su valori condivisi. Infatti, l'assenza dei valori condivisi rischia di trasformare le idee e le convinzioni in semplici fini di potere, favorendo così la rinascita dei totalitarismi (407).
In definitiva, la Chiesa ritiene che la democrazia non sia solo il risultato di un rispetto formale delle regole, ma anche il frutto della convinta accettazione dei valori che ispirano le procedure democratiche: la dignità di ogni persona umana, il rispetto dei

diritti dell'uomo, l'assunzione del "bene comune" come fine e criterio regolativo della vita.

ESPERIENZE E ATTUALITA'

SCUOLA: ORATORIO DEL 2000

Ma anche la scuola può diventare un'occasione per essere vicini a ragazzi, anzi penso che il vero Oratorio a volte sia proprio l'occasione di trovare i ragazzi nel loro ambiente di lavoro, dove li possiamo conoscere al di là del fatto che siano credenti o meno e partecipino alla Messa.
Infatti, tranne in alcuni casi, alle scuole medie riusciamo ancora ad avere un'alta percentuale di ragazzi che frequentano la religione cattolica. Come insegnanti abbiamo delle grandi possibilità di incidere a livello sia di formazione sia di conoscenza delle famiglie dei ragazzi con difficoltà.
Ho insegnato per alcuni ani nelle scuole medie e debbo assicurare che l'esperienza, pur essendo dispendiosa a livello di energia e di consigli di classe, è stata sicuramente proficua.
E un ambiente laico in cui in ogni caso ci possiamo avvicinare a tutti con estrema facilità, non siamo chiamati a fare catechesi, ma neppure a non testimoniare il Vangelo. I colleghi ci vedono come la persona che può interessarsi del caso umano del ragazzo e quindi di ciò che poi sta a cuore all'insegnante stesso.
Con le famiglie, poi, con la cosiddetta scusa del voto, si ha la possibilità di poter parlare con quasi tute, mentre tale opportunità ci è preclusa i parrocchia. Ricordo con gran gioia gli incontri con tutti i genitori in occasione del Natale e della Pasqua, che diventava per me l'occasione per anticipare a volte le confessioni svolte in chiesa. Visto poi che avevo undici classi, in ognuna di queste occasioni dedicavo tre o quattro ore ai colloqui avendo una fila sempre più lunga.
Ed è proprio in questo ambiente che mi avviene un episodio simpatico e anche molto curioso. Il caso in questione ci fa comprendere quanto la vicinanza di una persona adulta possa incidere per dei ragazzi.
Tommaso è il classico tipo belloccio, alto, snello, è stato bocciato lo scorso anno in terza media per cui quest'anno è il super amato da parte delle ragazze di seconda e di terza media. Non frequenta la chiesa, però Tommaso aveva un buon rapporto con me.
Mi chiama: "Don, ho urgente bisogno di parlare con te". Dopo poco tempo sono a colloquio con lui. Lo vedo molto triste e comincia a raccontarmi la sua storia. "Sai, sono insieme a una ragazza di seconda e che si chiama Elena. Sua madre non vuole che prosegua questo rapporto perché, secondo lei frequento cattive compagnie e quindi ha severamente imposto alla figlia di non vedermi più. Sono in crisi, non so più che cosa fare e ho pensato a te; magari puoi andare a parlare con la madre, forse puoi riuscire a convincerla, o comunque".
Si stava quasi mettendo a piangere questo giovanotto, alto, possente, ma anche molto fragile.

