

'O PERTUSO

Anno VI - Numero 65 - Luglio 2008

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

IN QUESTO NUMERO

EDITORIALE

Aquile e polli, 2

ALL'OMBRA DEL CAMPANILE

Ricordi, 4

Esperimenti di catechismo, 5

L'iniziazione cristiana in parrocchia, 6

NOCELLE

Ricordo di un Pastore, 8

LASCIATECI DIRE...

Omaggio a San Pio, 10

Ascolta questo e capirai..., 10

DAL MONDO DELLE SCIENZE

Compagna di una vita?, 12

UN SANTO AL MESE

Santa Brigida, la santa delle orazioni, 14

RUBRICHE

Pillole di saggezza, 2

L'angolo del DJ, 11

Il grillo parlante, 13

Giochi e passatempi, 16



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



Don Raffaele Celentano

AQUILE E POLLI

Quando ho letto il pezzo preparato dalle catechiste Mariagrazia e Pina sulla loro esperienza con gli alunni delle medie (lo trovate più avanti in questo numero), sono rimasto molto colpito da alcune delle riflessioni fatte dai ragazzi, che, partendo dal racconto - un po' triste, per la verità - di Anthony De Mello, hanno colto in esso qualcosa che va al di là del racconto stesso e parla di un adeguarsi al livello più basso - quindi alla mediocrità -, per ignoranza, per paura o per semplice convenienza.



È importante che dei ragazzi siano in grado di cogliere queste sensazioni, ancor più importante sarebbe che riuscissero a farne tesoro, a valorizzarle, un po' come un capitale investito del quale un giorno poter cogliere i frutti. Uso il condizionale non per mancanza di fiducia nei soggetti interessati, ma perché l'esperienza mi dice che nel mondo d'oggi la storia dell'aquilotto cresciuto e morto come un pollo è più vicina alla realtà di quello che si vorrebbe credere.



Il pollo è pollo e l'aquila è aquila, e rimangono tali, fedeli alla loro natura. Ciò che è triste nella storia di De Mello è che l'aquila non riesce a scoprire dentro di sé la sua "vocazione", che per ciò muore con lei irrealizzata. Condizionata dal mondo in cui è cresciuta, ha perso di vista la sua vera natura, che pure è stampata nel suo DNA; non avverte nessun disagio per quella situazione, perché nessuno le ha mai detto - o fatto scoprire - che poteva aspirare a qualcosa di diverso, che era fatta per qualcosa di diverso. E così la risposta di quel pollo - «Noi apparteniamo alla terra, perché siamo polli» - diventa per lei una sentenza senza appello.

Fuor di metafora: quanti accettano supinamente e orientano la loro vita all'idea che appartengono alla terra, che tutto il mondo si esaurisce nell'ambito di "un pollaio"? Eppure nel nostro DNA è stampata una verità diversa: noi siamo fatti per il cielo, apparteniamo al cielo.

Il grande Agostino di Ippona, all'inizio delle sue Confessioni, esprime lo stesso concetto con queste parole stupende: «Ci hai fatti per te [Signore] e il nostro cuore non ha pace finché non riposa in te». L'affermazione della Bibbia secondo cui siamo



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

1. Nella vita tutti si preoccupano di avere un amico, ma pochi si preoccupano di esserlo.
2. Capirai l'importanza di un sorriso solo quando ti verrà negato.
3. Soltanto una cosa rende impossibile un sogno: la paura di fallire.
4. L'esperienza è un'insegnante severa, perché prima ti fa fare l'esame e poi ti spiega la lezione.
5. Le conseguenze della collera sono sempre molto più gravi delle sue cause.
6. Finché non sarai in pace con quello che sei non sarai mai soddisfatto di quello che hai.
7. Per ogni cosa c'è il suo momento. C'è un tempo per piangere e un tempo per ridere, un tempo per gemere e un tempo per gioire.
8. Se credi di stare in piedi, guarda di non cadere.
9. Chi semina nelle lacrime, raccoglie nella gioia.



*Il Signore è buono e grande nell'amore.
Benedici il Signore, anima mia,
quanto è in me benedica il suo Santo Nome.
Benedici il Signore, anima mia,
non dimenticare tanti suoi benefici.
Egli perdona tutte le tue colpe,
guarisce tutte le tue malattie.
(Sal. 102)*



La famiglia Terminiello riconoscente
ringrazia il Signore
per la veneranda età della mamma
CASOLA CONCETTA
centenaria
1908 - 5 luglio - 2008

Augura a tutta la comunità di godere tutti i benefici
che il Signore concede all'anima e al corpo
per una lunga vita

(Continua da pagina 2)

AQUILE E POLLI

fatti a immagine e somiglianza di Dio cos'altro vuol dire se non questo: che l'immagine non può non tendere verso il modello da cui è originata? Ma se l'aquila perde di vista la sua identità e si convince di appartenere alla terra, si adatterà a frugare il terreno in cerca di vermi e insetti, starazzerà e sbatterà le ali alzandosi solo di qualche centimetro da terra.

La scuola di catechismo forse non riuscirà a dare ai nostri ragazzi una laurea in teologia (non è questo che si propone) e forse non riuscirà nemmeno a ficcargli in testa tutte le verità di fede in cui un buon cristiano deve credere (per questo ci sarà tempo più avanti); ma se al termine del ciclo della scuola dell'obbligo avranno capito che sono fatti per il cielo, e se questa verità si radicherà profondamente nel loro cuore, avremo ottenuto un grande successo: quegli aquilotti non si trasformeranno più in polli.



