



'O PERTUSO

Anno IV - Numero 46 - Dicembre 2006

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

IN QUESTO NUMERO

EDITORIALE

Un Dio vicino, 2

ALL'OMBRA DEL CAMPANILE

Ascoltarsi e accogliersi, 3

LASCIATECI DIRE...

Un futuro di speranza, 4

I segni dei tempi, 4

La natività di Maria, 4

IN FAMIGLIA

Il vero problema, 6

DAL MONDO DELLE SCIENZE

Belli e sani, 7

LA PAROLA E LA VITA

Il peccato originale, 9

UN SANTO AL MESE

Ambrogio, un santo fra i grandi, 11

RUBRICHE

Pillole di saggezza, 2

Il grillo parlante, 10

Giochi e passatempi, 12



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 - parrocchia@montepertuso.it



UN DIO VICINO

Don Raffaele Celentano

«**I**l Verbo si è fatto carne ed è venuto ad abitare in mezzo a noi». Tutto il mistero del Natale è racchiuso in questa semplice frase. Una realtà inconcepibile quando si consideri la divinità totalmente estranea al mondo creato. Invece il nostro Dio è un Dio che si fa solidale con l'uomo, con ogni uomo di ogni tempo...

Si era fatto compagno di viaggio del Popolo Eletto, ponendo la sua tenda in mezzo ad esso. Dell'enormità di questa situazione era ben consapevole l'autore sacro che descrive la dedicazione del tempio di Salomone; egli fa dire al re: «Ma è proprio vero che Dio abita sulla terra? Ecco i cieli e i cieli dei cieli non possono contenerti, tanto meno questa casa che io ho costruita!» (1Re 8,27).

Il segno dell'arca dell'alleanza, che accompagna il popolo nel suo pellegrinaggio verso la terra promessa, il segno del tempio, dimora di Dio in mezzo al suo popolo, sono simboli di una realtà che nessuno di coloro che li vedeva e toccava poté mai comprendere fino in fondo, finché essa non si rese visibile, finché in una notte qualunque ma unica, in un villaggio sperduto della provincia romana di Palestina, il cielo toccò la terra e Dio si rese visibile in mezzo agli uomini dopo aver assunto una natura umana nel grembo di una fanciulla.

Da allora il mondo è divenuto casa di Dio, in un modo infinitamente superiore a quello che il saggio Salomone potesse immaginare: non in un tempio costruito dalle mani degli uomini, bensì in un "edificio" (un corpo) che Egli stesso si era costruito... Ma il mondo non lo ha riconosciuto.

È venuto bambino perché nessuno potesse avere il benché minimo timore di accostarsi a lui, di accoglierlo nella sua casa... Ma i suoi non l'hanno accolto.

Il vero mistero del Natale, allora potrebbe essere proprio qui: non tanto nel come e perché «il Verbo si è fatto carne», quanto nel come e perché «i suoi non l'hanno accolto» e continuano a non accoglierlo, a non riconoscerlo.

Eppure è così, la realtà è questa: è venuto ad abitare in mezzo a noi. Da allora, da quel primo Natale, il mondo è diventato la casa di Dio. Si è realizzato quello che Salomone non riusciva ad immaginare: Dio abita sulla terra, si è fatto compagno di viaggio di tutti gli uomini, anche di quelli che non sentono accanto a sé, anche di quelli che chiudono gli occhi per non vederlo, anche di quelli che gli si fanno vicini per dargli il bacio del tradimento... «A quanti però l'hanno accolto, ha dato il potere di diventare figli di Dio» (Gv 1,12).

Natale è la festa dell'incontro tra Dio e ogni uomo. Il Verbo che si fa carne per noi ci chiede di accoglierlo in ogni fratello... **Buon Natale!**



Pillole 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 pro-posto non ha nessun valore magico: serve solo a darvi un criterio di scelta; se volete, potete anche scegliere un numero diverso.

1. Dio non ha costruito i ponti, ma ci ha dato le mani per poterli costruire.
2. Cominciamo a diventare migliori da quando impariamo a conoscere noi stessi.
3. Pizzica te stesso per imparare come soffrirebbero gli altri.
4. Il vero amico non è quello che ti asciuga le lacrime, ma quello che t'impedisce di versarle.
5. La lontananza è come il vento: spegne i fuochi deboli ma ravviva quelli forti.
6. Con la concordia le piccole cose crescono, con la discordia le grandi vanno in rovina.
7. Spesso il desiderio di ciò che non hai non ti permette di godere ciò che possiedi.
8. Il medico che ti vuol guarire a volte deve farti soffrire.
9. Il più forte non è colui che non cade mai, ma colui che dopo la caduta trova la forza di rialzarsi.



ASCOLTARSI E ACCOGLIERSI



Seguendo la traccia indicata dal Piano Pastorale diocesano, nel mese di dicembre ci viene proposto di riflettere sul valore ASCOLTARSI accompagnato dallo slogan: «Ho tempo per te, ti ascolto!». Per il tempo natalizio, invece, saremo chiamati a riflettere sul valore ACCOGLIERSI e sullo slogan: «Accogliersi è riconoscersi fratelli». Due valori e due slogan molto appropriati al periodo liturgico che ci prepariamo a vivere.

Basti pensare che Dio, per potersi meglio far ascoltare dai suoi figli, ha deciso di diventare uno di loro: la sua Parola eterna si è incarnata, è entrata nel tempo, per farsi compagna di viaggio di ogni uomo, «ha lavorato con mani d'uomo... ha amato con cuore d'uomo» (*Gaudium et Spes*, 22); si è fatto piccolo e povero perché i più piccoli e i più poveri tra i suoi figli potessero accoglierlo senza soggezione.

L'Avvento, per i cristiani, è il tempo dell'ascolto di Dio che, attraverso i suoi profeti, prepara l'umanità alla venuta del Verbo eterno che si fa carne. E il Natale è la festa del-

l'incontro tra Dio e ogni uomo che riconosce ed accoglie in quel Bambino, avvolto in fasce e depresso in una mangiatoia, la Parola definitiva del Padre che viene a salvare ciò che era perduto.

Una tale profondità di significati dovrebbe essere per noi stimolo a vivere coerentemente questi giorni di grazia. Gli stimoli ci vengono dati, le occasioni pure... Sta a noi attuare ciò che lo Spirito ci suggerisce.

