L A B A C H E C A

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

ANNO V – N.1

2009

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

EDITORIALE

QUANDO SI DICE "SEMPRE LA STESSA COSA"

In Francia, per l'occasione del passato Natale, pare che una rete televisiva nazionale abbia scelto di non trasmettere la Santa Messa di mezzanotte invece della quale ha scelto di trasmettere non so che particolare spettacolo leggero. Nulla da eccepire anche perché se come supponiamo "scegliere" è verbo che viene dal latino "secare" e se il latino "secare" vuol dire "tagliare", non facciamo fatica a capire e comprendiamo profondamente il "sudato pensiero" dei cismanici "prodigi secanti". Per contro, se come disse un re anche lui d'oltralpe "Parigi vale bene un messa", immaginiamoci se "Parigi oggi non debba valere uno spettacolo leggero". E qui la proverbiale goccia ha fatto traboccare il vaso. Naturalmente dalla parte giusta. E va bene! Siamo alle solite, insomma! Si tratta di quel ciondolio pendolare per cui, nonostante Aristotele si sia sforzato di insegnare che la "virtù sta nel mezzo" (in medio stat virtus), qui, per sua pace, "in medio stat fugacitas". La verità, dunque, pare cosa che appartiene a chi è in grado di comprarla e chi la compra, comunque la compri, n'è padrone assoluto, specie se la compra a colpi di opinione pubblica, che intanto è pubblica e intanto è opinione in quanto è ad arte resa tale dai facitori compiaciuti dell'opinione pubblica.
Capita sempre più spesso di vedere nelle interviste persone le quali prima di rispondere alla domanda confezionata opportunamente, cercano di osservare, e qualche volta sudando le proverbiali sette camicie, che cosa l'intervistatore, "ardito facitor di pubblica opinion", vuole sentirsi rispondere. Nei casi più difficili, l'intervistatore, ma come chi non vuole, suggerisce all'interlocutore esattamente quel che vuole sentirsi rispondere, così che la fama è garantita, per lui che intervista, per l'altro che è intervistato e per la pubblica opinione che si rassoda. Oggi, infatti, la verità è giudiziale e si capisce che se la verità è giudiziale, essa scade ad opinione. Camuffata da verità, l'opinione è di chi compra, col denaro, con l'avvenenza, con la forza, col potere… Comprata, l'opinione, travestita da verità, diventa pubblica opinione, e la verità, che continua ad essere la verità, se ne resta tristemente a lato, nella coscienza, forse. Diceva un saggio Sud americano (Francisco Bernardez): *"Tu mentira fue tan grande que aunque todo el mundo la cree verdad sigue siendo mentira come tu sabes, come se yo e como sabe todo el mundo"* (La tua è stata una bugia ed è stata una bugia tanto grande che continua ad essere tale come tu ed io sappiamo bene, come sa il mondo intero, anche se il mondo intero la considera ormai una verità).
Nulla da eccepire, dunque, sulla scelta della televisione francese che ha proposto una sua opinione e che a quella opinione ha ispirato il suo comportamento. Ciò che ci ha un poco turbato è la reazione di un nostro connazionale che ha detto: "Ma la Chiesa, poi, fa sempre le stesse cose!". Avete capito? La Chiesa fa sempre le stesse cose! Il mondo laico, invece, fa sempre cose nuove! Una più nuova dell'altra! Provate a chieder alla televisione di mettere in onda gli ultimi trentuno dicembre degli ultimi

trentuno anni; una novità appresso all'altra: fuochi d'artificio, spumante, retorica "e mortaretti", "vini de li castelli e li spaghetti!" Liturgie senza nessun mistero, malinconiche da cima a fondo, risate che si risolvono ghigni, ma nuove, ma così nuove, da potersi anticipare in ogni dettaglio trentuno anni prima. Senza considerare gli stadi, i films, la moda, il linguaggio, le barzellette, le feste, la comicità: tutto nuovo. Senza mistero, certo, ma nuovo come e più che il pascoliano "Valentino" e nella sua novità addirittura fantasmagorico. Così in Francia. Cosa credete che abbiano trasmesso al posto della liturgia eucaristica nella notte di Natale? Una di quelle liturgie alternative, onnicomprensive della nostra cultura, e soprattutto nuova. Nuova, e in quanto tale portatrice di futuro. "Oh, perbacco!", direbbe Totò. Da adesso in poi, infatti, sarà una costante, come una legge rapita alla natura, benché non ne abbia lo spessore, la quale una volta scoperta è destinata a proporsi all'infinito. Beh! All'infinito! Per così dire! Perché a parte la messa che ci introduce nel mistero di Dio, ma cosa volete che abbia carattere di infinito tra le cose umane? Saremo modesti, ma noi crediamo che non abbia carattere infinito nemmeno una trasmissione confezionata tra i sofisticati meandri del Moulin Rouge di Parigi e dintorni, dove l'arte poetica e avveniristica pare si sia prosopopeicamente assisa in trono. E fin che dura, assisa in trono ci stia ed ammicchi.

Noi preferiamo starcene dalla parte dei bambini che muoiono di fame, o che sono resi soldati prima di nascere, o che sono aggrediti dalla pornografia che ne stronca l'armonia interiore e la crescita, o dalla parte di quanti nel mondo son avviliti nei loro sentimenti e nel loro pudore, obbligati a sfamarsi nelle poltiglie dei vari cassonetti che l'opulenza sfacciata di pochi gonfia di odori nauseabondi. Perché per noi, la messa, quella di Natale, ma anche quella dei giorni modesti che non contano nulla, è una cosa seria, una cosa che impegna la vita: questa e l'altra. Perché l'altra vita non è che non esista perché lo ha deciso la trasmissione televisiva confezionata al Moulin Rouge. Come la morte, del resto. Non è che viene per decisione di qualche opinionista illuminato, imbrillantato e con la erre un poco moscia.

Mi sembra che proprio un francese circa la morte e l'eternità abbia proposto a suo tempo un argomento, quello della scommessa da vincere, che nella sua provocazione rimane intatta. Certo, non c'era il Moulin Rouge, allora, e non c'era nemmeno la televisione: ma si può dubitare del fatto che Biagio Pascal, nonostante qualche carenze, fosse un uomo anche lui? Egli disse tra l'altro che gli uomini avevano inventato il divertimento perché avevano paura di pensare… Ma come gli venne in mente! Ai suoi tempi, poi… E se fosse vissuto oggi?

P. Franco Stano, cmf.

LA PREGHIERA

PREGHIERA DEL SABATO

Unisci l'umanità per mezzo della Chiesa…
Sostiene il Papa…
Benedici i Vescovi…
Guida i sacerdoti con la tua mano…
Santifica i laici…
Proteggi gli artigiani…
Fa' che i ricchi usino con giustizia le loro risorse…
Libera i prigionieri…
Preservaci dalle sciagure…
Salvai dalla morte improvvisa…Ammetti i defunti alla visone del tuo volto…

IL SANTO DEL MESE*

SAN GIOELE
(25 gennaio)

Abate benedettino, fu discepolo di San Giovanni da Matera, il fondatore della Congregazione benedettina di Pulsano. San Gioele fu il terzo abate generale di quella Congregazione. "Generale" è una parola tecnica. Non ha nulla di militare. Significa il superiore gerarchicamente più importante di un Istituto o di un Ordine religioso. San Gioele, di cui non si conosce l'anno di nascita, morì nel 1185.

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?

DALLA PAROLA ALLA PAROLA

1 GENNAIO
MARIA MADRE DI DIO

di don Pierluigi Vignola

Abbiamo chiesto a don Pierluigi Vignola, cappellano della Questura di Potenza, di collaborare a La Bacheca con una serie di articoli essenziali su alcune delle più significative feste cristiane e di farlo di mese in mese. La sua risposta è stata immediata e disponibile. Lo ringraziamo e, naturalmente, lo leggiamo.

All'inizio di un nuovo anno la Chiesa c'invita a guardare a Maria. Da lei è iniziato il mondo nuovo salvato da Cristo; in lei scopriamo anche l'atteggiamento giusto di fronte al dono salvifico di Dio. Memoria della nostra autentica identità è oggi per noi Maria, posta come modello e riferimento per dare speranza e senso ai giorni del nuovo anno che incomincia.

Non siamo più gente abbandonata alle violenze degli uomini e della storia, alle malattie e alle ingiustizie come figli di nessuno, obbligati per stare a galla contro tutte le prepotenze possibili o destinati a soccombere di fronte al più forte o agli imprevisti del caso. Siamo figli di Dio, padrone del mondo e signore della storia; siamo figli di Dio perché amati, perdonati e accolti dal cuore di un padre. Non c'è giorno con la sua pena che possa distoglierli dalla mano "del più grande di tutti" (Gv10,29).

Se Maria, madre del Dio fattosi uomo per fare di ogni uomo un figlio di Dio, è memoria della nostra più autentica identità, oggi la Chiesa ce la offre anche come modello e invito a non dimenticare questa realtà divina che è posta in noi, appunto a "custodire tutte queste cose meditandole nel cuore" come faceva lei. È facile essere presi dalla corsa della vita; è facile ingolfarci negli interessi del lavoro o essere travolti dalla ricerca del piacere, da traguardi deboli e insoddisfacenti! Il Signore ci ha fatto un cuore per destini più grandi:quelli di essere niente di meno che simili a Lui. Voler abbassare gli orizzonti è tradire il nostro più autentico bisogno, e quindi votarsi all'infelicità e al fallimento. Non manchi ogni giorno questo sforzo di autocoscienza profonda che attinge alla nostra più vera identità, quella di figli di Dio.

Maria ci sta davanti come colei che pienamente s'è fidata di Dio, del suo disegno anche sorprendente, e vi si è abbandonata con un sì costante e fedele. Senza far nulla di straordinario: fu semplicemente casalinga, ma col cuore di "serva del Signore", pronta sempre a fare la volontà di Dio. È una formula di vita semplice, accessibile a tutti.

San Paolo dirà che "tutto concorre al bene per quelli che amano Dio" (Rm 8,28): anche nei momenti duri, Dio sa trarre il bene per i suoi! Maria sta sulla soglia dell'anno nuovo anche come madre: madre di Dio, ma di quel Dio diventato uomo, fratello di ogni uomo; anzi di quel Gesù che è Capo del Corpo che è la Chiesa, quindi madre di ognuno di noi. Dall'alto della croce Gesù ce l'ha data: "Figlio, ecco tua Madre" (Gv 19,26). Non manchiamo allora di ricorrere a lei con totale fiducia. *"Non s'è mai sentito che alcuno abbia ricorso alla vostra protezione e sia stato*

abbandonato", prega la bella invocazione di San Bernardo. Non chiudiamo mai giorno di questo nuovo anno senza un pensiero fiducioso a Maria, nostra tenerissima madre!
Oggi, giornata mondiale della Pace, noi cristiani abbiamo la "nostra" pace da proclamare, la pace che nasce dal sentirci fratelli perché tutti nati da Dio che è Padre.

L'APOSTOLO PAOLO – 1

di Roberto Pacini

La Chiesa dedica questo anno ad una riflessione sulla figura dell'apostolo Paolo, maestro di fede e modello della sua tensione missionaria. Roberto Pacini, a noi noto per la sua presenza scientifica sulle pagine de La Bacheca, da questo numero comincia anche una serie di riflessioni sull'apostolo delle genti perché ci sia più chiara la sua figura e più forte la relativa sollecitazione.

L'anno paolino, indetto in occasione del bimillenario della nascita di San Paolo di Tarso, è l'occasione giusta per avvicinarsi di più e meglio ad una delle figure più significative del Cristianesimo, sia con pellegrinaggi nei molti luoghi che in Roma si riferiscono a lui, sia approfondendo la lettura dei suoi testi.
Desideriamo, in questi brevi articoli, favorire un approccio consapevole al suo pensiero. Esigenza, questa, fortemente sentita, perché l'apostolo Paolo non è un autore di facile lettura. Vari motivi rendono le sue lettere di non immediata comprensione. Anzitutto, proprio il fatto che si tratta di lettere, ci rende spettatori di un dialogo con dei destinatari che non hanno voce. Dobbiamo perciò intuire le situazioni, le domande, le difficoltà delle persone o delle comunità cui Paolo si rivolge. Inoltre il suo pensiero è molto profondo, di una teologia altissima, resa a volte con immagini semplici, ma altre volte con un linguaggio molto complesso. Un esempio:

> *"Dio lo ha prestabilito [Cristo] come strumento di espiazione per mezzo della fede, nel suo sangue, al fine di manifestare la sua giustizia, mediante il perdono dei peccati passati commessi nel tempo della pazienza di Dio, al fine di manifestare la sua giustizia nel tempo presente, per essere giusto e giustificare chi ha fede in Gesù" (Rom., 3, 25- 26).*

A parte la ripetizione ("*al fine di manifestare la sua giustizia*"), che appesantisce la frase, in questo importante passaggio della Lettera ai Romani Paolo utilizza termini come "*espiazione*", "*sangue*", "*giustizia*", "*pazienza di Dio*", "*giustificare*" che non sono per noi immediati, almeno nel senso da lui inteso. Ciò rende la lettura meno facile rispetto, ad esempio, ai vangeli. In senso generale Paolo vuole affermare che

solo Gesù è il nostro Salvatore, perché secondo un disegno prestabilito da Dio è morto per noi e ci ottiene il perdono dei peccati se abbiamo fede in lui. Però questi concetti sono resi per iscritto con categorie socio-culturali e teologiche lontane nel tempo (Paolo nacque a Tarso, in Cilicia, provincia romana, nell'odierna Turchia, perciò era giudeo di famiglia osservante, cittadino romano, e viveva in un ambiente ellenistico!). Nel testo, per comprendere il termine "*strumento di espiazione*", dobbiamo rifarci alla festa ebraica del *Kippur,* durante la quale il sommo sacerdote aspergeva con il sangue di un capro il coperchio dorato dell'arca dell'alleanza, conservata nel luogo più protetto del tempio. Su questo coperchio si riteneva sedesse il Dio invisibile. Il gesto era fatto con il sangue, simbolo della vita, e otteneva il perdono di tutti i peccati del popolo d'Israele, ristabilendo l'alleanza con Dio al monte Sinai; perciò l'espressione "*nel suo sangue*" significa che Gesù è stato "*strumento di espiazione*" con il proprio sangue, sangue versato per ridare a noi la vita. Di conseguenza, se solo Gesù è salvatore, tutta la storia della salvezza prima di lui è stata il "tempo della pazienza di Dio", tempo dell'infedeltà e del peccato del popolo eletto, in attesa del "tempo presente", in cui si è verificata la venuta del Cristo.
Quale messaggio potrebbe essere più bello per l'anno che inizia? Riscopriamolo e cerchiamo un rapporto più profondo con Gesù per fondare su di lui, come sulla roccia, la nostra vita.
Paolo ci accompagnerà sulla via di Gesù; anzi, come vedremo, ci farà "correre"!

LA FRASE

"La libertà non è altro che una possiblità di essere migliori, mentre la schiavitù è la certezza di essere peggiori (A. Camus)

PER UN VOCABOLARIO CRISTIANO

NOVELLA (BUONA)

In greco profano, la buona novella era il significato del vangelo, che indicava specialmente un annunzio di vittoria. La pace romana, i principali fatti della vita dell'imperatore, dio e salvatore, erano celebrati come altrettanti vangeli. Per noi, il vangelo designa sia lo scritto che narra la vita di Gesù, sia il brano che viene letto ad ogni messa. Tuttavia, non c'è dubbio che il linguaggio cristiano abbia desunto dal VT il verbo evangelizzare, col senso particolare che già vi possedeva: annunciare la salvezza.
Il messaggero di buona novella annunzia, con la fine dell'esilio, la venuta del regno di Dio: il suo messaggio è consolazione, perdono del peccato, ritorno di Dio a Sion. Questo vangelo, forza divina in azione, annunzia la vittoria ed il regno definitivo di Dio.

L'elemento essenziale della buona novella annunciata da Gesù è che "*I tempi sono compiuti. Il regno di Dio è vicino*". Ma questa volta la persona stessa del messaggero diventa il centro della buona novella. Gli angeli hanno annunciato la sua nascita come un vangelo. Con lui è presente il regno di Dio. Colui che abbandona tutto a motivo di Gesù ed a motivo del vangelo riceve fin d'ora il centuplo. Ma il vangelo deve diffondersi. Gesù risorto comanda ai suoi apostoli di andare nel mondo intero a predicare il vangelo a tutta la creazione, a tutte le nazioni. Il libro degli Atti descrive le tappe di questa proclamazione (o kèrygma) che, nonostante gli ostacoli, si diffonde fino ai confini della terra.

La buona novella è sempre quella del regno di Dio ed annunzia che la promessa fatta ai nostri padri è adempiuta. Essa è grazia di perdono, dono dello Spirito. La buona novella è accompagnata dai segni promessi da Gesù. Si propaga in un'atmosfera di povertà, di semplicità, di carità comunitaria e di gioia. Il vangelo incontra dovunque dei cuori che sono in sintonia con esso, desiderosi di sentire la parola di Dio, avidi di sapere ciò che bisogna fare, per essere salvi. Essi hanno in comune il tratto di ascoltare, di accogliere, di obbedire; viceversa, la sufficienza sprezzante e gelosa, la leggerezza, chiudono il cuore degli uomini al vangelo.

S. Paolo è per eccellenza l'uomo del vangelo. Dio gli ha affidato il vangelo e gli ha rivelato il Figlio suo affinché lo annunzi fra i pagani. Ministro del vangelo, Paolo si sente in dovere di annunciarlo, rendendo in tal modo a Dio un culto spirituale, esercitando una funzione sacra. Come quello di tutta la Chiesa, ma con un vigore singolare, il vangelo di Paolo è accentrato sulla morte e la risurrezione di Cristo ed orientato verso la sua venuta gloriosa. Esso è la nuova economia, in quanto questa si propaga e si sviluppa mediante la predicazione apostolica e mediante l'energia divina che è insita in esso, è una forza di Dio per la salvezza. Paolo sottolinea la continuità del vangelo con il VT: esso è la rivelazione di un mistero avvolto di silenzio nei secoli eterni, ma oggi manifestato e, per mezzo delle Scritture, portato a conoscenza di tutte le nazioni. La promessa fatta ad Abramo era un pre-vangelo, che si realizza oggi nella conversione dei pagani.

La buona novella, forza di Dio per la salvezza di ogni fedele, esercita la sua virtù salvatrice soltanto se l'uomo vi risponde con la fede. Per gli uni, accecati dal dio di questo mondo, è scandalo, stoltezza, e rimane velato: essi non vedono risplendere il vangelo della gloria di Cristo, non gli obbediscono. Dagli altri, il vangelo è ricevuto nell'obbedienza della fede.

Questa buona novella - scrive S. Ireneo - gli apostoli l'hanno da prima predicata. Poi, per la volontà di Dio, ce l'hanno trasmessa nelle scritture, affinché diventi la base e la colonna della nostra fede. Il vangelo, proclamato nel corso della liturgia, annunzia al mondo la buona novella e la sua liberazione ad opera di Gesù Cristo. Rispondendo, l'assemblea manifesta lo slancio e l'esultanza del primo incontro del mondo con la novità del vangelo

Nicla Filippi

IL DIRITTO CANONICO

PERCHE' IL DIRITTO CANONICO?

di Angelo Andrei

Alcuni pensieri sul Diritto Canonico come criterio giuridico della vita della Chiesa ce li suggerisce l'avvocato Angelo Andrei. Un'occasione per tutti noi di saperne di più. Leggere l'Andrei è cosa piacevole davvero perché l'avvocato unisce alla dottrina lo stile e la semplicità di linguaggio. Leggere per credere.

Molti si chiederanno, o si saranno chiesti, quale necessità abbia la Chiesa di dotarsi di un proprio sistema organico di norme giuridiche: non sono forse sufficienti la Sacra Scrittura e la vasta letteratura cristiana per disciplinare la vita della comunità dei fedeli?

La risposta a questa domanda, però, necessariamente esige di non tralasciare di considerare che la Chiesa oltre ad essere una realtà spirituale è anche una comunità sociale radicata nella storia e soggetta al mutare delle situazioni contingenti.

Già la Chiesa primitiva, quella cioè dei primi secoli dell'era cristiana, aveva avvertito l'esigenza di darsi delle regole, cioè dei "canoni" che potessero essere conosciuti da tutti i fedeli e dai chierici in primis; in questo senso si espresse il 21 luglio 429 il Papa Celestino I in una lettera indirizzata ai Vescovi della Puglia e della Calabria: *"... a nessun sacerdote è lecito ignorare i suoi canoni"*. A queste parole fecero eco quelle del Concilio di Toledo del 633: *"... i sacerdoti conoscano le Sacre Scritture e i canoni ..."* dal momento che *"... l'ignoranza, madre di tutti gli errori, è da evitarsi specialmente nei sacerdoti di Dio ..."*.

Nei primi dieci secoli di storia della Chiesa videro la luce moltissime raccolte di leggi ecclesiastiche, che traevano le loro fonti principalmente dai Concili e dalle pronunce dei Sommi Pontefici. Ben presto, proprio la grande produzione di raccolte normative provocò il proliferare di leggi che finirono non solo per rendere spesso estremamente complesso il compito di accertare il diritto vigente, ma addirittura per creare canoni in antitesi tra loro.

Fu il monaco Graziano, a metà del XII secolo, a porre mano ad una monumentale e fondamentale opera di sistemazione organica dei canoni fino ad allora prodotti, con la realizzazione dell'opera "Concordia discordantium canonum", più conosciuta con il titolo di "Decretum Gratiani". Questo sforzo di riduzione ad unità delle leggi ecclesiastiche costituì la prima parte di quella grande collezione di leggi ecclesiastiche che prese il nome di "Corpus Iuris Canonici", che risultava composta – nella sua seconda parte – anche di altre raccolte di canoni quali il "Liber Extra" di Gregorio IX, il "Liber VI" di Bonifacio VIII, le "Clementinae" di Clemente V, le "Extravagantes" di Giovanni XXII e le "Extravagantes communes" di vari Pontefici.

Tuttavia, nei secoli che seguirono, soprattutto dopo il Concilio di Trento (1545 – 1563) si assistette nuovamente ad una produzione normativa disorganica e, non di rado, discordante. Fu il Papa Pio X a promuovere l'opera di razionalizzazione della

proliferazione legislativa, affidandone il compito al Card. Pietro Gasparri. Il principale e più originale impegno di coloro che si dedicarono a questo lavoro fu quello di dare ai canoni una formulazione codiciale nuova – perché maggiormente scientifica - e più breve. Papa Pio X, però, morì prima di poter vedere la fine dei lavori e la promulgazione di questo primo Codice ecclesiastico avvenne il 27 maggio 1917 ad opera di Benedetto XV: da qui il titolo di "Codice Pio-Benedettino".
I grandi e drammatici eventi storici che seguirono e le trasformazioni interne della Chiesa imposero ben presto la necessità di dover procedere ad una revisione del Codice Pio-Benedettino del 1917; i lavori, protrattisi per un ventennio, portarono alla promulgazione del nuovo – ed attuale – Codice di Diritto Canonico, avvenuta il 25 maggio 1983 ad opera di Papa Giovanni Paolo II.
Questo Codice, oltre a voler esprimere in termini canonistici la dottrina ecclesiologica del Concilio Vaticano II, si prefigge il compito di essere uno strumento di carattere complementare agli insegnamenti dei Padri conciliari, specialmente con riferimento alla Costituzione dogmatica "Lumen Gentium" e alla Costituzione pastorale "Gaudium et spes".
I fondamenti teologici alla base del diritto canonico ed il carattere strumentale di quest'ultimo, rispetto alla vocazione missionaria della Chiesa, sono confermati dalle illuminanti parole contenute nella Costituzione apostolica di promulgazione del Codice. In essa il Papa Giovanni Paolo II ha espressamente affermato: *"Il Codice, dal momento che è il principale documento legislativo della Chiesa, fondato nell'eredità giuridico-legislativa della Rivelazione e della Tradizione, va riguardato come lo strumento indispensabile per assicurare il debito ordine sia nella vita individuale e sociale, sia nell'attività stessa della Chiesa"*.
Si può ben dire, alla luce di quanto sopra esposto, che il fine ultimo del Codice di Diritto Canonico sia quello di concorrere, nel solco della Rivelazione divina del Vecchio e del Nuovo Testamento e nel rispetto della dottrina ecclesiologica, al perseguimento del fine ultimo della Chiesa: la "salus animarum", cioè la salvezza delle anime.
Con questo numero della nostra rivista iniziamo un nuovo viaggio che vuole aiutarci a scoprire, attraverso la disamina - seppur rapida - di alcune tematiche del Diritto Canonico, la bellezza, la profondità e la ricchezza del messaggio salvifico che Cristo ci comunica attraverso la Sua Chiesa.
Buon viaggio a tutti, con la benedizione di Dio e la materna intercessione della Madonna.

MUTAMENTI EPOCALI

di Angelo Di Nicola

Angelo Di Nicola, che accompagnò le nostre riflessioni sulla letteratura universale e italiana, di cui è disponibile un quaderno, il terzo de La Bacheca, naturalmente a disposizione di chi lo richieda, e che l'anno passato ci propose un percorso attraverso le figure più significative dell'Antico Testamento, quest'anno ci suggerisce una serie di fatti storici e del contesto che li determinò, con l'obiettivo di garantire, specie ai giovani poliziotti impegnati nei concorsi interni, un prontuario delle ragioni che quegli avvenimenti determinarono. Historia docet, dicevano i classici (La storia insegna). Conoscerla, dunque, nei fatti e nelle cause, è importante ai fini di una corretta interpretazione del presente e di un orientamento critico del futuro.

LA CADUTA DELL'IMPERO ROMANO

L'impero Romano, nella sua accezione storica, politica, sociale e culturale fu probabilmente quanto di più grandioso la storia del genere umano abbia mai visto. D'altronde ancor oggi il suo lascito permea larghi strati ed in diversi settori del vivere comune, dalle istituzioni politiche a quelle giuridiche, dalle vie di comunicazione all'arte della guerra, dalla letteratura all'architettura, per fare solo degli esempi.

Roma, dai prodromi al periodo repubblicano fino a quello imperiale fu con i suoi uomini di stato, strateghi, ingegneri, artisti ed eroi, faro di tutto il mondo conosciuto per circa un millennio e, di conseguenza, punto di aggregazione delle energie migliori. Per non parlare del Cristianesimo, che sebbene sottoposto a durissime persecuzioni iniziali, pure si avvalse della dimensione ecumenica dell'impero, colla comunanza della lingua, per la diffusione del messaggio evangelico.

Dopo mille anni di storia, pertanto, il declino e la caduta dell'impero, certamente non improvvisi ma graduali e largamente avvertiti, pure dovettero costituire un evento epocale, anche se gli storici più avveduti ci ricordano che nella realtà, il più delle volte, il filo della storia non presenta soluzioni di continuità drastiche, soprattutto a livello sociale, ma una serie di eventi con conseguenti mutamenti ed aggiustamenti che rimodulano il vivere comune delle genti.

La rovina del sistema ad ogni modo, che da un certo momento in poi quindi dovette esser vissuta come un dato di fatto, fu dovuta non ad una, ma ad una serie di cause concomitanti e, almeno in parte, ineludibili.

Nel corso dei secoli fior di studiosi, con le loro rispettive scuole di pensiero, hanno provveduto ad evidenziare l'una causa, considerata predominante, piuttosto che un'altra, a seconda anche delle concezioni politico, economico, filosofiche delle diverse concezioni.

Tra di esse comunque, sicuramente vengono annoverate la difficoltà di governare un impero tanto vasto (dove per altro da un certo momento in poi le legioni di stanza cercarono di proclamare imperatori i propri comandanti, nella speranza di ottenerne vantaggi futuri); la presenza di popolazioni barbare che premevano ai confini, allettate da territori più ricchi ed ospitali; il dissanguamento delle finanze pubbliche, con conseguente erosione fiscale, per mantenere l'esercito, ma anche l'apparato burocratico (ivi inclusa l'onerosissima corte imperiale); e da ultimo, ma non per importanza, una obiettiva crisi dei valori morali che tanto avevano contribuito alla grandezza di Roma, soprattutto nel periodo repubblicano.

La crisi per la verità viene fatta datare almeno dalla dinastia dei Severi (dal 193 al 211 d.C.): il periodo successivo a questa dinastia infatti fu caratterizzato dalla morte violenta di

tutti gli imperatori di volta in volta eletti, spesso per mano delle stesse milizie che li avevano innalzati, il che esprime un dato di fatto emblematico circa la situazione in cui ormai versava l'impero.
Una certa ripresa del prestigio si ebbe con l'imperatore Aureliano (270 – 275 d.C.) e soprattutto con Diocleziano, che governò dal 284 d.C., entrambi Dalmati e di estrazione militare. Diocleziano, in particolare, introdusse numerose riforme, prima fra tutte la divisione politico-amministrativa dell'impero, sistema conosciuto come *tetrarchia* ossia suddivisione in quattro parti dell'impero stesso. Egli tra l'altro si distinse per la feroce persecuzione dei Cristiani, considerati a loro volta una grave minaccia per l'impero in quanto ne minavano l'unità e sacralità non riconoscendo la natura pressoché divina dell'imperatore. Anch'egli, ad ogni modo, lasciò l'impero alle prese con un gravissimo conflitto di successione, sfociato nell'ennesima sanguinosa guerra civile che di fatto ebbe fine solo con l'ascesa di Costantino (306 – 337).
Da rimarcare per altro come, in questo tourbillon di crisi e conseguenti tentativi di riforma, il Senato, uno degli istituti più antichi, importanti e gloriosi della storia di Roma, di fatto era stato ormai ridotto ad una funzione praticamente decorativa.
Anche Costantino mise mano ad una riforma strutturale spostando addirittura la capitale a Bisanzio (ribattezzata per l'occasione Costantinopoli).
Particolarmente importante fu il ruolo che quest'ultimo ebbe in campo religioso, emanando nel 313 il famoso E*ditto di Milano* con cui consentì assoluta libertà religiosa nell'impero, concedendola anche ai Cristiani, fino ad allora sempre perseguitati anche se con diversa intensità. Nel 325 fu Costantino stesso a convocare il Concilio di Nicea onde dirimere le diverse dispute teologiche che erano sorte in seno alla Chiesa. Con Teodosio infine, nel 380, il Cristianesimo divenne addirittura religione di stato. In effetti anche in campo artistico fu soprattutto l'arte Cristiana a rimanere veramente viva e vitale ed anzi andò sempre più arricchendosi, avvalendosi del contatto sempre più intimo con la cultura classica in genere.
Tuttavia, pur in una situazione di lento e progressivo declino, come brevemente delineato, il colpo di grazia al sistema fu arrecato dai continui urti cui l'impero fu sottoposto ad opera delle popolazioni barbariche che, da oriente, cominciarono a tartassare i confini e a penetrare per vaste zone di territorio.
In una prima fase si cercò di porre rimedio al problema anche conciliandosi gli invasori, persino attribuendo loro cariche militari ed amministrative; ma era un palliativo che chiaramente non poteva avere lunga durata. Finché nel 410 Alarico, a capo dei Visigoti, conquistò e mise al sacco Roma. Gli stessi Visigoti penetrarono in Gallia, mentre i Vandali occuparono la Spagna e parte del Nord-Africa. Per non parlare della minaccia arrecata da Attila alla testa dei suoi Unni, famigerata popolazione di stirpe mongola. Questi furono sconfitti da Ezio, l'ultimo grande generale che Roma poté annoverare tra le sue fila.
Un secondo, gravissimo, "sacco" fu operato nel 455 dai Vandali di Genserico e tra questa data ed il 476 il governo della parte occidentale dell'impero fu affidato a diversi "sovrani fantoccio", in completa balia degli invasori barbari. L'ultimo a fregiarsi del titolo di imperatore fu Romolo Augustolo (e già il nomignolo impostogli è emblematico), deposto da Odoacre, re degli Eruli, nel 476. Infine, nel 493, Teodorico con i suoi Ostrogoti assunse il controllo dell'intera penisola Italica, mentre nel resto dell'ormai ex impero le popolazioni soprattutto germaniche andarono costituendo nuove entità geopolitiche, i cosiddetti regni romano-barbarici.
Le condizioni di vita degli antichi centri, andarono progressivamente decadendo, in molti casi arretrando a condizioni quasi primitive, mentre pian piano altre regioni geografiche

andarono progressivamente acquisendo un'importanza nuova per il futuro del continente Europeo: in particolare la Germania, la Francia e la Britannia.
Solo l'impero Romano d'oriente rimase a testimoniare (fino alla conquista da parte degli Ottomami, nel 1453), la grandezza e la civiltà di quello che era stato il più grande, importante e duraturo regno che la storia ricordi.

OPINIONI

NEO ANALFABETISMO E RIMOZIONE DELLA CULTURA

Sotto il titolo *Analfabeti in agguato* lo storiografo Giovanni Belardelli ha scritto: "In una intervista a *Specchio*, il supplemento della *Stampa*, il linguista Tullio De Mauro ha ricordato come l'analfabetismo - inteso non come incapacità ma come parziale difficoltà a leggere e a scrivere – interessi tra il 10 e il 20 per cento della popolazione dei Paeasi sviluppati. Sennonché, ha aggiunto, in Italia la percentuale *aumenta vertiginosamente* giungendo al 79, 8 per cento. È un dato che è difficile non prendere sul serio, visto che De Mauro rappresenta un'autorità in materia, a partire da quella *Storia linguistica dell'Italia unita* che resta un testo fondamentale per capire le vicende italiane dal 1860 in poi. Ma è un dato dunque, che lascia atterriti, soprattutto se proviamo a considerarlo nella sua concretezza quotidiana. Se in Italia i parzialmente analfabeti sfiorano l'80%, non è assai probabile che nella percentuale rientrino, che so, il medico che ci ha appena visitato alla Asl, il professore che dovrebbe insegnare qualcosa ai nostri figli a scuola o (perché no?) all'Università, e via elencando?"
C'è subito da rilevare che, quando si parla d'impreparazione dei docenti, si pensa in genere all'impreparazione didattica. E da tempo non si fa altro che organizzare ossessivamente corsi di aggiornamenti riguardanti il *come* insegnare. Con risultati anche qui estremamente modesti. Ma proprio perché, ossessionati dai problemi didattici, abbiamo trascurato di prendere in considerazione l'impreparazione degli stessi docenti nel campo del sapere o del *cosa* insegnare (delle materie o discipline scolastiche). Anche tra di essi c'è chi legge poco o nulla e non è aggiornato sotto il profilo culturale o dell'acquisizione del sapere.
D'altra parte per *analfabetismo in agguato* non si vuole qui intendere la carenza semplicemente nozionistica, ma la tendenza a trascurare il sapere globalmente, a rimuovere la cultura nel suo significato più nobile e pregnante. Anche se in un contesto culturale degno di questo nome non si può fare assolutamente a meno delle nozioni, le quali però sono necessarie ma non sufficienti. C'è stato dunque un processo di deprezzamento del sapere parallelo a una malintesa evoluzione dell'idea di cultura, da cui questa è uscita deprezzata a sua volta, se non proprio liquidata. A causa di un malsano egualitarismo, per un verso il termine "cultura" è stato esteso talmente (a tutti gli aspetti anche i più insignificanti e contraddittori della vita storico-sociale) da finire per non significare quasi più nulla. E, per l'altro verso, si è andato promuovendo la cosiddetta "cultura di massa". Con il sessantottismo tutto ciò ha

invaso la scuola innescando quel cattivo riformismo che, invece di riformarla, l'ha dequalificata. Ne è sortita la scuola di massa che ha contribuito in modo sostanziale al semianalfabetismo attuale.
Mi ha fatto piacere perciò leggere un recente articolo di Giovanni Sartori, in cui il noto politologo ha preso di mira quelli che per lui sono i "fattori distorsivi del cattivo riformismo della scuola", sui quali del resto anche il sottoscritto insiste da molto tempo. Scrivendo tra l'altro che per la scuola e la cultura "il sesssantottismo è stato esiziale perché ha predicato l'ignoranza del passato, così recidendo quella trasmissione del sapere che dovrebbe essere la prima missione dell'educazione; ed esiziale perché, cavalcando la tigre dell'antielitismo, ha distrutto il principio del merito producendo la *società del demerito* che premia i peggiori e gli incapaci a danno dei competenti e dei migliori".
Ignoranza del passato. La comunicazione di massa ha ridotto infatti il progressismo, in quanto voglia di progredire, a puro nuovismo. E la cultura all'irrelato succedersi di mode per loro natura effimere. Come scrisse altra volta lo stesso Sartori, il mito del nuovismo si basa sulla "idea, intrinsecamente stupida, che il nuovo sia sempre migliore, per definizione, del vecchio". Infatti "com'è vecchio adorare tutto ciò che è nuovo"! Esclama lo scrittore Stenio Solinas. Mentre il musicologo Paolo Isotta ci ricorda che "la moda è la sorella maggiore della morte". Ma è "inutile chiedere una scuola più nuova se poi ci dimentichiamo i vecchi valori", avverte infine il filosofo Giovanni Reale. Rimozione della cultura è infatti sostanzialmente rimozione della tradizione. Perché la cultura è essenzialmente custodia della tradizione. Attraverso la quale vengono trasmessi i "valori" collettivi o comunitari, siano essi civili che religiosi. E le esperienze del pensiero e della scienza. Mentre la cosiddetta cultura di massa non insegne che il consumo di pure "emozioni" collettive sempre nuove. Solo se non tagliamo i fili che legano il presente al passato, possiamo dar senso al nuovo e quindi al futuro senza finire in balia di un avvenire bendato o privo di prospettive e quindi incapace di muovere il desiderio innescando aspettative. Si pensi invece al grande raccordo tra passato, presente e futuro (fra tradizione e innovazione) rappresentato dal Rinascimento.
Il nuovismo ha così prodotto fra l'altro la frattura tra cultura umanistica (fortemente radicata nel passato) e cultura scientifica e ha predicato la loro inconciliabilità. Il nuovismo avversa la prima fino a volerla liquidare di sana pianta e, con essa, appunto ogni senso della tradizione. Per farci digerire un concetto del tutto superficiale o devitalizzato e nichilista di cultura scientifica. Tanto da indurre il critico George Steiner ad affermare molto pessimisticamente che se "l'umanesimo è morto, la cultura è inutile". Invece le due culture possono benissimo convivere e alimentarsi a vicenda. Vitalizzandosi e rivitalizzandosi in continuazione senza che l'una diventi un fossile e l'altra sia confusa con il mito dell'innovazione tecnologica fine a se stessa. Intanto, come nota lo scrittore Mario Andrea Rigoni, "l'abbattimento della tradizionale cultura umanistica nelle scuole ha finito col travolgere fatalmente anche la lingua e gli stessi professori universitari non sanno più l'italiano, che usano con ogni sorta di sgrammaticature". E torniamo così alla diffusione del neo- analfabetismo da cui siamo partiti. Infatti una sottospecie dell' antitesi tra cultura umanistica e cultura

scientifica è rappresentata dalla frattura o dalla pretesa inconciliabilità tra tecnologia multimediale e contenuti culturali. Che è fondamentalmente frattura tra la tradizionale cultura della scrittura e la nascente civiltà dei mezzi di comunicazione multimediale.
"Ma – ammomisce Giovanni Reale – è un errore gravissimo quello che alcuni stanno commettendo di pensare che la soluzione consiste nell'eliminare la cultura della scrittura e tutto ciò che essa implica." E ancora: "I vari strumenti multimediali hanno creato straordinari mezzi di comunicazione impensabili anche dalla più ricca e potente fantasia degli uomini del passato. Ma sono privi di contenuti (culturali) o hanno contenuti estranei alla vera cultura. I giovani, fatalmente, usano molto spesso tali invenzioni come strumenti di gioco e non di apprendimento." Insomma "i ragazzi devono recuperare il significato della vita, che solo la scrittura può comunicare". E la studiosa Lucetta Scaraffia incalza: "Aumenta il numero di chi ha difficoltà a comprendere testi scritti e ciò è senza dubbio prova di una vera e propria crisi culturale." In una inchiesta della giornalista Eleonora Barbieri si potevano leggere frasi come le seguenti: "1° Gli scienziati contro Google: rende i ragazzi più stupidi – 2° Gli adolescenti non riescono a leggere un libro per intero: solo frasi brevi, come sul web – 3° Si credono più intelligenti, ma le loro conoscenze sono sempre superficiali." E il sociologo Francesco Alberoni ci ricorda che "la parola scritta, se vuoi essere capito dall'altro, se vuoi comunicare, ti impone di essere rigoroso, serio con te stesso, ti costringe a costruire sequenze logiche, ad argomentare". Infine Isotta: "Chi legge *vede* e sogna di più."
Perché meravigliarci dunque e deprecare che molti giovani non sanno più scrivere correttamente e leggono pochissimo? Inoltre perché lamentarci con tanta insistenza della mancanza di valori se lasciamo che vengano disprezzati e dimenticati i valori della nostra tradizione? Come è possibile tra l'altro coltivare il valore della democrazia se trascuriamo di provvedere all'educazione civica insegnando le nostre tradizioni istituzionali?
A questo punto dovrei parlare dell'altro aspetto esiziale del sessantottismo secondo Sartori: l'antielitismo. E cioè dell'antindividualismo insito nella comunicazione di massa e nella corrispondente cultura (di massa), che si rivolge esclusivamente a medie collettive o categorie sociologiche (e quindi alla nostra sfera emotiva, non a quella razionale) e opera mediante eventi come i festival o campagne pubblicitarie. Ma sarà per un'altra volta.

Giuseppe Laperchia

NUTRIRSI BENE PER VIVERE MEGLIO

17 – LA DIETA MEDITERRANEA

Circa 30 anni fa ,quando si affacciarono prepotentemente nei Paesi Industrializzati le cosiddette " malattie del benessere " (Obesità, Diabete, Ipertensione , Malattie Cardiovascolari, Cancro) , fu istituita in USA un'apposita commissione di esperti per individuare quali fossero i cibi genuini e salubri in grado di contrastare le suddette malattie.
Venne così stabilito che i cibi italiani e più in generale quelli provenienti dai paesi bagnati dal mediterraneo avevano queste qualità . Nacque così la **dieta mediterranea** ,che è diventata famosa in tutto il mondo; essa consiste in piatti leggeri, generalmente poveri di carne e ricchi di frutta e verdure ;si differenzia notevolmente dalle abitudini gastronomiche del nord dell'Europa, dove abbondano invece i grassi animali, le salse e l'impiego del burro.
La dieta mediterranea si basa su una serie di caratteristiche, la prima delle quali è l'equilibrato apporto calorico dei macronutrienti, in particolare:

1) **Zuccheri**: 55-60% circa del totale (pane di varia tipologia,compreso quello integrale, pasta, ecc.)

2) **Proteine**: 10-15% del totale. Di queste il 60% sono di origine animale (soprattutto pesce azzurro, carni bianche ,ecc.) e il 40% di origine vegetale (fagioli, legumi…)

3) **Grassi**: 25-30% (soprattutto olio di oliva).

Tre note importanti, in relazione alle suddette tipologie di cibi :

NOTA 1

L'indice glicemico (= misura della velocità con la quale un alimento provoca l'aumento della glicemia, quindi l'entità della risposta insulinica). La determinazione dell'indice glicemico si effettua facendo ingerire alimenti in porzioni contenenti 50 grammi di zuccheri disponibili.
L'area della curva di assorbimento viene messa in relazione con quella ricavata dall'ingestione di 50 grammi di glucosio. Una dieta ricca di zuccheri influenza l'innalzamento di questo indice; tuttavia esso è tenuto sotto controllo da alcuni fattori presenti nel tradizionale pasto di tipo mediterraneo, fattori che riducono la velocità nell'assorbimento degli zuccheri, come la presenza di grassi insaturi, fibre idrosolubili, rapporto fra fruttosio e glucosio. Nel caso della pasta influisce anche il tempo di cottura: più è scolata "al dente" più i tempi di digestione ed assorbimento sono lunghi, quindi più è basso l'indice glicemico.
Ecco di seguito riportati alcuni esempi:

ALIMENTO	INDICE GLICEMICO
Yogurt scremato	20
Ciliege	32
Latte intero	40

Fagioli	43
Maccheroni	65
Linguine	65
Uva	67
Hamburger	87
Patate fritte	107
Pane di frumento senza glutine	129
Glucosio (zucchero da cucina)	137

NOTA 2

Alcuni acidi grassi sono definiti **essenziali** (acido linoleico, acido linolenico e acido arachidonico) in quanto non sono sintetizzabili dall'organismo che deve necessariamente assumerli con il cibo.
Gli Omega – 3 e gli Omega – 6 sono una particolare famiglia di acidi grassi insaturi essenziali.
Gli Omega –3, derivano dall'acido linolenico. I più importanti sono l'eicosapentaenoico (EPA) e il docoesaenoico (DHA), contenuti soprattutto nel grasso di pesce. Inoltre si trovano nell'olio di lino, semi, noci, legumi e foglie verdi. Gli Omega – 6 derivano dall'acido linoleico. Il più importante è l'acido gammalinoleico (GLA), presente negli oli vegetali spremuti a freddo, nei vegetali a foglie verdi, cereali, legumi, noci e semi.
Questi particolari acidi grassi insaturi hanno svariate funzioni, tra cui:

- regolano il tono della parte dei vasi sanguigni e abbassano la capacità di aggregazione delle piastrine;
- concorrono a contenere il colesterolo, a prevenire l'artrite reumatoide e sono necessari per le funzioni celebrali e nervose;
- agiscono come antiossidanti sui radicali liberi e perciò hanno un'azione anti-tumore;
- hanno un ruolo primario nella produzione degli eucosanoidi, particolari "super-ormoni" multifunzione (tromboxani, leucotrieni, prostaglandine) che modulano diversi processi ormonali, intervengono sul sistema di difesa immunitario, nei processi infiammatori, sulla pressione e la viscosità del sangue.

NOTA 3

Altra caratteristica della dieta mediterranea è il ruolo importante e riconosciuto a **frutta e verdura** quali alimenti che forniscono **vitamine, minerali, antiossidanti e fibre**. Queste ultime in particolare sono componenti filamentosi che agiscono come una sorta di "cemento" per vegetali (verdura, frutta e cibi integrali). L'uomo al contrario degli erbivori (ruminanti), non è in grado di utilizzare le fibre a scopo energetico. In base alla loro solubilità in acqua le fibre si dividono in: idrosolubili e non idrosolubili. Le prime (pectine, galattomannani, gomme, mucillagini) hanno il vantaggio di non fornire calorie, di aumentare il senso di sazietà in quanto, assorbendo acqua, aumentano di volume e di catturare parte degli zuccheri, dei grassi e del colesterolo, rallentandone l'assorbimento. Le seconde (cellulosa, emicellulose, lignine) hanno anch'esse il vantaggio di non fornire calorie; inoltre favoriscono lo svuotamento intestinale attivando la peristalsi (motilità) e "catturano" parte del colesterolo, dei sali prodotti dalla bile e diverse sostanze tossiche. Tuttavia sono scarsamente tollerate in presenza di colite ulcerosa e, se ingerite in dosi elevate, assorbono in parte minerali importanti come il ferro, il calcio e lo zinco.

Nella dieta mediterranea i **pasti** sono generalmente **cinque:** tre principali (prima colazione, pranzo e cena) e due di sostegno (spuntino di metà mattinata e merenda).

Ecco un'esempio di **DIETA DIMAGRANTE** (ipocalorica) **DI CIRCA 1200 CALORIE** che prevede addirittura uno spuntino prima di andare a dormire. Essa è stata studiata appositamente per chi, pur volendo perdere qualche chilo, non vuole rinunciare a gustare i piatti tradizionali ; si rammenda sempre che il miglior modo di dimagrire è quello di perdere entro 6 mesi il 10%del peso iniziale e poi proseguire col mantenimento:

Colazione:
un bicchiere di latte parzialmente scremato (g 150);

caffè;
un cucchiaino di zucchero;
due fette biscottate;

oppure g 20 di biscotti
oppure g 20 di cereali.

Metà mattina:
uno yogurt magro da g 125 anche alla frutta;

oppure un cappuccino con un cucchiaino di zucchero
oppure un pacchetto di crackers da g 25
oppure un frutto di stagione.

Pranzo:
Secondo piatto: due uova (massimo 1 volta alla settimana);

oppure tonno sott'olio sgocciolato una confezione da g 80
oppure prosciutto crudo o cotto o speck o bresaola g 70
oppure arrosto di tacchino g 80 oppure 4-5 bastoncini di pesce impanati (cotti al forno)
oppure g 120 di carne oppure g 130 di pesce fresco o surgelato oppure g 60/70 di formaggio light.

Contorno: di verdure crude o cotte, quantità a piacere, condito con un cucchiaino di olio extravergine di oliva;
non mangiare patate, legumi e mais.

Pane: g 40 (mezza rosetta).

Pomeriggio:
uno yogurt magro da g 125 anche alla frutta;

oppure g 20 di cioccolata o due cioccolatini
oppure una spremuta di arancia
oppure un cappuccino con un cucchiaino di zucchero oppure una barretta di cereali
oppure un ghiacciolo o un mini gelatino
oppure un tè con un cucchiaino di zucchero e 2-3 pasticcini.

Cena:

Secondo piatto: a piacere a base di carne o di pesce cucinato e condito secondo le proprie abitudini alimentari (non mangiare alimenti fritti e carni insaccate);
oppure g 80 di qualsiasi tipo formaggio (massimo una volta alla settimana)
oppure come una delle alternative indicate per il secondo piatto del pranzo.

Contorno: di verdure crude o cotte, quantità a piacere, condito con un cucchiaino di olio extravergine di oliva;
non mangiare patate, legumi e mais.
Pane: g 40 (mezza rosetta) o una porzione di legumi freschi o di patate (g 150 circa).

Dopo Cena:

Una mousse magra alla frutta;

oppure un bicchiere di latte parzialmente scremato
oppure 20 g di biscotti anche al cioccolato
oppure un sorbetto alla frutta
oppure un frutto di stagione (g 200 circa).

* Due volte alla settimana TUTTO un pasto può essere sostituito da:

Primo piatto:	Pasta o riso gr. 80, pomodoro pelato e/o verdure a piacere, un cucchiaino di olio, gr. 20 di tonno o di carne trita o gr. 50 di vongole o un cucchiaio di pesto o due cucchiaini di formaggio grattugiato.
Contorno:	Tutte le verdure, compresi i fagiolini ed i funghi; non mangiare legumi, patate e mais. Condimento per il contorno: un cucchiaino di olio extravergine di oliva.
Oppure il contorno può essere sostituito da:	Frutta: una mela o una pera o un kiwi o una banana piccola o gr. 200 di ananas o di fragole o di melone o gr. 400 di cocomero o una pesca o 2-3 albicocche o 2-3 nespole o 2-3 prugne o un'arancia o 15 ciliegie.

Oltre al mantenimento **è essenziale l' attività motoria** ; diamo ancora un esempio di "quanto costino" dal punto di vista energetico alcuni movimenti o attività :

Kcal/minuto

Dormire ……..0.9

Stare seduto …….1.0

Stare in piedi inattivo……...1.1

Scrivere al computer……1.3

Lavare i pavimenti……3.6

Stirare ……..3.5-4.2

Pulire e battere i tappeti a mano……7.6

Intonacare una parete……4.1-5.5

Fare lavori agricoli……5.5-7.0

Spalare……..6.0

Camminare in piano (4Km/h)……2.5-3.5

Correre in bici (22Km/h)……11.1

Correre a piedi (12 Km/h)……..15.0

Giuseppe Polino e Roberto Pacini

L'ANGOLO DELLA POESIA
AVVISO AI NAVIGANTI

di Marco Masolin

L'INGANNO DEI GIORNI

Mentitori vaganti assediano le notti brulle della fantasia
mentre i fuochi bivaccano dentro il fresco della sera.
Ti vedo, ti cerco, ti chiamo ma solo il vento risponde al mio richiamo
che si perde nel grigio indistinto di albe ansiose
ancora imperlate del rosso dei tramonti appena trascorsi.
Come inganna questo tiepido scorrere di giorni
che vincolano la vita al triste declino.
Come sono insidiosi i giorni nel loro fuggire
come meteore impazzite, apparentemente intente a disegnare
un ingannevole trama, a scrivere un copione
che solo domani scoprirai essere il frutto amaro
di una mente impazzita che cancellava, crudelmente, dal tempo la tua storia.
Di tutto questo resterà solo una erta pila di cenere, una piramide di speranze
disattese che un freddo vento di bora spargerà sulla terra
fino a disperderle nel freddo dell'eternità.

MANGIA SANO, MANGIA SANTO

Anche la signora Lilli Beomonte è una nostra vecchia conoscenza, esperta di cucina e non solo. Ella, che ci presentò in passato alcune ricette, altre ce ne presenta a partire da questo mese di gennaio. Si tratta, questa volta, di ricette ispirate ai santi, dunque capaci di ammorbidire, in forza della devozione, qualche oggettiva pesantezza. Forse, quella della signora è una rubrica che sfida o relativizza quella di Pacini-Polino sulla dieta. Insomma, un colpo alla botte e un colpo al cerchione.

MOSCARDINI ALLA SAN GENNARO
O ALLA NAPOLETANA

I moscardini non sono dei veri e propri polpi, sono molluschi cefalopodi; vivono sui fondali dei nostri mari e possono essere marroni o bruni e bianco sporco con macchie nere. Assomigliano ai polpi e si distinguono da questi sia perché sui tentacoli hanno una sola fila di ventose sia per le dimensioni. I moscardini sono molluschi appena nati e si trovano solamente nei mesi di ottobre e novembre.

Per 6 persone: moscardini piccoli, kg, 1,500; pomodori, g.500; pinoli, un pugno; olive di Gaeta, un pugno; uvetta sultanina, un pugno; olio; prezzemolo, un mazzetto; aglio, uno spicchio; fettine di pane abbrustolito; sale; pepe.
Nettate i moscardini eliminando il becco e gli occhi se non sono stati già tolti al momento della pesca e la vescichetta della tinta (la pelle non è necessario perché è tenerissima). Risciacquateli e lasciateli sgocciolare bene. In una casseruola fate scaldare l'olio a fiamma bassa, aggiungete l'aglio e appena l'aglio sarà imbiondito, toglietelo e versate nella casseruola i pomodori spellati, privati dei semi e ritagliati in listerelle. Condite con un pizzico di sale e, se volete, poco pepe. Lasciate cuocere il pomodoro per qualche minuto poi aggiungete i moscardini, i pinoli, le olive di Gaeta private del nocciolo e l'uvetta sultanina precedentemente tenuta a bagno in acqua tiepida per una decina di minuti.
Coprite il recipiente, diminuite la fiamma e lasciate cuocere pian piano per mezz'ora aggiungendo qualche cucchiaiata di acqua se durante la cottura il sugo si asciugasse troppo.
Abbrustolite qualche fettina di pane, allineate queste fette nel piatto di portata, versateci sopra l'intingolo di moscardini, aggiungete il prezzemolo lavato, asciugato e tritato. Fate portare in tavola. Potete accompagnare questi moscardini con un vino bianco servito fresco es. Greco Di Tufo DOC.
Questo piatto è dedicato al patrono di Napoli, San Gennaro che visse nella prima metà del III secolo nel pieno ella persecuzione parte di Diocleziano. San Gennaro probabilmente il primo vescovo di Benevento fu prima condannato "ad bestias" cioè ad essere divorato dalle bestie, poi, essendogli stata commutata la pena, egli fu decapitato a Pozzuoli insieme ad altri due compagni, Festo e Desiderio. Alcuni cristiani si incaricarono di seppellire i martiri e di conservare un po' del loro sangue.
Oltre un secolo dopo, in occasione della traslazione delle reliquie da Pozzuoli a Napoli, una donna avrebbe consegnato al vescovo Giovanni due ampolle contenenti il sangue raggrumato di San Gennaro. Quasi a garanzia di questa affermazione, il sangue si liquefece davanti agli occhi del vescovo e di una grande moltitudine di fedeli. Tale straordinario evento si ripete, accompagnato da fervide preghiere e da insistenti invocazioni al Santo, tutti gli anni a maggio a settembre e in circostanze particolarmente rilevanti per la città di Napoli. Su questo fenomeno si sono fatte moltissime speculazioni; alcuni dicono che è un prodigio, altri affermano che è un falso. Moltissimi napoletani, nel giorno in cui si presume avvenga il miracolo, si affollano nel duomo per cercare di vedere le sacre ampolle ed onorare il santo.

Lillibeo

DI MESE IN MESE: GENNAIO

Son gennaio freddo e bigio, non ho voglia di cantare;
punto il passero, e l'audace trema e fugge senza pace.

Ostan

BUON ANNO, SE DIO VUOLE!

LETTERE IN REDAZIONE

(a cura di P. Franco Stano)

"Carissimo direttore, appartengo ad un gruppo di giovani che da tanti anni è impegnato a sensibilizzare le nostre piazze al problema della lebbra che ancora esiste nel mondo e a domandare la giusta generosa offerta per contribuire, la nostra parte, a debellare definitivamente l'orrenda malattia. La giornata per questa sensibilizzazione è l'ultima domenica di gennaio, quest'anno il giorno 25. Benché il problema della lebbra non pare che ci tocchi da vicino, non le sembra che occorrerebbe fare qualcosa di più per restituire bellezza ai corpi dei nostri fratelli e delle nostre sorelle che della lebbra sono vittime? A volte si ha la sensazione che la nostra gente sia più sensibile a problemi che in qualche modo la riguardano in qualche modo; come se, mi lasci dire, sensibilizzazione ed offerta fosse tali nella prospettiva di un ritorno… Non le sembra questo un fatto piuttosto egoista? Saluti affettuosi, Gilma Furlan".

Intanto, carissima Gilma tu seguita ad essere impegnata liberamente e gratuitamente a favore di coloro che chiami fratelli e sorelle. Essi, che non sono lontani da te, hanno diritto proprio per questo ad una speranza. E non dimenticare mai, Gilma, che Gesù era dalla tua parte quando diceva: «Gratuitamente avete ricevuto, gratuitamente date». Che nelle cose si aspiri sempre ad un certo riscontro è naturale e comprensibile; ma che l'unica ragione del nostro comportamento debba essere il riscontro, mette in crisi la radice stessa della nostra donazione. Sta certa, La Bacheca è dalla tua parte, dalla parte di Gesù che diceva ancora: non sappia la tua destra quello che fa la tua sinistra. In gamba e buona tenuta. PFS.

"Caro direttore, ci chiesero l'altro giorno in classe quale fosse la differenza tra civiltà e cultura. Inizialmente la cosa parve facile, poi… Direttore, che differenza esiste tra civiltà e cultura? Giovanni Schina".

Mi trovo nella tua stessa condizione, caro Giovanni. Che cosa dire? Fino a qualche tempo fa, forse civiltà e cultura coincidevano. Oggi, magari, non coincidono più proprio tanto. Forse la civiltà è legata alle macchine, la cultura allo spirito. Io non so dirti se sia così. Se però così fosse, il nostro mondo, per esempio, potrebbe essere molto civile e poco colto. Diversamente da ciò che potrebbe accadere per altri popoli che sarebbero poco civili e molto colti. Ti ringrazio per avermi posto il problema. Approfondiamolo insieme e parliamone magari in privato. Saluti. 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 V – N.2

Direttore responsabile
Padre Franco Stano

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

EDITORIALE

GESU' DISSE: "EFFATA!" E I CIECHI VIDERO.
L'ASSE LONDRA-BARCELLONA-(GENOVA) HA TRADOTTO: "E' FATTA".
(E CREDE D'AVER SPENTO IL SOLE).

Da quando la Invencible Armada del Cattolicissimo re di Spagna Filippo II fu sbaragliata prima dal vento e poi dai sudditi di Sua Maestà britannica, così che la *invencible* fu *vencida en su paso primero nada más que antes de empezar a bailar* (vinta nel primo passo nientemeno che prima di iniziare la danza), qualcosa turbò per sempre l'anima della grande nazione iberica, buona parte della quale cominciò a scrutare il pensiero e i modi inglesi nel desiderio che un giorno quei modi e quel pensiero fossero i suoi stessi modi e il suo stesso pensiero. Il tempo si sa, è galantuomo ed ecco che oggi finalmente un nuovo asse si è profilato a garantire, certo meglio di quanto non abbia fatto a suo tempo l'asse Roma-Berlino-Tokio (ma non ci voleva molto) i destini d'Europa: è l'asse Londra-Barcellona-Genova tra parentesi.
Tale asse, un pizzico compunto, un pizzico *prioso*, propaganda nientemeno che attraverso i bus - ad ogni epoca i suoi salotti - una cattiva notizia: Dio non esiste. L'iniziale compunzione, però, e la malcelata *priosità* non esimono l'asse stesso dal sollecitare ad una presa di posizione di necessità correlata: se Dio non c'è, divertiamoci un poco; tanto, come direbbe il cinico Luciano "tutto passa prima o poi - e se tutto non passa - passiamo noi" (la citazione è nostra naturalmente, ché l'asse "in tutt'altre faccende affaccendato - a queste cose è morto e sotterrato").
Noi non crediamo che un problema impegnativo quale quello di Dio debba potersi risolvere o essere allontanato dalla coscienza umana con questi scherzucci da dozzina che in fondo non fanno che mettere le birbe alla berlina. E' vero che la "pubblicità" è onnipotente, ma mica sul serio. Solo *ut ita dicamus*, *per così dire* insomma. Perché se la vita è una processione, non è detto che in processione ci vanno sempre le stesse persone e vestano sempre allo stesso modo. Contassimo la gente che di anno in anno le processioni lasciano per strada: a Londra, a Barcellona, a Genova e in ogni parte della terra! Diventeremmo più cauti e meno goliardici, non fosse altro che per rispetto ai nostri morti, tanti, troppi e, se Dio non esiste, nati, vissuti e morti invano. Potrebbe anche essere così, ma ci sarebbe davvero poco da ridere e molto, moltissimo da piangere.
Del resto, noi crediamo che quanti mandano in giro scritte di così ponzato pensiero, un bus non lo hanno mai praticato; gente dunque che non sa assolutamente nulla della pulizia culturale, dei modi garbati, dell'educazione proba, del linguaggio forbito, della civiltà cortese e degli sguardi controllati che nei bus impazzano. Francamente, ci auguriamo che in un bus gente come questa continui a non entrarci mai: usi tutti mezzi di trasporto che vuole, ma lasci stare i bus. Mai sia dovesse decidere di entrarvi un giorno! L'esperienza convince. E una volta convinta che privata di Dio l'uomo cresce in ogni direzione dell'esistere, altro che bus, soltanto! Codesti signori di tanto ponzato pensiero riempirebbero tutti i mezzi di trasporto e si organizzerebbero per testimoniare a tutti quella cattiva notizia che alla fine non manca nemmeno di risvolti

interessanti e anche un po' piccanti. Che qualche filosofo possa pure mortificarsi dopo essere già morto e stramorto al constatare come mal ridotta giaccia quella libertà per la quale impegnarono vita e pensiero, non è cosa che fa ostacolo. Figuriamoci se ci si può attardare sul passato. Di Socrate, poi; o di Platone, o di Aristotele, o di Plotino, o di Boezio, o di Tommaso d'Aquino, o di Kierkegaard, o di Kant, o di Hegel, o di Croce, o di Sciacca, o di Camus, o di chi e più ne ha più ne conti. Volete mettere? I pensatori del pensiero ponzato è gente che al momento opportuno ti cita pure il Vangelo e con una precisa e puntuale evangelica citazione, e te lo dicono chiaramente magari attraverso l'artistica fiancata di un bus di linea, a Barcellona, a Londra e a suo tempo anche a Genova. Vangelo alla mano, dunque, ma stiracchiandolo quanto basta, ti spiattellano in faccia: *Recedant vetera, nova sint omnia* (via le cose vecchie, avanti quelle nuove). Ti dicono così e tu che li guardi alquanto rimbambito vedi nei loro occhi trionfanti quell'*effata* che essi si ostinano a tradurre *è fatta*, continuando così a credere d'aver spento il sole, piccole nuvole, le quali, senza nemmeno una goccia d'acqua, sono ugualmente convinte che, volendolo, farebbero imbestialire il mare. Come dire: *Facite a faccia feroce*, tanto uno che vi prende sul serio, prima o poi, lo trovate pure voi!.

P. Franco Stano, cmf.

LA PREGHIERA

PREGHIERA DELLA DOMENICA

Custodisci la tua Chiesa, Signore…
Proteggi il nostro Papa Benedetto XVI…
Assisti i nostri Vescovi…
Salva il tuo popolo…
Conservaci la pace…
Abbi pietà del cristiano che dubita…
Aiuta l'incredulo che vorrebbe credere…
Illumina i legislatori e i governanti…
Soccorri i poveri…
Consola gli afflitti…

RIFLESSIONI LITURGICHE

di don Pierluigi Vignola

LA FESTA DELLA PRESENTAZIONE DEL SIGNORE

2 Febbraio 2009

Nella festa della Presentazione del Signore al tempio, il vangelo ci propone l'incontro tra Gesù e due persone di Dio: Simeone ed Anna. Essi riconoscono, in un neonato, il Messia, perché resi capaci dallo Spirito Santo di aprire il cuore all'imprevedibile. L'evangelista Luca mostra come si compiono le antiche profezie attraverso il ripetersi dell'espressione "per adempiere la Legge". La purificazione di cui si parla non è solo la purificazione rituale dopo la nascita, ma è la purificazione di tutto il popolo.
Possiamo definire, in questa festa, i riti della presentazione e della purificazione come un'anticipazione del sacramento del nostro battesimo e della penitenza. Maria e Giuseppe e con loro lo stesso Gesù, si assoggettano umilmente ad una legge antica. Quando però ad essere presentato al tempio è il bambino Gesù e a chiedere la purificazione è la vergine Madre, cambiano sostanzialmente i significati di quei riti. Diventano una solenne celebrazione e un'occasione per ripetere a tutti gli uomini che la luce di Dio ha inondato il mondo con la nascita. La Presentazione del Signore nel Tempio del suo Figlio. Lo Spirito Santo pervade l'anima di due santi vegliardi, Simeone e Anna, i quali aspettavano la redenzione di Israele. Alla vista del bambino profetizzano e cantano. Diventano i primi testimoni della fede. Simeone prende fra le sue braccia il figlio di Dio e si sente totalmente appagato nelle sue più intime e profonde attese al punto di desiderare e chiedere solo il riposo eterno nella pace dei giusti poiché - egli dice – "*Ora lascia, Signore, che il tuo servo vada in pace secondo la tua Parola perché i miei occhi hanno visto la tua salvezza*". Questa espressione orante è pronunciata dal sacerdote del tempio: Simeone.
Egli è un vecchio ancora "vegeto e rigoglioso",soprattutto un uomo di pace che vive lo scorrere rapido dei suoi giorni nel sereno abbandono a Dio, adempiendo la Legge. E la pace che egli vive diventa trampolino verso la vita in pienezza, la vita eterna. Sì, la sua pace si approfondisce e si arricchisce perché – lo dice espressamente – i suoi occhi hanno visto la Salvezza. E dov'è questa Salvezza? O meglio: chi è? Sta nelle braccia di Maria: un bimbo in cui si racchiude, in estrema semplicità e povertà esistenziale, il mistero di un Dio fatto uomo, un Dio che, proprio nelle sembianze di un infante porta salvezza e pace a chi in lui confida. Simeone, carico di anni e di sapienza, è una figura tanto importante e attuale per noi.
Egli ha aperto gli occhi: non solo quelli del corpo, ma quelli interiori e, docile allo Spirito Santo, ha riconosciuto in quel fragile, inerme figlio di Maria, il Salvatore del mondo. Per questo chiede di saldare vita e morte e vita eterna dentro un unico itinerario: quello della pace, della certezza che siamo dei salvati.
Il bambino Gesù viene poi definito Luce delle genti e gloria del popolo d'Israele.
Simeone però, illuminato dallo Spirito, deve scandire ancora una solenne profezia, che riguarda il Bambino e sua madre: "*Egli è qui per la rovina e la risurrezione di molti in Israele, segno di contraddizione perché siano svelati i pensieri di molti cuori.*

E anche a te una spada trafiggerà l'anima". Poche parole per descrivere in modo essenziale l'opera della redenzione, attraverso una dura passione, che condurrà il Cristo alla morte e la sua madre ad essere trafitta dal dolore. Le nostre candele, prima benedette e poi accese, quest'oggi ci ricordano Cristo luce del mondo, il dono della fede e le nostre promesse battesimali. Deve essere incessante il nostro desiderio di crescere nell'impegno di testimoniare la nostra viva appartenenza a Cristo.
Andiamogli incontro con le lampade accesa e non consentiamo e niente e nessuno di spegnere la luce della nostra fede, avuta in dono sin dal giorno del nostro battesimo!
E come scriveva Sant'Ambrogio: *"Colui che vuole essere liberato, venga a Gerusalemme, venga al tempio, attenda l'Unto del Signore, riceva nelle sue mani il Verbo di Dio e lo stringa fra le braccia della sua fede. Allora sarà liberato, e non vedrà più la morte, egli che ha visto la vita".*

L'APOSTOLO PAOLO – 2

di Roberto Pacini

Cominciamo col conoscere qualche particolare biografico dell'Apostolo: Paolo è il personaggio biblico di cui abbiamo più notizie. Le sue lettere e il libro degli Atti degli apostoli ci consentono di ricostruire numerosi avvenimenti della sua vita e il suo pensiero.
Nelle biografie di san Paolo si è soliti distinguere quattro periodi:

- il fariseo
- il convertito
- il missionario
- il testimone

Il fariseo. Paolo nacque ai tempi di Augusto, nipote di Giulio Cesare e primo imperatore di Roma dal 30 circa a.C. fino all'anno 14 d.C. La sua città natale fu Tarso, in Cilicia (provincia romana), dove vivevano molte famiglie di ebrei. Fra questi molti erano farisei, appartenenti a una setta che si caratterizzava per la rigida osservanza della Legge mosaica, le cui prescrizioni erano considerate l'unico mezzo di salvezza. Ricordiamo che Gesù condannò duramente il formalismo dei farisei, che giudicò un ipocrita motivo di autocompiacimento e di rinuncia ad un autentico impegno etico e religioso. Saulo – così Paolo era conosciuto tra i farisei – era un convinto seguace di questa setta e il suo zelo lo portò a perseguitare i cristiani.
Il convertito. Sulla via di Damasco Paolo fece esperienza del Signore risorto, scoperto, con gli occhi della fede, Figlio di Dio, unico e universale mediatore di salvezza. L'episodio, causa della conversione di Paolo alla fede cristiana, è raccontato nel libro degli Atti con toni drammatici: davanti al Signore Paolo cade da cavallo e rimane accecato da una luce sfolgorante. "L'esteriorizzazione miracolistica è, di fatto, un espediente stilistico per sottolineare la densità dell'incontro esistenziale con Cristo e soprattutto la sua profondità di evento di grazia." (G. Barbaglio, Le lettere di Paolo, Borla, p. 20). In Paolo avvenne un cambiamento radicale e ciò che

prima considerava frutto della Legge, da allora lo attribuì al Cristo: *"Io infatti mediante la legge sono morto alla legge per vivere per Dio. Sono stato crocifisso insieme con Cristo. Non sono più io che vivo, ma è Cristo che vive in me. La mia vita mortale al presente è vita di fede nel Figlio di Dio, che mi ha amato e si è consegnato alla morte per me"* (Galati, 2, 19-20).