Conoscevo la sua compagnia e sapevo benissimo che era un tipo valido anche se è ovvio che nel gruppo era un leader e la banda era composta da persone che ogni tanto combinavano qualche malefatta.
Lo voglio mettere alle strette per capire che tipo di persone realmente frequenta e se veramente tiene a quella ragazza.
"Senti, come ti stai comportando nei suoi confronti? Non è che ti veda solo come il belloccio a conquistare e niente più? E poi, siamo sicuri che tu sia, poi, in effetti, in una compagnia nella quale non ti lasci trascinare dagli altri?".
Ho voluto essere pesante con lui, poiché già lo conoscevo e so che non avrebbe perso la fiducia in me. Le sue parole mi hanno rassicurato, ma visto che l'esperienza mi ha fatto diffidare delle sole parole, l'invito ad aspettare alcuni giorni. Volevo, infatti, confrontarmi con altre persone e in primo luogo con la sua ragazza.
L'incontro con Elena è avvenuto in forma molto cordiale. Ho voluto che ne parlasse i famiglia, facendo capire alla mamma che, in fondo, Tommaso non stava facendo nulla di male, ma che aveva solo un carattere molto estroverso per cui quel rapporto era giusto proseguirlo. Elena i quei giorni ha trovato il coraggio di tenere un discorso di questo genere alla mamma la quale, anche se non del tutto convinta, ha accettato che i due si potessero incontrare, dettando alcuni criteri e stabilendo orari.
A volte basta creare una buona dose di coraggio perché i problemi si possano stemperare.
A distanza di tempo questi ragazzi, che dopo un anno si sono lasciati, hanno comunque ricordato questo episodio; in particolare Tommaso ogni volta che lo incontro continua a dirmi: "Grazie, don, perché non mi hai giudicato ed hai cercato invece di capirmi. Molte volte purtroppo vedo solo gente capace di puntare l'indice verso di me e verso altre persone, solo".
Ed io in cuor mio stavo a riflettere sullo stile di Gesù, che va in cerca di coloro che hanno bisogno, per dar loro una mano senza accusarli in partenza.

Don Luigi Trapelli

OPINIONI

L'ASSISTENZIALISMO EDUCATIVO

In margine al plenum dei direttori degli istituti professionali svoltosi a Bellinzona il 15 aprile scorso un giornale titolava: nella scuola "ci vuole un giro di vite". E poi: il capo del dipartimento dell'educazione Gendotti "sollecita polizia e magistrati" per far fronte alla "violenza giovanile a scuola". Inducendoci subito a ribadire una osservazione del tutto ovvia: espunta anche nelle sue dosi omeopatiche dalla porta dell'educazione, la repressione tende a rientrare dalla finestra della scuola nella foggia inequivocabilmente minacciosa della polizia e dei magistrati. La convinzione che amore e disciplina (educazione e repressione) sono assolutamente inconciliabili è retaggio sessantottino: versione educativa dell'inconciliabilità che il 68, a dir poco

erroneamente, decretò tra democrazia e autorità sul piano politico. Quasi che sia possibile una convivenza senza regole. Mentre non c'è persona sensata che ignori come senza leggi finisce ineluttabilmente per avere la meglio l'hobbesiano "homo homini lupus". Cioè, in ambito scolastico, il bullo. Ora, se le regole sono indispensabili, indispensabili devono ritenersi pure le punizioni da applicare in caso di infrazione. Abolito il ruolo di deterrenza svolto dalle punizioni diviene infatti illusoria e vana ogni nostra fiducia in qualsiasi sistema di regole. Ruolo di deterrenza riconosciuto in tutti i campi della vita sociale (basti pensare a una partita di calcio), con l'unica esclusione del campo educativo. Insomma una sensata repressione deve essere in vigore sia nella società che nella scuola. Cosa porta allora a negare questo elementare passaggio logico anche da parte di persone non sprovvedute e senza un vero e proprio debole per l'assurdo? Cercherò qui di formulare qualche risposta o ipotesi. Cominciando dalla concezione dell'educazione basata sull'intellettualismo etico. Il quale consiste nel ritenere che basta sapere qualcosa per farla. Che basta conoscere il Bene per farlo. Per cui si pecca (si fa il Male) esclusivamente per ignoranza. Questa concezione socratica ha assunto moderne sembianze nell'attuale teoria (ideologia!) dell'informazione. Secondo la quale chi non si comporta correttamente lo fa perché è disinformato. Per mancanza d'informazione. Di qui l'importanza che si è attribuito man mano, anche nella scuola, alle campagne d'informazione. Della cui reale efficacia è lecito però dubitare anche se spesso costano cifre da capogiro. Ma il ragionamento in educazione è utilizzabile non prima di una certa età. Età della ragione, appunto. E perfino in quest'età solo fino a un certo punto, dal momento che l'uomo non è solo ragione. Nella fase infantile dunque l'intellettualismo etico serve a poco. Sono più utili gli insegnamenti, diciamo così, confuciani che intendono l'educazione come esercizio quotidiano volto a far assumere un comportamento regolato. E cioè l'autocontrollo. In quell'età si educa, come si dice, non tanto con le parole o coi ragionamenti, ma coi fatti. E cioè mediante le regole. Educando al rispetto delle regole. Facendo prendere delle buone abitudini attraverso comportamenti rituali. Ora, il bullo non è che il frutto della mancanza di tale educazione. E logica vorrebbe che non lo ricupereremo se non facendogli apprendere ciò che egli non ha ancora imparato: a rispettare le regole e ad accettare le congrue punizioni. Cioè mediante una qualche forma di repressione. Sennonché il rifiuto della repressione, soprattutto in ambito educativo, è tale d'averla resa tabù. Tabù in omaggio al quale, per esempio, "il magistrato dei minorenni Reto Medici scettico sull'auspicio di Gendotti" ha sostenuto che "il giro di vite nelle punizioni" da questi auspicato è una "soluzione illusoria". Ma così facendo restiamo prigionieri dell'inossidabile pregiudizio che induce il cattivo buonismo a promuovere una tolleranza, questa sì, illusoriamente e nocivamente repressiva. Pregiudizio smentito invece da tante esperienze: basterebbe guardarsi attorno. Basterebbe leggere, per esempio, quelle riportate da Bernhard Bueb nel suo libro di successo "Elogio della disciplina". La rimozione d'ogni forma di repressione e l'abolizione di ogni punizione sono in radicale contrasto con l'esigenza che l'individuo vada trattato fin da piccolo come soggetto di responsabilità e dunque come soggetto morale. Sono cioè dettate dalle tendenze antindividualiste che continuano ad avere la meglio in psicologia e in

