



'O PERTUSO

Anno III - Numero 35 - Gennaio 2006

Periodico di cultura e formazione umana e cristiana della comunità ecclesiale di Montepertuso - Nocelle

IN QUESTO NUMERO

EDITORIALE

Tempus fugit, 2

DAL MONDO DELLE SCIENZE

Bambini: quel primo anno così prezioso, 3

VOCI DAL MONDO

Adozioni a distanza, 4

ECHI DI CRONACA

Il branco, 6

LASCIATECI DICE...

La dolcezza, 7

DROGA: PARLIAMONE

Il boom della cocaina: italiani terzi, 8

LA PAROLA E LA VITA

La Fortezza, 10

UN SANTO AL MESE

Un Santo difficile, 11

GIOCHI E PASSATEMPI, 12

Inserto:

il calendario del

2006

**Un nuovo tratto di strada
da percorrere insieme**

Periodico a diffusione interna - Composizione e stampa in proprio

Attività editoriale a carattere non commerciale ai sensi previsti dall'art. 4 DPR 16/10/1972 n. 633 e successive modifiche

Direttore responsabile: Don Raffaele Celentano - e-mail: donraffaele@alice.it

Redazione: Via Montepertuso - 84017 POSITANO

www.montepertuso.it



TEMPUS FUGIT

Don Raffaele Celentano

Il tempo che passa si potrebbe rappresentare come lo scorrere di un fiume. A volte più calmo, altre più rapido, altre quasi vorticoso. È ovviamente sempre una sensazione soggettiva,



perché il tempo scorre sempre con lo stesso ritmo: la durata di un anno è sempre la stessa, sia che lo viviamo a 20 che a 60 anni. Ma quella sensazione non dipende dall'età bensì dagli stati d'animo, dal modo in cui noi viviamo il "nostro" tempo.

Ricordo di aver letto, molto tempo fa, un aneddoto che veniva attribuito ad Albert Einstein, il padre della teoria della relatività... Un po' infastidito da tante persone che gli chiedevano di spiegar loro in parole semplici la sua teoria, egli incaricò la sua segretaria di rispondere per lui con un esempio: immaginate di dover stare seduti per un minuto su una comoda poltrona con una bella ragazza sulle ginocchia e un altro minuto su una stufa bollente; non vi sembrerebbe che il primo minuto duri un istante e il secondo un'eternità? Questo vuol dire che la percezione del tempo è un fatto soggettivo: dipende dalle condizioni dell'osservatore che "compie la misurazione".

Forse è un modo un po' troppo semplicistico di spiegare la teoria della relatività, e per questo motivo può darsi che l'attribuzione dell'esempio al grande scienziato sia inattendibile; però non si può negare che vi sia in esso un fondo di verità. Il tempo sembra scorrere più veloce quando "ci troviamo in direzione della corrente", cioè quando le cose ci vanno bene; sembra invece che non passi mai quando siamo costretti a "remare contro corrente".

E, purtroppo, questa è in genere l'unica valutazione che facciamo del nostro tempo. Alzi la mano chi, nel passaggio tra il 31 dicembre e il primo gennaio, non ha detto o pensato: Bene, quest'anno se n'è andato; speriamo che il prossimo sia migliore. Eppure anche quest'anno che ci ha appena lasciati, abbiamo la sensazione che sia volato via con una velocità incredibile: solo ieri festeggiavamo l'inizio del terzo millennio e siamo già arrivati al suo sesto anno!

Tanti anni fa, quando c'era solo un canale televisivo e le trasmissioni erano in bianco e nero, "Mamma Rai", prima dell'inizio dei programmi serali, mandava in onda un "Almanacco del giorno dopo" che iniziava con una voce fuori campo la quale, con un tono un po' fanciullesco, se ad esempio era mercoledì, diceva: «Come passa il tempo! Ieri era solo martedì, domani è già giovedì»!

Questo modo di affrontare il tempo che passa fa sì che esso sembri non lasciare traccia in noi, salvo poi ad accorgerci che i capelli si fanno prima grigi e poi bianchi, le forze diminuiscono, le giunture cominciano a "scricchiolare", e via di questo passo. Ma se lo affrontiamo con un atteggiamento più riflessivo, non possiamo non percepire le piccole o grandi tracce

(Continua a pagina 12)



Pillola di saggezza

Sommate le cifre che compongono la vostra data di nascita, fino ad ottenere un numero compreso tra 1 e 9; poi leggete nella tabella la frase che si riferisce a quel numero e, se volete, fatene oggetto di riflessione personale in questo mese. Il calcolo proposto non ha nessun valore magico: serve solo a darvi un criterio di scelta; se volete, potete anche scegliere un numero diverso.

①

La speranza vede la spiga quando gli occhi di carne vedono solo il seme che marcisce.

②

La gloria più grande non è non cadere, ma sapersi risollevare ogni volta che si cade.

③

I valori più grandi si raggiungono col minimo di mezzi.

④

Ci sono delle benedizioni di Dio che arrivano spaccando i vetri.

⑤

Perché vuoi togliere la pagliuzza dall'occhio del tuo fratello quando nel tuo c'è una trave?

⑥

Comandare a se stessi è la forma più grande di comando.

⑦

Le buone intenzioni sono come le anguille: facili da prendere ma difficili da tenere.