Il missionario. Dopo la conversione Paolo rimase per tre anni in una zona dell'Asia Minore compresa tra l'Arabia, Damasco e la Cilicia, quindi, dopo essere andato a Gerusalemme a consultare Pietro e gli altri apostoli, si trasferì ad Antiochia, che divenne la sua città di residenza, base di partenza per i suoi viaggi missionari.

Si è soliti schematizzare i suoi tre grandi viaggi missionari, descritti negli Atti degli Apostoli a partire dal capitolo tredicesimo, nel seguente modo:

1) dal 45 al 49 d.C. (Cipro, Asia Minore, Anatolia, Antiochia)
2) dal 49 al 53 (Cilicia, Galazia, Macedonia) – Prima lettera ai Tessalonicesi
3) dal 54 al 58 (Efeso, Corinto, Cesarea, Gerusalemme) – Lettere ai Romani, Prima ai Corinzi, ai Galati, ai Filippesi, a Filemone.

Il testimone. Paolo tornò per la quarta volta a Gerusalemme nel 56 o 57 d.C., dove fu arrestato nel tempio, processato e preso in custodia dal governatore romano perché, dichiaratosi cittadino romano, si era appellato a Cesare. Rimase quindi due anni a Cesarea come prigioniero, poi fu trasferito a Roma dove arrivò nel 61, trattenuto due anni agli arresti domiciliari. I dati degli Atti degli Apostoli finiscono qui. Quello che accadde dopo, prima della sua morte avvenuta a Roma per decapitazione, probabilmente nel 67, lo conosciamo solo attraverso le tradizioni dei primi secoli. Secondo una di queste Paolo sarebbe stato liberato mentre si trovava a Roma, e dopo un viaggio missionario in Spagna si sarebbe recato in Grecia per visitare le Chiese da lui fondate. Tornato a Roma fu catturato nuovamente e poi ucciso. Il suo corpo è stato deposto nel luogo in cui verrà edificata la Basilica di San Paolo fuori le mura.

LA FRASE

"Chi guarda un vero amico vede, come in uno specchio, se stesso; e così gli amici lontani sono come presenti, i bisognosi sostenuti, i deboli forti, e, quel che è più incredibile, i morti viventi: tanto l'onore, la memoria e il rimpianto accompagnano gli amici!" (Marco Tullio Cicerone).

PER UN VOCABOLARIO CRISTIANO

OBBEDIENZA

È l'adesione e la subordinazione per lo più passiva a un'ideologia, a un centro di potere, a un'istituzione.

Per il cristiano, lungi dall'essere costrizione e sottomissione passiva, l'obbedienza è la libera adesione al disegno di Dio, anche se racchiuso nel mistero, che gli permette di

fare della propria vita un servizio di Dio e di entrare nella sua gioia. La libera obbedienza d'amore è il punto in cui le cose incomparabili si toccano fino ad identificarsi. Da parte dell'uomo questa obbedienza d'amore porta il nome distintivo di fede, che in quanto atto dell'uomo, è un tentativo iniziale di consegnarsi (*Credo, Signore, aiuta la mia incredulità),* che da parte del Signore viene raccolto benignamente, anzi viene già suscitato nel primo tentativo, stimolato, sostenuto e portato a successo *(gratia praeveniens et consequens).*
Fin dalle origini, Adamo disobbedisce a Dio, trascinando nella sua ribellione tutti i suoi discendenti ed assoggettando la creazione alla vanità. Per contrasto, la scelta di Abramo fa vedere che l'obbedienza è la sottomissione dell'uomo alla volontà di Dio: Dio si aspetta l'esecuzione di un comando, di cui non vediamo il senso ed il valore, ma di cui percepiamo il carattere di imperativo divino. Se Dio esige la nostra obbedienza, è perché ha un disegno da compiere, un universo da costruire, e gli occorre la nostra collaborazione, la nostra adesione nella fede. La fede non è l'obbedienza, ne è il segreto; l'obbedienza è il segno ed il frutto della fede.
Per salvare l'umanità, Dio suscita la fede di Abramo e, per accertarsi di questa fede, la fa passare attraverso l'obbedienza: "*Lascia la tua terra*", "*Cammina alla mia presenza e sii perfetto*", "*Prendi il tuo figlio... offrilo in olocausto*". Tutta l'esistenza di Abramo poggia sulla parola di Dio, che gli impone continuamente di avanzare alla cieca e di compiere atti il cui senso gli sfugge. Perciò l'obbedienza è per lui una prova, una tentazione di Dio e per Dio una testimonianza inestimabile.
L'alleanza suppone esattamente lo stesso comportamento: "*Tutto ciò che Jahvè ha detto, noi lo faremo e gli obbediremo*", risponde Israele aderendo al patto che Dio gli propone. L'alleanza implica una carta, la legge, una serie di comandamenti e di istituzioni che inquadrano l'esistenza di Israele e sono destinati a farlo vivere come popolo di Dio. Poiché la fedeltà alla legge non è vera che nella adesione alla parola ed all'alleanza di Dio, l'obbedienza ai suoi precetti non è una sottomissione da schiavi, ma un atto di amore.
Ma nessuno obbedisce a Dio. Israele è una casa ribelle, con figli ribelli; schiavo del peccato, l'uomo disonora Dio ed è incapace di obbedirgli.
Per giungervi, per trovare la legge nel fondo del suo essere, bisogna che Dio mandi il suo servo. "*Come per la disobbedienza di uno solo gli altri sono stati costituiti peccatori, così per l'obbedienza di uno solo gli altri saranno costituiti giusti*". L'obbedienza di Gesù Cristo è la nostra salvezza e ci dà modo di ritrovare l'obbedienza a Dio. La vita di Gesù Cristo fu, sin dal suo ingresso nel mondo e fino alla morte di croce, obbedienza, cioè adesione a Dio. Venuto per fare non la sua volontà, ma la volontà di Colui che lo ha mandato, egli trascorre tutta la sua vita nei doveri normali dell'obbedienza ai genitori ed alle autorità legittime. Nella passione spinge l'obbedienza al culmine, abbandonandosi senza resistere a poteri disumani ed ingiusti, facendo della sua morte il sacrificio più prezioso a Dio, quello dell'obbedienza.
Per mezzo di Gesù Cristo, per mezzo dell'obbedienza al suo vangelo ed alla parola della sua Chiesa, l'uomo raggiunge Dio nella fede, sfugge alla disobbedienza originale ed entra nel mistero della salvezza: l'unica legge del cristiano è Gesù Cristo.

Ed è una legge che comprende pure l'obbedienza alle autorità umane legittime, (genitori, sposi, poteri pubblici), riconoscendo dovunque l'autorità di Dio.
Il cristiano, dunque, l'uomo che vive di fede, regola tutta la sua esistenza sull'unica possibilità apertagli da Gesù Cristo, il Figlio di Dio, obbediente per noi tutti fino alla croce: quella di partecipare al sì obbediente a Dio, che redime il mondo.

Nicla Filippi

IL DIRITTO CANONICO

IL CONCETTO DI MATRIMONIO CANONICO E IL "BONUM CONIUGUM"

di Angelo Andrei

Canone 1055, §1: *"Il patto matrimoniale, mediante il quale l'uomo e la donna costituiscono tra di loro il consorzio di tutta la vita, ordinato per sua natura al bene dei coniugi e alla procreazione ed educazione della prole, tra i battezzati è stato elevato da Cristo Signore alla dignità di sacramento".*

A partire da questo numero della rivista cominciamo il nostro viaggio all'interno del diritto canonico, con lo scopo di conoscere ciò che esso ci dice dei Sacramenti della Chiesa Cattolica, anche nell'intento di fornire nuovi elementi cognitivi e spunti di riflessione. Non ultimo, infine, ci poniamo l'obiettivo di contestare talune errate credenze in materia di Sacramenti, la cui origine discende, talvolta, da una mancata o errata informazione.
Il primo Sacramento che prenderemo in considerazione è il "matrimonio", oggi più che mai di grande interesse vista la grave crisi che da tempo colpisce la famiglia e di cui esso è il fondamento.
Il canone 1055, §1 ci fornisce una definizione molto precisa dell'istituto matrimoniale.
Il matrimonio è, innanzitutto, un *"consortium totius vitae"*: cioè l'unione sponsale di un uomo e di una donna, che si impegnano reciprocamente a condividere ogni aspetto (totalità) della propria vita, da quelli più intimi a quelli più esteriori. Il matrimonio è *"un'intima comunità di vita e d'amore, istituita dallo stesso Creatore e strutturata con leggi proprie"* (Gaudium et Spes, n. 48, 1).
Tale unione, oltre che essere indissolubile (cioè, per tutta la vita) ad immagine e somiglianza di quella che Cristo ha stabilito tra sé e la Sua Chiesa, è anche esclusiva: l'amore che unisce un uomo e una donna deve avere una profondità spirituale, un'intensità emotiva ed una estensione sentimentale tale da risultare unico ed irripetibile con qualsiasi altro soggetto. Proprio l'indissolubilità e l'unità costituiscono le **proprietà** essenziali del matrimonio.

E' anche evidente che un siffatto "consorzio" necessariamente impegna l'individuo nella sua totalità, cioè in ogni suo ambito: nella sua sfera spirituale, psichica e fisica.
Questa unione così intensa e totale (potremmo dire anche "totalizzante", perché diventa il senso stesso della vita del coniuge) porta a fare di due persone una sola "carne", un'unica e nuova realtà; si può ben dire che l'amore di due coniugi genera una terza creatura (la coppia coniugale), la quale non è solo la somma di due individui ma è un "tertium" che non annulla l'identità e l'originalità del singolo individuo che contribuisce a realizzarla. Si viene, quindi, a creare un rapporto che impegna tre soggetti: il singolo sposo, la coppia coniugale e Dio, uniti da una relazione di reciproco amore, a somiglianza di quella che intercorre tra le Persone della SS. Trinità.
Il matrimonio religioso persegue dei **fini** ben precisi e peculiari.
Nel vecchio Codice canonico del 1917 era prevista una gerarchia dei fini (canone 1013, §1), che annoverava a livello primario la procreazione e l'educazione della prole (*"procreatio atque educatio prolis"*) e a livello secondario il reciproco aiuto e il rimedio alla concupiscenza (*"mutuum adiutorium et remedium concupiscentiae"*). L'attuale Codice, invece, ha ritenuto di dover innovare su questo punto, recependo l'orientamento del Concilio Vaticano II: nell'attuale formulazione normativa non vi è più alcuna traccia di una gerarchia dei fini, essendo stato equiparato il *"bonum coniugum"* (termine senz'altro più ricco di significato rispetto alla più generica espressione "mutuum adiutorium" del precedente Codice, di cui ha preso il posto) alla procreazione ed educazione della prole. In tal modo si è inteso riconoscere agli sposi una maggiore dignità all'interno del rapporto matrimoniale, senza, tuttavia, che questa comportasse una "deminutio" per la figura della prole, che resta ugualmente titolare del diritto ad essere procreata e a ricevere una corretta e completa educazione morale e religiosa.
Proprio il fine del **"bonum coniugum"** merita una particolare riflessione.
Da notare che prima del 1977 nessun documento ecclesiastico aveva individuato nel "bonum coniugum" uno dei due fini del matrimonio: il documento conciliare "Gaudium et Spes" (nn. 48 e 50) tratta del "bene dei coniugi", ma unicamente con riferimento all'indissolubilità del vincolo matrimoniale e alla paternità responsabile. Ancora prima, l'Enciclica "Casti connubii" (1930) aveva già parlato del "bonum coniugum", ma anche in questo caso per ragioni non inerenti all'individuazione dei fini matrimoniali. E' solo nel 1977, grazie all'opera dei Consultori della Commissione Pontificia per il nuovo Codice, che il "bonum coniugum" è stato individuato quale fine del matrimonio; tuttavia, neanche in occasione dell'elaborazione dello schema del nuovo codice si è pervenuti a definire il concetto di "bonum coniugum".
Certamente, però, il "bonum coniugum" deve essere iscritto tra i fini del matrimonio e non tra le proprietà dello stesso. A questo proposito si ricordi anche che S. Agostino individua le proprietà del matrimonio in tre "beni": "bonum fidei" (fedeltà), "bonum sacramenti" (permanenza del vincolo) e il "bonum prolis" (prole). Questi beni, e solo questi, caratterizzano il vincolo matrimoniale: nessuna traccia del "bonum coniugum" è rinvenibile nella dottrina agostiniana a proposito delle proprietà matrimoniali. Le

parole dello stesso S. Agostino non lasciano dubbi in proposito: *"Sono queste le buone qualità che fanno che il matrimonio sia buono: la prole, la fedeltà, la permanenza"*. Oltretutto, il carattere di "fine" del bonum coniugum è acclarato dalla stessa formulazione del canone 1055: il matrimonio è *"per sua natura ordinato al bene dei coniugi ..."*.
Si è detto in precedenza che non si è mai giunti da dare una definizione del concetto di "bonum coniugum"; tuttavia, non sono mancati gli sforzi degli studiosi di addivenire ad una concettualizzazione dottrinale del "bene dei coniugi". Certamente, manifestazioni di questo "bene" sono i già citati "mutuum adiutorium" e "remedium concupiscentiae" del vecchio Codice canonico del 1917; tuttavia, non ritengo questi valori ancora sufficienti a realizzare il "bene dei coniugi". E' necessario, a mio avviso, individuare il bene dei coniugi soprattutto nel reciproco contributo alla crescita interiore: tesi suffragata dalla già citata Enciclica "Casti connubii", che richiama i coniugi ad un *"costante impegno per aiutarsi mutuamente verso la perfezione"* (Acta Apostilicae Sedis 22 (1930) 548). Anche la Costituzione Dogmatica *"Lumen Gentium"* (n. 11) evidenzia la natura spirituale del matrimonio: *"I coniugi cristiani si aiutano a vicenda per raggiungere la santità nella vita coniugale e nell'accettazione ed educazione della prole"*. Da ultimo, anche la "Gaudium et Spes" afferma che *"... essi* (i coniugi), *compiendo il loro dovere coniugale e familiare ... tendono a raggiungere sempre più la propria perfezione e la mutua santificazione"*.

MUTAMENTI EPOCALI

di Angelo Di Nicola

CARLO MAGNO

E' un concetto ormai largamente condiviso che il Medioevo (nonostante alla caduta dell'impero Romano d'occidente facesse seguito, nell'immediato, un periodo di decadenza dei centri urbani, con condizioni di vita in genere peggiorative in ambito socio-economico e culturale, con un regresso dei metodi di coltivazione e un declino del commercio e dell'industria) non fu in assoluto un lungo periodo buio ed inerte, ma che, ad un esame meno superficiale (e parziale), presenta invece una propria vivacità e fervore di attività umane, come del resto è naturale che sia.
Alcuni studiosi più accorti ad esempio, tra cui il grande storico Belga Henry Pirenne, hanno evidenziato come in realtà anche dopo la rovina di Roma i commerci marittimi nel Mediterraneo non si siano interrotti ed anche l'efficace azione della Chiesa per la salvaguardia delle città dell'ex impero.
Nel periodo altomedievale, in realtà, sedi comuni di civiltà furono il castello, proprietà di un cavaliere investito di un beneficio cosiddetto feudale, il monastero e la città fortificata, sede vescovile: centri molto spesso in lotta tra loro per il dominio sui territori circostanti.

Ben presto tuttavia molti agglomerati urbani iniziarono a sviluppare, con mercati permanenti o fiere periodiche, il ruolo di centri di attività artigianali, sedi di scambi commerciali e di conseguenza anche luoghi privilegiati di scambi culturali.
Gli ordini monastici, dal canto loro, svolsero un ruolo fondamentale nella conservazione della cultura classica, anche con la trascrizione amanuense degli antichi testi, aspetto che molto spesso viene trascurato nei furibondi e spesso faziosi attacchi alla Chiesa, soprattutto quella medievale, tacciata di oscurantismo tout court.
Non si dimentichi poi che fu nel medioevo che sorsero, sempre per iniziativa ecclesiastica, le prime Università ed si mise mano alla realizzazione di grandi ed importanti chiese e cattedrali come il Duomo di Milano, Santa Maria Novella, Santa Croce e Santa Maria del Fiore a Firenze, il Duomo di Orvieto, diversi importanti Palazzi, per non parlare delle opere di grandi artisti come Giotto e Simone Martini.
Infine si consideri che è proprio in questo periodo che sorse l'Europa così come oggi grosso modo la intendiamo, anche se occorse un lungo periodo per convertire al Cristianesimo i popoli che la abitavano e perché fiorissero quelle diverse espressioni civili e culturali che diedero vita, progressivamente, alle varie identità nazionali.
Certo dal settimo secolo in poi, mentre nella parte orientale l'impero Bizantino poté in qualche modo continuare a garantire i traffici commerciali, il Mediterraneo da "mare nostrum" divenne progressivamente possedimento musulmano. Infatti gli Arabi, sulla spinta dell'Islam, la nuova religione predicata da Maometto, in un paio di secoli si impadronirono di tutte le coste meridionali del Mediterraneo, della Sicilia e di buona parte della penisola Iberica, fino a penetrare nella antica Gallia, dove alfine vennero fermati, a Poitiers, dai Franchi di Carlo Martello.
Peraltro anche la lunga dominazione Araba non mancò di esercitare un'influenza di rilievo, oltre che nella vita civile delle popolazioni sottomesse, sull'agronomia, le scienze, la cultura e l'arte di quelle stesse regioni.
Proprio dal pericolo dell'espansione Araba, secondo Pirenne, fu favorita l'ascesa di Carlo Magno (742 – 814), il sovrano più potente di tutto il Medioevo.
Di stirpe Carolingia, figlio di Pipino il Breve, che aveva esautorato l'ultimo re dei Merovingi e nipote proprio di quel Carlo Martello che aveva fermato gli Arabi a Poitiers, Carlo alla morte del fratello Carlomanno, col quale divideva il regno, aveva incorporato anche i possedimenti del fratello.
Nel frattempo aveva stretto alleanza con i Longobardi sposando Ermengarda, figlia del re Desiderio. Ma quando il papa Adriano I chiese aiuto contro i Longobardi stessi, poiché minacciavano i suoi possedimenti, Carlo invase l'Italia, detronizzò Desiderio ed assunse il titolo di re dei Franchi e dei Longobardi. Quindi si recò a Roma impegnandosi solennemente a proteggere il Papato.
Nel 775, quindi, intraprese una lunga campagna per sottomettere e cristianizzare i Sassoni e nel 778 diede inizio al conflitto in Spagna contro gli Arabi, conflitto che dopo un inizio incoraggiante dovette segnare il passo a causa di due gravi sconfitte, di cui quella di Roncisvalle, in cui la sua retroguardia guidata dal paladino Rolando dovette subire una rovinosa imboscata, fu materia della celebre "Chanson de Roland".

Infine nel 788 riuscì a sottomettere la Baviera e tra il 791 e il 796 i territori dell'attuale Austria ed Ungheria, costituendo, di fatto, un nuovo impero.
Il giorno di Natale dell'anno 800, infatti, Carlo ricevette dalle mani del Pontefice Leone III la corona che lo consacrava sovrano del nuovo impero Cristiano, il Sacro Romano Impero, nonché il titolo di difensore della Cristianità (nonostante l'opposizione dell'imperatrice Bizantina Irene, alla quale, dopo un conflitto combattuto nell'Adriatico, in cambio del riconoscimento del titolo, dovette restituire Venezia, l'Istria e la Dalmazia).
Ma oltre che abile stratega, Carlo Magno organizzò anche un solido sistema di governo, suddividendo il regno in contee e marche (nel tentativo di imbrigliare la nobiltà in capillari rapporti di vassallaggio) e redasse ordinanze e leggi con cui cercò di regolamentarlo unitariamente (i cosiddetti "Capitolari"). Fu, non di meno, un grande patrocinatore della cultura e delle arti.
Morì nell'814 ad Acquisgrana, dove venne solennemente tumulato nella locale Cattedrale.

OPINIONI

IL FETICCIO CHIAMATO CULTURA DI MASSA

Il politologo Giovanni Sartori ha liquidato il "cattivo" riformismo scolastico predicato e praticato dal sessantottismo in quanto esso ha favorito due tendenze esiziali per la scuola e quindi per la cultura: l'ignoranza del passato e l'antielitismo. Avendo già parlato altrove della prima, mi dedicherò qui all'antielitismo. E cioè all'antindividualismo insito nella comunicazione di massa e nella corrispondente cultura (di massa), che si rivolge esclusivamente a medie collettive o categorie sociologiche (e quindi solo alla nostra sfera emotiva trascurando quella razionale) e opera mediante eventi come i festival o campagne pubblicitarie. La cosiddetta cultura di massa è figlia infatti della comunicazione di massa, a causa della quale la comunicazione è diventata il tutto. La comunicazione è tutto, cioè da mezzo è diventata fine. E tutto quello, che, come soprattutto la cultura, ritenevamo fine, è stato ridotto a mezzo. La centralità è stata usurpata dalla comunicazione a danno della cultura oltre che di altri valori.
La comunicazione di massa ci impone di credere che siamo noi ad essere fatti per la cultura, mentre dal punto di vista individuale è la cultura che è fatta per noi. È la cultura che deve servire a ciascuno di noi, non viceversa. Per cui nel primo senso la cultura diventa un totem o un feticcio creato pubblicitariamente, come dicevo, mediante eventi o revival. La pubblicità o la comunicazione di massa ha innescato il fenomeno oggi molto diffuso delle rimitizzazione feticistica della cultura. Come afferma il filosofo Armando Torno, "non ci occupiamo più di un'idea, ma della storia dei vezzi che ha ispirato". Cos'altro ci fa venire in mente se non un uso feticistico della religione questa titolazione di giornale: - La provocazione di Madonna -:

“Dedico Like a Virgin al Papa”. - La star all'Olimpico -: *“anch'io sono figlia di Dio?”* In ogni caso è incontestabile che "la cultura massificandosi s'è immiserita", come con l'economista Geminello Alvi chiosano in tanti. E, soprattutto, non viene considerata quella risorsa indispensabile a salvaguardare la nostra identità civile, ma anche religiosa, e a farci superare i momenti di crisi come l'attuale.
Sennonché gli eventi di per sé non producono cultura. "Ogni volta che si promuovono eventi si tradisce la cultura." Ha scritto il direttore di famosi musei Jean Clair, deciso nemico della cultura degli eventi "che trasforma l'arte in spettacolo e i musei in luna park". Il critico letterario Alfonso Berardinelli: "Il libro non si legge: si discute nei festival." E ancora: "Le attuali affollate manifestazioni culturali sono palcoscenici e vetrine. Gli autori invitati sono figure con l'aureola, icone, scrittori-star. Ciò che elettrizza e seduce è la loro presenza fisica. In un festival l'immagine fisica e la voce degli autori sovrastano, rendono secondario il testo scritto e stampato, la sua tradizionale centralità." Insomma si va a vedere e sentire Benigni, non Dante: la centralità è usurpata dal primo a danno del secondo. Ricorda Lucetta Scaraffia che secondo una nota rivista "i giovani sarebbero i più numerosi fruitori ma anche tra i più assidui organizzatori (con o senza compenso) dei festival culturali di moda negli ultimi anni". Ma "in realtà i festival non implicano il leggere, bensì il semplice coinvolgimento nelle più varie manifestazioni, fondate sul semplice ascolto. Ma, si sa, ascoltare è una pratica collettiva, che può essere vissuta come *una emozione*, laddove leggere, invece, richiede impegno individuale, concentrazione". Tanto che su un giornale qualche tempo fa si poteva leggere questo titolo: "L'allarme degli esperti anglosassoni: la nuova generazione non è più capace di concentrarsi."
I cosiddetti eventi culturali non sono che celebrazioni occasionali e provvisorie sensa effetti duraturi. Provvedono a quello che è stato definito il consumo "evenemenziale". Soddisfano emotivamente sul momento. Non innescano di per sé quel processo di riflessione che praticamente non finisce mai divenendo parte di noi stessi. Finiscono per essere cancellati facilmente senza lasciare traccia. Senza segnare in profondità e in modo durevole i nostri comportamenti. Senza favorire il radicamento in noi di quella viva abitudine alla ricerca culturale che ci porta a perseguire la cultura come necessità e non come momenti di evasione. Per dirla con il critico Giovanni Mariotti, "gli eventi servono solo a se stessi". E ancora: "L'evento, si sa, è intermittente e puntiforme; la cultura, se davvero è tale, dovrebbe essere presente in tutti i nostri comportamenti."
In quanto massa ciascuno di noi è passivo e conformista. Le cose ci passano dinanzi senza lasciar traccia e partecipiamo agli eventi perché tutti o tanti lo fanno. E perché attraggono con la seduzione della pubblicità. In quanto individui tendiamo invece a essere attivi e anticonformisti. E oggi siamo di fronte a una offerta culturale che non differisce in nulla da ogni altra offerta commerciale: sia in quanto iperproduzione libraria sia in quanto intasamento on line. Ed è divenuta anch'essa quantitativamente incontrollabile, molto contraddittoria e perciò disorientante. "La nostra è l'epoca dei libri inutili e delle manipolazioni più che della ricostruzione dei testi." Ha scritto Torno. Il nostro pianeta è diventato del resto una giungla quasi inestricabile di segnali e comunicazioni. Siamo continuamente bombardati da una quantità di stimoli al

limite dell'intollerabilità. E la cultura di massa non fa altro che spingerci ad alimentare e aumentare più ancora questo caos. Non fa che spingerci a sacrificare il nostro senso cristico sull'altare di una cultura divenuta un vero e proprio moloch. Mentre, come dicevo, è la cultura che deve servire a ciascuno di noi, e non viceversa. Perciò, al contrario, è il momento di difendercene. L'individuo oggi è chiamato a dotarsi di strumenti selettivi per potersi orientare in tanta cnfusione. Per salvarci insomma, per non annegare culturalmente, occorre perseguire l'impegnativa via individuale alla cultura. La via che ci permette di non lasciarci fagocitare e smarrire nelle maglie narcotizzanti e alienanti della seducente pseudo-cultura di massa. La via della fatica, dell'impegno e dello studio continuo che sono indispensabili per l'acquisizione di un abito culturale autentico, cioè: duraturo, autonomo (anticonformista) e non superficiale o esornativo da vuota erudizione, la quale è anch'essa una forma di mitizzazione feticistica della cultura. Abito culturale di cui si è in grado di dar conto a proprio rischio e non chiamando in aiuto (come uno schermo dietro cui ripararsi) l'opinione dei più (pubblica, di massa). E che perciò non ha paura della solitudine.
L'espressione "scuola di massa" oggi ha un significato quasi esclusivamente negativo. Ma non era così quando il fenomeno cominciò a prendere piede intorno agli anni sessanta del secolo scorso. Allora si voleva rivendicare con quella espressione una scuola per tutti, non solo per i privilegiati, nel senso che doveva essere riconosciuto a tutti il diritto all'istruzione. Ben presto però questo "tutti" fu inteso in senso antindividualistico. Man mano, come ha notato lo scrittore Sergio Travaglia, abbiamo allineato le qualità individuali alla "media collettiva" promuovendo quel livellamento che, come si sa, tira sempre verso il basso. È andato così "distrutto il principio del merito producendo la *società del demerito* che premia i peggiori e gli incapaci a danno dei competenti e dei migliori." Per riproporre la frase già citata di Sartori.
Abbiamo pensato insomma che si dovesse istruire o educare la massa e non l'individuo, senza minimamente riflettere sull'assurdità di un simile proposito. Perché in questo modo la cultura è ridotta a pubblicità. La quale è il modello della comunicazione di massa. Molto tempo fa del resto un preveggente studioso dei mass media, Jacques Ellul, pronosticò: "La comunicazione sarà solo pubblicità." Anche l'insegnamento è stato dunque ridotto a comunicazione di massa mediante la tendenza a sostituire, pure nella scuola, le lezioni con gli eventi, il quotidiano studio personale con estemporanee, aleatorie e culturalmente improduttive kermesse collettive. Slogan al posto di nozioni. Campagne di informazione, che per loro natura ricalcano necessariamente la campagne pubblicitarie, al posto di lezioni basate sulla ricerca. Cartelloni al posto di libri. Partecipazione alle campagne per la fame nel mondo, per la pace, per l'ecologia, contro il razzismo, contro l'inquinamento, ecc. al posto di vere lezioni di economia, sociologia, geografia economica, geologia, antropologia, ecc. Facendo così entrare nella scuola in modo acritico, i conflitti politici che percorrono la società. Per determinare delle prese di posizione ideologiche, e quindi settarie e faziose, che, mentre esaltano sotto il profilo collettivo o di massa, mortificano e compromettono lo sviluppo dello spirito critico individuale invece di favorirlo. Perché intese a sollecitare e soddisfare esclusivamente la sfera emotiva a danno di

quella razionale. Ultimamente ha fatto capolino la proposta di riempire di spots pubblicitari anche i libri scolastici come da tempo avviene in tante riviste. Ma si finirebbe soltanto per ridurre pure quelli, come queste, a pubblicazioni non da leggere, ma da sfogliare.

Giuseppe Laperchia

DI MESE IN MESE: FEBBRAIO

Son febbraio e son piccino, picchio i giorni senza sosta;
so di neve, spiego i venti, provo i boschi, incalzo i denti.

Ostan

NUTRIRSI BENE PER VIVERE MEGLIO

18 – LA DIETA "ZONA"

La dieta a zona fu proposta dal biochimico americano Berry Sears nel 1995, con l'uscita del primo libro: "Come raggiungere la zona".
Essa si basa su due pilastri:

- tenere sotto controllo la produzione di **insulina** nel pancreas, mediante pasti frequenti in cui la ripartizione in termini di calorie dei macronutrienti sia sempre 40-30-30 (40% di calorie provenienti dai carboidrati, 30% dalle proteine, 30% dai grassi);
- aumentare la produzione degli **eicosanoidi** buoni (ormoni che regolano moltissime funzioni vitali dell'organismo) a scapito di quelli cattivi.

I due pilastri sono strettamente collegati. Infatti l'obiettivo di questa dieta è di realizzare una situazione alimentare ideale, che favorisce la produzione di eicosanoidi buoni e reprime quella di eicosanoidi cattivi, con il risultato di migliorare molte funzioni dell'organismo. Tra gli effetti auspicabili vi è la regolazione dell'ormone insulina, capace di modulare la presenza degli zuccheri nel sangue, favorendone l'ingresso nelle cellule e la loro utilizzazione e di conseguenza anche la produzione di eicosanoidi cattivi, causata da una situazione di iperglicemia.

EICOSANOIDI

Gli **eicosanoidi** (*eicosa* = venti) sono sostanze che regolano i sistemi ormonali. Sono chiamati anche "superormoni". Isolati per la prima volta nel 1930 nella prostata delle pecore, furono denominati **prostaglandine**. In seguito furono scoperti altri tipi di eicosaniodi come i trombossani, i leucotrieni, le lipossine, ecc.). Queste sostanze sono prodotte dall'ossidazione dei grassi polinsaturi, in particolare dai derivati degli **acidi grassi essenziali**. I più studiati sono senz'altro le prostaglandine. Ne esistono più di 30 tipi, suddivise in **3 famiglie**: le famiglie PG1 e PG2 derivano dai grassi omega 6 (il cui capostipite è l'acido linoleico), la famiglia PG3 dai grassi omega 3 (il cui capostipite è l'acido linolenico). Le prostaglandine con i maggiori effetti sulla salute sono le **PG1** e le **PG2**. Le prime (soprattutto la PGE1) svolgono le seguenti funzioni benefiche:

- abbassano la pressione sanguigna, favorendo la rimozione del sodio e combattendo la ritenzione idrica;
- prevengono l'aggregazione piastrinica, prevenendo l'insorgenza di trombi e infarti;
- inibiscono la risposta infiammatoria;
- migliorano il funzionamento dell'insulina e mantengono la glicemia costante;
- migliorano il funzionamento del sistema nervoso e di quello immunitario.

Le prostaglandine PG2 possono essere buone o cattive. Ad esempio la PGE2 causa ritenzione idrica, aggregazione piastrinica, infiammazioni e aumento della pressione sanguigna, mentre la PGI2 agisce in modo simile alla PGE1.

Secondo Sears la percentuale 40-30-30 migliora le capacità lipolitiche dell'organismo, con conseguente perdita di massa grassa, che vuol dire dimagrimento. Inoltre, determinando la quantità di proteine di cui si ha bisogno, secondo il proprio stile di vita, la dieta favorisce la formazione della massa magra muscolare.

Sears suggerisce di utilizzare prevalentemente i carboidrati "favorevoli", soprattutto frutta e verdura, che hanno un indice glicemico basso (vedi numero precedente). Sono invece limitati i cereali (pasta, pane, pizza, ecc.). Le proteine considerate "favorevoli" per la zona sono quelle del pollo, pesce, tacchino, albume dell'uovo, ecc., che stimolano il **glucagone,** un ormone che ha effetti fisiologici opposti all'insulina. Il glucagone, infatti, è un **ormone grasso-mobilizzatore,** che rallenta la produzione di insulina e aiuta a bruciare il grasso accumulato. Le proteine "sfavorevoli" sono invece quelle ricche di grassi saturi: tuorlo d'uovo, carne rossa, maiale e altre carni d'organo (ad esempio frattaglie). Anche i grassi insaturi, che contribuiscono al senso di sazietà, sono considerati importanti per essere in zona.

Secondo i calcoli di Sears, dobbiamo consumare fra 1 e 2 grammi di proteine al giorno per ogni chilogrammo di massa magra. Inoltre, per ogni 7 grammi di proteine, dobbiamo consumare 9 grammi di carboidrati e 3 grammi di grassi.

Per rendere meno difficoltoso il conteggio è stato ideato il sistema dei **blocchi** e dei **blocchetti**: 7 grammi di proteine corrispondono a 1 blocchetto, così come 9 grammi di carboidrati e 3 grammi di lipidi. Chi desidera mantenersi "in zona" (mantenere cioè bassi i livelli di insulina) deve impostare i propri pasti in modo che il rapporto dei blocchetti sia 1:1:1 (ad ogni blocchetto di proteine deve corrispondere 1 blocchetto di carboidrati e 1 blocchetto di lipidi). L'insieme dei 3 blocchetti (1:1:1) costituisce un **blocco**. Ognuno deve stabilire quanti blocchi assumere durante il giorno.

Un elemento che non deve mai mancare è l'acqua, consumata in grandi quantità (almeno 3 litri al giorno) per favorire la digestione e proteggere i reni. La dieta "zona", rispetto alla mediterranea, è iperproteica (maggiore quantità di proteine) e poiché le scorie delle proteine (l'azoto in particolare) vengono eliminate mediante la funzionalità renale, bevendo acqua se ne facilita l'eliminazione e si affaticano di meno i reni.
Per stabilire quanti blocchi assumere e come ripartirli durante i pasti, si deve innanzitutto iniziare col calcolo della propria **massa magra** (ad esempio con la bilancia impedenzometrica) e aiutarsi con apposite **tabelle** (vedere ad es. il sito www.massamagra.com), che tengono conto anche dello stile di vita che conduciamo. E' bene, comunque, non scendere mai al di sotto degli 11 blocchi giornalieri.
La dieta "zona" è al momento una delle più utilizzate in alternativa alla mediterranea. Si ragiona a blocchi e non a quantità caloriche. Fondamentalmente appare impegnativa nel lungo periodo, non fosse altro che per la grande quantità di acqua che continuamente si deve bere. E' anche aspramente criticata da numerosi esperti nutrizionisti, che mettono in dubbio l'efficacia della dieta nel modulare l'insulina e ritengono la percentuale proteica troppo elevata (ricordiamo che nella dieta mediterranea la ripartizione percentuale tra proteine, carboidrati e lipidi è all'incirca 15-55-30, mentre nella zona è 40-30-30).
Proponiamo un esempio di come si possa ripartire nella giornata una dieta di 11 blocchi: 2 a colazione, 1 a metà mattina, 3 a pranzo, 1 a merenda, 3 a cena e 1 nello spuntino serale, prima di andare a dormire.

Colazione *2 blocchi*	30 gr di prosciutto crudo (1 blocchetto di proteine) 30 gr di pane integrale di segale (1 blocchetto di carboidrati) 240 cc di latte parzialmente scremato (1 blocchetto di proteine, uno di carboidrati e uno di grassi) 3 mandorle (1 blocchetto di grassi)
Spuntino *1 blocco*	45 gr di Feta greco (1 blocchetto di proteine) 1 pesca (1 blocchetto di carboidrati) 6 arachidi (1 blocchetto di grassi)
Pranzo *3 blocchi*	240 gr di zucchine al vapore (2 blocchetti di carboidrati) 30 gr di pane integrale di segale (1 blocchetto di carboidrati) 1 fettina di petto di pollo (90 gr = 3 blocchetti di proteine) 2 cucchiaini d'olio d'oliva (3 blocchetti di grassi)
Spuntino *1 blocco*	Philadelphia light 90 gr (1 blocchetto di proteine) 1\2 pera (1 blocchetto di carboidrati) 3 olive (1 blocchetto di grassi)
Cena *3 blocchi*	90 gr di tonno al naturale (3 blocchetti di proteine) 850 gr di lattuga romana (1 blocchetto di carboidrati) 1 pomodoro (1 blocchetto di carboidrati) 1 prugna (1 blocchetto di carboidrati) 2 cucchiaini d'olio d'oliva (3 blocchetti di grassi)
Spuntino *1 blocco*	180 cc di yogurt magro bianco (spuntino pronto)

DIETA CON… RISO

Giuseppe Polino e Roberto Pacini

DALLA PAROLA ALLA PAROLA

di Antonello Mei

C'E' CHI VEGLIA E CHI PUO' DORMIRE
(II parte)

Il sonno, quando riusciamo a prenderlo a dispetto della vita frenetica che facciamo, è quello stato della coscienza in cui non solo l'organismo riposa, recupera le energie e si rigenera ma compie anche numerose altre attività, a dispetto del detto che "chi dome non prende pesci". Queste attività sono molto ben evidenziate dal fatto che nello stato di sonno REM c'è un incremento dell'attività cerebrale fino ad arrivare ad un aumento dell' del 5- 10 % per alcune cellule cerebrali rispetto allo stato di veglia. Da studi e registrazioni effettuate attraverso l'elettroencefalogramma dell'attività cerebrale si è visto come in un neonato le fasi di sonno REM, la fase in cui i movimenti degli occhi sono evidenti ad un osservazione attenta delle palpebre, sono quantitativamente maggiori rispetto all'adulto. Secondo alcune teorie il sonno e soprattutto il sonno REM avrebbe un ruolo determinante per la maturazione del sistema nervoso centrale ed è per questo che i neonati hanno una quantitativamente periodi maggiori di questa fase del sonno. In studi sperimentali uomini sottoposti a sessioni intensive di apprendimento presentavano un aumento significativo del sonno REM, espressione del processo di fissazione dei dati appresi nella memoria a lungo termine. Tutto questo ci porta a riflettere sull'uso sconsiderato che facciamo del riposo e sul sonno. Come abbiamo detto il nostro cervello continua a lavorare molto più che non quando siamo svegli e se provassimo a fare come molti scienziati ed artisti che dopo aver a lungo riflettuto su problemi da risolvere si concedono un

buon sonno ristoratore o un piccolo sonnellino vedremmo come quasi per 'magia' al risveglio avremmo la soluzione del problema, magari sotto la doccia, che tanto ci arrovella. E' risaputo che è proprio dopo avere pensato lungamente a qualcosa e messa poi da parte che molti scienziati hanno trovato la soluzione a questioni che per lungo tempo li avevano impegnati. La moglie di Louis Agassiz, famoso paleontologo del secolo scorso, racconta come per lungo tempo lo scienziato avesse cercato di decifrare la forma piuttosto vaga di un pesce fossile entro un blocco di pietra. Stanco e perplesso andò a letto mettendo da parte il lavoro sforzandosi di dimenticarlo. Poco tempo dopo si svegliò convinto di aver visto nel sonno il suo pesce con tutti i contorni ben delineati. Si recò immediatamente al Jardin des Plantes pensando che nel rivedere l'impronta qualcosa lo mettesse sulla buona strada. Invano, perché l'impronta era indefinita come sempre. La notte seguente rivide il pesce ma svegliandosi scomparve nuovamente dalla sua memoria. La terza notte sperando che il sogno si ripresentasse mise sul comodino un blocco notes con una matita e quando il pesce si ripresentò per la terza volta , verso l'alba, lo scienziato tracciò uno schizzo sul foglio ancora mezzo addormentato. Il mattino dopo si affretto con il suo disegno alla mano al Jardin des Plantes e riuscì a rimuovere la superficie di pietra ove si trovarono nascosti alcuni frammenti del pesce con i caratteri zoologici sognati. Quando fu portato completamente alla luce il pesce corrispondeva perfettamente al sogno e al disegno ed egli poté classificarlo con facilità. Questo se da una parte ci smentisce il detto che chi dorme non prende pesci dall'altra ci dovrebbe indurre ad avere maggior attenzione ad alcune semplici norme igieniche (niente caffè o troppi alcolici o surmenage lavorativo e di divertimenti e relativi 'dormibene') che ci permetterebbero di dormire meglio e magari sognare di più. Lasciamo lavorare il nostro cervello, questo strumento che il Creatore ci ha dato, per farci in parte simili a Lui, e vedrete che 'magia'; in fondo quand'è che il Signore si manifestato ai profeti, certo non quando erano al cinema!

L'ANGOLO DELLA POESIA
AVVISO AI NAVIGANTI

di Marco Masolin

GOSPEL

Quando cadranno le stelle, Signore,
saprò che il tempo è veramente finito,
che non avrò più giorni a cui pensare
ne cuori da far piangere o scaldare
con una semplice parola pronunciata con sincerità.
Quando cadranno le stelle, Signore,
saprò che è finita l'illusione della storia

e con essa le guerre e le ferite che violentano
da sempre l'animo ed il cuore degli uomini.
Saprò che non ci sarà più ne sole ne vento,
ne acqua fresca, ne fresca rugiada alla mattina
ma solo quello che Tu avrai scelto, da sempre,
per concludere questa rissosa e confusa umanità.
Quando cadranno le stelle, Signore,
tacerà il cannone e si farà silenzio nel vento
perché Tu solo parlerai alla storia
e lo farai con quell'ultima definitiva parola
che si stenderà per sempre sopra l'eternità.
Tutto questo accadrà nel giorno, Signore,
in cui mieterai indisturbato nei tuoi campi
e raccoglierai i nostri sogni e le nostre miserie
fino a calare quel rosso sipario che ci separerà per sempre
dalla commedia della vita.
In quel momento io sarò qui, Signore, nudo come sempre,
e non so su quale strada incontrerò il tuo sguardo,
se quella del male o quella del bene,
se intento ad uccidere o a donare la vita,
ma in quell'attimo in cui tutto tornerà dove è iniziato,
in quella frazione di tempo che schiude l'eternità perdona,
se vuoi, questo mio insistente voltarmi indietro
colto dalla nostalgia di quella breve stagione dove ho creduto,
ho amato, ho peccato come un uomo
ricco di sogni forse sbagliati che ora vivono dentro
questa piccola goccia di pianto
che, scendendomi lungo il viso,
accompagnerà il sorgere del nuovo sole
in questa mattina che sa di eternità.

MANGIA SANO, MANGIA SANTO

FRICO DI SAN DANIELE

Il *Frico* è un piatto tipico della cucina friulana i cui semplici e principali ingredienti sono le patate e il formaggio locale, il Montasio. Una volta il *Frico* era il cibo preferito dai boscaioli e dai pastori. Le donne, prima di portare al pascolo gli armenti, lasciavano sulla brace una padella con gli avanzi del formaggio. Al loro ritorno li trovavano fusi, trasformati in una specie di frittella dorata pronta per la cena.
Oggi il *Frico*, accompagnato anche dall'ottimo prosciutto "Il San Daniele", è considerato l'antipasto tipico delle case friulane.

Per la preparazione della ricetta classica sono necessari circa 40 minuti, e l'esecuzione è molto facile; si gusta preferibilmente con un vino rosso.
Le dosi per 6 persone sono: patate di media grandezza 6; cipolla 1; formaggio Montasio a stagionatura media, g. 300; olio extra vergine d'oliva, mezzo bicchiere; sale e pepe.
Lavate, sbucciate e affettate le patate in modo che siano molto sottili; eliminate la crosta al formaggio, tagliatelo a lamelle sottili e mettetelo da parte. Tritate finemente la cipolla, fatela rosolare in una larga padella antiaderente con l'olio, e quando la cipolla sarà rosolata, ma non bruciata, aggiungete le patate; condite con sale e pepe. Lasciate cuocere a fuoco lentissimo, mescolando di quando in quando per una decina di minuti, finché le patate non saranno quasi cotte. Se nella padella fosse rimasto dell'olio, scolatelo. Versate ora sulle patate bollenti il formaggio, mescolatelo con le patate e lasciatelo cuocere a fuoco basso, finché il formaggio non si sarà ben sciolto. Continuate a cuocere senza più mescolare, ma scuotendo la padella e girando il Frico come una frittata. Dopo circa quindici minuti il Frico avrà assunto una colorazione brunita e una consistenza croccante. Toglietelo dal fuoco e fate servire.
Esiste una seconda versione che consiglia le mele al posto delle patate. Le dosi per 6 persone sono: formaggio Montasio, g. 300; mele, 6; burro, g. 60, per decorare qualche foglia di songino (gallinella) ben lavato; pepe bianco. Eliminate la crosta al formaggio, tagliatelo a lamelle sottili e mettetelo da parte. Lavate le mele, asciugatele, togliete loro il torsolo e senza sbucciarle tagliatele in fettine sottilissime. In una larga padella antiaderente fate sciogliere il burro a fuoco basso, unite le mele e lasciatele amalvire a fuoco bassissimo per qualche minuto a questo punto aggiungete il formaggio, mischiatelo bene con le mele scuotendo la padella di tanto in tanto, per non farli attaccare al fondo, fino a quando si sarà formata una crosticina. Girate il Frico, come una frittata e continuate la cottura per qualche altro minuto. Servite il Frico caldo, decoratolo con qualche foglia di songino insaporita con una manciata di pepe bianco. Servite il Frico ben caldo
La città di San Daniele del Friuli porta il nome del profeta Daniele, l'ultimo dei quattro profeti maggiori, deportato a Babilonia da Nabucodonosor e interprete dei suoi sogni. Il suo nome significava "Dio ha così giudicato" oppure "Dio è il mio giudice".
La città di San Daniele è famosa per l'antica sagra del prosciutto che si tiene ogni anno nell'ultima settimana di agosto; ma furono i Celti, gli antichissimi abitatori del Friuli i primi a saper conservare le cosce di suino con l'aggiunta di particolari erbe, aceto e fumo. Si narra che all'epoca del Concilio di Trento, il Patriarca di Aquileia, feudo di San Daniele, inviò ai prelati riuniti in Concilio, perché fossero allietati, dodici prosciutti trasportati su due muli per un costo di 173 lire d'argento corrispondenti a 250 giornate di lavoro dell'epoca. Questa specialità friulana era presente anche sulle mense dei Dogi e delle corti di Austria e di Francia; perfino Napoleone assaggiò il prosciutto di San Daniele.

Lillibeo

ESPERIENZE

IL CAPPELLANO DELLA POLIZIA DI STATO

A partire da questo numero de "La Bacheca", inizio un racconto lungo dieci anni esatti sul servizio che svolgo quale Cappellano della Polizia di Stato.
In un primo tempo a servizio di una scuola e poi di tutta la provincia.
In particolare, mi soffermerò su alcuni ambiti specifici quali il rapporto tra la pastorale parrocchiale o diocesana e la pastorale cosiddetta di ambiente, definendo le diversità di approccio a questi due servizi pastorali.
Ho intenzione di fermarmi sulle enormi differenze che esistono tra un lavoro nella scuola e uno in questura.
Desidero, altresì, raccontare dei contatti umani che ho sperimentato in questi anni, in molti casi relativi a tragedie e comunque alla morte improvvisa di alcuni poliziotti.
Ho intenzione di creare un capitolo sul ruolo che il cappellano è chiamato a svolgere nella Polizia di Stato non solo a partire dall'Intesa tra la Conferenza Episcopale Italiana e il Ministero dell'Interno, ma anche nella realtà concreta di un servizio in una questura.
Un altro argomento che tratterò, sarà la dimensione spirituale che ho visto crescere in questi anni svolgendo tale servizio.
Come premessa a tutto questo percorso, posso solo affermare che il segreto per un cammino dentro una struttura che è per natura laica, consiste nell'entrare in punta di piedi, da semplice e umile sacerdote.
Ricordo alcuni anni fa, quando colloquiando con il mio Vescovo, questi mi citò una frase che non scorderò mai. Mi disse: "Ti ringrazio per il servizio che stai facendo, ma in particolare perché nella tua missione non smetti mai di essere prete!".
Adesso voglio partire con questo progetto che mi affascina, perché essere Cappellano della Polizia è un grande dono che ho ricevuto ed è giusto che, dopo dieci anni, tale dono venga riversato anche ad altri.

Don Luigi Trapelli

APPUNTI SULLA DOTTRINA SOCIALE CRISTIANA

di Rocco Cifarelli

RIFLESSIONE SUI CONFLITTI BELLICI

Le recenti notizie provenienti dal Medio Oriente e le immani tragedie che ogni conflitto bellico provoca non possono che indurci a riflettere sul concetto di legittima difesa e sul dovere di protezione nei confronti delle popolazioni inermi.

Il Magistero (Catechismo della Chiesa Cattolica, n. 2265) ritiene lecito l'uso della forza nel caso in cui si verifichino le seguenti condizioni:

1) il danno causato dall'aggressore alla nazione o alla comunità delle nazioni sia durevole, grave e certo;
2) tutti gli altri mezzi per porvi fine si siano rilevati impraticabili e inefficaci;
3) ci siano fondate condizioni di successo;
4) il ricorso alle armi non provochi mali e disordini più gravi del male da eliminare.

La Chiesa affida la valutazione di tali condizioni alla prudente valutazione delle autorità politiche ma, al tempo stesso, insegna che il diritto all'uso della forza per scopi di legittima difesa è associato al dovere di proteggere e aiutare le vittime innocenti che non possono difendersi dall'aggressione (Compendio della Dottrina Sociale della Chiesa, n. 504). A tal riguardo, occorre ricordare che in ogni conflitto non possono mai essere violati i principi del diritto internazionale umanitario e che gli aiuti umanitari devono poter raggiungere la popolazione civile, senza essere mai utilizzati per condizionare i beneficiari.

Il Magistero, poi, dedica una particolare attenzione ai rifugiati, ovvero a coloro che sono costretti dai combattimenti a fuggire dai luoghi in cui vivono abitualmente. La Chiesa non solo deve dimostrare una particolare sollecitudine pastorale verso tutti i rifugiati, ma chiede con forza che vengano rispettati anche per essi i diritti umani, universalmente riconosciuti (Compendio della Dottrina Sociale della Chiesa, n. 505).

Inoltre, il Magistero insegna che ogni membro delle forze armate rimane pienamente responsabile degli atti che compie in violazione dei diritti delle persone e dei popoli e delle norme del diritto internazionale umanitario. Le gravi violazioni della dignità della persona non possono mai essere giustificate con il motivo dell'obbedienza a ordini superiori (n. 503).

Infine, la soluzione di ogni conflitto non può prescindere dalla ricerca delle cause che lo hanno originato, anzitutto quelle collegate a situazioni strutturali di ingiustizia, di miseria, di sfruttamento, ecc. Infatti, come esiste la responsabilità collettiva di evitare la guerra, così esiste anche la responsabilità collettiva di promuovere lo sviluppo (Centesimus Annus, n. 52). In definitiva, la Chiesa ricorda con forza e determinazione che la pace si afferma solo con la pace, quella non disgiunta dai doveri della giustizia, ma alimentata dal sacrificio proprio, dalla clemenza, dalla misericordia, dalla carità (Compendio della Dottrina Sociale della Chiesa, n. 520).

LETTERE IN REDAZIONE

(a cura di P. Franco Stano)

"Carissimo Direttore, mi sembra che il potere sia la forma più terribile di idolatria. Posso anche capire il potere dei grandi. Non ci possiamo fare nulla. Ma il potere dei piccoli spaventa. A volte è sufficiente un titolo, quale che sia per farla scontare a chi viene a tiro. Non ci libereremo mai da questa violenza? Angelo Di Taranto".

E chi lo sa, amico mio! Sembra anche a me tuttavia che i reucci sono decisamente peggio dei re. Questi hanno stile, quelli hanno soltanto il loro piccolo potere, ma per la miseria se lo fanno sentire dove possono! Non si maceri più di tanto, però, amico mio. In fondo sono degli sconfitti, e lo sanno! Contano solo dietro la scrivania o esibendo non so quale grado. Di là da questo se ne vanno per la strada malinconici e battuti. Vuole superare ogni senso di angoscia? Li guardi da dietro mentre se ne vanno malinconicamente fuori dal loro ambito privilegiato. Li guardi da dietro e faccia un atto di cristiana carità: glielo lasci il loro piccolo potere: è così piccolo che conviene lasciarglielo tutto. Essi sono destinati a nessun'altra traccia che a uno scipito commento. Lo ricordi, signor Di Taranto! I capi lei se li trova, gli amici se li sceglie! Distingua dunque i fori. Ai primi il rispetto del foro esterno; a secondi la meraviglia del foro interno e della vivace simpatia della vita. PFS.

"Egregio Direttore, "che fare dei quattro demoni violentatori?". Così titolava ieri un giornale nazionale a proposito dell'ennesimo stupro. Ci dobbiamo aspettare un'ennesima «grida?». Ottavio Conforti".

Non so che cosa dirle. Certo, non siamo nel seicento!E oggi più che con le «grida», bisogna fare i conti con i «gridi» degli sconfitti. Il problema, però, è angosciante e non possiamo certo affrontarlo nel breve spazio della risposta ad una lettera. Bisogna peraltro riconoscere che in Italia non mancano «sentinelle» generose di ciò che da questo punto di vista accade e tormenta. Una generosità rumorosa che qualche volta, tuttavia, pare risolversi nella generosità della notizia. Il giorno dopo, alla notizia generosa fa seguito la filosofia del fatto con una catena di esperti che forse non risolvono nessun problema, ma che almeno stemperano quanto basta la generosità di cui sopra. Dal terzo giorno in poi, si accusano i poliziotti di non vigilare nemmeno un poco (guai se lo facessero, però!). Dal quarto giorno, tutto si dispone a ricominciare da capo. Chiaro che le cose non vanno proprio così… Un certo malessere, però, giustifica anche pensieri di questo tipo: che sono tristi, mi creda, non qualunquisti. PFS.

"Direttore carissimo, non le sembra che le notizie siano veramente tante? Non sarebbe meglio contenerle un poco? Lei che ne pensa?" (Antonio Di Michele).

No, caro Di Michele! Le notizie non sono mai tante. Il diritto all'informazione è sacrosanto, non lo discuta. Magari, e forse questo lei intendeva, le notizie sono dette troppe volte in una sola giornata. Fosse così, sarei d'accordo con lei. Sa cosa succede? A forza di sentirsi dire le stesse notizie per tutto l'arco della giornata, infine si ha la sensazione che quel fatto sia accaduto chissà quanto tempo addietro e

non sia più una cosa di giornata. Le notizie, così, passano in fretta, viene consumata la loro drammaticità e si perdono nel vago. Forse un psicologo potrebbe spiegare questa tendenza. Quanto a me posso dirle solo, ma come ipotesi, che se le notizie fossero date meno volte nell'arco di una giornata, resterebbero più a lungo nella nostra coscienza, creerebbero maggiore interesse, sarebbero oggetto di più largo commento, forse migliorerebbero l'ascolto e potrebbero rendere la società più consapevole e motivata. Così a me pare. Tuttavia non prenda la cosa troppo sul serio. 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 V – N.3

Direttore responsabile
Padre Franco Stano

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

EDITORIALE

A PROPOSITO DI "DONO"

I tre saggi, tra cui se ricordiamo bene Cornelio Fabbro, cittadino onorario danese per quei suoi insuperati studi su Kierkegaard, l'angosciato filosofo dell'*aut aut*, videro proprio bene nel ritenere sospetto e alla lunga cinico il pensiero di Emanuele Severino. Come del resto bene fece lo stesso Professor Emanuele Severino a dimettersi dal suo insegnamento all'Università Cattolica di Milano, che ormai gli andava stretta, benché fosse stato discepolo apprezzato e prediletto di Gustavo Bontadini, e a sbarcare nella pur sempre prestigiosa Ca' Foscari di Venezia dove avendo continuato il suo insegnamento e i suoi studi ha avuto tempo, modo e intelligenza per dar ragione alla lettura di padre Cornelio Fabbro. Il suo pensiero, dunque, non aveva e non ha né radici né prospettive cristiane. La qualcosa, per la verità, né ci piace né ci dispiace. La libertà è un sogno pure per noi, benché, rispetto al professore, ci consente di sognare su sponda diversa. Né crediamo che l'eccessiva acrimonia che il Severino manifesta con sospetta puntualità sia minimamente da attribuire al fatto di essere stato egli indotto ad allontanarsi dalla Facoltà di Filosofia dell'Università Cattolica di Milano. Non crediamo, infatti, che un uomo di così elevata cultura possa far sue meschinerie di questo tipo.
Al professore dunque la libertà di pensiero e di opinione; a noi la possibilità di criticare. Quanto al pensiero, non siamo in grado di esprimere giudizi perché quel pensiero non conosciamo e non sapremmo neanche capire. Quanto alle opinioni, più abbordabili anche a noi gente comune, ci permettiamo una piccola osservazione su d'una di esse espressa pubblicamente dal professore. Il giorno 6 di gennaio, in una rubrica televisiva quale che fosse, il professore, parlando di vita, disse più o meno così. Dinanzi al gigantesco sorriso compiaciuto della presentatrice quale che fosse, disse che se la vita è un dono, di questo dono si dovrebbe poter fare quello che si vuole, altrimenti che dono è. Confidenzialmente, professore: una svista? Un colpo di sonno? Una domanda capestro e senza sbocchi immediati? Un diavoletto di quelli non creduti e perciò più dispettosi? Un rigurgito di infantilismo dialettico? O dobbiamo veramente prendere atto di questa sua affermazione e, data la fonte, passarla ai nostri comportamenti? Per noi non è cosa facile, sa, professore? Noi, che non siamo grandi saputi, abbiamo imparato da bambini a scuola elementare che chi accetta un dono prima che il dono accetta il donatore. E che chi rispetta il dono rispetta, ancor prima che il dono, il donatore. E che chi un dono rifiuti rifiuta prima di tutto il donatore. Così è di chi il dono calpesti o maltratti o sbugiardi o ricicli o inzaccheri o frantumi o infogni. E' cosa che fa prima di tutto del donatore.
Eravamo bambini di scuola elementare, professore, ed eravamo riusciti a capire, grazie al volto pulito del nostro unico maestro, che prima del dono venivano le persone e che la bellezza del dono non era tanto nella cosa donata quanto in chi quella cosa donata donava. Imparammo, così, a rispettare le persone e, un poco alla volta, imparammo a percepire nella realtà un dono da stimare e da tutelare proprio perché dono di qualcuno che si nascondeva ai nostri piccoli pensieri - e si nasconde

ancora, professore, nonostante oggi si presuma il conseguimento definitivo della raggiunta età adulta dell'umano acume - ma che attraverso le cose si lasciava immaginare, sognare e qualche volta, sprovveduti come eravamo, anche pregare. Mano a mano che crescemmo, poi, scordata la presunzione che ci rendeva immortali, imparammo ad apprezzare la vita. La sentimmo come il dono misterioso di qualcuno che non si faceva vedere, ma che i nostri genitori ci avevano insegnato a riconoscere e a pregare. E lo facemmo, professore, perché avevamo capito che chi apprezza un dono apprezza il donatore. E questo perché, come a lei non può certo sfuggire, non è la cosa che conta, ma la ragione della cosa. Per questo noi crediamo che la vita sia indisponibile, perché è indisponibile la sua ragione. E, comunque, lo spessore di un dono lo decide sempre colui che dona, come sanno bene gli innamorati di tutti gli emisferi e di tutte le ere. Se colui che dona non conta nulla, posso fare della cosa donata ciò che mi pare, certo; e chi ne dubita? Ma lei, professore, ridurrebbe caricatura o frantumerebbe una fotografia che avesse ricevuto in consegna da sua madre morente? Se risponde di no, caro professore, ci siamo. Se invece risponde di sì, la preghiamo: mantenga per sé il suo cinismo, se ne serva nei salotti del pensiero fatiscente, lasci stare la televisione, specie all'ora dei pasti, e ci consenta di vivere in pace. Ci consenta di continuare ad apprezzare i doni e, più che i doni, coloro che ce ne ritengono degni. In fondo, professore è passato tanto tempo da che il mondo è il mondo. Lei crede di possedere l'infinito perché conserva ancora una cattedra di filosofia o perché, l'occhio intento e la fronte corrugata, s'impegna a scrutare gli abissi del nulla? Ricorda cosa disse Cicerone a Catilina, professore? Lo ricorda? Disse: "Quousque tandem…?". Disse proprio così, Professore. Disse: "Ma fino a quando…?".

RIFLESSIONI LITURGICHE

di don Pierluigi Vignola

INIZIO DEL TEMPO DI QUARESIMA

La Chiesa ogni anno con gesto provocatorio apre la sua "primavera" di rinnovamento spirituale che conduce alla Pasqua imponendo le ceneri a quanti appunto vogliono "convertirsi e credere al vangelo"! Le "ceneri" rievocano uno stile di austerità, essenzialità e coscienza di un pentimento che costituiscono la sostanza dell'esercizio pedagogico dei 40 giorni che preparano il credente alla notte pasquale dove ratificherà il suo battesimo. Di battesimo e di conversione parla la meditazione biblica di questa prima domenica di quaresima.

LA CONVERSIONE

Ecco la parola d'ordine: "Convertitevi e credete al vangelo". Convertirsi significa cambiare rotta, cambiare riferimenti, orientare diversamente speranze e sicurezze per la vita. Credete al vangelo, cioè ascoltate la novità, la bella notizia! Ma quale bella notizia si può mai attendere ancora in un mondo, da una parte sazio – o che sembra tale -, cioè autosufficiente e orgoglioso della sua autonoma secolarità; e dall'altra disperato o rassegnato a non aspettarsi più niente di buono, a non credere a più nessuno, a non alzare più di tanto il tiro delle proprie aspettative? La "bella notizia", cioè il vangelo, è una tromba (jobel…!) che stimola un sussulto di coraggio e di speranza: coraggio per prender coscienza dei propri limiti (e deviazioni), e speranza che è possibile qualcosa di diverso. Non per promessa di uomini, ma per iniziativa di Dio che ha preso a cuore una umanità destinata alla morte per sospingerla alla vita. Perché appunto questa è la bella notizia, il fatto nuovo che risolleva il mondo: "Il tempo è compiuto e il Regno di Dio è vicino". La storia volta pagina, Dio entra nella vicenda umana e vi istaura una sua signoria. L'ultima parola non è più la morte ma la vita; non è più l'ingiustizia ma il giudizio; non più la menzogna ma la verità. Il bene e il male non sono più misurati dalla prepotenza o dall'interesse soggettivo, ma dal riferimento ormai oggettivo a Dio, fondamento e giudice delle scelte degli uomini. Una risorsa gratuita di perdono e di vita è offerta all'uomo che si aggrappa, dentro i naufragi di questo mondo, all'arca di salvezza fatta dal legno della croce di Cristo! L'unico Signore ormai è quel Cristo "che salito al cielo ha ottenuto la sovranità sugli Angeli, i Principati e le Potenze" (II lett.); dove per principati e potenze si intendono i padroni del mondo di oggi, e le forme occulte del male (satana… e tutti i malocchi di cui la gente ingenua ha paura!) che sembrano condizionarci e dominarci tanto! "Il tempo è compiuto". E' una parola teologicamente intensa. Significa che l'umanità e la sua storia hanno raggiunto il colmo, il loro compimento, la realizzazione delle loro più profonde aspettative; che non sono tecnologiche o informatiche… o che altro, ma il bisogno di vita che scavalchi la morte, e in un certo senso una vita piena, una vita buona.. come l'aveva sognata il Creatore (cf. Gen 3,5). Ebbene, questo è il fatto nuovo, questo è il Regno di Dio venuto tra noi: un uomo, un primo uomo, primogenito tra molti fratelli non caso unico, quel Gesù di Nazareth, ha già raggiunto proprio come uomo e con il suo corpo risorto, quel posto "alla destra di Dio" (II lett.) che è l'immagine della appartenenza piena alla famiglia di Dio in Casa Trinità. Dove è andato a prepararci un posto.

Quaresima, annuncio della bella notizia che rivoluziona il mondo, perché solo questa novità che va oltre ogni aspettativa può affascinare l'uomo serio alla ricerca di una speranza; e quindi convincerlo a "convertirsi". Annunciamo il Regno per incantare l'uomo, altrimenti nessuno vorrà accogliere l'invito a "fare Quaresima"!

L'APOSTOLO PAOLO – 3

di Roberto Pacini

Le lettere che la tradizione attribuisce a Paolo (il cosiddetto "*corpus paolino*") sono 14. Esse hanno una **finalità apostolica**, sono cioè indirizzate alle comunità fondate da Paolo o a personaggi che rivestono in esse un ruolo chiave e contengono considerazioni, insegnamenti ed esortazioni riguardo l'organizzazione, la vita spirituale e la liturgia delle comunità stesse. Di queste lettere, però, stando ai risultati degli studi di **critica testuale**, solo alcune possono essere sicuramente ricondotte all'apostolo; sono quelle scritte di suo pugno o dettate ad un amanuense, suo collaboratore.

Ad esempio la lettera ai Romani, che si abbrevia con Rm. Quando, leggendo la Bibbia o un testo di spiritualità, troviamo ad esempio Rm 1, 22-32, significa che il testo che stiamo affrontando si riferisce alla lettera ai Romani, Capitolo 1, versetti dal 22 al 32. I versetti sono indicati sul testo biblico e facilmente individuabili. Il brano di Rm 1, 22-32 si riferisce alle conseguenze dell'idolatria, la colpa di cui storicamente si sono macchiati gli Ebrei, che periodicamente tradivano l'Alleanza per adorare gli dei stranieri, per cui "*Dio li ha abbandonati*" – scrive Paolo - ai vizi più perversi (possiamo leggerne l'elenco ai versetti 28-31), rispettando la libertà dell'uomo e la sua volontà.

Allo stesso modo 1Cor e 2Cor significano prima e seconda lettera ai Corinzi, cioè alla comunità di Corinto, una città che Paolo amava particolarmente. 1Ts significa prima lettera ai Tessalonicesi, mentre Gal, Fil e Fm significano rispettivamente lettera ai Galati, ai Filippesi e a Filemone.

Le lettere sopra menzionate, riconducibili direttamente a Paolo, sono anche chiamate **protopaoline**, per distinguerle dalle **deuteropaoline**, lettere di dubbia autenticità, che potrebbero non essere state scritte dall'apostolo (come suggeriscono certe differenze di stile), ma che sono comunque da ricondurre a lui in quanto composte con materiale paolino e riportano la sua dottrina. Evidentemente gli autori hanno sentito la necessità di presentare i loro scritti sotto il nome di Paolo: Lettera ai Colossesi (abbr. Col), agli Efesini (Ef) e la seconda ai Tessalonicesi (2Ts). Inoltre, in quei tempi era frequente il fenomeno della **pseudoepigrafia**, cioè si attribuiva uno scritto ad un autore importante, per conferirgli maggiore autorevolezza.

Abbiamo poi le lettere **tritopaoline**, di autenticità improbabile. Esse sono anche chiamate **lettere pastorali**: si tratta delle due lettere a Timoteo (1 e 2 Tm) e della lettera a Tito (Tt). Queste lettere sono quasi sicuramente non scritte con materiale di Paolo, ma riportano comunque la sua dottrina. Le tritopaoline furono scritte quando le comunità erano ormai formate. Non c'era più la preoccupazione di evangelizzare (il "trasmettere"), ma piuttosto quella di conservare (il "custodire") la *sana dottrina* (Tt 2,1).

Infine dobbiamo citare la lettera agli Ebrei (Eb), che la tradizione attribuisce a Paolo, ma non è certamente sua.

E' da rimarcare, comunque, che tutte queste lettere sono **libri canonici**, cioè da sempre riconosciuti dalla Chiesa come ispirati da Dio, normativi per la fede delle comunità cristiane.
Riassumendo in un piccolo schema, abbiamo:

CORPUS PAOLINO

1. LETTERE AUTENTICHE (PROTOPAOLINE): scritte di suo pugno o dettate (Rm, 1-2 Cor, Gal; 1Ts; Fil; Fm)

2. LETTERE DEUTEROPAOLINE: di autenticità problematica, ma scritte con materiale paolino. Sono da collegare a lui. Gli autori hanno sentito il dovere di presentarsi sotto il suo nome sia per il richiamo alla sua dottrina, sia per pseudoepigrafia, stratagemma letterario per conferire ad uno scritto maggiore autorevolezza (Col; Ef; 2Ts)

(14 LETTERE scritte con autenticità improbabile. finalità apostolica per aiutare le comunità nell'organizzazione, nella vita spirituale, o nella liturgia)

3. TRITOPAOLINE O LETTERE PASTORALI: di (1-2Tm; Tt)

4. NON PAOLINA: Eb

Le lettere di Paolo seguono uno schema preciso, caratteristico dei tempi antichi.
In particolare, le protopaoline e le deuteropaoline comprendono:

1) un *praescriptum* (in cui compaiono mittente, destinatari, saluti, ecc.)
2) un ringraziamento (eventuale) a Dio
3) il corpo teologico, suddiviso in:
   - parte dottrinale
   - parte esortativa o parenesi
4) un *postscriptum* (conclusione con saluti finali)

Nelle lettere tritopaoline, che come si è detto avevano soprattutto la funzione di conservare la *sana dottrina*, i problemi etici non sono distinti dall'argomento dottrinale. Compaiono dei "codici" (norme) che sono degli elenchi non presenti nelle lettere autentiche. Ad esempio nella lettera a Tito sono riportati al capitolo 1 le qualità degli episcopi (responsabili delle comunità); al capitolo 2 i doveri degli anziani, delle donne, dei giovani e degli schiavi; al capitolo 3 i doveri dei cristiani in generale.