Dire a qualcuno (e non solo a chi ci sta simpatico, né solo a parole): «Ho tempo per te, ti ascolto!», potrebbe significare sedersi un po' - o fare un po' di strada - con un fratello o una sorella che vive un momento particolare, prestargli attenzione, mettere il nostro cuore accanto al suo (è il senso della parola "misericordia"), ascoltare magari solo il suo silenzio, perché attraverso la nostra presenza silenziosa ma affettuosa possa sentirsi accolto. Certo, non è facile, soprattutto se si tratta di superare montagne di incomprensioni, abissi di indifferenza, situazioni tortuose... Ma è



proprio a queste che si riferirà il Battista quando, citando Isaia, ci inviterà - all'inizio dell'Avvento - a preparare la via al Signore (cf Lc 3,4-6).

Se per noi il Natale è ancora e solo preparare presepe e albero, zeppele e panettoni, questa potrebbe essere l'occasione buona per rivedere le nostre convinzioni e fare davvero un buon Natale!

CIVILTÀ MODERNA



La lucciola e il rospo intrattengono questo gustoso dialogo sulla civiltà moderna. Trilussa scriveva nel 1916, ma ognuno può osservare con quanta penetrazione di giudizio e verità.

La Lucciola rispose: «Scusa tanto, ma la luce ch'io porto nu' la vedo, perché ce l'ho de dietro: e, in questo, credo che c'è stato uno sbajo ne l'impianto.

Io dove passo illumino, però se rischiaro la strada ch'io già fatta nun distinguo la strada che farò.

E nun te dico quanti inconvenienti che me procura quella luce interna; ogni vorta che accenno la lanterna li Pipistrelli arrotano li denti...»

«Capisco», disse el Rospo, «rappresenti la Civiltà moderna che per illumina' chi sta a l'oscuro ogni tantino dà la testa al muro...».

Trilussa



Un futuro di speranza

Le riflessioni fatte dal parroco [*O Pertuso n. 45 pagina 2: Eresie, ndr*] hanno evidenziato come la Chiesa lungo l'arco della sua bimillenaria storia ha affrontato il problema delle deviazioni in materia di fede con le correzioni fatte attraverso i tanti concilii che ci sono stati.

Oggi assistiamo ad un'evoluzione così radicale della società dove la Chiesa mostra sempre la capacità d'interpretare i segni dei nuovi tempi. Fin al diciannovesimo secolo in una società prettamente contadina intorno alla parrocchia ed ai monasteri si era sviluppato tutto un fermento religioso dove le congreghe ed associazioni varie, con diverse finalità, erano il centro motore per aiutare ed assistere ogni fedele ad avere una vita pia e dignitosa quando la famiglia non riusciva ad assicurargli l'aiuto necessario.

Oggi in una società post-industriale dove l'assistenza sanitaria nazionale, il volontariato civile e religioso, la pensione di vecchiaia e d'invalidità sopprimono a tutte queste necessità, sembra essersi svilito il ruolo di molte parrocchie al solo aspetto liturgico ed alle ricorrenze patronali.

L'uomo contemporaneo e la Chiesa vivono oggi una fase di trasformazione e di confronto planetario dove le culture e le diverse religioni devono quotidianamente incontrarsi e confrontarsi in un dialogo aperto e costruttivo anche se spesso sembra di essere soffocati da eventi che poi ci accorgiamo sono pilotati dalla politica con lo scopo di portare solo allo scontro e non hanno nulla a che fare con la religione.

Per superare questo scoglio dobbiamo essere convinti di essere tutti indistintamente figli dello stesso Dio, che in quell'amore che sovrasta noi e l'universo intero dobbiamo avere la capacità e la convinzione, dimostrandolo con i fatti, che il cristiano non si rifiuta e sa accogliere.

Risposte come quella data in Irak invadendolo, hanno alimentato solo odio, ottenendo solo una elevata crescita del terrorismo. Questa è vera eresia o scandalo storico dei nostri giorni.

Oggi dobbiamo augurarci che lo Spirito Santo c'illumini ad essere portatori e testimoni di Cristo morto e risorto, che l'entusiasmo del Convegno di Verona accenda in tutti un nuovo fuoco, che possano realizzarsi le promesse del Vangelo: il lupo pascoli con l'agnello.

I cambiamenti in questi ultimi cinquant'anni sono stati un grande miracolo: da Papa Giovanni a Benedetto XVI, da Padre Pio a Madre Teresa di Calcutta, dal Concilio alla caduta del muro di Berlino, la Chiesa è stata un faro per il mondo.

Anche oggi ci sono esempi luminosi di fedeltà a Cristo, che ha preso su di sé tutti i nostri mali passati, presenti e futuri, per risanare l'uomo sua creatura e ripetutamente chiede di amarci come lui ci ha amati.

Certamente il disegno che già sta scritto in cielo si realizzerà e quella dignità che abbiamo perso con il peccato originale sarà riscattata alla fine dei tempi.

Oggi è necessario allontanarsi dai nuovi idoli che ci offrono solo l'effimero e appesantiscono il nostro cuore, lo inaridiscono e lo rendono incapace di amare. La televisione è stata una grande invenzione, ma a tanti ragazzi che si affacciano alla vita tanti miseri programmi offrono solo apparenza e superficialità, che li svuotano e li conducono a vegetare e non a vivere. Quando il seme è buono il raccolto dovrebbe essere buono, ma per avere ciò dobbiamo evitare che le tempeste distruggano tutto durante la crescita. Per ottenere questo riprendiamo il cammino che si è bloccato in noi, riprendendo, dove non c'è, il dialogo nelle famiglie fra marito e moglie, fra genitori e figli, così da sostenere la fa-

miglia; perché quando si sfascia la famiglia, i figli diventano un loro baratto e tanti giovani la soluzione la trovano nella droga, perché dentro sono già morti.

Antonio Casola

I segni dei tempi

«Devi sapere - scrive Paolo a Timoteo - che negli ultimi tempi verranno momenti difficili. Gli uomini saranno egoisti, amanti del denaro, vanitosi, orgogliosi, bestemmatori, ribelli ai genitori, ingrati, senza religione, senza amore, sleali, maldicenti, intemperanti, intrattabili, nemici del bene, traditori, sfrontati, accecati dall'orgoglio, attaccati ai piaceri più che a Dio, con la parvenza della pierà, mentre ne hanno rinnegata la forza interiore» (2Tm 3,1-4). Allora, viene da concludere con amarezza: i giorni degli ultimi tempi sono già cominciati!

Ma la parola di Dio non fa violenza agli uomini: offre loro tutta la sapienza possibile: la sapienza della fede, la sapienza dell'amore, la sapienza della creazione, la sapienza della verità e della libertà... Egli offre, non impone: «Vedete, io pongo oggi dinanzi a voi una benedizione e una maledizione: la benedizione se obbedirete ai comandi del Signore vostro Dio; la maledizione se non obbedite ai comandi del Signore vostro Dio» (Dt 11,26-28).