⑧

Un albero che cade fa più rumore di una foresta che cresce.

⑨

Il buon senso è il portinaio dello spirito; suo compito è non far entrare o uscire idee sospette.



BAMBINI: QUEL PRIMO ANNO COSÌ PREZIOSO

Il primo anno di vita è un periodo di straordinario cambiamento per il bambino e grande impegno e soddisfazione per mamma e papà. In dodici mesi il piccolo cresce e si trasforma, il suo peso triplica e la lunghezza aumenta di circa 25 cm. La testa diventa più grande e si completa la maturazione degli organi di senso. Il bambino inizia a vedere immagini definite prima in bianco e nero, poi a colori, a riconoscere i suoni e le voci, a distinguere i sapori. Ogni giorno aumenta la sua capacità di interagire con il mondo: impara a stare seduto, a far forza con i muscoli e orientare i movimenti, afferrare gli oggetti e portarli alla bocca nel suo primo tentativo di conoscenza.

Tutto quel che riceve dall'esterno in questo periodo influenza la sua crescita e il suo sviluppo successivo. Per questo è importante sostenerlo nella sua "fatica", assicurandogli il miglior nutrimento e tutelandone il benessere su tutti i fronti.

L'allattamento al seno rappresenta la modalità di alimentazione ottimale per il neonato fin dai primi giorni di vita e per un periodo che può essere protratto per un tempo variabile, in relazione alle caratteristiche fisiologiche della mamma, al contesto socio-economico o alle tradizioni culturali.

Nel Paesi occidentali, la tendenza generale è di interromperlo dopo il sesto-ottavo mese o comunque entro il primo anno di vita, mentre in altri contesti socio-culturali l'allattamento al seno viene spesso mantenuto anche fino ai due anni, con notevoli benefici sia per il bambino che per la mamma, e non soltanto sul piano fisico. La suzione favorisce infatti l'instaurarsi di un rapporto più armonioso, con riflessi



positivi sul fronte psicologico e psico-comportamentale.

Per questo motivo l'Organizzazione Mondiale della Sanità ha inserito la promozione dell'allattamento al seno tra gli obiettivi della "Salute per tutti nel XXI secolo", auspicando che entro il 2025 almeno il 75% delle donne allatti al seno per i primi tre mesi di vita del bambino e almeno il 50% per i primi sei mesi.

L'allattamento al seno è anche estremamente pratico: è un pasto sempre pronto, alla temperatura giusta, che non richiede preparazione né procedure di sterilizzazione, ma soltanto un'accurata pulizia e cura del seno per prevenire la comparsa di fastidiose ragadi o dermatiti. Per garantire un allattamento di qualità per almeno sei mesi, la mamma deve cercare di vivere questa esperienza con serenità, seguendo uno stile di vita sano ed equilibrato, ma senza eccessive precauzioni o limitazioni.

Detto questo, vanno rassicurate le mamme che per qualunque ragione non possono allattare: i sostituti del latte materno disponibili in commercio hanno formulazioni ottimali e consentono comunque una corretta crescita del bambino.

Niente restrizioni, molta naturalezza. L'allattamento è una funzione assolutamente fisiologica e non deve impedire alla donna di dedicarsi alle attività abituali, né costringerla a rinunciare ai cibi che ama. A questo proposito c'è un vecchio mito da sfatare: cibi piccanti o speziati e gli ortaggi aromatici come cavolo, aglio e cipolla, tradizionalmente sconsigliati, non sono in realtà necessariamente sgraditi al neonato e non ne disturbano la digestione, né favoriscono coliche intestinali. Da limitare sono piuttosto dolci, caffè e alcolici. La dieta delle mamme deve semplicemente essere nutriente e bilanciata e, se necessario, integrata con supplementazioni mirate di vitamine e sali minerali.

Riguardo alla poppata si deve sapere, invece, che il bambino è perfettamente in grado di autoregolare la quantità di latte di cui ha bisogno. I pasti andrebbero dunque somministrati "a richiesta", senza vincoli di orario e senza forzare le dosi. Se il bambino è sano e cresce regolarmente non si deve temere che mangi troppo o troppo poco. Una caratteristica dell'allattamento materno è proprio che le poppate differiscono tra loro per quantità e qualità, tanto che l'intervallo tra una poppata e l'altra dipenderà anche da quanto il piccolo si è alimentato nel corso dell'ultimo pasto. Da un punto di vista strettamente nutrizionale, una poppata di dieci minuti per ogni seno è generalmente sufficiente, ma l'ideale sarebbe poter lasciare il bambino attaccato al seno finché lo desidera, attendendo magari che si addormenti.

Molto più che un alimento. Il latte umano non è uguale a quello di altri

(Continua a pagina 5)



Riceviamo appena in tempo dalla Caritas Diocesana e pubblichiamo con piacere



CARITAS DIOCESANA

Arcidiocesi Amalfi - Cava

Piazza Duomo, 9 - Tel. e Fax. 089/46.60.30

84013 Cava de' Tirreni (SA)

**PARROCCHIA S. MARIA DELLE GRAZIE
VIA MONTEPERTUSO
84017 POSITANO (SA)**

"Ma venuta una povera vedova vi gettò due spiccioli, cioè un quattrino. Allora, chiamati a sé i discepoli, disse loro: "In verità vi dico: questa vedova ha gettato nel tesoro più di tutti gli altri. Poiché tutti hanno dato del superfluo, essa, invece, nella sua povertà, vi ha messo tutto quello che aveva, tutto quanto aveva per vivere". (Mc 12,42-44)

Siamo felici che ancora tante persone si accorgano che troppi fratelli non hanno neppure l'essenziale per poter sopravvivere e chiedono un urgente aiuto.