APPUNTI SULLA DOTTRINA SOCIALE CRISTIANA

di Rocco Cifarelli

I grandi problemi etici e sociali che stanno caratterizzando la società contemporanea rendono quanto mai impellente l'impegno dei fedeli laici nella conoscenza e nell'approfondimento della Dottrina Sociale della Chiesa.
I fedeli laici, in particolare, sono chiamati non solo a vivere una spiritualità intensa che permetta loro di "coltivare un amore appassionato per Dio, senza distogliere lo sguardo dai fratelli"; ma anche a agire secondo le regole dettate dalla prudenza, la quale rende capaci di prendere decisioni coerenti, con realismo e senso di responsabilità nei confronti delle conseguenze delle proprie azioni (cfr. Compendio della Dottrina Sociale della Chiesa Cattolica, nn. 545 e 548).
Tale prudenza deve indurre il fedele ad esprimere la verità della sua fede e, nello stesso tempo, la verità del Magistero, che trova la sua pienezza quando è vissuto in termini concreti per la soluzione dei problemi sociali.
A tal riguardo, occorre ricordare che l'impegno politico del cristiano si fonda su un metodo di discernimento che si articola attorno ad alcuni punti nodali: la conoscenza delle situazioni; la riflessione sistematica sulla realtà; l'individuazione delle scelte operative. Tali scelte non possono che avvenire nella fedeltà alla propria identità, ma anche nella disponibilità al dialogo con tutti e nel rispetto della laicità (cfr. Compendio della Dottrina Sociale della Chiesa Cattolica, nn. 570 e 571). Con particolare riferimento al principio di laicità, è opportuno chiarire che il Magistero non intende esercitare un potere politico né eliminare la libertà di opinione, ma vuole istruire e illuminare la coscienza dei fedeli, affinché il loro agire sia sempre al servizio integrale della persona e del bene comune. In altri termini, la laicità nell'ambito di una società pluralista è il luogo di comunicazione tra le diverse tradizioni spirituali e la nazione e la sua negazione rischia di creare una condizione di anarchia morale e di sopraffazione del forte sul debole (Compendio della Dottrina Sociale della Chiesa Cattolica, n. 572).
In definitiva, l'impegno dei fedeli laici deve sempre qualificarsi come espressione della carità evangelica senza dimenticare mai il suo orizzonte escatologico. L'uomo, infatti, non è limitato al solo ordine temporale ma, vivendo nella storia, conserva integralmente la sua vocazione eterna.

LA FRASE

“Se non correggi i difetti dell’amico, ti saranno imputati” (Pubblio Siro).

PER UN VOCABOLARIO CRISTIANO

PERDONO

Nella Bibbia, il peccatore è un debitore cui Dio, col suo perdono, rimette il debito, remissione così efficace che Dio non vede più il peccato che è come gettato dietro le sue spalle, è tolto, espíato, distrutto. Cristo, usando lo stesso vocabolario, sottolinea che la remissione è gratuita ed il debitore insolvibile. La predicazione primitiva ha come oggetto, insieme al dono dello Spirito, la remissione dei peccati, che ne è il primo effetto, e che essa chiama *àfesis*, rinuncia. Altri termini come purificare, lavare, giustificare, compaiono negli scritti apostolici che insistono sull'aspetto positivo del perdono, che è riconciliazione e riunione.
Proprio di fronte al peccato, il Dio geloso si rivela un Dio di perdono. La apostasia, che segue all'alleanza e che meriterebbe la distruzione del popolo, è per Dio l'occasione di proclamarsi «*Dio di tenerezza e di pietà, tardo all'ira, ricco di grazia e di fedeltà... che tollera colpa, trasgressione e peccato, ma non lascia nulla impunito...* »; Mosè quindi può pregare con sicurezza: «*È un popolo di dura cervice. Ma perdona le nostre colpe ed i nostri peccati, e fa di noi la tua eredità* ».
Umanamente e giuridicamente, il perdono non trova giustificazione. Ma il cuore di Dio non è quello dell'uomo, e non si compiace nel distruggere; Dio perdona al peccatore che si accusa; lungi dal volere la sua perdita, lungi dal disprezzarlo, egli lo ricrea, purificando e colmando di gioia il suo cuore contrito ed umiliato; fonte abbondante di redenzione, egli è un padre che perdona tutto ai suoi figli.
Al pari di Israele, Giovanni Battista attende quindi la remissione dei peccati e predica un battesimo che ne è la condizione: «*Fate penitenza, altrimenti colui che viene vi battezzerà nel fuoco*»; per lui questo fuoco è quello dell'ira e del giudizio, quello che consuma la pula, una volta separato il buon grano. Questa prospettiva rimane quella dei discepoli di Giovanni che hanno seguito Gesù; essi vogliono far cadere il fuoco dal cielo su coloro che si chiudono alla predicazione del maestro. E Giovanni Battista si pone un interrogativo, sentendo che Gesù non soltanto invita i peccatori a convertirsi ed a credere, ma proclama di essere venuto soltanto per guarire e perdonare.
Di fatto Gesù, pur essendo venuto a gettare il fuoco sulla terra, non è mandato dal Padre suo come giudice, ma come salvatore. Egli chiama alla conversione tutti coloro che ne hanno bisogno e suscita questa conversione rivelando che Dio è un Padre la cui gioia sta nel perdonare e la cui volontà è che nessuno si perda. Gesù non annunzia soltanto questo perdono al quale si apre l'umile fede, ma lo esercita ed attesta mediante le sue opere.
Prega e versa il suo sangue in remissione dei peccati. Vero servo di Dio, egli giustifica la moltitudine di cui porta i peccati, perché è l'agnello che toglie il peccato del mondo, salvando il mondo. Per mezzo del suo sangue noi siamo purificati, lavati dalle nostre colpe. Gesù è stato inchiodato sulla croce per i nostri peccati e le nostre iniquità e, nonostante abbia sopportato oltraggi ed insulti ha saputo dire: "*Padre perdonali perchè non sanno quello che fanno*". Dio ci ha perdonati per primo, ecco

perché anche noi possiamo perdonare. Gesù è la guarigione totalizzante dell'uomo, perché sulla croce ci ha salvato, guarito, liberato, perdonato. Il perdono è la chiave per guarire.
Dio perdona dimenticando i nostri peccati e le nostre colpe quando noi chiediamo con cuore sincero nel sacramento della Riconciliazione il perdono. Così siamo liberati dalle angosce, dai sensi di colpa e affrancati dai rimorsi. Per una vera e radicale guarigione, interiore o fisica, è indispensabile un perdono autentico e vero, perchè in fondo ad ogni cuore, cosciente o meno, c'è un grande perdono da dare.
Gesù presenta Dio quale modello di misericordia a coloro di cui è il Padre e invita ad imitarlo, per essere suoi veri figli. Così il perdono non è soltanto una condizione preliminare della nuova vita, ma ne è uno degli elementi essenziali. In opposizione al peccatore che tende a vendicarsi senza misura, Gesù comanda a Pietro di perdonare instancabilmente.
Seguendo l'esempio del Signore, Stefano è morto perdonando. Per vincere come essi il male con il bene, il cristiano è chiamato sempre a perdonare, perdonare per amore, come Cristo, come il Padre suo.

Nicla Filippi

DIRITTO CANONICO

IL CONSENSO MATRIMONIALE

di Angelo Andrei

Canone 1057, §1: *"L'atto che costituisce il matrimonio è il consenso delle parti manifestato legittimamente tra persone giuridicamente abili; esso non può essere supplito da nessuna potestà umana".*
Canone 1057, §2: *"Il consenso matrimoniale è l'atto della volontà con cui l'uomo e la donna, con patto irrevocabile, danno e accettano reciprocamente se stessi per costituire il matrimonio".*

Il mese scorso abbiamo individuato nelle proprietà e nei fini del matrimonio religioso gli aspetti "oggettivi" del rapporto coniugale. Adesso, invece, esamineremo l'elemento "soggettivo" del matrimonio stesso: il consenso.
L'istituto giuridico del consenso risulta essere di fondamentale importanza nello studio del matrimonio canonico poiché è l'atto che lo costituisce: è cioè quella indispensabile manifestazione della volontà da cui sorge il vincolo coniugale. Tuttavia, non un qualsiasi consenso è idoneo a costituire un matrimonio, ma solamente quello che ha le caratteristiche che ora si descriveranno.

1) *Il consenso è la causa "efficiente" e "formale" del matrimonio.* Il consenso, infatti, come poc'anzi detto, costituisce l'elemento originante ("efficiens") del matrimonio, ma anche la causa formale, cioè, il "constitutivum" del medesimo.

2) *Il consenso è un atto della "volontà".* La volontà è espressione del libero arbitrio, riconosciuto ad ogni individuo, che sfocia in un atto decisionale assolutamente personale e, pertanto, incoercibile. La volontà, però, é sempre preceduta nel suo formarsi da un atto razionale, cioè dall'esercizio di quella facoltà intellettiva che consente all'individuo di avere un'esatta percezione della realtà a cui si acconsente. E' indubbio, infatti, che il consenso può essere espresso in modo consapevole solo se fondato su una corretta e precisa conoscenza del mondo reale: chi, per esempio, ha un'idea errata, romanzata, della vita coniugale esprime per ciò stesso un consenso viziato sin "ab origine".
3) *Il consenso è un atto "personalissimo".* Il canone 1057, §1 afferma che il consenso *"non può essere supplito da nessuna potestà umana"*, espressione che, peraltro, lascia qualche perplessità. Infatti, così come formulato, questo paragrafo potrebbe indurre a pensare che la volontà del soggetto direttamente interessato, se da un lato non potrebbe essere sostituita da nessuna autorità "umana", dall'altro, potrebbe, essere supplita dal volere "divino". Certamente, se Dio volesse potrebbe anche intervenire sulla volontà umana orientandola nel senso da Lui prescelto; tuttavia, ciò costituirebbe una "contraditio in terminis", perché negherebbe la libertà che, invece, il Creatore ha concesso alla creature. Pertanto, è possibile affermare che nessuna potestà, neanche quella divina, può sostituirsi al consenso delle parti nel matrimonio. Alla luce di queste considerazioni, ritengo che sarebbe stato più opportuno formulare il canone 1057, §1 omettendo qualsiasi aggettivo al termine "potestà".
4) *Il consenso è un atto "deliberato" e "libero".* San Tommaso, profondo studioso di questo aspetto, sostiene che per atto deliberato debba intendersi un consenso capace di valutare i pro e i contro che si produrrebbero se si concedesse il proprio assenso alla realizzazione di un determinato evento. Questo requisito, però, da solo non sarebbe sufficiente: è necessario anche che il consenso sia un atto libero, cioè scevro da qualsiasi costrizione interna o esterna al soggetto che lo fornisce, come – per esempio – potrebbero essere le limitazioni di natura psichica, fisica o psicologica.
5) *Il consenso deve essere "manifestato".* Il consenso a contrarre matrimonio è sempre un processo che si forma all'interno della psiche umana e che, pertanto, per poter determinare il sorgere di un vincolo matrimoniale necessita di essere manifestato all'esterno. La manifestazione del consenso è elemento essenziale per due motivi: 1) il matrimonio, essendo un contratto "bilaterale", necessita che ambedue i "nubendi" conoscano la volontà dell'altra parte; 2) il "coniugio" è un "negozio pubblico" perché il consenso viene espresso dalle parti davanti ad una pubblica autorità (il sacerdote) che lo riceve in nome della Chiesa (can. 1108, §2).

Il canone 1057 introduce anche un altro importante principio: possono contrarre matrimonio solo coloro che sono giuridicamente "abili".

Con questo termine si indicano quei soggetti che hanno la capacità naturale e giuridica di contrarre matrimonio.

La capacità naturale consiste nel possesso delle facoltà intellettive di intendere e di volere, nella possibilità, cioè, di comprendere il significato e le implicazioni che

derivano dall'impegno di dare vita ad un "consortium totius vitae", nella sua ampia accezione che abbiamo delineato quando abbiamo individuato il concetto di matrimonio.
La capacità giuridica, invece, è l'assenza nel nubente di impedimenti di diritto canonico, che rendono il soggetto impossibilitato a prestare il consenso matrimoniale.
Infine, il canone 1057 stabilisce la natura eterosessuale del matrimonio: solo un uomo e una donna, infatti, possono scambiarsi il consenso costitutivo di quella vita coniugale che ha tra i suoi fini la procreazione ed educazione della prole.

MUTAMENTI EPOCALI

di Angelo Di Nicola

LE CROCIATE

La nascita e l'espansione dell'Islam, dal settimo secolo in poi, con la conquista delle coste del nord Africa, della Sicilia e di parte della penisola Iberica, rese il Mediterraneo un lago arabo, provocando di fatto il blocco dei commerci tra l'occidente romanico e l'oriente bizantino, commerci che non si erano interrotti nemmeno dopo la rovinosa caduta dell'impero romano. L'espansionismo islamico in realtà costituì a lungo una spada di Damocle per l'Europa intera, per non parlare della pirateria, che costituì una spina nel fianco soprattutto per le coste meridionali del continente. Ad esserne danneggiati ancora una volta furono soprattutto i commerci delle potenti e fiorenti repubbliche marinare italiane.
La pressione araba, d'altra parte, facilitò il coagularsi delle forze della cristianità minacciata, favorendo le mire di Carlo Magno, nipote di quel Carlo Martello che aveva fermato l'avanzata dei mori a Poitiers e la formazione sotto le sue insegne di un grande regno cristiano, il Sacro Romano Impero. E' la tesi di un grande storico, Henry Pirenne, che all'argomento ha dedicato importanti studi, che pure non hanno mancato di suscitare riserve e critiche.
Quanto detto, ad ogni modo, sembrerebbe dimostrare che il conflitto, per la verità non solo religioso, tra l'occidente cristiano e l'oriente islamico, sorse relativamente presto, soprattutto in relazione alla forte spinta espansionistica del nuovo credo predicato da Maometto.
Fatto sta che a partire dall'undicesimo secolo, con l'ulteriore espansione turca in Palestina e Siria, nei paesi dell'Europa occidentale si cominciò a parlare apertamente della necessità di indire spedizioni militari, le *crociate*, per liberare e tutelare i luoghi santi dove Gesù aveva vissuto e svolto la sua missione di salvezza.
La prima crociata (se ne contarono in tutto una decina, di maggiore o minore entità), ebbe praticamente inizio nel 1095 nella città francese di Clermont-Ferrand, dove papa Urbano II invitò i cristiani ad arruolarsi per liberare i luoghi sacri dal dominio degli infedeli. Il piano prevedeva la costituzione di singoli gruppi autofinanziati, agli ordini di singoli comandanti, che dovevano poi confluire da terra e per mare verso

Costantinopoli e da lì muovere alla volta dell'Anatolia, della Siria e della Palestina, fino alla liberazione di Gerusalemme.
La prima crociata suscitò un grande entusiasmo soprattutto in Italia, Francia e nelle Fiandre, raccogliendo l'adesione di una gran massa di popolo riunito sotto le insegne di famosi comandanti come Raimondo IV di Tolosa, Baldovino di Fiandra, Goffredo di Buglione, Boemondo di Taranto, Tancredi di Altavilla ed altri.
Lo straordinario successo fu determinato da una pluralità di elementi: dalla sacralità dell'impresa, giacché la partecipazione alla *guerra santa* contro gli infedeli era visto come garanzia di salvezza eterna, (una gran quantità di religiosi, pellegrini, penitenti e popolo di varia estrazione si riversò in medio oriente sotto la guida di Pietro l'Eremita). La crociata, inoltre, costituiva una ghiotta opportunità per cavalieri e nobili sempre desiderosi di dar prova del loro valore in battaglia. La conquista di nuove terre poi costituiva una possibile soluzione alla crescente necessità di possedimenti sia per nobili e ordini cavallereschi, sia per masse di contadini indigenti. La spedizione, infine, doveva favorire il ripristino e la garanzia dei commerci con l'oriente, soprattutto da parte delle ricche e fiorenti repubbliche marinare.
Confluiti pertanto a Costantinopoli, i crociati si impegnarono solennemente a restituire all'imperatore bizantino Alessio I i territori già appartenutigli, quindi mossero riconquistando Nicea, capitale dell'Anatolia e sede di uno dei primi concili, Antiochia, sede di una delle comunità cristiane più antiche ed importanti ed infine, il 5 luglio del 1099, diedero l'assalto a Gerusalemme, peraltro facendo strage degli abitanti e riconquistandola.
Goffredo di Buglione, duca della Bassa Lorena, ne fu nominato governatore. I territori conquistati furono divisi in quattro piccoli stati, il più importante dei quali fu il Regno Latino di Gerusalemme.
In quegli stessi anni furono creati alcuni ordini monastico-cavallereschi, che avevano per compito la custodia e la difesa di luoghi e vestigia sacre, come quello Teutonico e quello dei Templari, cui sono ispirati tanti racconti e romanzi di avventura, per la verità non sempre attinenti alla realtà.
Più tardi l'epopea della riconquista, come si ricorderà, fu immortalata nel celebre poema di Torquato Tasso "Gerusalemme Liberata".
Dopo la prima vittoriosa crociata, per la verità, le altre spedizioni consistettero prevalentemente in dispendiose operazioni di difesa del precario insediamento cristiano, ma spesso si rivelarono inefficaci a causa delle divisioni interne tra i sovrani e i condottieri crociati.
Fatto sta che i musulmani ben presto si riorganizzarono per riconquistare quei luoghi, alcuni dei quali sacri anche per loro. La presa di Emessa, nel 1144, indusse papa Eugenio III a bandire una seconda crociata, alla quale parteciparono anche il re di Francia Luigi VII e l'imperatore Corrado II, ma l'esercito tedesco, caduto in un'imboscata, fu distrutto in Anatolia e delle forze francesi solo una parte raggiunse Gerusalemme per cui, fallito l'attacco congiunto con il re Baldovino alla città di Damasco, dovette far ritorno in patria.

Il fallimento della seconda crociata favorì una nuova egemonia musulmana nell'area soprattutto per merito di Saladino (Salah ad-Din), che tuttavia, pur riconquistando il Regno di Gerusalemme, si dimostrò uno spirito tollerante, concedendo ai cristiani di effettuare liberamente i pellegrinaggi nei luoghi santi
Nel 1187 Gregorio VIII bandì una terza crociata, che vide l'adesione dei tre potenti sovrani d'Europa: l'imperatore Federico Barbarossa, il re francese Filippo II e quello inglese Riccardo I *Cuor di Leone*. Di questi il Barbarossa morì guadando un fiume in Cilicia e Filippo e Riccardo riuscirono a strappare solo alcuni possedimenti a Saladino, ma non a riconquistare Gerusalemme.
La quarta crociata (1202 – 1204), bandita da Innocenzo III, finì con la conquista ed il saccheggio di Costantinopoli e con l'instaurazione, sotto Baldovino di Fiandra, dell'impero Latino d'Oriente, che doveva sopravvivere fino alla riscossa bizantina da parte dell'imperatore Michele VIII *il Paleologo*.
La quinta crociata (1217 – 1221) prevedeva un attacco all'Egitto, ma il piano non poté essere portato a termine per il mancato invio dei rinforzi promessi da parte dell'imperatore Federico II.
Il quale, a sua volta, attuò nella sesta crociata (1228 – 1229) una strategia più diplomatica che militare ottenendo, attraverso negoziati col sultano d'Egitto, addirittura la restituzione di Gerusalemme, Betlemme, Nazareth e una striscia di territorio che collegava i luoghi sacri con il porto di San Giovanni d'Acri. Ma Federico II, ironia della sorte, era stato scomunicato da papa Gregorio IX per le sue reticenze nel corso della crociata precedente e dovette tornare di corsa in Italia perché lo stesso pontefice ne insidiava i possedimenti meridionali.
La settima crociata (1248 – 1254) fu organizzata dal sovrano francese Luigi IX *il Santo*; il suo attacco al Cairo fallì e lui stesso venne fatto prigioniero, per cui dovette versare un riscatto di un milione di scudi per avere salva la vita.
L'ottava crociata (1270), che aveva per obiettivo Tunisi, fu promossa ancora dal sovrano francese, sostenuto dal fratello Carlo d'Angiò re di Sicilia, ma vide addirittura la morte di Luigi IX, colpito da un'epidemia di peste sotto le mura della città.
Gli ultimi avamposti Latini in Siria e Palestina dovevano cadere sotto i colpi degli Egiziani, mentre città e castelli crociati vennero progressivamente riconquistati dai mori.
Un'ultima spedizione (1271 – 1272) venne promossa dal re d'Inghilterra Enrico III e si concluse con un trattato di pace col sultano d'Egitto.
Nel 1291, infine, con la caduta di Acri, ultima roccaforte cristiana, si chiuse definitivamente l'epoca delle crociate.
Non è facile tracciare un bilancio conclusivo di questo periodo: da un punto di vista puramente materiale, esso si concluse senza acquisizioni di sorta da parte della cristianità, ad eccezione della gran quantità di reliquie ed oggetti sacri e preziosi portati in occidente ed ospitati nelle varie chiese, basiliche e cattedrali d'occidente, dove costituiscono tuttora oggetto di adorazione.
Da un punto di vista prettamente spirituale, la valutazione dei benefici risulta ovviamente di più difficile valutazione; vi fu sicuramente un generale risveglio della

fede ed una spinta notevole all'evangelizzazione, soprattutto ad opera dei Francescani che intrapresero missioni in Terra Santa e tuttora vi sono impegnati come custodi dei luoghi sacri.
Certamente le guerre, anche se ammantate di sacralità, sono pur sempre guerre, con tutto il carico di lutti e distruzioni che comportano (e le crociate non fecero certo eccezione). Quello che appare inequivocabile è che nei rapporti fra Cristiani e Musulmani esse contribuirono ad incidere un solco ancor più profondo, destinato ad alimentare per secoli e tuttora non è del tutto sopito, lo scontro tra cristianità e mondo islamico.

ESPERIENZE

IL CAPPELLANO DELLA POLIZIA DI STATO

Se mi avessero detto alcuni anni or sono che sarei diventato cappellano della Polizia di Stato, avrei subito obiettato che non mi piacciono le armi, sono contrario all'uso della violenza, e poi è una pastorale che non riuscivo ad accettare.
Anche oggi, sentendo la maggior parte dei miei confratelli presbiteri, vi è una sorta di indifferenza di fronte a questo settore, quasi che tale esperienza fosse ai margini di ogni tipo di servizio ministeriale.
Come sempre, però, sono gli incontri, le relazioni, a farti cambiare idea.
Nella parrocchia dove collaboravo vi era una Scuola di Polizia.
Inizialmente non ci avevo fatto caso, la ritenevo secondaria ai miei impegni.
In seguito, però, mi accorsi grazie anche al contributo del comandante della scuola che, in quella struttura, vi erano tanti giovani che avevano bisogno di un prete che potesse stare insieme con loro.
L'avventura parte da questa prima conversione: la capacità di vincere dei pregiudizi e poter finalmente entrare in contatto con le persone.
Quando non ho visto il poliziotto con la divisa addosso, ma l'ho percepito nel suo ruolo di persona che ha bisogno, ecco che è scattato un approccio diverso.
Non è questa assolutamente una seconda chiamata, però è percepire un nuovo stile di vivere il mio ministero.
Quando dieci anni fa cominciai il mio servizio in Polizia, non pensavo però che cosa mi sarebbe successo e quale grado di maturazione tale esperienza avrebbe portato con sé. Ovviamente l'inizio è stato titubante. La fatica di comprendere un ambiente nuovo, un percorso che, anche se non più militare , tuttavia mira a delle regole a cui normalmente una persona non attiene.
Il saluto ad ogni circostanza, dover passare tramite il comandante o il questore per ogni semplice sciocchezza, contattare i vari uffici per decidere a che ora celebrare una Santa Messa, sono state tutte occasioni per capire che il mondo nel quale ero entrato era molto diverso rispetto alla parrocchia.
Luogo nel quale il cappellano, soprattutto all'inizio, a volte si sente più un ospite anche se ha un ruolo che progressivamente si definisce.

In seguito iniziano i rapporti con le persone e, come tutti i percorsi, vi è il momento iniziale in cui tutto sembra andare bene e poi, invece, quando si cominciamo a operare alcune scelte, ecco che tutto sembra molto più faticoso.
Stare a contatto con gli allievi, gli istruttori ed ora che seguo anche una questura con i vari funzionari, mi permette di capire che gli spazi si conquistano piano piano, frutto di rapporti interpersonali e di una capacità umana forte e profonda.
A volte sei preso da un grande sconforto, tuttavia ti accorgi che solo imparando a rapportarti alla pari e con dignità, riesci a stemperare dei momenti difficili.
E poi c'è il tuo studio, la tua cappella o comunque l'ambiente della celebrazione : luoghi magici di incontro, di dialogo, di confronto, di fede.
Luoghi nei quali impari a raccontare le cose che hai dentro senza perdere troppo tempo (penso alle nostre omelie che non possono essere tanto lunghe), o con calma inviti i poliziotti ad un dialogo interpersonale.
Dialogo che nasce dai problemi che i poliziotti vivono e che confidano a te, perché tu sei un punto di riferimento importante di una caserma, di una questura. La gente ti cerca perché sei prete, ma anche perché umanamente sperimenti la ricchezza dell'ascolto e della comprensione.
Dialoghi nei quali sperimenti la tua impotenza, la tua fragilità, ma anche la grazia di Dio perché solo in certi ambienti puoi avere delle confessioni tanto forti.
Proprio in questi ambienti, ho sperimentato degli episodi che vi racconterò nei prossimi miei scritti

Don Luigi Trapelli

DI MESE IN MESE: MARZO

Marzo astuto, son beffardo – quel che pensi mai non penso;
rido al sole, sferzo i prati – bacio i fiori appena nati.
Ostan

NUTRIRSI BENE PER VIVERE MEGLIO

19 – ALTRE DIETE

1) LA DIETA IPOGLUCIDICA

Le diete ipoglucidiche consistono nella presenza di una quantità limitata di carboidrati, a favore delle proteine o dei lipidi. Un esempio tipico è la cosiddetta **dieta "fai da te"**, nella quale si eliminano pane, pasta e alcolici per ottenere una veloce perdita di peso.

In generale, questo tipo di dieta presenta alcuni aspetti negativi:

- da una parte l'**eccesso di grassi** potrebbe innalzare il colesterolo;
- dall'altra l'**eccesso di proteine** comporta una notevole produzione di scorie azotate, che alla lunga provocano acidosi del sangue, superlavoro per i reni ed il fegato, e disturbi digestivi, come la stitichezza.

Si possono portare due esempi di questo tipo di dieta: la Atkins e la Scarsdale.

- **La dieta Atkins**

Nacque negli anni '70 una corrente di pensiero che attribuiva al meccanismo dell'insulina la causa del sovrappeso. Il dr. **Robert C. Atkins**, direttore di un centro di cardiologia di New York, elaborò una delle prime diete cosiddette *low carb* (a basso contenuto di carboidrati). La sua dieta si propone di combattere l'eccesso di insulina che favorisce l'accumulo dei grassi.
Comprende quattro fasi, in ognuna delle quali si assumono quantità giornaliere differenti di carboidrati.
- Nella prima fase non si superano i 20 g giornalieri di zuccheri. Sono vietati tutti i cereali e derivati, i legumi, le verdure ad alto contenuto glicidico, il latte e lo yogurt. Sono invece favorite le verdure a basso contenuto glicidico come fonte di carboidrati: insalata, cetrioli, finocchi. Consentiti tutti i cibi proteici non contenenti carboidrati e tutti i grassi, in quantità illimitata.
- Nella seconda fase i carboidrati vengono aumentati a 40 g al giorno.
- Nella terza si introducono frutta, pane o yogurt in quantità molto limitate.
- Nella quarta fase, di mantenimento, si assumono fino a 60 g di carboidrati al giorno. In questa fase possono essere introdotti, gradualmente, pane, pasta, riso, legumi, patate, ecc.

- **La dieta Scarsdale**

Fu ideata alla fine degli anni '70 dal cardiologo **Herman Tarnower**, il quale aveva notato che i reduci del Vietnam avevano un indice di rischio cardiovascolare molto basso, cosa che secondo il medico era da attribuire a una alimentazione molto povera in grassi e carboidrati. Questo è il motivo per cui la dieta Scarsdale prevede una ripartizione dei macronutrienti sbilanciata a favore delle proteine (34% carboidrati, 43% proteine e 22% grassi), e indica anche la quantità di calorie giornaliere, comprese tra le 850 e le 1000 kcal. Nel preparare i cibi non è consentito l'uso di condimenti grassi e si possono mangiare solo carni e pesci magri. La colazione è a base di caffé o tè e agrumi. Come si vede è una dieta molto restrittiva, con un apporto calorico bassissimo. Per tale motivo non può essere protratta per più di due settimane. Deve necessariamente subentrare una seconda fase di mantenimento, con apporto calorico maggiore.

2) LA DIETA VEGETARIANA

E' aumentato, negli ultimi decenni, il numero di persone che ricorrono a tale tipologia di dieta. Essa consiste nell'escludere dai pasti i prodotti animali come la carne e il pesce. Tale scelta può essere motivata da convincimenti filosofico religiosi (per esempio persone che non tollerano la violenza in assoluto, quindi neanche verso gli animali) oppure dal convincimento che essa sia più salutare (tanto per fare un esempio, in questi anni il fenomeno della "mucca pazza" ha spinto molte persone ad orientarsi verso una dieta di soli vegetali).
Bisogna dire che in effetti le diete vegetariane presentano dei grossi vantaggi:

- sono in genere ipocaloriche di per sé, per cui non c'è rischio di ingrassare;
- il contenuto di colesterolo è anch'esso in genere più basso, con conseguente minore rischio di malattie cardiocircolatorie;
- la ricchezza di fibre le rende particolarmente vantaggiose per le funzioni intestinali;
- infine esse sono vantaggiose anche per la "tasca", essendo in genere i vegetali meno costosi della carne e del pesce.

Esistono, però, anche alcuni svantaggi:

- come si è già abbondantemente spiegato nell'articolo relativo alla chimica dei cibi (cfr), i vegetali contengono proteine cosiddette "povere", ossia che non soddisfano al quotidiano fabbisogno dell'organismo;
- si può rischiare, mangiando solo vegetali, una carenza di Ferro e di Calcio: il ferro contenuto nei vegetali è infatti poco assorbibile, mentre in generale i vegetali contengono poco Calcio;
- questi alimenti, infine, non contengono vitamina B_{12}, che è un importante fattore anti-anemia.

C'è da dire, comunque, che tali rischi o aspetti negativi riguardano più frequentemente i vegetariani stretti (o Vegans, o più precisamente Vegetaliani). Questi, infatti, contrariamente ai Vegetariani, escludono dalla loro dieta anche latte e uova, che sono di provenienza animale, e che rappresentano una fonte importante di proteine, calcio, ferro e vitamina B_{12}.

Per chi volesse sperimentare un giorno di dieta vegetariana, proponiamo la seguente combinazione, abbastanza bilanciata e poco rischiosa.

Prima colazione
Latte o yogurt, con pane biscottato, o fiocchi di cereali, o müsli di cereali con frutta secca. Integrare con succhi di frutta o con spremuta di agrumi, o con frutta fresca di stagione.

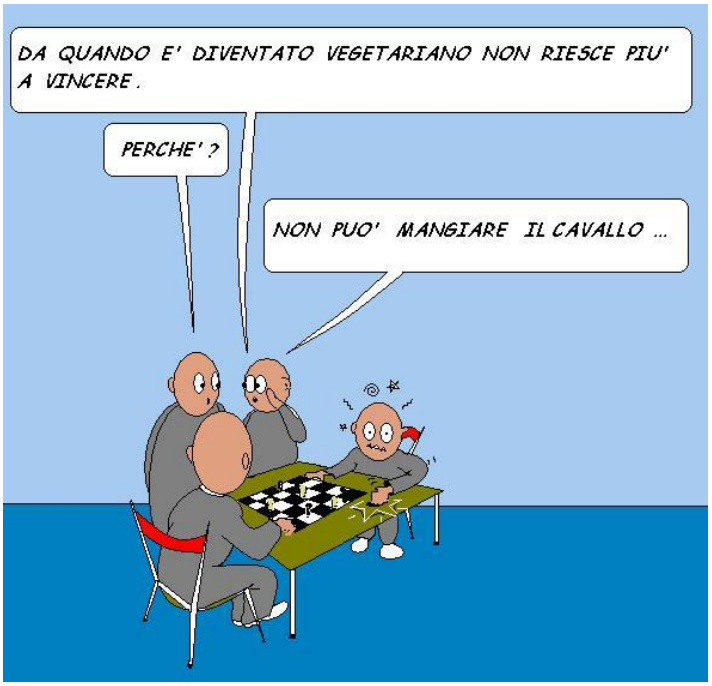
Spuntino a metà mattina e merenda pomeridiana
Frutta fresca di stagione o yogurt con frutta fresca a pezzetti.
Un'alternativa più sostanziosa può essere una fetta di pane integrale spalmata con pasta di olive.

Pranzo e cena

Si propongono alcune pietanze che possono essere consumate anche come piatto unico:

- Minestrone di legumi e cereali con pasta, riso o orzo.
- Polenta con formaggio e broccoli.
- Insalata di riso con uova al posto del prosciutto o dei würstel.
- Torta salata di ricotta e verdura
- Zuppa di legumi misti con crostini di pane
- Omelette ripiene di verdure
- *Crêpes* ripiene di formaggio
- Frittata con zucchine e patate
- Formaggio alla piastra accompagnato da rucola.

DIETA CON… RISO



Giuseppe Polino e Roberto Pacini

DALLA PAROLA ALLA PAROLA

di Antonello Mei

Dio disse: "Ecco, io vi do ogni erba che produce seme e che è su tutta la terra e ogni albero in cui è il frutto, che produce seme: saranno il vostro cibo. A tutte le bestie selvatiche, a tutti gli uccelli del cielo e a tutti gli esseri che strisciano sulla terra e nei quali è alito di vita, io do in cibo ogni erba verde"… (Genesi)

Parlare della bulimia in questi giorni in cui abbiamo deciso che è *responsabilmente* accettabile non alimentare una persona che non può farlo da sola, parliamo di Eluana Englaro, sembra paradossale ma si sa che la G*iustizia* non è di questa terra … e noi, più che mai, siamo figli del nostro tempo. La nostra sopravvalutazione della forma fisica, del peso e del corpo e la necessità di stabilire un controllo su di esso sono al centro dei disturbi del comportamento alimentare. La persona con un tale disturbo è così ossessionata dal cibo che la propria vita finisce con il coincidere con la questione alimentare, impedendogli di vivere e di provare interesse per qualsiasi altra situazione se non superficialmente. Tra le ragioni che portano allo sviluppo di comportamenti bulimici si evidenziano oltre alla familiarità, studi in questo senso hanno messo in risalto che questi disturbi si manifestano con più frequenza tra i parenti di una persona malata soprattutto se si tratta della madre, ci sono fattori biologici,genetici, ambientali, sociali. Certamente questa sopravvalutazione della propria forma fisica a partire dalla famiglia prima e della società successivamente non aiuta i ragazzi a sgravarli da quell'eccesso di pressione e di aspettative nei loro confronti che sembrerebbero essere l'atra faccia della medaglia di un disinteresse più sostanziale per la persona. Oggi in Italia si può "decidere" se e quanto tempo far vivere una ragazza, per inciso in Italia sono 25000 le persone mantenute in vita artificialmente. Tutto questo atteggiamento sembra figlio di un voler controllare un po' tutto nella nostra vita dal peso del corpo ai cm dei fianchi. I motivi che portano una ragazza a sottoporsi a una dieta eccessiva, nel caso dell'anoressia, o a comportamenti di eliminazione come il vomito autoindotto o l'uso inappropriato di pillole lassative o diuretiche, l'iperattività per perdere peso nel caso della bulimia nascono spesso dalla necessità di corrispondere ad un canone estetico di "femme-garcon" che ha conseguenze devastanti sia fisici che psicologici su molte ragazze. Dal punto di vista fisico gli effetti della malnutrizione vanno dalla disidratazione, alle ulcere intestinali, a seri danni cardiaci, al fegato e ai reni finanche alla morte. Le conseguenze psicologiche passano dai disturbi dell'umore con i loro correlati di bassa autostima, difficoltà nelle relazioni interpersonali sia familiari che extrafamiliari, al senso di colpa e vergogna fino ad arrivare a comportamenti coatti e autolesionistici come l'uso oltre che di farmaci anche di droghe per alterare il senso di realtà. Le caratteristiche del comportamento bulimico sono il mangiare una quantità eccessiva di cibo in un periodo di tempo molto limitato, poche ore, in solitudine e di nascosto con la sensazione di non poter smettere di mangiare e di non poter controllare il proprio comportamento. Solitamente l'abbuffata è preceduta da un evento percepito soggettivamente come molto stressante. Dopo aver mangiato in modo abnorme, la persona bulimica si sente in colpa e tende a punirsi vomitando, ingerendo diuretici o lassativi con l'intento di dimagrire. Il disgusto verso se stesso fa perdere l'autostima al soggetto bulimico che può avere un peso normale essere sottopeso o sovrappeso a differenza del soggetto anoressico che per essere diagnosticato tale deve scendere al di sotto dell'85% del suo peso in rapporto all'età e all'altezza. Non è esagerato dire che ognuno di noi è in qualche modo ipnotizzato, per lo meno per un certo grado, da idee che egli ha accettato senza criticare dagli altri, o da idee che ha ripetuto a se stesso fino a convincersi che sono vere.

Proviamo a immaginare una ragazza di 12/13 anni che sfoglia una rivista accende o il video vede le trasmissioni che vengono mandate in onda su tutte le reti della televisione. Vede personaggi pubblici e modelli imposti dalla pubblicità con delle silhouette magrissime, trasmissioni che mostrano competizioni canore e di ballo in cui gli insegnanti criticano duramente non le performance dei ragazzi che vi partecipano ma il loro aspetto fisico che è considerato inadeguato per la tale carriera artistica. Altre in cui un reuccio decide qual è la più bella del reame, come lo specchio di Biancaneve e i sette nani, ma fa il principe azzurro e non la matrigna. Beh dire che tali idee hanno un'influenza sul suo comportamento come quella che ha un ipnotizzatore di professione ottiene inculcando nella mente di un soggetto ipnotizzato delle idee negative non è poi così lontano dalla verità. E' lo stesso effetto che vediamo su noi stessi quando siamo esposti a tre messaggi pubblicitari al giorno su di un prodotto che si vuole commercializzare. L'effetto è che la prima volta che mettiamo piede in un supermercato e siamo distratti da altre preoccupazioni finiamo per trovarci nel carrello proprio il prodotto pubblicizzato così bene. Ora per lo meno il 95% della gente si rovina la vita con complessi di inferiorità più o meno profondi e per milioni di individui tali sentimenti sono veri e propri impedimenti ad una vita piena e soddisfacente. Tale senso di inferiorità interferisce con la nostra autostima e nasce in noi per una sola ragione: Noi giudichiamo e misuriamo noi stessi non sul nostro 'modello' o sulla nostra scala ma sul modello di qualche altro individuo nel caso specifico la famiglia e la società di cui facciamo parte. Tutto questo accade perché ci siamo lasciati ipnotizzare dall'idea completamente errata che 'io dovrei essere così e così' o 'io dovrei essere come tutti gli altri'. Parte di queste convinzioni giocano un ruolo sociale molto importante sulla nascita di queste patologie, anche se non l'unico, tipiche di questo secolo. La persona afflitta da un complesso di inferiorità, che in questo caso possiamo esprimere con la falsa credenza : 'se non sono magra e di taglia 42', o per i maschietti se non ho il bicipite scolpito e il ventre piatto, invariabilmente commette l'errore di lottare per "la superiorità" che è: ' l'essere una taglia 42' o ' il modello dal fisico da Big Jim'. I suoi sentimenti scaturiscono dalla falsa premessa che egli è inferiore se non è così e da questa falsa premessa si forma una intera struttura di 'pensieri logici e sentimenti' . Se questa persona si sente infelice perché inferiore, la cura consiste nel cercare di sentirsi come chiunque altro e per far ciò deve sentirsi superiore. Questa battaglia per la superiorità lo porta ad un maggior disagio., gli causa una maggior delusione e talvolta lo induce ad una nevrosi. Così diviene più infelice di prima e quanto più intensamente egli tenta tanto più si rende infelice. Tutto quello che possiamo fare è disipnotizzarci dalle false credenze e vivere più serenamente su questa terra per tutto il tempo che il Signore ci ha dato.

L'ANGOLO DELLA POESIA
AVVISO AI NAVIGANTI
di Marco Masolin

SINOSSI DI UNA NOTTE

In una notte piuttosto fredda,
in una notte autunnale come tante,
in una strada come tante di questa città,
uguale a tante, una donna non giovane né bella
viene aggredita, colpita, uccisa,
derubata della vita e dei sogni,
abbandonata dentro un angolo buio
di una strada qualunque, come tante.
All'alba, un'alba fredda e piovosa,
qualcuno passa, guarda, e si allontana
verso la sua povera giornata alla ricerca
di un caffè, di un cappuccino da consumare
dentro un bar affollato di gente e di tristezza.
Perché affannarsi su quel corpo,
perché chiamare, cercare, perché pensare
che qualcuno che viveva e forse amava
ora non vive più.
Meglio la certezza del vuoto fatto di paura
vivendo questa giornata avara di vita
ma piena di nebbia, una nebbia densa che ti si appiccica
all'anima e la stringe forte tra le sue volute
in attesa dell'arrivo liberatorio della sera.
Meglio non vedere, quindi, non sapere, non guardare.
Dopotutto era solo una donna a cui hanno rubato la vita.
Poca cosa per questa grande città che cresce e lievita
impaurita dentro i suoi alveari di umanità e sporcizia.
Tra poco la notte dei giusti aleggerà di nuovo sull'umanità.

MANGIA SANO, MANGIA SANTO

MINESTRA DI SAN LORENZO

In tutta Firenze, per le cene di mezza estate, e particolarmente il 10 di agosto, festa di San Lorenzo, veniva confezionata questa zuppa contadina che con la grigliatura finale in forno, richiamava il supplizio patito dal santo, bruciato sulla graticola anche se in realtà san Lorenzo non morì bruciato ma decapitato.

Nella tradizione popolare le stelle cadenti, proprie del 10 agosto, sono le lacrime versate dal santo durante il suo supplizio, che vagano eternamente nei cieli e scendono sulla terra il giorno in cui san Lorenzo morì creando un'atmosfera magica e carica di speranza. In questa notte, infatti, si crede si possano avverare tutti i desideri. In Romagna, per esempio, il giorno di san Lorenzo, ci si deve immergere sette volte in mare, per purificarsi e per attirare a sé fortuna e felicità. Per questo motivo sin dall'antichità in questa giornata vi era sulla riviera romagnola un grande afflusso di bagnanti speranzosi di veder le loro malattie portate via dal mare e di propiziarsi un anno più fortunato.
Per 6 persone: porri, 6; pomodori, g. 300; pinoli, g. 60; dadi per brodo vegetale o di carne, litri, 1 e mezzo; olio extravergine, mezzo bicchiere; pecorino grattugiato, g. 60; fette di pane casereccio, 6; sale.
Il porro è una pianta della famiglia delle gigliacee, a bulbo cilindrico e allungato come la cipolla novella, a cui assomiglia per il sapore aromatico, ma molto più delicato. Verso maggio e giugno, stagione della fioritura, il porro diventa meno gustoso.
Con i dadi preparate un litro e mezzo di brodo di carne o vegetale e tenetelo in caldo. Lavate i bulbi dei porri, spuntatene il gambo, eliminate le foglie verdi, lasciando solo la parte bianca, e tagliateli sottilissimi. Lavate e sbollentate i pomodori per pochi minuti, scolateli, spellateli, privateli dei semi e tagliate la polpa a pezzettini. In una padella antiaderente mettete l'olio, aggiungete i porri e lasciateli soffriggere per alcuni minuti, bagnateli ora con il brodo preparato, e appena alzerà il bollore, aggiungete la polpa dei pomodori condite con un poco di sale, i pinoli e fate cuocere il tutto per circa 15 minuti.
Nel frattempo mettete le fette di pane casereccio su una placca da forno rivestita di carta da forno, tostatele sotto il grill finché le fette non siano ben dorate, poi sistematele in una pirofila profonda. Versate sul pane la minestra preparata, cospargetela con il pecorino grattugiato e passatela ancora sotto il grill del forno finché la superficie non sia ben gratinata. Servite subito.
Il vino consigliato per questa minestra è il *Santa Maddalena*, un vino dell'Alto Adige.

Lillibeo

LETTERE IN REDAZIONE

a cura di P. Franco Stano

"Carissimo Direttore, pare che in una scuola elementare sia nata una forte polemica perché durante i venerdì di quaresima qualcuno avrebbe voluto inserire nel menù dei bambini del pesce. Altri vi si sono opposti veementemente. Ma le pare possibile, signor direttore, che si faccia appello al laicismo anche su queste bagatelle? Saluti e buon lavoro. Antonella Lettieri".
Gentile signora, già da ragazzi ci insegnavano che "contra factum non valet argumentum ,e, cioè, "che è tempo perso tentare di contraddire i fatti". I fatti sono i

fatti e, storia alla mano, restano per sempre, a perpetua memoria di chi li ha fatti. Personalmente credo che i laicisti nostrani abbiano argomenti ben più seri da accampare e se il problema si risolve davvero in una questione di pesce negato, va a finire che si converte pure il professor Paolo Flores d'Arcais; quello dell'etica senza fede, per intenderci. Quanto all'avverbio veementemente, *che lei ha usato e che è davvero bello e solenne, forse avrebbe meritato un contesto più nobile. Che ne dice, signora? Saluti a lei. PFS.*

"Direttore, la caduta dell'onorevole Veltroni mi dispiace. Ma che cosa è successo? Possible che non ci sia da noi nessuna stabilità? Massimo Schina".
*E' una cosa che dispiace anche a me. E molto. Guardavo con interesse all'incontro tra cattolici ed ex-comunisti per una società più equilibrata e più giusta; comunque, per una società nella quale l'alternanza democratica garantisse una governabilità reale a vantaggio dei cittadini e della nazione. Speriamo che la caduta dell'onorevole Veltroni non coincida con la caduta di un'idea. E' tutto. Del resto, la nostra rivista, quanto alla politica, vola più alto e perciò non ne parla. Un proverbio africano recita così: "*La parola costruisce il villaggio; il silenzio l'uomo del villaggio". *Ecco: la nostra pretesa è quella di costruire "l'uomo del villaggio". Saluti. PFS.*

La Quaresima ci fornisce l'occasione per dettare una Via Crucis originale, ma tratta dal Vangelo: per una riflessione lenta, personale e profonda. Lo schema è dovuto al Dr Angelo Franco.

Via Crucis, dal Vangelo

"Padre, è giunta l'ora, glorifica il Figlio tuo, perché il Figlio glorifichi te" (Gv 17, 1)

I STAZIONE: GESÙ NELL'ORTO DEL GETSEMANI.

Allora Gesù andò con loro in un podere, chiamato Getsemani, e disse ai discepoli: "Sedetevi qui, mentre io vado là a pregare". E presi con sé Pietro e i due figli di Zebedeo, cominciò a provare tristezza ed angoscia. Disse loro: "La mia anima è triste fino alla morte; restate qui e vegliate con me". E avanzatosi un poco, si prostrò con la faccia a terra e pregava dicendo: "Padre mio, se è possibile, passi da me questo calice! Però non come voglio io, ma come vuoi tu!" (Mt 26, 36-39)

II STAZIONE: GESÙ DINANZI AL SOMMO SACERDOTE.

Allora il sommo sacerdote gli disse: "Ti scongiuro, per il Dio vivente, perché ci dica se tu sei il Cristo, il Figlio di Dio". "Tu l'hai detto, gli rispose Gesù, anzi io vi dico: *d'ora innanzi vedrete il Figlio dell'uomo seduto alla destra di Dio, e venire sulle nubi del cielo*".
Allora il sommo sacerdote si stracciò le vesti dicendo: "Ha bestemmiato! Perché abbiamo ancora bisogno di testimoni? Ecco, ora avete udito la bestemmia; che ve ne pare?". E quelli risposero: "E' reo di morte!". Allora gli sputarono in faccia e lo schiaffeggiarono... (Mt 26, 63-67)

III STAZIONE: IL RINNEGAMENTO DI PIETRO.

"Simone, Simone, ecco satana vi ha cercato per vagliarvi come il grano; ma io ho pregato per te, che non venga meno la tua fede; e tu, una volta ravveduto, conferma i tuoi fratelli". E Pietro gli disse: "Signore, con te sono pronto ad andare in prigione e alla morte". Gli rispose: "Pietro, io ti dico: non canterà oggi il gallo prima che tu per tre volte avrai negato di conoscermi". (Lc 22, 31-34)
... Passata circa un'ora, un altro insisteva: "In verità, anche questo era con lui; è anche lui un Galileo". Ma Pietro disse. "O uomo, non so quello che dici". E in quell'istante, mentre ancora

parlava, un gallo cantò. Allora il Signore, voltatosi, guardò Pietro, e Pietro si ricordò delle parole che il Signore gli aveva detto: "Prima che il gallo canti, oggi mi rinnegherai tre volte". E uscito, pianse amaramente. (Lc 22, 59-62)

IV STAZIONE: GESÙ DINANZI A PILATO.

Tutta l'assemblea si alzò, lo condussero da Pilato e cominciarono ad accusarlo: "Abbiamo trovato costui che sobillava il nostro popolo, impediva di dare tributi a Cesare e affermava di essere il Cristo re". Pilato lo interrogò: "Sei tu il re dei Giudei?". Ed egli rispose: " Tu lo dici". Pilato disse ai sommi sacerdoti e alla folla: "Non trovo nessuna colpa in quest'uomo (Lc 23, 1-4)... egli non ha fatto nulla che meriti la morte. Perciò dopo averlo severamente castigato, lo rilascerò". Ma essi si misero a gridare tutti insieme: "A morte costui! Dacci libero Barabba!". Questi era stato messo in carcere per una sommossa scoppiata in città e per omicidio. (Lc 23 15-18)

V STAZIONE: LA FLAGELLAZIONE, L'ECCE HOMO E LA CONDANNA.

Allora Pilato fece prendere Gesù e lo fece flagellare. E i soldati, intrecciata una corona di spine, gliela posero sul capo e gli misero addosso un mantello di porpora; quindi gli venivano davanti e gli dicevano: "Salve, re dei Giudei!". E gli davano schiaffi. Pilato intanto uscì di nuovo e disse loro: "Ecco, io ve lo conduco fuori, perché sappiate che non trovo in lui nessuna colpa". Allora Gesù uscì, portando la corona di spine e il mantello di porpora. E Pilato disse loro: "Ecco l'uomo!". Al vederlo i sommi sacerdoti e le guardie, gridarono: "Crocifiggilo, crocifiggilo!". Disse loro Pilato: "Prendetelo voi e crocifiggetelo; io non trovo in lui nessuna colpa". Gli risposero i Giudei: "Noi abbiamo una legge e secondo questa legge deve morire, perché si è fatto Figlio di Dio". (Gv 19, 1-7)

...Allora lo consegnò loro perché fosse crocifisso. (Gv 19,16)

VI STAZIONE: GESÙ SALE AL CALVARIO.

Dopo averlo così schernito, lo spogliarono del mantello, gli fecero indossare i suoi vestiti e lo portarono via per crocifiggerlo. (Mt 27, 31).

VII STAZIONE: IL DOLORE DELLA MADRE.

Simeone li benedisse e parlò a Maria, sua madre: "Egli è qui per la rovina e la risurrezione di molti in Israele, segno di contraddizione perché siano svelati i pensieri di molti cuori. E anche a te una spada trafiggerà l'anima" (Lc 2,34-35)

VIII STAZIONE: LA CROCIFISSIONE.

Quando giunsero al luogo detto Cranio, là crocifissero lui e i due malfattori, uno a destra e l'altro a sinistra. (Lc 23, 33)

I passanti lo insultavano e, scuotendo il capo, esclamavano: "Ehi, tu che distruggi il tempio e lo riedifichi in tre giorni, salva te stesso scendendo dalla croce!". Ugualmente anche i sommi sacerdoti con gli scribi, facendosi beffe di lui, dicevano: "Ha salvato altri, non può salvare se stesso! Il Cristo, il re d'Israele, scenda ora dalla croce, perché vediamo e crediamo". E anche quelli che erano stati crocifissi con lui lo insultavano. (Mc 15, 29-32)

IX STAZIONE: IL TRIONFO DEL PERDONO.

Gesù diceva: "Padre, perdonali, perché non sanno quello che fanno". (Lc 23, 34) Uno dei malfattori appesi alla croce lo insultava: "Non sei tu il Cristo? Salva te stesso e anche noi!". Ma l'altro lo rimproverava: "Neanche tu hai timore di Dio e sei dannato alla stessa pena? Noi giustamente, perché riceviamo il giusto per le nostre azioni, egli invece non ha fatto nulla di male". E aggiunse: "Gesù, ricordati di me quando entrerai nel tuo regno". Gli rispose: "In verità ti dico: oggi sarai con me nel paradiso". (Lc 23, 39-43)

X STAZIONE: GESÙ E LA MADRE.

Stavano presso la croce di Gesù sua madre, la sorella di sua madre, Maria di Clèofa e Maria di Magdala. Gesù allora, vedendo la madre e lì accanto a lei il discepolo che egli amava, disse alla madre: "Donna, ecco il tuo figlio!". Poi disse al discepolo: "Ecco la tua madre!". E da quel momento il discepolo la prese nella sua casa. (Gv 19, 25-27)

XI STAZIONE: LA MORTE.

Dopo questo, Gesù, sapendo che ogni cosa era stata compiuta, disse per adempiere la scrittura: “Ho sete”. Vi era lì un vaso pieno d’aceto; posero perciò una spugna imbevuta d’aceto in cima a una canna e gliela accostarono alla bocca. E dopo aver ricevuto l’aceto, Gesù disse: “Tutto è compiuto!”. E, chinato il capo, spirò. (Gv 13, 28-30)

XII STAZIONE: IL CENTURIONE.

Il velo del tempio si squarciò in due, dall’alto in basso. Allora il centurione che gli stava di fronte, vistolo spirare in quel modo, disse: “Veramente quest’uomo era Figlio di Dio. (Mr 15, 38-39)

XIII STAZIONE: IL COLPO DI LANCIA.

Venuti però da Gesù e vedendo che era già morto, non gli spezzarono le gambe, ma uno dei soldati gli colpì il fianco con la lancia e subito ne uscì sangue ed acqua. (Gv 19, 33-34)

XIV STAZIONE: LA SEPOLTURA.

Essi presero allora il corpo di Gesù, e lo avvolsero in bende insieme con oli aromatici, com’è usanza seppellire per i Giudei. Ora, nel luogo dove era stato crocifisso, vi era un giardino e nel giardino un sepolcro nuovo, nel quale nessuno era stato ancora deposto. Là dunque deposero Gesù... (Gv 13, 40-42)

XV Stazione: La Risurrezione.

Il primo giorno dopo il sabato, di buon mattino si recarono alla tomba, portando con sé gli aromi che avevano preparato. Trovarono la pietra rotolata via dal sepolcro; ma, entrate, non trovarono il corpo del Signore Gesù. Mentre erano ancora incerte, ecco due uomini apparire vicino a loro in vesti sfolgoranti. Essendosi le donne impaurite e avendo chinato il volto a terra, essi dissero loro: “Perché cercate tra i morti colui che è vivo? Non è qui, è risuscitato. Ricordatevi come vi parlò quando era ancora in Galilea, dicendo che bisognava che il Figlio dell’uomo fosse consegnato in mano ai peccatori, che fosse crocifisso e risuscitasse il terzo giorno”. (Lc 24, 1-7).

L A B A C H E C A

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

ANNO V – N.4

Direttore responsabile
Padre Franco Stano

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

EDITORIALE

MA FAMMI RIDERE!

L'espressione italiana, si sa, più di quanto non inviti un altro a far ridere, lo invita o a smetterla o a cambiare strada prendendo direzioni più consone alle specifiche capacità. Per contro, l'espressione romanesca *famme ride*, certamente meno forbita, ma indubbiamente più al caso, lascerebbe supporre che il soggetto in questione sia invitato ad andarsene in una direzione molto più precisa.
Accade che da qualche tempo un matematico di spessore, più che starsene con i suoi calcoli, si diverta a far ridere - *famme ride*! - banalizzando tutto ciò che sa di credenza religiosa. E lo fa dall'alto di una sicumera che di matematico non sembra avere proprio nulla. La scienza, quando è vera, è umile; e riconosce i suoi limiti senza nessun timore, cosa che fa dall'alto della sua consapevolezza. Appunto: altro è la sicumera, altro la consapevolezza.
Non a caso, pensando a matematici come il nostro, il detto scolastico sanciva essenziale: purus matematicus, purus asinus. Lo faceva perché la tentazione di confondere la sicumera con la consapevolezza, tentazione cui non cedono mai i grandi ma solo i mediocri, si affacciava e si affaccia con tanta maggiore evidenza quanto minore la sintesi complessiva del sapere. J.W. Goethe, parlando d'un suo amico saccente, diceva di lui: "Quell'uomo sa tutto! L'unica cosa che non sa è la ragione spirituale di tutto quello che sa", pare niente! E noi crediamo che, sia pure entro limiti precisi, la citazione calzi davvero!
Come si fa in effetti a ritenere che la verità sia solo nell'ambito della verificabilità di tipo matematico? E come si fa a ritenere che ogni verità non riconducibile alla verificabilità di tipo matematico semplicemente tale non sia? Forse il professore in questione non ha mai sofferto l'ansia della perdita del lavoro di chi è in bilico ed ha famiglia. Forse il professore non ha mai saputo il patema interiore di chi mendica di giorno in giorno il pane della sopravvivenza quotidiana. Forse il professore non ha mai vissuto una pena d'amore o non ha mai sorriso o non si è mi lasciato andare al desiderio struggente di richiamare indietro il tempo appena passato. Forse al professore non è mai toccato che un tronchesino gli scalfisse un dito o che una delusione gli mortificasse anni ed anni di studio e di attesa. Forse il professore non sa nemmeno che cosa tutto questo o parte di questo significhi e se è così capiamo perfettamente la ragione profonda per cui egli ride e fa ridere. Egli non sa il dolore di chi soffre, né la gioia di chi gioisce, né, fino in fondo, lo stesso rancore rancoroso (non si dice così, ma la frase rende e la lasciamo; o forse che qualcuno potrebbe misurare traducendo in linguaggio matematico il fastidio che gli ammorba l'orecchio?) che gli travaglia il cuore, e che egli riduce ghigno solo apparentemente per illudersi di convincere? A proposito, professore: me la misura questa illusione con la quale, se non proprio in questo caso, qualche volta s'illude pure lei? E la delusione? Me la misura la delusione? Quella per esempio che si patisce dinanzi ad un tradimento subito? Lo ricorda Archliloco, professore? Più in generale, ha mai sentito parlare della poesia? Mi saprebbe misurare quel "trafitto da un raggio di sole

- ed è subito sera", di cui parla lacerato Salvatore Attilio Quasimodo? Sa lei, professore, l'incommensurabile distanza che esiste nella vita e nella storia degli uomini tra "domanda" e "risposta". O lei è in grado di misurarla, questa distanza? La misuri, professore; la misuri e ci faccia sapere! Noi aspettiamo; perplessi più che fiduciosi, ci lasci dire!
Non nevicava, a Roma, da dieci anni. Nevicò, quell'anno! E un bimbo che di anni ne aveva appena sei, stupito dinanzi alle falde che venivano giù, osò aprire il balcone, aspettò che una falda gli si adagiasse nella mano, chiuse la mano a pugno e corse dalla madre. "Mamma, mamma! Guarda cosa scende dal cielo". Disse così, aprì il pugno e porse alla mamma il tesoro che aveva in mano! Solo un pizzico di umidore! Quanta delusione sul volto di quel bambino, professore! La misuriamo? Li misuriamo i sentimenti della mamma che abbracciò il figlio raccogliendone i singulti? O forse tutto questo non è vero perché non è traducibile in linguaggio matematico? Professore, dia retta a noi: rida di meno e pensi di più. Specie, vorremmo dire, se lei è convinto, e ne ha diritto, che Dio non esista. Perché se così fosse, lo creda, ci sarebbe poco, ma molto poco, da ridere e meno ancora da far ridere. *Famme ride*, professore, è una espressione sconcertata. Esattamente come il siciliano *cam'affari?* e il napoletano *dimane*… Espressioni, delle quali lei forse potrebbe misurare la storia, non certo il contenuto che passa di generazione in generazione e che chiarisce un limite oltre il quale, se non esiste Dio, non ci va assolutamente nessuno. Lei ricorda chi era Pascal? "L'uomo ha inventato il divertimento perché ha paura di pensare!". Diceva proprio così, professore!O più o meno così. E' che bisogna pensarci. Appunto! Irridere di meno e pensare di più. Quando si tratta di decidere il senso o il non senso dell'esistere è cosa che conviene a tutti. Anche ai matematici, come i matematici meno sprovveduti e meno ridanciani sanno perfettamente.

RIFLESSIONI LITURGICHE

di don Pieluigi Vignola

VERAMENTE QUEST'UOMO ERA IL FIGLIO DI DIO!

È sempre un momento commovente e drammatico accostare la passione, morte e resurrezione di Gesù: ne siamo coinvolti perché ce ne sentiamo partecipi e responsabili. È il dramma della storia: nella croce di Cristo si condensa il difficile rapporto dell'uomo con Dio, là dove giunge l'onda pesante del rifiuto umano a scontrarsi con un'onda altrettanto e più pesante di "colui che dà la sua vita per i propri amici" (Gv 15,13). La croce è la rivelazione paradossale del Dio cristiano, lo "spettacolo" che Dio ha voluto dare di sé morendo per la nostra salvezza. È un uomo fallito quel che pende dalla croce; riconoscerlo Dio come ha saputo fare un pagano è tutta l'avventura della nostra fede: "Davvero quest'uomo era Figlio di Dio".

UN DIO “FALLITO”

“Lo vestirono di porpora, intrecciarono una corona di spine e gliela misero attorno al capo. Poi presero a salutarlo: Salve, re dei Giudei”. Un re deriso, da burla! Il mondo da sempre se ne ride di un Dio che si presente fragile e sconfitto dal potere degli uomini. Al Palatino, a Roma, v’è un graffito: un uomo crocifisso con una testa d’asino; ecco quel che credono i cristiani, si dicevano con scherno i pagani. Pilato lo pospone a Barabba e, “volendo dare soddisfazione alla folla”, lo manda ad essere crocifisso. I capi religiosi rifiutano un Messia che non corrisponde alle loro aspettative: “Avete udito la bestemmia. Tutti sentenziarono che era reo di morte. Alcuni si misero a sputargli addosso, a bendargli il volto, a percuoterlo e a dirgli: Fa’ il profeta! E i servi lo schiaffeggiavano”. La gente comune sotto la croce dice: “Il Cristo, il re d’Israele, scenda ora dalla croce, perché vediamo e crediamo!”. S’è sempre pensato che Dio sia onnipotente e vinca sempre! Che ne facciamo di un Dio fallito! Chi gli è stato vicino non capisce, lo abbandona o lo tradisce. Al Getsemani tutti dormono: “Li trovò addormentati e disse a Pietro: Simone, dormi? Non sei riuscito a vegliare sola un’ora?”. Giuda lo vende con un bacio traditore. Tutti fuggono. Pietro lo rinnega tre volte: “Non conosco quest’uomo di cui parlate”. Gesù l’aveva predetto: “Tutti rimarrete scandalizzati, poiché sta scritto: Percuoterò il pastore e le pecore saranno disperse”. Scriverà san Paolo: “Nella notte in cui veniva tradito..., disse: Questo è il mio corpo che è per voi”. Come risposta al tradimento, ci lasciò per sempre nell’Eucaristia il suo corpo spezzato e il suo sangue sparso. Gesù stesso vive un difficile dramma di abbandono e di prova: “Cominciò a sentire paura e angoscia. Disse loro: La mia anima è triste fino alla morte”. Nessuno come lui sapeva della paternità di Dio, e l’invoca in un atto supremo d’aiuto: “Abbà, Padre! Tutto è possibile a te, allontana da me questo calice!”. Ma ne sperimenta l’abbandono: “Dio mio, Dio mio, perché mi hai abbandonato?”. Dirà Paolo: “Colui che non aveva conosciuto peccato, Dio lo fece peccato in nostro favore, perché in lui noi potessimo diventare giustizia di Dio” . Anzi è stato fatto “maledizione per noi”, ha cioè sperimentato “l’inferno”, l’assenza di Dio. Un Dio, quello cristiano, che ha voluto trapassare tutte le esperienze anche più tragiche dell’uomo, perché da lì, dal fondo, potesse riportarlo alla vita! “Egli è stato messo alla prova in ogni cosa come noi, escluso il peccato”.

UN DIO “SVUOTATO”

Un perché c’è a tanta tragedia: il nostro è un Dio “fallito” perché è un Dio che s’è “svuotato”! “Pur essendo nella condizione di Dio, non ritenne un privilegio l’essere come Dio, ma svuotò se stesso assumendo una condizione di servo, divenendo simile agli uomini..” (II lett.). Un Dio, il nostro che, divenuto uomo, s’è messo all’ultimo posto perché anche il più povero degli uomini non si sentisse a disagio davanti a Lui! S’è messo a lavare i piedi.. Ma questo uomo che Dio è venuto ad amare condividendone la vita, cioè ognuno di noi, è un ribelle e rifiuta il dono di Dio.

Per questo il nostro Dio ha voluto divenire uomo perché finalmente un incominciasse ad essere obbediente al Padre. L'atteggiamento di Dio nei confronti dell'uomo ribelle poteva essere di condanna; e condanna del suo male c'è stata, caricando quell'uomo Gesù - Suo Figlio - ad essere espiazione e riconciliazione per noi, chiedendo lui perdono e pagando il riscatto per noi. Diviene il Servo sofferente di cui parla Isaia, che "non si è tirato indietro" ma ha detto: "Ecco, io vengo per fare, o Dio, la tua volontà. Mediante quella volontà siamo stati santificati per mezzo dell'offerta del corpo di Gesù Cristo, una volta per sempre". Compiuta la sua missione, il Figlio di Dio che si fa uomo e che da uomo ha obbedito pienamente al Padre, viene reintegrato alla sua dignità divina, portando ora con sé, a sedere alla destra del Padre, anche tutta la nostra umanità da lui assunta e salvata. Sogni e utopie umane con la Pasqua sono scavalcati e superati dalla generosità fantasiosa di Dio. Qui, naturalmente, e solo qui, si fonda l'unico vero umanesimo plenario e l'unico serio materialismo! Con le promesse, Cristo ci ha anticipato garanzie e strumenti. Rinnovarsi con i sacramenti pasquali significa mettere dentro quel motore di vita che è lo Spirito santo capace appunto di scavalcare anche la morte. "Se lo Spirito di Dio, che ha risuscitato Gesù dai morti, abita in voi, colui che ha risuscitato Cristo dai morti darà vita anche ai vostri corpi mortali per mezzo dello suo Spirito che abita in voi".

L'APOSTOLO PAOLO - 4

di Roberto Pacini

I pilastri del pensiero di San Paolo sono:

1. Il progetto di Dio

Sulla via di Damasco Paolo fa l'esperienza del Cristo, dal quale si sente come "afferrato" (cfr. Fil 3,12) e inviato ad annunciare il vangelo. Questa esperienza gli fa capire che dall'Antico al Nuovo Testamento, tutto si realizza in Gesù: "Il disegno di ricapitolare in Cristo tutte le cose, quelle del cielo come quelle della terra" (Ef 1,10). Tale progetto è un "mistero" rimasto nascosto per secoli e ora manifestato ai credenti (cfr. Col 1,26). La missione di Paolo è allora di far "conoscere il mistero di Dio, che è Cristo: in lui sono nascosti tutti i tesori della sapienza e della conoscenza" (Col 2, 2-3).

2. Il vangelo

Il vangelo è per Paolo l'annuncio di Cristo, morto e risorto per ciascuno di noi (1Cor 15,3). Il Cristo, poi, interpella l'uomo, il quale di fronte a lui deve scegliere se aprirsi o meno alla fede (Rm 5, 21-26). Da questa scelta dipende il suo destino escatologico di salvezza o di perdizione (Rm 6, 1-11). Collegato a questo è il carattere universale della salvezza, offerta in Cristo sia agli Ebrei che ai pagani convertiti. ""Non c'è più giudeo né greco… perché tutti voi siete uno in Cristo Gesù" (Gal 3,28). L'apostolo trascorse buona parte della sua vita a salvaguardare la genuinità del suo vangelo dalle contaminazioni,

generalmente di matrice giudaica, che altri predicatori introducevano nelle comunità da lui fondate. Ai Galati con decisione dice: “Se qualcuno vi annuncia un vangelo diverso da quello che avete ricevuto, sia anatema!” (Gal 1,6).

3. La fede

E’ l’apertura personale al contenuto del vangelo. Dopo l’adesione iniziale col Battesimo, essa deve essere assimilata progressivamente per tutta la vita. E’ anche espressione della comunità e dev’essere annunziata a tutti con slancio missionario. La fede si rende operosa nella carità, cioè nell’amore verso il prossimo (Gal 5,6).

4. La giustificazione

Tutti hanno peccato, ma tutti sono giustificati (= salvati) gratuitamente per grazia di Dio, in virtù della redenzione realizzata da Gesù, che Dio “ha prestabilito strumento di espiazione per mezzo della fede, nel suo sangue” (cfr. Rm 3, 23-25). L’uomo è giustificato per la fede, indipendentemente dalle opere della Legge. Le opere sono la conseguenza di questa adesione a Cristo nella fede.

5. La Chiesa

E’ come un corpo (Rm 12: “Pur essendo molti, siamo un solo corpo in Cristo”). In particolare è il corpo di Cristo (Ef 5: “Siamo membra del suo corpo”; Col 1,18: “Egli è anche il capo del corpo, cioè della Chiesa”) e si riunisce intorno all’Eucaristia. L’unico pane che mangiamo è infatti garanzia di unità (1Cor 10,17). Lo Spirito che anima la Chiesa ed è presente nel cuore di ciascuno elargisce particolari doni, i carismi, che non sono appannaggio dei singoli (cosa che potrebbe generare gerarchie, discordie e divisioni), ma per l’edificazione della comunità. Al di sopra dei carismi c’è la carità, in greco *agàpe*, moto dell’anima che spinge concretamente verso i fratelli con amore gratuito, per l’esclusivo bene del prossimo (1 Cor 13, 1-8).

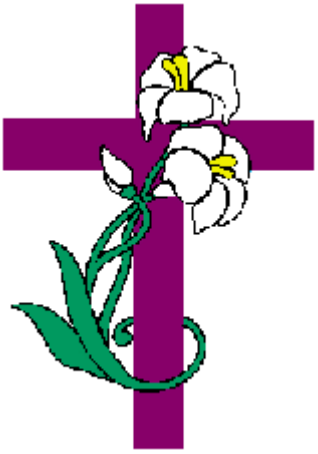
6. La dimensione escatologica

L’escatologia è la dottrina sulle realtà ultime. La teologia paolina fonda l’escatologia sul sacrificio di Gesù in croce. L’amore del Crocifisso rivela l’amore di Dio come Padre, un “sì” definitivo e senza misura di Dio all’umanità, che la redime e la porta nel suo seno. Questo “sì” di Dio si rende manifesto *in primis* nell’amare fino alla fine di Gesù e *in secundis* nell’unità della comunità, se attuata e vissuta nei rapporti interpersonali con la stessa misura (cfr, ad esempio, Ef 5, 1-2).

In particolare l’escatologia di Paolo approfondisce l’argomento della risurrezione dei morti, in contrapposizione con la cultura greca, per la quale una vita oltre la morte, che coinvolgesse anche il corpo, era difficile da concepire e accettare. Il capitolo 15 della prima lettera ai Corinzi sottolinea che

la risurrezione di Gesù è la garanzia della risurrezione anche dei cristiani. Senza risurrezione, sia la fede che la predicazione risultano “vuote” e “vane”, cioè inefficaci.

Affronteremo nei prossimi appuntamenti ciascuno di questi aspetti, attraverso l’analisi di un testo paolino.