sociologia, secondo le quali la responsabilità non è mai individuale. È sempre colpa di qualcun altro e di qualcos'altro. Bueb critica perciò la "nefasta psicologizzazione della pedagogia". E cioè il fatto che la psicologia da "scienza sussidiaria per la pratica pedagogica" è man mano passata a soppiantare del tutto la pedagogia. "Il momento d'oro arrivò quando gli educatori ruppero l'equilibrio tra disciplina e amore a favore di quest'ultimo". Occorrerebbe perciò ritornare, egli conclude, "a una pedagogia che rinforzi il senso morale del bambino e che non spieghi le sue debolezze per giustificarle. È necessario che bambini e giovani siano presi in considerazione più seriamente come soggetti morali, evitando di giustificare il loro comportamento con spiegazioni psicologiche affrettate". E nemmeno, come fa Reto Medici, con spiegazioni sociologiche tirando in ballo fiaccamente la responsabilità (meglio: l'irresponsabilità) dei genitori e delle famiglie. E concludendo che è "necessario un doppio intervento sociale". D'interventi sociali, come di psicologici, sono già stati messi in atto a iosa, e non sembra con risultati confortevoli. Anzi: se l'atmosfera delle nostre scuole è peggiorata fino al punto da far sollevare l'allarme al quale ha dato voce il capo del dipartimento dell'Educazione. È sempre più diffusa nell'opinione pubblica la convinzione che si tratta di spiegazioni che alla fine spiegano ben poco. E di interventi che si risolvono in buchi nell'acqua. Rappresentano piuttosto le ormai stanche manifestazioni di quella concezione assistenzialistica dell'educazione, la quale ha finito per concorrere ad alimentare proprio la causa del male di cui pretende essere la cura. L'assistenzialismo psico-sociologico non è che una masochistica illusione. Fatto apposta per impedire che il bullo, o chicchesia, possa mai acquisire il minimo senso di responsabilità. Come se non debba mai essere ritenuto responsabile o soggetto morale: per cui non dobbiamo poi meravigliarci se dei giovani continuano imperterriti a comportarsi da irresponsabili. E non vuol essere affatto una boutade affermare che l'assistenzialismo psico-sociologico si fonda sulla tolleranza repressiva: non permette infatti all'individuo di acquisire la necessaria autonomia (morale e critica). Non permette che venga educato alla libertà, la quale esige disciplina o, meglio, autodisciplina. Né alla democrazia che consiste nel governo della legge. Censura insomma la sacrosanta verità secondo cui, per dirla ancora con Bueb, "i giovani hanno *diritto* alla disciplina".

Giuseppe Laperchia

16 – Vuoi dimagrire? Occhio all'orologio!