Vi ringraziamo perché Vi fidate di noi, dei nostri mezzi e confidate nella nostra ricerca costante di promuovere qualsiasi essere umano, vicino o lontano.

Rispondiamo con prontezza a questa Vostra fiducia affinché siate sempre di sprone per le nostre tante attività a favore degli ultimi.

Anche per questi motivi siamo lieti di precisare che l'offerta di **Euro 600,00 per due adozioni a distanza complete** e **Euro 700,00 per le vittime del terremoto che ha colpito il Pakistan e dell'alluvione che ha colpito il Guatemala.**

In riferimento alle due adozioni del Brasile, coordinate da padre Luigi Laudato, poiché i due bambini da voi sostenuti sono attualmente assistiti dallo Stato, vi inviamo i disegni di nuovi bambini destinando la cifra all'intero gruppo dei minori delle foto nella speranza di aver interpretato la vostra intenzione.

Nel ringraziarVi anche a nome dei bambini che beneficeranno del Vostro prezioso contributo, Vi salutiamo fraternamente ed auguriamo un Santo Natale.



direttore Caritas diocesana

(Dott. Rosario Pellegrino)



VOCI DAL MONDO



La lettera riprodotta nella pagina precedente fa seguito al versamento di € 1.300 complessivi di cui € 600 offerti dai due Comitati Festa di Montepertuso e Nocelle (€ 300 ciascuno) che già da qualche anno vengono destinati per due adozioni a distanza, e € 700 prelevati dal fondo Caritas parrocchiale per le necessità delle popolazioni colpite dal terremoto in Pakistan e dall'alluvione nel Guatemala. Come spiega il dott. Pellegrino, i due bambini per i quali avevamo fatto l'adozione negli anni scorsi ora sono assistiti dallo Stato (il Brasile), per cui non hanno più bisogno dell'aiuto straordinario proveniente da questa iniziativa; la somma inviata è stata perciò destinata alle esigenze del gruppo di bambini raffigurati nelle foto; si tratta di bambini la cui età è di circa 4 anni.

(Continua da pagina 3)

BAMBINI: QUEL PRIMO ANNO COSÌ PREZIOSO

mammiferi come la mucca o la capra, spesso usato in sostituzione, e non può neppure essere imitato a livello industriale perché contiene elementi assolutamente unici.

Molti di tali elementi non sono stati ancora neppure identificati, ma è provato che influiscono sul completamento dello sviluppo fisiologico del neonato.

Gli zuccheri hanno un ruolo importantissimo nell'indurre la maturazione intestinale e la crescita della flora batterica: azioni che, riducendo i

problemi digestivi e regolarizzando le evacuazioni, si traducono in un maggior benessere del bambino. I grassi sono fondamentali per lo sviluppo del sistema nervoso e degli organi di senso, in particolare dell'occhio e dell'orecchio.

La componente proteica, straordinariamente complessa, fornisce non soltanto materiale energetico, ma anche enzimi e difese immunitarie aggiuntive (in particolare anticorpi). Diversi studi dimostrano infatti che i bambini allattati naturalmente sono meno predisposti a sviluppare malattie allergiche e infettive a livello gastro-intestinale, respiratorio e genito-urinario.

Inoltre è provato che l'alimentazione al seno protegge il piccolo dallo sviluppo di allergie verso proteine animali o artificiali, non soltanto nei primi mesi di vita, ma anche in seguito.

Dal punto di vista nutrizionale dunque il latte materno è la scelta migliore e comporta effettivi vantaggi per lo sviluppo del bambino. Ciò non significa però che i piccoli che non sono alimentati al seno mostrino carenze e deficit di qualche tipo, perché i prodotti alternativi in commercio sono appositamente studiati per garantire un apporto nutrizionale corretto e tale da consentire una crescita armoniosa.



IL BRANCO

Don Raffaele Celentano

La cronaca degli ultimi mesi ci ha riferito di alcuni episodi di violenza sessuale perpetrata da minori su altri minori. Notizie di questo genere fanno sempre impressione, perché ci danno la misura di quanto l'uomo possa tramutarsi in bestia; ma l'impressione aumenta e si accompagna ad una profonda tristezza quando i soggetti coinvolti sono minori. E proprio a questi livelli tali episodi sono un sintomo ancor più preoccupante. Perché se questi ragazzini di 15 anni hanno avuto la capacità di pensare, organizzare ed eseguire con tale freddezza un simile gesto, vuol dire che qualcosa è mancato a monte. Ed è quindi lecito chiedersi come sia potuto succedere, cosa non ha funzionato oppure ha funzionato male. Tre sono le "agenzie" che, almeno in teoria, dovrebbero contribuire alla formazione dei ragazzi: la famiglia, la scuola, la parrocchia, in ordine decrescente di tempo utile all'intervento. Vi è però una quarta agenzia, globale, che di per sé non è deputata a formare le nuove generazioni se non

glia; mi riferisco ai mass media, in particolare alla televisione.