PER UN VOCABOLARIO CRISTIANO

QUARESIMA

Nell'occidente cristiano la quaresima, tradizionalmente preceduta dalla celebrazione del carnevale (dal latino c*arnem levare*), è uno dei tempi forti che la Chiesa cattolica celebra lungo l'anno liturgico ed è il *tempo favorevole* (2 Cor 6,2) per la conversione a Cristo. Non si sa con certezza dove, per mezzo di chi e come sia sorto questo periodo di tempo che i cristiani dedicano per la preparazione alla pasqua. Sappiamo soltanto che ha avuto una evoluzione lenta e progressiva, definita da alcuni studiosi "selvaggia", e un radicale rinnovamento con il Concilio Vaticano II, che ha semplificato la struttura di questo tempo liturgico.
La Costituzione conciliare sulla liturgia, Sacrosanctum Concilium, al n. 109 afferma: “*Il duplice carattere del tempo quaresimale che, soprattutto mediante il ricordo o la preparazione del battesimo e mediante la penitenza, dispone i fedeli alla celebrazione del mistero pasquale con l'ascolto più frequente della parola di Dio e con più intensa preghiera, sia posto in maggiore evidenza tanto nella liturgia quanto nella catechesi liturgica”.*
A tale dettato conciliare, si è ispirato il rinnovamento del lezionario e del messale in riferimento alle celebrazioni quaresimali. Fedele a questo indirizzo, la riforma ha ridato alla quaresima prima di tutto il suo orientamento pasquale-battesimale; ne ha fissato il tempo (44 giorni) con decorrenza dal Mercoledì delle ceneri, quando tutto il popolo di Dio riceve il segno delle ceneri, fino alla messa che apre le celebrazioni del Triduo Pasquale "*in Coena Domini*" esclusa, memoriale dell'istituzione del ministero sacerdotale e del sacramento dell'Eucarestia, nonché del Comandamento dell'Amore. Nelle messe della Quaresima non si canta l'*Alleluia* né si recita il *Gloria*, e si usa il colore viola per i paramenti liturgici, fatta eccezione per le feste, le solennità e la quarta Domenica, detta *Laetare*, nella quale si può scegliere il rosa.
La VI Domenica, che dà inizio alla settimana santa, chiamata "Domenica delle palme", "*de passione Domini*", conclude la quaresima ed ha come scopo la venerazione della passione di Cristo a partire dal suo ingresso messianico a Gerusalemme.
Nella determinazione della durata, ebbe grande peso il numero quaranta che ricorre nell'Antico Testamento molte volte: 40 giorni del diluvio universale, 40 giorni passati

da Mosè sul monte Sinai, 40 giorni impiegati dagli esploratori ebrei per esplorare la terra in cui sarebbero entrati, 40 giorni camminati dal profeta Elia per giungere al monte Oreb, 40 i giorni di tempo che, nella predicazione di Giona, Dio dà a Ninive prima di distruggerla. Nel Nuovo Testamento: 40 giorni passati da Gesù nel deserto, 40 giorni tra la resurrezione e l'Ascensione, in cui Gesù ammaestrò i suoi discepoli. Un altro riferimento significativo sono i 40 anni trascorsi da Israele nel deserto, tempo della prova a cui YHWH sottopone il popolo d'Israele, tempo di purificazione, tempo in cui rinasce una nuova generazione fedele a Dio.
Questa preparazione prolungata fu motivata dalla prassi penitenziale e dalle esigenze sempre crescenti del catecumenato, con la preparazione immediata al battesimo, celebrato nella notte di Pasqua. Coloro che desideravano essere riconciliati con Dio e con la Chiesa, iniziavano il loro cammino di preparazione che durava quaranta giorni (*Quadragesima)* nella prima di queste Domeniche (poi anticipata al Mercoledì immediatamente precedente) e si concludeva la mattina del Giovedì santo, giorno in cui ottenevano la riconciliazione. I penitenti intraprendevano questo cammino attraverso l'imposizione delle ceneri e l'utilizzazione di un abito di sacco in segno della propria contrizione e del proprio impegno ascetico.
Questo tempo liturgico non solo prepara i catecumeni al Battesimo, ma è il tempo in cui la Chiesa e tutti i fedeli sono chiamati a vivere maggiormente questo sacramento mediante una più profonda conversione, attraverso il digiuno, la preghiera e la carità.
Il digiuno ecclesiastico anche se limitato al Mercoledì delle ceneri e al Venerdì santo, esprime la partecipazione del corpo nel cammino della conversione e propizia l'astensione dal peccato. L'astinenza dalle carni (*magro*) il venerdì era al principio segno di povertà, essendo nell'antichità il pesce più economico che la carne. È segno dell'abbandono del lusso per vivere una vita più essenziale. La preghiera assidua e intensa, individuale e comunitaria, è legata molto strettamente alla conversione, per lasciare sempre più spazio a Dio. La carità è l'impegno verso i fratelli. Non c'è vera conversione a Dio senza conversione all'amore fraterno.
Valorizzare questo tempo significa prendere coscienza della continua chiamata a riscoprire insieme sia la memoria del proprio battesimo, sia la memoria del mistero della pasqua di Cristo e della nostra pasqua uniti a lui.
La quaresima allora è il momento della introspezione, dell'esame di coscienza approfondito, per conoscere la nostra miseria e la misericordia di Dio, il nostro peccato e la sua grazia, la nostra povertà e la sua ricchezza, la nostra debolezza e la sua forza, la nostra stoltezza e la sua sapienza, la nostra tenebra e la sua luce, il nostro inferno e il suo regno. L'invito alla conversione è allora una spinta a tornare tra le braccia di Dio, Padre tenero e misericordioso, a fidarsi di Lui, ad affidarsi a Lui come figli adottivi, rigenerati dal suo amore.

Nicla Filippi

APPUNTI SULLA DOTTRINA SOCIALE CRISTIANA

di Rocco Cifarelli

Le dichiarazioni di autorevoli esponenti della Chiesa stanno diventando, negli ultimi tempi, oggetto di polemiche o di volgari strumentalizzazioni da parte dei mezzi di comunicazione o di alcuni esponenti della cosiddetta società civile. Tale situazione rischia di creare una situazione di continua tensione e di dividere l'opinione pubblica in fazioni tra loro opposte.

La Chiesa, sin dai tempi più remoti, ha sempre affermato il suo diritto e insieme dovere di elaborare una sua Dottrina sociale e di incidere con essa sulla società, mediante le responsabilità e i compiti che questa dottrina suscita (Compendio della Dottrina sociale della Chiesa Cattolica n. 69). In particolare, la dottrina sociale non rappresenta per la Chiesa un privilegio, una digressione, una convivenza o un'ingerenza: è un suo diritto evangelizzare il sociale, ossia far risuonare la parola liberante del Vangelo nel complesso mondo della produzione, del lavoro, dell'imprenditoria, della finanza, del commercio, della giurisprudenza, della cultura, delle comunicazioni sociali, in cui vive l'uomo (n. 70). Al tempo stesso, il diritto di annunciare il Vangelo è anche un dovere per la Chiesa, poichè l'evangelizzazione non può limitarsio alle coscienze individuali, ma deve rivolgersi anche alle istituzioni pubbliche.Il Magistero, in sostanza, non può rimanere indifferente nei confronti dell'ordine sociale né può ignorare i diritti fondamentali della persona. Tale attenzione al sociale, tuttavia, non prescinde da un continuo confronto interdisciplinare dal momento che l'apertura attenta e costante alle scienze fa acquisire alla dottrina sociale competenze, concretezza e attualità (n. 78). Questa apertura alle altre discipline consente al Magistero di essere attento all'evoluzione della società e di avere una continua capacità di rinnovamento. La fermezza dei principi, infatti, non può non coniugarsi con un'apertura alle cose nuove, senza snaturarsi in esse. In definitiva, il Magistero non si ritrare in se stesso, ma è sempre esposto, proteso e rivolto verso l'uomo, il cui destino di salvezza è la propria ragion d'essere. La Chiesa va incontro all'uomo con il Vangelo, messaggio di liberazione e di riconciliazione, di giustizia e di pace (n. 86).

LA FRASE

"Nella vita chi non prega si erge a fonte. E finisce per tramutarsi in deserto. Siamo come rubinetti: solo Dio è la fonte" (J. Mohana)

DIRITTO CANONICO

IL MATRIMONIO RATO E CONSUMATO

di Angelo Andrei

Canone 1061, §1: "Il matrimonio valido tra persone battezzate si dice solamente rato, se non è stato consumato; rato e consumato, se i coniugi hanno compiuto tra loro, in modo umano, l'atto coniugale idoneo per sé alla generazione della prole, al quale il matrimonio è ordinato per sua natura, e per il quale i coniugi diventano una sola carne".
Canone 1061, §2: "Celebrato il matrimonio, se i coniugi hanno coabitato fra loro, se ne presume la consumazione, finché non sia provato il contrario".
Il Codice di diritto canonico conosce differenti tipi di matrimonio: 1) il matrimonio "rato"; 2) il matrimonio "rato e consumato"; 3) il matrimonio "putativo"; 4) il matrimonio "canonico" e il matrimonio "civile"; 5) il matrimonio "pubblico" e il matrimonio "occulto"; 6) il matrimonio "morganatico",7) il matrimonio "presunto" e il matrimonio "clandestino"; 8) il matrimonio "attentato"; 9) il matrimonio "legittimo".
Sicuramente i tipi di matrimonio di gran lunga più frequenti – e, quindi, maggiormente meritevoli di approfondimento – sono i primi due.
"Rato" è il matrimonio celebrato validamente tra individui battezzati e non ancora consumato.
In questo tipo di matrimonio sono presenti, pertanto, tre requisiti.
Il primo requisito è la "validità": possiamo dire sinteticamente - per il momento - che il matrimonio per essere valido non deve essere viziato da un impedimento canonico, deve basarsi su un consenso legittimo e deve essere stato celebrato secondo la forma canonica. Del consenso si è già parlato il mese scorso, mentre gli altri elementi (l'impedimento e la forma canonica) li esamineremo, in maniera approfondita, nel prosieguo del nostro studio sul matrimonio.
Il secondo requisito prevede che il matrimonio sia celebrato davanti al Sacerdote da un uomo ed una donna entrambi battezzati. Tuttavia, si deve tener presente che non è rato unicamente il matrimonio celebrato tra due persone entrambe già battezzate: il rapporto coniugale può diventare "rato", cioè celebrato validamente secondo la Chiesa, anche in un momento successivo, quando entrambi i coniugi riceveranno il Battesimo. In quest'ultimo caso, evidentemente, il matrimonio si intenderà rato e quindi diventerà "Sacramento" dal momento in cui entrambi i coniugi avranno ricevuto il Battesimo. Dall'ipotesi appena prospettata potrebbe sorgere il dubbio, errato, che anche i non battezzati possano comunemente celebrare un matrimonio religioso: in realtà questa evenienza può verificarsi solo in presenza di particolari contesti sociali, politici e storici in cui non di rado è chiamata ad operare la Chiesa Cattolica, che proprio per sua natura è "universale": si tratta, cioè, di "situazioni limite", molto particolari.
Il terzo requisito è che il matrimonio non sia stato "consumato". Su questo aspetto credo che molte siano le errate convinzioni che si sono affermate nella nostra società

contemporanea: proprio per questo motivo è necessario chiarire il concetto canonico di "consumazione", cosa che faremo adesso parlando del secondo tipo di matrimonio: quello "rato e consumato".
Il matrimonio "rato e consumato", come indica chiaramente la stessa terminologia, si distingue dal precedente tipo di unione coniugale perché presenta un ulteriore requisito: la consumazione.
Cercheremo, ora, di comprendere cosa si intende per "consumazione".
Secondo la consolidata giurisprudenza della "Rota Romana" (ex "Sacra Rota"), per potersi parlare correttamente di consumazione è necessario che per l'uomo vi sia stata l' "erectio", la "penetratio attiva" nella vagina e la "eiaculatio seminis" sempre nella vagina. Per la donna, invece, sono indispensabili la "penetratio passiva" e la "receptio seminis in vagina". Questi requisiti sono essenziali per la consumazione, perché l'assenza anche di uno solo di essi rende impossibile il perseguimento di quel fine matrimoniale che è la "procreatio prolis".
Il canone 1061, §1 contiene un'espressione che potrebbe, a prima vista, lasciare non poco perplessi: si afferma che l'atto coniugale idoneo per sé alla generazione della prole deve essere compiuto "in modo umano". Questa espressione, apparentemente un po' "strana", è stata introdotta nel Codice per condannare esplicitamente quelle teorie, invalse anche nella giurisprudenza e nella dottrina canonistica fino al Concilio Vaticano II, che erano propense a ritenere il matrimonio validamente consumato anche in presenza di atti coniugali realizzati con l'uso della violenza fisica da parte del coniuge (sulla base dello "ius ad copulam"), con il ricorso a prodotti afrodisiaci e sotto l'effetto di alcool. Con il nuovo Codice è stato, invece, riconosciuto all'atto copulativo un grande valore umano e non bestiale.
Vi sono anche alcune interessanti questioni pratiche inerenti alla tematica in esame che meritano di essere sinteticamente prese in considerazione. Secondo la dottrina e la giurisprudenza, il matrimonio non si considera consumato quando l'atto copulativo è compiuto con l'uso del condon e la copula viene interrotta con l'eiaculazione al di fuori della vagina. La ragione di ciò risiede nella circostanza che nella prima fattispecie risultano assenti sia il requisito della "penetratio" (cioè del contatto "diretto" tra gli organi genitali maschile e femminile) che quello della "eiaculatio in vagina", mentre nel secondo caso c'è la "eiaculatio" ma questa non avviene all'interno della vagina. In entrambi i casi vengono posti in essere comportamenti di per sé inidonei alla procreazione.
Invece, si considera consumato il matrimonio se vengono utilizzati strumenti quali il "tampone" e la "spirale": in tali casi c'è l'occlusione della comunicazione tra la vagina e l'utero, però la "penetratio" e la "eiaculatio" avvengono in vagina.
Infine, il matrimonio si ritiene consumato anche quando dopo la copula il seme eiaculato nella vagina viene distrutto con l'utilizzo di prodotti chimici.

MUTAMENTI EPOCALI

di Angelo Di Nicola

RINASCIMENTO

Al Medioevo teocentrico, caratterizzato dall'immanenza del sacro un po' in tutti gli aspetti della vita umana, si contrappone, a partire dal quindicesimo secolo e per tutto il sedicesimo, un Umanesimo antropocentrico, con l'uomo che riacquista un ruolo primario.

Nucleo di questa nuova antropologia è la celebre affermazione *"homo faber ipsius fortunae"*, l'uomo è artefice del proprio destino.

In realtà il termine Umanesimo delinea un orientamento generale, per cui durante questi due secoli vengono riscoperte e rivalutate le opere dei grandi autori classici greci e latini (le "*humanae litterae"*). Padre culturale di questo fenomeno è considerato Francesco Petrarca, grande scopritore di antichi codici e ammiratore dei classici antichi, presi come modello culturale ed umano di "*sapientia"*. Si ammira dunque il passato idealizzato sia esteticamente, per ciò che concerne la bellezza, sia eticamente, per ciò che ne concerne i valori.

Più consono è parlare di Rinascimento, termine che indica un periodo in cui si assiste ad un profondo mutamento nella società ed in cui rinacquero oltre all'arte e agli studi filosofico-letterari, anche il diritto e le scienze.

Quello che è certo è che se nel Medioevo il sapere aveva come perno la teologia e le altre discipline erano considerate un po' sue ancelle, nel Rinascimento assistiamo ad una progressiva laicizzazione del sapere che, pur non rinnegando Dio, rende autonome le speculazioni nei diversi ambiti della conoscenza.

Si assisterà quindi alla rottura del principio di unità politica, sociale e culturale che era stata propria del Medioevo e si arriverà a propugnare (con Machiavelli) l'autonomia della politica rispetto alla morale, alla fondazione di una scienza autonoma e sperimentale (con Leonardo e Galileo) e, più tardi, all'autonomia del diritto (con Grozio e i giusnaturalisti).

Come noto, il Medioevo aveva sviluppato il grande modello socio-culturale della salvezza comunitaria, ponendo in secondo piano la libertà individuale. Gli uomini del Medioevo avevano una sola fede e mostravano dal punto di vista delle idee una sostanziale unità di pensiero ed una mentalità sufficientemente coerente con essa, anche se più dottrinale che sottoposta ad analisi e riflessione personale. Nel Rinascimento spostandosi l'attenzione quasi esclusivamente sulla promozione dell'uomo e sulla sua libertà sovrana, inevitabilmente si determina una frattura con la dottrina della dipendenza morale e soprattutto ontologica della creatura da Dio.

Se per Dante gli uomini "*soggiacciono liberi a Dio*" ed è Lui che li fa liberi, nel periodo rinascimentale questo concetto di libertà va oscurandosi e la possibilità di scegliere tra bene e male viene intesa in senso più soggettivo e sempre più edonistico. Viene inoltre affermandosi l'immagine di un Dio "razionalista", non più il Dio cristiano che conosce creando e salvando. La ragione e l'esperienza divengono le categorie di conoscenza dell'universo fino a pervenire ad un razionalismo religioso

che di fatto anticipa una sorta di religione illuminista, ma priva di rivelazione e di salvezza.
Marsilio Ficino, infine, pronosticherà per l'uomo la possibilità di creare avvalendosi della conoscenza, come all'inizio era stato per il Creatore stesso.
Intendiamoci: il Rinascimento non è in sé indifferente o anti-cristiano, relega però Dio ed il trascendente in una sfera a sé stante, piano piano abbandona la fede nella Provvidenza, cioè la presenza operante di Dio e manda in frantumi l'unità teologica medievale, finendo per mettere l'uomo stesso in crisi di identità etica e spirituale.
Nello stesso tempo tuttavia, questo antropocentrismo non può non mostrare la sua intrinseca debolezza, schiacciato tra l'esaltazione idealistica della grandezza umana e la realistica constatazione della sua fragilità ed instabilità (*Chi vuol esser lieto sia, del doman non c'è certezza…*).
D'altra parte lo stesso sistema tolemaico, per il quale la terra è al centro dell'universo (geocentrismo), viene spodestato dal sistema copernicano, per cui al centro viene posto il sole (eliocentrismo).
Non stupisce dunque che anche la straordinaria ed ineguagliabile fioritura artistica (che farà dell'Italia la culla della cultura mondiale), si pensi a Michelangelo, Leonardo, Raffaello, Brunelleschi, Donatello, Ariosto, Tasso, ma anche a filosofi e dotti come Erasmo e Montaigne, sia palesemente testimone di queste contraddizioni.
Nel frattempo avvengono importanti scoperte geografiche, nel 1492 Colombo scopre l'America, pur credendo di essere arrivato alle Indie passando per l'Atlantico. Da ora in poi l'asse dei commerci andrà progressivamente spostandosi dal Mediterraneo all'Atlantico.
All'ascesa di una nuova borghesia mercantile fa riscontro il processo di gestazione di nuove monarchie centralizzate, con l'emergere di due nuove grandi potenze: la Francia e la Spagna, mentre in Italia si assiste al passaggio dai Comuni ai principati. Ovunque, tuttavia, la libertà va progressivamente diminuendo e Machiavelli avrà agio nell'affermare, come conseguenza dell'autonomia della politica dalla morale, che, per un fine ritenuto primario (da chi?), "*il fine giustifica i mezzi…*".
In questo panorama, che può apparire come una potente fase di progresso e crescita (non scevra, come si è visto da elementi di disorientamento), va ad innestarsi il movimento riformatore protestante, il quale per la prima volta rompe la sostanziale unità teologica dei cristiani. Partita dal presupposto di una necessaria moralizzazione della vita ecclesiastica, infatti, la Riforma finirà per investire pesantemente anche aspetti dogmatici.
La stessa Riforma ricevette un notevole impulso da una grande invenzione avvenuta in questo periodo: la stampa (ad opera del tedesco Gutenberg), che favorì la diffusione della Bibbia (tradotta da Lutero), la quale potrà così essere letta in lingua corrente da ogni credente, come auspicato da Lutero stesso.
Per un bilancio, soprattutto storico-sociale, del periodo rinascimentale, se l'antropocentrismo puntando sull'uomo in sé lo distoglie dalla relazione ontologica con Dio e prepara la strada ad un progressivo distacco tra fede e ragione, determinando in fondo la solitudine dell'uomo e lo sgomento per il suo essere effimero (fino a giungere alle moderne suggestioni nichiliste), d'altro canto non può

essere taciuto che contribuì a che la fede stessa fondasse maggiormente su convinzioni individuali, depurate da superstizioni e devozionismi e vagliate anche da ragione e cultura.
La cultura rinascimentale inoltre, pur con tendenze talvolta idolatriche, contribuì ad affermare il diritto della natura alla propria insostituibile dimensione di ponte con l'esperienza soprannaturale, usando degli strumenti della libertà e dell'intelligenza.

ESPERIENZE

Il Papa ha indetto da giugno di quest'anno al giugno del prossimo anno l'anno sacerdotale per ricordare i 150 anni della morte del Curato d'Ars.
Ho pensato di scrivere allora una pagina raccontando la mia esperienza di prete e alcune convinzione che ho maturato in questi venti anni di servizio sacerdotale.
Articolo che mi ha richiesto "Avvenire".
Sono don Luigi , ho 44 anni e da venti anni sono sacerdote.
Nel corso degli anni ho maturato tre convinzioni profonde.
La prima convinzione è l'importanza vitale della Santa Messa e della preghiera in genere. Sembra scontata questa affermazione, ma in realtà non è così. La Santa Messa quotidiana diventa il culmine della mia giornata. Prima di questo grande mistero, mi preparo spiritualmente in Chiesa o in studio per almeno un'ora.
L'Eucaristia cerco di viverla con calma, senza alcuna fretta, puntando a scandire le parole e con un'omelia che possa essere incisiva, in fedeltà al testo biblico. Al termine della Messa mi sento trasformato, sono consapevole del dono che ho ricevuto.
La seconda grande convinzione riguarda l'incontro personale, la direzione spirituale e il ministero della riconciliazione. Il Curato d'Ars è per tutti noi un grande esempio.
Ogni giorno dedico molto tempo a questo servizio e mi sono accorto che se il prete è disponibile la gente viene, partecipa, ha voglia di mettersi in discussione e di iniziare un serio dialogo umano e spirituale.
Credo che questi incontri creino in noi preti una gioia enorme, anche davanti alle sofferenze indicibili di cui siamo testimoni.
La gente ha proprio voglia di trovare uomini dello spirito che sappiano ascoltare i loro percorsi e indirizzare verso un serio cammino di fede.
La terza convinzione è una sana e solida catechesi che possa aiutare le persone a maturare nella fede e a vivere da cristiani laici il mondo familiare, del lavoro, sociale, economico , politico. Una catechesi che parta dalla solidità degli insegnamenti ricevuti e che metta al centro la Parola di Dio incarnata nel cammino degli uomini.
Sono queste tre convinzioni che mi spingono a servire il Signore oggi con grande entusiasmo quasi fosse il primo giorno.
Mettendo in cantiere anche un sano sorriso che non guasta mai.
Anzi condisce meglio le nostre giornate!

Don Luigi Trapelli

SAN MICHELE ARCANGELO
PATRONO DELLA POLIZIA DI STATO

Con questo numero si avvia la collaborazione di don Marcello Stanzione a La Bacheca. Esperto di Angeli, don Marcello ci accompagnerà nella conoscenza più attenta di questo arcangelo il cui nome, come sappiamo, significa: "Chi è come Dio?"

L'ARCANGELO MICHELE NELLA SACRA SCRITTURA

di don Marcello Stanzione

Il 1 e 2 Giugno 2009, con i Cappellani della Polizia di Stato, l'associazione Milizia di San Michele Arcangelo organizza un convegno a Campagna (SA) per celebrare il sessantesimo anniversario di nomina di San Michele a Protettore della Polizia italiana. Il nome Michele (Mikael) è l'espressione di tutta una frase ebraica che è composta da queste tre parti: Mi-Kha-El = Chi (è) come Dio? Che può essere definito come un urlo di battaglia in difesa dei diritti dell'Onnipotente Iddio. Nella nostra analisi considereremo solo i passi canonici della Bibbia dove è esplicitamente riportato il suo nome; per cui non analizzeremo gli altri brani della Bibbia dove non si parla esplicitamente dell'Arcangelo né gli scritti apocrifi. Il nome Michele appare cinque volte nella Sacra Scrittura e per la precisione tre volte nell'Antico Testamento, sempre nel Libro di Daniele e 2 volte nel Nuovo Testamento (Giuda e Apocalisse). Analizziamo brevemente questi cinque testi:

1°: Daniele 10, 13: *"Ma il principe del regno di Persia mi si è opposto per ventun giorni: però Michele, uno dei primi principi, mi è venuto in aiuto ed io l'ho lasciato là presso il principe del re di Persia";* e un po' più giù nello stesso capitolo.

2°: Daniele 10, 20-21: "*Sai tu perché io sono venuto da te? Ora tornerò di nuovo a lottare con il principe di Persia, poi uscirò ed ecco verrà il principe di Grecia. Io ti dichiarerò ciò che è scritto nel Libro della Verità. Nessuno mi aiuta in questo se non Michele, il vostro principe, ed io, nell'anno primo di Dario, mi tenni presso di lui per dargli rinforzo e sostegno";*

3°: Ancora nel profeta Daniele 12, 1: "*Ora in quel tempo sorgerà Michele, il gran principe, che vigila sui figli del tuo popolo".* Il Libro del profeta Daniele è un'opera di taglio apocalittico dell'Antico Testamento (databile verso il 165 a.C., o in ogni caso prima della morte di Antioco Epifane), cioè è segnato da immagini accese e veementi e dai fremiti di attesa per il giudizio divino definitivo sulla storia dell'umanità e sulle sue ingiustizie. Nei passi citati, Michele è definito come "il gran Principe", e questo titolo è da connettere alla sua collocazione nell'Assemblea della Corte celeste, ove gli Angeli sono raffigurati in varie gerarchie. Il compito di Michele, che è "uno dei primi Principi", è quello di essere a capo spirituale di Israele, suo protettore dall'alto. Tutte le nazioni, infatti, hanno un loro Principe angelico, anche quelle pagane: nella stessa pagina si parla, infatti, del "Principe del regno di Persia", l'Angelo che sovrintendeva dal cielo alle azioni di quel re ed alle vicende del

suo impero. Con queste presenze angeliche soprannaturali, la Bibbia ci vuole ricordare che la storia non è solo in mano ai principi terreni e alle loro manovre politiche; vi è una finalità più alta, che Dio conduce attraverso i suoi Angeli. Riguardo al patronato di san Michele sul popolo ebraico, Frank Duff, il fondatore della Legio Mariae scrive: "Nell'Antico testamento egli era il patrono di quel popolo eletto, un fatto cui di rado si fa attenzione. Quando la Chiesa prese il posto della Legge ebraica, San Michele fu trasferito al nuovo popolo eletto, la Chiesa di Cristo. Questo ci porta a chiederci quale sia il rapporto di san Michele con gli Ebrei di oggi. Certamente non è pensabile che egli li possa dimenticare. Una madre non dimenticherà suo figlio. Né potrebbe San Michele, il cui amore è come quello di un migliaio di madri, dimenticare il popolo di cui è stato così solennemente designato come custode dall'inizio della loro storia. Perciò quelli di voi che si occupano degli Ebrei dovrebbero ricordarselo particolarmente. Subito dopo Maria l'Ebrea e Giuseppe l'Ebreo, dovrebbero rivolgersi al potente Michele per chiedere aiuto nei loro sforzi".

4°: Nel Nuovo Testamento, Michele è citato nella Lettera di Giuda (8-10) (che viene normalmente datata verso gli anni 80-90 d.C.): "*Ugualmente anche questi negatori contaminano la carne, disprezzano la sovranità, ingiuriano (gli angeli) della gloria. E invece lo stesso arcangelo Michele, quando si disputava col diavolo il cadavere di Mosè, non osò pronunciare un giudizio oltraggioso, ma disse: Ti punisca il Signore. Costoro invece oltraggiano ciò che non conoscono*". In questo passo, Michele si scontra col diavolo per strappargli il corpo di Mosè, appena deceduto: questo brano della Lettera di Giuda è l'eco di un'antica tradizione giudaica riferita da un'opera apocrifa (e quindi non appartenente alla Bibbia canonica), intitolata "Assunzione di Mosè", a cui alludono vari Padri, come per esempio Clemente Alessandrino e Origene, ma che è andata perduta. Nella Lettera di Giuda si afferma quindi che il giusto, anche nella morte, è protetto dal Signore attraverso il suo Angelo, che strappa il fedele a Satana, principe infernale. Persino in questa disputa per impadronirsi del corpo di Mosè, l'arcangelo Michele non osò profferire contro Satana un giudizio oltraggioso, preferendo lasciare a Dio il compito di giudicare. Michele rispettava talmente la dignità angelica originaria anche del demonio che, di fronte a lui trattenne un insulto, lasciando il giudizio a Dio. i maestri dell'errore, invece, fanno l'esatto contrario: presumono di sé, giudicano la Parola di Dio, preferiscono i loro sogni alla tradizione. Michele invece non ebbe la stoltezza neppure di giudicare Satana, costoro invece arrogantemente si sostituiscono a Dio, anteponendo i giudizi personali a quelli della Tradizione apostolica. Michele invece è l'esatto contrario dell'arroganza.

5°: Ma il testo più affascinante in cui compare il nome di Michele è senza dubbio il capitolo dodicesimo dell'Apocalisse, per la precisione Apocalisse 12, 7-9,:"*Scoppiò una guerra nel cielo: Michele e i suoi angeli combattevano contro il drago. Il drago combatté insieme con i suoi angeli, ma non prevalsero e non ci fu più posto per essi in cielo. Il grande drago, il serpente antico, colui che chiamiamo diavolo e satana e che seduce tutta la terra, fu precipitato sulla terra e con lui furono precipitati anche i suoi angeli*". La breve descrizione della battaglia in cielo è seguita da un inno di lode che rilegge cristologicamente la battaglia avvenuta in alto: "Infatti l'accusatore dei

nostri fratelli, colui che li accusava giorno e notte presso Dio, è stato scacciato. Lo hanno vinto mediante il sangue dell'Agnello, in forza della loro testimonianza: hanno saputo disprezzare la loro vita sino alla morte" (Apocalisse 12, 10). Il trionfo di Michele sul male è stato possibile mediante il sangue di Cristo. La battaglia di Michele diventa la proiezione all'indietro e in alto di quella di Gesù. Michele è quindi il paladino di Cristo perché si parla del dragone e dell'arcangelo all'interno di un discorso che vuole esaltare la vittoria di Cristo. Michele, inoltre, è anche paladino di Maria perché egli sferra un attacco contro il drago rosso (il colore del sangue versato dalla violenza) con sette teste coronate e dieci corna, simboli del potere oppressivo, e lo fa per difendere la Donna e il Figlio da lei appena partorito, immagine del popolo di Dio e della Chiesa, nella quale è presente il Cristo (la Tradizione vi vedrà Maria, la Madre di Gesù). Sant'Agostino scrive che: "Benché sia il principe della corte celeste, san Michele è il più sollecito nell'onorare Maria e nel farla onorare, sempre pronto in attesa di avere il privilegio di accorrere, ad un suo cenno, in aiuto di un suo servo".
Ancora il dragone dell'Apocalisse è caratterizzato da una sconfitta già avvenuta in cielo, una sconfitta definitiva. Non è descritta la ragione dello scontro. Il dragone e Michele rappresentano due modi differenti di porsi davanti a Dio: l'uno – quello di Satana – è l'atteggiamento di chi vuole sostituirsi a Dio (così il serpente nel racconto di Genesi 3,5), Michele è invece colui che proclama che solo Dio è Dio. Infatti, come già abbiamo detto, il nome Michele significa "Chi è come Dio?". Cioè Michele è l'esatto contrario della figura di Satana. Dobbiamo ricordare, se vogliamo comprendere con più esattezza il significato dell'epica battaglia che si è svolta in cielo, la stretta corrispondenza, tipica del genere letterario apocalittico, fra l'alto e il basso. Ciò che avviene in alto ha il suo corrispondente in basso, ciò che avviene in basso ha il suo corrispondente in alto. Attenzione però la corrispondenza non è alla pari: in alto tutto è già deciso e concluso, in basso tutto è ancora in svolgimento. L'alto indica la conclusione anticipata di ciò che in basso ancora non è concluso. Guardando in alto, perciò, l'uomo può vedere in anticipo la conclusione delle cose che continuano ad accadere in basso, per cui il demonio sa che dovrà essere sconfitto e l'arcangelo Michele sa, come dicono numerosi santi e mistici cattolici, di essere il vittorioso angelo degli ultimi tempi. A noi umani tocca la libera scelta con chi schierarci. La grande mistica svizzera Adrienne Von Speyr, commentando questo brano dell'Apocalisse scrive: *Il grande dragone combatte il grande angelo, e gli angeli del seguito del dragone contro quelli del seguito di Michele. Non è Dio che si abbassa nel combattere personalmente contro il diavolo; egli designa per questo un angelo che è dello stesso rango del dragone. Se si considerano le forze in campo, le possibilità di vittoria sono uguali. E la lotta si svolge in pieno cielo, in presenza di Dio. non si vede dapprima che l'aspetto negativo: il dragone non riporta la vittoria, egli non ha più alcun posto in cielo. E' gettato fuori dal cielo con i suoi, ed il vuoto nel cielo non è colmato. La caduta dal cielo, che è poi commentata dalla voce, significa la fine del potere di Satana davanti a Dio, come pure l'annuncio della salvezza. Non solamente la salvezza della Donna, ma la vittoria della potenza di Dio e del suo regno, che è stata stabilita dall'obbedienza del Figlio.*

DI MESE IN MESE: APRILE

Per un giorno Marzo anch'io – son l'aprile dolce e mite.
Profumato di magie – detto sogni e melodie.
Ostan

NUTRIRSI BENE PER VIVERE MEGLIO

20 – CIBO E MALATTIE

Affrontiamo come ultimo argomento il rapporto tra cibo e malattie.
Attualmente sul nostro pianeta si assiste ad un paradossale fenomeno: nei *paesi sottosviluppati* sono ancora molto frequenti malattie che in epoca moderna, grazie al progresso, sono facilmente debellabili; ci riferiamo ad es. alle malattie infettive, alla denutrizione etc… Nei *paesi industrializzati* invece prevalgono le cosiddette "**malattie del benessere**", che sono causate appunto da una alimentazione eccessiva e sbilanciata. E pensare che basterebbe una più equa distribuzione del cibo per bilanciare le cose negli uni e negli altri! In questo capitolo esamineremo le principali malattie del benessere.

CIBO & OBESITA'

L' Obesità è una tipica malattie del benessere. Dalle nostre parti circa il **60%** della gente è in sovrappeso e il **10%** è obeso. Le cause sono legate sia all'abbondanza di cibo rispetto al passato, sia alla ridotta attività fisica. Paradossalmente una persona del tempo d'oggi ingrassa di più, pur introitando addirittura meno calorie, che non invece se vivesse all'epoca di 20 anni fa. Il motivo è abbastanza semplice: la tecnologia! Si pensi al semplice telecomando, ***quante calorie in meno si bruciano a causa del suo utilizzo!!***
I rimedi:

- ***incremento dell'attività fisica***
- ***adottare alcuni semplici accorgimenti dietetici***:

1. Innanzitutto *dieta ipocalorica (cfr capitoli precedenti)*: che non significa abolizione di pane, pasta, riso e cereali! Questi devono solo essere consumati in misura giusta!
2. I latticini e i formaggi devono essere di tipo *magro*.
3. Iniziare possibilmente un pasto con la *verdura cruda*.
4. *No* alcool, *no* bibite zuccherate, *no* dolci (se non in poche occasioni).
5. Bere *acqua* in abbondanza.

6. Mangiare con *calma*, ciò aiuta a raggiungere meglio il senso di sazietà.

7. Mangiare in modo *variato*.

CIBO & ANORESSIA /BULIMIA

Sono disturbi dell'alimentazione sostenuti da vere e proprie patologie psichiche. L'**ANORESSIA** (ove il sintomo principale è il **rifiuto del cibo**) e la **BULIMIA** (ove il sintomo principale è l'**abbuffata e poi il vomito**) sembrano malattie apparentemente diverse, invece sono abbastanza simili. Hanno un'unica radice : l' ***"alterato rapporto tra la persona e il cibo"***. Le persone che ne sono affette intendono il **mangiare** non come "*sostentamento per il proprio corpo*", bensì come "*strumento di comunicazione "*. Si tratta di adolescenti, in genere donne (il rapporto uomo/donna è di 1 a 20) che hanno difficoltà a crescere e a costruire una propria identità. Così utilizzano il proprio corpo (non cresciuto o da bambina) per comunicare al contesto familiare e/o sociale i loro più reconditi **dolori**, le loro profonde **richieste**, impossibili ad esprimere con le parole o che, anche se ciò fosse possibile, non sarebbero adeguatamente ascoltate. Si tratta di richieste del tipo "*esisto anch'io*", "*voi non mi considerate*", "*ignorate le mie sofferenze*", oppure si tratta di verifiche affettive del tipo "*io esisto, mi vuoi davvero bene*" , o anche di sofferenze del tipo "*sono sola*", "*non sono soddisfatta di questa vita*". Correlata a questo stato d'animo c'è la decisione di non voler crescere di più, per ***PAURA DI DIVENTARE ADULTA O DONNA***. Nell'immagine di sé "bambina" o di sé "non cresciuta", cercano la sicurezza che è venuta a mancare ad un certo punto della loro crescita, richiamando così l'attenzione dei genitori; spesso poi si tratta d genitori assenti o con difficoltà relazionali (per cui la" bambina" assume il ruolo di collante tra i due), oppure genitori che stanno insieme solo per un dovere genitoriale, o ancora genitori insoddisfatti professionalmente (per cui la figlia diventa bersaglio di aspettative eccessive ,scatenando in essa la paura di crescere).Ma anche se le radici sono identiche, la distinzione fenotipica consiste in ciò:
l'**ANORESSICA** ha una visione distorta del proprio corpo, per cui continua a vedersi normale o grassa, anche quando è estremamente emaciata; perciò il **cibo**, che la farebbe diventare adulta, diventa il **principale nemico** da combattere. Queste ragazze, oltre a rifiutare il cibo, ricorrono all'uso di lassativi o al vomito, restringendo gli introiti fino all'estremo della sopravvivenza; provano poco "gusto" per le cose che offre la vita e sono estremamente caparbie. Il vomito è presente anche nella donna **BULIMICA**, con la differenza che la bulimica non è magrissima come l'anoressica, ma in genere grassa; ha autostima per il proprio corpo! Prova abbastanza "gusto" per le cose che offre la vita. Il cibo è un'importante **fonte di piacere** e di gratificazione ed è visto quindi, inconsciamente, come un appiglio cui aggrapparsi in caso di difficoltà e forti emozioni, esattamente come nei primissimi mesi di vita il latte materno conforta il bambino che piange; anche in quel caso il cibo è la soluzione principale a dolori e dispiaceri. La bulimica può essere normopeso oppure di poco sotto la norma, e ciò è

possibile perché si abbuffa e poi vomita. È da notare che la bulimica normopeso, pur non soffrendo un' "eccedenza fisica", non potendo dare un messaggio evidente, resta ancora più sola a portare il "peso delle proprie sofferenze". E' abbastanza evidente che questi fenomeni si sviluppano in **contesti familiari** particolari, ove per esempio viene sottovalutata la dimensione affettiva e privilegiata quella cognitiva: genitori che non fanno mancare nulla al figlio, ma fanno fatica a parlarsi e rapportarsi con lui, ignorando così le loro profonde esigenze. Si tratta di contesti familiari dove c'è un' eccessiva attenzione all'atto del mangiare: il cibo diventa mezzo di gratificazione o punizione o strumento di ricatto affettivo (se non mangi non ti porto alle giostre… La mamma ha preparato con tanto amore questa pietanza e tu non la mangi?!..); oppure famiglie in cui la tavola è l' unico momento per stare insieme e allo stesso tempo unico luogo ove si evidenziano i conflitti tra i genitori, mentre i figli assistono solo come spettatori silenziosi… In tal modo il bambino impara che il "mangiare" diventa l'unico **terreno** sul quale può attirare l'attenzione, essere ascoltato e guardato; un terreno sul quale può dire la sua, decidere con "pieni poteri" e controllare la situazione.

I rimedi:

→ Innanzitutto non bisogna arrivare ad accorgersene solo quando la situazione è ormai cronicizzata e complicata, ossia quando l'aspetto fisico del figlio è evidentemente emaciato o questi si procura il vomito.

→ Non insistere sulle scelte alimentari del figlio. E' una battaglia persa!

→ Maggiore disponibilità a colloquiare con i figli ed aiutarli ad esprimere i propri sentimenti.

→ Non rinunciare ad essere "coppia", piuttosto che cercare di essere genitori efficienti.

→ Non vivere queste situazioni con vergogna o senso di colpa, ma chiedere aiuto subito ad un *professionista specialista* che aiuti la famiglia a rimettersi in gioco, a cambiare i rapporti interpersonali, a privilegiare l'affetto piuttosto che l'efficienza.

Giuseppe Polino e Roberto Pacini

L'ANGOLO DELLA POESIA
AVVISO AI NAVIGANTI
di Marco Masolin

IL TEMPO DELL'ATTORE

Ecco: siamo qui, su queste tavole impolverate
a guardarci silenziosi negli occhi,
come dentro ad uno specchio dove, già lo sappiamo,
troveremo l'immagine di un volto
che non è più il nostro.
E' la commedia che vive dentro di noi,
in un luogo eterno e senza tempo
in cui le ore si fermano e ci guardano
danzare come farfalle impazzite
che vibrano, inebriate al calore di questa fiamma chiamata teatro,
fin quasi a morirne annientati
per poi rinascere subito dopo non appena il suono degli applausi
invaderà dolcemente la scena.
E' un sogno che si rinnova ogni volta
al termine di questo lungo, interminabile momento,
in cui reciti una storia, figlia di mille storie,
con lo stesso impegno con cui vivi, ogni giorno,
la realtà della vita.
Tra poco, dopo un attimo che sa d'infinito,
la tela si alzerà lasciando che la mente corra impaurita
dietro ad un frase dimenticata, ad un passo sbagliato,
alla voglia di fuggire per non stare li a misurarti col mondo
ma, soprattutto, con te stesso e le tue piccole miserie di ogni giorno.
Poi le luci si accenderanno, il sipario si aprirà
e la paura si scioglierà lentamente
al suono gioioso della prima battuta,
poi di un'altra e poi di un'altra ancora
mentre il tempo sembra fermarsi di nuovo,
inatteso spettatore di una commedia più vera della vita stessa.
E rimaniamo la, sulla scena, noi attori
come cittadini di un mondo fatato
racchiuso dentro i confini di un palcoscenico,
confusi tra il cielo e la terra,
persi dentro un limbo di sensazioni,
angelici abitanti dannati di un pianeta fatto di assi,
di luci, e di un sipario che ci separerà, per sempre,
dal resto confuso dell'umanità.

MANGIA SANO, MANGIA SANTO

IL PASTICCIO DI LASAGNE DI SAN FREDIANO

Questo pasticcio di lasagne è dedicato a San Frediano, vescovo irlandese di Lucca celebrato nel calendario liturgico il 18 novembre, proprio quando i boschi sono più ricchi di funghi. Secondo la tradizione San Frediano giunse in Italia prima come pellegrino e poi come eremita. Si stabilì nelle vicinanze di Lucca e con l'aiuto di sacerdoti e chierici eresse la chiesa dei Santi Martino e Vincenzo. Si racconta che San Frediano con l'aiuto di un rastrello deviasse il corso del fiume Serchio che con le sue imprevedibili esondazioni minacciava costantemente la città. San Frediano viene perciò rappresentato in abiti vescovili e con un rastrello in mano.
Il pasticcio di lasagne, che da lui prende il nome, è piuttosto elaborato, di media difficoltà e per la sua preparazione bisogna calcolare un'ora abbondante.
Per 6 persone sono necessarie: pasta per lasagne all'uovo secca g. 200; pasta per lasagne verdi g. 200; funghi porcini g 500; carne macinata magra, g. 200; prosciutto cotto tagliato a pezzettini, g. 100; parmigiano, g. 50; burro, g. 50; cipolla; aglio; olio; prezzemolo; sale e pepe bianco e noce moscata. Per la salsa besciamella: burro g. 50; farina g. 50; latte mezzo litro.
Per prima cosa preparate i funghi porcini. Raschiate con delicatezza i gambi eliminando le parti terrose, risciacquateli rapidamente e asciugateli con cura con un canovaccio o con la carta da cucina e tagliateli a fettine sottili.

Tritate sottilmente la cipolla e l'aglio e fateli stufare in un tegame con 30 grammi di burro e mezzo bicchiere di acqua calda. Dopo circa 5 minuti aggiungete i funghi porcini. Condite con sale e lasciate cuocere per circa 10 minuti a tegame coperto, fino a che i funghi non saranno cotti. Con 20 grammi di burro e tre cucchiai di olio fate rosolare leggermente per circa una decina di minuti la carne macinata e il prosciutto cotto tagliato a pezzetti. Unite, poi, i funghi preparati e il prezzemolo lavato e tritato; salate moderatamente.

Preparate ora la besciamella: mette il burro in una casseruolina su fuoco moderato e quando è liquefatto aggiungete la farina setacciata e fatela cuocere adagio adagio per qualche minuto, mescolandola continuamente ed evitando che prenda colore. Aggiungete ora il latte caldo sempre mescolando con un cucchiaio di legno fino a che la salsa comincerà a bollire e ad addensarsi. Condite con il sale, un nonnulla di noce moscata, coprite con il coperchio, fate finir di cuocere per ancora una decina di minuti, mescolando di tanto in tanto. A questo punto aggiungete la metà del parmigiano grattugiato.

In abbondante acqua leggermente salata con l'aggiunta di un cucchiaio di olio, lessate pochi alla volta i quadrati di pasta per lasagne. Appena torneranno a galla, tirateli su con una cucchiaia bucata, fateli sgocciolare e allineateli su dei canovacci inumiditi. Ungete leggermente di olio una teglia che possa andare al forno, ricopritene il fondo con una parte dei quadrati di pasta, su questi distendete un po' del condimento

preparato, della besciamella e del parmigiano grattugiato. Alternando i colori, continuate a fare strati di pasta, di condimento, di besciamella e di parmigiano finendo con il condimento.

Passate la teglia in forno già caldo, a 200° per una ventina di minuti affinché le lasagne possano ben insaporirsi e la parte superiore fare una bella pellicola dorata.

Lillibeo

LETTERE IN REDAZIONE

a cura di P. Franco Stano

"Direttore, cosa le pare del fatto che Capi di Stato e Ministri di Governo abbiano contraddetto il Papa? Il Pastore dunque non è più riconosciuto come tale? "L'aquila ha perso il rostro?, come cantava un'antichissima canzone? Grazie". Giovanni Lepore.

Signor Lepore, so la canzone cui ella allude, roba da prima guerra mondiale, dunque antichissima. Non tanto antica, però, quanto la storia dello "schiaffo di Anagni". Lei lo ricorda? Fine 1200, mi spiego? Come vede la pretesa di schiaffeggiare il Papa viene da lontano. Da tanto lontano da farci pensare che da ultimo gli schiaffeggiati sono sempre quelli che schiaffeggiano. Saluti e buona Pasqua. PFS.

A quanti ci leggono e ci incoraggiano con la loro simpatia, un caldo augurio di buona Pasqua. La risurrezione del Signore sia per tutti noi chiave e criterio di lettura della vita, sua radice e suo compimento.

La Bacheca

L A B A C H E C A

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

ANNO V – N.5

Direttore responsabile
Padre Franco Stano

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

EDITORIALE

QUANDO SI DICE LE PAROLE …

Le parole pesano, se pesano! E proprio per questo vanno collocate in maniera giusta e consona, pena illudersi o scaricare la coscienza. Si illude, per esempio, chi le parole pronuncia senza conoscerne il contenuto. La libertà, infatti, non è nel suono; è nel contenuto, così che pronuncia autenticamente una parola chi ne pronuncia il contenuto. La qual cosa, però, non basta a decidere la libertà della parola. Al contenuto, perché la parola pronunciata sia libera, è necessario che sia affianchi la responsabilità. Senza responsabilità si mente e in questo caso si fa ancor male di quanto non se ne faccia se la parola non è posseduta nel suo contenuto. Parola conosciuta nel suo significato e responsabilità relativa ad esso decidono perciò la libertà del linguaggio.
Della quale libertà non è che oggi ve ne sia troppa. Oggi, essendo le parole a buon mercato e dunque facilmente prendibili a prestito, accade che non pochi parlino senza sapere quello che dicono; flautisti e zampognari, come si direbbe, senz'arte né parte, i quali, di là dalla loro prosopopea, non dicono assolutamente nulla; e lo sanno. Passano qua e là ammiccati e sorridenti, pronunciano suoni, non si trattengono, se chiamati al redde rationem, hanno altro da fare, si capisce, e si comportano come quegli uccellini di cui Giovanni Papini diceva caustico: "cantano male, cacano peggio" e ti arrivano sempre al momento meno opportuno. Più che parole libere, parole in libertà, alla romanesca *ndo cojo cojo (dove prendo prendo)*. Essi, che s'impegnano a rappresentare ciò che non sono, più che altro fanno tenerezza.
Il problema non è dunque in chi pronuncia suoni. Il problema è in chi pronuncia parole il cui contenuto conosce, ma circa il quale non assume nessuna responsabilità. Per essi importante è che le cose siano dette: in tal modo ottengono un triplice scopo: scaricano la loro coscienza, caricano quella altrui e si sentono elegantemente e puntualmente dalla parte giusta. Esempio? La parola "branco". E' sufficiente dire che è stato il branco ed ecco che l'ennesimo stupro per esempio, è bell'e giubilato. Infastidita ed arresa, la gente pensa: è stato il branco! Si chiede come mai le cose siano arrivate a questo punto, non trova che ci sia alcuna ragione, e conclude che bisognerebbe comunque fare qualcosa, usando quel "bisognerebbe" al condizionale e quel "comunque" che per quanto lo si intrufoli dappertutto non si capisce bene che cosa significhi: l'una e l'altra cosa irrimediabili segnali di sconfitta. "Bisognerebbe fare qualcosa, comunque", come a dire che non c'è nulla da fare. Perché, infatti, chi dovrebbe fare qualcosa? La famiglia? E che cosa potrebbe fare la famiglia? La scuola? E che cosa potrebbe fare la scuola? La Chiesa? E che cosa potrebbe fare la Chiesa? Lo Stato? E che cosa potrebbe fare lo Stato? Il cinema? E che cosa potrebbe fare il cinema? I giornali? E che cosa potrebbero fare i giornali? Internet? E che cosa potrebbe fare internet? Ecco: di fronte al fatto che ad agire sia stato il "branco" e non persone in carne ed ossa, cioè figli, cittadini e cristiani, nessun, né singoli né istituzioni, possono fare assolutamente nulla. Le responsabilità,

perciò, sono destinate a rimbalzare dall'uno all'altro capo dell'impotenza; continuano ad essere abbandonate alla coscienza di persone sempre più inermi e perplesse catene e catene di parole sacralizzate dall'uso di chi le pronuncia ma solo allo scopo specifico di rimuovere, almeno per un momento, l'orrore e il ribrezzo. Intanto, il malessere cresce; cresce la rabbia battuta e cresce il sottile convincimento che ormai non ci sia proprio nulla, ma nulla da fare. A meno che non si torni a chiamare male il male e bene il bene; e non si decida sintonicamente per le ragioni del bene e contro le ragioni del male, campa cavallo… Campa cavallo perché, essendo la cosa troppo semplice, non sembra che possa essere vera. Né si potrebbe essere così qualunquisti da ritenere che l'unica liberta sia quella dei valori, in primis la responsabilità: senza i quali l'uomo finisce con l'essere nulla più che il suono delle parole che pronuncia e la firma dei vestiti che indossa.

RIFLESSIONI LITURGICHE

di don Pieluigi Vignola

1° MAGGIO – FESTA DI SAN GIUSEPPE LAVORATORE

"La Sapienza della Croce"

Oggi molti pensano che riuscire nella vita e affermarsi nel lavoro, nelle relazioni, affettivamente ecc…ecc…, debba essere frutto di quanto si dà a credere e vedere, più di quello che si è o si vale realmente, quasi fosse uno spettacolo o un reality.
Si pensa sia necessario il vanto di sé davanti agli uomini ostentando capacità, meriti, bravura ed intelligenza, risultati favolosi, il tutto reale o presunto che sia. Eppure risuona in me quanto sentivo da genitori, maestri ed adulti o educatori in genere: " chi si vanta da solo vale un fagiolo" e ancor più ascoltando il Signore: " State attenti a non praticare la vostra giustizia davanti agli uomini per essere ammirati da loro, altrimenti non c'è ricompensa per voi presso il padre vostro che è nei cieli" (Mt. 6,1).
Viviamo nell'era dei pavoni, intenti a mostrare e mettere in piazza o vetrina le proprie millanterie, a tutti i costi si vuole essere credibili e apprezzati in ciò che si esibisce. Per il cristiano l'ottica è diversa, non si tratta di denigrare e svilire talenti, genio, abilità e attitudini, ma di orientarli al bene dello spirito, al servizio degli altri, alla lode di Dio: "Il Signore replicò a Samuele; non guardare al suo aspetto né alla sua alta statura. Io l'ho scartato perché non conta quel che vede l'uomo: infatti l'uomo vede l'apparenza, ma il Signore vede il cuore" (1Sam 16,7).
Siamo in tanti a sperare di poterci vantare in Dio consapevoli delle proprie debolezze e disponibili alla sua misericordiosa accoglienza. Senza vergogna di non essere qualcuno, di non aver peso sociale, politico e culturale, "Non ci sono tra voi molti

sapienti, dal punto di vista umano, non molti potenti, né molti di nobile stirpe" (1 Cor 1,26).
Consapevoli del proprio valore, nell'umiltà della vita ordinaria e semplice, siamo contenti di essere importanti per coloro che amiamo, nella certezza di essere discepoli del Cristo crocifisso perseguendo il bene anche se costa sacrificio, rinuncia e silenzio.
Ecco dunque la rivoluzione di Dio e il capovolgimento di ogni umano criterio di vita: "Mi vanterò di quanto si riferisce alla mia debolezza" (2Cor 11.30); "Quello che è stolto…..quello che è debole….quello che ignobile e disprezzato per il mondo…Dio lo ha scelto…**perché nessuno possa vantarsi di fronte a Dio.**" (1Cor 1, 27-29), così è la sapienza di Dio! E dunque ci va bene lo stesso e siamo sereni anche: senza gridare ed imporci comunque "la carità non si vanta"; senza essere i primi per valere agli occhi del mondo, "gli ultimi saranno i primi"; senza il plauso per ambigui favori e ipocrite scelte "date a Cesare quel che è di Cesare e a Dio quel che è di Dio".
Ci sia data la gioia di essere belli di desiderare lo scandalo della croce come sapienza cristiana: **"chi si vanti si vanti nel Signore".**
Tutto quello che facciamo, tutti i lavori, lavori materiali, intellettuali, sia lo studio, sia la carità fraterna, lo facciamo per il Signore... Il Vangelo ci dice, che il nostro servizio deve essere sincero, umile, dobbiamo avere la disponibilità nella carità, tutto questo per essere uniti a Gesù, figlio del carpentiere, quel Figlio, che ***ha dichiarato di essere venuto a servire e non per essere servito***. La vera dignità consiste proprio in questo, nel servizio dei fratelli, secondo le proprie capacità, in unione con Gesù, Figlio di Dio. Verifichiamo la nostra scala di valori, per renderla sempre più aderente ai pensieri di Dio.
A tutti voi l'augurio per la festa dei lavoratori e soprattutto per l'anniversario della nascita della nostra Famiglia della Polizia di Stato.

L'APOSTOLO PAOLO – 5

di Roberto Pacini

IL VANGELO (1 Cor 15, 1-11)

Corinto era una città greca molto importante per gli scambi commerciali. Paolo vi fondò una comunità composta da ex pagani e pochi giudei convertiti. Dopo la sua partenza, però, altri missionari si avvicendarono per animare la comunità. Uno di questi fu Apollo, uomo colto nato ad Alessandria; ma vi giunsero anche alcuni missionari "giudaizzanti", cioè di cultura giudaica, che sostenevano la necessità della sottomissione alla Legge ebraica anche per coloro che provenivano dal paganesimo. Si erano perciò create delle fazioni e Paolo deve affrontare in questo scritto vari argomenti, oggetti di dispute: le fazioni stesse come causa di discordia; lo scontro sociale fra ricchi e poveri; il consumo delle carni immolate agli idoli nei riti pagani;

l'esercizio dei vari carismi all'interno della comunità e durante la liturgia; la fede nella risurrezione dei morti, che era messa in dubbio da alcuni.
Il testo che propongo precede una lunga polemica che l'apostolo fa sulla risurrezione dei morti. Prima di affrontare l'argomento, Paolo chiarisce che il vangelo (= lieto annuncio, buona notizia) da lui annunciato e trasmesso è lo stesso che ha ricevuto a sua volta. Mette in risalto, cioè, il fatto che egli non sta all'origine dell'annuncio, ma è nient'altro che un anello della catena di trasmissione. Perciò anche i credenti devono conservarlo integro, pena la perdita di efficacia del vangelo stesso. E' evidente, qui, che Paolo sta mettendo in guardia la comunità dai famosi missionari giudaizzanti. E' questo un esempio di piccola *digressio tecnica*, un espediente letterario che porta l'autore a non rispondere direttamente ma a spostarsi lontano, su un piano diverso e più ampio, per affrontare e risolvere il problema solo in un secondo tempo. L'autore procede dal generale al particolare. Paolo usa varie volte questo espediente (vedi, ad esempio, 1Cor 12-14). Qui, prima di rispondere al quesito sulla risurrezione dei morti, l'apostolo afferma la necessità di conservare integro il vangelo da lui annunciato (vv. 1-2). Poi parla della risurrezione di Gesù, delle sue apparizioni (vv. 3-11) e solo in seguito, a partire dal versetto 12, risponderà al quesito che gli era stato posto.

15,1 Vi rendo noto, fratelli, il vangelo che vi ho **annunziato** e che voi avete **ricevuto**, nel quale restate saldi, **15,2** e dal quale anche **ricevete** la salvezza, se lo **mantenete** in quella forma in cui ve l'ho annunziato. Altrimenti, avreste creduto invano! **15,3** Vi ho **trasmesso** dunque, anzitutto, quello che anch'io ho **ricevuto**: che cioè Cristo

- morì per i nostri peccati *secondo le Scritture*,
- **15,4** fu sepolto
- ed è risuscitato il terzo giorno *secondo le Scritture*, **15,5**
- e che apparve a Cefa e quindi ai Dodici.

Nel testo sono certamente da evidenziare le quattro espressioni:

- morì per i nostri peccati
- fu sepolto
- è risuscitato il terzo giorno
- apparve

che rappresentano una piccola professione di fede, il succo dell'annuncio di Paolo.
Due sono le frasi principali: "morì per i nostri peccati" ed "è risuscitato il terzo giorno". Le altre due: "fu sepolto" e "apparve a Cefa (= Pietro) e quindi ai Dodici" confermano e dimostrano le precedenti. Morte e risurrezione di Gesù rappresentano dunque il cuore dell'annuncio paolino, della sua soteriologia (= dottrina sulla salvezza).
Interessante è anche quel "*secondo le Scritture*", che mostra come il contenuto di tale annuncio fosse rintracciabile nelle profezie dell'Antico Testamento. Si veda certamente Isaia 53, 8-12, o il Salmo 16 per quanto riguarda la risurrezione. Paolo vuole dimostrare che gli eventi che riguardano Gesù non sono casuali, ma rientrano nel piano di Dio per la nostra salvezza.

PER UN VOCABOLARIO CRISTIANO

RIPOSO

Tutta l'esistenza dell'uomo consiste in un alternarsi di preoccupazione e quiete, lavoro e riposo. Per vivere pienamente sembra che debbano coesistere i contrari, la caccia e la cattura, la ricerca e il possesso, il desiderio e il godimento. Dopo aver trovato, l'uomo cerca ancora, insaziabile. L'Ecclesiaste conosce questo ritmo, denuncia un tale andirivieni come vano inseguimento di vento e preferisce attendere la morte che porrà termine alla vanità: "*Non c'è riposo per l'uomo né giorno né notte; a che scopo cercare dal momento che non si raggiunge mai*?" (Eccle 8,16 s).
Tuttavia la tradizione biblica nel suo complesso conserva l'avvicendamento e ne scopre il senso: ciò che nell'uomo è successione e pena coincide, purificato, in Dio. Il vero riposo non è cessazione, ma compimento dell'attività; diviene allora già in terra una pregustazione del cielo.
Fin dalle sue origini, Israele dovette santificare il sabato (la parola ebraica *sabbath* si traduce riposo), consacrare al Signore un giorno di riposo, anche al tempo dei lavori e della messe. Questo precetto per due motivi principali: il primo, perchè il riposo è inteso come segno di liberazione; Israele deve ricordarsi in tal modo di essere stato liberato dai lavori forzati in Egitto. Riposarsi è quindi segno di libertà.
Il secondo motivo è visto come partecipazione al riposo del creatore. Secondo la tradizione sacerdotale, l'uomo che osserva il sabato imita Dio il quale, dopo aver creato cielo e terra, riposò il settimo giorno. Se quindi il sabato santifica è perché Dio lo santifica. Riposarsi è rivelarsi immagine di Dio: ciò significa che non soltanto si è liberi, ma figli di Dio.
Il sabato quindi non consiste semplicemente nel cessare dal lavoro, ma nel consacrare le proprie forze a celebrare nella gioia il creatore ed il redentore.
L'espressione "Ricordati del giorno del riposo" ci permette di considerare che questo non è un nuovo comandamento ma piuttosto un richiamo al primo "riposo" che fu osservato da Dio stesso al termine della creazione: "*Dio benedisse il settimo giorno e lo santificò, perché in esso Dio si riposò da tutta l'opera che aveva creata e fatta*".
Pertanto, il sabato diventa un segno particolare dell'alleanza perpetua conclusa dal Signore con Israele.
Per Israele. il riposo era associato anche al sonno, al respirare, al sollievo dopo il pericolo o la pena, donato da Dio dopo le inquietudini della vita errabonda, della guerra e dell'esilio. La terra promessa è vista come figura del riposo di Dio. La fedeltà all'alleanza condiziona quindi la natura e la durata del riposo nella terra. Israele è in cammino verso il riposo di Dio. Questo riposo interiore è offerto dalla legge: prendere la via del bene significa trovare il riposo. I poveri potranno pascolare e riposarsi senza che nessuno li inquieti (Sof 3, 13); al contrario, gli empi rassomigliano ad un mare agitato che non può trovare pace (Is 57, 20).
Contro i Farisei, Gesù restaura il vero senso del sabato: "II sabato è fatto per l'uomo e non l'uomo per il sabato" (Mc 2, 27) e quindi per salvare la vita: il riposo deve significare la liberazione dell'uomo e magnificare la gloria del creatore. Gesù dà a

questo segno il suo vero senso guarendo in quel giorno i malati. In tal modo, si rivela come il padrone del sabato, perché realizza ciò di cui il sabato era la figura: per mezzo di Cristo il riposo significa la liberazione dei figli di Dio.
Se per gli Ebrei era il primo giorno della settimana, per i popoli cristiani invece, divenne il settimo giorno della settimana, considerato un giorno festivo e consacrato al Signore. Il giorno distintivo, per la Chiesa cristiana, non poteva più essere lo stesso del giudaismo, perché il Cristianesimo è "un Nuovo Patto" fondato su migliori promesse, proposto non più ad Israele soltanto, ma a tutti coloro che in ogni tempo vorranno far parte del popolo di Dio. Il termine domenica (dal latino *dies domenica*, appunto giorno del Signore) non è più la fine della creazione che ricordava il giorno nuovo, ma piuttosto, il riposo spirituale, dovuto al prezioso e insostituibile compimento dell'opera di Redenzione di Cristo Gesù, che ha dato vita alla "nuova creazione". Cristo Gesù, dopo aver terminato la sua opera di redenzione sulla croce, riposò nella tomba fino al sabato e il primo giorno della settimana, la mattina presto, "*Maria Maddalena andò al sepolcro e vide la pietra tolta dal sepolcro*"; Cristo era risorto. Per il cristiano, la domenica commemora l'inizio della nuova creazione, rigenerata e purificata dal prezioso sangue di Cristo Gesù versato su quella croce. Inoltre, la domenica, in quanto considerato "giorno del Signore", è figura ed anticipazione del vero "giorno del Signore", che per i Cristiani sarà il compimento della "beata speranza e l'apparizione della gloria del nostro grande Iddio e Salvatore, Cristo Gesù" (Tito 2:13); per gli increduli invece, il giorno del giudizio di Dio (II Pietro 3:10-12).
Se ancora non abbiamo trovato il vero riposo, oggi stesso Gesù ci invita dicendo: "*Venite a me, voi tutti che siete affaticati e oppressi, e io vi darò riposo. Prendete su di voi il mio giogo e imparate da me, perché io sono mansueto ed umile di cuore; e voi troverete riposo alle anime vostre*". L'invito per tutti è vivere tutti i giorni nel riposo spirituale della fede riposta in Cristo Gesù.

Nicla Filippi

APPUNTI SULLA DOTTRINA SOCIALE CRISTIANA

di Rocco Cifarelli

Il Magistero da sempre si è confrontato con diverse concezioni dell'autorità politica, ma da sempre ha proposto un modello di autorità che garantisse la vita ordinata e retta della comunità, senza sostituirsi alla libertà dei singoli e dei gruppi, ma disciplinandola e orientandola, nel rispetto e nella tutela dell'indipendenza dei soggetti individuali e sociali, verso la realizzazione del bene comune(Compendio della Dottrina Sociale della Chiesa n. 394).
Tale modello di autorità, infatti, riconosce, rispetto e promuove quei valori umani o che scaturiscono dalla verità stessa dell'essere umano ed esprimono e tutelano la libertà della persona: valori, pertanto, che nessun individuo, nessuna maggioranza e

nessuno Stato potranno mai creare, modificare o distruggere (Lettera Enciclica Evangelium vitae, 71).
Se, dunque, l'autorità pubblica trova il suo fondamento nella natura umana e appartiene all'ordine prestabilito dal Creatore, qualora essa non si adoperi per realizzare il bene comune, disattende al suo fine proprio e perciò stesso si delegittima (Compendio della Dottrina Sociale della Chiesa n. 398). Dinanzi alla costante e perdurante violazione dei principi del diritto naturale da parte dell'autorità civile, il cittadino ha il diritto di resistere al fine di ribadire la validità di una diversa visione delle cose. Il diritto di resistere all'oppressione politica, tuttavia, non dovrà sfociare nell'uso delle armi, salvo che si realizzino tutte insieme le seguenti condizioni: 1) violazioni certe, gravi e prolungate dei diritti umani: 2) dopo che sino state tentate tutte le altre vie; 3) senza che si provochino disordini peggiori; 4) qualora vi sia una fondata speranza di successo; 5) se è impossibile intravedere ragionevolmente soluzioni migliori (Catechismo della Chiesa Cattolica, 2243). Il Magistero, inoltre, non ignora la gravità dei pericoli che il ricorso alla violenza comporta e ritiene comunque preferibile la strada della resistenza passiva, più conforme ai principi morali e non meno promettente di successo (Compendio della Dottrina Sociale della Chiesa n. 401).

LA FRASE

"Dobbiamo imitare le api: le tante cose che traiamo dalle tante letture dobbiamo prima distinguere; e poi, con l'attenzione della nostra intelligenza e del nostro genio, radunarle in un armonico tutto" (Licinio Seneca)

DIRITTO CANONICO

ALTRE TIPOLOGIE DI MATRIMONIO

di Angelo Andrei

Canone 1061, §3: *"Il matrimonio invalido si dice putativo, se fu celebrato in buona fede da almeno una delle parti, fino a tanto che entrambe le parti non divengano consapevoli della sua nullità".*

Canone 1130: *"Per una grave e urgente causa l'Ordinario del luogo può permettere che il matrimonio sia celebrato in segreto"*.

Nel precedente numero della rivista abbiamo ricordato come il diritto canonico conosca diversi tipo di matrimonio ed abbiamo analizzato quello "rato" e "rato e non consumato". Questa volta, passeremo in rassegna alcune altre tipologie, cominciando dal matrimonio "putativo".

Questo tipo di matrimonio presenta tre elementi caratteristici: esso deve essere 1) invalido, 2) celebrato, 3) in buona fede. Prima di tutto questo matrimonio deve essere invalido, in ciò distinguendosi da quello "rato" e "rato e non consumato" che, invece, come abbiamo visto sono validi. Il matrimonio putativo è invalido in quanto affetto da un "capo di nullità", anche se la sua celebrazione è avvenuta secondo la forma prescritta dalla Chiesa (*coram Ecclesia*). Il matrimonio putativo ha, quindi, solo un'apparenza di legittimità. Inoltre, la celebrazione deve essere fatta in "buona fede" da almeno una delle parti. Pertanto, si può parlare di matrimonio putativo solo finché una delle parti non è a conoscenza della sua nullità: quando di quest'ultima divengono consapevoli entrambi i soggetti non si può più parlare di matrimonio putativo ma di matrimonio nullo. Tuttavia, non è sufficiente che entrambe le parti abbiano il "dubbio" della nullità del loro matrimonio: è richiesta, in entrambi i soggetti, la "certezza"; in siffatta ipotesi, infatti, cessa la "bona fides" in tutti e due i soggetti e, conseguentemente, viene meno il terzo requisito del matrimonio putativo. Ai coniugi che abbiano acquisito la certezza della nullità del loro matrimonio si presentano due possibilità: 1) chiedere la *"convalidatio simplex"*, oppure la *"sanatio in radice"*. La "convalidatio simplex" consiste nel rinnovo del consenso matrimoniale da parte di colui che originariamente non aveva agito in buona fede: siffatta nuova manifestazione può aver luogo, però, solo dopo che sia venuto meno l'impedimento che aveva determinato la mala fede o successivamente alla dispensa dallo stesso. La "sanatio in radice" di un matrimonio nullo consiste nella sua convalidazione senza che vi sia la necessità di manifestare un nuovo consenso.

Matrimonio "pubblico" e matrimonio "occulto".

E' pubblico quel matrimonio celebrato "coram ecclesia" – nel significato già individuato - e "palam", vale a dire in modo aperto, davanti agli occhi di tutti.

Invece, di matrimonio occulto - la cui ratio risiede nella presenza di una causa grave e urgente che ne giustifica la mancata pubblicità - possiamo parlare in due accezioni. La prima – quella in senso largo – individua quel matrimonio celebrato senza le pubblicazioni (per questo motivo, detto anche "segreto") alla presenza di un pubblico ufficiale e di due testimoni: questi ultimi non sono tenuti all'obbligo di mantenere il segreto. In senso stretto, invece, è occulto il matrimonio (altrimenti detto anche "matrimonio di coscienza") celebrato anch'esso senza le pubblicazioni davanti al pubblico ufficiale e a due testimoni, che questa volta, però, sono tenuti ad osservare il segreto in ordine all'avvenuta celebrazione del rito nuziale. All'osservanza del segreto sono tenuti l'Ordinario del luogo (il Vescovo), il parroco, i testimoni e l'altro coniuge (se non è stato sollevato da questo obbligo dall'altro consorte). Il matrimonio celebrato in segreto deve essere annotato solo nello speciale registro debitamente custodito nell'archivio segreto della curia vescovile.