Per nutrirsi bene e vivere meglio oltre a controllare **COSA** si mangia e **QUANTO** si mangia , è necessario sapere anche **QUANDO** è opportuno sedersi a tavola.
E' possibile assecondare con la dieta le esigenze caloriche del nostro organismo , le quali variano in più o in meno a seconda delle fasi della giornata; il nostro organismo, infatti, è come regolato da un orologio interno che segna, di ora in ora, il ritmo delle varie attività degli organi e delle cellule ; questi hanno momenti di massima attività e momenti di stasi ,e ciò , ovviamente, determina una maggiore o minore spesa energetica.
Occorre individuare bene tali fasi ed intervenire in modo da far si' che nei momenti di massima attività si abbia già la disponibilità di energia pronta ,quella ottenuta appunto dai cibi appena introdotti. Se per esempio mangiamo abbondantemente nelle prime ore della giornata , quasi tutto il cibo introitato, che man mano viene digerito e assorbito , verrà bruciato direttamente e non si accumulerà, viceversa verrà trasformato ed accumulato come grasso corporeo .
Al mattino quando ci si sveglia l'organismo inizia ad attivare i propri organi che gradualmente raggiungono un regime massimale che si mantiene per tutta la mattinata fino al primo pomeriggio. C'è da considerare poi che per effetto di questo orologio biologico, verso le 14.00 interviene un meccanismo brucia-calorie : in quest'ora la produzione di **insulina** (l'ormone che stimola il metabolismo degli zuccheri) è al massimo; le funzioni digestive lavorano a pieno ritmo, così come la produzione di succhi gastrici e biliari che trasformano i grassi rendendoli assorbibili.
Sarebbe un peccato, quindi, non sfruttare l'occasione per introdurre in questa fase una quota considerevole di tutte le calorie a noi necessarie.

Ecco cosa consigliano i dietologi :

Al MATTINO un'abbondante colazione .

A PRANZO un pasto sostanzioso, (con un apporto calorico che si aggiri intorno a 2/3 di quello totale giornaliero).

Poi verso le 16.00 c'è di solito un lieve abbassamento della glicemia. Si può allora fare un piccolo break con uno spuntino a base, per esempio, di frutta o di crackers, che serve ad attenuare il senso di fame fino all'ora di cena. Importante! nel POMERIGGIO, bisognerebbe fare del movimento, con lunghe passeggiate, magari a passo sostenuto, oppure frequentare una palestra o fare dello sport. In queste ore, infatti, l'organismo ha maggiore capacità di reazione ed ha più possibilità di "bruciare": muscoli, polmoni, coordinazione motoria e riflessi rispondono al meglio nel pomeriggio dopo la pausa pranzo , appena dopo la digestione .

La SERA, verso le 19.00 - 20.00, le attività fisiologiche vanno progressivamente diminuendo. Si ha minore secrezione di succhi gastrici e biliari. Gli eventuali cibi ingeriti oltre a essere digeriti con maggiore difficoltà tendono ad essere trasformati in tessuto adiposo, essendo basso il consumo delle calorie da essi ottenute . Però non per questo dobbiamo saltare la cena. Dobbiamo solamente evitare di abbuffarci, limitandoci a pietanze povere di calorie e di grassi in genere. C'è da considerare inoltre che stando a letto in posizione supina , una digestione prolungata e difficile potrebbe favorire il reflusso Gastro-Esofageo , con conseguenze fastidiose sia all'esofago che alla respirazione ; un'altra ragione per tenersi "leggeri" la sera.

Queste regole, valide per chiunque, assumono importanza decisiva per coloro che svolgono un'**attività lavorativa sedentaria**, per esempio dietro una scrivania; situazione pericolosa per la linea, non solo per la mancanza di esercizio fisico, ma anche perché lo stress e i ritmi dell'ufficio spingono inesorabilmente al consumo di snack e cibi ipercalorici, cioè ad uno stile di vita alimentare scorretto. Infatti sono numerosissimi gli impiegati che iniziano la loro giornata con un caffè veloce a casa,