In questa situazione possiamo – e forse è il momento di prendere coscienza che dobbiamo – chiederci come mai questi episodi terribili hanno per protagonisti ragazzi così giovani. Cosa c'è dietro? Certo, c'è l'assenza o l'inefficacia delle tre agenzie educative appena citate; ma non può bastare questo a dare ragione di un comportamento inammissibile anche negli adulti.

Forse al fondo di tutti questi episodi, c'è non tanto l'assenza di qualcosa o di qualcuno bensì la presenza massiccia di qualcos'altro, che non dovrebbe esserci e che rende vana qualsiasi azione educativa. Il sesso è ormai argomento proposto da tutti i mass media, in tutte le salse e a tutte le ore, a volte anche con la pretesa di fare formazione. E altrettanto discasi per la violenza. Ma si dimentica che per formare non basta informare, occorre dare anche gli strumenti adatti a discernere il corretto e consapevole uso. Non basta, infatti, sapere "usare" qualcosa per potersi dire

abilitati ad usarla correttamente. Sarebbe come voler mettere nelle mani di un neo-patentato una vettura da Formula 1 illudendosi che non faccia danni.

Quei ragazzini che hanno violentato una loro coetanea hanno voluto mettere in pratica ciò che avevano sentito e visto, ritenendo che bastasse "seguire le istruzioni"; e se la ragazzina non ci stava, bastava "chiederglielo con decisione": non avrebbe potuto resistere al "gruppo". La psicologia del branco è infatti ciò che rende possibili episodi del genere. Se ad agire fosse un singolo, saremmo probabilmente di fronte ad un malato, ma quando si agisce in gruppo scatta un meccanismo perverso che tende a giustificare tutto in base alla forza del numero e alla convinzione che la responsabilità del singolo è diluita. Intanto, però, tutti insieme diventano in qualche modo schiavi inconsapevoli di uno stato di fatto, di una mentalità che tende a presentare il sesso come un diritto assoluto, da gestire senza alcun riferimento etico. Ma alla fine l'unico risultato di questi tragici eventi è che entrambi i protagonisti, vittime e "carnefici", avranno perso, forse per sempre, l'opportunità di crescere, di diventare persone mature, fisicamente e psichicamente equilibrate.



LASCIATECI DIRE...

La dolcezza

Caro giornalino, nel periodo natalizio la parola che più è detta è quella di essere più buoni, più dolci e non riferito a tutti i dolci gettonati da mangiare in questo periodo ma la dolcezza come virtù, quella del carattere, del modo di fare, la dolcezza anche nei tratti fisici. Guardando Gesù Bambino diciamo: Quanto è dolce; così anche per Maria e Giuseppe, mamma e papà dolcissimi. Così voglio condividere con te questa meditazione sulla virtù della dolcezza.

La dolcezza è il fiore della carità: è una partecipazione di quella soavità infinita con cui Dio guida e governa le cose. Nessuno vuole il nostro bene, la nostra santificazione con tanta forza come Dio, e tuttavia Egli non lo vuole con durezza, rigidità o violenza, ma con forza sommamente soave, sempre rispettando la nostra libertà, sostenendo i nostri sforzi, attendendo la nostra adesione alla grazia con pazienza e dolcezza infinita. Il Vangelo così ci descrive la dolcezza di Gesù: «Non disputerà e non griderà e nessuno udrà la sua voce nelle piazze. Non spezzerà la canna rotta e non spegnerà il lucignolo fumigante» (Mt 12,19.20).

I farisei mormorano perché o vedono mangiare coi pubblicani e i peccatori e lui risponde: «Andate ad imparare che cosa significhi: io voglio misericordia e non sacrificio; perché io non sono venuto a chiamare i giusti, ma i peccatori» (Mt 9,13). Gli apostoli sono pronti ad invocare il fuoco sui samaritani che respingono il Maestro, ma Egli li riprende: «Non sapete di quale spirito siete. Il Figlio dell'uomo non è venuto a perdere le anime ma a salvarle» (Lc 9,55.56). E a queste anime che combattendo contro la loro miseria sentono il peso e la fatica della lotta quotidiana, dice: «Venite a me, voi tutti che siete affaticati e oppressi ed io vi consolerò. Il mio giogo è dolce ed

il mio carico leggero» (Mt 11, 28.30).

Ciò che rende dolce il giogo del Signore, ciò che ne alleggerisce il peso è appunto la sua carità infinita che infonde dovunque un senso di soavità e dolcezza. La carità fraterna deve fiorire in questo spirito di soavità che, anziché esasperare le piaghe altrui, le addolcisce, anziché aumentare i pesi, li alleggerisce, anziché rendere più duro l'adempimento del dovere, lo rende più facile e soave. La carità ha questa dolcezza con tutti, anche con gli ostinati, anche con i tardi e i pigri nel corrispondere al bene, anche con i deboli che sempre ricadono negli stessi difetti. Anche se in cuore ci fosse solo un briciolo di bene, bisogna circondarlo di cure amorevoli per aiutarne lo sviluppo, e perciò chi ha imparato la dolcezza di Gesù «non spegnerà il lucignolo fumigante».