MUTAMENTI EPOCALI

di Angelo Di Nicola

LA RIFORMA PROTESTANTE

Come si è visto, il Rinascimento rappresenta il punto di rottura della concezione teocentrica medievale per cui al centro di tutto c'è Dio, la fede e, di conseguenza, la Chiesa e da quel momento in poi assistiamo ad un approccio chiaramente antropocentrico delle vicende umane.

Il Rinascimento segna anche il ritorno al periodo classico greco e romano; si studiano i testi antichi e si attinge a quelle fonti (gloriose, ma pagane) come a modelli etici oltre che estetici. Ma oltre all'arte e agli studi filosofico-letterari rinascono su nuove basi anche il diritto e le scienze, che si riappropriano di autonomia e possibilità di sperimentazione (basti ricordare Leonardo e Galileo).

Questo nuovo approccio tuttavia, stretto tra l'esaltazione della grandezza umana da un lato e la realistica constatazione della sua fragilità dall'altro, non poté non rivelare un'intrinseca debolezza, tale da introdurre i semi di quel relativismo che d'ora in poi informerà il sentimento umano.

In questo panorama, che per molti versi rivela una fase di crescita e progresso umano, ma anche di inevitabile disorientamento, si innesta anche il movimento riformatore protestante, il quale per la prima volta rompe la sostanziale unità teologica dei cristiani. Lutero, rivendicando il primato della coscienza, di fatto innesca una rivolta intellettuale che segnerà prepotentemente la civiltà dell'occidente.

Anche se già c'era stato uno scisma tra Chiesa d'Occidente e Chiesa Bizantina, tuttavia questa frattura, pur grave, non aveva toccato aspetti imprescindibili della Rivelazione, riducendosi fondamentalmente al non riconoscimento da parte degli orientali del primato del Papa nell'ambito del collegio episcopale (come successore di Pietro). Il luteranesimo, invece, finirà per investire alcuni cardini della fede, determinando una profonda spaccatura e creando di fatto una nuova chiesa.

Per la verità la Riforma Protestante non nacque con l'esigenza di dividere la Chiesa e d'altra parte già c'erano stati all'interno della Chiesa stessa intenti riformatori. Basti pensare a San Francesco e San Domenico, i quali pure avevano avvertito la necessità di un'adesione più autentica al messaggio evangelico. Lo stesso Concilio Laterano V aveva cercato di mettere rimedio a storture e incongruenze, ma senza riuscirvi sostanzialmente.

La rivolta aveva avuto inizio nel 1517, quando Martin Lutero pubblicava le famose 95 tesi, schierandosi contro il commercio delle indulgenze. Invitato a ritrattare e a sottomettersi all'autorità ecclesiastica, egli si fece invece ancor più intransigente reclamando una riforma ben più radicale. Infine, minacciato di scomunica, bruciava pubblicamente la bolla papale.

Nel tentativo di arginare la rivolta l'imperatore Carlo V lo aveva convocato dinanzi alla Dieta di Worms ordinandogli di ritrattare, ma Lutero aveva rifiutato e, bandito, aveva vissuto nascosto per circa un anno presso il castello di Wartburg (sotto la

protezione del principe elettore Federico), redigendo gli opuscoli che esponevano i suo principi e traducendo la Bibbia in Tedesco.
Partita dunque dal presupposto di una necessaria moralizzazione, soprattutto in ambito ecclesiastico, la Riforma, inquinata da forti interessi politici (Lutero era sostenuto dai principi tedeschi del nord, dal basso clero, dai commercianti e da buona parte dei contadini, categorie che speravano in una maggiore indipendenza religiosa, ma soprattutto economica), finì con l'investire aspetti dogmatici.
Lutero infatti afferma due principi: "*sola scriptura*" e "*sola fides*". Cioè, il criterio superiore a tutti (anche e soprattutto al Papa) è la Scrittura. Riguardo alla giustificazione è sufficiente la sola fede, senza bisogno dell'intermediazione della Chiesa.
Lutero afferma anche che le stesse scritture possono essere lette individualmente, senza la mediazione del Magistero (non accetterà tuttavia critiche alla sua interpretazione); asserisce il "servo arbitrio" contro il "libero arbitrio" ergendosi nello stesso tempo a paladino della coscienza individuale (annullandola però di fatto con un'imperscrutabile dottrina della predestinazione); difende la coscienza individuale dai soprusi della tirannia (ma si schiererà con i principi tedeschi nella sanguinosa repressione della rivolta contadina e renderà di fatto la nuova confessione una religione di stato). Per quanto concerne la dottrina dei sacramenti, infine, riconosce solo il Battesimo e l'Eucarestia.
Va rilevato come il movimento riformatore ricevette uno straordinario impulso dall'invenzione della stampa (ad opera del tedesco Gutenberg), la quale favorì enormemente la diffusione della Bibbia (tradotta da Lutero), che potrà così essere letta in lingua corrente da ogni credente, proprio come auspicato da Lutero stesso.
All'inizio una serie di conflitti con la Francia e con i Turchi aveva impedito all'imperatore Carlo V di reprimere militarmente la rivolta luterana. Successivamente la pace di Augusta (1955) ed il principio politico-religioso sancitovi ("*cuius regio, eius religio*" - il principe che detiene il potere nella regione vi impone anche la propria fede), dopo la lunga e sanguinosa guerra detta dei trent'anni, pose fine al conflitto cattolico-protestante.
Per effetto di questo principio avvenne che in alcune regioni, in poco tempo, si cambiò principe e religione più volte, dal cattolicesimo al protestantesimo e viceversa. Questo contribuì non poco a determinare il relativismo religioso in quanto ci si cominciò a chiedere dove effettivamente risiedesse la verità. Così la fede spesso finì per assolvere una funzione essenzialmente politica: creare buoni cittadini e soldati disciplinati, degradando la sua essenza ad istituto morale con finalità terrene.
Da parte Cattolica, col concilio di Trento (1542 – 1563) si cercò di riconfigurare la propria identità con un'opera di chiarificazione teologica ma anche inerente la vita ecclesiale pratica, portando a compimento una riforma interna alla Chiesa stessa.
Per brevi linee, riguardo a *scrittura e tradizione*, il Concilio affermò il valore della Tradizione Apostolica così come della Rivelazione Biblica. Riguardo a *peccato originale e giustificazione*, ribadì che non è sufficiente la sola fede, ma permane la necessità della Chiesa e dei sacramenti.

La Chiesa, inoltre, si riorganizzò strutturalmente con una compiuta organizzazione gerarchica, con il principio di residenzialità dei vescovi, la cura d'anime dei parroci e l'istituzione di seminari specifici per la formazione dei sacerdoti.
Infine, fu pubblicato il Catechismo Romano, il Messale Romano e la "Vulgata" della Bibbia.
La Controriforma diede un grande impulso al rinnovamento ecclesiale e alla fede: notevole fu il novero di uomini ed istituzioni che si incaricarono di portare nella pratica i principi delineati dal Concilio. Su tutti va citato Sant'Ignazio di Loyola e la Compagnia di Gesù (i Gesuiti), ma vanno ricordate anche altre grandi figure di santi, come San Francesco Saverio, San Carlo Borromeo, san Giovanni della Croce e San Filippo Neri.

ESPERIENZE

Il Cappellano della Polizia, in genere, è bene accetto dai poliziotti stessi, proprio perché sperimenta la vicinanza con i problemi reali che essi vivono.
Ci sono, però, dei momenti nei quali la figura del Cappellano risulta ancora più determinante. Tali momenti si associano ad eventi purtroppo luttuosi.
E' il 21 febraio 2005 verso le 2 e trenta di notte quando una volante della Questura torna dal lago di Garda verso Verona. Viaggiando verso la città, si imbatte in un uomo che aveva appena ucciso una prostituta. L'uomo era un investigatore privato con una doppia vita. Alla vista degli agenti, l'uomo scarica la sua pistola contro di loro. Gli agenti rispondono. E' una strage. Quando le altre volanti della Polizia arrivano sul luogo, si trovano davanti a una scena tremenda. Quattro persone morte giacciono sull'asfalto.
Dopo un paio di ore vengo svegliato dal telefono. Mi chiamano per andare subito in Questura. Inizieranno per me tre giornate terribili. Dapprima con il Cappellano di Padova ci rechiamo all'obitorio dell'ospedale a dare un primo conforto ai familiari.
Poi si prepara la camera ardente in Questura e lì per ore e ore in silenzio a consolare, stando vicino a tutti coloro che chiedono abbracci e preghiere. Poi i funerali . Le bare che partono dalla Questura alla Chiesa con la gente che si ferma, rimane immobile, si fa un segno di croce. La città sembra surreale.
In quei giorni particolari, sono nati molti incontri, anche amicizie profonde , soprattutto è nato un rapporto con i familiari delle vittime che prosegue tuttora.
Credo che quei momenti siano stati per me un'esperienza che non potrò mai dimenticare. Hanno cambiato me stesso. Ho capito la fragilità di una vita. Ho imparato a vivere la solidarietà non solo nel momento immediato. Ho compreso cosa significhi stare realmente vicino alle persone.A distanza di quattro anni, ripensando a tale episodio e ad altri che mi sono accaduti , non posso che sentirmi vicino a chi ha il cuore affranto.Comprendendo anche la grazia di questo singolare e particolare ministero che mi è stato affidato.

Don Luigi Trapelli

DI MESE IN MESE: MAGGIO

"Io son maggio e so di miele – scherzo e volo, rido e canto.
Sono il genio dei colori – cingo d'ali amanti e amori".
Ostan

DALLA PAROLA ALLA PAROLA

di Antonello Mei

LA FELICITA' E' UNA BUONA MEDICINA

"La maggior parte delle persone è felice
nella misura in cui hanno deciso di esserlo"
(Abramo Lincoln)

Partendo dal presupposto che la nostra mente è un organo in grado di creare pensieri che prendono continuamente forma al livello della nostra coscienza è comprensibile come l'intuizione di Abramo Lincoln sia molto vera. Pensiamo, agiamo, ci sentiamo meglio e abbiamo una salute migliore se siamo felici e anche i nostri organi sensoriali funzionano meglio. Poiché l'attività che si svolge nella mente coinvolge ogni singola parte dell'organismo, se è caratterizzata da tensione e nervosismo comunica la sua agitazione a cellule, tessuti e organi; se invece è tranquilla,invia un messaggio di pace e armonia. Lo psicologo russo Kecheyev ha eseguito esperimenti su individui sia quando pensavano a cose piacevoli che a cose spiacevoli . Egli notò che, pensando a cose piacevoli, essi potevano vedere, gustare, odorare, udire meglio e acutizzare il loro senso del tatto. Il Dott. William Bates ha provato che la vista dell'uomo migliora immediatamente quando l'individuo è immerso in pensieri piacevoli o quando si trova di fronte a scene gradevoli. Margaret Corbett ha osservato che nelle stesse condizioni si rafforza la memoria e la mente si rilassa. La Medicina Psicosomatica ha provato che lo stomaco, il fegato, il cuore e tutti gli altri organi interni funzionano meglio quando siamo felici. Migliaia di anni fa il vecchio, saggio re Salomone disse nei suoi Proverbi: "Un cuore felice fa del bene come una medicina, ma un cuore spezzato prosciuga le ossa". E' anche significativo il fatto che tanto il Giudaesimo quanto il Cristianesimo indichino, gioia, letizia, riconoscenza e contentezza come *mezzi per il raggiungimento* della rettitudine e di una vita virtuosa.Gli psicologi di Harvard hanno studiato il rapporto tra felicità e criminalità e hanno concluso che il vecchio proverbio olandese 'I felici non sono mai malvagi' è scientificamente vero. Essi scoprirono che la maggioranza dei criminali proveniva da famiglie infelici e avevano avuto rapporti umani infelici. Uno studio svolto per dieci anni all'Università di Yale sulla frustrazione, dimostrò che la maggior parte di ciò che noi chiamiamo immoralità e ostilità verso gli altri è causata dalla nostra stessa infelicità. Il Dott.

Schindler ha affermato che l'infelicità è la sola causa di tutti i disturbi psicologici e che la felicità è il solo rimedio.E' evidente che nel nostro normale modo di pensare alla felicità, se parliamo di felicità non da un punto di vista filosofico ma psicologico e se vogliamo anche etico, possiamo fare nostra la definizione che ne dà il Dott. Matthew N. Chappell: "La felicità è un fatto puramente interiore (mentale/emozionale). Non è il prodotto degli oggetti, ma delle idee, dei pensieri, degli atteggiamenti che nascono e si sviluppano dalle attività proprie dell'individuo, indipendentemente dall'ambiente"; ossia 'uno stato mentale in cui abbiamo pensieri piacevoli per buona parte del tempo' (Dott. John A Schindler). Nessuno, tranne un santo, può essere sempre felice al cento per cento, e come ironicamente affermò G. B. Shaw, '… saremmo scontenti se lo fossimo'. Possiamo, pensando e prendendo una semplice decisione riguardo a piccoli fatti e avvenimenti della vita quotidiana, che ci rendono ora infelici, diventare felici e avere pensieri gradevoli per buona parte del tempo. In larga misura, è semplicemente per abitudine che abbiamo una reazione di scontentezza insoddisfazione, risentimento e irritazione in seguito a piccole contrarietà, a delusioni o ad altri avvenimenti analoghi. Noi abbiamo reagito a questo modo così a lungo, che è diventata una abitudine per noi . Provate a tornare a casa affamati e a non trovare il 'vostro' pranzo o cena sulla tavola all'ora consueta per un qualsivoglia motivo, magari vostra moglie/marito ha deciso di portarvi a mangiare nel vostro ristorante preferito per celebrare qualcosa, ma prima di conoscere i motivi del deserto sulla vostra tavola e anziché accogliere l'imprevisto, vi siete infuriati. In linea di massima, questa nostra reazione di infelicità ha origine dal fatto che *abbiamo interpretato* un qualsiasi avvenimento come una 'scossa' alla stima che abbiamo di noi stessi; "torno a casa stanco|a e affamato e questa è la bella accoglienza che la mia famiglia mi riserva". A tutto questo e anche ad eventi che non ci toccano personalmente reagiamo come fossero affronti alla stima che nutriamo per noi stessi ('ecco come mi trattano!'). Quando abbiamo deciso di fare una gita e piove, dobbiamo arrivare un appuntamento importante e ci troviamo in un ingorgo di traffico: a tutto ciò abbiamo una reazione di rabbia, di risentimento, di *infelicità.* Il miglior rimedio per questo genere di cose è non lasciarsi guidare dagli eventi come pecore o schiavi reagendo con sottomissione agli eventi esterni. Piove e volevi fare una gita ? 'Devi sentirti sconvolto' anzi 'Devi sentirti molto,molto infelice!' Acquistare l'abitudine ad essere felici ci rende pastori anziché pecore, padroni anziché schiavi. Stevenson che di tesori se ne intendeva ha fatto dire al protagonista di un suo romanzo " L'abitudine ad esser felici ci libera quasi del tutto dal dominio delle circostanze e dei fatti contingenti" detto da un malato di tubercolosi che per via della sua malattia ha dovuto trascorrere gran parte della sua vita a Upolu nelle isole Samoa, facendo di una necessità della sua malattia ci fa capire che è l'atteggiamento interiore che connota la nostra vita e quello che può apparire un male, il fatto di essere malato di tubercolosi,divenire un bene o una circostanza di felicità, vivere una parte della sua esistenza in un arcipelago bellissimo.

NUTRIRSI BENE PER VIVERE MEGLIO

21 – CIBO E MALATTIE 2

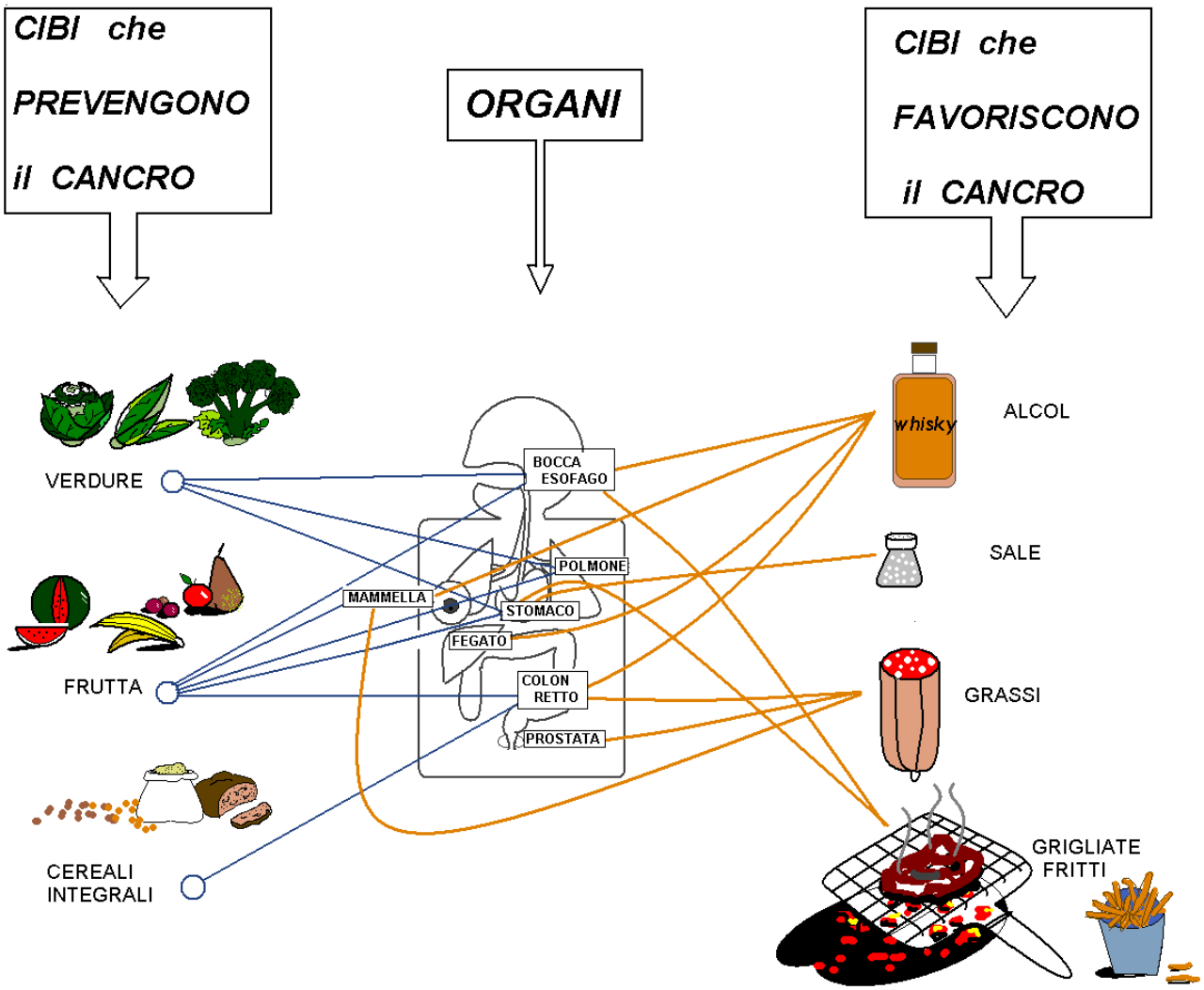
Le malattie ***tumorali*** e quelle ***cardiovascolari*** sono le più frequenti nei Paesi industrializzati. Per molte di esse esiste una stretta correlazione col cibo. Non a caso sono spesso chiamate le "**malattie del benessere".**
Sia la *quantità* che la *qualità* del cibo possono incidere sulla nostra salute; tanto che alcuni cibi costituiscono dei veri e propri "fattori di rischio" (altri cibi costituiscono, invece, dei "fattori di protezione").
Per quanto riguarda la quantità del cibo, ne abbiamo abbondantemente parlato nei precedenti articoli, quando abbiamo affrontato i concetti di obesità e soprappeso. Qui prenderemo in considerazione gli aspetti qualitativi del rapporto cibo – malattie.

CIBO E CANCRO

Sembra che circa un terzo dei tumori sia strettamente collegato al cibo. Prestigiosi organismi di ricerca scientifica, come la World Cancer Research Found e l'American Institute for Cancer Research, sostengono che con semplici accorgimenti nel proprio stile di vita si può ridurre l'incidenza del cancro del 30-40% (e per alcuni tumori, come quelli del tratto gastro-intestinale) addirittura di oltre il 50%. Ciò significa che il 30-40% dei tumori potrebbero essere evitati con questi semplici aggiustamenti:

- fare attività fisica e mantenere il peso nell'intervallo di normalità;
- evitare alcuni cibi e prediligere altri.

N.B. Tali accorgimenti, ovviamente, sono tanto più efficaci quanto prima li si attua (meglio se fin dall'infanzia!)



Alcune considerazioni…

- Innanzitutto c'è da specificare che i cibi indicati come "CIBI CHE FAVORISCONO IL CANCRO" **non sono da bandire dalla dieta in senso assoluto**, anzi, il loro consumo saltuario è gradevole oltre che accettabile; è piuttosto il loro uso sistematico a renderli rischiosi per la salute.

- Come si può ben vedere **frutta** e **verdura** vanno largamente utilizzate. Il loro effetto "protettivo" è legato al loro contenuto in vitamine (A, C, E …) che combattono l'invecchiamento precoce delle cellule.

- E' stato dimostrato che **cavoli, broccoli** e **cavolfiori** hanno un effetto fortemente protettivo nei confronti del cancro al polmone, allo stomaco, alla bocca e al colon. I **cereali integrali** (ricchi di fibre) proteggono fortemente dal cancro del colon.

- Una riduzione dell'uso del sale da cucina (ricordiamo che nell'adulto la dose massima dovrebbe essere di 6 grammi al giorno) protegge dal cancro dello stomaco.

- Gli alimenti conservati sono particolarmente "a rischio", sia per il loro alto contenuto in sale, sia per l'eccesso di grassi (si consideri ad esempio che nel grasso si accumula la diossina), sia per il contenuto in conservanti e coloranti.

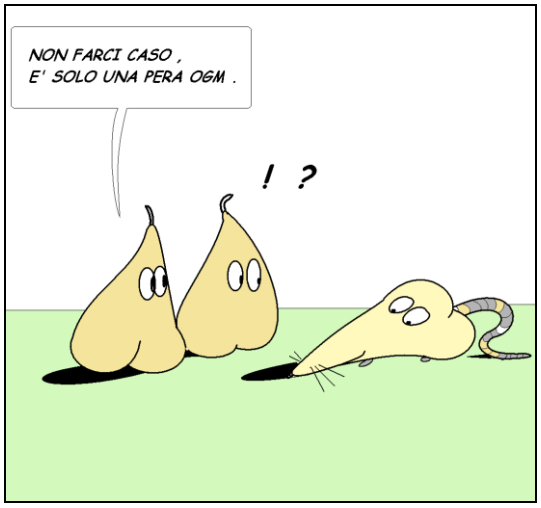
- Occhio alle sostanze nocive che possono essere incorporate nei cibi durante le varie fasi di coltivazione, raccolta, conservazione, preparazione, ecc...! Ad esempio si può verificare l'inquinamento delle falde acquifere (diossina, mercurio…), oppure la presenza di antibiotici, ormoni, fitofarmaci, pesticidi, antiparassitari, fertilizzanti, additivi (conservanti e coloranti, nitriti e nitrati, che sono notoriamente cancerogeni…), addensanti (ad esempio i polifosfati che per altro riducono l'assorbimento del calcio...), antiossidanti, esaltatori della sapidità, edulcoranti, micotossine (tossine prodotte da muffe, specie nei cereali e nei prodotti da essi derivati).

- Attenzione anche ai contenitori in cui vengono conservati i cibi (per esempio le plastiche, che devono essere specificamente per uso alimentare).

- I prodotti **BIO** derivano da tecniche agricole "pulite", che non utilizzano, cioè, pesticidi e altre sostanze, ma solo concimi naturali, arricchimento del suolo con alternanza delle colture e lotta biologica contro i parassiti (insetticidi naturali, uso dei predatori, trappole per insetti, ecc.). Esiste anche la carne BIO. I cibi BIO rappresentano una garanzia sotto molti dei suddetti aspetti.

- Esistono anche i prodotti OGM (Organismi Geneticamente Modificati): questi prodotti sono vegetali, per es. mais o riso, nel cui DNA viene inserito un gene appartenente a tutt'altro organismo vivente, per es. topo o farfalla; questo nuovo inserimento potrebbe determinare ad es. l'acquisizione da parte del vegetale di un'elevata resistenza alle malattie e perciò se ne abbatterebbero i costi di produzione e si eviterebbe l'uso di contaminanti chimici. Per tali prodotti si discute se facciano bene o facciano male alla salute. In realtà, pur non essendo stati scientificamente evidenziati effetti tossici a breve termine, nulla si può dire ancora per quelli a lungo termine.

DIETA CON … RISO



Giuseppe Polino e Roberto Pacini

L'ANGOLO DELLA POESIA
AVVISO AI NAVIGANTI

di Marco Masolin

IL GIOCO

Brevi notte scritte sull'acqua,
un pentagramma sinuoso che si perde,
tracciando vie invisibili ma vere dentro la corrente.
Ho ancora la penna tra le mani
e già tutto si confonde in questo turbinio
scintillante e freddo che somiglia alla vita.
Lontano un paesaggio lunare avviluppa
i pensieri mattutini come in un tenue e denso crepuscolo.
Cammini anche tu, viva, dentro questo momento
che già si colora d'infinito, ed io allungo la mano
per fermarti, per raddrizzare questo linea che si piega
sempre più fino a formare un cerchio che sembra volersi chiudere
dentro la sua simmetria infinita.
Poi anche tu fuggi via, risucchiata dal silenzio dei giorni,
e le parole fluiscono veloci dentro la corrente della vita
fino a perdersi, umide di sensi, in qualche ansa del tempo.
Resto qui come un freddo cimelio di vite trascorse,
a guardare la corrente portare via sogni e pianto
in un unico, inestricabile, gioco di falsità.

MANGIA SANO, MANGIA SANTO

COSTOLETTE ALLA SAN BENEDETTO

Carote, cipolle e castagne danno un gusto dolce e avvolgente alle costolette di vitello, in origine anche di montone, e richiamano alla tradizione culinaria dell'ordine di San Benedetto, ricca di verdure coltivate negli orti di quei monasteri.
San Benedetto da Norcia (480 – 547circa) è stato il monaco fondatore dell'ordine dei Benedettini. Paolo VI lo proclamò patrono d'Europa (24 ottobre 1964).

La sua *Regola* apre una nuova via alla civiltà europea; in questa scuola di sevizio al Signore hanno un ruolo determinante la lettura meditata della Parola di Dio e la lode liturgica alternata con i ritmi di lavoro nei campi.

La voce di San Benedetto comincia a farsi sentire da Montecassino verso il 529. Aveva creato un monastero selezionando uomini in sintonia con il suo spirito, che renderanno vivibili quelle terre. Di anno in anno ecco campi, frutteti, orti e un laboratorio le cui specialità sono il miele; la pappa reale; un unguento benedettino e un liquore confezionato dai monaci con 22 erbe.

Per 6 persone: Costolette di vitello con l'osso, 6; castagne sbucciate, g. 600; vino bianco secco, un decilitro e mezzo; pancetta affumicata tagliata a dadini, g. 120; cipolline, g. 500; cipolla, 1; burro, g. 40; carota, 1; foglie d'alloro, 2; sale e pepe.
Per prima cosa sbucciate le castagne e mettetele a cuocere in abbondante acqua fredda alla quale avrete aggiunto un pizzico di sale e due foglie di alloro. Quando saranno cotte scolatele, togliete loro la seconda buccia e tenetele da parte.
Levate alle cipolline la pellicola esterna senza intaccarle e tagliate la parte da cui spuntano le radici, ma non troppo, perché cuocendo potrebbero aprirsi facilmente. Man mano che le sbuccerete, passatele in una catinella con acqua fresca (in commercio si possono trovare le cipolline già pulite). Sbollentate le cipolline in una pentola con acqua calda per cinque minuti poi scolatele e tenetele da parte.
Incidete le costolette a intervalli regolari dalla parte opposta all'osso per evitare che si arriccino durante la cottura.
In una casseruola fate sciogliere 20 grammi di burro, unite i dadini di pancetta, e lasciateli rosolare per 3 – 4 minuti, poi aggiungete nella casseruola le cipolline, le castagne, 2 dl. di acqua calda e condite il tutto con un pizzico di sale. Fate cuocere per alcuni minuti.
Raschiate la carota, mondate la cipolla eliminando la pellicola esterna e tritatele insieme non troppo finemente, mettetele in un'ampia padella con il resto del burro fuso, fate stufare le verdure per qualche minuto a fiamma bassa, poi aggiungete le costolette, alzate la fiamma, fatele rosolare sui due lati, bagnatele con il vino, conditele con sale e pepe lasciate cuocere per pochi minuti. In ultimo aggiungete i dadini di pancetta, le castagne e le cipolline, fate insaporire e servite subito. Vino consigliato per queste cotolette è il Montepulciano d'Abruzzo.

Lillibeo

LETTERE IN REDAZIONE

a cura di P. Franco Stano

"… Insomma, Direttore, il Papa doveva andare prima a L'Aquila, è andato bene quando è andato o avrebbe fatto meglio a non andare per nulla? Ho letto di tutto, in questi giorni…" (Pietro Braico)
Caro Pietro, un proverbio spagnolo recita così: "Alleluia alleluia, cada uno co la suya", che significa: "Alleluia alleluia, ognuno dice la sua". Che dirle? Ci sarebbe da ridere se non ci fosse da piangere accanto alla gente che piange. Noi spesso ci gonfiamo tanto di notizie che alla fine pare ci bastino. Innanzitutto, vogliamo

esprimere ai nostri amici abruzzesi ancora una volta il nostro silenzio angosciato, la nostra preghiera, forse anche ribelle, ma certo sincera, la nostra generosa solidarietà. Siamo troppo preoccupati del dramma per prendere sul serio inutili e qualche volta perverse provocazioni. Che dire? La Chiesa è stata presente da subito, attraverso il Vescovo della città, i sacerdoti, i cristiani. E, ciò che conviene dire, seguiterà ad essere presente con identica intensità ancora dopo, quando le notizie si faranno più blande e la domanda resterà drammaticamente tale. Avrebbe fatto bene ad andare prima il Papa? E chi può dire? Che si esprimano in tal senso i camaleonti di tutte le stagioni. E che sentenzino. Noi restiamo dell'avviso che una presenza del Papa a ridosso immediato della tragedia, avrebbe reato un problema in più. Una sua presenza alla messa per i defunti, avrebbe messo in crisi o forse oscurato alquanto il funerale di Stato. Noi crediamo che il Papa ha fatto bene ad andare quando è andato e lo diciamo, oltre che per un pizzico di buon senso, anche perché siamo convinti che la natura religiosa del suo potere consente una presenza spirituale che è lì dal giorno della tragedia e che crediamo farà fatica ad allontanarsi. Noi preghiamo, caro Pietro, e lasciamo volentieri a chi non sa farlo o non vuol farlo o non può farlo di cercare ragioni contro. In fondo il problema è loro. Sono loro che debbono spiegarci come mai, dopo le loro sottili dimostrazioni contro Dio e contro la preghiera, noi continuiamo semplicemente a credere in Do e a pregare. Un mio amico, in montagna, nel sentiero innevato, cadde sette volte, ogni volta ribadendo con ragioni sempre più sottili che stanti i suoi vestiti e i suoi scarponi, egli proprio non poteva cadere. Aggiustando un po' il paragone possiamo dire che intanto noi preghiamo. Essi si divertano pure a dire che la preghiera non è possibile. E ci spieghino. Spieghino e giochino a discutere le scelte del Papa. Ormai lo sappiamo, sa? Qualunque cosa il Papa faccia, avrebbe dovuto fare quell'altra. Roba da spocchiosi, caro Signor Pietro Braico.

L A B A C H E C A

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

ANNO V – N.6

Direttore responsabile
Padre Franco Stano

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

EDITORIALE

LE RADICI DEL DIALOGO

Pare che la vita possa essere compresa in una quadruplice dimensione dialogante: il dialogo con se stessi, che chiamiamo soliloquio; il dialogo con le cose, che chiamiamo poesia-scienza; il dialogo con l'altro, che chiamiamo amore; il dialogo con Dio, che chiamiamo preghiera. Soliloquio, poesia-scienza, amore e preghiera in realtà decidono la vita.
Qui, noi mettiamo da parte il dialogo con le cose e fermiamo la nostra attenzione al dialogo con noi stessi: cioè, al soliloquio inteso come strada privilegiata per percepirsi come una identità che spera e che ama e che, in quanto capace di speranza e di amore, è necessariamente credente.
Lo facciamo perché la conoscenza via via più profonda di sé coincide con la conoscenza profonda dell'altro e se il dono primordiale di Dio, la salvezza, s'innesta nell'intima radice della nostra umanità; se a questa stessa radice è necessario che noi si riconduca la gratitudine, allora il dialogo con noi stessi (soliloquio), non solo rende necessario il dialogo con l'altro (amore), ma lo rende sempre e comunque possibile, giacché nell'umanità, benché differenti, siamo radicalmente una sola cosa.
Il dialogo con noi stessi è necessario che parta da un binomio imprescindibile, il binomio "fede-testimonianza".
In realtà, a farci caso, la fede è l'unica possibile risposta alla testimonianza. Ciò significa che una testimonianza, se e quando posta, merita come riscontro un atto di fede e ugualmente significa che ogni atto di fede rimanda ad una testimonianza che occorre capire, supporre o indovinare.
La relazione tra questo binomio sembra talmente essenziale da non poter essere discussa. Se mai, discussa potrà essere la credibilità del testimone, mai la sua testimonianza. La testimonianza impegna sempre e comunque la nostra intelligenza e il nostro cuore in un atto di fede, anche quando ci troviamo di fronte a un problema che l'intelligenza e il cuore possono anche non comprendere.
Questo discorso può essere verificato se si considera il fatto che una falsa testimonianza, proprio perché mette in crisi la credibilità del testimone, ferisce la sua onorabilità al punto tale che domani costui potrebbe non essere creduto anche dinanzi ad una sua testimonianza drammaticamente vera. Si capisce subito perciò come il testimone sia moralmente impegnato a dire la verità. Viceversa, il suo comportamento si ritorce contro di lui, ed egli scava davanti a sé una buca nella quale poi precipita se stesso.
Testimonianza, fede e testimone sono una dimensione essenziale della vita e chiunque ponga una testimonianza chiede in risposta un atto di fede, glielo si conceda o non glielo si conceda. La vita umana è fatta di relazioni che necessariamente ruotano intorno ad essa.
Se il binomio fede-testimonianza è uno degli elementi fondamentali della vita e, se si applica a tutte le dimensioni dell'esistere, deve applicarsi necessariamente all'atto di fede religiosa.

Ciò significa che dinanzi all'assenso religioso, ciascuno di noi è chiamato a capire qual sia la testimonianza che tale assenso rende possibile, giacché, come abbiamo detto, non si potrebbe capire un atto di fede senza una testimonianza che lo giustifichi.
La persona che dunque esprime un "io credo", senza ulteriori esplicitazioni, a quale testimonianza risponde? Questa, dunque, pare essere la questione: Quale testimonianza giustifica l'atto di fede di chi crede?
La domanda, ai fini di una risposta, ci invita a rifletter sui tre verbi fondamentale della nostra vita: l'io sono, l'io spero e l'io amo. Essi sembrano dare la misura dell'umana verità e ci consentono di individuare, forse, quel punto di partenza della nostra fede che sia in grado di giustificarla oggi e sempre; di giustificare la fede e di giustificare la natura dialogante della nostra vita.

RIFLESSIONI LITURGICHE

di don Pieluigi Vignola

2 GIUGNO - FESTA DELLA REPUBBLICA
Giugno mese dedicato al Cuore di Gesù

"Signore insegnaci a pregare"

In questo mese dedicato al Cuore Sacratissimo di Gesù volendo riflettere su ciò che lo stesso Gesù ci ha detto ed insegnato notiamo come ci sia una compenetrazione tra ciò che riguarda Dio e ciò che riguarda noi, nel rispetto della necessaria subordinazione: prima Dio e poi noi. Da soli valiamo poco; con Dio possiamo tutto.
Dobbiamo pregare di continuo e con insistenza, per non perdere di vista il regno dei cieli. Per questo noi cristiani, che abbiamo cominciato la preghiera chiamando Dio "Padre nostro", domandiamo che venga a noi anche il suo regno.
La preghiera del "Padre Nostro" orienta i credenti in Cristo nella giusta direzione verso Dio e i bisogni dell'uomo, direzione che deve ispirare ogni vera preghiera.
Dove lui non c'è – scrive Benedetto XVI – niente può essere buono. Dove non si vede Dio, decade l'uomo e decade il mondo. È in questo senso che il Signore ci dice: "Cercate prima il regno di Dio e la sua giustizia, e tutte queste cose vi saranno date in aggiunta". Con questa parola viene stabilito un ordine di priorità per l'agire umano, per il nostro atteggiamento nella vita di tutti i giorni.
Abbiamo visto che Gesù è il regno di Dio in persona; dove è Lui, là è il "regno di Dio". Così con la domanda "venga il tuo regno" (non il nostro!) il Signore vuole condurci proprio a questo modo di pregare e di stabilire le priorità del nostro agire. La prima cosa, quella essenziale, è il cuore docile, perché sia Dio a regnare con noi.
Inoltre l'uomo deve comportarsi in modo da rispettare tutti i diritti dei suoi simili, specialmente quelli più bisognosi o indifesi non speculando mai sugli altri per un

vantaggio personale ingiusto, ecco perché ogni “dittatura” è qualcosa di malvagio e nefasto.
“Imparate a fare il bene; ricercate la giustizia, soccorrete l’oppresso, rendete giustizia all’orfano, difendete la causa delle vedove” (Is. 1, 17).
La giustizia interiore del cristiano deve risplendere in tutti i suoi rapporti con il prossimo, non trascurando nessun dovere: “ Tutto quello che è vero, nobile, giusto, puro, amabile, onorato – dice San Paolo – quello che è virtù e merita lode, sia oggetto dei vostri pensieri“ (Fil. 4,8).
Dobbiamo, quindi, impegnarci ogni giorno a cercare in primo luogo “il regno di Dio e la sua giustizia”, ma ciò che non può e non deve rendere il cristiano noncurante dei suoi doveri sociali, anzi lo deve rendere più attento per portare dovunque il senso della giustizia evangelica.
Da qui il dover e poter celebrare la festa della Repubblica quale ricorrenza da celebrare in spirito di unità: cittadini, istituzioni, Forze Armate, italiani all'estero.
Ed è l'occasione per gettare un breve, sereno sguardo sul cammino compiuto e sul futuro che ci sta davanti. Faccia ciascuno la sua parte, fino in fondo, con coerenza. E dunque chiediamoci: si può trovare ora, nonostante le difficoltà, un terreno comune tra le varie componenti operanti nella nostra amata Patria, senza confondere i ruoli e senza attenuare la gara per chi deve primeggiare o pensare di essere migliore degli altri a scapito della collettività? Continuo a credere che sia possibile ricordandoci che è in giuoco il nostro comune futuro
A tutti voi l’augurio per la festa della nostra amata Repubblica e che il mese dedicato al Cuore sacratissimo di Gesù ci aiuti a riflettere di più sull’amore verso Dio e verso i nostri fratelli, perché quel Cuore non sanguini più per causa nostra.

L’APOSTOLO PAOLO – 6

di Roberto Pacini

MORTE E RISURREZIONE, CUORE DEL VANGELO

Parliamo in questo breve articolo del celebre “inno cristologico” di Fil 2, 5-11, che ci pone di fronte al mistero pasquale della morte e risurrezione di Gesù. La lettera è diretta alla comunità di Filippi, città situata nella pianura della Macedonia orientale, fondata da Filippo II, padre di Alessandro Magno, negli anni 358-357 a.C.

I Filippesi furono fin dall’inizio fedelmente legati all’apostolo Paolo, come dimostra proprio il tono affettuoso e quasi tenero dello scritto. Si tratta per lo più di cristiani provenienti dal paganesimo.

La lettera è scritta probabilmente a Efeso, durante la prigionia di Paolo. Questi viene a sapere che nella comunità si sono formati alcuni gruppi di giudeo-cristiani che

vorrebbero costringere i Filippesi ad assumere alcuni segni propri del giudaismo, come la circoncisione. Vi sono anche discordie e rivalità, per cui Paolo esorta tutta la comunità ad un "sentire" comune, all'unità basata sull'umiltà di ciascuno, capace di guardare all'interesse dell'altro prima che al proprio. Come esempio e modello di umiltà Paolo propone il Cristo, che si è fatto obbediente al piano di Dio fino a morire per noi.

> *5Abbiate in voi gli stessi sentimenti che furono in Cristo Gesù, 6il quale, pur essendo di natura divina, non considerò un tesoro geloso la sua uguaglianza con Dio; 7ma spogliò se stesso, assumendo la condizione di servo e divenendo simile agli uomini; apparso in forma umana, 8umiliò se stesso facendosi obbediente fino alla morte e alla morte di croce. 9Per questo Dio l'ha esaltato e gli ha dato il nome che è al di sopra di ogni altro nome; 10perché nel nome di Gesù ogni ginocchio si pieghi nei cieli, sulla terra e sotto terra; 11e ogni lingua proclami che Gesù Cristo è il Signore, a gloria di Dio Padre.*

A parte l'esortazione iniziale del versetto 5, il testo si può dividere in due parti: vv. 6-8 e vv. 9-11. A ciascuna parte corrisponde un movimento: quello iniziale di *abbassamento*, che vede il Cristo protagonista, e quello finale d'*innalzamento*, operato da Dio e sancito dalla lode dell'intera creazione.

Utilizzeremo un metodo di scomposizione dei singoli versetti, per mostrare come si possa in tal modo ragionare sulle singole frasi, a volte sulle singole parole, per ricostruire il senso inteso dall'autore. Lasceremo poi al lettore il compito della visione d'insieme finale, cioè di riflettere sul peso che il testo deve assumere nella nostra vita di fede.

5 Abbiate in voi gli stessi sentimenti che furono in Cristo Gesù,	Garanzia di unità è l'imitazione di Gesù, capo della Chiesa. Può anche essere intesa come: "Comportatevi tra voi come si addice a quelli che sono in Cristo Gesù", cioè a quelli che vivono nel Corpo Mistico (Barbaglio).
6 il quale, pur essendo di natura divina,	Il termine greco *morfé*, più che "natura", significa letteralmente "forma", intendendo la realtà profonda che si manifesta: "lui che era in forma di Dio". Nella sostanza indica l'immagine di Dio a noi manifesta, cioè la natura divina di Gesù.
non considerò un tesoro geloso la sua uguaglianza con Dio;	Il termine indica qualcosa che viene trattenuto come fonte di vantaggio (una "preda"). Qualche traduttore lo rende con: "condizione invidiabile" (Grelot). Il versetto 6 è molto importante anche dal punto di vista dottrinale, perché indica la preesistenza del Verbo presso Dio. Il Verbo, tuttavia, non disdegnò di abbassarsi al livello umano.

7 ma spogliò se stesso,	Letteralmente: "si svuotò" (della divinità, pur non potendola annientare completamente).
assumendo la condizione di servo	Più che "condizione" è "forma" di schiavo, cioè lo stesso sostantivo del v. 6, per cui indica la natura. Il termine "*servo*" o "*schiavo*" non significa soltanto abbassamento e umiltà. Certamente vuole esprimere la piena

	sottomissione e obbedienza, ma nello stesso tempo indica una persona che ha avuto un incarico particolare. Già nell'Antico Testamento i funzionari del re sono detti servi (1Sam 29,3; 2 Re 5,6; ecc.) per descrivere la particolarità della loro posizione. Il nome *"servo"* , quindi, di per sé è quasi un titolo onorifico, e per Paolo ha qui il significato religioso della missione salvifica di Gesù.
e divenendo simile agli uomini; apparso in forma umana,	Ha assunto dunque la natura umana.
8 umiliò se stesso	Il tema dell'abbassamento raggiunge il culmine: l'obbedienza è tale da portare al dono totale di sé.
facendosi obbediente fino alla morte	Gesù si consegna alla pena più infamante.
e alla morte di croce.	Con questo "e" Paolo vuole rimarcare il tipo di morte, l'abisso, l'annientamento estremo (Orsatti).
9 Per questo Dio l'ha esaltato	Nei vv. 9-11 si ha un ribaltamento della situazione. All'abbassamento, e come conseguenza di esso, segue l'innalzamento, come avviene anche nell'A.T. per il servo del Signore (Is 53, 11-12).
e gli ha dato il nome che è al di sopra di ogni altro nome;	Nella Bibbia il nome è qualcosa di reale, "*una parte della natura della personalità nominata, partecipe delle sue proprietà ed energie"* (Bauer). Il nome che viene attribuito a Gesù e che è superiore a tutti gli altri è ***Kyrios*:** Signore Dio.
10 perché nel nome di Gesù ogni ginocchio si pieghi nei cieli, sulla terra e sotto terra; e ogni lingua proclami che Gesù Cristo è il Signore,	Questo versetto riprende una profezia del profeta Isaia (45,23): "Davanti a me si piegherà ogni ginocchio, per me giurerà ogni lingua". Il brano si riferisce alla salvezza, che è una parola (verbo) uscita dalla bocca di Dio (vv. 22-23).
11 a gloria di Dio Padre.	Dare gloria è riconoscere il peso, l'efficacia dell'azione di Dio Padre nel suo disegno di salvezza.

PER UN VOCABOLARIO CRISTIANO

SPERANZA

La speranza è lo stato d'animo di chi è fiducioso negli avvenimenti futuri o già accaduti di cui non conosce i contorni precisi e le esatte possibilità di riuscita. Anche se per definizione la speranza guarda al futuro, per la Bibbia essa si radica nell'oggi di Dio. che ci ama e che instancabilmente ci cerca.
Nell'articolo 2090 del Catechismo della Chiesa Cattolica, la speranza è definita come "l'attesa fiduciosa della benedizione divina e della beata visione di Dio" e anche come "il timore di offendere l'amore di Dio e di provocare il castigo". Nello stesso articolo sono definiti come "peccati contro la speranza" la disperazione (che equivale alla cessazione della fiducia nella onnipotenza di Dio) e la presunzione (con la quale si presume di potersi salvare senza Dio, o, viceversa, senza una personale conversione).
Ne consegue che per il cristiano la speranza equivale alla certezza della divina Misericordia che si orienta verso il peccatore convertito.
Parlare della speranza significa dire il posto che il futuro occupa nella vita religiosa del popolo di Dio, un futuro di fedeltà a cui sono chiamati tutti gli uomini (1 Tim 2, 4).

Nella Bibbia, questa speranza è spesso espressa con la nozione di promessa. La misteriosa promessa che Dio fece all'umanità peccatrice fin dalle origini attesta che Dio non la lasciò mai senza speranza; ma soltanto con Abramo incomincia veramente la storia della speranza biblica. Il futuro assicurato dalla promessa è semplice: una terra ed una numerosa posterità. Questo slancio vigoroso verso i beni di questo mondo non fa tuttavia della religione di Israele una semplice morale del benessere. Questi beni terreni sono per Israele delle benedizioni e dei doni di Dio che si dimostra fedele alla promessa ed alla alleanza.
Le promesse di Dio hanno rivelato a poco a poco al suo popolo lo splendore di questo futuro che non sarà una realtà di questo mondo, ma una patria migliore, cioè celeste, la vita eterna in cui l'uomo sarà simile a Dio. La fiducia in Dio e nella sua fedeltà, la fede nelle sue promesse, sono quelle che garantiscono la realtà di questo avvenire e che permettono almeno di intuirne le meraviglie. Il credente può desiderare questo avvenire, o per essere più precisi, sperarlo; non può assolutamente fidarsi di se stesso per conseguire questo avvenire. Può solo sperarlo, in piena fiducia, da Dio, in cui crede e che è l'unico in grado di rendere la sua libertà capace di amare. Radicata nella fede e nella fiducia, la speranza può dispiegarsi verso l'avvenire e sollevare con il suo dinamismo tutta la vita del credente. Fede e fiducia, speranza, amore sono quindi aspetti diversi di un atteggiamento spirituale complesso, ma unico.
Israele dimenticò sovente che un futuro felice era un dono del Dio dell'alleanza e tentò di assicurarsi questo futuro mediante un culto formalistico, l'idolatria, la potenza o le alleanze, denunciati dai profeti come speranza illusoria.
Con la venuta di Gesù Cristo, tutte le promesse di Dio sono già una realtà (2 Corinzi 1,20). Gesù è il Risorto che è con noi nel nostro oggi. «*Sono con voi tutti i giorni, fino alla fine del tempo*» (Matteo 28,20).
Un altro testo di san Paolo è ancora più chiaro. "*La speranza poi non delude, perché l'amore di Dio è stato riversato nei nostri cuori per mezzo dello Spirito Santo che ci è stato dato"* (Romani 5,5).
Nell'enciclica ***Spe salvi facti sumus*** (Nella Speranza siamo stati salvati), Benedetto XVI sviluppa la sua riflessione sulla fisionomia della speranza cristiana, di cui ne sottolinea innanzitutto la stretta connessione con la fede. La speranza, spiega il Papa, è un dono capace di cambiare la vita di chi lo riceve.
Ma in che cosa, dunque, consiste questa speranza?: "*Consiste in sostanza nella conoscenza di Dio, nella scoperta del suo cuore di Padre buono e misericordioso. Gesù, con la sua morte in croce e la sua risurrezione, ci ha rivelato il suo volto, il volto di un Dio talmente grande nell'amore da comunicarci una speranza incrollabile, che nemmeno la morte può incrinare, perché la vita di chi si affida a questo Padre si apre sulla prospettiva dell'eterna beatitudine*"(n.3-4). Una speranza "affidabile", dunque, di cui l'uomo ha bisogno anche in un tempo segnato da un tumultuoso sviluppo tecnologico: "*Lo sviluppo della scienza moderna ha confinato sempre più la fede e la speranza nella sfera privata e individuale, così che oggi appare in modo evidente, e talvolta drammatico, che l'uomo e il mondo hanno bisogno di Dio – del vero Dio! – altrimenti restano privi di speranza*". "*Per questo la grande speranza, quella piena e definitiva, è garantita da Dio, dal Dio che è l'amore,*

che in Gesù ci ha visitati e ci ha donato la vita, e in Lui tornerà alla fine dei tempi. E' in Cristo che speriamo, è Lui che attendiamo!"(n.23-27).
La speranza cristiana non troverà mai un'espressione migliore, perché in fondo altro non è se non il desiderio ardente di un amore che ha fame della presenza del suo Signore. Non significa una vita nelle nuvole, il sogno di un mondo migliore e nemmeno una semplice proiezione di quello che vorremmo essere o fare. Lungi dall'essere un semplice augurio per l'avvenire senza garanzia di realizzazione, la speranza cristiana è la presenza dell'amore divino in persona, lo Spirito Santo, fiume di vita che ci porta verso il mare di una piena comunione. Sperare, è dunque scoprire dapprima nelle profondità del nostro oggi una Vita che va oltre e che niente può fermare, è accogliere questa Vita e porre, qui e ora, in mezzo ai rischi del nostro stare in società, dei segni di un altro avvenire, dei semi di un mondo rinnovato che, al momento opportuno, porteranno il loro frutto.

Nicla Filippi

APPUNTI SULLA DOTTRINA SOCIALE CRISTIANA

di Rocco Cifarelli

Il Magistero, dinanzi alle grandi tragedie dell'umanità e a forme di inquinamento spirituale, insegna che "si fa sempre più diffuso e acuto il bisogno di un radicale rinnovamento personale e sociale capace di assicurare giustizia, solidarietà onestà, trasparenza", che richiede un grande sforzo e una profonda rivisitazione di detrminate visioni del mondo (Giovanni Paolo II, Enc. Veritatis Spelndor n. 95). Anche la cosiddetta "questione sociale" non può che trovare risposte in una Persona e nella certezza che essa ci infonde: Io sono con voi! Il programma, dunque, "c'è già: è quello di sempre, raccolto dal Vangelo e dalla viva Tradizione. Esso si incentra, in ultima analisi, in Cristo stesso, da conoscere, amare, imitare, per vivere in Lui la vita trinitaria, e trasformare con Lui la storia fino al suo compimento nella Gerusalemme celeste" (Giovanni Paolo II, Lett. Ap. Novo millennio ineunte n. 29).
In particolare, la costruzione di una società degna dell'uomo non può non passare attaverso una grande "effusione di carità", ovvero quella "carità che compendia in sé tutto il Vangelo e che, pronta sempre a sacrificarsi per il prossimo, è il più sicuro antidoto contro l'orgoglio e l'egoismo del secolo" (Leone XIII, Enc. Rerum novarum n. 143). Lo sviluppo integrale della persona e la crescita sociale passano, dunque, attraverso il superamento dell'egoismo e lo sviluppo della solidarietà, la quale è in grado di garantire il bene comune. In definitiva, come ci insegna il Catechismo della Chiesa Cattolica, "la carità rappresenta il più grande comandamento sociale. Essa rispetta gli altri e i loro diritti. Esige la pratica della giustizia e soltanto essa cene rendi capaci" (n. 1889).

LA FRASE

"Dovunque vi saranno molte macchine a sostituire gli uomini, vi saranno sempre molti uomini che non saranno altro che macchine" (De Bonald))

DIRITTO CANONICO

GLI IMPEDIMENTI MATRIMONIALI

di Angelo Andrei

Canone 1073: *"L'impedimento dirimente rende la persona incapace a contrarre validamente il matrimonio".*

Nei mesi scorsi abbiamo visto, tra l'altro, come il matrimonio canonico sia un diritto riconosciuto a tutti i cristiani; tuttavia, esistono delle circostanze o delle relazioni personali che rendono l'individuo "inabile" ad esercitare questo diritto. Queste circostanze esterne o relazioni personali assumono il nome di "impedimenti".
In presenza di un impedimento il soggetto viene considerato inabile a contrarre il matrimonio, che se anche fosse celebrato verrebbe ritenuto invalido: da qui l'associazione dell'espressione "dirimente".
Trovandoci in presenza di leggi inabilitanti l'invalidità del matrimonio non potrebbe essere elusa neanche invocando l'ignoranza o l'errore; anzi, anche l'eventuale buona fede non sarebbe sufficiente a scongiurare l'irrilevanza ai fini canonici del coniugio.
Gli impedimenti matrimoniali sono dodici e sono elencati nei canoni 1083-1094. La circostanza che il legislatore canonico abbia espressamente individuato gli impedimenti dimostra che essi non si possono presumere ma si devono intendere come previsioni tassative.
All'osservanza dei precetti contenuti nei citati canoni, come di tutto il codice di diritto canonico, sono tenuti tutti i battezzati nella Chiesa cattolica o in essi accolti: è, quindi, indispensabile che il battesimo sia avvenuto nella Chiesa cattolica o che il battezzato "extra Ecclesiam catholicam" sia stato in esso accettato.
Ai fini probatori gli impedimenti si distinguono in "pubblici" e "occulti". I primi sono quelli che possono essere provati nel foro esterno, ossia in sede processuale con il ricorso alle varie fonti probatorie conosciute dal diritto canonico, quali la confessione, la deposizione di testimoni degni di fede, le perizie, i documenti pubblici e privati, ecc.. I secondi vanno individuati, invece, tra quegli impedimenti che non possono essere dimostrati.

In base alla fonte, gli impedimenti possono essere di diritto "divino", se desunti dalla volontà di Dio, o di diritto ecclesiastico, se derivati dalle determinazioni dell'autorità ecclesiastica. Sono di diritto divino gli impedimenti di impotenza, di vincolo, di voto e di consanguineità in linea retta. Appartengono, viceversa, al diritto ecclesiastico gli impedimenti di età, disparitatis cultus, ordine sacro, ratto, crimine, consanguineità in linea collaterale, affinità, pubblica onestà e parentela legale.
In materia di impedimenti la competenza dichiarativa e istitutiva appartiene solo alla suprema autorità della Chiesa, cioè al Romano Pontefice e al Collegio dei Vescovi in comunione con il Papa. Con riferimento agli impedimenti di diritto divino, l'Autorità ecclesiastica ha, ovviamente, soltanto un potere dichiarativo, potendosi limitare a fornire un'interpretazione autentica del senso e della portata degli stessi. E' assolutamente preclusa anche alla Chiesa la potestà di modificare o di dispensare dagli impedimenti di diritto divino. Per quanto concerne, invece, gli impedimenti di diritto ecclesiastico, il Romano Pontefice e il Collegio dei Vescovi in comunione con il Papa hanno la potestà istitutiva.
In ragione della durata, gli impedimenti possono essere perpetui o temporali, a seconda che per loro natura non possano mai cessare di esistere (ad esempio, l'impedimento di consanguineità) oppure vengano meno col decorso del tempo (impedimento di età), per dispensa (impedimento di ordine sacro) o per la scomparsa del fatto che è alla base della legge-impedimento (come l'impedimento di vincolo, che perde ogni valenza con il sopraggiungere della morte dell'altro coniuge).
Un'ultima distinzione individua gli impedimenti dispensabili e gli impedimenti non dispensabili: questa classificazione non necessita di spiegazione essendo estremamente intuitiva. Basti ricordare che tutti gli impedimenti ecclesiastici - e soltanto questi - possono essere dispensati dalla suprema Autorità della Chiesa.

Canone 1061, §3: *"Il matrimonio invalido si dice putativo, se fu celebrato in buona fede da almeno una delle parti, fino a tanto che entrambe le parti non divengano consapevoli della sua nullità".*

Canone 1130: *"Per una grave e urgente causa l'Ordinario del luogo può permettere che il matrimonio sia celebrato in segreto"*.

Nel precedente numero della rivista abbiamo ricordato come il diritto canonico conosca diversi tipo di matrimonio ed abbiamo analizzato quello "rato" e "rato e non consumato". Questa volta, passeremo in rassegna alcune altre tipologie, cominciando dal matrimonio "putativo".
Questo tipo di matrimonio presenta tre elementi caratteristici: esso deve essere 1) invalido, 2) celebrato, 3) in buona fede. Prima di tutto questo matrimonio deve essere invalido, in ciò distinguendosi da quello "rato" e "rato e non consumato" che, invece, come abbiamo visto sono validi. Il matrimonio putativo è invalido in quanto affetto da un "capo di nullità", anche se la sua celebrazione è avvenuta secondo la forma prescritta dalla Chiesa (*coram Ecclesia*). Il matrimonio putativo ha, quindi, solo un'apparenza di legittimità. Inoltre, la celebrazione deve essere fatta in "buona fede"

da almeno una delle parti. Pertanto, si può parlare di matrimonio putativo solo finché una delle parti non è a conoscenza della sua nullità: quando di quest'ultima divengono consapevoli entrambi i soggetti non si può più parlare di matrimonio putativo ma di matrimonio nullo. Tuttavia, non è sufficiente che entrambe le parti abbiano il "dubbio" della nullità del loro matrimonio: è richiesta, in entrambi i soggetti, la "certezza"; in siffatta ipotesi, infatti, cessa la "bona fides" in tutti e due i soggetti e, conseguentemente, viene meno il terzo requisito del matrimonio putativo. Ai coniugi che abbiano acquisito la certezza della nullità del loro matrimonio si presentano due possibilità: 1) chiedere la *"convalidatio simplex"*, oppure la *"sanatio in radice"*. La "convalidatio simplex" consiste nel rinnovo del consenso matrimoniale da parte di colui che originariamente non aveva agito in buona fede: siffatta nuova manifestazione può aver luogo, però, solo dopo che sia venuto meno l'impedimento che aveva determinato la mala fede o successivamente alla dispensa dallo stesso. La "sanatio in radice" di un matrimonio nullo consiste nella sua convalidazione senza che vi sia la necessità di manifestare un nuovo consenso.

Matrimonio "pubblico" e matrimonio "occulto".

E' pubblico quel matrimonio celebrato "coram ecclesia" – nel significato già individuato - e "palam", vale a dire in modo aperto, davanti agli occhi di tutti.

Invece, di matrimonio occulto - la cui ratio risiede nella presenza di una causa grave e urgente che ne giustifica la mancata pubblicità - possiamo parlare in due accezioni. La prima – quella in senso largo – individua quel matrimonio celebrato senza le pubblicazioni (per questo motivo, detto anche "segreto") alla presenza di un pubblico ufficiale e di due testimoni: questi ultimi non sono tenuti all'obbligo di mantenere il segreto. In senso stretto, invece, è occulto il matrimonio (altrimenti detto anche "matrimonio di coscienza") celebrato anch'esso senza le pubblicazioni davanti al pubblico ufficiale e a due testimoni, che questa volta, però, sono tenuti ad osservare il segreto in ordine all'avvenuta celebrazione del rito nuziale. All'osservanza del segreto sono tenuti l'Ordinario del luogo (il Vescovo), il parroco, i testimoni e l'altro coniuge (se non è stato sollevato da questo obbligo dall'altro consorte). Il matrimonio celebrato in segreto deve essere annotato solo nello speciale registro debitamente custodito nell'archivio segreto della curia vescovile.

DI MESE IN MESE: GIUGNO

Giugno! Il grano si protende – maturato, biondo, buono;
e a l'estate ormai vicina – primavera già s'inchina

Ostan

MUTAMENTI EPOCALI

di Angelo Di Nicola

LA RIVOLUZIONE FRANCESE

(PRIMA PARTE)

Se ci si sofferma ad analizzare la storia dell'età moderna, soprattutto per ciò che concerne la storia del pensiero di questo periodo, è possibile scorgere un filo conduttore, un trait d'union progressivo tra l'Umanesimo rinascimentale, il Razionalismo seicentesco e l'Illuminismo settecentesco, per giungere al trionfo dello scientismo e del positivismo in auge dall'800 in poi.

In quest'ottica la Rivoluzione Francese, che per gli storici segna lo spartiacque tra l'età moderna e la storia contemporanea, non fu solo il grandioso avvenimento con cui si cercò di democratizzare la vita politica francese e dell'Europa intera con l'abbattimento dell'assolutismo dell'Ancien regime ed una partecipazione più vasta alla gestione del potere (anche se limitata al ceto borghese), ma anche il tentativo di instillare una visione della realtà che ponesse definitivamente al centro la soggettività umana intesa in termini di antropocentrismo e razionalismo. Non a caso il movimento culturale che guidò il processo (e che tanta parte ebbe poi nelle vicende rivoluzionarie) fu l'illuminismo, che ebbe in Francia i suoi fautori più illustri in Rousseau e Voltaire.

Paradossalmente, tuttavia, la Francia, considerata in questo senso la nazione più progredita dal punto di vista culturale, risultava per altri versi tra le più arretrate dal punto di vista politico a causa di un regime politico ben distante da tale cultura.

L'avversione al re, alla corte, al regime assolutistico alimentata dagli stessi illuministi (ma anche da logge massoniche, accademie letterarie, società scientifiche e giornali), unitamente ad un'indubbia debolezza ed incoerenza del sistema istituzionale, a una cattiva organizzazione fiscale dello stato (che aveva determinato una gravissima crisi finanziaria), alla resistenza dei ceti privilegiati, nobili e alto clero, ad ogni tentativo di riforma ed infine la gravissima crisi congiunturale esplosa a seguito di alcuni disastri metereologici che causarono una forte contrazione della produzione cerealicola (con conseguente carestia ed impennata dei prezzi dei beni di prima necessità), furono alla base delle cause storiche, universalmente riconosciute, della rivoluzione del 1789.

Per la verità l'anno precedente erano stati convocati gli Stati Generali, assemblea formata da rappresentanti della nobiltà, del clero e del terzo stato (la borghesia), organo che non veniva riunito dal 1614, per cercare di porre un argine alla crisi dilagante; in un clima di generale mobilitazione, inoltre, erano stati redatti i famosi "Cahiers de doléances" (quaderni di lagnanze), che dovevano riportare al re le critiche e le richieste che provenivano dalla società, cui la monarchia si dimostrava sempre più distante.

Gli Stati Generali effettivamente si riunirono a Versailles il 5 maggio 1789, ma subito apparve un contrasto insanabile: le delegazioni delle classi privilegiate si opposero

alla proposta di procedura elettorale avanzata dal terzo stato, il quale, essendo il più numeroso, proponeva un sistema di volo individuale, con il quale si sarebbe assicurato la maggioranza.
Alla fine, dopo più di un mese di stallo e in aperta sfida alla monarchia, che sosteneva nobiltà e clero, i rappresentanti del terzo Stato si proclamarono Assemblea Nazionale Costituente, con possibilità di legiferare in materia fiscale.
Interdettogli dal Sovrano l'ingresso nella sala delle riunioni, quest'ultimi decisero di riunirsi in una sala attigua, la cosiddetta sala della Pallacorda. Alla nuova assemblea si unirono anche molti rappresentanti del basso clero e perfino alcuni nobili liberali.
Luigi XVI, dovette a capitolare e fu costretto ad ordinare a nobiltà e clero di unirsi ai rivoltosi proclamatisi Assemblea Costituente.
Frattanto il sovrano, non fidandosi di quelli francesi, aveva radunato alcuni reggimenti stranieri a protezione di Parigi e Versailles, dove aveva sede la sua corte. Ma il popolo parigino, di fronte alla possibilità di un colpo di mano del monarca (ciò che da allora costituì un leit motiv ricorrente nelle vicende rivoluzionarie), insorse violentemente e il 14 luglio del 1789 prese d'assalto la fortezza della Bastiglia, carcere simbolo, anche se semivuoto, del dispotismo reale.
Ebbe così inizio la Rivoluzione Francese, periodo di grandi sconvolgimenti che durò circa un decennio, al termine del quale e non solo in Francia, nulla doveva più essere come prima.
Durante l'estate che seguì, per altro, anche le campagne furono attraversate da fermenti rivoluzionari e i contadini rivoltosi saccheggiarono e distrussero i castelli, simbolo del potere feudale decretando l'abolizione dei diritti feudali.
Intanto l'Assemblea, sin dai primi giorni della sua nascita, si era dedicata alla redazione della costituzione nel cui preambolo, passato alla storia come *Dichiarazione dei diritti dell'uomo*, i delegati formularono gli ideali riassunti nella famosissima formula "*liberté, egalité, fraternité*". Furono quindi proclamate le libertà fondamentali (di pensiero, parola e stampa), l'uguaglianza di tutti i cittadini di fronte alla legge (senza distinzioni di ceto), ed enunciati principi democratici come la sovranità popolare, la divisione dei poteri, la celebrazione dei processi davanti ad una giuria nonché il diritto all'istruzione.
Ma nel corso del 1790 dovevano anche venir soppressi i titoli nobiliari, confiscati i beni materiali della Chiesa e stabilita la Costituzione civile del clero, che limitò pesantemente le prerogative di quest'ultima; con tale atto, in particolare, si prevedeva che vescovi e sacerdoti venissero eletti da particolari assemblee e giurassero fedeltà allo Stato. Quasi tutti gli Ordini monastici, infine, dovevano essere soppressi.
Con questi provvedimenti, di fatto, la Rivoluzione non si limitava a tagliare i privilegi del clero, ma tentava di sottomettere tutta la Chiesa allo Stato, rendendola quasi un suo apparato. Da rimarcare tuttavia come le ricchezze confiscate alla Chiesa spesso finirono non già nelle mani dei ceti meno abbienti, quanto piuttosto della ricca borghesia, cosicché si finì per tarpare anche le molteplici attività caritative che la Chiesa stessa esercitava in favore dei più poveri.

ESPERIENZE

Ho vissuto l'esperienza di Cappellano della Polizia di Stato, proprio a partire dalla Scuola di formazione, in questo caso, di Allievi Agenti a Peschiera del Garda.
Provenendo da una parrocchia, facevo fatica a capire questo mondo che era altro rispetto ai canoni classici del mio ministero. Innanzitutto, ho compreso che l'impatto solamente liturgico o sacrale è molto limitativo, in un contesto nel quale le persone si ritrovano per più mesi a condividere un percorso formativo. Era necessaria un'azione di vera e propria incarnazione. Dovevo a tutti i costi tuffarmi dentro questo cammino e viverlo fino in fondo. Per questo sarebbe auspicabile che il Cappellano della Scuola, potesse essere costantemente a contatto con il personale permanente e gli allievi. Ci si incarna mangiando insieme, partecipando ad attività ludiche, ossia con la nostra costante e discreta presenza. Laddove è possibile, ho visto molto utile creare delle attività specifiche all'interno della caserma, quali il giornalino del Corso o lo spettacolo finale, che diventano anche l'opportunità per una migliore conoscenza degli allievi stessi. Una volta svolto questo percorso, nasce anche l'ambito più strettamente liturgico, quindi la possibilità di celebrare delle Messe in occasioni di festività importanti ma anche per ricordare poliziotti o amici deceduti. Le parole di un Cappellano dopo aver fatto il primo lavoro di conoscenza, non sono più calate dall'alto, bensì gli allievi lo colgono come un fratello maggiore che li aiuta a maturare ed a crescere.
Altro momento significativo è il corso per la Cresima, che in genere colloco nella seconda metà del corso, quale forte occasione di annuncio e di catechesi a partire dalla loro stessa vita.
E' stato bello aver creato anche un gruppo liturgico all'interno della caserma ed altre iniziative di preghiera che risultano essenziali al buon svolgimento del corso stesso
E poi i contati personali relativi a problemi di ordine familiare o affettivo.
Insomma le opportunità di un servizio sono tante. Potrei fare una lunga serie di esempi, ma preferisco fermarmi qui.
Ovviamente quando devi gestire una provincia e non una singola scuola, tante cose purtroppo ti vengono a mancare; tuttavia lo stile che uno ha acquisito lo porta avanti.
Personalmente in questi anni ho imparato a stare in mezzo ai giovani senza la fatica di andare a cercarli, perché sono presenti nella struttura. Ho notato un grande desiderio di colloquio col Cappellano, anche perché le stesse distanze con l'abitazione di origine creano dei problemi di ordine psicologico non indifferenti.
Ho anche capito che la Messa che celebro in caserma non è la stessa che vivo altrove, poiché nel primo caso ho una conoscenza delle persone talmente quotidiana per cui la mia vita si impasta totalmente con quella degli allievi.
Per ultimo un grande grazie al Signore perché vivendo questa esperienza, posso dire di essere maturato nelle mie relazioni e nelle mie stesse liturgie.

Don Luigi Trapelli

DALLA PAROLA ALLA PAROLA

di Antonello Mei

A CHE SERVE SOGNARE ?