Maria Terminiello

La natività di Maria

Propongo questa meditazione sulla natività di Maria Vergine essendo prossimo il Natale. Dalla nascita di Maria viene poi la nascita di Gesù e scopriamo in questa riflessione come Maria ha vissuto all'ombra di Dio.

La liturgia celebra con entusiasmo la nascita di Maria e ne fa una delle feste più popolari della devozione mariana. «La tua natività, o Vergine Madre di Dio - canta la Liturgia delle Ore - annunziò la gioia al mondo



LASCIATECI DIRE...

intero, perché da te è sorto il Sole di giustizia, Cristo Dio nostro».

Il natale di Maria è il preludio del natale di Gesù, perché proprio in esso ha il suo primo inizio la realizzazione del grande mistero del Figlio di Dio fatto uomo per la salvezza dell'umanità. Come potrebbe passare inosservato al cuore dei redenti il giorno natalizio della Madre del redentore? La Madre preannuncia il Figlio, dice che il Figlio sta per venire, che le promesse divine, preconizzate da secoli, stanno per avverarsi. La nascita di Maria è l'aurora della nostra redenzione; il suo apparire proietta una luce nuova su tutta l'umanità: luce di innocenza, di purezza, di grazia, anticipo splendente della grande luce che inonderà la terra quando apparirà Cristo, luce del mondo.

Maria, preservata dal peccato in previsione dei meriti di Cristo, non solo annuncia che la redenzione è vicina, ma ne porta in sé le primizie, lei, la prima redenta dal suo Figlio divino. E per lei, tutta pura e tutta piena di grazia, la SS. Trinità posa finalmente sulla terra uno sguardo di compiacenza, poiché finalmente vi trova una creatura in cui può riflettere la sua bellezza infinita.

Dopo la nascita di Gesù, nessuna nascita è stata tanto importante agli occhi di Dio e tanto importante per il bene dell'umanità, quanto quella di Maria. Eppure questa nascita rimane completamente nell'ombra. Nulla ce ne dicono le Sacre Scritture e quando nel Vangelo cerchiamo la genealogia di Gesù, troviamo solo quella che si

riferisce a Giuseppe, mentre nulla di esplicito troviamo della genealogia di Maria, fuorché l'accenno alla sua discendenza da David. Le origini della Madonna scompaiono nel silenzio, come è scomparsa nel silenzio tutta la sua vita.

La natività di Maria ci parla di umiltà: più vogliamo crescere agli occhi di Dio, più dobbiamo nasconderci a quelli delle creature; più vogliamo fare cose grandi per Dio, più dobbiamo lavorare nel silenzio e nel nascondimento. Nel Vangelo la figura di Maria è quasi completamente nascosta da quella del suo Figlio divino; di lei gli evangelisti ci dicono quel tanto che è necessario per presentare la Madre del Redentore e difatti ella entra in scena solo quando s'inizia il racconto dell'incarnazione del Verbo. E notiamo che ha vissuto nell'ombra non solo negli anni della sua infanzia, ma anche nei giorni della sua maternità divina, anche nei momenti di trionfo del Figlio suo, anche quando una donna, entusiasta per le mirabili cose che Gesù compiva, alzò la voce in mezzo alla folla gridando: «Beato il ventre che ti ha portato e il seno da cui hai preso il latte!» (Lc 11,27).

La ricorrenza mariana che festeggiamo sia dunque per noi un invito alla vita nascosta, a nasconderci con Maria in Cristo e con Cristo in Dio. Molte volte è Dio stesso che attraverso le circostanze s'incarica di farci vivere nell'ombra: dobbiamo allora essergliene molto grati e valerci di queste occasioni per progredire sempre più nella pratica dell'u-

mità e del nascondimento. Altre volte, invece, il Signore può affidarci incarichi, uffici, opere di apostolato che ci mettano un po' in evidenza; ebbene, anche in tali circostanze dobbiamo scomparire il più possibile. Non dobbiamo certo rifiutare di agire, ma dobbiamo agire in modo da saperci eclissare non appena la nostra attività non è più strettamente necessaria per la buona riuscita delle opere affidateci. Tutto il resto, le lodi, gli applausi, la relazione dei successi o la difesa degli insuccessi, non ci deve interessare; di fronte a ciò la nostra tattica dev'essere quella di ritirarci con tanta disinvoltura. Un'anima di vita interiore deve avere l'ansia di nascondersi quanto più può sotto l'ombra di Dio perché, se qualche cosa di bene ha potuto fare, è convinta che tutto è stato opera di Dio e perciò cerca con delicata premura che tutto ridondi unicamente a sua gloria. La vita umile e nascosta di Maria sia il modello della nostra e se, per emularla, dobbiamo lottare contro le tendenze sempre rinascenti dell'orgoglio, ricorriamo fiduciosi al suo aiuto materno e lei ci farà trionfare di ogni vanagloria.

Con questa bella lettura su Maria Vergine, nata prima nel pensiero di Dio Padre e poi nata per noi sulla terra, auguro a tutta la comunità una santa festa dell'Immacolata e sante e buone feste natalizie, in un insieme di armonia, gioia e pace per noi e per il mondo intero.

Concetta Mandara



Visitate il sito web della nostra parrocchia:

www.montepertuso.it



IL VERO PROBLEMA

Don Raffaele Celentano

Due mesi fa, partendo dalla domanda: «Perché sposarsi in chiesa?», avanzavo l'ipotesi che al fondo della crisi dei matrimoni religiosi ci fosse il timore di veder crollare tutto, di imbarcarsi in una situazione definitiva, un po' come chiudersi in una cella e buttar via la chiave: l'unica via d'uscita, in caso di fallimento, sarebbe quella di «sfondare la porta»... Di fronte a questa paura, nel secondo intervento indicavo come possibile soluzione una più solida preparazione (o formazione) umana e spirituale che mettesse i due sposi in condizione di poter meglio (con una maggiore saldezza interiore) affrontare le inevitabili difficoltà della vita a due nel matrimonio.

A questo punto qualcuno che ha avuto la costanza di leggere entrambi gli interventi si sarà forse chiesto: «Ma è proprio tutto qui?». Certamente no. D'altronde lo accennavo già nel primo articolo: «Uno dei motivi all'origine di quella scelta - dicevo - potrebbe essere proprio la paura». Uno dei motivi... Vuol dire che ce ne sono o ce ne possono essere altri.