Nei contatti col prossimo la nostra carità è messa a dura prova e di fronte al comportamento irritante di certe persone i propositi di dolcezza vengono ben presto travolti da movimenti di sdegno, di collera. Ciò non deve scoraggiarci, trattandosi in genere di variazioni spontanee indipendenti dalla volontà, ma non deve neppure autorizzarci a seguire gli impulsi della passione col pretesto che è troppo difficile resistere e che ci sentiamo trascinati nostro malgrado. È sempre in mano nostra il poter reagire e ci riusciremo più facilmente quanto più la nostra reazione sarà pronta, energica e soave insieme. Santa Teresa di Gesù Bambino insegnava a una novizia: «Quando si sente esasperata contro qualcuno, il mezzo per ritrovare la pace è di pre-

gare per quella persona e di chiedere a Dio di ricompensarla per la sofferenza che le procura» e suggeriva di prevenire questi incontri cercando di «addolcire anticipatamente il cuore». Del resto, se al prossimo adirato rispondiamo con ira, non facciamo che aumentare l'incendio, mentre bisogna cercare di spegnere la collera opponendovi dolcezza e mansuetudine.

La dolcezza però non è condiscendenza e tanto meno connivenza al male: vi sono pure dei casi in cui, come insegna il Vangelo, la correzione fraterna è un dovere che s'impone ed allora è un vero atto di carità. Ma perché sia davvero tale non deve mai essere fatta con l'intento di umiliare, di mortificare e tanto meno di offendere il colpevole; non deve mai essere ispirata, anche solo indirettamente, da motivi personali tendenti a far valere i propri diritti, le proprie ragioni, a prendere la rivincita per qualche torto ricevuto. In questi casi la correzione, lungi dall'essere un atto di carità, è totalmente contraria a questa virtù e, anziché fare del bene, produrrà piuttosto l'effetto contrario. Solo un desiderio passionato e sincero del bene altrui può rendere caritatevole ed efficace la correzione fraterna, e questa dev'essere fatta con tanta bontà che in essa il fratello senta molto di più l'amore che gli portiamo che non l'umiliazione di venire ripreso.

Proprio così Gesù ha trattato i colpevoli: tutti sono sanati dal suo amore, dalla sua dolcezza.

Caro giornalino, non vorrei essere pessimista, ma temo che la dolcezza si trovi solo nelle pasticcerie.

Concetta Mandara



Abbiamo una nuova collocazione sul web

Visita il nostro sito digitando

www.montepertuso.it



IL BOOM DELLA COCAINA: ITALIANI TERZI

da Il Giorno, 25.11.2005 – testo scaricato dal sito www.ilgiorno.quotidiano.net

Il rapporto dell'Ue mette in luce dati allarmanti sul consumo di droghe: l'Italia è al terzo posto dietro Regno Unito e Spagna per uso di cocaina nella fascia d'età fra i 15 e 34 anni. Nove milioni di europei hanno consumato coca almeno una volta. Il 12% degli italiani fuma cannabis

Bruxelles, 24 novembre 2005 - L'Italia - insieme con Spagna e Gran Bretagna - è uno dei Paesi europei con il più assiduo consumo di cocaina. È quanto emerge dal rapporto 2005 dell'Agenzia europea sulle Droghe e le Tossicodipendenze, con sede a Lisbona, secondo cui «gli indicatori relativi al traffico e al consumo di cocaina rivelano un aumento enorme dell'importazione e del consumo di questa sostanza, mentre sempre più dati dimostrano l'esistenza di problemi di salute legati al consumo di cocaina».

L'Italia, dopo Regno Unito e Spagna, è il Paese dell'Ue in cui si registra il maggior consumo di cocaina nella fascia di età compresa tra i 15 ed i 34 anni (circa il 2,2% per cento della popolazione adulta europea). Il primato europeo di consumo di cocaina spetta ai giovani maschi inglesi e spagnoli.

Inoltre, secondo la relazione presentata oggi al Parlamento Ue, circa 9 milioni di europei (il 3 per cento della popolazione adulta del Continente) hanno consumato cocaina almeno una volta e, soltanto nell'ultimo anno, ne hanno fatto uso 3-3,5 milioni di persone.

I dati sull'aumento di consumo di cocaina sono confermati dall'au-

mento esponenziale dell'indagine in Danimarca, Italia, Ungheria, Paesi Bassi e Austria. Inoltre, sottolinea il rapporto, «sono quasi raddoppiati tra il 2002 e il 2003 i sequestri della sostanza stupefacente, che sono passati da 47 a oltre 90 tonnellate».

In aumento, ma in misura minore in Italia rispetto ad altri Paesi europei, il consumo di ecstasy, che ha ormai superato quello delle anfetamine, piazzandosi al secondo posto dopo la cannabis.

Fuori moda ormai l'Lsd, dopo il

'boom' degli anni Settanta e Ottanta, mentre la 'cannabis' si conferma la sostanza stupefacente più diffusa nell'Ue, dove è consumata da oltre 20 per cento della popolazione adulta che ammette di averne fatto uso almeno una volta nella vita.