A tutti è capitato di svegliarsi e di chiedersi cosa volesse dire quello strano sogno che avevamo fatto. Freud riteneva che il sogno fosse 'il custode del sonno' e, in realtà, svolge questa funzione oltre a molte altre; molteplici sono,infatti, le ipotesi e gli studi relativi al sonno e ai sogni.
Quello che riteneva Freud è che stimoli esterni che potrebbero impedire al sognatore di continuare il sonno vengano rielaborati dalla nostra mente integrandoli in una serie di immagini che percepiamo come sogni e che ci consentono di continuare a dormire.
Un'altra funzione individuata dal padre della psicoanalisi è quella di appagare i nostri desideri, anche i meno consapevoli, soddisfacendoli attraverso la fantasia, magari camuffandoli un po', in modo da non essere completamente chiari per il sognatore che altrimenti potrebbe turbarsi eccessivamente e portarlo così al risveglio. Questo è il significato nascosto di alcuni sogni che ci fanno pensare: 'Ma chissà cosa vorrà dire che stavo pedalando in mezzo al mare con la bicicletta? Certo è proprio un sogno bizzarro!'
Il discorso si fa più complesso, e potrebbe anche apparire contraddittorio ad uno sguardo superficiale sulla base dell'ipotesi di 'custode del sonno', quando parliamo degli incubi. Sogni, anch'essi, ma di natura tutt'altro che piacevole (altro che appagamento di desideri inespressi!); potremmo chiederci allora come tutelano il sonno se ci svegliamo in preda ad uno stato di allarme generato dall'ansia? Qui interviene un'altra delle funzioni, ipotizzate, del sogno che è quella della 'rielaborazione'; in questo caso di emozioni ed esperienze dolorose. Questo porta sicuramente ad un risveglio ma dà la possibilità al sognatore di rivivere ed rielaborare esperienze dolorose. E' insomma un modo di raccontare nuovamente a sé stessi, per immagini, esperienze dolorose del passato e di darci la possibilità di elaborale in maniera nuova fino a digerirle meglio e a ripulirle delle scorie emotive che tali esperienze portano con loro.
Un'altra ipotesi, confortata da varie esperienze portate dai pazienti ci dice che 'le cose prima si sognano e poi si fanno',infatti, molti di loro prima di affrontare dei blocchi emotivi che li costringono a vite 'a tre cilindri', pensiamo ad esempio alle varie fobie (paure irrazionali di situazioni o cose) vivono nei sogni dapprima le situazioni di vita che hanno ingenerato questi stessi blocchi e poi fanno una sorta di 'prova generale'di soluzione,sempre nel sogno, per poi affrontarle nella vita di tutti i giorni.
Il sogno ci aiuterebbe anche a dirci, in questo senso, qualcosa che non ci riveliamo completamente da svegli. In altri casi ci aiuta a risolvere problemi che attivando un pensiero più libero da censure razionali ci porta ad individuare soluzioni ai problemi che ci affliggono nella vita quotidiana è il caso di Luis Agassiz descritto qualche

tempo fa' in un altro articolo. Un altro aspetto dei sogni che ce li rende scarsamente comprensibili e ci incuriosisce, è l'assenza di tempo che li contraddistingue, e di conseguenza la 'consequenzialità' viene a mancare, di qui la stranezza.
In psicoterapia i sogni servono come posto sicuro in cui interagire con cose e sentimenti che altrimenti andrebbero dissociati dal soggetto e avrebbero così la funzione di valvola di scarico per lo stress.
Per concludere vorrei sintetizzare la funzione del sogno con le parole della canzone cantata da Cenerentola: « *…i sogni son desideri di felicità. Nel sonno non hai pensieri, ti esprimi con sincerità* » . Walt Disney da grande sognatore ad occhi aperti ha colto intuitivamente quelle che sono le funzioni del sogno: attivare aree del nostro cervello spesso inespresse, come la corteccia prefrontale, importanti per la soluzione dei problemi. Mike Vance, il direttore artistico degli Studios della Walt Disney americana in un'intervista all'affermazione del giornalista "…è un peccato che Disney non abbia potuto vedere la realizzazione degli Studios …" ha risposto " .. ma lo ha visto! Ecco perché è stato realizzato!!" . Questo è un altra delle funzioni del sogno, ma in questo caso, di quello ad occhi aperti:vedere con gli occhi della mente i progetti da attuare.

NUTRIRSI BENE PER VIVERE MEGLIO

22 – CIBO & MALATTIE CARDIOVASCOLARI

Quando il colesterolo è maggiore di 200 mg/dl il rischio di **aterosclerosi** (con conseguente possibilità di ***infarto***, ***ictus*** e ***ischemia***) è alle porte. Pertanto occorre prendere i necessari provvedimenti. Ecco alcuni essenziali comportamenti da adottare :

- ***incremento dell'attività fisica***, che aiuta ad innalzare il cosiddetto colesterolo "buono"
- ***alimentazione equilibrata*** contenente, come si è detto in precedenza, proteine, carboidrati e grassi in modo bilanciato (10-12%, 60% e 30% rispettivamente)
- ***evitare l'eccesso di calorie***
- scegliere i cibi "**amici**" ed evitare quelli "**nemici**"

NOTA **:**

IL COLESTEROLO

Esiste un colesterolo "buono" (chiamato HDL –Col.)
ed un colesterolo "cattivo" (chiamato LDL-Col.)
Il colesterolo totale (valori normali < 200 mg/dl) è dato dalle suddette frazioni + una frazione che circola a parte.
Il colesterolo è un importante elemento costitutivo di strutture cellulari e di alcuni ormoni. L'organismo, oltre ad assumerlo con gli alimenti (*colesterolo* ***esogeno***) lo produce da sé (*colesterolo* ***endogeno***),perciò, quando il colesterolo è superiore ai valori accettabili, è bene

ridurre per quanto possibile l'introito esogeno, anche se in alcuni casi (come per es. nelle Ipercolesterolemie Familiari) ciò non basta ed è necessaria l'assunzione di farmaci che abbassino il colesterolo.

Faremo ora una breve e schematica rassegna dei principali gruppi di alimenti e della loro incidenza sulla colesterolemia, quindi sul loro rapporto con le malattie cardio-circolatorie:

VERDURE

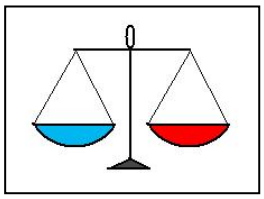
CEREALI (specie gli integrali)

LEGUMI

FRUTTA

Sono amici del cuore, non contengono colesterolo ed essendo ricchi di fibre riducono l'assorbimento del colesterolo

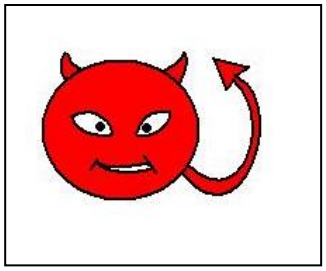
ZUCCHERI



Non influenzano il colesterolo; vanno però utilizzati nella giusta misura per evitare che l'eccesso assunto si traduca nella produzione dei **trigliceridi**, i quali insieme al colesterolo possono creare danni alle pareti delle arterie.

LATTE / FORMAGGI :

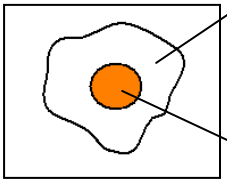
Yogurt intero,
latte intero,
panna,
burro,
mascarpone,
formaggi stagionati,
gruviera,
gorgonzola,
provolone ecc,

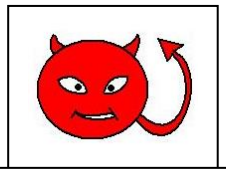


Vanno consumati con parsimonia, perché aumentano il colesterolo.
Sono da preferire:

- latte e yogurt, parzialmente scremati
- Formaggi freschi (mozzarella, ricotta…)

UOVA

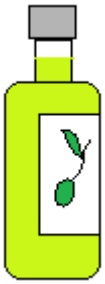




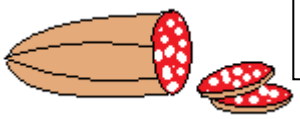
N.B.
In generale è consigliabile non consumare più di 4 uova a settimana, per chi ha problemi di colesterolo,invece, massimo 2 !

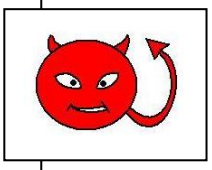
GRASSI

I grassi di origine **vegetale** (olio di oliva e di semi) sono protettori, perché fatti di grassi polinsaturi.
Occhio alla margarina in quanto, pur essendo di origine vegetale, il trattamento addensante la rende dannosa!



I grassi **animali** sono invece ricchi di colesterolo.



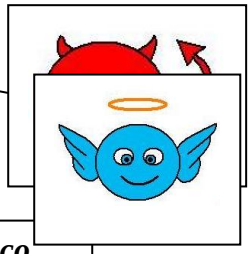


CARNI

Pollo
Manzo
Coniglio
Maiale

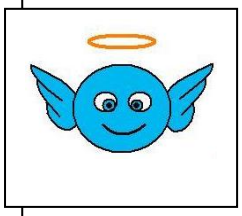
Purché si eliminino le parti grasse e la pelle!!!

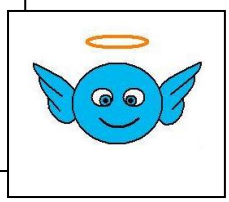
Agnello
Oca, anatra
Frattaglie
Salsicce
Cotechino
Salame
Mortadella
Coppa



PESCE

Il PESCE è l'***amico*** per eccellenza del cuore, perché contiene gli omega 3, che hanno la capacità di abbassare il colesterolo.
Si può, anzi si deve consumare con molta frequenza, al posto della carne.
Ovviamente bisogna evitare di consumarlo fritto o sotto sale.





VINO

Secondo alcuni studi il vino rosso, se bevuto in quantità moderata, è salutare, in quanto favorisce l'abbassamento del colesterolo.

Giuseppe Polino e Roberto Pacini

L'ANGOLO DELLA POESIA
AVVISO AI NAVIGANTI
di Marco Masolin

LADRO DI STELLE

Papà, regalami una stella !
Ed il padre, guardò lassù,
verso il nero profondo del cielo,
e vide una luce pulsare,
come un cuore d'argento
che batte dentro l'infinito sogno della notte.
Alzò la mano e la tese verso il cielo,
poi chiuse le dite dolcemente,
per non fare del male alla fragile creatura
che gli ardeva tra le dita
e la porse al figlio che lo guardava
silenzioso e affascinato.
La notte si fermò in quell'attimo
dal suo rovinare verso il giorno
e l'intero universo sembrò apprezzare
quel furto d'amore compiuto in silenzio
davanti alla maestà dell'universo.
Allora qualcosa cambiò nel firmamento,
ma non se ne accorse nessuno tranne
quell'uomo anziano e quel bambino felice
che gli camminava accanto stringendo teneramente
tra le dita un frammento dell'universo.

MANGIA SANO, MANGIA SANTO

COSTOLETTE ALLA SAN BENEDETTO

Carote, cipolle e castagne danno un gusto dolce e avvolgente alle costolette di vitello, in origine anche di montone, e richiamano alla tradizione culinaria dell'ordine di San Benedetto, ricca di verdure coltivate negli orti di quei monasteri.
San Benedetto da Norcia (480 – 547circa) è stato il monaco fondatore dell'ordine dei Benedettini. Paolo VI lo proclamò patrono d'Europa (24 ottobre 1964).

La sua *Regola* apre una nuova via alla civiltà europea; in questa scuola di sevizio al Signore hanno un ruolo determinante la lettura meditata della Parola di Dio e la lode liturgica alternata con i ritmi di lavoro nei campi.

La voce di San Benedetto comincia a farsi sentire da Montecassino verso il 529. Aveva creato un monastero selezionando uomini in sintonia con il suo spirito, che renderanno vivibili quelle terre. Di anno in anno ecco campi, frutteti, orti e un laboratorio le cui specialità sono il miele; la pappa reale; un unguento benedettino e un liquore confezionato dai monaci con 22 erbe.

Per 6 persone: Costolette di vitello con l'osso, 6; castagne sbucciate, g. 600; vino bianco secco, un decilitro e mezzo; pancetta affumicata tagliata a dadini, g. 120; cipolline, g. 500; cipolla, 1; burro, g. 40; carota, 1; foglie d'alloro, 2; sale e pepe.
Per prima cosa sbucciate le castagne e mettetele a cuocere in abbondante acqua fredda alla quale avrete aggiunto un pizzico di sale e due foglie di alloro.Quando saranno cotte scolatele, togliete loro la seconda buccia e tenetele da parte.
Levate alle cipolline la pellicola esterna senza intaccarle e tagliate la parte da cui spuntano le radici, ma non troppo, perché cuocendo potrebbero aprirsi facilmente. Man mano che le sbuccerete, passatele in una catinella con acqua fresca (in commercio si possono trovare le cipolline già pulite). Sbollentate le cipolline in una pentola con acqua calda per cinque minuti poi scolatele e tenetele da parte.
Incidete le costolette a intervalli regolari dalla parte opposta all'osso per evitare che si arriccino durante la cottura.
In una casseruola fate sciogliere 20 grammi di burro, unite i dadini di pancetta, e lasciateli rosolare per 3 – 4 minuti, poi aggiungete nella casseruola le cipolline, le castagne, 2 dl. di acqua calda e condite il tutto con un pizzico di sale. Fate cuocere per alcuni minuti.
Raschiate la carota, mondate la cipolla eliminando la pellicola esterna e tritatele insieme non troppo finemente, mettetele in un'ampia padella con il resto del burro fuso, fate stufare le verdure per qualche minuto a fiamma bassa, poi aggiungete le costolette, alzate la fiamma, fatele rosolare sui due lati, bagnatele con il vino, conditele con sale e pepe lasciate cuocere per pochi minuti. In ultimo aggiungete i dadini di pancetta, le castagne e le cipolline, fate insaporire e servite subito. Vino consigliato per queste cotolette è il Montepulciano d'Abruzzo.

Lillibeo

Breve notiziario

51° PELLEGRINAGGIO MILITARE INTERNAZIONALE A LOURDES

Un folto gruppo di poliziotti, in servizio ed in quiescenza, accompagnati dai familiari, guidati da Don Flavio Giupponi, Cappellano di Padova e dal Sig. Giovanni Castrilli, hanno partecipato all'annuale Pellegrinaggio che si è svolto dal 14 al 19 Maggio 2009, offrendo le loro preghiere ed il rituale cero alla grotta della Vergine, anche per tutti gli appartenenti alla Polizia di Stato.

L A B A C H E C A

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

ANNO V – N.7-8-9

Direttore responsabile
Padre Franco Stano

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

EDITORIALE

IO SONO E IO SPERO

"Io sono" è il verbo dell'identità. Afferma il valore assoluto del nostro personale esistere. Costituisce la specifica e più grande ricchezza personale. E' il modo proprio e originale con cui ciascuno assapora, solennemente solo, il mondo cosmico, umano e divino.
L'io sono dice l'originalità, l'unicità, l'irripetibilità e la non-trasferibilità di ciascuna persona umana e lascia immaginare una selva infinita di cose che non potranno essere partecipate se non in maniera minima e confusa.
Nessuno potrà mai guardare con gli occhi di un'altra persona, o amare col cuore di un'altra persona. Nessuno potrà conoscere mai la profondità dell'altrui sentimento o delle altrui ragioni o delle altrui emozioni; o la portata dell'altrui dolore. Nessuno potrà mai sapere donde l'amico o l'amica, o la madre o la figlia, o il confratello o la consorella, ricavi parole o atteggiamenti, allo stesso modo che nessuno potrà mai sapere donde noi stessi ricaviamo le nostre parole o i nostri atteggiamenti. La nostra solitudine è al suo vertice assoluta e non basteranno parole o gesti o pensieri a colmarla. Tutto ciò che dunque caratterizza la nostra identità, se da una parte è segno di grandezza, dall'altra parte è segno di limite. E questo la persona umana è: grandezza e limite; possibilità, dunque, minacciata.
Che l'io sono appaia come una possibilità minacciata è cosa che si evidenzia subito al considerare due verbi che sembrano caratterizzarlo in assoluto e cioè l'io spero e l'io amo. L'io sono pare chiarirsi dunque come un io spero e un io amo.
L'identità di ciascuno di noi sarebbe dunque speranza e amore. La speranza e l'amore sembrerebbero decidere l'identità in modo tale che se si realizzano si realizza l'identità, se non si realizzano non si realizza l'identità. Senza realizzazione dell'identità, l'uomo sarebbe vincolato sul nulla e sarebbe, come è stato detto, una "passione inutile".

Il sostantivo speranza, poi, significa "occhio rivolto in avanti". E quando si dice "occhio", si vuol intendere "mente" e "cuore"; la persona umana nella sua interezza. E' dunque la persona umana in quanto tale che ha l'occhio rivolto in avanti…
Se consideriamo la storia dei popoli e la nostra piccola storia personale, non facciamo fatica a constatare la verità della nostra precedente affermazione. La storia dei popoli, infatti, così come la nostra piccola storia personale, non potrebbe spiegarsi diversamente che come espressione di questo potente e invincibile sguardo in avanti. Noi oggi siamo per tanti aspetti, la speranza realizzata delle generazioni che furono prima di noi e lo sguardo in avanti in direzione delle generazioni che saranno dopo di noi.
La speranza, dunque! Ma dove va l'umana speranza? Qual è il suo oggetto? E' chiaro, infatti, che senza un oggetto proprio, senza una meta finale, senza un bersaglio puntuale, la speranza si risolverebbe illusoria. Se le generazioni che furono prima di noi,scomparendo, persero per sempre la loro speranza, per sempre la

prederemo anche noi di questa generazione, così che la ragione della vita non sarebbe che un sogno, così che l'identità non si risolverebbe che in un sogno. E a ben guardare una speranza che si risolvesse nella storia null'altro che questo, sarebbe: illusione. E questa potrebbe essere una soluzione, anzi, meglio, una dissoluzione.

Prima di abbandonarsi ad essa, però, conviene chiedersi: e se ce ne fosse un'altra di soluzione? Abbiamo il diritto di interrogarci. E non solo il diritto, il dovere, anche! Forse non sapremo mai se la speranza abbia un senso, un oggetto adeguato, ma abbiamo il dovere di vivere la vita protesi in direzione di una risposta a questa domanda. Muore in piedi chiunque muoia pensando la speranza. Muore paralizzato chiunque riduca la speranza illusione. Dal dilemma, infatti, non si scappa: o la speranza ha senso e in tal modo ha senso la vita o la speranza non ha senso e in tal modo non ha senso la vita. Una terza possibilità non c'è.

Resta fermo un fatto. Nonostante le pretese, non pare che la speranza come occhio rivolto in avanti possa essere facilmente messa in discussione dal momento che anche il suo contrario, la disperazione, a ben guardare non è che un estremo atto di speranza. La speranza non sembra venire mai meno, e resta per l'uomo un problema aperto. Un "mistero" come è stato detto. Accade, infatti, che non ci sia nessuna ragione per sperare e si speri ancora. Ci domandiamo: che cosa? Perché?

RIFLESSIONI LITURGICHE

di don Pieluigi Vignola, cappellano di Potenza

Tempo estivo, tempo di riposo ma anche di riflessione.

Siamo ormai già all'inizio del nostro tempo estivo, tempo di riflessione e di pausa, ma anche tempo di rilassamento, che però non deve indurci a dimenticare chi siamo e cosa facciamo. Un tempo in cui si ha la voglia di abbattere lo stress, mantenersi attivi e felici, curare il proprio corpo anche esteticamente con quella voglia di restare giovani ed efficienti, tutto questo non deve farci dimenticare la ricerca di quella armonia interiore e quella caratteristica meditativa che ci permette i esser sempre ed ovunque testimoni del Risorto. Da qui torna alla memoria quell'elemento della natura che tanto caratterizza la nostra vita: l'acqua, elemento fisico vitale, e insieme un archetipo carico di simbolismo primordiale e religioso universale.

Nella Bibbia ebraica e cristiana è uno dei simboli più ricorrenti, e a volerlo evocare si moltiplicherebbero le citazioni.

Nella ricca simbologia del Vangelo secondo Giovanni, designa lo Spirito Santo: "Nell'ultimo giorno, il grande giorno della festa, Gesù levatosi in piedi esclamò a

gran voce: “Chi ha sete venga a me e beva, chi crede in me. Come dice la Scrittura, fiumi di acqua viva sgorgheranno dal suo seno”. Questo egli disse riferendosi allo Spirito che avrebbero ricevuto i credenti in lui; infatti non c’era ancora lo Spirito, perché Gesù non era stato ancora glorificato” (Gv. 7,37-39).

La chiesa deve vivere la qualità del Mistero di Dio, è qui il segreto del fascino dell’annuncio, Andrè Frossard, giornalista e scrittore francese, ateo convertito, amico di Paolo VI, disse un giorno: “ “*Provo un grande fascino in Cristo, ma una cosa blocca la mia conversione: quando passo per strada e vedo i fedeli uscire tristi dalla Celebrazione Eucaristica*”. L’invito allora è quello di saper accogliere tutto l’uomo, questa è la sfida del vero cristiano. E se c’è un luogo veramente aperto a tutti, questo luogo è la Chiesa. È l’unico logo che non chiede tessere, status sociali, professioni ideologiche, ma professioni di fede. Ma questa Chiesa non deve avere solo le porte aperte, deve essere una Chiesa che va alla ricerca, perché, oggi, sono pochi quelli che entrano e tantissimi quelli che restano fuori. Non possiamo abbandonare l’uomo a se stesso, tanto è vero che la domanda che l’uomo porta dentro è di “salute”: il detto ripetuto molte volte del “basta la salute” è falso se la salute riguarda solo il copro, ma è vero se si allarga a tutto l’uomo, se è domanda di salvezza. Non possiamo pensare che la salute sia far sparire le rughe, perché quelle, bene o male per quante plastiche uno si possa fare, riappariranno sempre. Ma sicuramente non si può fare una plastica allo spirito. Alle domande che ci portiamo dentro dobbiamo dare delle risposte che siano risposte vere, fondate su un’analisi e poi su una sintesi, ossia sul simbolo, o altrimenti siamo dei falliti.

Da sempre il “corpo” dice il nostro essere, è luogo di relazione, è portatore di valori anche quando è malato, sofferente, non abile.

È il Cristianesimo considera il corpo come un aspetto essenziale della persona, non separabile, né di minor importanza dello spirito.

Caro cardo salutis diceva Tertulliano, *la corporeità è il luogo della salvezza*.

Il criterio dell’Incarnazione e della resurrezione che impongono una visione unitaria dell’uomo. Il Verbo si è fatto uomo, si è fatto carne, si è fatto vita, e la vita eterna in pienezza coincide con la resurrezione della Carne. È vero, quindi, che oggi la cultura contemporanea ha esagerato nella cura del corpo portandosi ad un dualismo inverso: siamo passati da una forma quasi di disprezzo del copro al disprezzo dello spirito. Oggi prevale quasi esclusivamente il culto del corpo (benessere, giovinezza e salute quasi come adorazione o idolatria del corpo) o una mercificazione del corpo (degrado, sfruttamento, violenza), ecco perché questo tempo in cui si esalta maggiormente la corporeità deve essere tempo di riflessione ed ecco perché la nostra strada continua nella ricerca dei veri valori della vita e della fede.

Buon riposo a tutti e buon lavoro a coloro che soprattutto in questi tempi maggiormente mettono a repentaglio la vita nell’adempimento del loro dovere.

L'APOSTOLO PAOLO 8 – FEDE E GIUSTIFICAZIONE

di Roberto Pacini

Nei suoi viaggi missionari Paolo si trovò a predicare a varie categorie di persone di diversa cultura ed estrazione, riconducibili a tre gruppi fondamentali:
- i pagani convertiti al cristianesimo
- i giudei convertiti al cristianesimo
- i cosiddetti "timorati di Dio": pagani convertiti al cristianesimo, ma legati all'ambiente giudaico della sinagoga.

A queste categorie di cristiani Paolo dovette chiarire a più riprese il rapporto tra la Legge di Mosè e la fede in Gesù, unico salvatore dell'uomo.
Per capire il succo del suo messaggio su questo tema, è utile leggere la lettera ai Galati, che ne è come infarcita. Tutto l'epistolario paolino, comunque, in modo diretto o indiretto, contiene importanti considerazioni in proposito. Basti leggere l'epistola ai Romani, o quella ai Filippesi.
In Galazia i cristiani, ex pagani convertiti, sembravano sul punto di abbracciare un "vangelo" diverso da quello che Paolo aveva predicato. Questo a causa dei soliti "agitatori" (li abbiamo incontrati anche a Corinto) probabilmente di provenienza giudeo-cristiana, giunti in Galazia dopo Paolo. Questi predicavano l'osservanza della Legge (ad esempio il sabato e le altre feste giudaiche) e soprattutto la necessità di entrare a far parte del popolo di Dio attraverso la circoncisione. Per il giudaismo la "**giustizia**" è una qualità morale dell'uomo; riguarda il suo modo di essere e di agire. Essa veniva vista, però, nell'ambito dell'**alleanza** tra Dio e il suo popolo, ovvero degli interventi gratuiti in favore di Israele che Dio compie nella storia della salvezza. Per questo solo la Torah, o Legge di Mosè, nell'ottica giudaica, deve essere la norma del comportamento umano. "Giusto" è colui che conforma se stesso e il proprio agire quotidiano alla Legge di Dio. Sennonché questa comprendeva, oltre ai dieci comandamenti, anche tutta una serie di precetti, di regole e di prescrizioni (da cui poi si formò il *Talmud*, il testo classico del giudaismo) che i rabbini avevano imposto agli Ebrei e sulle quali polemizzò Gesù stesso (cfr. Mc 7; Mt 15). Questa concezione di giustizia come un qualcosa che va "fatto", realizzato mettendo in pratica i precetti della Legge, si scontra col messaggio di Paolo, secondo il quale la giustizia si ottiene soltanto con la fede, intesa come un'adesione totale alla persona di Gesù, un lasciarsi progressivamente trasfigurare in lui dall'azione interiore dello Spirito, fino a poter dire come Paolo: "vivo, però non più io, ma *vive in me* Cristo" (Gal 2, 20).
Anche nella lettera ai Galati troviamo, come in precedenza, un esempio di *digressio tecnica*, caratteristica della retorica antica. Essa attraversa tutta la lettera. Procedendo dall'universale al particolare, Paolo espone nei primi quattro capitoli il suo Vangelo e solo nel quinto e sesto capitolo, quelli conclusivi, affronta direttamente il problema della circoncisione e dell'osservanza della Legge, dimostrando la loro estraneità al Vangelo stesso.

Non avete più niente a che fare con Cristo, voi che cercate di essere giustificati con la legge, siete decaduti dal favore divino. Infatti noi, sotto l'influsso dello Spirito, aspettiamo la speranza della giustificazione per mezzo della fede. In Cristo Gesù, infatti, né la circoncisione né l'incirconcisione hanno alcun effetto, ma la fede che si attua mediante la carità (Gal 5, 4-6).

Per Paolo la santità non si basa esclusivamente sul nostro impegno, ma è un puro dono di Dio: è la fede in Gesù, al quale aderire e legarsi come al proprio esclusivo bene, sotto la spinta interiore dello Spirito. Questo è di estrema importanza per la nostra concezione della salvezza. Oggi nella Chiesa è ancora molto in rilievo la dimensione morale, per cui la santità (o il Paradiso) sarebbe il frutto del nostro impegno, dello sforzo personale. Come invece sottolinea il Penna, è fondamentale recuperare il messaggio di Paolo in proposito, perché rispecchia quello del cristianesimo delle origini: la "gratuità di una condizione antropologica che viene dall'alto" e non una semplice conquista dal basso. Si dice sempre che pensiamo a "meritarci" il Paradiso e intanto ringraziamo Dio troppo poco!
Qual è allora il ruolo delle opere, se basta la fede in Gesù per farsi santi? La risposta sta nel concetto stesso di fede, che non è una virtù a se stante, ma è di per sé operosa. Questa idea era ben presente nella predicazione apostolica, come dimostra la lettera di Giacomo:

Ma qualcuno potrà dire: «Hai la fede e io ho le opere». Mostrami la tua fede senza le opere e io ti mostrerò la fede partendo dalle mie opere… "Infatti, come il corpo senza lo spirito è morto, così è morta anche la fede senza le opere" (Gc 2,18.26).

Soprattutto il capitolo 12 della lettera ai Romani, versetti 9-16, mette in evidenza come in modo speciale nella comunità si hanno mille occasioni di aderire alla persona di Gesù e al suo messaggio:

- amarsi gli uni gli altri (v. 10)
- non essere pigri nel fare il bene (v. 11)
- essere ferventi nello spirito al servizio del Signore (v. 11)
- lieti nella speranza (v. 12)
- costanti nella tribolazione (v. 12)
- perseveranti nella preghiera (v. 12)
- condividere le necessità dei fratelli (v. 13)
- essere premurosi nell'ospitalità (v. 13)
- benedire, non maledire (v. 14)
- farsi uno con tutti (ridere con chi è nella gioia, piangere con chi è nel pianto, v. 15).

Scrive Chiara Lubich: “Provo dolore quando vedo che c’è gente che cerca e insegna come riempire il tempo libero. Non abbiamo, noi cristiani, tempo libero, finché ci sarà sulla terra un ammalato, un affamato, un carcerato, un ignorante, un dubbioso, uno triste, un drogato, … , un orfano, una vedova…”. E la preghiera non ti sembra un dono formidabile da utilizzare, dato che in ogni momento puoi rivolgerti a Dio, presente dappertutto?”

Resta da chiarire un particolare. Come mai Dio ha dato la Legge a Mosè e quindi al popolo, se essa non porta alla salvezza? Anche qui la lettera ai Galati risponde in modo ampio e articolato. I versetti che seguono sintetizzano bene l’argomentazione di Paolo.

> *Prima che venisse la fede, noi eravamo custoditi come prigionieri sotto il dominio della legge, in attesa della fede che sarebbe stata rivelata. Cosicché la legge è divenuta per noi come un pedagogo che ci ha condotti a Cristo, perché fossimo giustificati dalla fede. Sopraggiunta poi la fede, non siamo più sotto il dominio del pedagogo. Tutti infatti siete figli di Dio in Cristo Gesù mediante la fede; infatti, quanti siete stati battezzati in Cristo, vi siete rivestiti di Cristo (Gal 3, 23-27).*

Fino alla venuta storica di Gesù, la Legge ha avuto una funzione pedagogica, rendendo coscienti gli uomini delle trasgressioni alla volontà di Dio. Con la fede il nostro rapporto con Lui è sotto l’azione dello Spirito, nella piena libertà. E con la libertà dei figli oggi possiamo dire, come Gesù ci ha insegnato: “Padre…”.

PER UN VOCABOLARIO CRISTIANO

TIMORE

Il timore può essere considerato come sottofondo di tutte le religioni ed è importante distinguere il timore religioso dalla paura che ogni uomo può provare di fronte ai flagelli della natura o agli attacchi del nemico (Ger.6,25;20,10). Soltanto il primo ha posto nella rivelazione biblica.
Il timore di Dio è l'atteggiamento secondo cui il fedele vive costantemente, considerandosi sotto lo sguardo del Signore e preoccupato di piacere più a lui che agli uomini. Dio è quindi giudice delle azioni dell'uomo, non come un funzionario che cerca di cogliere qualcuno in fallo, ma come un padre che desidera il vero bene del figlio. Il timore di Dio è quindi l'atteggiamento del figlio che vuole corrispondere all'amore del padre, piuttosto che quello del suddito che non vuole essere colto a trasgredire la legge.

Il VT viene caratterizzato sovente come legge del timore ed il NT come legge di amore, ma se il timore rappresenta nel VT un valore importante, la legge d'amore vi trova già le sue radici. D'altra parte il timore non è abrogato dalla nuova legge, in quanto esso costituisce il fondamento di ogni atteggiamento religioso autentico. Nei due Testamenti, timore ed amore si intrecciano quindi realmente, benché diversamente.
Dinanzi ai fenomeni grandiosi, anormali, terrificanti, l'uomo prova spontaneamente il sentimento di una presenza che lo trascende e dinanzi alla quale sprofonda nella sua piccolezza. Le manifestazioni del divino producono emozioni forti, giungendo fino al panico e al terrore. La divinità affascina e spaventa allo stesso tempo. È così dall'apparizione di Dio al Sinai (Es 3,6), con Giacobbe dopo la sua visione notturna (Gen 28,17) fino al mattino di Pasqua, in cui le donne giunte al sepolcro vuoto "*avevano paura*" (Marco 16,8). Ma, nella Bibbia, non c'è quasi mai un'emozione suscitata da una manifestazione divina senza che subito risuoni la parola: "Non temere". Il timore religioso non è di per sé un valore; non deve durare, ma lasciar posto alla fiducia. Nella vita autentica di fede, il timore trova equilibrio grazie ad un sentimento contrario: la fiducia in Dio. Anche quando appare agli uomini, Dio non vuole terrorizzarli. Li rassicura: "Non temere!" (Giud.6,23; Dan.10,12), frase ripresa da Cristo che cammina sulle acque (Mc 6,50). Dio circonda gli uomini di una provvidenza paterna che veglia sui loro bisogni. "Non temere!" dice ai patriarchi notificando loro le sue promesse (Gen 15,1;26,24); la stessa espressione accompagna le promesse escatologiche rivolte al popolo sofferente e le promesse di Gesù al "*piccolo gregge*" che riceve il regno dal Padre.
In termini simili, Dio conforta i profeti affidando loro una dura missione, nella quale incontreranno opposizione negli uomini, che non devono temere (Ger 1,8; Ez 2,6; 3,9; cfr.2 Re 1,15). La fede in Dio è la fonte di una sicurezza che elimina persino la semplice paura umana. Quando Israele in guerra deve affrontare il nemico, il messaggio divino è ancora: "Non temere!" (Num 21,34; Deut 3,2;7, 18;20,1; Gíos 8,1).
Quando il pericolo è più grave, il profeta Isaia ripete la stessa cosa ad Achaz (Is 7,4) e ad Ezechia (Is 37,6). Isaia, secondo il quale il timore di Dio guarisce le paure degli uomini, invita al coraggio e alla fiducia: «*Poiché così il Signore mi disse, quando mi aveva preso per mano e mi aveva proibito di incamminarmi nella via di questo popolo: "Non chiamate congiura ciò che questo popolo chiama congiura, non temete ciò che esso teme e non abbiate paura". Il Signore, lui solo ritenete santo. Egli sia l'oggetto del vostro timore, della vostra paura*» (Is. 8,11-13).
Questo timore di Dio che ingloba gli altri timori non è facile da definire, ma è certamente la sorgente di una grande libertà interiore.
Un po' oltre nel libro di Isaia, il timore di Dio è un carisma del Messia: « *Su di lui si poserà lo spirito del Signore, spirito di sapienza e di intelligenza, spirito di consiglio e di fortezza, spirito di conoscenza e di timore del Signore*» (Is. 11,2). Come la sapienza e la fortezza, il timore del Signore è un dono dello Spirito Santo, dono che si chiama anche umiltà. Temere il Signore, è riconoscere in lui la sorgente di ogni bene. «*Non faccio nulla da me stesso… ma il Padre che è in me compie le sue opere*» (Giov. 8,28 e 14,10).

Agli apostoli, che la persecuzione attende, Gesù ripete di non temere neppure coloro che uccidono il corpo (Mt.10,26-31). Forti della loro fiducia in Dio, i credenti eliminano ogni timore dal loro cuore (Sal 23,4;27,1;91,5-13).
Insegnare il timore del Signore, quindi, non è assolutamente suscitare la paura, ma è insegnare le preghiere e i comandamenti ed introdurre a una vita di fiducia in Dio. «*Voi che temete il Signore, confidate in lui*» (Sir. 2,8).
L'apostolo Paolo scrive: «*Attendete alla vostra salvezza con timore e tremore. È Dio infatti che suscita in voi il volere e l'operare*» (Fil. 2,12-13). Poiché la salvezza viene dalla fede, «attendete alla vostra salvezza con timore e tremore» esprime un aspetto della fede. La fede non è una certezza leggera, ma una fiducia tutta tremante, viva, stupita, vigilante. La salvezza è un miracolo che Dio opera in noi, che richiede tutta la nostra attenzione. «Attendete con timore e tremore» è prendere coscienza che ogni istante è un incontro con Dio, poiché in ogni momento Dio è all'opera in noi.

Nicla Filippi

MUTAMENTI EPOCALI

di Angelo Di Nicola

LA RIVOLUZIONE FRANCESE

(SECONDA PARTE)

Mentre l'Assemblea Costituente era impegnata nella stesura della Costituzione, i rapporti di forza all'interno del movimento rivoluzionario andavano progressivamente cambiando. In particolare, in un clima di sospetto e scontento diffuso soprattutto tra quanti venivano esclusi dal diritto di voto, andava prendendo piede l'ala rivoluzionaria più radicale, quella dei cosiddetti Giacobini, agitata ulteriormente dal paventato timore di un intervento straniero, in particolare da parte di Leopoldo II d'Asburgo, imperatore d'Austria, fratello della regina Maria Antonietta.
Il sospetto popolare sulle attività cospirative della monarchia alla fine sembrò trovare conferma nel tentativo di fuga della famiglia reale, allorché il 21 giugno del 1791 i sovrani furono intercettati presso Varennes.
I repubblicani ne approfittarono immediatamente per chiedere la deposizione di Luigi XVI, ma i monarchici moderati, a costo anche di sanguinosi scontri, salvarono la monarchia nella speranza di contenere le spinte più radicali del movimento rivoluzionario.
Il re, ad ogni modo, fu costretto a giurare fedeltà alla Costituzione che venne approvata il 4 settembre 1791. Essa prevedeva il diritto di suffragio in base al censo, di fatto limitandolo alle classi più elevate della borghesia; il potere legislativo veniva affidato ad un'assemblea di 745 membri elettivi; il potere esecutivo, prerogativa del re, era tuttavia gravato da rigide limitazioni.

L'Assemblea legislativa, riunitasi per la prima volta il 1° ottobre, aveva una composizione multiforme: essa era composta dai *Foglianti*, sostenitori di una monarchia costituzionale, dalla *Pianura* (in maggioranza), comunque contraria ad una soluzione repubblicana, dai *Girondini*, repubblicani e federalisti, e dai *Montagnardi* (a loro volta divisi in *Giacobini* e *Cordiglieri*) repubblicani, ma fautori di uno stato fortemente centralizzato.
In questa situazione, il veto del re ad ulteriori misure contro gli ecclesiastici che rifiutavano il giuramento di fedeltà determinò una crisi che portò al potere i Girondini, guidati da Brissot e Condorcet.
I nuovi ministri radicalizzarono ulteriormente il conflitto politico. Essi adottarono un atteggiamento ostile verso i sovrani stranieri che proteggevano i rifugiati francesi ed i ribelli al governo rivoluzionario. La volontà di guerra andò rapidamente diffondendosi, questa volta sia tra i repubblicani, che auspicavano un trionfo decisivo sulle forze reazionarie nazionali e straniere, sia tra i monarchici che, all'opposto, speravano ormai in una restaurazione.
La Francia dichiarò effettivamente guerra all'Austria il 20 aprile 1792, ma inizialmente gli Asburgici, ai quali si unirono Prussia e Regno di Sardegna, riportarono notevoli successi invadendo il suolo francese. La minaccia di un assalto a Parigi esasperò lo scontento popolare: il re fu imprigionato, il governo deposto e sostituito da un Consiglio esecutivo provvisorio dominato dai Montagnardi capeggiati da Danton. Furono indette inoltre elezioni a suffragio universale maschile per istituire una nuova Convenzione costituente. Migliaia di sospetti traditori, infine, furono sommariamente processati e giustiziati.
L'avanzata delle armate straniere, ad ogni modo, fu effettivamente bloccata.
La nuova Convenzione nazionale proclamò l'abolizione della monarchia (nacque dunque la Prima Repubblica) e promise aiuto a tutti i popoli oppressi d'Europa (principio in realtà che in futuro avrebbe dato il pretesto ad annessioni).
Dopo un aspro conflitto all'interno della Convenzione fu anche approvata la proposta dei Montagnardi radicali, capeggiati da Danton, Marat e Robespierre, di processare Luigi XVI per tradimento. Il re fu dichiarato colpevole e il 21 gennaio 1793 ghigliottinato, provocando in tal modo l'ulteriore reazione delle corti europee.
Ne conseguirono rovesci bellici soprattutto ad opera di Inglesi ed Olandesi, mentre anche i contadini della Vandea si ribellarono dando il via ad una guerra civile che doveva provocare tra le loro fila più di 100.000 morti.
Il conflitto tra Girondini e Montagnardi, intanto, andava sempre più acuendosi.
Il 6 aprile la Convenzione istituì un nuovo organo esecutivo, il Comitato di salute pubblica, di cui, dopo tumulti scoppiati a Parigi e conseguenti arresti di delegati Girondini, la fazione radicale dei Giacobini assunse la direzione. Marat, tuttavia, fu assassinato dalla simpatizzante girondina Charlotte Corday.
La guida del Comitato venne quindi assunta da Robespierre che non esitò ad adottare misure estreme per schiacciare ogni tendenza controrivoluzionaria. I poteri del Comitato vennero rinnovati dall'Assemblea per tutto il periodo tra l'aprile del 1793 e il luglio del 1794, il periodo del cosiddetto "*Terrore*".

Il 16 ottobre 1793 fu ghigliottinata la regina Maria Antonietta; migliaia di monarchici, Girondini, ecclesiastici e altri cittadini, accusati di attività o simpatie controrivoluzionarie, furono mandati al patibolo. Contadini ed operai furono condannati come renitenti alla leva, disertori, ribelli o responsabili di altri crimini.
Il Comitato di salute pubblica, intanto, tentava di riformare radicalmente la Francia, istituendo una "*repubblica della virtù*" (!), chiudendo le chiese e affermando una sorta di religione rivoluzionaria nota come "culto della dea ragione". Fu avviata dunque una scientifica campagna di scristianizzazione, culminata con l'abolizione del calendario gregoriano, sostituito dal calendario repubblicano.
Il fanatismo di Robespierre giunse a far giustiziare il popolarissimo Danton e il suo gruppo, i cosiddetti "indulgenti", che cominciavano a chiedere la pace e la fine del Terrore.
A causa di questi eccessi Robespierre perse l'appoggio di molti Giacobini. Alla fine lo stesso Robespierre fu arrestato e a sua volta ghigliottinato il 27 luglio 1794 (il cosiddetto *Termidoro*). I club giacobini furono chiusi in tutta la Francia e aboliti i tribunali rivoluzionari.
I Termidoriani spostarono verso destra l'asse politico, cosicché ripresero tumulti e manifestazioni di protesta, duramente repressi e seguiti da rappresaglie.
Il 22 agosto 1795 la Convenzione nazionale, per altro sempre duramente anticlericale, redasse una nuova costituzione, che conferiva il potere esecutivo a un Direttorio composto di cinque membri e quello legislativo a due camere.
Intanto la guerra, ininterrotta e susseguitasi con alterne vicende per l'intero periodo, andava assumendo una piega favorevole con il dissolvimento della coalizione antifrancese: Spagna, Prussia ed altri stati tedeschi infatti si ritirarono, e rimasero in guerra Inghilterra, Austria e Regno di Sardegna. Conseguentemente si ebbe un periodo di tregua.
Ma dopo cinque mesi di insediamento il Direttorio, anche nel tentativo di distogliere le masse dirottandone l'attenzione su questioni militari, apriva la prima fase delle guerre napoleoniche.
Colpi di stato, sconfitte militari e difficoltà economiche mettevano in grave pericolo la supremazia politica borghese, finché Napoleone Bonaparte, forte soprattutto delle sue brillanti campagne militari, salì al potere, chiudendo di fatto definitivamente il periodo rivoluzionario.

LA FRASE

"Gli animali sono amici davvero discreti. Non fanno domande e non ripetono i pettegolezzi" (G. Eliot)

ESPERIENZE

PERCHE' I CAPPELLANI?

La frase del significato della presenza del cappellano nelle strutture della Polizia di Stato, viene spesso citata a proposito e anche meno. Pone un punto interrogativo molto forte. In fondo la domanda è questa: " Perché la Polizia ha optato per questa scelta e quale può essere il suo ruolo specifico? " Non sono qui a dare delle risposte, ma in fondo a suscitare degli interrogativi e anche a capire, partendo dalla mia esperienza, che cosa ho imparato dal mio cammino .

In primo luogo, la presenza del cappellano si lega all'esserci, all'incarnarsi all'interno della Polizia. E' essenziale la sua presenza. Una presenza che dovrebbe essere all'insegna della discrezione, del sentirsi un compagno di viaggio, ma anche una persona che è chiamata a condividere le gioie, i dolori, le fatiche che gli agenti di Polizia vivono.

In secondo luogo, è importante cogliere la vera dimensione del cappellano che sarebbe, a partire dalla mia limitata esperienza, colui che diventa segno di Dio all'interno di una struttura laica per sua natura. Il cappellano non può essere visto semplicemente come l'amicone, o colui che sta con, ma il prete che entrando dentro i problemi veri delle persone, è in grado di suscitare quella sana speranza cristiana. In fondo è colui che rimane prete in una struttura laica, ossia non perde la propria identità.

In terzo luogo, è chiamato a celebrare l sacramenti, la Santa Messa in particolare, ma viene invitato anche nei momenti del lutto. La celebrazione della Messa in una caserma o in una questura, assume un significato molto particolare, perchè diventa il momento per annunciare un Gesù incarnato all'interno di una serie di relazioni, di legami, che il cappellano è in grado di cogliere. Il lutto manifesta, invece, la capacità del sacerdote di essere costantemente vicino alla famiglia e dare quel conforto spirituale di cui tanto abbiamo bisogno.

Lato umano, lato relazionale , lato della fede, l'ambito più specifico del sacro, dovrebbero coesistere nel cappellano, chiamato a vivere uno specifico ministero mentre la gente comunque opera, lavora e quindi il tempo diventa sempre più ristretto.

Quali caratteristiche più propriamente umane ritengo essenziali l'umiltà, una semplicità nei rapporti, un reale ascolto di chi ci pone dei casi.

Questo percorso diviene già un cammino di fede, che poi si esplicita in celebrazioni che sappiano scaldare il cuore e in cui le persone che partecipano sappiano comunque percepire la misericordia e l'amore di Dio.

Sono semplici pensieri, messi magari alla rinfusa. Però il cappellano della Polizia è, in fondo, profondamente stimato. Più si è fedeli alla propria missione evangelica, più le persone sanno cogliere quel "valore aggiunto" che i nostri poliziotti vorrebbero in fondo poter vivere.

Don Luigi Trapelli, Cappellano di Verona

23 – CIBO E MALATTIE - 4

di Giuseppe Polino e Roberto Pacini

ALLERGIE ALIMENTARI(esclusa la Celiachia)

Premessa :
bisogna fare molta attenzione alle allergie alimentari e non perché siano particolarmente frequenti, bensì perché vengono con molta facilità diagnosticate, anche da professionisti medici che millantano diagnosi basate su metodi non propriamente scientifici (ci riferiamo alle cosiddette intolleranze alimentari, che in questi ultimi decenni vanno molto di moda e la cui diagnosi si basa su molto discutibili quanto costose prove di laboratorio).Le "vere" allergie alimentari vengono diagnosticate con test di laboratorio scientificamente approvati (IgE o altri...) e da criteri ex-iuvantibus (prove di esclusione…), con l'aiuto indispensabile (!) dello Specialista Allergologo.

Alimenti che possono essere responsabili di allergia:

1. gruppo: uova intere, albume; prodotti a base di uovo quali creme, maionese, meringhe, pasta all'uovo, ecc.;
2. gruppo: carni fresche di maiale, prosciutto, pancetta, insaccati in genere (salumi, ecc.); pesce e tutti i crostacei; pollame;
3. gruppo: pomodori e salsa di pomodoro, cetrioli, zucca, cipolle, aglio; fagioli, piselli e altri legumi; noci, mandorle, nocciole, arachidi e altri semi in genere; fragole, lamponi, ribes; arance e altri agrumi; meloni; succhi di frutta;
4. gruppo: tutti i dolciumi fatti con uova e con latte; zuccherini di frutta, leccalecca, ecc.; marmellata e gelatina di frutta; cioccolato; miele; amaretti; marzapane; chewing-gum; caffè fresco e solubile;
5. gruppo: olio di arachide, di oliva, tutti gli oli in genere;
6. gruppo: estratti di lievito o di birra; dadi per brodo, estratto di carne per brodo; mostarda;
7. gruppo: tutte le bevande alcooliche.

Alimenti che non danno in genere allergia:

1. gruppo: cereali in genere: pane, pasta alimentare, riso, avena, fiocchi di avena, fiocchi di granoturco, biscotti, torte e pasticceria purché confezionate senza uova e con poco latte;
2. gruppo: manzo, salsiccia di manzo, vitello, agnello, bresaola;
3. gruppo: verdure verdi, lattuga, carote, patate; mele, pere, banane, ananas;
4. gruppo: burro in modesta quantità, lardo;
5. gruppo: zucchero, tè.

Consigli per la **CELIACHIA** …

DIETA SENZA GLUTINE

CIBI CONSENTITI

Tè, caffè, vino, succhi di frutta, bibite varie, cioccolata (esclusa quella ispessita con farina).

Latte e **derivati**. *Per quanto riguarda latte intero o scremato, yogurt e panna, bisogna prendere in considerazione la tolleranza individuale: il latte può essere inizialmente mal tollerato a causa dì possibile deficienza di lattasi dovuta a riduzione della superficie di assorbimento.*

Pane, fette biscottate, bastoncini, pasta, semolino confezionati con **farina aproteica**,
farina di mais (polenta), fiocchi di mais, tapioca**,**
fecola, **riso**, crema di riso.

Tutte le varietà fresche e congelate di **Carni, Pesce e Pollo**, purchè confezionati senza l'impiego di farina o pane grattato.
Tutti i **Salumi** (tranne certi tipi di salsicce che sono confezionate con farina).

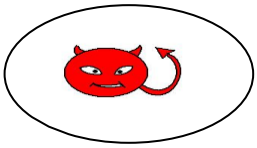
Uova.

tutte le **Verdure**, ortaggi e **Frutta,** purché confezionati senza l'impiego di farina o pane grattato.

Dolciumi e dessert, creme o budini preparati con farine prive di glutine o con fecola.
Marmellate, gelatina, **miele**.

olio, burro, margarina, aromi, spezie, cacao, zucchero, sale, olive.

CIBI NON CONSENTITI



Ovomaltina, **birra**

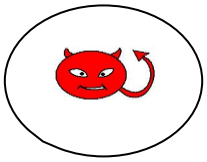
Sono esclusi dalla dieta tutti gli alimenti contenenti glutine: **farina di frumento**, **avena**, **segale**, **orzo** e i prodotti alimentari confezionati con questi cereali a meno che non siano stati sottoposti a speciale procedimento per allontanare il glutine (per esempio: farina aproteica).
ATTENZIONE: *dare sempre uno sguardo agli ingredienti dei cibi e si acquistano: diversi prodotti alimentari in commercio contengono glutine come stabilizzatore.*

Verdure fritte infarinate; souffles o sformati confezionati con **besciamella**.
Fritture infarinate o confezionate con pane grattato, cotolette alla milanese, crocchette, polpette, ecc. Confezioni commerciali di carne o pesce contenenti **salse confezionate con farina.**

Dolciumi commerciali preparati con farina di frumento (biscotti, torte, ecc)

Nel **DIABETE MELLITO** la dieta deve, come nelle persone normali, essere costituita da proteine, carboidrati e grassi, in quantità bilanciata (10-12%, 60% e 30% rispettivamente).Gli unici accorgimenti sono:

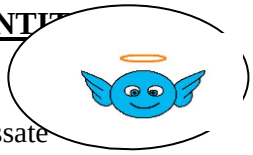
- Assumere un n° di calorie adeguato al peso (se questo è normale) o, se necessario, seguire una dieta ipocalorica.

ALIMENTI VIETATI *	ALIMENTI CONSENTITI *
	
Zucchero, Caramelle, Cioccolato, Creme e budini e Gelati Dolciumi in genere (torte, paste, ecc.) Frutta candita Frutta sciroppata, Mostarda di frutta Miele, Marmellate Gelatina di frutta, Melassa Fette biscottate dolci Bevande gassate artificiali (cola, aranciata, limonata, acqua tonica, ecc.). Vini dolci (moscato, ecc.), liquorosi (vinsanto, porto, ecc.), liquori dolci (cherry, brandy, strega, ecc.), sciroppi.	Acque minerali Caffè non zuccherato Tè non zuccherato Brodo sgrassato Gelatina di carne Mostarda di senape Salsa verde Sedano per condimento Prezzemolo come condimento Cipolla come condimento Aglio Insalate Sottaceti vari (cipolline, capperi, peperoni, cetriolini, ecc.) Succo di limone Aceto Erbe aromatiche (rosmarino, basilico, origano, lauro, timo, maggiorana, ecc.) Spezie (pepe, cannella, noce moscata, ecc).
*Da evitare in modo ASSOLUTO!	*possono essere assunti A IOSA!

- **ENTEROCOLITI E COLITI CON DIARREA**
- **DIVERTICOLITE DEL COLON ****
- **MALATTIA DI CROHN (ILEITE REGIONALE)**
- **DOPO INTERVENTI CHIRURGICI DI RESEZIONE PARZIALE DELL'INTESTINO .**
- **RIALIMENTAZIONE DOPO UN EPISODIO ACUTO DI DIARREA**
- **METEORISMO GASTROINTESTINALE DA CAUSE DIVERSE**
- Altre malattie ,**GASTRICHE O BILIARI..**

DIETA A BASSO RESIDUO

CIBI CONSENTITI



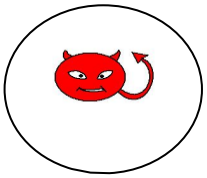
Tè diluito, **malto**, bibite non gassate
Latte: modeste quantità, yogurt (secondo la tolleranza individuale)
Carni: manzo, vitello, agnello, pollame, scelto nelle parti più tenere, magre e meno fibrose; confezionate alla griglia, o arrostite senza sugo, o lessate (*N. B.: le carni lessate sono talora di difficile digestione*); fegato alla griglia; cervello, animelle.
Pesce: fresco e surgelato, alla griglia o lessato, usando pochi grassi di condimento per la cottura.
Salumi (prosciutto crudo e cotto sgrassato, bresaola)
Formaggi :
formaggi molli non fermentati: robiola, crescenza, ricotta, bel paese, mozzarella, pastorella, quartirolo, fontina, scamorza, formaggi fusi (formaggini)
Pane: bianco senza mollica o fette di pane tostato, grissini, fette biscottate, crackers;
Pasta (da preferirsi in piccola pezzatura), **Riso**, semolino, crema di riso
Uova alla coque, in camicia
Verdure e ortaggi
inizialmente solo cotte e passate al setaccio o in purea: insalate (indivia, lattuga, crescione), spinaci, patate, carote.
in seguito, sempre cotte e in modeste quantità: asparagi (punte). barbabietole, cavoli, cavolfiori, cicoria, cipolle, erbette (foglie di bieta), fagiolini, finocchi, funghi freschi, pomodori, peperoni, porri, rapanelli, scarola, sedano, zucca, zucchine (*in rapporto ovviamente alla tolleranza individuale, poiché talora, qualcuna delle suddette verdure è poco digeribile per alcuni soggetti)*
verdura cruda: *consumare solo dopo aver ottenuto un deciso miglioramento*
Frutta: albicocche, ananas, agrumi (*secondo la tolleranza individuale*), banane, ciliege, cachi, mele, melone, pesche, susine, uva, frutta sciroppata, macedonia di frutta in scatola.
Dolciumi e dessert: biscotti freschi non farciti, pasta frolla, crema al latte se tollerato; marmellata.
brodo sgrassato, zucchero, sale, olio e burro in modeste quantità.

CIBI NON CONSENTITI:

Bibite ghiacciate o gassate, **alcoolici**, **tè forte, caffè, cacao.**

Maiale, selvaggina. Nell' Ulcera Peptica è opportuno escludere sostanze che stimolano la secrezione gastrica come ad es.: Brodi di carne, estratti di carne, minestre preconfezionate

Tutti gli altri formaggi.



Pane **scuro, integrale o di segale** e tutti gli alimenti preparati con farina integrale

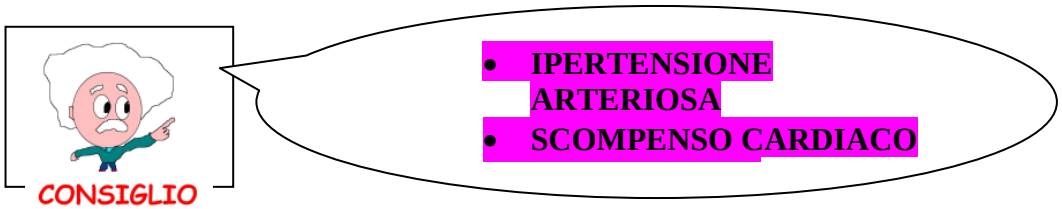
Uova **fritte o sode.**

Verdure e Ortaggi:
carciofi, catalogna, scorzonera, cime di rapa,
legumi secchi e freschi: fagioli, ceci, lenticchie, piselli, fave.

Frutta
cachi, fragole, lamponi, mele cotogne, mirtilli, more, ribes, fichi freschi; noci, nocciole,mandorle, datteri, pinoli e tutta la frutta essiccata (prugne, albicocche, mele, fichi, ecc.), avocado, cocco fresco.

Dolciumi farciti, **gelati**, **cioccolato**.

Salse piccanti, mostarda, senape, spezie, olive; lardo, strutto, pancetta ...



DIETA RISTRETTA IN SODIO

ALIMENTI CONSENTITI	ALIMENTI NON CONSENTITI
Latte dializzato, **yogurt, ricotta, mozzarella.**	tutti gli altri tipi di latte, latticini
pane e grissini confezionati **senza sale**, pasta, riso, semolino, farina di frumento e di mais	Tutti gli altri tipi di pane, grissini, crackers, fette biscottate, polenta precotta e tutti i prodotti alimentari contenenti farine - lievitate.
Uova. **Manzo, vitello, maiale, agnello cuore e fegato di manzo, pollame. Pesce** fresco e surgelato (sciacquato in abbondante acqua corrente)	Albume in quantità eccedente ad un uovo al giorno. **Carni** -conservate, affumicate, salate, in scatola; tutte le altre frattaglie; tutti i **pesci** - conservati sotto sale, in scatola, sott'olio, in salamoia, marinati; **Crostacei e Molluschi**. Tutti i **Salumi** e gli **Insaccati** in genere.
Verdura: tutte le verdure fresche o surgelate eccettuate quelle indicate nel riquadro a fianco.	**Crauti, Spinaci, Sedano, Barbabietole, Crescione, Rape, Ravanelli, Carote, Cardi;**verdure conservate in scatola.
Frutta: tutta la frutta fresca; frutta secca oleosa, castagne, frutta candita	**Mandorle, noccioline, arachidi salate**; **frutta essiccata** (albicocche, fichi, uva, ecc.)
olio di oliva e di semi, strutto e burro senza sale	Burro e margarine commerciali, lardo,. pancetta
miele; marmellate, gelatina di frutta purché conservate senza benzoato di sodio, torte di frutta preparate senza sale e senza lievito.	biscotti, torte, altri pasticcini preparati commercialmente, budini e creme commerciali, cioccolato, cacao
Bevande acqua di fonte, acque oligominerali, birra (in quantità moderata), tè, caffè, grappe e distillati	**vino**, acque e bibite artificiali gassate.
aceto, succo di limone, pepe, spezie (cannella, noce moscata, vaniglia, ecc.), zafferano, salsa di pomodoro senza sale; aglio, cipolla, basilico, origano, salvia, rosmarino, ginepro, lauro, timo, cumino, semi di finocchio, mentuccia. NB: *il largo uso dei condimenti suddetti aiuta a rendere meno "insipidi " i cibi cucinati senza sale.*	**Sale**, **Dadi per brodo**, estratto di carne, **salse conservate** maionesi commerciali, **mostarde di senape**, **capperi, olive, sedano e prezzemolo essiccati, saccarina**

CIBO E NEFROPATIE

Diamo solo qualche suggerimento, riguardo agli aspetti generali:

1- Nelle diete per nefropatici l'apporto di proteine può essere limitato, in rapporto all'efficienza funzionale del rene e quindi all'entità dell' Insufficienza Renale (vedi:Azotemia, Creatininemia, Clearance della Creatinina..). Se su indicazione del medico è indicata la limitazione delle proteine (cfr " alimenti ricchi di proteine") può essere utile l'impiego di pasta, pane, grissini, fette biscottate, dolciumi preparati con **farine aproteiche.**

2- In generale nelle Insufficienze Renali è indicata la riduzione del sale;
possono esservi malattie renali ove invece si verificano perdite di Sali.
Per questo motivo la quantità giornaliera di sale di cucina (**NaCl)** da usare nella confezione delle vivande deve essere stabilita insieme al proprio medico curante.

Ricordiamo qui alcune informazioni che possono essere utili all'occorrenza:
verdure ricche di sodio (**Na**):

- bietole,
- sedano,
- ravanelli,
- etc..

verdure ricche in potassio (**K**):

- legumi secchi,
- funghi,
- patate,
- frutta…
- etc…

(cfr l'argomento "Sali minerali" trattato in precedenza e tabella "dieta iposodica").

Altri consigli :

STIPSI E COLON IRRITABILE

- sono indicati cibi ricchi di Fibre e Scorie, vedi argomento trattato in precedenza .

NB *I cibi ad elevato contenuto di fibre e di scorie prevengono importanti malattie intestinali come ad es. il cancro e le coliti; essi però non vanno usati nelle fasi di acuzie delle malattie intestinali, come per es. nella COLITE ULCEROSA, MORBO di CRHON, o nelle GASTROENTERITI con DIARREA.*

MALATTIA GOTTOSA

(o aumento dell' ACIDO URICO)

*Alimenti a **elevato** contenuto in purine*

- acciughe,
- sardine,
- aringhe,
- crostacei,
- animelle,
- fegato,
- cuore,
- rognone,
- cervello,
- oca,
- selvaggina,
- estratto di carne

*Alimenti a contenuto **intermedio** in purine*

- carni,
- pollame,
- pesce,
- salumi e insaccati in genere,
- piselli,
- fagioli,
- lenticchie,
- asparagi,
- spinaci,
- cavolfiori,
- funghi

*Alimenti a **basso** contenuto in purine*

- latte,
- formaggi,
- uova,
- verdure,
- ortaggi (eccetto quelli elencati nelle tabelle accanto),
- frutta,
- pasta,
- riso e altri cereali *(con l'esclusione del germe di grano e della farina integrale);*

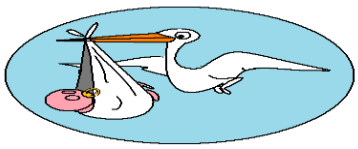
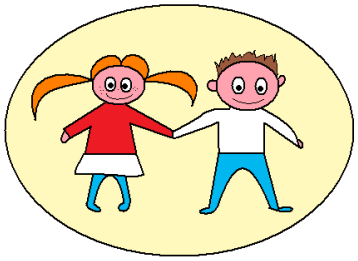
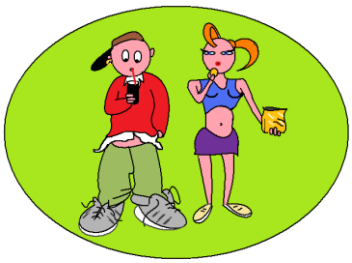
questi alimenti *devono essere completamente esclusi* dall'alimentazione del gottoso.

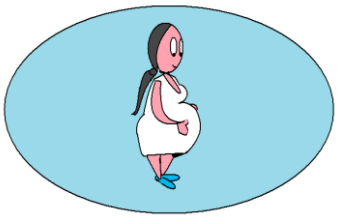
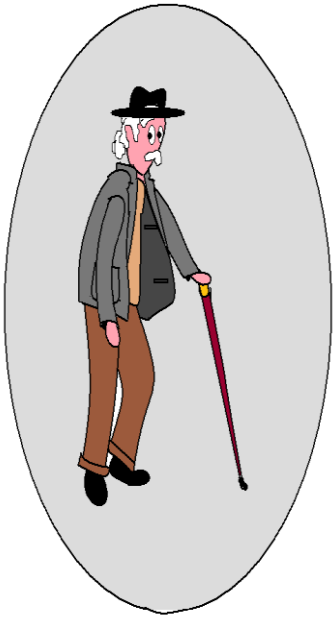
di tali alimenti si può concedere una sola somministrazione giornaliera di max 100 g.

possono essere consumati liberamente.

NB:
Una dieta ricca in carboidrati (amido) favorisce l'escrezione di acido urico; una dieta ricca in lipidi tende invece a diminuire l'escrezione di acido urico con le urine.
Una dieta ricca in fruttosio tende a diminuire l'escrezione di acido urico.
Sono da evitare i dolcificanti a base di fruttosio in grado di provocare cospicui incrementi dell'uricemia.
Sono da evitare i digiuni prolungati e le diete eccessivamente ipocaloriche.
Si raccomanda inoltre di moderarsi nell'uso degli alcoolici e dei seguenti cibi: zucchero, dolciumi e frutta a elevato contenuto zuccherino (uva, fichi, banane, pesche, susine, frutta sciroppata, frutta secca) .
Caffè, tè, cacao non danno luogo a produzione di acido urico e quindi sono concessi.

CIBO ED ETA'

	*<u>Il latte materno è per il **Neonato** l'alimento per eccellenza per i motivi seguenti</u>* - E' ricco di Anticorpi che proteggono il bebè da eventuali infezioni; - E' più digeribile, non problemi di stitichezza, non eruzioni cutanee, non allergie… - Giova al fisico della madre: si perdono i Kg acquisiti in gravidanza (l'utero, il bacino e la circonferenza vita si riducono più rapidamente). Previene il tumore alla mammella. Per lo svezzamento è necessaria la guida del Pediatra.
	Nell'**Infanzia** occorre tenere presente 2 cose importanti: - E' la fase in cui cresce enormemente la capacità di movimento (con conseguente sviluppo scheletrico e muscolare) - Le malattie del benessere affondano le loro radici in una alimentazione inadeguata, proprio in tale periodo. *<u>Ecco alcune regole da seguire :</u>* 1. Dieta al solito equilibrata (50-60% di Carboidrati, 12-14% di Proteine, 25-30% di Grassi) 2. Consumare 5 pasti durante la giornata (abbondante colazione, spuntino, pranzo sostanzioso, merenda, cena non troppo pesante). 3. Merendine, dolcetti, patatine o bevande zuccherate sono da limitare al minimo, perché sono ricchi sia di grassi che di additivi.
	Anche nell'**Adolescenza** occorre tenere presente 2 fatti importanti: - Lo sviluppo fisico e l'aumentata attività sportiva implica una maggiore necessità di nutrienti "plastici" come appunto le proteine . -In contrasto con tale fabbisogno gioca il rifiuto da parte degli adolescenti di cibi ritenuti da "bambocci", come ad es. il latte, oppure ritenuti da "matusa", come ad es. le verdure. Essi vengono attratti da <u>modelli di consumo teen-ager</u> come*: **Patatine fritte**, **snack salati**, **salse varie**, **bevande zuccherate** ed infine **alcoolici**.*
	<u>Le basi per arrivare ad una Buona Vecchiaia sono:</u> 1. Non eccedere in calorie 2. Limitare l'assunzione di grassi, con preferenza per quelli di origine vegetale. 3. Pochi zuccheri semplici (zucchero da cucina), preferire i carboidrati amidacei (patate etc..). 4. Ridurre al minimo l'uso di sale e alcool. 5. Svolgere attività fisica adeguata.

	In gravidanza aumenta il fabbisogno di calorie, Proteine, Calcio, Ferro, Iodio e Zinco, Acido Folico… E' bene farsi guidare dal proprio ginecologo. Accenniamo sinteticamente ai <u>cibi concessi</u>: latte e formaggi magri, pasta e patate, pane integrale, olio di oliva, frutta, verdura (ben lavata !), carne ben cotta, pesce , uova. <u>Cibi non concessi</u>: alcolici, eccesso di caffè, alimenti grassi o conservati (salumi, fritti, salse elaborate…).
	Il fabbisogno di calorie tra i 50 e 70 anni <u>si riduce di circa il 30%</u>, ciò sia perché il metabolismo basale è rallentato, sia perché diminuisce l'attività fisica. Di conseguenza è utile, dopo i 50 anni, ridurre l'introito di calorie, rispettando però sempre il rapporto Proteine/Grassi/Carboidrati. Ma il problema più serio, specie negli anziani che vivono nelle case di riposo, è la **malnutrizione**: studi scientifici hanno evidenziato che più della metà degli anziani mangia male, sia in senso *quantitativo* che in senso *qualitativo* (troppi zuccheri e grassi, poche proteine, poche vitamine o sali minerali). La malnutrizione dell'anziano è frequente in quelli che vengono lasciati in solitudine: il cibo (al quale sono legate tante "consolazioni" sin dalla nascita, tanti ricordi come feste e celebrazioni) rappresenta per essi l'occasione per constatare la propria condizione di solitudine e di decadenza; la malinconia perciò li rende inappetenti . E' utile in questi casi consentire a questi anziani di condividere il momento del pasto con qualcuno. <u>Alcune altre semplici raccomandazioni:</u> 1. Mangiare poco ma di tutto. 2. Consumare almeno una volta al dì un piatto contenente Proteine pregiate (pesce, carne magra, uova, formaggi freschi), frutta e verdura fresche. 3. Piatti semplici, facilmente masticabili e digeribili. 4. Una buona colazione - un pranzo abbondante (che sarà il principale) - una cena leggera.

DIETA CON…RISO

INQUIETUDINI PEDAGOGICHE

di Nicola Eramo

La Bacheca si arricchisce di un nuovo collaboratore, il Prof. Nicola Eramo che ci introdurrà ad alcune inquietudini di carattere educativo. Cominciamo con questo numero la sua collaborazione, tenuto conto che si tratta di una piccola introduzione. A partire da ottobre le "note" avranno carattere di puntuale continuità.

L'EDUCAZIONE PERMANENTE

La persona si sviluppa "a prospettiva aperta", cioè indefinitivamente; spesso, oltre i limiti raggiunti dai propri genitori o insegnanti, anche nella vecchiaia.
Nel genere umano l'intelligenza, la volontà, la fantasia sono creative, quindi sono alla radice del progresso culturale, etico, civile, artistico.
La persona "diventa quello che è", secondo leggi e ritmi predeterminati, ma per altri aspetti "è quello che diventa", cioè costruisce se stessa creativamente, secondo il principio della libertà e senza limiti di tempo. (es: "terza età"...)

Da una certa età in poi è inevitabile l'involuzione fisica, più o meno rapida e sensibile, però ad essa non corrisponde necessariamente un regresso psichico, purché vi sia da parte del soggetto e delle diverse agenzie culturali un solidale sforzo per un'autentica "educazione permanente".
Ciascun uomo è "incompiuto" e quindi é sempre educabile.
Il sempre più rapido progresso scientifico e tecnologico richiede da ciascuno la disponibilità e un continuo aggiornamento, mentre offre nuovi strumenti d'informazione e di studio.
I mutamenti radicali rendono talvolta incolmabili i solchi che dividono i genitori dai figli e gli insegnanti dagli alunni, talché si verifica il dramma dell'incomunicabilità se gli adulti non sanno capire e valutare le esigenze e i problemi dei nuovi tempi.
Si richiede, pertanto, l'attitudine a cambiare, ad adeguarsi a situazioni impreviste o imprevedibili, a partecipare attivamente alla vita sociale e culturale.

Se tutto questo vale per chiunque oggi, a maggior ragione si deve dire per coloro che sono impegnati in attività direttamente o indirettamente educative, dunque, anche per il personale paramedico.

DALLA PAROLA ALLA PAROLA

di Antonello Mei

IL MERAVIGLIOSO DONO DEL PROCESSO CREATIVO

Si pensa che il Creatore ci abbia defraudato di un 'potere', quello della creazione; ma, a ben riflettere, Colui che ci ha creato ci ha fatto '…poco meno degli angeli…' e ci ha indubitabilmente consegnato anche il potere del processo creativo.