In merito alla celebrazione del matrimonio religioso, ho sentito fare spesso, anche prima di diventare prete, l'obiezione che «ci vogliono troppi soldi», per cui si preferisce orientarsi verso il rito civile oppure semplicemente ci si mette insieme, rimandando il passo ufficiale ad un ipotetico futuro migliore. Non dispongo di statistiche in merito, ma credo che

questa sia, in realtà, la motivazione più «gettonata» tra le varie che si portano a sostegno di quella decisione.

Vorrei perciò concludere le mie riflessioni sul tema affrontando questo aspetto più «pratico» del problema, partendo dalla domanda cruciale: «È proprio vero che sposarsi in chiesa costa tanto?».

Quello che «ci rovina la reputazione», facendo ritenere quella affermazione vera, è semplicemente il giro di affari e il circolo vizioso nel quale è rimasta invischiata la celebrazione del matrimonio religioso.

È evidente che se si volesse fare un matrimonio (che in realtà non era né religioso, né civile: era solo una costosa messinscena) come quello recentissimo di un celebre attore (alla sua terza esperienza matrimoniale), allora ci vorrebbe Paperon de' Paperoni. Ma anche se ci si lascia condizionare dal ragionamento che «non possiamo fare niente di meno di quello che hanno fatto per l'ultimo matrimonio celebrato in parrocchia», ci si rende facilmente conto che si innesca una spirale senza fine che impegnerà gli sposi e le loro famiglie in un'assurda corsa in avanti, nell'esigenza - per non sfigurare - di dover organizzare le cose non in base ai propri gusti, convinzioni e possibilità, ma in base a quello che chi si è sposato prima ha voluto e potuto fare. Capite bene che in tutto questo il matrimonio religioso non c'entra più niente: diventa solo un accessorio della festa. Importante diventa l'abito della sposa, l'addobbo della chiesa, il ristorante con il relativo pranzo, il numero degli invitati e chissà quante altre cose, tutte fondamentali e irrinunciabili. Il momento del matrimonio in chiesa, vale a dire la celebra-

zione del sacramento, quello che dovrebbe essere il punto focale dell'attenzione e delle preoccupazioni, passa all'ultimo posto e rimane nascosto dietro una serie di problemi che nulla hanno a che fare con la sacralità della celebrazione, ma diventano ciò che può far pendere l'ago della bilancia verso la decisione di non sposarsi in chiesa.

Se è così, qualche domanda s'impone: «Il matrimonio civile non diventa un ripiego, quasi un matrimonio di second'ordine, una cosa meno importante e forse meno impegnativa?». «Sposarsi al comune consente davvero di risparmiare?».

Cosa si risparmia, in effetti? Certo, si può risparmiare sull'abito (forse), sull'addobbo (certamente), sulla musica (basta un registratore); difficilmente si può risparmiare sul ristorante, sugli invitati, sulle bomboniere... E allora, io mi chiedo: dove sta scritto che se la sposa non indossa un abito straordinariamente costoso, se la chiesa non è trasformata in una serra di fiori, se a suonare e cantare non è l'orchestra e il coro del San Carlo, se il ricevimento non viene fatto nel più lussuoso albergo della zona, il matrimonio non è degno di questo nome? Dove sta scritto che chi si sposerà tra un mese deve fare di tutto e di più rispetto a chi si è sposato un mese fa? Forse il vero problema, in fine, è che ci siamo lasciati prendere la mano: ci siamo immessi, come dicevo, in una spirale consumistica che ci porta a privilegiare solo l'apparire sacrificando l'essere...

Ma vediamo come stanno in realtà le cose, sul versante chiesa, dal punto di vista delle spese. I fedeli che decidono di sposarsi nella loro parrocchia

(Continua a pagina 8)



BELLI E SANI

Stretti nelle scarpe, soffocati da tessuti non traspiranti, affaticati in media da circa settemila passi al giorno, i piedi portano il peso di tutto il corpo. Ma non solo. La loro è un'architettura anatomica complessa, formata da ventisei ossa, diciannove muscoli, una trentina di articolazioni e circa cento legamenti che, oltre a mantenerci in equilibrio e a consentirci tutti i movimenti necessari, hanno un ruolo fondamentale anche per il corretto funzionamento dell'apparato cardio-circolatorio. Ogni passo, infatti, consente al sangue e ai fluidi di risalire verso il cuore e di far funzionare adeguatamente la circolazione. La manutenzione ordinaria di questa parte del corpo ci consente di conservare la pelle dei piedi sempre integra e sana, e ci aiuta a prevenire quei piccoli disturbi che, molto spesso, rendono doloroso o problematico anche soltanto il camminare.

Pelle a secco

Un film idrolipidico povero di sebo, sfregamenti ripetuti delle scarpe, l'utilizzo di acqua troppo calcarea, il caldo, la sabbia, il freddo... Per questi motivi e per tanti altri ancora la pelle dei piedi molto spesso diventa secca e screpolata, si disquama, diventa ruvida, si fessura e si possono anche aprire veri e propri tagli, soprattutto sui talloni. Camminare può diventare doloroso, senza contare il fatto che i bordi frastagliati di queste piccole lacerazioni si agganciano ai tessuti e smagliano le calze. Per riparare la pelle e renderla morbida e integra è importante innanzi tutto favorire l'eliminazione delle *cellule morte* e limitare l'ispessimento cutaneo, soprattutto nei punti di maggiore pressione. Per questo è sufficiente procedere all'e-



sfoliazione una volta la settimana, con l'aiuto della pietra pomice o di una crema con principi attivi cheratolitici. I più diffusi sono gli alfa e i beta idrossiacidi. I primi agiscono stimolando il rinnovamento cellulare e idratando in superficie la pelle, mentre i secondi esercitano la loro azione distruggendo la *cheratina*. Sono utili per esfoliare anche i prodotti gommanti che, meccanicamente, agevolano il distacco delle cellule morte, come quelli con polveri di *nocciolo di albicocca* o di pesca o le *bilie di polietilene*. Tutti i giorni sui piedi asciutti e puliti si può applicare una crema specifica arricchita di *vitamine*: la A combatte la secchezza favorendo il turn over cellulare; la B5 favorisce la citratizzazione e la C favorisce la sintesi di collagene. Altre sostanze, come la *vaselina*, l'olio di *paraffina*, il *silicone* e gli oli vegetali sono agenti filmogeni che isolano fisicamente lo strato corneo ostacolando la perdita d'acqua transepidermica. La formulazione ideale contiene anche principi attivi ristrutturanti, *ceramidi* e *acidi grassi essenziali* che rinforzano il cemento intracellulare, e umettanti, *urea*, *allantoina*, *glicerolo*, che fissano l'acqua.