Il consumo di ecstasy resta comunque un fenomeno prettamente giovanile e si concentra soprattutto nelle aree urbane. Si stima che circa 2,6 milioni di persone, pari allo 0,8 per cento della popolazione della fascia di età esaminata abbia fatto re-

Droga, 5% studenti ne ha fatto uso almeno una volta

www.genitori.it – news 30.11.2005

Circa 35 mila studenti italiani di età 15-18 anni, il 5% del totale, riferisce di aver usato almeno una volta la cocaina e il 3,6% ne ha fatto uso una o più volte negli ultimi 12 mesi: il dato sconcertante è stato fornito da Federserd (Federazione italiana operatori dipendenze), che ha organizzato il suo congresso nazionale a Palermo sul tema della cocaina e del polibuso.

Il problema più grande oggi, sottolinea la Federazione in relazione al consumo di cocaina, è la sua precocità: usare questa sostanza durante l'adolescenza, come purtroppo appare sempre più frequente, comporta infatti il rischio di una difettosa maturazione di alcune tra le più evolute aree del cervello e deputate al controllo del comportamento e della regolazione emotiva. È ormai accertato che l'assunzione di cocaina in età adolescenziale sconvolge la maturazione psico-biologica dei lobi frontali e temporali e può portare allo sviluppo di problemi mentali come le schizofrenie e del comportamento. Cosa può fare la famiglia per prevenire ed aiutare? Innanzitutto fare attenzione agli atteggiamenti anomali dei ragazzi. Se un tempo, infatti, la cocaina aveva un costo molto alto, oggi il calo del costo ha reso più facile reperire questa sostanza. Il ragazzo, quindi, non è più costretto a spendere grosse cifre per rifornirsi e quindi gli indicatori di un possibile uso di droga possono essere gli sbalzi di umore, l'aggressività e la litigiosità, la riduzione dell'appetito, la mancanza di sonno, l'agitazione. Anche tirare su col naso di frequente può essere una piccola spia. Ma l'unica vera via per aiutare un cocainomane è e resta il dialogo.





DROGA: PARLIAMONE

centemente uso di ecstasy. Le percentuali più elevate sono state registrate in Gran Bretagna (6,9), Repubblica ceca (5,9), Spagna (3,8) ed Estonia (3,7). In Italia meno dell'1 per cento del campione ha dichiarato di avere fatto uso di questa droga. L'Europa inoltre, afferma il rapporto, resta il maggiore centro al mondo di produzione di ecstasy.

Per quanto riguarda lo spinello, l'Italia si colloca nella rosa dei maggiori consumatori d'Europa anche se in generale, si legge, il consumo di questa sostanza «tende ad essere occasionale». Le indagini evidenziano che il consumo è più diffuso tra gli uomini (fino a sei consumatori per ogni donna) e riguarda prevalentemente le zone urbane o quelle ad alta densità abitativa. In pratica, stima il rapporto, «si potrebbe concludere che un giovane europeo su 10-20 fa uso attualmente di cannabis». Il picco si registra in Danimarca (44,6 per cento dei giovani ammette di aver fumato uno spinello almeno una volta nella vita); mentre l'incidenza più bassa si registra in Grecia, Portogallo e Polonia. In Italia si parla di un 12% per cento circa, una percentuale tra le quattro più elevate d'Europa dietro Gran Bretagna (16), Spagna (14) e Germania (13).

INFORMAZIONI SULLE DROGHE

ALCOL

Con questo termine s'intendono tutte le sostanze che contengono alcol etilico: vino, birra, superalcolici. In altre parole qualunque liquore, ottenuto per distillazione o fermentazione o qualsiasi bevanda o i suoi vapori, contenenti una qualche percentuale di alcol.

L'alcol è farmacologicamente una droga che, secondo le dosi, ha effetti euforizzanti, disinibitori, stimolanti o calmanti. Inoltre se assunto a lungo dà dipendenza.

La sindrome di astinenza è più drammatica di quella dell'eroina, negli stadi iniziali si manifesta con il tremore delle mani, nei casi estremi si hanno il delirio e convulsioni (delirium tremens).

L'intossicazione da alcol (ubriachezza) provoca mancata coordinazione dei movimenti, lentezza dei riflessi, difficoltà a parlare, e soprattutto tendenza all'aggressività. Secondo le ricerche eseguite in tutti i paesi l'alcol fra tutte le droghe è quella che provoca il più alto livello di violenza verso sé stessi e verso gli altri.

Negli ultimi anni si è discusso molto e a lungo riguardo alcune tossicodipendenze ereditarie.

L'alcolismo si è detto, qualche volta è un male di famiglia. Comunque non è stato mai trovato un gene connesso all'alcolismo o alla tossicodipendenza.

CANNABIS

Convenzionalmente, il termine "cannabis" viene usato per indicare soltanto la pianta coltivata per ottenere prodotti psicoattivi o medicinali, e viene esteso alle sostanze psicoattive che vengono ottenute dalla pianta. Il più importante principio attivo della cannabis è il tetraidrocannabinolo (THC). I principali derivati della cannabis sono HASHISH e MARIJUANA.