seguito da un secondo caffè con i colleghi appena giunti in ufficio e da un terzo caffè a metà mattina, spesso accompagnato da una brioche. Il pranzo, consumato abitualmente in mensa o al self-service, è generalmente veloce e spesso ipercalorico perché non avendo assunto a colazione il necessario calorico per affrontare la mattina, si arriva a pranzo molto affamati e si tenderà a mangiare (magari anche voracemente !) più carboidrati ,che sono i più veloci fornitori di energia . Ciò alla fine comporta una **digestione laboriosa**, che rende più pesanti e meno produttive le restanti ore lavorative, e favorisce l'insorgenza di Gastrite o di altri disturbi gastrointestinali. Il pranzo medio di un impiegato che utilizza la mensa è costituito da un piatto di pasta più o meno elaborato (dalla pasta al pomodoro fino alle lasagne), un secondo, del pane, un contorno, della frutta e spesso addirittura un dolce, seguito dall'ennesimo caffé. Se poi al posto della mensa si preferisce il bar, il pranzo è costituito da panini imbottiti, pizze e piadine accompagnate da bevande gassate; il tutto producendo un *pericoloso cocktail di grassi*. Chi lavora in ufficio va quindi incontro inevitabilmente ad un pasto **caloricamente eccessivo e qualitativamente scorretto**, soprattutto se accompagnato dall'assenza di movimento , tipica di chi lavora alla scrivania. Anche l'abuso di caffè per sconfiggere l'inevitabile sonnolenza dovuta a una digestione lenta e laboriosa, non fa certamente bene. Tutti questi elementi, a lungo andare, possono portare ad un aumento di peso e ad un accumulo di grasso superfluo, oltre che alla crescita costante dei livelli di colesterolemia e di ipertensione e all'insorgenza di stipsi cronica per lo scarso consumo di fibre. Per non incorrere negli inconvenienti descritti bastano queste poche regole : inizieremo la giornata lavorativa con un'abbondante colazione: latte, succo d'arancia o yogurt, cereali ed eventualmente un caffè; seguirà uno spuntino a metà mattina con un frutto o dei crackers; un pranzo con un primo non troppo elaborato, un contorno e della frutta; un altro spuntino nel pomeriggio ed una cena leggera, con un secondo, verdure e frutta , rispettando ovviamente la quantità di calorie necessaria con le proporzioni suddette .

Giuseppe Polino e Roberto Pacini

DALLA PAROLA ALLA PAROLA

attraverso le parole

di Antonello Mei

IL RICORDO

Novembre, mese del ricordo e mese in cui cade la commemorazione dei morti, persone che ci hanno amato e di cui proviamo una profonda, intensa, lacerante nostalgia. Andiamo a trovarli nel luogo dove sono deposti i loro resti mortali, veniamo travolti da emozioni di tristezza e nostalgia al pensiero di quell'attimo di eterno che ci hanno donato: L'Amore!

Dono, infatti, è uno dei significati di 'ricordo'. Testimoniare questo amore ponendoci come soggetti attivi di questo *"re-cordari"*, dal latino rimettere nel cuore, donandolo a nostra volta come loro hanno fatto con noi, è il modo più autentico per calcare le loro orme. Mettersi di fronte ad una fotografia a volte non basta, andare a portare dei fiori sui sepolcri può essere utile e va bene, ma se veramente vogliamo ricordare dobbiamo evocare quelle qualità che li hanno contraddistinti nelle loro vesti mortali per renderli immortali e rimanere legati a loro per l'eternità. Dante nel Paradiso descrive l'amore come: L'Amor che move il sole e l'altre stelle" e noi con il ricordo possiamo dargli le coordinate che preferiamo. In psicoterapia si cerca di riportare alla mente dei ricordi per renderli meno dolorosi e più accettabili. Nei manuali di psicopatologia leggiamo di quelle donne che, dopo la perdita di un amato congiunto, continuano a parlargli come fosse presente, ad apparecchiare la tavola come se dovesse unirsi al pranzo o alla cena, o a mantenere la disposizione della sua stanza come se dovesse rientrare da un momento all'altro.. Tutto questo testimonia quanto amore abbiano per i loro cari scomparsi; senz'altro in maniera eccessiva e morbosa e questo ci fa capire come il ricordo possa influenzare in maniera abnorme la vita di tutti noi. Freud ne ha fatto il caposaldo della tecnica psicoanalitica da lui elaborata, tanto che nel suo saggio "Ricordare, ripetere, rielaborare" cerca una strada per rendere il ricordo non più come un corpo estraneo che agisce al di fuori della nostra consapevolezza in maniera disfunzionale, ma intende piuttosto reintegrarlo in modo da renderlo funzionale alla vita psichica.

Il ricordo è alla base, infatti, di un movimento interno alla nostra mente che ci permette di rielaborare in maniera a noi utile situazioni che, se vissute in maniera traumatica, risulterebbero solamente dolorose, tanto dolorose da non volerle ricordare ma comunque attive.