Calli & co.

Scarpe troppo strette, tacchi alti o anche squilibri nell'assetto del piede possono causare la formazione di *ipercheratosi*, comunemente detti

calli. Per reazione a un'eccessiva frizione o pressione, la pelle forma una sorta di cono spesso, che si può estendere in profondità nella pelle, arrivando a comprimere le terminazioni nervose e provocando, di conseguenza, dolori acuti. Per evitare di appoggiare il peso sulla zona dolente spesso si cammina male, assumendo posture che alla lunga possono danneggiare le articolazioni del ginocchio, dell'anca, persino della cervicale.

Le ipercheratosi possono formarsi in diverse zone del piede. Il *callo* propriamente detto si forma sulla prima e sulla seconda falange delle dita, l'*occhio di pernice* si sviluppa tra due dita, il *durone* è l'ispessimento localizzato soprattutto sulla pianta del piede e sul calcagno, mentre la *cipolla* si trova sul bordo della pianta.

La prevenzione anche in questo caso si attua utilizzando regolarmente (una volta la settimana) una crema esfoliante, oppure raspendo delicatamente con la pietra pomice le zone dure e ispessite.

Se il callo è già formato, invece, evitate assolutamente forbicine e lamette e rivolgetevi a un esperto *podologo*. Oppure, se siete per il "fai da te", usate i *cerotti anticallò* che, oltre a mantenere la zona umida e stimolare il rinnovamento cellulare, proteggono anche dagli sfregamenti e dagli attriti, limitando la pressione sul punto dolente. Questi cerotti si staccano da soli, in genere dopo tre-quattro giorni, e devono essere riapplicati fino alla scomparsa del callo (circa 10-15 giorni). I prodotti *callifughi*, invece, possono essere a base di *acido salicilico*, dall'azione cheratolitica. Vanno usati con attenzione, per evitare che inavvertitamente anche il tessuto sano venga a contat-



to con essi. In genere è bene ricordare che dopo l'eliminazione del callo la pelle resta fragile e sensibile, e deve quindi essere protetta fino alla completa normalizzazione.

Una bolla d'acqua

Una lunga camminata, le scarpe ai piedi per molte ore di seguito, sfregamento da attività sportiva prolungata ed ecco che le *vesciche* si fanno sentire con una sensazione di pizzicore e di bruciore. La tentazione a questo punto è molto forte: la prima reazione è quella di bucarle, per far fuoriuscire il liquido, magari servendosi di un ago o di una punta. Cercate di resistere a questo impulso e proteggete invece la lesione finché non si riassorbe, magari con l'aiuto dei *cerotti* a base di *idrocolloidi* che limitano lo sfregamento e assorbono l'essudato. Si applicano sulla pelle asciutta e perfettamente pulita, dopo aver scaldato il cerotto nel palmo della mano. Questa sorta di "seconda pelle" resta attaccata per diversi giorni, anche se si fa la doccia o il bagno, e attenua decisamente anche il dolore. Se la vescica, invece, è già rotta, si deve tagliare la pelle morta con forbici pulite con alcool, disinfettare e applicare un cerotto non

occlusivo. Oggi esistono in commercio anche molti prodotti protettivi a base di polimeri (spray o stick) da mettere sulla pelle quando si avvertono i primi bruciori per impedire la formazione della vescica.

Qualche consiglio pratico

La scarsa igiene insieme a una traspirazione eccessiva favoriscono la proliferazione di *microbi* e *funghi*. È importante, quindi, lavarsi i piedi tutti i giorni con l'acqua e il detergente (usare un antisettico soltanto se frequentate a piedi nudi luoghi affollati - piscine, palestre, spiagge - o se avete problemi di eccessiva traspirazione), asciugando scrupolosamente soprattutto gli spazi fra le dita. Privilegiate sempre le scarpe con l'interno in cuoio o in tessuti naturali.

Per evitare che lo sfregamento insista sempre sugli stessi punti di contatto, non portate mai per più giorno consecutivi lo stesso paio di calzature. In questo modo, inoltre, le scarpe possono asciugarsi completamente della traspirazione.

Quando fa caldo portate scarpe aperte e comode.

Se la pelle del piede è molto secca spalmatela generosamente con il

trattamento idratante e nutritivo prima di andare a letto e indossate calzini di cotone per tutta la notte.

Almeno una volta l'anno fate la pedicure.

Rivolgetevi al podologo per qualunque problema di deformazione delle dita, *unghie incarnite*, *cheratosi* o *ipersudorazione*, oltre che per problemi di deambulazione o funzionali del piede.

Se a fine giornata i *piedi* sono *gonfi* fate un pediluvio con acqua a 37° con sali o compresse effervescenti decongestionanti e tonificanti.

L'eccessiva *sudorazione* del piede può causare la macerazione della pelle e la formazione di odori sgradevoli. Oltre a evitare calze in tessuti sintetici e scarpe in materiali non traspiranti si possono utilizzare deodoranti o antitranspiranti specifici per questa zona anatomica, insieme con prodotti specifici da vaporizzare sulle suole o nell'interno delle calzature.

Se non riuscite a fare a meno dei tacchi alti (sopra i cinque centimetri) potete utilizzare i cuscinetti plantari di silicone, che ridistribuiscono il peso del corpo in modo uniforme sulla pianta, attenuando il rischio di formazione di callosità e duroni.

(Continua da pagina 6)

IL VERO PROBLEMA

non devono pagare altro che 11 euro di diritti di segreteria alla Curia diocesana (per i matrimoni in altra parrocchia si paga qualcosa in più) e non sono obbligati a dare un'offerta al parroco, il quale è tenuto a fornire loro il servizio in quanto fedeli della sua parrocchia; l'addobbo e le musiche potrebbero anche essere semplici, senza per questo essere di cattivo gusto (cosa che si rischia quando si vuole strafare). Volendo esagerare, con qualche centinaio di euro si potrebbe fare un matrimonio dignitoso. Tutto il resto sono spese che di-

rettamente non hanno niente a che vedere con la celebrazione del sacramento e quindi si potrebbero adattare ai gusti e alle possibilità degli interessati... Ma non si può, perché «La mia amica ha fatto una cosa favolosa: io non posso essere da meno, se no la gente ci prende per pezzenti!»... E il gioco è fatto: siamo entrati in quella spirale che trasforma la celebrazione di un sacramento in una fiera delle vanità; il matrimonio in sé non c'entra più niente: è solo la scusa per esibirsi; diventa uno *status symbol*, il segno di una posizione sociale vera o presunta.