Pensiamo al grande capitano d'industria, al cuoco, al musicista, al poeta, allo studente, alle mamme e ai papà; tutti a loro modo utilizzano questo dono per guidare un azienda, per cucinare un piatto con gli ingredienti a disposizione, per metter in musica e parole le emozioni, per le rime e i versi,per studiare o anche mettere a punto un programma di studio, per generare un figlio e portare avanti una famiglia con tutte le necessità che devono essere assolte, e che dire di ogni singola cellula del nostro corpo che deve far fronte a una funzione che si metta in relazione con le cellule dell'organo di cui fa parte e del resto del corpo – anche di queste siamo composti. Molto spesso ci dimentichiamo che esistono vari livelli del nostro essere: siamo composti da più 'corpi' quello fisico, quello emozionale, quello mentale, quello legato alla nostra anima o spirituale. Forse partendo da quest'ultima dimenticanza possiamo renderci più consapevoli che non è solamente su un piano fisico che si esplica la 'creazione'.

Un dirigente di una grande industria deve prima di tutto pensare a quelli che potrebbero essere gli sviluppi della società per poi realizzare gli strumenti necessari per realizzare su di un piano concreto le realizzazioni e le modifiche necessarie all'azienda per poter essere al passo con le nuove tecnologie.

Marco Aurelio ha detto "La vita di un uomo è quella che il suo pensiero fa di essa", nulla di più vero! La capacità creativa è l'abilità di vedere nella nostra mente, è un attitudine che ognuno di noi ha, anche se alcuni sono più bravi di altri nel loro specifico campo. Tutte le volte che ci fermiamo a sognare ad occhi aperti stiamo creando mentalmente qualcosa. Tutte le volte che pensiamo creiamo un'immagine nella nostra mente.

Ora pensiamo a due persone che si accingono ad affrontare una colazione di lavoro con i colleghi: uno, magari timido ed introverso ed uno più estroverso e aperto a ciò che la vita ha da offrirgli. Il primo penserà vado al pranzo di lavoro e mi annoierò moltissimo non saprò cosa dire e poi dovrò essere anche simpatico con persone che non sopporto neanche sul lavoro e poi dovrò anche pagare la quota del contomentre l'altro penserà di andare al pranzo e che si divertirà moltissimo a parlare con la segretaria e magari chiederle di uscire e che potrà mangiare tantissimo perché tanto si divide il conto. Chi pensate che si divertirà di più al pranzo? Potremmo con un buon margine di certezza dire che il primo si annoierà moltissimo e non vedrà l'ora di andarsene, mentre l'altro si divertirà moltissimo. I loro pensieri sono divenuti, quello che gli psicologi chiamano profezie che si autoavverano.

Avete mai pensato a come potrebbe esser la vostra vita se fosse come la desiderate.. Se lo faceste magari la gente vi direbbe che siete dei sognatori, ma se lo

fanno non avete idea del potere dei sogni ad occhi aperti o se vogliamo usare dei termini più concreti una pianificazione della propria vita, cosa che peraltro facciamo tutti i giorni. Woodrow Wilson, 28° presidente degli stati uniti ha scritto "Diventiamo grandi con i nostri sogni. Tutti i grandi uomini sono dei sognatori. Vedono cose nella foschia di un giorno primavera o nel rosso del fuoco di una serata invernale. Alcuni di noi lasciano morire quei sogni altri li nutrono e li proteggono, li nutrono durante i giorni bui fino a che arrivi la luce del sole, che viene puntuale per tutti coloro che sperano sinceramente che i loro sogni si avverino.".

Forse che Gesù non è stato un grande sognatore a pensare che tutti gli uomini si sarebbero '…amati gli uni gli altri' e Lui per primo lo ha fatto. Prima che lo sprinter Tim Montgomery abbattesse il muro dei 10 secondi nei cento metri si pensava fosse impossibile, dopo di lui molti lo hanno frantumato quel record, come pensate che lo abbiano fatto? Penso senza andare troppo lontano dal vero se diciamo che si sono semplicemente chiesti 'Cosa voglio davvero?' lo hanno sognato e lo hanno realizzato; creato è una parola che ci spaventa, a volte, così come il cambiare anche se in meglio al nostra vita.

AVVISO AI NAVIGANTI
L'ANGOLO DELLA POESIA

di Marco Masolin

LA ROTTA

Tranquilla è la notte e sicura la rotta
guidata da questi argini luminescenti
che lascia dietro di se la vita che scorre.
Il tempo passa ma il cielo non sembra cambiare
colore dentro quest'alba perenne intrisa di rugiada
lucida e fredda, messaggero di un giorno nuovo
che sembra non venire mai.
La prua della nave si affaccia continuamente
su nuovi mari troppo simili a quelli appena lasciati
e la bussola impazzita non indica più una rotta
utile ad una vita alla perenne ricerca di se stessa
in quest'oceano di violenta tranquillità.
Lassù, all'orizzonte, una improbabile stella polare
indica un punto che sembra ruotare dentro la volta stessa di un cielo
pieno di nuvole, scosso dal vento, sfregiato da una luce sinistra
che scaglia, come frecce infuocate, i freddi bagliori di un sole morente.
Forse, domani, qualcuno saprà indicarmi,
in questo infinito peregrinare, la via che porta al domani,

saprà indicarmi, con la sapiente saggezza dei marinai,
la linea che supera, d'un balzo, ostacoli ed affanni,
paure e delusioni, e ti consente di approdare in quel mare
tranquillo e sicuro che prelude ad una rada ed un porto.
Forse, ma oggi guardo sgomento questa pagina bianca
che è la mia vita e dialogo silenziosamente
con quella stella che brilla nel cielo
che non indica più una rotta per la felicità.

MANGIA SANO, MANGIA SANTO

IL PESCE SAN PIETRO

Il pesce San Pietro è un pesce di mare con un corpo ovale di colore grigiastro o bruno grigiastro. Gli occhi sono grandi e la bocca ampia è dotata di mascella protrattile adatta a catturare i pesci più piccoli. Raggiunge i 60 centimetri circa e ha carni bianche eccellenti; ha lunghe spine dorsali e una macchia dietro le branchie. Vive in acque poco profonde negli oceani Atlantico e Pacifico, ma è presente anche nel Mediterraneo. Deve il suo nome a due tradizioni popolari; la prima secondo la quale questo sia il pesce che Gesù moltiplicò sul lago di Tiberiade e la seconda che la macchia sarebbe dovuta all'impronta di un dito di San Pietro.
San Pietro con san Paolo sono i santi patroni di Roma e vengono festeggiati il 29 giugno.
Per 6 persone: Filetti di pesce San Pietro, kg. 1 – Carciofi, 3 –Patate di grandezza media, 3 - Olio – Latte, un bicchiere – Farina – Uova, 2 – Limone – Burro, g. 70 – Prezzemolo – Sale. Facoltativo salsa alle erbe: Dragoncello, 1 cucchiaio – Timo, un cucchiaio – Rosmarino, un rametto – Prezzemolo, un ciuffo – Basilico, 1 cucchiaio – Aglio, uno spicchio- Ginepro, 4 bacche pestate – Pangrattato, 1 cucchiai – Sale e pepe, un pizzico.

Preparazione dei filetti: con l'aiuto di un coltellino intaccate un pezzo di pelle della coda, sollevatelo e tiratelo verso la testa, in tal modo la pelle viene via completamente. Incidete ora la carne del pesce seguendo l'ossatura piuttosto montuosa del dorso, dall'attaccatura della testa fino alla coda. Fate una seconda incisione contornando le branchie, vicino all'attaccatura della testa. Insinuate ora il coltello tra la carne e la lisca, staccate pian piano, aiutandovi con le dita della mano sinistra, tutta la carne dalla lisca. Voltate il pesce e ripetete la stessa operazione dall'altra parte.

Con uno spianacarne, leggermente bagnato di acqua, spianate ogni filetto per sfibrarlo un poco e impedire che alla cottura si contragga e assuma una brutta forma. Mettete i filetti per circa due ore, in un miscuglio composto da mezzo bicchiere di olio e un bicchiere di latte emulsionati insieme.

Nel frattempo mondate come di consueto i carciofi, stropicciateli col succo di limone e tagliateli a spicchi. Passateli poi nella farina e friggeteli in abbondante olio ben caldo.

Lavate, sbucciate le patate, ritagliate in piccoli dadi e cuocetele in una padella antiaderente con 50 grammi di burro.

Trascorse le due ore, asciugate i filetti con la carta assorbente, infarinateli, passateli nelle uova sbattute come per frittata, friggeteli a color d'oro in abbondante olio ben caldo. Conditeli con un pizzico di sale.

Preparate ora la salsa: frullate tutti gli ingredienti fino ad avere un composto omogeneo.

Al momento di mandare in tavola, riunite in un'unica padella i filetti di pesce, i carciofi e le patate, aggiungete 20 grammi di burro e fate insaporire a fuoco vivace per qualche minuto. Seminateci sopra una cucchiaiata di prezzemolo tritato e travasate la vivanda in un piatto da portata, servite la salsa a parte.

Lillibeo

DI MESE IN MESE

Luglio

Le città tormento e inchiodo – a gran caldo ch'io son luglio.
So di sole, gonfio fonti – sciolgo i mari e accendo i monti.

Agosto

Suoni, voli e cieli immensi – fan d'agosto la ventura.
Le chitarre in mille cori – là, fra i tigli e fra gli allori.

Settembre

Son settembre e smorzo i fuochi – scruto i venti e le tempeste;
offro l'uve che maturo – spargo vino sul futuro.

Ostan

L A B A C H E C A

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

ANNO V – N.10

Direttore responsabile
Padre Franco Stano

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

EDITORIALE

IO AMO

Altro grande tema dell'esperienza umana nel quale si chiarisce che l'*io sono* è l'*io amo*; anche qui si tratta di una caratterizzazione dell'identità, la cui realizzazione realizza l'identità stessa.
"Amore" dice propriamente l'apertura del proprio sé all'altro e accoglienza dell'altro nel proprio sé. Questa apertura e questa accoglienza sembrano fondamentali per lo sviluppo e l'interpretazione della vita. Senza l'altro, cui mi apro e che accolgo, non pare che la vita sarebbe possibile.
Ma con l'altro, è veramente possibile la vita? E fin dove giunge questa possibilità? L'ipotesi di comunione, che trova la sua massima espressione nell'amore coniugale è un'ipotesi che al vertice si compie? Dove giungono le parole di amore? Dove i suoi gesti? E l'altro mi si rivela in tutto il suo spessore? In tutta la mia originalità mi rivelo io all'altro? Pare che un muro d'ombra opacizzi ogni umano rapporto e, come è stato scritto, un golfo invalicabile allontana l'amante dall'amato, tanto più quanto più forte e profondo è il rapporto d'amore. L'amante salverà l'amato da ogni limite come promette in amore? O l'amore contiene in sé il germe del tradimento esistenziale?
D'altra parte, si potrebbe vivere senza amare e senza essere amati? E potrebbe ritenersi illusoria una delle dimensioni più essenziali del vivere? Se l'amore fosse esso pure una "passione inutile", l'uomo di ostinerebbe invano a vivere rapporti senza senso, perché senza senso in prospettiva finale. E' possibile, questo? Non sembrerebbe, dal momento che la persona umana, in amore, percepisce immortale se stessa, l'altro, e la reciproca passione.
Cercavamo una testimonianza originale che rendesse possibile l'atto di fede, l'io credo primordiale. Ebbene, questa testimonianza la troviamo esattamente in quelli che abbiamo chiamati i tre verbi fondamentali della vita: *io sono, io spero, io amo*.
Del resto se è vero, come è stato scritto, che amare significa trovare l'altro straordinario e sentire che l'altro ci trova straordinari, nasce per noi il grande problema di sapere; se è vero che amare significa promettere l'immortalità, delle due una: o questa promessa è un'illusione, che prima o poi ci renderà battuti, o questa promessa bisogna che si apra ad un'altra dimensione. Ecco: pare che nell'intima radice dei verbi fondamentali della vita e particolarmente nel verbo amare s'innesta il discorso religioso come una "possibilità" che dà senso all'esistere, contro la minaccia che invece la nostra vita, con tutto ciò cui siamo profondamente legati e cui non potremmo rinunciare, si dissolverebbe nel nulla.

RIFLESSIONI LITURGICHE

di don Pieluigi Vignola

OTTOBRE MESE MISSIONARIO

La potenza fatidica del missionario: *"Se uno pensa di essere qualcosa mentre non è nulla, inganna se stesso. Ciascuno esamini invece la propria condotta e allora solo in se stesso e non negli altri troverà motivo di vanto: ciascuno infatti porterà il proprio fardello! " (Gal. 6, 3-5).*

In preparazione all'83ª Giornata Missionaria Mondiale, subito dopo avere celebrato la festa del nostro Santo Patrono, c'è l'invito ad un'intensa esortazione per tutti i cristiani ad essere sempre e ovunque missionari dell'Amore di Dio, vivendo con umiltà e carità, e la giornata missionaria traduce questa esigenza ricordandoci non solo la grandezza del dono della fede che abbiamo ricevuto, ma anche il compito di annunciare ad ogni uomo che Dio è venuto in mezzo a noi condividendo dolore e gioia, morte e vita.
Non ci sono confini, diversità o terre lontane che possano fermare la Parola di Dio. Posta nel cuore di ogni credente, essa è resa credibile ai fratelli più lontani dalle nostre scelte di vita. La Chiesa, in ciascuno di noi, si fa dunque sorella e vicina a tutti coloro che attendono.
Nella vita di oggi in cui molto va ostentato e vantato perché abbia valore e mostri a tutti quanto siano capaci, che richiede d'esser visto, plaudito e lodato dagli altri, che faccia clamore e rumore, è difficile vivere la carità ed il servizio senza la tentazione di volere il merito, vero o presunto, di essere buoni cristiani.
Vivere nella carità è avere distacco da sé, stare tra Dio e gli uomini, con amore e nella consapevolezza di Dio e di me, delle mie capacità e dei miei limiti, occupandomi del giudizio di Dio più che di quello degli uomini, sapendo che *"Chiunque si esalta sarà umiliato e chi si umilia sarà esaltato"* (Lc 14, 11).
La carità è umile, non si gonfia e non monta il cuore in superbia, è modesta e non rende altezzosi e boriosi, è silenziosa e nascosta e non alza la voce gridando, "si nasconde dai suoi stessi sguardi" è riservata e discreta: *"Non sappia la tua sinistra ciò che fa la tua destra"* (Mt 6,3).
Sono tanti gli stili di vita possibili ed ognuno è frutto di una scelta morale e culturale. In un tempo di crisi economica mondiale così conclamata è necessario adoperarsi per costruire stili di vita nei quali la ricerca della verità, dell'amore e della giustizia, siano elementi che determinano i consumi, i risparmi e gli investimenti. Un reale superamento dei problemi della globalizzazione può avvenire con l'impegno di tutti, mettendo in discussione una prassi quotidiana che non dimostri la crisi.
Ma più che per il significato economico, **la sobrietà** è importante a livello antropologico: nella sobrietà si manifesta l'interesse per l'altro rifiutando l'ebbrezza dei consumi, dell'accumulo e del possesso. In quanto cristiani non è possibile rinunciare al fondamento etico dell'agire economico.

Un mondo più equo e sostenibile, cioè capace di futuro, nel tempo della globalizzazione, non si costruisce senza di me. Non posso delegare ad altri il cambiamento. Se due miliardi di cristiani fossero convinti di questo sparirebbero dal mondo, la fame, la sete e la solitudine.
Un sistema di solidarietà sociale maggiormente partecipato ed organico, come nella nostra famiglia della Polizia di Stato, che si appresta anche a celebrare il 60° anniversario di San Michele A. quale suo Celeste Patrono, meno burocratizzato, permetterebbe di valorizzare tante energie, oggi sopite, a vantaggio dei popoli in via di sviluppo e non solo. Ma finché uno si arricchisce alle spalle degli altri, non si può parlare né di umanità, né molto meno di cristianesimo.
La sobrietà è il nome nuovo della temperanza: prudenza, giustizia, fortezza e temperanza sono le virtù cardinali. Ma anche per loro è arrivato il tempo dell'oblio, è diventato difficile sopravvivere.
La temperanza, o sobrietà, è un bene relazionale e quindi produce non ingordigia o agire smodato, eccessivo, ma volontà di ridurre, recuperare, riciclare, ricominciare….
Essa ha il potere di colorare la vita e portarla in una prospettiva di stupore per le piccole cose, di attenzione alle sfumature del rapporto, al dettaglio dell'amore….
Dalla civiltà del volere ***"sempre di più"*** bisogna passare a quella del ***"forse è già troppo"*** per percorrere ancora le strade dell'eleganza nella semplicità, felici non di qualsiasi forma di povertà, ma innamorati, per mezzo dell'aiuto di San Michele Arcangelo, di quella sobrietà stessa del Cristo, povero e crocifisso.

L'APOSTOLO PAOLO - 9

di Roberto Pacini

LA CHIESA, "CORPO DI CRISTO" (1 Cor 12, 12-31)

Una delle metafore più note di Paolo è quella che identifica la Chiesa con il "corpo di Cristo". Ecco alcune espressioni:

1 Cor 10,17: "Poiché c'è un solo pane, noi, pur essendo molti, siamo un corpo solo: tutti infatti partecipiamo dell'unico pane".
Rm 12, 4-5 ***"****Poiché, come in un solo corpo abbiamo molte membra e queste membra non hanno tutte la medesima funzione, così anche noi, pur essendo molti, siamo un solo corpo in Cristo e ciascuno per la sua parte siamo membra gli uni degli altri*."
Ef 4, 11-12: "E' lui (Cristo) che ha stabilito alcuni come apostoli, altri come profeti, altri come evangelisti, altri come pastori e maestri, per rendere idonei i fratelli a compiere il ministero, al fine di edificare il corpo di Cristo…"

Il corpo umano è unico, ma nello stesso tempo è formato da tanti organi, ciascuno con una diversa funzione. Paolo vi vede ben espressa la realtà della Chiesa (e della comunità locale) che è caratterizzata dall'unità e dalla diversità. L'unità la si trova proprio in Cristo, nel vivere l'unica fede, nel nutrirsi dell'unico pane. La diversità si manifesta nel contributo che ognuno può e deve dare alla vita della comunità, mettendo i propri talenti e la propria disponibilità al servizio degli altri, per edificare la comunità stessa. Ciascuno di noi, nella Chiesa, è come la tesserina di un mosaico, in cui alcuni hanno più risalto, altri meno; ma se manca anche una sola tesserina, magari la più scura, la più marginale, il mosaico è incompleto e si vede. Manca uno all'unità della Chiesa. Ricordiamo che anche Gesù nel Vangelo ricorre all'immagine del buon pastore che lascia incustodite novantanove pecore per andare a cercare l'unica che si è perduta (Mt 18,12; Lc 15,4) .
Per tornare alla metafora del corpo, proponiamo la lettura di 1 Cor 12, 12-31. E' interessante notare il ricorso alle regole della retorica classica, in particolare l'uso della domanda.

"Come infatti il corpo, pur essendo uno, ha molte membra e tutte le membra, pur essendo molte, sono un corpo solo, così anche Cristo. E in realtà noi tutti siamo stati battezzati in un solo Spirito per formare un solo corpo, Giudei o Greci, schiavi o liberi; e tutti ci siamo abbeverati a un solo Spirito. Ora il corpo non risulta di un membro solo, ma di molte membra. Se il piede dicesse: «Poiché io non sono mano, non appartengo al corpo», non per questo non farebbe più parte del corpo. E se l'orecchio dicesse: «Poiché io non sono occhio, non appartengo al corpo», non per questo non farebbe più parte del corpo. Se il corpo fosse tutto occhio, dove sarebbe l'udito? Se fosse tutto udito, dove l'odorato? Ora, invece, Dio ha disposto le membra in modo distinto nel corpo, come egli ha voluto. Se poi tutto fosse un membro solo, dove sarebbe il corpo? Invece molte sono le membra, ma uno solo è il corpo. Non può l'occhio dire alla mano: «Non ho bisogno di te»; né la testa ai piedi: «Non ho bisogno di voi». Anzi quelle membra del corpo che sembrano più deboli sono più necessarie; e quelle parti del corpo che riteniamo meno onorevoli le circondiamo di maggior rispetto, e quelle indecorose sono trattate con maggior decenza, mentre quelle decenti non ne hanno bisogno. Ma Dio ha composto il corpo, conferendo maggior onore a ciò che ne mancava, perché non vi fosse disunione nel corpo, ma anzi le varie membra avessero cura le une delle altre. Quindi se un membro soffre, tutte le membra soffrono insieme; e se un membro è onorato, tutte le membra gioiscono con lui. Ora voi siete corpo di Cristo e sue membra, ciascuno per la sua parte. Alcuni perciò

Dio li ha posti nella Chiesa in primo luogo come apostoli, in secondo luogo come profeti, in terzo luogo come maestri; poi vengono i miracoli, poi i doni di far guarigioni, i doni di assistenza, di governare, delle lingue. Sono forse tutti apostoli? Tutti profeti? Tutti maestri? Tutti operatori di miracoli? Tutti possiedono doni di far guarigioni? Tutti parlano lingue? Tutti le interpretano? Aspirate ai carismi più grandi! E io vi mostrerò una via migliore di tutte."

Del testo desidero sottolineare soprattutto tre aspetti:

1) L'azione dello **Spirito Santo** nel Battesimo, come principio creatore della Chiesa e dell'unità dei credenti in essa (tutte le differenze che storicamente hanno diviso l'umanità – giudei e greci – sono superate). La Chiesa come corpo di Cristo è un dono che viene dall'alto, non una realtà costruita dagli uomini.
2) Il carattere di **reciproca solidarietà** che le membra devono avere, in uno spirito di compartecipazione: ogni membro influenza tutti gli altri, un po' come i vasi comunicanti, in cui se si abbassa il livello di liquido in un vaso, si abbassa anche negli altri e viceversa. E' come dire, seguendo Paolo, che se una parte soffre, tutte le altre soffrono e viceversa se una sta bene tutte le altre ne traggono beneficio.
3) Per Paolo i **carismi** sono manifestazioni particolari dello Spirito, dati a qualcuno per l'utilità comune. Tuttavia, se considerati una possibile fonte di prestigio nella comunità, essi possono essere causa di disunità. Perciò Paolo ne relativizza l'importanza, parlando di una via superiore a tutte, migliore di tutte: *la via dell'amore*. Nel successivo capitolo 13 affermerà che se anche avessimo i carismi più grandi, ma non abbiamo l'amore, siamo un nulla. Unità e diversità nella Chiesa, corpo di Cristo, vanno dunque vissute nell'amore. "Dio è amore", dirà Giovanni nella sua prima lettera, e in Dio-Trinità l'unità è perfetta e la diversità è semplice distinzione.

PER UN VOCABOLARIO CRISTIANO

UNZIONE

Nella tradizione biblica, l'unzione consisteva nel versare dell'olio consacrato sulla testa di un eletto, per un divino servizio, ed era riservata ai re ed ai sacerdoti e, in particolare tra questi, al sommo sacerdote. L'olio dell'unzione, atto simbolico di consacrazione per quel determinato servizio, era composto da vari profumi, simbolo della diversa capacità o talento che Dio accordava ai suoi servi.
L'unzione regale era compiuta da un uomo di Dio, profeta o sacerdote. Saul (1 Sam 10,1) e David (1 Sam 16,13) furono unti da Samuele. Il senso di questo rito era di connotare con un segno esterno che questi uomini erano stati eletti da Dio per

diventare suoi strumenti nel governo del popolo. Mediante l'unzione il re diventava partecipe dello spirito di Dio, come nel caso di David: *Samuele prese il corno d'olio e lo unse in mezzo ai suoi fratelli. Da quel giorno lo spirito di Jahvè si impadronì di David* (1 Sam 16,13).
I sacerdoti, e più specialmente il sommo sacerdote, erano anch'essi unti. Per ordine di Jahvè (Es 29,7), Mosè conferisce l'unzione ad Aronne (Lev 8,12), e nelle prescrizioni destinate al sommo sacerdote, quest'ultimo è più volte chiamato *il sacerdote consacrato mediante l'unzione* (Lev 4,5; 16,32). Altrove, l'unzione è conferita ai semplici sacerdoti, figli di Aronne.
Per gli Ebrei, 1'olio penetra profondamente nel corpo (Sal 109,18), gli conferisce forza, salute, gioia e bellezza; sul piano religioso, le unzioni con olio sono state considerate come segni di esultanza e di rispetto e parimenti usate come riti di guarigione o di consacrazione. L'olio, soprattutto l'olio profumato, essendo un simbolo di gioia (Prov 27,9; cfr. Eccle 9,8), veniva usato specialmente nelle festività (Am 6,6). L'immagine dell'unzione serviva ad esprimere la gioia del popolo di Israele, riunito a Gerusalemme nelle grandi feste (Sal 133,2), o la consolazione apportata agli afflitti di Sion dopo l'esilio (Is 61,3); faceva pure parte della descrizione del banchetto messianico: "*Su questo monte essi berranno la gioia, berranno vino: si ungeranno con olio profumato su questo monte*" (Is 25,6 ss).
Versare olio su un ospite era un segno di onore. I vangeli ricordano due volte in cui una donna rese a Gesù questo segno di onore; la prima, fu in casa di Simone il fariseo: mentre Simone, di cui Gesù era ospite, non aveva versato olio sul suo capo, la peccatrice, unse di profumo i piedi di Gesù (Lc 7,38.46): la seconda alla vigilia dell'ingresso in Gerusalemme: Maria, sorella di Lazzaro, ripeté questa testimonianza di rispetto ungendo Gesù con un nardo di gran prezzo, con scandalo dei discepoli (Mt 26,6-13; Gv 12,1-8). Ma Gesù approvò Maria e, nello stesso tempo, diede al suo atto un nuovo significato profetico, riferendosi all'uso (Mc 16,1) di ungere i cadaveri con aromi; l'atto della donna diventava così un'anticipazione ed un segno del rito di sepoltura che sarebbe stato praticato sul corpo di Gesù dopo la sua morte in croce (Gv 19,40).
La tradizione cristiana posteriore avrebbe parlato di una triplice unzione di Cristo, come re, sacerdote e profeta. L'unzione regale avviene nella sua intronizzazione celeste, quella che riceve nel battesimo: "*è stato unto con Spirito Santo e con potenza*" (Atti 10,38). Applicando a se stesso il testo di Isaia, Gesù spiega questa unzione come un'unzione profetica per l'annuncio del messaggio. Ma la comunità apostolica, ispirandosi alle parole di Gesù (Mc 10,38; Lc 12,50), avrebbe interpretato il battesimo nella prospettiva della morte di Cristo (Atti 4,27; cfr. Rom 6,3): la missione ricevuta all'inizio della vita pubblica era ancor solo una missione di predicazione, quella del servo-profeta (Is 42,1-7); ma doveva giungere a compimento sul Calvario, nel sacrificio del servo sofferente.
Si usava ancora olio, al fine di guarire i malati, ad es. per medicare le piaghe (Is 1,6), come fece il buon Samaritano (Lc 10,34); si praticavano unzioni con olio sui lebbrosi guariti come riti di purificazione.

Quando i discepoli furono mandati da Cristo a predicare il regno di Dio, ricevettero il potere di scacciare gli spiriti impuri e di guarire ogni malattia ed ogni infermità (Mt 10,1; Lc 9,1); partiti in missione, essi facevano unzioni con olio a molti infermi e li guarivano miracolosamente (Mc 6,13).
Le unzioni praticate dagli apostoli, per mandato di Gesù, sono all'origine del rito dell'unzione dei malati nella Chiesa. La lettera di Giacomo prescrive che i presbiteri facciano nel nome del Signore un'unzione con olio sull'infermo: *la preghiera di fede salverà il paziente, ed il Signore lo conforterà. Se ha commesso peccati, gli saranno rimessi* (Gc 5,15). Poiché la malattia è una conseguenza del peccato, l'unzione fatta *nel nome del Signore* realizza la salvezza del malato: lo fa partecipare alla vittoria di Cristo sul peccato e sulla morte, sia mediante la guarigione, sia mediante un aumento di forze per affrontare la morte.
Nella liturgia cattolica, durante l'amministrazione di alcuni sacramenti, si unge la fronte e/o altre parti del corpo della persona che riceve il sacramento per infondere consacrazione, implorare benedizione, indicare perdono.
La Chiesa utilizza tre tipi di oli: l'olio dei Catecumeni con cui viene eseguita un'unzione durante il rito del Battesimo; l'olio degli Infermi con cui viene unto il malato durante il rito dell'unzione degli infermi; il Crisma viene utilizzato al termine del rito del Battesimo, con un'unzione che conferma il sacramento ricevuto; nella Confermazione come momento principale del sacramento stesso; nell'Ordine sacro con l'unzione delle mani del candidato.
Mediante l'unzione il cristiano partecipa all'unzione profetica di Gesù; per Giovanni l'olio di unzione (crisma) interiorizzato dalla fede sotto l'azione dello Spirito (Gv 14,26; 16,13), rimane in noi (1 Gv 2,27), ci dà il senso della verità e ci istruisce in ogni cosa.

Nicla Filippi

LA FRASE

"C'è molta gente che non vuol perdere il tempo da sola,
un vero flagello per le persone che hanno da fare!" (De Bonald)

DIRITTO CANONICO

di Angelo Andrei

L'IMPEDIMENTO DI ETA' E L'IMPEDIMENTO DI VINCOLO

Canone 1083, §1: *"L'uomo prima dei sedici anni compiuti, la donna prima dei quattordici pure compiuti, non possono celebrare un valido matrimonio".*

Canone 1083, §2: *"E' diritto della Conferenza Episcopale fissare una età maggiore per la lecita celebrazione del matrimonio"*

Canone 1085, §1: *"Attenta invalidamente al matrimonio chi è legato dal vincolo di un matrimonio precedente, anche se non consumato.*
Canone 1083, §2: *"Quantunque il matrimonio precedente sia, per qualunque causa, nullo o sciolto, non per questo è lecito contrarne un altro prima che si sia constatata legittimamente e con certezza la nullità o lo scioglimento del precedente"*

Nei precedenti numeri della rivista abbiamo constatato come esista un generale diritto a contrarre matrimonio.
Questo diritto, tuttavia, in presenza di determinate situazioni, è soggetto a delle limitazioni o esclusioni: si tratta degli impedimenti matrimoniali, di cui si sono già delineate le caratteristiche fondamentali.
A partire da questo mese esamineremo analiticamente le dodici circostanze che concretizzano gli impedimenti stabiliti espressamente nel Codice di Diritto Canonico.
Il primo impedimento che incontriamo leggendo il Codice canonico è quello di età (can. 1083).
Il canone 1083 ribadisce gli stessi limiti già previsti dal Codice del 1917: sedici anni compiuti per l'uomo e quattordici, sempre compiuti, per la donna. Con questa norma il legislatore ha inteso confermare le età già stabilite nel vecchio Codice, nonostante tra gli studiosi e i Pastori fossero sorti su questo argomento dei dibattiti; secondo alcuni, infatti, sarebbe stato più opportuno stabilire dei limiti di età che coincidessero con quelli delle singole legislazioni civili nazionali. Il legislatore, però, ha ritenuto di dover adottare il criterio dell'età "biologica"; ha, cioè, riconosciuto nei sedici e nei quattordici anni – rispettivamente per l'uomo e per la donna – quella fase della vita umana in cui generalmente inizia il processo di maturazione dello sviluppo psico-fisico dell'individuo.
Il secondo comma, però, viene a mitigare la rigidità del primo, riconoscendo alle varie Conferenze Episcopali nazionali la possibilità di stabilire un'età superiore, eventualmente coincidente con quella della legislazione civile in vigore nello Stato di riferimento della Conferenza Episcopale stessa.
L'eventuale violazione dell'età stabilita ai sensi del secondo comma, tuttavia, incide solo sulla liceità del matrimonio ma non sulla validità del medesimo.
Infine, deve evidenziarsi che l'impedimento di età è di "diritto ecclesiastico" e, pertanto, può essere dispensato dall'autorità ecclesiastica.
Il secondo impedimento, quello di "vincolo", è fissato nel canone 1085 e trova il suo fondamento in una delle proprietà essenziali del matrimonio: l'unità. A questo riguardo può essere utile richiamare quanto già detto nel numero del febbraio scorso della rivista: *" ... l'amore che unisce un uomo e una donna deve avere una profondità spirituale, un'intensità emotiva ed una estensione sentimentale tale da risultare unico ed irripetibile con qualsiasi altro soggetto"*. Pertanto, l'esistenza di un precedente vincolo coniugale impedisce la celebrazione di un nuovo matrimonio. Trattandosi di un impedimento "naturale", esso non può essere dispensato.

Solo la morte del coniuge, la dispensa pontificia a norma del can. 1142, il "privilegium fidei" o "privilegio paolino" (cann. 1143 – 1149) e il matrimonio dichiarato nullo ai sensi dei cann. 1671 – 1691 fanno cessare gli effetti dell'impedimento.

DI MESE IN MESE

OTTOBRE

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

Ostan

MUTAMENTI EPOCALI

di Angelo Di Nicola

LA RIVOLUZIONE INDUSTRIALE

Con il termine *rivoluzione industriale* si intende generalmente il passaggio, nella maggior parte dei paesi occidentali, dall'economia tradizionale, in larga parte basata sull'agricoltura, alla produzione automatizzata di beni all'interno di specifici opifici: le fabbriche.
Universalmente si fa iniziare questo processo in Inghilterra nella seconda metà del XVIII secolo, dove fu favorito da alcuni fattori predisponenti quali la relativamente tranquilla situazione politica dell'isola, lo sviluppo del sistema creditizio bancario e le straordinarie innovazioni tecniche, con la realizzazione di nuovi macchinari e la possibilità di sfruttare l'energia del vapore, lì dove in precedenza la forza meccanica era essenzialmente quella umana o animale.
Le prime innovazioni investirono l'industria tessile, in particolare la famosa "*spoletta volante"* (messa a punto dall'Inglese John Kay già nel 1733), mediante la quale la velocità lavorativa praticamente quadruplicava e il telaio meccanico.
Il successo del filatoio meccanico, poi, doveva influenzare tutto il sistema della produzione tessile, in quanto le operazioni in qualche modo collegate dovevano anch'esse adeguarsi alle nuove esigenze di rapidità. L'uso dell'acqua, nelle antiche filande, venne invece soppiantato da quello ben più redditizio del vapore. Fondamentali in questo senso le innovazioni dell'ingegnere britannico Watt.
Tutto ciò determinò, in breve tempo, una concentrazione degli impianti produttivi nelle città, nelle regioni minerarie e presso i grandi snodi di comunicazione (determinante fu anche la realizzazione di una efficiente rete ferroviaria), innescando un rapido processo di urbanizzazione e conseguente trasferimento di forza lavoro dalle aree rurali verso i centri suddetti, i quali assunsero l'aspetto di grandi (e spesso orrendi) agglomerati, ma con una popolazione operaia spesso costretta, sin dalla più

tenera età, a condizioni di vita squallide e mortificanti (emblematici in questo senso i celebri romanzi di Charles Dickens).
La produzione di beni, dunque, non si attuò più, come era stato per secoli, nei borghi rurali, presso il domicilio di artigiani e lavoranti, con ritmi tutto sommato naturali e accettabili, ma all'interno di grossi opifici urbani ed in maniera sempre più meccanizzata e specializzata. Ciò comportò, inevitabilmente, che la capacità imprenditoriale passasse definitivamente nelle mani di chi disponeva di ingenti capitali, determinando per la prima volta, in maniera netta, la separazione tra "capitalisti ed operai", i quali ultimi, di fatto, venivano a disporre ormai solo della forza lavoro propria e dei figli (da qui il termine *proletariato*), non disponendo più di proprietà e strumenti di lavoro.
Da rimarcare, poi, la fatica cui venivano sottoposti i lavoratori, anche donne e bambini (peraltro sottopagati in quanto tali), i rischi cui erano sottoposti, l'orario di lavoro assolutamente eccessivo, la sproporzione tra salari e profitti, gli ambienti di lavoro pericolosi e malsani ed anche la provvisorietà dell'impiego stesso.
Con tutto ciò, era severamente proibita ogni forma associativa, in particolare le cosiddette *Unioni del lavoro*, organismi con cui i lavoratori potessero rivendicare migliori condizioni.
In questo contesto vanno inquadrati il pensiero e l'opera da una parte di Adam Smith che nella sua opera "*La ricchezza delle nazioni"* (1776) salutò l'inizio di "una nuova era", esaltando entusiasticamente la produzione e l'accumulazione della ricchezza, promuovendo il sistema basato sulla assoluta libertà di produzione e commercio, lì dove i prezzi si formano in base al punto di congiunzione tra domanda ed offerta (in realtà la tendenza a monopolizzare e controllare mercati ed industrie ad un certo punto costrinse le varie legislazioni ad approntare misure antimonopolistiche per salvaguardare la concorrenza), dall'altro di Carl Marx che, soprattutto ne "*Il capitale*", al contrario concentrò la sua attenzione sui danni arrecati dallo sfrenato esercizio della medesima libertà di impresa e commercio, stigmatizzando in particolare la proprietà privata dei mezzi di produzione, responsabile del solco sempre più profondo tra ricchezza e povertà e denunciando lo sfruttamento dei capitalisti sul proletariato, di fatto ridotto in condizioni di schiavitù. Marx evidenziò anche come la divisione del lavoro mortificasse l'individuo e lo privasse della "gioia del proprio lavoro".
Questa critica doveva contribuire, nel tempo e spesso a prezzo di grandi e dolorosi sacrifici, alla creazione di movimenti sindacali che si adoperarono per l'aumento dei salari, la diminuzione dell'orario di lavoro e il miglioramento in genere delle condizioni lavorative.
Anche il Magistero Ecclesiastico non mancò di far sentire la propria voce in una materia di così rilevante entità e così vaste implicazioni; lo fece in particolare con l'enciclica di Papa Leone XIII "*Rerum Novarum*", nel 1891.
Il documento pontificio, nel complesso, prende le distanze sia dal liberalismo sfrenato sia dal socialismo, condannando la lotta di classe ma affermando il diritto ad un giusto salario, riconoscendo inoltre la legittimità di organizzazioni di lavoratori. Viene ribadito anche il diritto naturale alla proprietà privata, sottoposta tuttavia ad

una più ampia valutazione di carattere sociale. Allo Stato, ad ogni modo, viene ribadito il compito di promuovere e salvaguardare il bene di tutti.
Mentre divampava lo scontro tra le diverse posizioni, i governi dei paesi maggiormente industrializzati, dal canto loro, iniziarono a prodigarsi nella difesa delle industrie nazionali, erigendo barriere doganali e cercando di conquistare (spesso con la forza militare) nuovi mercati, necessari tanto per esportare le merci nazionali quanto per approvvigionarsi di materie prime. Ciò determinò la corsa all'accaparramento di colonie d'oltre mare, dando nuova linfa a quel colonialismo ed imperialismo i cui effetti tuttora appaiono non del tutto risolti, fenomeni che, tra l'altro, furono tra le cause principali dello scoppio del primo conflitto mondiale.
Da quanto (seppur brevemente) delineato, si evince con tutta evidenza come il termine rivoluzione, riguardo al processo di industrializzazione, non appaia affatto infondato: l'industrializzazione massiccia comportò effettivamente profondi, radicali ed irreversibili cambiamenti (spesso stravolgimenti) oltre che economici, politici, sociali, culturali ed anche ambientali.
D'altro canto il fenomeno, partito dalla Gran Bretagna, ben presto doveva espandersi prima in Europa, poi in tutto il mondo: tra il 1830 e il 1870 in Francia; tra il 1850 e il 1880 in Germania e negli Stati Uniti; verso la fine del secolo in Giappone e nel nord Italia; nella prima metà del novecento (a tappe forzate) nella Russia sovietica. Infine, solo dopo il 1950 e con l'apporto determinante degli apparati statali (ciò che era praticamente mancato nel caso britannico), in molti paesi latino-americani ed asiatici.

ESPERIENZE

OMELIE IN CASO DI DEFUNTI DELLA POLIZIA DI STATO

In queste settimane nelle quali è ancora viva l'eco dei sei militari morti in Afghanistan e ricordando proprio un anno fa la morte di tre poliziotti in servizio, vorrei offrire una breve traccia di omelia per creare un primo annuncio della fede proprio in questi momenti così drammatici, ma anche così cruciali della vita delle persone.
Noi siamo qui a celebrare un memoriale; non siamo solo qui a ricordare una persona che ci ha lasciato,ma compiere un percorso ancora più incisivo. Comprendere che quella persona che ci ha lasciato, ha ora donato a noi il suo testimone. Siamo noi oggi a portare avanti, tramite la testimonianza della nostra vita,quello che il nostro fratello ci ha dato.
Una prima riflessione riguarda proprio il mistero della morte e della vita.
Cosa vuol dire per me morire,che cosa significa vivere. La mia vita è solo vista nell'ottica di una persona che mira a mettere al centro le proprie cose,le proprie attività,il proprio interesse o piuttosto diventa la possibilità di offrire la nostra vita in dono ai nostri fratelli o sorelle?

I rapporti interpersonali diventano l'aspetto prioritario di questa nostra vita o per noi la cosa fondamentale risulta quella di interessarci dei fatti nostri?
E ancora la prospettiva della vita eterna, il motivo vero per cui siamo cristiani. Che cosa comporta in noi? Che bello pensare a questo nostro fratello che è in paradiso davanti a Dio e che nella vita immortale noi potremmo ritrovare i nostri cari senza più il problema dello spazio e del tempo.
Una seconda riflessione riguarda il fare memoria e mi riallaccio alle parole dette all'inizio. Ossia noi dobbiamo dire a noi stessi: la persona defunta che cosa ha lasciato a me ed io che cosa ho donato a lei? E se per caso ho avuto delle mancanze, perché penso di non essere riuscito pienamente a rapportarmi con lui, diventa questa anche una forte occasione per potermi risentire in comunione di preghiera e imparare a capire come da tali sbagli possiamo solo maturare e migliorare per goderci dello stare insieme con gli altri. Il Cantico del Cantici dice che l'amore è forte come la morte ed è un dato vero. Le persone che ho amate sono persone che rimangono per sempre e in Dio ci potremo rincontrare faccia a faccia.
Infine quello che conta in questa vita è capire che tipo di relazione instauriamo con le altre persone.
Sono dialoghi veri autentici? Che cosa vuol dire creare delle amicizie vere? Che cosa vuol dire voler realmente il bene dell'altrui persona?
Noi pensiamo molte volte troppo a noi stessi e ci si dimentica che invece gli altri sono per noi fondamentali per camminare, per crescere e in fondo vivere e a volte ce ne accorgiamo solo quando sono assenti. Invece è proprio nell'assenza che la persona è paradossalmente ancor più vicina a noi, cioè è dentro il nostro cuore.
Aiutaci allora a capire che solo nell'umiltà e nella semplicità siamo realmente noi stessi. Aiuta tutti i poliziotti che sono in servizio a imparare l'attenzione verso gli altri, unendo al lato professionale quello umano
Per capire come solo in una vita spesa per gli altri la morte assume significati diversi.
Una vita donata da Dio e ridonata a Lui.

Don Luigi Trapelli

DALLA PAROLA ALLA PAROLA

di Antonello Mei

IL MERAVIGLIOSO DONO DEL PROCESSO CREATIVO

Si pensa che il Creatore ci abbia defraudato di un 'potere', quello della creazione; ma, a ben riflettere, Colui che ci ha creato ci ha fatto *'...poco meno degli angeli…'* e ci ha indubitabilmente consegnato anche il potere del processo creativo.
Pensiamo al grande capitano d'industria, al cuoco, al musicista, al poeta, allo studente, alle mamme e ai papà; tutti a loro modo utilizzano questo dono per guidare un azienda, per cucinare un piatto con gli ingredienti a disposizione, per metter in musica e parole le emozioni, per le rime e i versi,per studiare o anche mettere a punto

un programma di studio, per generare un figlio e portare avanti una famiglia con tutte le necessità che devono essere assolte, e che dire di ogni singola cellula del nostro corpo che deve far fronte a una funzione che si metta in relazione con le cellule dell'organo di cui fa parte e del resto del corpo – anche di queste siamo composti. Molto spesso ci dimentichiamo che esistono vari livelli del nostro essere: siamo composti da più 'corpi': quello fisico, quello emozionale, quello mentale, quello legato alla nostra anima o spirituale. Forse partendo da quest'ultima dimenticanza possiamo renderci più consapevoli che non è solamente su un piano fisico che si esplica la 'creazione'.
Un dirigente di una grande industria deve prima di tutto pensare a quelli che potrebbero essere gli sviluppi della società per poi realizzare gli strumenti necessari per realizzare su di un piano concreto le realizzazioni e le modifiche necessarie all'azienda per poter essere al passo con le nuove tecnologie.
Marco Aurelio ha detto: *"La vita di un uomo è quella che il suo pensiero fa di essa"*: nulla di più vero! La capacità creativa è l'abilità di vedere nella nostra mente, è un attitudine che ognuno di noi ha, anche se alcuni sono più bravi di altri nel loro specifico campo. Tutte le volte che ci fermiamo a sognare ad occhi aperti stiamo creando mentalmente qualcosa. Tutte le volte che pensiamo creiamo un'immagine nella nostra mente.
Ora pensiamo a due persone che si accingono ad affrontare una colazione di lavoro con i colleghi: uno, magari timido ed introverso ed uno più estroverso e aperto a ciò che la vita ha da offrirgli. Il primo penserà vado al pranzo di lavoro e mi annoierò moltissimo non saprò cosa dire e poi dovrò essere anche simpatico con persone che non sopporto neanche sul lavoro e poi dovrò anche pagare la quota del conto mentre l'altro penserà di andare al pranzo e che si divertirà moltissimo a parlare con la segretaria e magari chiederle di uscire e che potrà mangiare tantissimo perché tanto si divide il conto. Chi pensate che si divertirà di più al pranzo? Potremmo con un buon margine di certezza dire che il primo si annoierà moltissimo e non vedrà l'ora di andarsene, mentre l'altro si divertirà moltissimo. I loro pensieri sono divenuti, quello che gli psicologi chiamano profezie che si autoavverano.
Avete mai pensato a come potrebbe esser la vostra vita se fosse come la desiderate.. Se lo faceste magari la gente vi direbbe che siete dei sognatori, ma se lo fanno non avete idea del potere dei sogni ad occhi aperti o se vogliamo usare dei termini più concreti una pianificazione della propria vita, cosa che peraltro facciamo tutti i giorni.
Woodrow Wilson, 28° presidente degli Stati Uniti ha scritto: *"Diventiamo grandi con i nostri sogni. Tutti i grandi uomini sono dei sognatori. Vedono cose nella foschia di un giorno primavera o nel rosso del fuoco di una serata invernale. Alcuni di noi lasciano morire quei sogni altri li nutrono e li proteggono, li nutrono durante i giorni bui fino a che arrivi la luce del sole, che viene puntuale per tutti coloro che sperano sinceramente che i loro sogni si avverino".*
Forse che Gesù non è stato un grande sognatore a pensare che tutti gli uomini si sarebbero *'...amati gli uni gli altri'* e Lui per primo lo ha fatto. Prima che lo sprinter Tim Montgomery abbattesse il muro dei 10 secondi nei cento metri si pensava fosse impossibile, dopo di lui molti lo hanno frantumato quel record, come

pensate che lo abbiano fatto? Penso senza andare troppo lontano dal vero se diciamo che si sono semplicemente chiesti 'Cosa voglio davvero?' lo hanno sognato e lo hanno realizzato; creato è una parola che ci spaventa, a volte, così come il cambiare anche se in meglio al nostra vita.

INQUIETUDINI PEDAGOGICHE

di Nicola Eramo

A. L'integralità psicofisica della persona

Il problema della salute, come quello dell'educazione, si collega necessariamente alla concezione che si ha dell'uomo: visione integrale della persona, cioè la sua totalità psicofisica.

La nostra cultura è erede di una visione dualistica della persona che risale a Platone, secondo il quale il corpo è un "carcere" per l'anima e la materia è per se stessa una realtà negativa.

L'antropologia dualistica si manifesta in molti modi: come svalutazione della conoscenza sensoriale e della sfera affettiva rispetto all'intelligenza e alla volontà, come radicale distinzione tra salute fisica e salute psichica. Il dualismo assume forme esasperate quando si rifiuta totalmente la corporeità come disumanizzante o viceversa la si esalta incondizionatamente come unica dimensione della persona, cioè quando si è incapaci di considerare l'uomo come tutto unitario, la cui educazione e la cui salute sono da promuovere in modo armonico ed equilibrato. Oggi si vuole polemicamente reagire allo "spiritualismo" tradizionale, passando in tal modo da un estremo all'altro. Per buona pace di tutti la concordia domestica, l'efficacia dell'opera formativa, la prevenzione e la cura delle malattie si fondano invece, su una concezione unitaria della persona.

Nell'uomo, quindi, coesistono due "principi", uno materiale e uno spirituale: due fonti operative che non sono due esseri posti l'uno accanto all'altro, ma due aspetti essenziali e indisgiungibili di quella realtà che è la persona. Nell'uomo non vi sono né l'anima né il corpo, ma vi è l'uomo nella sua totalità di corpo animato (spirito incarnato). E poiché lo spirito contraddistingue la persona da tutti gli altri esseri e la rende superiore ad essi, l'uomo è tanto più uomo quanto più dirige e controlla la propria corporeità con l'intelligenza e la volontà.

Solo attraverso la costante attenzione all'integralità psicofisica del malato e di se stessi gli operatori sanitari possono dunque svolgere il proprio ruolo professionale.

(continua)

L'ANGOLO DELLA POESIA
AVVISO AI NAVIGANTI

di Marco Masolin

UN RAGGIO DI LUCE

Un lama di luce trafigge il buio della notte.
E' una scheggia di vita lasciata sola
dentro questa giornata senza principio ne' fine,
senza malinconia ne' storia, senza tempo da raccontare.
Ma come un unico silenzioso bagliore
mi attrae il suo luccicare tremulo contro lo sfondo dei giorni.
Sembra una ansimare ritmico solcato
da un'interminabile tensione verso qualcosa che non afferro
forse perché non c'è mai stata in questi giorni
lunghi come pomeriggi d'estate.
Eppure resto qui, ad attendere l'unica via d'uscita
segnata da quel raggio di luce che spezza la monotonia
dell'ombra colorandola d'azzurro violaceo
fino ad imperlarne il cuore ed i sentimenti.
Non riesco a darete un volto a quella luce,
ne a donargli un'anima, un senso,
eppure qualcosa e qualcuno si agita la,
dietro questa invisibile porta
che ho costruito, senza saperlo, davanti alla mia vita.

MANGIA SANO, MANGIA SANTO

FAGIOLINI DI SANT'ANNA

Il culto di sant'Anna è molto diffuso sia in Oriente che in Occidente nonostante ci siano poche notizie e, per giunta, non provenienti da testi ufficiali. Sant'Anna è la madre di Maria ed è titolare di molti patronati quasi tutti legati alla Vergine. Sant'Anna è raffigurata spesso con un mantello verde e in Bretagna dove le sono molto devoti, è invocata per la raccolta del fieno; poiché custodì Maria come un gioiello è patrona di orefici e bottai; protegge inoltre i minatori, i falegnami, i carpentieri, gli ebanisti e i tornitori. Avendo insegnato alla Vergine a pulire casa, a cucire e a tessere è patrona dei fabbricanti di scope, dei tessitori, dei sarti, dei fabbricanti e commercianti di biancheria per la casa, delle lavandaie e delle

ricamatrici. Ma soprattutto è patrona delle madri di famiglia, delle vedove, delle partorienti; è invocata nei parti difficili e nelle sterilità.
Il nome di Anna deriva dall'ebraico Hannah (grazia). La Chiesa cattolica celebra la festa di sant'Anna il 26 luglio.

Ricetta: Per 6 persone: Fagiolini, g. 600 – Pomodori pelati, g. 300 – Pinoli, una manciata – Pane casereccio, 6 fette – Filetti di acciuga, 3 – Brodo vegetale, una tazza – Olio – Prezzemolo – Sale.
Spuntate le estremità dei fagiolini, lavateli e tuffateli in abbondante acqua leggermente salata in ebollizione. Fateli cuocere a calore vivace e a recipiente scoperto finchè saranno teneri ma non sfatti. Scolateli e tagliateli a pezzetti. Specialmente a fine stagione, i fagiolini possono presentare il noioso inconveniente del filo che li rende immangiabili. Non dovete fare altro che lavarli e lessarli così come sono. Solo allora spuntateli e vedrete che alle due estremità verrà via completamente il filo.
In un tegame mettete a soffriggere uno spicchio d'aglio con mezzo bicchiere di olio, aggiungete i pinoli, il prezzemolo lavato e tritato; aggiungete i pomodori lavati, spellati e spezzettati, e i filetti di acciuga tritati. Allungate con un po' di brodo vegetale caldo e fate cuocere la salsa per una decina di minuti poi aggiungete nel tegame i fagiolini. Salate moderatamente.
Tagliate le fette di pane casereccio in dadini e rosolateli in una padella con un poco di olio. Ungete di olio una teglia da forno a bordi alti e disponetevi uno strato di fagiolini al pomodoro, e uno di dadini di pane, terminando con uno strato di fagiolini. Mettete nel forno già caldo (200 gradi) per qualche minuto affinché la salsa si possa addensare. Servite i fagiolini ben caldi.
Con questa pietanza si consiglia un vino Sauvignon dell'Alto Adige.

Lillibeo

Festa di S. Michele Arcangelo 2009

In occasione del 60° del Breve Pontificio di Papa Pio XII che, alla richiesta, motivata con l'espressione "*gli uomini della P.S. hanno dato prova di aver compreso l'analogia tra i compiti loro e quelli celestiali dell'Angelico condottiero"* rispondeva *"perché meglio si provveda, contro i detrattori delle leggi civili, al bene spirituale dei tutori dell'Ordine Pubblico e della Sicurezza"* e proclamava l'Arcangelo Patrono della Polizia di Stato, quest'anno si è celebrata l'annuale ricorrenza liturgica nazionale del Dipartimento della P.S. nella città di Trieste.
Per l'occasione è stato esposto l'originale del testo pontificio e letto il telegramma ben augurante di Papa Benedetto XVI.
Questo anniversario è stato avvalorato anche da un lavoro collegiale dei Cappellani della Regione Marche con un opuscolo, fatto pervenire a tutti i Cappellani della P.S., illustrativo della preghiera di S. Michele A. e del santuario di Arcevia (AN).

L A B A C H E C A

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

ANNO V – N.11

Direttore responsabile
Padre Franco Stano

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

EDITORIALE

IO CREDO

L'io sono, che si chiarisce come io spero e io amo, testimonia e decide l'io credo.
L'io credo è in questo caso senza ulteriori esplicitazioni. Dichiara soltanto la nostra natura aperta, il fatto che siamo tesi all'infinito.
Qui è in gioco la natura fondamentalmente "religiosa" dell'uomo, il quale percepisce di fronte alla sua speranza e al suo amore, di fronte dunque alla sua identità, un vortice di vita possibile cui non basta da solo. La speranza e l'amore, che chiariscono l'identità, dichiarano la natura "religiosa" dell'uomo, di ogni uomo, quale che sia la sua patria, quale che sia il colore della sua pelle, quale che sia la sua religione, quale che sia la sua concezione della vita.
La ragione dell'umano fallimento: solitudine, senso di colpa, miscredenza; Cristo risponde: Lc 19, 1-10; Gv 8, 1-11; Gv 14, 1-6.
Per noi cristiani, l'io credo, si chiarisce come un io credo in Gesù Cristo: Cristo, si manifesta a noi, come colui il quale, con la sua proposta realizzando la speranza (Lc 19, 1.-10) e l'amore (Gv 2, 1-11), realizza l'identità e quindi la vita.
Se è vero, tuttavia, che non tutti arrivano a Gesù Cristo così come ci arriviamo noi, è anche vero che nella dimensione "religiosa" dell'uomo, v'è una solidarietà di fondo che ci consente di dialogare ad ogni livello e con tutti.
Possiamo, dunque, nel nome dell'unico uomo, parlare ad ogni uomo della radice della nostra vita che è Cristo, come di una maniera, per noi la più alta e addirittura l'unica assoluta, di attualizzare la struttura fondamentalmente religiosa dell'uomo; questo dono universale che in Gerusalemme si è assiso in trono come nella sua dimora (Sal. 76,3; Sal. 135,21; Is 27, 13; Ger 3,17; Ap 21,10); e delle ragioni del nostro impegno, che riconducono ancora una volta a Cristo.
L'identità cristiana non è un ostacolo, ma la ragione della nostra testimonianza. Occorre, però, che l'identità cristiana non sia una giustapposizione, ma che si innesti invece nella nostra umanità. E' questa comune umanità, come dicevamo, che ci rende nell'essere solidali con tutti gli uomini e con tutte le donne.
In questo senso il racconto della nostra vita coincide col racconto della nostra fede, della nostra identità cristiana e della nostra identità umana. Ma perché questo sia possibile, come diceva Paolo VI, è necessario che noi si diventi "esperti in umanità" (Cfr. Populorum Progressio, n 13).

RIFLESSIONI LITURGICHE

di don Pieluigi Vignola

NOVEMBRE MESE DI RIFLESSIONE E PREGHIERA

"Dopo queste cose vidi: ecco, una moltitudine immensa, che nessuno poteva contare, di ogni nazione, tribù, popolo e lingua". *(Ap 7,2 - 4.9 - 14)*

"Chi crede nel Figlio ha la vita eterna; e io lo risusciterò nell'ultimo giorno". (Gv 6,37-40)

Il mese di Novembre inizia con due ricorrenze molto importanti: la festa di tutti i Santi, in cui celebriamo tutti coloro che, nella semplicità della loro esistenza, hanno condotto una vita santa, pur non trovando il loro nome spazio nel calendario ufficiale della santità; e, il giorno 2 la ricorrenza di tutti i nostri cari defunti: tutte le persone che ci sono passate accanto incrociando il nostro cammino e che, purtroppo, ci hanno lasciato. Foglie anch'esse cadute, quando il loro tempo si è concluso, ricordi dolorosi, tanto amore e, spesso, un'eredità di buoni esempi che, nella malinconia, può scaldarci ancora il cuore.

Novembre, un mese a cui dovremmo essere grati anche per questa duplice ricorrenza, in quanto, mentre ci richiama la fugacità del tempo, ci fa intravedere il significato profondo della nostra esistenza.

Pertanto l'invito è un attimo a fermarsi. Fermati! Per lo meno rallenta la tua corsa, esci dalla folla in fuga e conquista il ciglio della strada: considera quanto è inutile l'andare senza meta.

E chi non corre vaga solitario nei meandri di un tempo non vissuto e non capito nel suo inesorabile fluire: scontento del tutto che possiede o che vorrebbe avere.

È di pochi poter usufruire d'un filo di Arianna qual è la fede nel Dio di Abramo, di Isacco, di Giacobbe, nel Dio di Gesù Cristo: unico orientamento sicuro nel dedalo dei faticosi giorni.

Pensa all'ieri che più non t'appartiene, all'oggi che si consuma allontanandosi da te, al domani che non hai ancora.

Io essere quasi disperso nell'infinito che mi circonda, dove posso volgere lo sguardo senza perdermi nel più tetro oblio o nella cupa disperazione?

Devo trovare, voglio trovare tra le nebbie che mi circondano un led acceso: una piccola luce che mi ridoni speranza, che mi riporti sulla via della gioia, che mi liberi dalla solitudine, dalla paura della morte che si avvicina: punto saliente del divenire persona.

Niente di più falso dell'aforisma "si nasce per morire"; la morte ci partorisce alla vita, quella vera, ci trasforma nell'Amore creativo, in culture divine, amate e capaci di amore per sempre. La morte ci fa uscire da sentimenti oscuri e da impulsi distruttivi.

Fermati! Riprendi il fiato. Abbi il coraggio di liberare i tuoi occhi dalle squame del pregiudizio e osserva il panorama nuovo che ti si pone davanti: troverai pace, gusterai l'amicizia, gioirai della condivisione d'amore. Osserva nel prato le margherite e le viole, il riflesso delle stelle che sono in cielo; guarda le onde che si frangono da sempre nei duri scogli o lambiscono appena la battigia. Vedi le montagne di ghiaccio o i deserti assolati. Osserva ancora il vecchio dallo sguardo annebbiato sulla memoria del mondo, o gli occhi profondi quanto l'infinito dell'ultimo nato. Fermati e pensa: la vita non è una corsa. Gusta i sapori, non trangugiare i giorni che ti sono dati.

L'APOSTOLO PAOLO – 10

di Roberto Pacini

ESCATOLOGIA (1 Cor 15, 51-58)

L'escatologia è la branca della teologia che studia la situazione finale dell'uomo e dell'universo.
Per San Paolo, come sappiamo, la salvezza finale dell'uomo dipende esclusivamente da Gesù, il salvatore. Ne fece l'esperienza diretta sulla via di Damasco, quando l'incontro col Cristo rivoluzionò la sua vita e lo fece aderire a Lui con tutto il suo essere.
La Prima lettera ai Corinzi tratta estesamente della risurrezione. Cristo è risorto, dunque anche noi risorgeremo (1 Cor 15, 12-14.20). Gesù ci dà la vittoria sulla morte, essendo lui il primo dei risorti (15, 54-57).
In che consiste questa vittoria? Paolo sviluppa una teologia del corpo. Ad esempio afferma che il nostro corpo è "tempio" dello Spirito Santo: cioè custodiamo in noi quella novità di vita che deriva dalla fede in Cristo e dal Battesimo e possiamo fare della quotidianità una liturgia perenne, un continuo ringraziamento attraverso il nostro sforzo di santità: "Non sapete che il vostro corpo è tempio dello Spirito Santo che è in voi e che avete da Dio, e che non appartenete a voi stessi? Infatti siete stati comprati a caro prezzo. Glorificate dunque Dio nel vostro corpo!" (6, 19-20).
Paolo deve trasmettere agli abitanti di Corinto una verità alla quale difficilmente la cultura greca poteva adeguarsi. Questa affermava l'immortalità dell'anima, e il corpo era visto come una specie di prigione dalla quale l'anima aspirava a liberarsi. Era difficile, quindi, per una tale mentalità, accettare l'idea di una vita oltre la morte che coinvolgesse anche il corpo.

> *"Ecco, io vi annunzio un mistero: non tutti, certo, moriremo, ma tutti saremo trasformati, in un istante, in un batter d'occhio, al suono dell'ultima tromba; suonerà infatti la tromba e i morti risorgeranno incorrotti e noi saremo trasformati. È necessario infatti che questo corpo corruttibile si vesta di incorruttibilità e questo corpo mortale si vesta di immortalità. Quando poi questo corpo corruttibile si sarà vestito*

d'incorruttibilità e questo corpo mortale d'immortalità, si compirà la parola della Scrittura: la morte è stata ingoiata per la vittoria. Dov'è, o morte, la tua vittoria? Dov'è, o morte, il tuo pungiglione? Il pungiglione della morte è il peccato e la forza del peccato è la legge. Siano rese grazie a Dio che ci dà la vittoria per mezzo del Signore nostro Gesù Cristo! Perciò, fratelli miei carissimi, rimanete saldi e irremovibili, prodigandovi sempre nell'opera del Signore, sapendo che la vostra fatica non è vana nel Signore." (! Cor 15, 51-58)

E' da notare anzitutto il linguaggio apocalittico, utilizzato per descrivere la fine della storia, soprattutto con l'immagine dell'ultima tromba. Essa richiama la convocazione del popolo da parte di Dio (Is 27,13; Ger 51,27), ma anche l'annuncio apocalittico della fine del mondo (Ap 8-9). Il corpo dei risorti sarà trasformato (in 15,44 dice che è seminato corpo animale, ma risorge corpo spirituale). Tale trasformazione avrà due caratteristiche: l'incorruttibilità e l'immortalità. La prima è come indossata, come un vestito: nel linguaggio paolino (ricordiamo il celebre: "Vi siete rivestiti di Cristo" di Gal 3,27) designa un cambiamento profondo interiore, cioè la gloria definitiva ed eterna dei giusti. La seconda indica la vita eterna donata da Dio.
La risurrezione porta a compimento il piano di salvezza di Dio. Questo concetto è espresso con una dichiarazione e due domande retoriche. Curiosa, nella dichiarazione, è la vittoria sulla morte che viene "ingoiata" dalla risurrezione, cioè non esiste più. Segue una piccola sintesi teologica del pensiero di Paolo:

- la morte agisce attraverso il peccato (il "pungiglione")
- la forza del peccato è la Legge di Mosè, che mette in rilievo le trasgressioni ma non rende l'uomo capace di superarle
- la vittoria sul peccato è raggiunta tramite Cristo, morto per noi e risorto, apripista della nostra risurrezione.

L'esortazione finale di Paolo, allora, non può essere altro che un invito a rimanere saldi nella fede in Gesù (che vuol dire vivere di Lui) e a lavorare sempre per il Signore. Tutto questo frutterà quel destino di risurrezione riservato ai credenti.

PER UN VOCABOLARIO CRISTIANO

VOLONTA'

Il termine volontà indica la determinazione di una persona nel raggiungere uno specifico obiettivo nella propria vita o nelle proprie azioni semplici e quotidiane, così come la capacità dello spirito umano di determinare le azioni. È un concetto fondamentale e a lungo dibattuto nell'ambito della filosofia in quanto strettamente legato all'interpretazione dei concetti di libertà e virtù.
Nel pensiero cristiano indica essenzialmente la volontà di aderire alla volontà di Dio, che coincide con il suo disegno divino, un disegno in cui "Dio vuole che tutti gli

uomini siano salvi" (1Tim 2,4), scrive S. Paolo, ricapitolando gli oracoli profetici ed il messaggio di Gesù. Tutte le manifestazioni della volontà divina nel corso della storia sono allora raccolte in un piano complessivo che le coordina, in un disegno di sapienza; tuttavia, ognuna di esse concerne un avvenimento particolare.
La storia passata rivela il disegno di Dio che prima dei secoli aveva predestinato tutto; così pure, se si sottomette alla volontà di Dio "*Sia fatta la tua volontà"*. l'uomo si rivolge all'avvenire con fiducia, pèrché lo sa guidato in anticipo dalla divina provvidenza. La volontà di Dio gli si presenta non come una fatalità, ma come una chiamata, un comando, un'esigenza.
Fin dalle origini, la volontà del creatore appare agli occhi di Adamo sotto un duplice aspetto. Da una parte, è una benedizione generosa accompagnata dalla sovranità sugli animali e dalla presenza di una compagna ideale; dall'altra parte, è una limitazione apportata alla libertà umana (Gen 2,17). Allora inizia il dramma: invece di riconoscere in questo divieto una prova educatrice destinata a conservare la sua dipendenza entro una reale libertà, Adamo l'attribuisce ad una volontà gelosa della sua supremazia e disobbedisce. Quando il dialogo riprende per iniziativa di Dio, la volontà divina è diventata, per il serpente, maledizione, per l'uomo e la donna, annunzio di castigo, illuminato da una prospettiva di vittoria finale (3,5-19).
In seguito, la volontà di Dio non si manifesta più all'umanità peccatrice in modo immediato ed universale, ma viene comunicata ad un popolo eletto, mediante interventi nella storia e mediante il dono della legge, legge parimenti segno di amore, perché permette ad Israele di comprendere che ad ogni istante la parola, espressione della volontà di Dio, *è vicinissima a te, nella tua bocca e nel tuo cuore, affinché tu la metta in pratica* (Deut 30,14).
Israele impara a conoscere la volontà misericordiosa ed amorevole di Jahvé anzitutto attraverso le grandi azioni di Dio.
Così pure, dopo la prova dell'esilio, Israele deve dunque riconoscere che Dio non vuole la morte ma la vita (Ez 18, 32), non vuole la sventura ma la pace (Ger 29, 11). Una volontà espressa in tal modo è segno di amore. Volere uno, in ebraico come in altre lingue, significa amarlo. In questo senso Dio vuole il suo servo (Is 42, 1), il suo popolo (Sal 44, 4), i giusti (Sal 22, 9).
Dinanzi alla sovrana indipendenza di una volontà che talora gli pare arbitraria (Ez 18,25), l'uomo potrebbe essere tentato di ribellarsi, Allora la Scrittura, riprendendo l'immagine tradizionale del vasaio che dispone a piacere suo della creta, ricorda all'uomo la sua radicale dipendenza di creatura: "*Chi resiste alla volontà di Dio? Chi sei tu dunque, o uomo, per disputare con Dio?"* (Ger 18,1-6; Is 29,16; 45,9; Eccli 33,13; Sap 12,12).
Dio invece non si ostina nella sua volontà di castigo, è sempre pronto a convertirsi dalla sua decisione e a mutare volontà. Egli solleciterà quindi dall'interno la volontà della sua sposa infedele (Os 2,16), farà sì che Israele cammini secondo le sue volontà dandogli un cuore nuovo (Ez 36,26 s; cfr. Ger 31, 33). A tal fine, suscita un servo, di cui ogni mattino apre l'orecchio (Is 50,5), per farlo capace di obbedire alla sua volontà (Sal 40,8); perciò, grazie al servo, quel che piace a Jahvè si compirà (Is 53, 10).
Già all'alba del NT Maria, ancella del Signore ripiena di grazia, accoglie la volontà divina con umile sottomissione (Lc 1,28-38). Quanto a Gesù, il giusto per eccellenza, egli

viene nel mondo per fare la *tua volontà, o Dio* (Ebr 10,7,9); più ancora di David, egli è l'uomo secondo il cuore di Dio che compirà tutte le sue volontà (Atti 13,22). Gesù parla della volontà di Dio che lo ha inviato per una missione che è quella di dare à tutti coloro che vengono a lui, la risurrezione e la vita eterna. Se questa volontà si presenta a lui sotto la forma di un comando, egli vi vede anzitutto il segno che il Padre lo ama. L'obbedienza del Figlio è comunione di volontà con il Padre.
Ma come fare la volontà di Dio e, soprattutto, come discernerla? Per discernere la volontà di Dio non basta conoscere la lettera della legge (Rom 2,18), ma occorre aderire ad una persona, e ciò può avvenire solo per mezzo dello Spirito Santo che Gesù dona (Gv 14,26). Ciò rientra nel mistero dell'incontro delle due volontà, quella dell'uomo peccatore e quella di Dio. Questo discernimento non riguarda soltanto la vita quotidiana ma perviene alla piena conoscenza della volontà, sapienza ed intelligenza spirituale divine (Col 1,9): questa è la condizione di una vita che piaccia al Signore. Praticare la volontà di Dio è possibile, perché *è Dio che suscita in noi e il volere e l'operare per l'esecuzione del suo beneplacito* (Fil 2,13). Allora c'è comunione delle volontà, accordo della grazia e della libertà. Questa pratica costituisce propriamente la vita cristiana (Ebr 13,21), in opposizione alla vita secondo le passioni umane (1 Piet 4,2; Ef 6,6). Più precisamente, la volontà di Dio a nostro riguardo è santità, ringraziamento, pazienza e buona condotta.