DACC MUNAO MANNO

collabora con noi



*Contiamo di far uscire il nostro giornalino la prima domenica di ogni mese.
Se vuoi, puoi farci pervenire i tuoi scritti entro il 20 del mese precedente, o consegnandoli in chiesa
oppure a mezzo posta elettronica, all'indirizzo: donraffaele@aliceposta.it*



LA FORTEZZA

«**L**a fortezza è la virtù morale che, nelle difficoltà, assicura la fermezza e la costanza nella ricerca del bene. Essa rafforza la decisione di resistere alle tentazioni e di superare gli ostacoli nella vita morale. La virtù della fortezza rende capaci di vincere la paura, perfino della morte, e di affrontare la prova e le persecuzioni. Dà il coraggio di giungere fino alla rinuncia e al sacrificio della propria vita per difendere una giusta causa» (CCC 1808).

Il fatto che essa occupi il terzo posto tra le virtù cardinali ci dice che solo chi è prudente e giusto può essere anche forte. La virtù della fortezza può indurre anche a dare la propria vita per una causa giusta qualora la prudenza lo richieda.

C'è anche una fortezza "naturale", che deriva da una risolutezza psicologica, da un carattere forte che può indurre ad agire in situazioni gravi. Ma la virtù cardinale della fortezza si esercita quando tale risolutezza nasce non solo dal carattere bensì soprattutto dall'intervento della grazia. Va precisato, comunque, che la grazia (cioè il soccorso gratuito che Dio ci dà perché possiamo rispondere al suo invito a diventare suoi figli) non modifica la natura ma la rafforza, la perfeziona.

La virtù della fortezza porta il cristiano ad essere forte e coraggioso di fronte alle difficoltà interne ed esterne nella lotta contro il male e per il conseguimento del bene. Poi-



Nicola Pisano, *La Fortezza*

ché la natura umana è debilitata dal peccato originale, l'uomo si trova in una posizione di debolezza nei riguardi dell'agire morale; la virtù della fortezza consente al cristiano di affrontare "il buon combattimento" a favore della verità e della giustizia.

La virtù della fortezza si esercita anche nei momenti di sofferenza e in prossimità della morte. L'uomo deve impegnarsi a fondo per vincere la

sofferenza, ma quando questa fosse ineliminabile, il cristiano l'accetta con animo forte. Non si tratta, perciò, di accettare la sofferenza per la sofferenza, ma di accoglierla con forza quando essa non sia superabile. Non è forte colui che si espone alla sofferenza o alla morte, bensì colui che le accetta per il conseguimento di un bene più grande, per evitare il male o per compiere il bene.

La fortezza, dunque, è in modo speciale la virtù dei martiri, di coloro cioè che accettano la sofferenza e la morte per testimoniare la propria fede. Valga, a tal proposito, un solo esempio per tutti: San Massimiliano Kolbe, che si offrì alla morte per salvare la vita di un suo compagno di prigionia.

In conclusione «non è forte colui che non teme, ma colui che, nonostante la paura, [con l'aiuto della grazia] rimane saldo nella difesa del bene, sebbene nel suo impegno debba esporre la propria vita» (A. Fernandez).

Peccati contro la virtù della fortezza sono:

- la codardia, che consiste nell'omettere per paura di compiere qualcosa cui si è obbligati;
- l'impassibilità, che consiste nel non agire per indifferenza, risentimento o vanità;
- la temerarietà, cioè l'agire senza tener conto del pericolo o dei rischi connessi con l'azione.

(Continua)



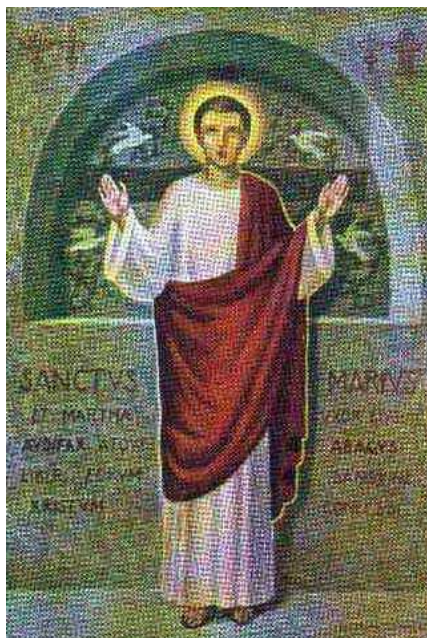


UN SANTO DIFFICILE

Da diverse persone mi è giunta la richiesta di parlare di San Mario, dopo lunghe ricerche fra i miei appunti e i miei libri, sono venute fuori solo ricerche molto vaghe, ma mettendole insieme cercherò di accontentare gli interessati. Leggetemi e come sempre cercherò di raccontarvi una bella storia.

San Mario, viene collocato nel calendario unitamente ai santi Marta, Abaco e Audiface. La tradizione vuole che fossero tutti membri di una famiglia, di origine persiana, che era andata a Roma per venerare le reliquie dei martiri. Le notizie sono molto frammentarie e vaghe; alcuni "Martirologi" collocano questa venuta a Roma e le successive fasi attorno all'anno 268-270, al tempo del regno di Claudio II, quando notoriamente si sa che vi furono persecuzioni contro i cristiani. La recente edizione del "Martyrologium Romanum" indica l'inizio del secolo IV come data del loro martirio.

Da queste date possiamo desumere, che la famiglia di San Mario sia stata ospite stabilizzata a Roma per un certo numero di anni. Del resto il III secolo fu un periodo di grande espansione del cristianesimo e di tolleranza nei loro confronti, almeno fino alla vecchiaia di Diocleziano, quando nel 293 spinto dal console



Galerio emanò tre editti di persecuzione.