Purtroppo, però, tutto ciò - lo ripeto

- con il matrimonio sacramento non ha niente a che fare. E allora torniamo a quanto detto nelle puntate precedenti sull'opportunità di una profonda formazione spirituale, non solo come collante della coppia e della famiglia ma addirittura come base su cui poggiare la stessa celebrazione del sacramento.

A scanso di equivoci, quello che si fa al comune non è il sacramento del matrimonio celebrato con rito civile: è solo un contratto, un accordo di cui l'ufficiale di stato civile prende atto dichiarando i due contraenti marito e moglie. Quel contratto si può anche sciogliere; il matrimonio sacramento, no.



IL PECCATO ORIGINALE

Dopo aver descritto le origini del mondo e dell'uomo, il libro della Genesi affronta il problema del male. Se la creazione è uscita "buona" - e non poteva essere altrimenti - dalle mani del Creatore, come si spiegano il male e la morte di cui ogni giorno, anzi ogni momento, l'uomo fa esperienza dentro di sé e attorno a sé? L'autore sacro racchiude i risultati della sua riflessione nei racconti della caduta dell'uomo dallo stato di grazia in cui era stato creato e delle conseguenze di tale caduta (Gen 3 e 4). Nel cap. 3 ci viene narrato il peccato dei progenitori con la conseguente cacciata dal "giardino", mentre nel cap. 4 troviamo la storia di Caino e Abele, cioè della prima rivolta dell'uomo contro i suoi simili. In questo articolo ci soffermeremo sul primo episodio; il testo di riferimento è, dunque, il capitolo 3 del libro della Genesi.

Il tentatore, colui che è la causa scatenante della disobbedienza, viene raffigurato nelle sembianze del serpente, perché «la più astuta di tutte le bestie selvatiche»; ma è solo un artificio letterario. La tradizione sapienziale e successivamente il Nuovo Testamento e la tradizione cristiana vedono raffigurato in esso il nemico di Dio e dell'uomo, il diavolo, che sa sfruttare molto bene la sua astuzia. Il serpente, infatti, inizia il colloquio con la donna facendo una domanda volutamente errata: «È vero che Dio ha detto: Non dovete mangiare di nessun albero del giar-

dino?». La donna "abbocca" e avvia con un contraddittorio il dialogo, che si concluderà con la disobbedienza. Il punto di forza della tentazione è la prospettiva di diventare «come Dio, conoscendo il bene e il male». Il verbo "conoscere" non indica una conoscenza intellettuale, bensì una conoscenza esperienziale che metterebbe l'uomo in grado di



Il peccato originale (particolare), Michelangelo, Cappella Sistina

decidere da sé ciò che è bene e ciò che è male. Questa prospettiva attrae la donna e fa sì che ella veda quell'albero con occhi diversi: «Allora la donna vide che l'albero era buono da mangiare, gradito agli occhi e desiderabile per acquistare saggezza...»; il gesto nasce spontaneo: «Prese del suo frutto e ne mangiò, poi ne diede anche al marito, che era con lei, e anch'egli ne mangiò» (vers. 6). Adamo, dunque, è lì: ha ascoltato il dialogo tra la donna e il serpente senza intervenire, è rimasto a guardare quando la donna ha colto il frutto e lo ha mangiato quando lei glielo ha offerto. «Allora si aprirono gli occhi di tutti e due e si accorsero di essere nudi» (vers. 7). Il serpente aveva detto:

«Si aprirebbero i vostri occhi e diventereste come Dio...». Anche qui, il senso del verbo "aprire" non è materiale, ma esperienziale: i loro occhi si aprono, sì, ma all'evidenza del vero significato del loro gesto, per cui si accorgono di essere nudi. Fisicamente lo erano anche prima (l'avevamo notato nel racconto precedente): che cosa è cambiato? Hanno perso qualcosa che prima li "rivestiva" e che ora è scomparso. A questo stato di fatto, di cui provano vergogna, cercano di porre rimedio con dei "vestiti" di fortuna, ma non basta, per cui vanno a nascondersi appena sentono la vicinanza di Dio. E Dio si rivolge all'uomo, chiede a lui spiegazione di ciò che è successo.

Il primo segno di quanto la situazione sia mutata lo avvertiamo già nella risposta dei protagonisti: colui che aveva esultato alla vista di quella creatura "carne della sua carne, osso dalle sue ossa", adesso punta l'indice accusatore: «La donna che tu mi hai posto accanto mi ha dato dell'albero...». L'idillio è finito: il tentativo di diventare come Dio si è rivelato un cuneo che si è inserito nell'intimo della prima famiglia umana spaccandola. Lo scaricabarile viene interrotto dalla sentenza di condanna, che segue il percorso inverso rispetto all'inchiesta: prima viene condannato il serpente, poi la donna e infine l'uomo; a quest'ultimo è riservata la sentenza più dura, mitigata solo dalla promessa, contenuta nella condanna del serpente, di una stirpe



della donna che avrebbe sconfitto il male.

Esaminiamo brevemente le tre “sentenze”.

Il serpente viene condannato a strisciare sul suo ventre. Questo non vuol dire che prima del peccato camminasse in modo diverso; è piuttosto l'interpretazione teologica di una situazione: l'autore sacro conosce il serpente come lo conosciamo noi e di fronte ad esso prova la stessa sensazione di repulsione che proviamo noi; ma attribuisce questi dati di fatto alla maledizione da parte di Dio per aver tentato la donna. Il destino del serpente - e di colui che in esso è raffigurato - sarà comunque quello di essere sconfitto dalla discendenza di colei che ha indotto al peccato.

Alla donna è riservato il dolore del parto e la soggezione al marito e all'uomo la fatica del lavoro. Anche qui, quelle espressioni non vogliono affermare che senza il peccato non ci sarebbero stati per la donna i do-

lori del parto e per l'uomo la fatica del lavoro della terra (quasi che l'uomo non avrebbe sudato!), quanto che queste realtà, nell'esperienza dell'autore sacro e di tutti gli uomini, vengono viste e vissute come peso derivante da una situazione negativa. La donna non sarà più la compagna solidale dell'uomo, ma ne diverrà la seduttrice e lui l'asservirà per averne figli; l'uomo non sarà più il giardiniere dell'Eden, ma dovrà lottare con fatica e sudore contro il suolo divenuto ostile. E su tutto questo, il destino finale: «Finché tornerai alla terra... Polvere tu sei e in polvere tornerai!».