Quali siano le coordinate giuste per 'rimettere nel cuore', ricordare e far si che ci sia d'aiuto e non di ostacolo, è la sfida a cui è chiamato ognuno di noi nel momento in cui fa memoria di un evento o persona che occupa dentro di se un posto speciale.

La voce è intorno a me come erompente mare:
"E' dunque la tua terra sì guastata,
coccio su coccio rotta e rovinata?
Tutto ti sfugge perché mi vuoi sfuggire!

Tutto ciò che ti tolsi, te l'ho preso
non per darti dolore,
ma perché tu lo cerchi sul mio cuore.
Tutto quello che il tuo infantile errore
credea perduto, nella tua casa. Io l'ho per te serbato.
Alzati, afferra la mia mano e vieni !"

Francio Thompson, *In The Hound of Heaven (Il seguito del cielo)*

DI MESE IN MESE: DICEMBRE

Son la fine pensierosa: il congedo;
ed ogni cosa vien con me, voglia o non voglia,
come al vento triste foglia.

Ostan

L'ANGOLO DELLA POESIA

AVVISO AI NAVIGANTI

di Marco Masolin

LOST CHRISTMAS

Coriandoli di putridume si spandono leggeri nell'aria
intasata di polvere e fumo acre, dai riflessi violacei,
mentre qualcuno getta nel vento fasci di auguri
come vuoti a perdere in questo giorno senza identità.
La gente corre, si affanna, cammina,
cade e si rialza alla ricerca di un graal perduto
dietro l'angolo quella stessa mattina di dicembre,
con lo sguardo folle di una madonna rinsecchita
che osserva i contorni lasciati da un bambino
impressi dentro una mangiatoia oramai fredda.
Povero natale, sei un oggetto perduto, obsoleto, lost,
un termine abusato e vuoto, un insensato spreco di tempo e denaro
per dire, per fare, per costringere la mente ed il braccio
ad un gesto buono da dimenticare subito dopo averlo compiuto.
Domani, al cantare di un variopinto gallo meccanico,
le uova di pasqua si schiuderanno come allegri presepi
in un'orgia di gesti consunti a cantare
un nuovo inno alla gioia ed al nulla che si cela
dietro mucchi di foglie secche logorate dal tempo
senza la speranza di un nuovo giorno.

CATECHISMO ESSENZIALE DELLA CHIESA CATTOLICA

5×5
Domande e Risposte
di Marco Erga

Qual è il rapporto necessario che esiste tra la fede e la comunità?
Benché impegni la risposta personale d'ognuno, la fede non è mai un fatto isolato.

Che cosa significa che la fede non è un fatto isolato?
Significa che ogni singolo credente crede per la Chiesa e nella Chiesa.

Che cosa è dunque la Chiesa?
La Chiesa, in quanto genera in noi la fede, è nostra madre.

La Chiesa dunque può salvare?
No, solo Dio salva. Ma la Chiesa genera la fede per la quale Dio ci salva.

Chi è chiamato alla salvezza?
Alla salvezza sono chiamati tutti gli uomini.

LETTERE IN REDAZIONE

(a cura di P. Franco Stano)

"Egregio Direttore, l'isola dei famosi si è conclusa. Desidererei un suo commento", Angela Viti)

Difficile, Signora, commentare cose non viste. Stando ad alcuni echi, però, e conoscendo il mio gusto per le avventure, posso dire che sì, che forse sarebbe stata meglio L'Isola del tesoro, il romanzo di Stevenson, anche nella versione in bianco e nero, quella di tanti anni fa, che vide come protagonisti, fra gli altri, Arnoldo Foà ed Ivo Garrani. Altri tempi, Signora; altra classe ed altre isole. PFS.

"Signor Direttore, mi sembra che la cattiva educazione oggi si vada via via sempre più imponendo. Tane cose, non condivido del modo di fare e di atteggiarsi dei miei concittadini. Sputare per era e non cedere mai passo. Torneremo a Lodovico, il futuro padre Cristoforo? Non mi dica di sì … Un saluto, Cesare Aruffo).