Nicla Filippi

LA FRASE

"Ciò che non vieta la legge, lo vieta il pudore" (Seneca), *e*
"chi rapisce il pudore agli altri, perde il suo" (Publio Siro)

"Il pudore è il rispetto fisico di noi stessi" (P. Mantegazza)

DIRITTO CANONICO

di Angelo Andrei

L'IMPEDIMENTO DI ORDINE SACRO

Canone 1087: *"Attentano invalidamente il matrimonio coloro che sono costituiti nei sacri ordini".*

Dopo l'impedimento di vincolo e di età, il Codice di Diritto Canonico prevede anche quello di "ordine sacro". Sotto la vigenza del Codice del 1917, gli ordini sacri (o ordini maggiori) erano costituiti dal presbiterato, diaconato e subdiaconato. Tuttavia, già il Papa Paolo VI con il Motu Proprio *"Ministeria quaedam"* del 15 agosto 1972

soppresse il subdiaconato. L'attuale Codice del 1983, al canone 1009, sancisce tassativamente che gli ordini sacri sono l'episcopato, il presbiterato e il diaconato.
Con riguardo alla figura del diaconato, il Codice – recependo la reintroduzione del diaconato permanente voluta da Paolo VI con il Motu Proprio *"Sacrum diaconatus ordinem"* del 18 giugno 1967 - ne individua due tipologie: quello, appunto, "permanente" e quello "transeunte". E' diacono transeunte colui che è in attesa di divenire presbitero, cioè sacerdote; l'ordinazione sacerdotale è, infatti, preceduta temporalmente dalla nomina a diacono transeunte. Diacono permanente, invece, è il laico che non intende accedere al presbiterato e desidera rimanere in tale status. Il diacono permanente ben può avere una sua propria famiglia e svolgere una qualsiasi attività lavorativa.
Sia il diacono transeunte che colui che è divenuto diacono permanente senza essere già sposato, devono osservare l'obbligo del celibato. *"Il promovendo al diaconato permanente, che non sia sposato, e così pure il promovendo al presbiterato, non siano ammessi all'ordine del diaconato, se non hanno assunto, mediante il rito prescritto, pubblicamente, davanti a Dio e alla Chiesa, l'obbligo del celibato oppure non hanno emesso i voti perpetui in un istituto religioso"* (can. 1037). A fondamento di questo precetto vi è il principio generale previsto dal can. 277: *"I chierici sono tenuti all'obbligo di osservare la continenza perfetta e perpetua per il regno dei cieli, perciò sono vincolati al celibato, che è un dono particolare di Dio mediante il quale i ministri sacri possono aderire più facilmente a Cristo con cuore indiviso e sono messi in grado di dedicarsi più liberamente al servizio di Dio e degli uomini"*.
Nessun problema sorge nel caso di colui che accede al diaconato permanente dopo essersi già sposato: le uniche condizioni da osservare in questi casi sono quelle dell'età minima del candidato – che deve avere almeno 35 anni – e dell'acquisizione del consenso della moglie (can. 1031, §2).
Non poche divergenze di interpretazione ha, invece, fatto registrare l'ipotesi del diacono permanente che sia successivamente rimasto vedovo. Secondo alcuni il divieto di celebrare nuove nozze non riguarderebbe il diacono permanente vedovo, mentre per altri il canone 1087 nella sua formulazione non prevederebbe eccezioni in favore dei diaconi permanenti già sposati. Già Paolo VI aveva affrontato questo problema e, con il Motu Proprio *"Sacrum diaconatus ordinem"*, n. 16, aveva stabilito che il diacono permanente non poteva risposarsi dopo la morte della moglie.
Tuttavia, la circostanza che questo impedimento è di diritto ecclesiastico – e non di diritto divino – consente di derogarlo mediante una dispensa. Dispensa che, invece, non è prevista per gli altri diaconi.

APPUNTI SULLA DOTTRINA SOCIALE CATTOLICA

di Rocco Cifarelli

La *Caritas in veritate* è un'enciclica sociale che viene offerta a tutti gli uomini di buona volontà dopo 18 anni dall'ultima enciclica sociale, la *Centesimus annus* di

Giovanni Paolo II. In particolare, Benedetto XVI non intende offrire soluzioni di carattere ideologico o rivolte unicamente ai credenti, ma ci ricorda che solo ancorandosi al «duplice criterio della "veritas" e della "caritas" fra loro inseparabilmente congiunte, si può costruire l'autentico bene dell'uomo, fatto per la verità e l'amore» *(Discorso del Card. Tarcisio Bertone al Senato della Repubblica in occasione dell'incontro sulla Lettera Enciclica "Caritas in veritate", 28 luglio 2009)*. Infatti, come ci ricorda chiaramente il Santo Padre, la Chiesa "non ha soluzioni tecniche da offrire e non e non pretende minimamente d'intromettersi nella politica degli Stati" (Caritas in veritate, n. 34), ma non può al contempo ignorare che "la questione sociale è diventata radicalmente questione antropologica" (n. 75). In sostanza, la Caritas in veritate ci invita ad un'assunzione di responsabilità per il bene comune, poiché «se i beni sono solo beni, se l'economia è solo economia, se stare insieme significa solo essere "vicini", se il lavoro è solo produzione e il progresso solo crescita… se niente "chiama" tutto ciò ad essere di più e se tutto ciò non chiama noi ad essere di più, le relazioni sociali implodono su se stesse. Se tutto è dovuto al caso o alla necessità l'uomo rimane sordo, niente nella sua vita gli parla o gli si rivela. Ma allora anche la società sarà solo una somma di individui, non una vera comunità. I motivi per stare vicini li possiamo produrre noi, ma i motivi per essere fratelli non li possiamo produrre noi» *(Intervento di Mons. Giampaolo Crepaldi alla Conferenza Stampa di presentazione dell'Enciclica Caritas in veritate, 7 luglio 2009)*. L'Amore e la Verità, dunque, non possono essere pianificati o pretesi ma ci vengono donate da Cristo, Sapienza creatrice e Amore redentore, e il più grande contributo che la Chiesa può dare al mondo è l'annuncio di Cristo. La Carità, ricevuta e donata da Dio, è "la via maestra della dottrina sociale della Chiesa" (n. 2). A tal riguardo, Benedetto XVI precisa che "la logica del dono non esclude la giustizia e non si giustappone ad essa in un secondo momento e dall'esterno" e che "lo sviluppo economico, sociale e politico ha bisogno, se vuole essere autenticamente umano, da fare spazio al principio di gratuità come espressione di fraternità" (n. 34). Il riferimento continuo alla Verità e all'Amore consente all'Enciclica di affrontare in maniera esplicita i grandi temi etici sui quali gli Stati da anni discutono: dalla procreazione alla sessualità, dall'aborto all'eutanasia, dalla manipolazione dell'identità umana all'eugenetica. Il Santo Padre ci invita a scoprire le interconnessioni esistenti tra tali temi antropologici e quelli economici, sociali e culturali. L'umanità, infatti, deve liberarsi da "alcune ipoteche ideologiche che consistono nel trascurare la superiore dignità della persona umana e nel considerare la natura solo materialisticamente prodotta dal caso o dalla necessità" *(Intervento di Mons. Giampaolo Crepaldi alla Conferenza Stampa di presentazione dell'Enciclica Caritas in veritate, cit.)*. I problemi economici e sociali, invece, non possono essere affrontati con pregiudizi ideologici ma alla luce dei principi cardine della dottrina sociale della Chiesa: centralità della persona umana, solidarietà, sussidiarietà, bene comune. Solo tali principi, infatti, possono contribuire all'integrale sviluppo di ogni persona: "se non è di tutto l'uomo e di ogni uomo, lo sviluppo non è vero sviluppo… Lo sviluppo umano sul piano naturale, risposta a una vocazione di Dio creatore, domanda il proprio inveramento in un «umanesimo trascendente che… conferisce

all'uomo la sua più grande pienezza» (n. 18). L'attuale crisi economica e finanziaria non può prescindere da tale umanesimo integrale, poiché essa "ci obbliga a riprogettare il nostro cammino, a darci nuove regole e a trovare nuove forme di impegno, a puntare sulle esperienze positive e a rigettare quelle negative. La crisi diventa così occasione di discernimento e di nuova progettualità" (n. 21). In particolare, l'Enciclica cerca di farci superare la storica contrapposizione tra sociale ed economico, insegnandoci che "si può fare impresa anche se si perseguono fini di utilità sociale e si è mossi all'azione da motivazioni di tipo pro-sociale" e che "si può vivere l'esperienza della socialità umana all'interno di una normale vita economica e non già al di fuori di essa o a lato di essa… è questa una concezione che è alternativa, ad un tempo, sia a quella che vede il mercato come luogo dello sfruttamento e della sopraffazione del forte sul debole, sia a quella che, in linea con il pensiero anarco-liberista, lo vede come luogo in cui possono trovare soluzione tutti i problemi della società" *(Intervento del prof. Stefano Zamagni alla Conferenza Stampa di presentazione dell'Enciclica Caritas in veritate, 7 luglio 2009).* Il Magistero, in particolare, sottolinea l'importanza della reciprocità come valore fondativo di una società e "il dono autentico, affermando il primato della relazione sul suo esonero, del legame intersoggettivo sul bene donato, dell'identità personale sull'utile, deve poter trovare spazio di espressione ovunque, in qualunque ambito dell'agire umano, ivi compresa l'economia" *(Discorso del Card. Tarcisio Bertone al Senato della Repubblica in occasione dell'incontro sulla Lettera Enciclica "Caritas in veritate", cit.).*

In definitiva, il Santo Padre ci ricorda che ogni forma di sviluppo non può prescindere da una dimensione spirituale e dal guardare un "oltre" che l'assolutismo della tecnica non può darci. Solo in questo modo sarà possibile "perseguire quello sviluppo umano integrale che ha il suo criterio orientatore nella forza propulsiva della carità nella verità" (n. 77).

CATECHISMO DELLA CHIESA CATTOLICA

Cominciamo con questo numero a pubblicare il Nuovo Catechismo della Chiesa Cattolica; questa "Somma" della Dottrina Cristiana con cui è necessario familiarizzare sempre di più.

"Dio, infinitamente perfetto e beato in se stesso, per un disegno di pura bontà, ha liberamente creato l'uomo per renderlo partecipe della sua vita beata. Per questo, in ogni tempo e in ogni luogo, egli è vicino all'uomo. Lo chiama e lo aiuta a cercarlo, a conoscerlo, e ad amarlo con tutte le forze. Convoca tutti gli uomini, che il peccato ha disperso, nell'unità della sua famiglia, la Chiesa. Lo fa per mezzo del Figlio suo, che nella pienezza dei tempi ha mandato come Redentore e Salvatore. In lui e mediante lui, Dio chiama gli uomini a diventare, nello Spirito Santo, suoi figli adottivi e perciò eredi della vita beata" (n. 1).

ESPERIENZE

IL CIMITERO: LUOGO DI MEMORIA E DI ANNUNCIO

Siamo nel mese di novembre nel quale ricordiamo i nostri cari defunti in quel luogo singolare che è il cimitero.
Il cimitero è il luogo che, in sé, esprime da un lato tutta la ricchezza della fede nella vita eterna e dall'altro mostra la fragilità della condizione umana. Luogo che può essere vissuto non solo un giorno all'anno, ma in modo più continuativo.
In molti casi, esso diviene luogo di preghiera, tanto che la cappella del cimitero è un posto molto frequentato.
In ogni istante della giornata le persone si fermano, sostano, chiedono preghiere per sé e per i loro cari defunti.
E' vero che la gente oggi frequenta meno tale ambiente, però laddove esiste una cappella e dei preti che si rendono disponibili per questo ministero, tale luogo profuma della santità di Dio.
Celebrare in un cimitero è diverso rispetto a qualsiasi altra Chiesa , poiché è forte il legame con i fratelli e sorelle defunti; si sperimenta la compartecipazione tra la liturgia celeste e quella terrena.
Le persone possono vivere distrattamente la morte. Per alcuni, invece, è un momento forte, a volte decisivo, nel quale fermarsi, riflettere, pensare sul significato della propria vita e della morte e proprio di fronte a questo pensiero si decide di cambiare stile alla propria vita.
Il cimitero allora diventa il luogo di una fraternità vera, si sperimenta la forza della Pasqua. E' il luogo nel quale la comunità si ferma a riflettere sul mistero grande di questa vita.
E quando risuonano le pagine della Risurrezione, o di Giobbe, o della Passione, la gente si commuove e rimane in assoluto silenzio.
Forse anche il cimitero può essere uno spazio in cui la santità si sperimenta e l'annuncio evangelico può crescere come linfa vitale nei credenti di oggi, proprio laddove si esprime il massimo del dolore.

Don Luigi Trapelli

MUTAMENTI EPOCALI

di Angelo Di Nicola

LA RIVOLUZIONE RUSSA

Tra gli eventi storici che più hanno segnato, nel corso dei secoli, il consesso umano, va annoverato senza ombra di dubbio la Rivoluzione Russa che, come noto, ha investito non solo lo sterminato paese eurasiatico, ma per le enormi ripercussioni politiche, economiche, militari e culturali, il mondo intero, per tutto il ventesimo secolo ed oltre nell’attuale ventunesimo.

Da un punto di vista puramente storico la rivoluzione comprese due distinti eventi. Il primo, nel marzo del 1917, vide il rovesciamento del regime autocratico zarista e l'instaurazione di un governo liberale; il secondo, con ripercussioni ben più profonde, in ottobre, si concluse con la presa del potere da parte dei "bolscevichi" e la costituzione del primo regime comunista della storia.
In effetti le pur insufficienti riforme precedentemente introdotte dallo zar Alessandro II (anche per l'impulso di tanti intellettuali) e tra queste la soppressione dell'istituzione della servitù della gleba, avevano alimentato, tra la seconda metà del XIX secolo e l'inizio del '900, la speranza di più profondi interventi innovativi, sia sul piano istituzionale che nell'ambito di un'ampia riforma agraria. Ma i terribili disagi provocati dal primo conflitto mondiale, che vide la Russia a fianco di Francia e Inghilterra contro Germania ed Austria, unitamente all'inefficienza del governo dello zar Nicola II (con la famiglia reale soggiogata dall'ambigua figura del monaco Rasputin), dovevano aggravare notevolmente la situazione provocando l'esasperazione popolare. Infine, nel marzo del 1917, a Pietrogrado, una dimostrazione di protesta contro la carenza di pane sfociò in un'aperta insurrezione alla quale si unirono i soldati. Fu costituito dunque un nuovo governo, di ispirazione liberale, formato da personalità provenienti dalla Duma, il parlamento russo istituito nel 1906, ma che fino ad allora si era riunito solo pochissime volte e lo zar Nicola II, isolato, fu costretto ad abdicare, mentre la guida del governo veniva assunta dal principe L'Vov.
Effettivamente il governo provvisorio approvò subito alcune misure imprescindibili, tra cui la libertà di riunione e di espressione; di queste ultime usufruirono in particolare i socialisti per rendere note le loro posizioni.
Questi promossero la costituzione di organismi rappresentativi di base, i cosiddetti soviet degli operai e dei soldati. Frattanto il loro leader Lenin, dalla Svizzera cui era esiliato, il 16 aprile, con l'ausilio del Comando Militare Tedesco, raggiunse la Russia.
Egli convinse gli altri dirigenti bolscevichi a prendere le distanze dal governo provvisorio, rifiutando ogni compromesso con il regime liberale ed anche con i socialisti moderati, i cosiddetti menscevichi, onde puntare direttamente alla realizzazione di uno stato comunista.
La dottrina comunista, enunciata nel famoso "Manifesto del partito comunista" del 1848 ad opera di Marx ed Engels, rifuggendo da ogni vago socialismo utopistico, asseriva la lotta di classe ed una visione materialista della storia, propugnando la realizzazione di una società dalla quale venisse bandita la proprietà privata ed in cui i beni venissero distribuiti ad ogni suo membro. Dovevano di conseguenza scomparire la divisione del lavoro, le classi sociali e, da ultimo, lo stato stesso che, nell'ottica marxista, assicura l'appropriazione delle ricchezze da parte delle classi dominanti. Secondo Marx tutto questo sarebbe dovuto avvenire per via rivoluzionaria in società capitalistiche avanzate ed in due tappe distinte: nella prima sarebbe stata abolita la proprietà privata (ma non la divisione del lavoro) e si sarebbe applicato il principio della distribuzione a ciascuno secondo il proprio lavoro; nella seconda, ormai educato

il popolo e realizzata l'abbondanza dei beni, sarebbe subentrato il principio per cui a ciascuno viene elargito secondo i propri bisogni.
L'incisiva propaganda bolscevica guadagnò subito un ampio consenso popolare alla causa, forte anche del fatto che auspicava l'immediata uscita della Russia dalla guerra in corso.
In questo contesto il totale fallimento dell'offensiva russa contro le forze austro-tedesche lanciata a fine giugno dal Comando militare, con il conseguente sfaldamento dell'esercito a causa delle diserzioni di massa, portarono ad una grande manifestazione nelle strade della capitale con centinaia di migliaia di dimostranti.
Il nuovo Primo ministro, Kerenskij, dovette accogliere parte delle rivendicazioni, quali la proclamazione della repubblica e la convocazione di una sorta di Assemblea costituente per le riforme istituzionali, ma nel frattempo fece arrestare i capi bolscevichi accusandoli di connivenza con il nemico. Lenin stesso fu costretto a fuggire in Finlandia.
Nello stesso tempo Kerenskij si trovò a dover fronteggiare un tentativo di colpo di stato reazionario da parte del generale Kornilov, comandante supremo dell'esercito.
In realtà pare che lo stesso Kerenskij, all'inizio, non fosse contrario al tentativo, ma temendo un moto controrivoluzionario dovette ordinare l'arresto di Kornilov chiedendo ai bolscevichi stessi di organizzare la difesa di Pietrogrado. Soldati ed operai pertanto andarono incontro alle truppe che sopraggiungevano, persuadendole a fermarsi. Ciò da una parte costò a Kerenskij l'appoggio dei vertici militari, dall'altra rafforzò notevolmente la popolarità dei bolscevichi. Lenin allora, dall'esilio finlandese, incoraggiò il Comitato centrale del partito a stringere i tempi per la conquista del potere.
Questa avvenne effettivamente la notte tra il 6 e il 7 novembre, quando le guardie rosse occuparono i punti chiave della capitale e diedero l'assalto al Palazzo d'Inverno. Tutti i ministri del governo provvisorio furono arrestati ad eccezione di Kerenskij che riuscì a fuggire.
Il Congresso dei Soviet si costituì Assemblea costituente, venne proclamata la Repubblica sovietica ed il governo fu affidato ad un Consiglio dei commissari del popolo, al cui vertice fu nominato Lenin stesso.
Kerenskij, dal canto suo, mobilitò le truppe rimastegli fedeli, ma venne sconfitto e l'opposizione antibolscevica (le c.d Armate bianche) si concentrò particolarmente in Ucraina, alimentando una sanguinosa guerra civile che durò fino al 1920.
Le prime decisioni adottate dal governo rivoluzionario, abolizione della proprietà privata e distribuzione delle terre ai contadini, controllo operaio delle fabbriche, nazionalizzazione delle banche, apertura di trattative di pace separata con la Germania (poi culminate nella pace di Brest-Litovsk), assicurarono ai bolscevichi un vasto sostegno in tutte le province dell'ex impero, fino alla costituzione, il 30 dicembre 1922, dell'Unione delle Repubbliche Socialiste Sovietiche, l'URSS.
Negli anni Trenta l'URSS annunciò il superamento degli obiettivi contenuti nel piano industriale prefissatosi ed il successo della collettivizzazione nelle campagne, mentre Stalin, che aveva eliminato ogni possibile oppositore sia in seno al partito che nella

società civile (a prezzo di milioni di morti e deportati nei terribili gulag sovietici), diveniva praticamente il depositario dell'ortodossia comunista.
Nello stesso tempo, sotto la spinta degli avvenimenti russi e a causa delle varie crisi mondiali, andarono via via costituendosi partiti di ispirazione comunista (rigidamente controllati da Mosca) un po' in tutto il mondo, ma la prospettiva di una conflagrazione rivoluzionaria mondiale, auspicata da diversi influenti capi bolscevichi (tra cui Trotzkij), andò progressivamente spegnendosi.
Al termine della seconda guerra mondiale, tuttavia, a seguito degli stravolgimenti che ne conseguirono, nell'Europa orientale si formarono le cosiddette democrazie popolari, che in realtà furono vere e proprie dittature comuniste ricalcate sul modello sovietico e dall'URSS stessa controllate.
Vennero pertanto a contrapporsi due grandi blocchi distinti: quello occidentale, democratico, improntato al libero mercato (o capitalista) e filo americano e quello filo sovietico, socialista, blocchi che per quasi cinquant'anni si sono pericolosamente fronteggiati (affrontandosi in aree specifiche di crisi come Corea, Cuba e Vietnam) e più volte sono stati sul punto di dar vita ad un nuovo spaventoso conflitto mondiale con ricorso anche ad armi di distruzione di massa.
In realtà l'economia sovietica, impegnata anche nella furiosa corsa agli armamenti, si rivelò di fatto incapace di promuovere i livelli di consumo e benessere auspicati e le istituzioni stesse, al di la dei proclami, hanno continuato ad essere rigidamente autoritarie e refrattarie ad ogni reale controllo da parte del popolo.
Infine, con l'avvento di Gorbaciov alla direzione del Partito, negli anni '80, questi ritenne che il sistema potesse rilanciarsi con una serie di riforme economiche (la perestrojka) e di trasparenza nei processi decisionali politici (la glasnost). Ma anche per l'impulso delle istanze libertarie dei paesi dell'Europa orientale controllati dall'URSS (dalla Polonia fino alla caduta del muro di Berlino), il sistema alla fine doveva implodere drammaticamente, decretando la fine dell'URSS.
L'esperimento comunista, che tante speranze e timori aveva suscitato nel mondo intero, praticamente aveva termine. Rimangono, è vero, alcuni paesi come Cuba, Corea del Nord e soprattutto la Cina, ma l'introduzione di riforme decisamente orientate all'economia di mercato di fatto hanno segnato la fine dell'ideale comunista originario.

L'ANGOLO DELLA POESIA
AVVISO AI NAVIGANTI
di Marco Masolin

PER AMORE

L'ho stretto forte con queste mani ruvide
fino ad ubriacarlo, ad invaderlo con la forza
di un temporale estivo che violenta il sole
e poi scompare sommerso da un frinire di cicale.

L'ho avvinghiato come un polipo malvagio
questo sentimento con la paura fredda e glaciale
che potesse sfuggirmi di mano e scappare
dentro altri giorni ed altre vite, via lontano da questi occhi,
senza il conforto di una parola o di un addio.
L'ho stretto questo amore così forte
che l'ho fatto morire asfissiato, gli ho tolto la vita
con le mie mani, mani d'autore, mani d'amore,
mani assassine, mani adunche con gli artigli di un falco
che ghermisce la preda fino ad ucciderla.
Ed ora che sono solo ad invocare il silenzio su questa vita,
resti solo tu come un ricordo adamantino steso,
come un pesante velo, sopra questo brandello di esistenza.

INQUIETUDINI PEDAGOGICHE

di Nicola Eramo

L'ESSENZA DELL'UMANO

Un giorno ti trovi qua presente, senza sapere affatto né lo scopo né il perché. Qualcuno ti chiama, qualcuno ti parla sollecitando una tua risposta. Lo ascolti, cogli intuitivamente che si attende qualcosa da te, che non sei una nullità ai suoi occhi, ma non senti nulla di quel che ti dice. Egli non si scoraggia, insiste e persiste e non desiste: persevera. Col passar del tempo tu cominci a intendere qualche parola.
A poco a poco, egli ti fa prendere coscienza: comprendi che ti parla di te stesso, di sé e anche di qualcun altro che a sua volta ti parla. Tenti di rispondere, ma egli non capisce granché dei tuoi balbettamenti. Tuttavia egli è incoraggiato a proseguire una conversazione che non è più a senso unico. Finalmente la sua parola e il tuo esercizio ti offrono la chiave del rebus. Il tuo interlocutore ti apre la porta del linguaggio. Ti ha introdotto nel regno dei simboli. In altri, termini, prima di poter dire "io" per rispondere al tuo interlocutore, questi ti ha detto "tu". Egli però non ha potuto dire "tu" se non nella misura in cui tu esistevi già come "egli" nella conversazione che intratteneva con gli altri, insieme, parlavano di te. Prima ancora di essere un "io" l'essere umano è un "tu" e un "lui" nella conversazione degli altri. Il fatto umano fondamentale è l'invito alla parola, l'essere invitati a unirsi a una conversazione di cui non si sarebbe mai presa l'iniziativa. Non parleremmo se qualcuno non ci avesse rivolto la parola e non avesse prima parlato di noi con gli altri. L'eccellenza dell'altro, vale a dire la sua eccellenza al di sopra di ogni confronto, è iscritta all'inizio stesso dell'esistenza umana. Ciò vuol dire che l'essere umano riceve d'un colpo solo la sua autentica vocazione, che consiste nel rispondere alla parola altrui suscitandola a sua volta. Il fatto umano fondamentale dice così di se stesso, che l'essere umano è un essere reciproco, dinamico e tridimensionale.

MENU' REGIONALI

ZUPPA DI FAVE ALLA ROMANA

Per 4 persone: Fave secche, sbucciate, g. 500 – Cotenne di maiale, g. 200 – Prosciutto crudo, g. 100 – Pomodori, g. 400 - Prezzemolo – Maggiorana – Cipolla – Fette di pane, 4 – Olio -Sale – Pepe.

Questa antica ricetta della tradizione popolare romana era molto usata il 2 novembre giorno dedicato ai morti.
Mettete a bagno per almeno 24 ore, in acqua fresca, le fave secche; scolatele bene, scartando quelle guaste. Mettetele poi in una pentola con abbondante acqua fredda leggermente salata, e fatele bollire per circa un'ora.
Raschiate e risciacquate le cotenne di maiale, fatele bollire per qualche minuto, poi scolatele, lavatele di nuovo e tagliatele a pezzettini. In una casseruola mettete un trito di prosciutto crudo grasso e magro, un ciuffo di prezzemolo, un po' di maggiorana e qualche cucchiaiata di olio; fatelo scaldare appena, e aggiungeteci la cipolla tritata grossolanamente. Quando la cipolla avrà preso una leggera colorazione d'oro chiaro uniteci i pomodori lavati e privati della pelle e dei semi. Dopo circa una decina di minuti aggiungete le cotenne. Bagnate il tutto con due litri di acqua bollente e continuate la cottura per almeno un'ora. Aggiungete ora nella casseruola le fave ben sgocciolate e lasciate insaporire tutto insieme per circa un quarto d'ora a calore moderato. Mettete in ogni scodella una fetta di pane leggermente tostato e su di esse distribuite la zuppa. Buon appetito!

Lillibeo

LETTERE AL DIRETTORE

"… Un giornalista ha sostenuto che l'attuale Papa è un teologo modesto. Lei che ne pensa, Direttore?" (Michele Popolizio).

"Che pensare? Le cose fatte e quelle dette sono fatte e dette per sempre. Ciascuno se ne assume la responsabilità e il fio, anche di fronte al futuro.
E non è detto per la verità che tante persone non riescano a garantirsi il futuro anche grazie a quelle altre che hanno tentato di beffare, come accadde per esempio a Pilato che ebbe, grazie al Cristo che condannò, la possibilità di finire, lui oscuro Governatore di una oscura regione dell'impero romano, che la storia avrebbe tranquillamente oscurato,nientemeno che nel "Credo che noi recitiamo settimanalmente". Il tempo è generoso con la verità, caro Michele, e anche con la memoria. Stia dunque sereno e ascolti il Papa. Se come diceva Callimaco, "breve è la memoria finanche degli eroi", figurati di quelli che eroi non sono. D'altra parte, a ciascuno le sue competenze e a ciascuno il suo futuro. Peraltro, "tra i salmi dell'Uffizio – cantava a sua volta il Giusti – c'è pure il Dies irae". Il quale Giusti, poi si domandava: " O che non ha a venire – il giorno del giudizio?" L'impressione

mia, ma la sussurro soltanto, anche perché queste sono cose che lasciano il tempo che trovano, è che il giornalista in questione confonda la teologia con la simpatia. Mi piacerebbe per esempio sapere che cosa egli abbia letto della teologia dell'attuale Pontefice e, ancor prima, se abbia una nozione, e quale sia, di ciò che è "teologia" (PFS).

"Egregio Direttore, sento parlare sempre più spesso di «doppia intenzione» per quanto riguarda il dinamismo religioso. Mi potrebbe spiegare meglio di che cosa si tratta?" (Giovanni Bottazzi).

Mi ci provo, signor Giovanni. Immagino che "doppia intenzione" voglia significare una scissione tra il comportamento e la sua motivazione. Quando il comportamento non è in linea con la sua motivazione allora ci troviamo di fronte ad una doppia intenzione. Ricorda il bacio di Giuda? Esteriormente un gesto di affetto, interiormente un gesto di tradimento. Caso tipico di scissione interiore e quindi di doppia intenzione. Questo può accadere costantemente nell'interpretazione cristiana della vita. E accade quando al gesto esteriore non corrisponde l'assenso della mente e del cuore e dunque della vita. Questa doppia intenzione, che nasce in noi, si riflette anche nell'ordine dell'istituzione? Quanti cristiani si confessano con la stessa intenzione che ha la Chiesa propone la confessione? Quanti sacerdoti celebrano la Messa con la stessa intenzione con cui la Chiesa li ha ordinati sacerdoti? E quanti cappellani vivono il loro ruolo con la stessa intenzione con cui la Chiesa li ha resi cappellani di qualunque cappellania? Vede? Il tradimento delle intenzioni è costantemente in agguato ed è quando si ceda al tradimento che si sperimenta la "doppia intenzione", l'ipocrisia, diremmo con un nome meno complesso e più immediato. Oso pensare, signor Giovanni, che quanti parlano di "doppia intenzione" in ambito cristiano, propongano contemporaneamente la necessità di superarla con l'impegno di creare e di vivere una simpatia crescente tra la vita e le sue ragioni cristiane. E' mio convincimento che uno dei drammi della vita contemporanea, è proprio la "doppia intenzione"; contro cui bisogna lottare a livello personale e a livello sociale (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 V – N.12

Direttore responsabile
Padre Franco Stano

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

EDITORIALE

... ED ORA, DAL VOCABOLARIO

L'Italia sembra essere il Paese delle riforme mancate. I più anziani ne sentono parlare da che sono adolescenti ed hanno la sensazione che moriranno sentendone ancora parlare. Ecco: più che democristiani, essi moriranno tra una goccia di olio santo e un sussurro di *riforma.* Forse la ragione di questo andrebbe colta nel fatto che si comincia a parlare sempre di riforme impegnative e le riforme impegnative in un Paese che è senz'altro di santi, di poeti e di navigatori, ma che è soprattutto un Paese al *rovescio*, sono impossibili perché tutti qui pensano il rovescio di tutti e notte e giorno studiano tutti come non dare ragione a nessuno. Ora sembra a noi chiaro che dove tutti pensano il rovescio di tutti, meglio lo status quo perché di quello, anche se è cosa che non piace a nessuno, almeno non si sente responsabile né questa né l'altra parte della società. Un po' come l'inflessione dialettale, *mutatis mutandis,* naturalmente: uno ci nasce, se la tiene e "*guai a chi la tocca"*, come disse Napoleone all'atto di cingere la corona ferrea del Regno d'Italia.
Ultimamente una illuminata esperta di ateismo contemporaneo, onde evitare che non sappiamo se il figlio o lei stessa, comunque roba da classe elementare, mal digerisse un salame puro porco o qualcosa d'altro ma sempre del genere, ha chiesto, né riusciamo a capire se in base alla logica o alla biotica, che dalla scuola italiana sia espunto il crocifisso: perché, pare che il problema della mal digestione suo o del figlio non vada ascritto a qualche avaria del salame, ma, guarda un po'?, proprio al crocifisso che, poverino, non parla, non si muove, non confeziona cibi e non chiede nemmeno di essere guardato. Del resto, la signora ha parlato di digestione, non di torcicollo e noi, per garantirci, gridiamo "*tana"*.
La proposta della nordica illuminata cattedratica di ateismo contemporaneo com'era da immaginare ha ancora una volta spartito il *tutti* del nostro popolo in due metà esatte; dunque siamo alle solite: *"abbasso il crocifisso"* - urla il cinquanta per cento - cui risponde l'altro cinquanta per cento – *"evviva il crocifisso"* - metteteci mano e soprattutto bocca se vi sentite neutri e ne siete capaci!
Ripetiamo che a nostro giudizio il vero problema è l'eccessivo spessore delle riforme cui si pensa e la pretesa di affrontarle direttamente, cappello contro cappello e dunque *incappellati,* come direbbe un mal tradotto proverbio spagnolo. Ci domandiamo: perché non affrontare le cose più dolcemente, lavorandole magari al fianco? Prendiamo il crocifisso, per esempio: se invece di espungerlo direttamente, cominciassimo ad espungerlo dal vocabolario?: eliminiamo dal nostro vocabolario prima di tutto la parola *croce* e i suoi derivati, procedendo magari soavemente, per evitare una sofferta crisi dell'incolpevole consonante "*c".* Eliminiamo dunque dal vocabolario la parola *"croce"* e un pochino alla volta crolleranno senza patemi le circonlocuzioni a quella parola legate, come: *portare la croce, fare un segno di croce, a occhio e croce, croce di cavaliere, punto a croce, croce di Malta, la gran croce, la croce rossa, la croce verde, la croce azzurra, la croce del sud, magari, se ci fosse, pure la croce del nord, la croce greca, la croce latina, la croce di*

Sant'Andrea, lo stare in croce, il mettere in croce e così via. Siccome poi da cosa nasce cosa, ecco che lentamente ma inesorabilmente il vocabolario va espungendo le parole correlate: *crocetta, crocina, crocicchio, crocivia (in)crocio, cròceo, crocifero, crocifiggere, crocifissione, crocifisso*, e siamo arrivati. Il crocifisso infatti, noi crediamo sarebbe espunto dalla società quando nessuno più sapesse che cosa significa quella parola; esattamente, ci si lasci argomentare, come accade col termine "sommommolo", il quale termine, benché difficile sia, avendo tuttavia l'onore del vocabolario potrebbe essere nel suo vetusto significato ancora percepito, mentre invece se il "sommommolo" fosse espunto dal vocabolario, nessuno potrebbe ormai conoscerne il significato e se ne morirebbe ucciso per sempre. Almeno dai più, perché magari potrebbe rimanersene vivo, ma innocuo, nel compiacimento mentale di qualche occhialuto studioso di archeologia linguistica. Tutto qui, povero sommommolo, pensate un po'!

Eccola, dunque, la nostra proposta a mano tesa. Invece che essere violenti col crocifisso - *parce sepulto*, diceva la saggezza antica - lavoriamolo ai fianchi cominciando dal vocabolario e chissà che la croce prima di sparire completamente con tutto il Crocifisso, che a dire il vero non fu il primo, non fu l'unico e non sarà nemmeno l'ultimo, non ci renda un ultimo servizio: il servizio di educarci al metodo delle riforme che forse sarebbero possibili proprio se si prendessero non di petto, ma di fianco. Come le montagne, al dire dei loro amatori.

Mano al vocabolario, dunque e si dica a Pietro perché Paolo capisca e taccia. Si stabilisca una gara ad alto livello per espungere tutte le parole che in un modo o nell'altro attengano alla parola *crocifisso.* Eliminata la forma, elimineremo il suono e con la forma e il suono elimineremo la cosa. Eliminata la cosa, avremo conquistato finalmente la libertà di tornare a cercarla come un'essenziale nostalgia di senso.

"La croce gentile ci ha lasciati", cantava Salvatore Quasimodo dinanzi agli orrori dell'ultima tristissima guerra mondiale; nessuno può dimenticare, a meno che il fatto non sia stato espunto dalla storia, la lezione di quel grande generale romano bizantino che, caduto in miseria, tendeva la mano e brontolava: "Date un obolo a Belisario!".

RIFLESSIONI LITURGICHE

di don Pieluigi Vignola

DICEMBRE MESE DI GESU' E MARIA E DELLA FAMIGLIA CRISTIANA!

"Con l'amore si vince la grande battaglia del male. Pregate ed amate. Amate e pregate. Con la preghiera e l'amore potete realizzare tutto ciò che vi sembra impossibile. Gesù vi ama, Io vi amo, e voi miei cari figli, se volete seguire il nostro cammino dovete amare".

L'apporto che il cristianesimo ha dato alla formazione dei valori di democrazia, di uguaglianza e di giustizia è certo di indiscusso valore storico. Un impegno che continua coraggioso nelle chiese dell'Africa, dell'America latina e dell'Asia. Nella vecchia Europa e perfino nella cattolicissima Italia, invece, molte comunità cristiane sono ridotte a sedimento, a memoria storica o nobile eredità, ma il messaggio evangelico è estromesso dalla vita quotidiana della famiglia e nella guida politica ed economica della società.
È proprio nella conduzione dello Stato che tanti cristiani cattolici si sono rarefatti, auto imbavagliati per la sete di potere, preoccupati esclusivamente dei propri privilegi corporativi.
Si assiste, ormai, ad una incapacità abituale di partecipazione o di interesse, dal punto di vista affettivo, verso la propria fede, per cui si sta vivendo nella dittatura del relativismo. La pratica religiosa manca di profondità, è diventata un'abitudine che ha dimenticato la sua ragione fondante.
Si è, così, indifferenti alla crescita di un fronte laicista fortemente anticattolico che vede da parte di tanti una neutralità su valori assolutamente non negoziabili come la vita e la famiglia.
Dicembre mese dell'Immacolata Concezione di Maria e Natale di Nostro Signore Gesù, sono stimoli che ci fanno capire come bisogna appunto ripartire dalla famiglia per riconquistare un punto di riferimento a livello antropologico primo ancora che spirituale: i giovani non si sposano, le convivenze tra i cristiani sono ormai più dei matrimoni.
Si vive alla giornata, non sappiamo più chi siamo.
In questa collettiva apatia non c'è più distinzione tra il Dio di Gesù Cristo e gli dei dell'Olimpo omerico; basti pensare che nei testi della scuola media,la Bibbia è posta nel libro della mitologia insieme all'Iliade e l'Odissea.
I cristiani europei, i cattolici italiani, non amano più la propria fede, perché non la conoscono più. Una percentuale altissima non solo non ha mai letto la Bibbia-Antico Testamento, ma non ha mai letto nemmeno i Vangeli. Magari in casa, nella libreria, c'è anche una bella edizione da spolverare.
Credo che sarebbe proprio ora di riprenderla in mano e aprirla per ascoltare ciò che Dio vuole dire a ciascuno di noi, anche e soprattutto in vista di questo nuovo Avvento che ci deve maggiormente far riflettere su quello che sembra essere un *"cristianesimo apatico",* è quindi solo nell'ascolto della Parola di Dio che si può solidificare la fede e come sosteneva il grande maestro dell'annuncio San Bernardino da Siena: "la Parola è più importante dell'Eucarestia in quanto senza la Parola non si può capire l'Eucarestia; la Parola va *ruminata* per essere assimilata".
Chiediamo a Dio che in questo nuovo anno liturgico ed apprestandoci a terminare un nuovo anno sociale possiamo ritrovare quella forza e quella grazie di sentirci sempre più veri ed autentici Testimoni del Cristo in mezzo a noi!

L'APOSTOLO PAOLO - 11

di Roberto Pacini

TEMI PARTICOLARI (I PARTE)

1) LA CORSA

Per annunciare il vangelo nel cuore dell'ellenismo, non c'era niente di meglio che utilizzare l'immagine delle corse negli stadi e dei giochi greci in generale, allora tanto famosi. Anche Paolo vi fece ricorso, non solo nella prima lettera ai Corinzi, ma anche in Fil 2,16 e in Gal 2,2. *"Ma tutto faccio per il vangelo, per diventarne partecipe anch'io. Non sapete che, nelle corse allo stadio, tutti corrono, ma uno solo conquista il premio? Correte anche voi in modo da conquistarlo! Però ogni atleta è disciplinato in tutto; essi lo fanno per ottenere una corona che appassisce, noi invece una che dura per sempre"* (1Cor 9, 23-25).
In questo brano Paolo si riferisce ai giochi dell'Istmo di Corinto, in cui il vincitore riceveva una corona di rami intrecciati. Per vincere occorre allenamento, autodisciplina, esercizio delle virtù. I cristiani sono chiamati ad una continua palestra nella vita spirituale, per conquistare la vita in Dio. Chi non va avanti, diremmo noi, va indietro.
In Fil 2,16 Paolo fa riferimento anche all'attività missionaria: all'impegno, alla fatica e alla prudenza che essa comporta per non "correre invano".

2) LA CARITA'

Il celebre testo sulla carità di 1 Cor 13, 1-13 è un vero e proprio inno, dal timbro molto lirico, simile a quello sulla sapienza (Sap 7, 22 – 8,1). Il termine *agape* compare nove volte e designa l'amore stesso di Dio che, riversato nel cuore dei credenti col battesimo, li rende in qualche modo partecipi della vita divina.
"Se anche parlo le lingue degli uomini e degli angeli, ma non ho la carità, sono un bronzo sonante o un cembalo squillante. E se anche ho il dono della profezia e conosco tutti i misteri e tutta la scienza; e se anche possiedo tutta la fede, sì da trasportare le montagne, ma non ho la carità, non sono niente. E se anche distribuisco tutte le mie sostanze, e se anche do il mio corpo per essere bruciato, ma non ho la carità, non mi giova nulla. La carità è magnanima, è benigna la carità, non è invidiosa, la carità non si vanta, non si gonfia, non manca di rispetto, non cerca il suo interesse, non si adira, non tiene conto del male ricevuto, non gode dell'ingiustizia, ma si compiace della verità; tutto scusa, tutto crede, tutto spera, tutto sopporta. La carità non avrà mai fine…Ora esistono queste tre cose: la fede, la speranza e la carità; ma la più grande di esse è la carità" (1 Cor 13, 1-13).

Ricordiamo che l'inno nasce all'interno di un'argomentazione sui carismi straordinari (glossolalia, profezia, conoscenza dei misteri, interpretazione delle lingue, ecc.), così tanto apprezzati all'interno della comunità di Corinto. Nella prima parte Paolo vuole far comprendere che qualsiasi carisma o dono di Dio non ha alcun valore in sé, quando manca l'amore. Il bronzo che risuona e il cembalo che tintinna sono immagini di qualcosa che fa solo rumore, che non ha "anima". Esattamente come le manifestazioni carismatiche, soprattutto in ambito liturgico, se non sono accompagnate da vero spirito di servizio e di fratellanza.
La seconda parte dimostra che l'amore è operativo, è concreto in tutti gli aspetti della vita. Per questo racchiude in sé tutte le virtù *("tutto scusa, tutto crede, tutto spera, tutto sopporta")* e sa andare al di là di ogni difficoltà. Mentre fede e speranza sono legate alla vita terrena, l'amore si proietta in quella eterna, perché è la vita stessa di Dio, che "è amore" (cfr. 1Gv 4, 8.16).

PER UN VOCABOLARIO CRISTIANO

ZELO

La parola greca zèlos viene da una radice che significa essere caldo, andare in ebollizione; rende bene la parola ebraica *gin'ab* la cui radice designa il rossore che sale sul volto dell'uomo che ha passione amorosa per qualcosa, passione, spesso simile all'ira, che fa pensare al fuoco.
Zelo significa quindi essere fervidamente attivi per portare a termine un lavoro, avere un obiettivo da raggiungere, operare quindi con cura.
Lo zelo è l'amore che Gesù aveva per suo Padre, per il suo tempio, così come il suo operare affinché il significato di quel tempio fosse rispettato. Tutta la sua anima e la sua vita sono state divorate dallo zelo per Dio e per le anime. La vita che per trent'anni scorre silenziosa, ricca di magnifici esempi di virtù, è tutta una preoccupazione d'apostolato e, quando questo inizia, Gesù ne è letteralmente assorbito. Per attendere tutto alla sua opera, lascia ogni cosa e, a partire da quel giorno, non ha più che uno scopo: salvare le anime riconducendole verso Dio o fino a Lui; glorificare Dio cercando di far regnare la verità e la giustizia di Lui nelle anime.
Per questo, uscito dalla pacifica Nazareth, intraprende una serie di peregrinazioni attraverso la Palestina, di preferenza nella Galilea; le città rumorose non lo spaventano con la loro grandezza, la loro superbia, la loro apatia, né gli umili villaggi gli paiono un campo troppo misero ed angusto. Si rivolge ad ogni classe di persone: dottori coi quali bisogna adoperare l'arma sottile di un ragionamento dialettico ed erudito, plebi ignoranti che non capiscono invece se non il linguaggio intenso delle immagini; anime elette che bevono con avidità le sue parole, come Maria seduta in estasi ai suoi piedi e anime volgari o terribilmente guaste dalle colpe come la peccatrice, farisei ipocriti già sazi di celesti dottrine e poveri pubblicani mai reputati degni di quelle dottrine.

Lo zelo di Gesù abbraccia anime e corpi, o meglio comincia dai poveri corpi malati, dagli stomaci digiuni per arrivare meglio alle anime deboli o guaste, adopera tutti i mezzi: la parola che persuade amorevole, l'invettiva che suona aspra, l'elemosina che discende benefica, la guarigione che arriva opportuna, la minaccia che tuona, se occorre, terribile.
Attorno a Gesù si raccoglie un manipolo di amici più fidi, di discepoli più attenti e assidui, che Gesù imbeve del suo spirito, forma ed addestra alle battaglie dell'apostolato. Pensando al giorno non lontano in cui egli, vittima del suo zelo, non ci sarà più, considera che l'umanità avrà più che mai bisogno di sperimentare lungamente quei frutti d'uno zelo verace, che ha appena cominciato a gustare. La trasformazione che sa operare in quelle rozze anime di pescatori, il sacro fuoco d'entusiasmo che loro comunica, la passione delle cose divine, dei divini interessi che Egli sostituisce alle basse cupidigie terrene, è una prova eloquente dell'ardore di questo suo zelo passionale. Nessun ostacolo vince questo zelo divoratore. È uno zelo forte fino alla morte… perché anche quando è palese a tutti che la franchezza nell'annunciare l'odiosa verità, la sua libertà apostolica nel flagellare certi vizi gli procurerà la morte, Gesù non indietreggia.
E il suo esempio diviene un contagio, perché alla scuola di Lui cresce quel Paolo che giganteggia così maestoso nella storia d'ogni propaganda ideale; quel Paolo, maestro d'apostolato che, con purissima umiltà, si riconosce e professa un povero discepolo del Nazareno, l'apostolo d'ogni lavoro, d'ogni sacrificio, d'ogni amore.
Avere zelo significa cercare l'amore di Dio, ossia desiderio ardente che si compia la sua volontà, che sia santificato il nome di Lui, ne sia stabilito sulla terra come in cielo il regno. *Adveniat regnum tuum*, è il sospiro dell'anima religiosa, dell'anima che sa e sente che cosa significhi Dio, quanta giustizia ci sia nel regno di Lui fra gli uomini e le cose.
Deus qui amat animas: è la definizione sublime di Dio dataci dalle Sacre Scritture: è la definizione capace di ispirare il nostro zelo. il cui spirito interiore, la cui legge più profonda deve essere appunto questa, l'amore, come dice S. Agostino: *ama et fac quod vis*. Lo zelo ci spinge a ricercare Dio e a cambiare per lui.
Altro grande motivo per cui dovremmo esser spinti a voler questo (Corinzi 3:16-17) è che il tempio di Dio siamo noi, il suo spirito è in noi.
Una vita zelante è quella in cui ci si adopera per queste cose e nello stesso tempo ci si alimenta con esse; ma soprattutto una vita zelante deve manifestarsi, deve essere visibile agli altri, deve cercare di portare a compimento gli obiettivi del Padre cioè essere luce, luce che attira gli altri ad avvicinarsi al Signore ed essere salvati.
Infine, lo zelo caratterizza colui che si presenta come ambasciatore di Cristo (II Corinzi 5,20). "*Quanto allo zelo non siate pigri... servite il Signore*" (Romani 12,11), cercando di avere a cuore Lui e le anime e di non rassomigliare al "servo malvagio ed infedele" della parabola dei talenti.

Nicla Filippi

LA FRASE

"Il mondo d'oggi è fatto così: la terribile potente parola*, lo domina, lo circonda, lo stordisce, lo stordisce… Quando la parola è tutto, il ciarlatano e l'uomo di scienza sono sol divisi da una linea impercettibile"* (Carlo Lorenzini – Collodi)

DIRITTO CANONICO

di Angelo Andrei

L'IMPEDIMENTO DI VOTO

Canone 1088: *"Attentano invalidamente il matrimonio coloro che sono vincolati dal voto pubblico perpetuo di castità emesso in un istituto religioso" ("Invalide matrimonium attentat, qui voto publico perpetuo castitatis in instituto religioso adstricti sunt").*

Secondo il canone 1088 non può contrarre validamente matrimonio chi ha emesso un voto pubblico perpetuo di castità in un istituto religioso, non rilevando che l'impegno sia stato "semplice" o "solenne" e pronunciato in un istituto di diritto diocesano o pontificio. Per quanto concerne i voti "semplici" o "solenni", la distinzione non è rinvenibile nei canoni riguardanti gli istituti religiosi, bensì nel canone 1192, che è inserito nel Titolo V ("Il voto e il giuramento") del Libro IV del Codice di Diritto Canonico.

Ha dato luogo ad alcune dispute dottrinali il requisito connesso alla pronuncia del voto all'interno di un istituto "religioso". Secondo alcuni la precisazione "religioso" sarebbe pleonastica perché in questi istituti il voto non può che essere pubblico; negli istituti "secolari", invece, i voti non sono mai pubblici. I sostenitori di questa posizione omettono, però, di considerare che esiste una forma di vita consacrata che è quella "anacoretica", cioè eremitica, in cui si possono avere anche voti pubblici. Pertanto, l'eremita che emetta i voti pubblici perpetui di obbedienza, povertà e castità non soggiace all'impedimento matrimoniale di voto. La ragione di tale esclusione risiede nella circostanza che l'anacoreta non appartiene ad un istituto religioso.

CATECHISMO DELLA CHIESA CATTOLICA

2. Affinché questo appello[1] risuonasse per tutta la terra[2], Cristo ha inviato gli Apostoli[3] che aveva scelto, dando loro il mandato di annunziare il Vangelo[4]: Andate e ammaestrate tutte le genti, battezzandole nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo[5], insegnando loro a conoscere tutto ciò che vi ho comandato[6]. Ecco, io sono con voi tutti i giorni fino alla fine del mondo" (Mt 28, 19-20)[7]. Forti di questa missione[8], gli Apostoli "partirono e predicarono dappertutto mentre il Signore operava insieme con loro e confermava con la parola con i prodigi che l'accompagnavano" (Mc 16, 20)[9].

ESPERIENZE

INCONTRO

Per ogni sacerdote è importante il momento dell'incontro con la gente. Tale incontro può avvenire in vari modi, ma assume la sua espressione più vera nel rapporto interpersonale. E non parlo solo delle confessioni che pure impegnano molto il prete nel suo ministero, ma anche ogni incontro vissuto con calma nella direzione spirituale e nel confronto interpersonale in genere. Ogni incontro è, per me, un momento magico.
Davanti a te hai una persona che ha dei bisogni, delle attese, ma che dona qualcosa a te. Non è solo dare, ma anche ricevere. Ho imparato molto a ricevere, anzi sono convinto che noi cresciamo più per la nostra passività, che non per la nostra attività. Diventa essenziale mettere a proprio agio le persone e capire come ogni incontro è un dono. E' essenziale non solo sentire, ma anche ascoltare.
E' la gioia di vedere persone che ti raccontano la vita, che ti presentano il loro vissuto. Altrimenti rischiamo di avere degli incontri senza un contatto vero con l'altro.

---

[1] Si tratta della chiamata con cui Dio invita l'uomo ad entrare in relazione con Lui.
[2] L'annuncio della salvezza ha un carattere universale, riguarda cioè gli uomini e le donne di tutti i tempi e di tutte le latitudini
[3] Gesù ne chiamò 12 fra i suoi discepoli. In collegamento con loro i Vescovi della Chiesa, che sono pastori del popolo cristiano e che hanno il dovere di insegnare e di garantire, in unità col Papa, la trasmissione e l'integrità della fede
[4] Letteralmente, dal greco, Buona Novella, Notizia Insospettata.
[5] Il battesimo che ci inserisce nella vita divina è il primo Sacramento della nostra fede. Siamo Battezzati nel nome della Trinità, il grande mistero cristiano che predica una sola natura, ma tre persone.
[6] Il Deposito della fede non è disponibile. La Chiesa è obbligata ad annunciare integralmente ciò che ha ricevuto per dono.
[7] In questo modo sono citati i testi della Scrittura. Specificamente: Mt, sta per Matteo, uno dei quattro autori del autori del Vangelo; 28, sta per il capitolo citato del suo vangelo; 19-20, dicono i versetti specifici. Questa è una costane: autore, libro, capitolo, versetti.
[8] La Chiesa è missionaria per natura, l sono gli Apostoli e dopo di loro quanti sono battezzati, secondo il ruolo e la dignità specifica.
[9] Qui dunque si cita il versetto 20 del capitolo 16 dell'evangelista san Marco.

L’incontro ti fa entrare pian piano in simbiosi con l’altra persona e, in particolare, capisci che è necessario saper attendere i suoi tempi, i suoi percorsi; in molti casi, anche le fatiche e le incomprensioni iniziali, mi sono servite per maturare un rapporto di amicizia forte, perché è proprio superando insieme questi momenti di tensione, che si arriva a riconoscere pienamente l’altro. Credo che non esista al mondo un dono più bello di quando, con calma, si può dialogare con una persona, gustando l’incontro e raccontando ciò che siamo. E’ proprio nel dialogo che riscopriamo il gusto dell’alterità, ma anche la gioia di non sentirci mai soli, avendo di fronte delle persone che hanno fiducia in noi. Anche se la vera e autentica fiducia, quella che non viene mai meno, è sempre offerta da Dio!

Don Luigi Trapelli

DALLA PAROLA ALLE PAROLE

di Antonello Mei

PSICOTERAPIA

(Il calore di uno sguardo affettuoso)

Quando proviamo a risolvere un problema che ci assilla, ci sediamo in un luogo tranquillo e proviamo a discernerne la causa. Sembrerebbe tutto molto semplice, il difficile deriva dal fatto che per rimuovere un conflitto dobbiamo rimuovere la causa e che questa, la maggior parte delle volte, può essere trovata solamente dentro di noi, quando non si tratta di impedimenti esterni. Non sempre, quello che sembra semplice, in realtà lo è; tutto questo è ancor più vero quando parliamo della realtà psichica e mentale dell'uomo.

Il concetto di psicoterapia viene comunemente accostato a quello di Freud che con l'elaborazione di concetti quali Pulsioni, Edipo, Libido, Super-Io, Rimozione, Inconscio, ha costruito una teoria, definita psicoanalisi, con cui spiegava il funzionamento della mente e del comportamento dell'uomo. Così il metodo psicoanalitico si è sviluppato nella ricerca dei meccanismi mentali e ci ha fornito uno strumento sia per la comprensione delle condotte umane, sia per la cura della personalità.

Le scoperte e i concetti della ricerca psicoanalitica sono entrate a far parte del linguaggio comune anche in maniera inflazionata. Quante volte sentiamo dire alle persone: “si comporta così e così perché è depresso” ma che sarà poi questa depressione ? Un avvallamento dopo una sporgenza ?!. Quest'inflazionamento dei concetti e del termine di 'psicoterapia' se da una parte ne hanno favorito la diffusione dall'altra ne ha fatto perdere il suo reale il significato. Infatti, quanto più generico e più frequente è l'uso di un termine, in origine specifico, tanto più vago e sfumato ne diviene il contenuto; quindi per certi versi anche di difficile credibilità. Quante volte si dice dello psicologo che è un parolaio, un consigliere, uno scienziato dell'ovvio,

un'apprendista stregone che attraverso pratiche 'magiche' influisce sul comportamento degli altri.
La psicoterapia non è dare consigli, tanto meno dare conforto o sostegno,anche se a volte è anche questo. Il mondo è pieno di consiglieri; in parte, quello che fa arrivare le persone in terapia è proprio l'essersi smarriti in quel mare di consigli e il non riuscire più a dare ordine alla propria vita. L'obbiettivo minimo che solitamente ci si pone in una psicoterapia è proprio quello di far riscoprire al paziente la propria voce. Non c'è bisogno di dire ad alcuno cosa deve fare del proprio matrimonio, del suo lavoro, della propria vita o delle sue ansie e delle sue paure. Compito del terapeuta è quello di aiutare la persona a riprendere il timone della sua vita, a darsi delle priorità e ad agire su di esse in modo funzionale e non c'è nessuno che possa farlo meglio di lui stesso. A volte, basta aiutare l'individuo a percepire il problema da una differente angolatura senza quelle interferenze emozionali che ne hanno generato la vulnerabilità.
Qualche secolo fa Aristotele enunciava a ragione: “Primum vivere, deinde philosophari” (prima bisogna vivere e poi, filosofare), questo e tanto più vero in psicoterapia, altrimenti diventa un vuoto esercizio speculativo.
Quale messaggio si cela dietro una voce repressa? Quale luce brilla dietro uno sguardo spento? Quale emozione si esprime nelle mani che si aggrovigliano? Molto semplicisticamente potremmo rispondere che è la 'sensazione' dell'incapacità di vivere di una persona.
La presenza fisica del terapeuta porta a una profonda comunanza di emozioni e sentimenti (empatia) con il paziente. E' proprio questa comunanza di emozioni e sentimenti, non la mera comprensione razionale che ci potrebbe fornire un amico o un familiare, che avviene in psicoterapia. Scopo di una terapia è quello di riportare questo dolore, derivante da una 'incapacità di vivere', analizzarlo fino alle sue profondità per permettere poi al paziente di liberarsene. La prima cosa che il terapeuta cerca di chiarire sono queste forme di occultamento, mediante le quali il paziente cerca di allontanare il suo dolore. Prendere coscienza del sentimento, senza tuttavia fornire ulteriori spiegazioni o indicazioni terapeutiche è il primo passo. Successivamente si potrà cercare di comprendere questo sentimento; infine si cercherà di illustrare come è possibile annullare il 'dolore', per quanto possibile, vivendo quelle emozioni ad esso legato cui il paziente è finora sfuggito.
Negli ultimi anni della sua vita Freud ammise che la semplice analisi non era in grado di guarire. Si tratta di cogliere l'elemento curativo, scartando quello non curativo. Un approccio cosciente ai ricordi e ai modelli di sviluppo e il loro trasferimento - transfert - sull'analista determinano il successo terapeutico. Dare voce al paziente rappresenta l'inizio, lo scopo e il significato della psicoterapia.
In definitiva, scopo della psicoterapia è quello di rendere attuale la capacità di auto guarirsi che ogni individuo possiede. Alcuni terapeuti attribuiscono l'effetto curativo delle proprie parole all'esattezza della propria osservazione o interpretazione. Non si tratta tanto del contenuto delle interpretazioni quanto piuttosto dell'energia che il terapeuta è in grado di trasmettere al paziente e che deriva soprattutto dalla calorosa, partecipe attenzione nei confronti del paziente stesso. Naturalmente, 'l'attenzione

liberamente fluttuante' (Freud) del terapeuta crea il presupposto per una adeguata interpretazione. Quante volte dovremmo ammettere che qualche cosa non avrebbe dovuto funzionare, in terapia, perché sbagliato ma nonostante ciò ha funzionato. L'intervento si è rivelato efficace a onta della sua inesattezza, e lo stesso paziente se ne rende conto. Il dispiegamento dell'energia nella psicoterapia modifica ogni cosa, senza tuttavia aggiungere niente di nuovo dal punto di vista del contenuto; è forse questo che da' un che di 'magico e stregonesco' all'intervento. Cosa sarebbe l'analisi dei ricordi infantili, dei sogni, dei complessi delle immagini evolutive senza 'l'amore', ove per 'amore ' intendiamo l'attenzione amorevole e benevola.
I sintomi delle persone che si sono sottoposte a due terapie successive possono reagire ugualmente bene alle diverse interpretazioni dei due terapeuti riguardo al medesimo problema. Supponendo che si aggiunga un terzo terapeuta, in grado di dimostrare inequivocabilmente l'errata interpretazione dei due colleghi che l'hanno preceduto. Anche in questo caso non è affatto certo che la sua interpretazione 'esatta' eserciterà sul paziente un effetto più benefico di quella sbagliata dei due colleghi.
Non si tratta, in buona sostanza, del contenuto delle interpretazioni quanto piuttosto dal rapporto che si stabilisce fra due persone. Vorrei concludere con un pensiero di un non addetto ai lavori - Mahatma Gandhi - che, come comunemente avviene, ha colto cosa è e ciò che dovrebbe avvenire nel contesto di una psicoterapia meglio di tanti psicoanalisti:

“Scopri l'amore”

Prendi un sorriso, regalalo a chi non l'ha mai avuto.
Prendi un raggio di sole, fallo volare dove regna la notte.
Scopri una sorgente, fa' bagnare chi è nel fango.
Prendi una lacrima, posala sul viso di chi non ha mai pianto.
Prendi il coraggio, mettilo nell'animo di chi non sa' lottare.
Scopri la vita, raccontala a chi non sa capirla.
Prendi la speranza e vivi nella sua luce.
Prendi la bontà e donala a chi non sa donare.
Scopri l'amore e fallo conoscere al mondo.

L’ANGOLO DELLA POESIA
AVVISO AI NAVIGANTI
di Marco Masolin

GIOVANI

Questi giovani così fragili ed indifesi,
così teneri nei loro volti sfregiati da mille passioni,
nei loro occhi violati da mille immagini

rubate ad un mondo infido con l'ansia devastante
del nuovo che ti brucia dentro.
Questi giovani sempre attesi al traguardo
di una corsa che non è mai iniziata,
terminata lo stesso giorno in cui un frettoloso bacio
ed una torta piena di candele hanno sancito
l'ingresso e la contemporanea uscita dalla storia del mondo.
Questi giovani fatti di niente,
oscurati dentro nuvole di fumo,
nascosti dietro pasticche rosse e viola
ingoiate come un passpartout per un ipotetico al di là,
per un altro mondo possibile e inutile
che qualcuno cancellerà subito
dal novero delle possibilità.
Adesso che il rumore del tempo si attenua
li vedo, i giovani, passare silenziosi
tenendosi per mano, come bambini ad una giostra
con gli sguardi assenti e le labbra socchiuse forse per parlare,
per dire qualcosa, o forse solo per urlare la rabbia di chi,
con fredda determinazione,
ha cancellato dal loro orizzonte la parola felicità.

INQUIETUDINI PEDAGOGICHE

di Nicola Eramo

L'ESSENZA DELL'UMANO

Un giorno ti trovi qua presente, senza sapere affatto né lo scopo né il perché. Qualcuno ti chiama, qualcuno ti parla sollecitando una tua risposta. Lo ascolti, cogli intuitivamente che si attende qualcosa da te, che non sei una nullità ai suoi occhi, ma non senti nulla di quel che ti dice. Egli non si scoraggia, insiste e persiste e non desiste: persevera. Col passar del tempo tu cominci a intendere qualche parola. A poco a poco, egli ti fa prendere coscienza: comprendi che ti parla di te stesso, di sé e anche di qualcun altro che a sua volta ti parla. Tenti di rispondere, ma egli non capisce granché dei tuoi balbettamenti. Tuttavia egli è incoraggiato a proseguire una conversazione che non è più a senso unico. Finalmente la sua parola e il tuo esercizio ti offrono la chiave del rebus. Il tuo interlocutore ti apre la porta del linguaggio. Ti ha introdotto nel regno dei simboli. In altri, termini, prima di poter dire "io" per rispondere al tuo interlocutore, questi ti ha detto "tu". Egli però non ha potuto dire "tu" se non nella misura in cui tu esistevi già come "egli" nella conversazione che intratteneva con gli altri, insieme, parlavano di te.

Prima ancora di essere un “io” l’essere umano è un “tu” e un “lui” nella conversazione degli altri. Il fatto umano fondamentale è l’invito alla parola, l’essere invitati a unirsi a una conversazione di cui non si sarebbe mai presa l’iniziativa. Non parleremmo se qualcuno non ci avesse rivolto la parola e non avesse prima parlato di noi con gli altri. L’eccellenza dell’altro, vale a dire la sua eccellenza al di sopra di ogni confronto, è iscritta all’inizio stesso dell’esistenza umana. Ciò vuol dire che l’essere umano riceve d’un colpo solo la sua autentica vocazione, che consiste nel rispondere alla parola altrui suscitandola a sua volta. Il fatto umano fondamentale dice così di se stesso, che l’essere umano è un essere reciproco, dinamico e tridimensionale.

I MENU’ REGIONALI

ABRUZZO
TIMBALLO DI SCAMORZE DELL’ABBRUZZO

Per 4 persone: Patate a pasta gialla, g. 400 – Scamorza, g. 300 – Prosciutto crudo, g. 100 – Uova, 2 – Farina – Parmigiano – Burro – Olio - Sale – Pepe.

Mettete a lessare le patate in acqua leggermente salata, scolatele, pelatele e ritagliatele a fette non troppo sottili. Passate le fette prima nella farina e poi nelle uova sbattute come per frittata e condite con un pizzico di sale. Friggetele, poche alla volta in abbondante olio bollente e appena saranno diventate di un bel colore biondo estraetele dalla padella, sgocciolatele su una carta assorbente, poi stendetele in una teglia imburrata. Sulle patate disponete la scamorza tagliata a fettine, condite con sale, pepe e qualche nocciolina di burro.
Passate la teglia in forno già caldo per una ventina di minuti, poi estraete la teglia dal forno cospargete il timballo con il prosciutto crudo tagliato in listerelle, il parmigiano grattugiato e il burro fuso.

‘NDOCCA ‘NDOCCA

Per 4 persone: Carne di maiale mista (piedini, cotiche, costine, orecchio) Kg. 1 – Passata di pomodoro, una cucchiaiata – Aceto bianco - Peperoncino rosso – Rosmarino – Aglio – Alloro – Sale – Pepe in grani.

Questa preparazione tradizionale della provincia di Teramo, si trova sulle mense in autunno e inverno nel periodo dell’uccisione del maiale, salato di fresco.

In un’ampia terrina mettete il maiale, ricopritelo con acqua fredda acidulata con due cucchiaiate di aceto bianco e lasciatelo per almeno 12 ore affinchè possa perdere la

salagione. Scolatelo, fatelo sgocciolare, asciugatelo e tagliatelo a pezzi ritagliando in due i piedini. Mettete il maiale in una pentola possibilmente di terracotta, uniteci due foglie di alloro, un rametto di rosmarino, mezzo peperoncino rosso, tre granelli di pepe, coprite completamente con acqua e lasciate bollire a fuoco bassissimo e a recipiente coperto per almeno 4 ore. Un quarto d'ora prima della fine della cottura aggiungete una cucchiaiata di passata di pomodoro. Servite la 'nocca 'ndocca ben calda innaffiata dalla salsa di cottura che deve risultare ben ristretta.

CUSCINETTI DI TERAMO

Per 4 persone: Cioccolato fondente, g.40 – Mandorle tostate, g. 40 – Marmellata, g. 60 – Farina, g. 120 – Miele – Vino – Olio – Zucchero – Sale.

Sul tavolo di cucina disponete a fontana la farina, nel centro mettete una cucchiaiata di vino bianco, una cucchiaiata di olio, due cucchiaiate di zucchero e un pizzico di sale. Impastate il tutto, poi stendete la pasta in sfoglia sottile e con l'aiuto di un tagliapasta o di un bicchiere, ritagliatela in dischi di circa 5 centimetri di diametro. In una terrina unite la marmellata che secondo la tradizione dovrebbe essere di varie qualità, il cioccolato fondente grattugiato e le mandorle tritate. Mescolate bene e distribuite un po' di composto su ogni dischetto di pasta. Ripiegate i dischetti su se stessi, premete bene sui bordi e friggeteli in abbondante olio bollente, pochi alla volta. Estraeteli dalla padella, fateli sgocciolare bene, disponeteli su una carta assorbente, poi disponeteli in un piatto da portata e cospargeteli con un poco di miele.

Lillibeo

LETTERE AL DIRETTORE

"Direttore, la dice anche lei una parola sulla questione del "crocifisso?" (Angelino Tubazio).

Caro Angelino, La Bacheca pubblica sull'argomento un editoriale e crediamo che possa bastarle. E' vero forse l'editoriale ruota un po' troppo sull'ironia. Gli argomenti, tuttavia, restano solidi sia per quello che dicono, sia per quello che lasciano immaginare. D'altra parte, sappiamo perfettamente che se a dialogare non si è in due, lo specioso prende sempre il sopravvento sull'argomentazione. Ragione per cui davanti all'incalzare dello specioso forse conviene ironizzare un poco. Offendersi è ormai cosa ingenua che fa l'interesse di chi questo vuole. Ragioniamo

ridendoci un poco sopra e chissà che non regaliamo un sorriso e non educhiamo ad un metodo tanta gente che magari si sente imbarazzata senza nessuna ragione. Le posso fare una domanda, signor Angelino? Lei si sentirebbe imbarazzato ad andare a Messa la notte di Natale dinanzi ad una persona che del Natale esalta la fantasmagorica sinfonia di luci? S'imbarazzino loro, piuttosto, e ci facciano sapere che ne è dei fuochi d'artificio, degli scintillanti abiti alla moda, dello sfarfallio degli spumanti e così via. Ce lo facciano sapere, magari con una particolare enfasi sulla notte dell' ultimo dell'anno o sulla malinconica alba del primo gennaio. Creda a me, signor Angelino: il Crocifisso è una compagnia discreta e indistruttibile, come tutte le cose vere. Il resto…Beh! Tutto passa, trapassa e si scassa…"Hodie mihi, cras tibi" (oggi a me, domani a te): se lo ricorda questo essenziale richiamo alla realtà" PFS.

****

A Tutti i lettori de "La Bacheca"
un ostinato augurio di Buon Natale.

Sguardo teneramente aperto al futuro, amici, perché
"un bimbo è nato per noi, ci è stato dato un figlio".(Is.9,5)

Sguardo al futuro e - sursum corda- in alto i cuori.

I N D I C E

Anno 2009

La Preghiera: 5, 27.

Riflessioni liturgiche: 28, 52, 77, 100, 120, 141, 167, 184, 201.

Editoriale: 3, 26, 51, 76, 99, 119, 140, 166, 183, 200.

Il Santo del mese: 5.

L'Apostolo Paolo: 7, 29, 54, 79, 101, 121, 143, 168, 185, 203.

Per un vocabolario cristiano: 8, 30, 57, 81, 103, 123, 145, 170, 186, 204.

Appunti sulla dottrina sociale cristiana: 46, 56, 83, 104, 125, 189.

Diritto canonico: 10, 31, 58, 84, 105, 126, 172, 188, 206.

Esperienze ed attualità: 46, 63, 88, 109, 150, 176, 192, 207.

Opinioni: 14, 36.

La frase: 8, 30, 56, 83, 105, 126, 149, 172, 188, 206.

Di mese in mese: 23, 39, 64, 92, 110, 128, 164, 174.

Nutrirsi bene per vivere meglio: 17, 39, 64, 92, 112, 133, 151.

Inquietudini pedagogiche: 160, 179, 196, 211.

Dalla parola alla parola: 6, 42, 67, 110, 132, 161, 177, 208.

L'angolo della poesia: 22, 43, 70, 95, 115, 137, 162, 180, 195, 210.

Catechismo essenziale della Chiesa cattolica: 191, 207.

Lettere in Redazione: 24, 48, 71, 97, 116, 197, 213.

Mutamenti epocali: 12, 34, 60, 86, 107, 129, 147, 174, 192.

Mangia sano, mangia santo: 22, 44, 70, 96, 137, 163, 180, 197, 212.