A questo proposito il Concilio di Trento insegna che «la morte è entrata nel mondo a causa del peccato dell'uomo (cf Rm 5,12). Sebbene l'uomo possedesse una natura mortale, Dio lo destinava a non morire. La morte fu dunque contraria ai disegni di Dio Creatore ed essa entrò nel mondo come conseguenza del peccato» (*Catechismo della Chiesa*

Cattolica, 1008).

I doni di santità e giustizia originali Adamo li aveva ricevuti non soltanto per sé, ma per tutto il genere umano: cedendo al tentatore, i progenitori commettono un peccato personale, ma questo peccato intacca la natura umana che da essi sarà quindi trasmessa ai discendenti in una condizione decaduta. Quel peccato si trasmetterà, quindi, per propagazione (come peccato “contratto”, non “commesso”) a tutta l'umanità, poiché a causa di esso la natura umana ha perso per sempre la santità e la giustizia delle origini (cf *Catechismo della Chiesa Cattolica*, 404). È un'affermazione non facile da comprendere. Forse ci può aiutare un esempio: colui che riceve un'eredità, la riceve per sé e per i suoi discendenti; ma se per un qualsiasi motivo quella eredità gli viene revocata, insieme con lui la perdono anche i suoi discendenti, pur non avendo essi compiuto l'azione che ne ha provocato la revoca.



Il grillo parlante

Fratelli - coltelli

Sembrava una buona idea, ma alla prova dei fatti sembra che nessuno ci possa salvare da un susseguirsi interminabile di risse tra chi sta al governo e chi gli si oppone. E fossero risse per il bene del Paese, sarebbe niente! Invece sembra che tutto l'ardore della lotta (politica) sia orientato a far fuori (politicamente) l'avversario... Fratelli d'Italia o coltelli d'Italia? Nessun confronto con il bipolarismo all'americana!

Figli di chi?

A sentire le cronache degli ultimi tempi, sembra che sia stato aperto uno sciagurato vaso di Pandora da cui spuntano fuori ragazzini sempre più violenti, e di una violenza sempre più assurda, inconcepibile, che nessuno si sognerebbe alla loro età. E invece non solo la praticano e in qualche modo se ne vantano, ma filmano le loro “prodezze” e le mettono in rete... E i genitori dove sono? Anzi: dov'erano? Quando facevano quelle cose, certo, ma ancor più prima, quando hanno avuto l'input a pensarle, ad attuarle, a mandarle in Internet... Di chi sono figli? Non più, forse, dei loro genitori, che

si rendono conto di avere in casa dei perfetti sconosciuti. Forse di Internet? Di una mentalità talmente permissiva (o corrotta?) che non trova assurdo che i bambini vengano a contatto con pornografia e violenza e che abbiano una tale libertà di azione?... Come è grigia l'alba del mondo futuro!

Ostinazioni

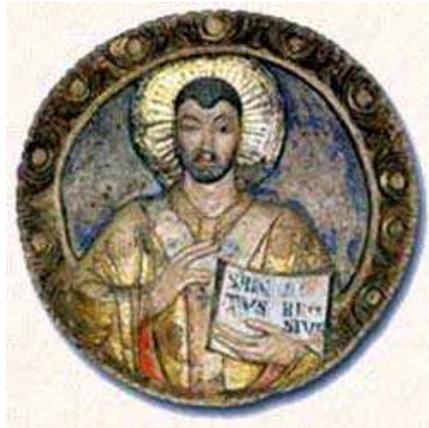
Chissà perché ci si ostina a chiamarlo ancora “peccato originale”! Che cos'ha di originale? È stato solo il primo di un'infinita serie di peccati tutti uguali. Nonostante il castigo, infatti, da allora ad oggi una moltitudine immensa di figli di Adamo continuano a credere di poter essere padreterni a poco prezzo!



AMBROGIO, UN SANTO FRA I GRANDI

Nel mio ultimo articolo su san Carlo Borromeo, a un certo punto si era fatto riferimento a un altro grande santo della nostra Chiesa, Sant'Ambrogio Vescovo. Proprio di questo santo questo mese vi voglio parlare: leggetemi e come sempre cercherò di raccontarvi una bella storia.

Ambrogio era nato a Treviri nella Gallia verso il 339 d.C., dove il padre cittadino romano era prefetto. Terminati a Roma gli studi, ricevette dal prefetto Probo l'incarico di recarsi a Milano come Governatore della Liguria e dell'Emilia, con sede in quella città, dove giunse nel 374. Si trovò subito al centro di una questione venutasi a creare alla morte del Vescovo Assenzio: c'era discordia fra i cattolici e gli ariani per la nomina del successore. Per evitare ulteriori disordini, in qualità di governatore egli radunò i fedeli, parlando loro con senno e fermezza, affinché tutto fosse fatto secondo coscienza e nel rispetto della libertà. Proprio per questo il popolo incominciò a gridare: «Ambrogio Vescovo!». Egli sorpreso e anche spaventato, proclamò di non essere neppure battezzato, perché era solo un catecumeno; si professò peccatore e cercò anche di fuggire, ma tutto fu inutile. Ricevette il Battesimo e otto giorni dopo, il 7 dicembre del 374, la consacrazione episcopale. Scrupolosissimo nell'adempimento del suo ufficio, si diede alla lettura dei libri sacri e allo studio dei Padri della Chiesa, sotto la direzione di Simpliciano, che diventerà poi suo



successore.

Distribuì ai poveri il suo ingente patrimonio, conservando solamente l'usufrutto per la sua famiglia e per la sorella Marcellina, in modo da non serbare per sé cosa alcuna che potesse dire sua. Così come soldato privo d'impedimenti e pronto a combattere, si mise al seguito di Cristo Signore che si era fatto povero per noi, perché diventassimo ricchi per mezzo della sua povertà.

La sua influenza fu particolarmente decisiva nella situazione ecclesiastica e politica dei suoi tempi. Lottò strenuamente ed inflessibilmente per il riconoscimento esclusivo della Chiesa di fronte al paganesimo e alle altre eresie come anche per la sua libertà e autonomia rispetto al potere politico; sostenne infatti con forza dinanzi all'Imperatore non solo i diritti della Chiesa, ma anche l'autorità dei suoi pastori, e difese con gli scritti e con l'azione la dottrina della vera fede contro gli Ariani.

Realizzò una delle forme più riuscite di pastorale e venne annoverato tra i grandi che con il pensiero e con

l'azione posero le basi della cultura cristiana medievale. Fu anche iniziatore dell'innologia religiosa popolare.

Ancora oggi stupisce che Ambrogio, impegnato su tanti fronti, abbia potuto trovare il tempo per la composizione di tante opere. La maggior parte di esse non contiene speculazione dogmatiche, ma è strettamente legata al suo ministero pastorale; anche in questo Ambrogio rivela la sua formazione tipicamente romana, cioè pratica. Egli pose le prime basi di quella che sarebbe stata la separazione fra il potere politico dello stato e il potere religioso della Chiesa.