E' vero, signor Aruffo! Ricordo anche io le campagne per insegnarci a non sputare per terra. Una campagna inutile fino ad un certo punto però. Se oggi infatti si torna a sputare per terra è perché la tubercolosi è stata vinta. Una conquista, dunque, amico mio; un segno di civiltà: si torna a sputare per terra perché non ci sono i pericoli di una volta, così che, a parte la terra e un poco anche l'aria, risparmiamo in bucato e fazzoletti di carta. Stia sereno: il peggio non è ancora

morto. Quanto a cedere il passo preghi che non piova e se dovesse povere nonostante la sua preghiera, se può non esca di casa, se non può, giri più alla larga e alla solitaria che le sia possibile!" PFS.

"Direttore, la prego, mi dica: ma che fastidio crea in classe un crocifisso?" (Giuseppe Macaluso).

Lascio volentieri che a rispondere siano i soliti intellettuali. Essi sì che se ne intendono, e così sia! Lei, piuttosto, signor Giuseppe, si prepari a vedere la frantumazione di tutte le nostre chiese e di tutta la nostra arte. La cultura è come il Natale panettonifero: quando arriva, arriva. Perché intellettuali o non intellettuali nessuno potrà farci credere che le chiese e la nostra arte migliore non simboleggino in maniera tutt'altro che neutra la nostra arte cristiana. I quadri e le statue, possiamo anche tenerle al chiuso, ma le chiese si affacciano in piazza e urtano certamente la suscettibilità di tanta gente cola che forse non sarà di Roma, ma che come Roma, ora che il vento gli è favorevole, fa «l'universalista». Il problema sarà quello di sapere dove metteremo i quadri e le statue quando avremo frantumato le chiese! Perché è chiaro che allora resteranno all'aperto. Dice: E i musei? Già! Musei nuovi, piazze all'altezza, e tanto lavoro… Finalmente avremo congruamente potuto risarcire un secolo di congrue! Quanto alle piazze e al lavoro, sarebbero "laici"; quanto a musei, a parte il fatto che l'entrata è a rischio e pericolo chi decide liberamente di visitarli, per orientare la libertà che nella sua essenza è solo e specificamente laica, si potrà sempre affiggere un cartello col titolo: «Chi entra torna indietro di mille anni»! Che ne dice, signor Giuseppe? A me paiono troppi anche per chi avesse nostalgia del passato! Lei che ne pensa?" PFS

BUON NATALE !

Tutto pare morirsene, a dicembre. E tutto pare disporsi a risorgere.

La neve, che cala freddissima e bianca, tutela e par che annunci innocenza e nitore, le due grandi nostalgie del pensiero umano.

Sbagliammo? Ma quando? Ci angoscia qualcosa? Ma cosa? E chi ci restituirà l'infanzia perduta, l'età della nostra onnipotenza goduta? Dove il cuore troverà espansione piena? E chi ci rassicurerà sul delirio di felicità che ci rema dentro fino a ossessionarci?

Forse bisogna più attentamente scrutare il Natale. Scrutare il Natale per coglievi una continuità tra ciò che fummo e ciò che saremo, tra ciò che fu e ciò che viene. "Io sono il primo e l'ultimo", dice il Signore. "Io sono la vita!".

Buon Natale a tutti, in un dicembre pacato, che tanto si presta a pensare e a sognare Dio.

I N D I C E

Anno 2008

La Preghiera: 3-30-54-89-114-135-156-174-192-211

Editoriale: 173-191-210

Il Santo del mese: 3-31-54-89-114-135-156-174-192-212

Dalla fede all'impegno: 4-31-55-90-115

Personaggi dell'antica alleanza: 5-32-56-91-115-136-157-175-193-212

Per un vocabolario cristiano: 7-34-57-93-117-138-159-177-194-214

Appunti sulla dottrina sociale cristiana: 10-36-59-95-118-160-178-196-216

Esperienze ed attualità: 11-37-60-96-119-139-161-179-197-217

Opinioni: 12-38-62-98-120-140-162-180-198-218

La frase: 14-41-65-100-123-137-158-176-194-214

Di mese in mese: 189-205-225

Nutrirsi bene per vivere meglio: 15-41-65-100-123-142-164-183-201-221

Polizia di Stato: racconti paralleli: 19-45-80-105-126-147-167

Dalla parola alla parola: 21-47-81-106-128-149-169-186-204-224

L'angolo della poesia: 23-50-83-109-131-152-187-206-225

Catechismo essenziale della Chiesa cattolica: 24-50-84-110-132-153-169-187-206-226

Lettere in Redazione: 25-51-84-111-133-154-170-189-207-226