Giunti a Roma, Mario e la sua famiglia si associarono al prete Giovanni, nel dare una degna sepoltura a 267 martiri sulla Via Salaria, evidentemente vittime della suddetta persecuzione di Diocleziano, che giacevano decapitati e senza sepoltura, in aperta campagna. Purtroppo questa pietosa opera non poteva passare inosservata dato anche il gran numero di corpi, per cui Mario e i suoi familiari furono scoperti, arrestati e condotti in tribunale. Prima il prefetto Flaviano e poi il governatore Marciano, seguendo le norme

degli editti imperiali li interrogarono, invitandoli a sacrificare agli dei; avendo essi rifiutato, furono condannati alla decapitazione. Il martirio avvenne lungo la via Cornelia. I loro corpi furono raccolti dalla pia matrona romana Felicita e furono sepolti in un suo possedimento agricolo chiamato "Buxus", oggi Boccea, sulla stessa via Cornelia. Fin qui il racconto di una "Passio" del VI secolo.

Sul luogo del martirio, nella tenuta di Boccea, sorse poi una chiesa, di cui sono ancora visibili i ruderi e che durante tutto il Medioevo fu meta di pellegrinaggi.

Le loro reliquie ebbero vicende molto complicate, alcune furono traslate a Roma nella chiesa di Sant'Adriano e di Santa Prassede, e parte di esse nell'828 furono inviate a Eginardo il biografo di Carlo Magno, che le donò come era uso allora al monastero di Seligenstadt.

Nel vecchio calendario San Mario si festeggiava il 20 gennaio, ma con la nuova riforma è stato anticipato al 19 gennaio. I suoi è il quarto tra i nomi più diffusi in Italia.

Spero che queste notizie siano state interessanti per tutte quelle persone della nostra comunità che si chiamano Mario e che festeggiano il loro onomastico il 19 gennaio. A loro giungono i miei più cordiali auguri.

ULTIMI APPUNTAMENTI DEL TEMPO NATALIZIO

Martedì 3 gennaio da "Scirocco": Tombola della Befana

Giovedì 5: Spettacolo natalizio

Venerdì 6: solennità dell'Epifania

**Domenica 8, festa del Battesimo del Signore:
ricordo del nostro Battesimo e bacio del Bambino**



GIOCHI E PASSATEMPI

(Continua da pagina 2)

TEMPUS FUGIT

che ogni ora, ogni minuto che passa lascia dentro di noi. E guai a noi se non è così! Se il tempo passato non ha lasciato nessuna traccia di sé in noi, vuol dire che lo abbiamo vissuto invano, senza crescere: siamo diventati più vecchi e più deboli, ma non più ricchi dentro, più maturi.

A queste riflessioni mi ha portato una citazione di Michael Ende, l'autore della "Storia infinita": «Siamo andati avanti così rapidamente in tutti questi anni che ora dobbiamo sostare un attimo per consentire alle nostre anime di raggiungerci».

Il tempo che corre veloce può indurci facilmente a lasciarci prendere dalla corsa, fino a perdere per strada qualcosa di prezioso. L'immagine del fiume che scorre è in questo senso emblematica...

È comodo lasciarsi trasportare dalla corrente, ma c'è il rischio di perdere i remi per strada, così che, quando avremmo bisogno di uno strumento che ci faccia riprendere il controllo della situazione, ci accorgiamo di esserne sprovvisti. È la parabola di tanta umanità, a volte neanche tanto lontana da noi, che vive "consumando" freneticamente tutto quanto trova sul suo cammino, senza riflettere, senza interiorizzare... Quando la corrente si fa vorticoso, si rimane incapaci di reagire, di tirarsi fuori...

Forse è proprio venuto il momento di «sostare un attimo per consentire alle nostre anime di raggiungerci».

I FUNGHI

Chiave (10): Sono commestibili

A	L	O	T	I	D	E	G	O
A	A	A	V	V	N	L	T	T
I	L	L	M	O	E	E	S	A
G	I	L	L	E	L	L	P	I
O	A	E	E	O	L	O	O	C
L	G	A	B	P	B	L	R	A
O	A	N	N	M	P	V	E	P
C	R	A	A	I	E	A	O	R
I	I	G	L	S	N	R	C	E
M	C	E	C	C	I	A	C	T
I	O	I	L	U	D	E	M	T
S	A	T	I	R	I	O	N	E

AGARICO
BOLETO
CAPPELLA
CAPRETTE
CIATO
DITOLA
EDULI
GAMBO
GELONE
LAMELLE
MANINA
MICOLOGIA
OVOLO
PILEO
PORI
SATIRIONE
SPORE
VELO
VESCIA

Cercate nello schema qui sopra tutte le parole elencate a fianco. Le parole possono trovarsi in orizzontale, in verticale o in diagonale, da sinistra a destra e viceversa, dall'alto in basso o viceversa. Alcune lettere possono essere in comune a più parole. Le lettere rimaste, lette di seguito, vi daranno la chiave indicata.

SOLUZIONE DEL GIOCO DEL NUMERO PRECEDENTE

La chiave risultante è: MANDORLO