Logorato dalle grandi fatiche e dall'intensa cura della Chiesa di Dio, prima ancora di cadere ammalato predisse il giorno della sua morte. Onorato, Vescovo di Vercelli, chiamato per tre volte dalla voce di Dio, accorse al suo capezzale portando gli il Corpo del Signore. Dopo essersi comunicato, pose le braccia in croce e consegnò la sua anima a Dio il 4 aprile dell'anno 397. La Chiesa lo annovera nel libro dei santi e ne ha stabilito la festa al 7 dicembre.

Sant'Ambrogio è protettore di Milano; al suo nome sono legate tante tradizioni, fra cui l'inaugurazione della stagione artistica della Scala il più grande teatro della città.

Come sempre, a conclusione di questo articolo, giungano i miei più affettuosi auguri a tutte quelle persone della nostra comunità che portano il nome di Ambrogio e che festeggiano il loro onomastico il 7 dicembre.

*Nessuno è tanto ricco da non poter accettare
e ricevere qualcosa anche dagli altri*

Il muro



Questa pagina è stata curata da Giuseppe Ercolano, istruttore di scacchi

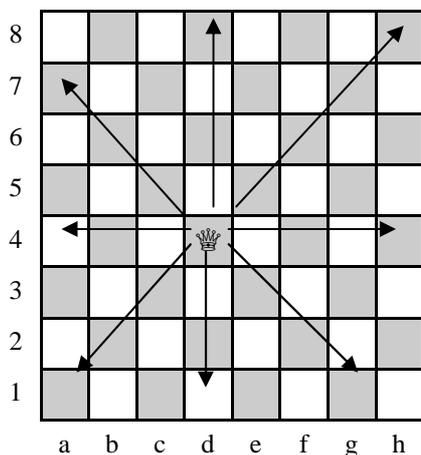
IL NOBILE GIOCO DEGLI SCACCHI



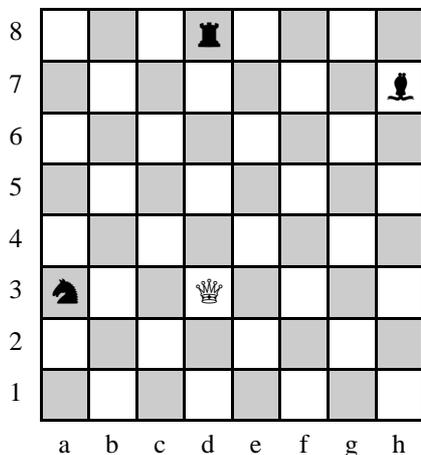
Terza parte

Vediamo in questa puntata come possono muovere e quali danni possono fare la Donna e il Re.

La Donna muove orizzontalmente, verticalmente o in diagonale, di quante case vuole, catturando il pezzo che eventualmente occupa la casa di arrivo.

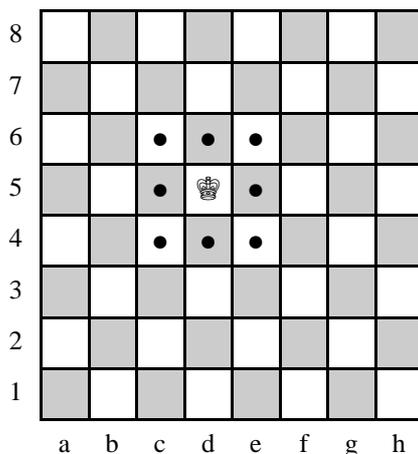


Nello schema seguente la Donna bianchi può catturare uno qualunque dei pezzi avversari effettuando una delle mosse seguenti: Dxa3, Dxd8 oppure Dxh7

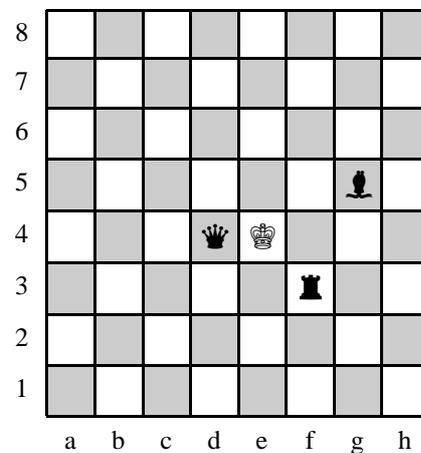


Il Re, invece, muove di una casa in qualunque direzione e può catturare

un pezzo che eventualmente occupa la casa di arrivo; non può occupare una casa minacciata da un pezzo avversario.



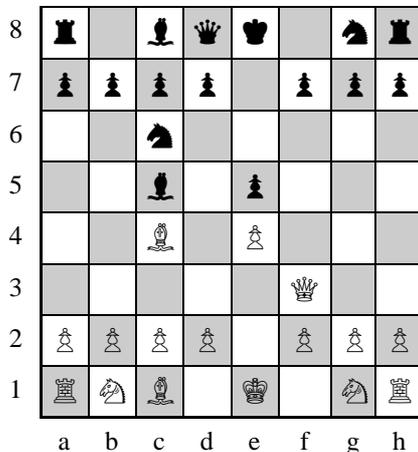
Nella situazione illustrata nello schema seguente il Re bianco può catturare la Donna avversaria (che peraltro lo tiene sotto scacco) con Rxd4 oppure può catturare la torre con Rxf3, mentre l'alfiere in g5 resta fuori della sua portata. Non può occupare le altre case intorno, perché minacciate da pezzi avversari.



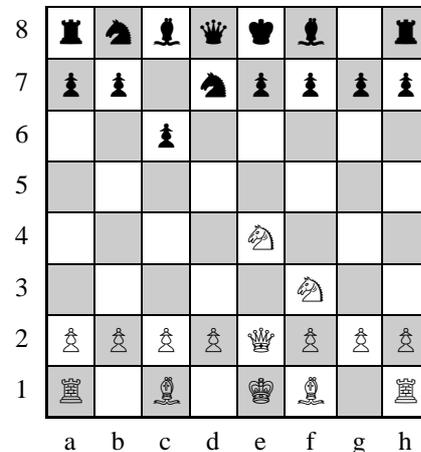
Soluzione dei test del numero precedente

Test n. 1: Dh8: matto!
Test n. 2: Ae6: matto!

FINALI DI PARTITA



Test n. 5
Il bianco muove e vince!



Test n. 6
Il bianco muove e vince!