ALL'OMBRA DEL CAMPANILE



Uno scorcio della mostra fotografica allestita sul cimitero parrocchiale

Ricordi

La parrocchia S. Maria delle Grazie è caratterizzata dalla leggenda di quel grande buco nella montagna che domina il paese, chiamato 'o Pertuso (spunto per il titolo del giornalino) e che secondo la tradizione degli antichi sarebbe stato provocato da una lotta avvenuta in tempi remoti tra il bene e il male. Il bene è la Madre di Dio, il male è il maligno.

Nel corso di oltre cinquant'anni la popolazione di Montepertuso ha onorato Maria con una rappresentazione nel buco stesso di quella lotta. Nei primi anni tutto si svolgeva con grandissimi rischi. La Madonna era rappresentata da una giovane del posto, ancora vivente. Di tutto questo esistono foto e altri ricordi dei nostri nonni che sono ancora tra noi.

Quest'anno la parrocchia ha voluto far rivivere in particolare ai nostri giovani l'itinerario di questi anni con una mostra di fotografie, ricordi e testimonianze sulla rievocazione della leggenda.

La mostra è stata pensata, preparata e gestita molto bene; ne sono rimasta entusiasta, perché questa festa è nel mio cuore da quando sono nata: è nata con me.

Foto del presente a colori, bellissime specialmente quelle dei fuochi e delle preparazioni floreali; un'emozione le foto dei nostri uomini che hanno lavorato per questa manifestazione nel corso degli anni, per renderla sempre più bella. Un pensiero di commozione per quelli che non ci sono più.

Devo però portare una precisazione: tra i nomi

di coloro che hanno collaborato alla preparazione della rievocazione ne mancavano due.

Uno è Michele Mandara (detto 'o Scenziato), che ai tempi di don Giulio ha portato l'elettricità nel buco facendo in modo di rendere il lavoro della rievocazione più sicuro. Ricordo come fosse ieri quando veniva in vacanza dalla Germania e mi spiegava il tutto in teoria con le cartoline di Montepertuso che aveva sempre in valigia fino alle tre di notte; una volta mia madre si svegliò e non vedendoci a letto ce ne disse parecchie.

Non è stato menzionato nemmeno Francesco Saverio Apuzzo, collaboratore con Michele e tutto il resto del Comitato, della scala per salire al monte di sopra, delle dodici stelle sparse su quel monte grazie a quella scala, stelle che quando apparvero la prima volta suscitavano un'esclamazione di ammirazione di tutta la popolazione.

Ma la sorpresa è stata grande quando, fermandomi all'inizio dell'esposizione, ho notato il quadro della Madonna che veniva portato giù dalla montagna dopo la vittoria sul maligno: non era l'originale; lo testimoniano le foto del passato dove l'ideatore della manifestazione - Aristide Passerotti - deponeva il quadro sull'altare maggiore come per dire «Tu sei la Madre delle grazie, la Regina di Montepertuso».

Il quadro originale era stato vinto in una lotteria da Francesco Cafiero e Maria Criscuolo, che con fede e devozione lo mettevano a disposizione del Comitato festa per la rievocazione della leggenda e che poi noi ragazze riportavamo alla loro casa in processione otto giorni dopo. A quel tempo abitavano a Liviezzolo. In seguito il quadro (in bianco e nero) fu sostituito da uno a colori offerto da Giacomo Terminiello, poi a sua volta sostituito da una sagoma della Madonna a modo di statua, che ancora oggi viene portata giù al termine della rievocazione.

A tutti coloro che hanno reso possibile questa grande rappresentazione nel corso degli anni con fatica (e ce ne vuole), con sudore e grandi preoccupazioni e sacrifici dico grazie; prima a quelli che ormai godono faccia a faccia il viso radioso di Maria e poi a coloro che oggi lavorano per questo; un grande grazie al capo del Comitato festa, che dirige da trent'anni questa fatica portandola avanti come un guerriero (passatemi il termine); e a voi gioventù dico: fate tesoro di



questi ricordi, non travisate l'essenza di questa leggenda e onorate Maria prima con il cuore, imitandone l'esempio, e poi con le manifestazioni esteriori.

Concetta Mandara

Esperimenti di catechismo

Quest'anno ci siamo trovati ad affrontare una carenza di catechisti e per causa di forza maggiore abbiamo sperimentato l'idea di accorpate i ragazzi delle scuole medie in un unico gruppo.

L'esperimento non è molto riuscito in quanto, anche se i ragazzi si sentono grandi e ansiosi di scoprire il mondo, in quei tre anni che li dividono, si riscontrano esigenze ed approcci diversi. Però, posti di fronte a questo ipotetico grande gruppo, non sapendo bene che impostazione dare agli incontri, abbiamo tentato di animarli con dei dibattiti impostati sul come vivere da cristiani nella realtà di tutti i giorni. Per fare questo però, ci vuole una grande esperienza da parte delle catechiste e una grande maturità da parte dei ragazzi.

Per tutt'e due le cose ci siamo accorti di aver peccato un po' di presunzione e dopo alcuni incontri siamo ritornati al classico appuntamento di catechismo.

In questo ultimo periodo però, abbiamo voluto tornare sui nostri passi, ripetendo l'esperimento, e ci siamo accorti che una sana costruttiva discussione poteva andare in porto. Abbiamo riproposto il seguente brano, ricco di spunti, tratto da un testo di Anthony De Mello. Il titolo è: Con ali d'aquila - Una vocazione incredibile.

Un uomo trovò un uovo d'aquila e lo mise nel nido di una chiocchia. L'uovo si schiuse contemporaneamente a quelle della covata e l'aquilotto crebbe insieme ai pulcini. Per tutta la vita l'aquila fece quel che facevano i polli del cortile, pensando di essere uno di loro. Frugava il terreno in cerca di vermi e insetti, chiocciava e schiamazzava, scuoteva le ali alzandosi da terra di qualche decimetro.

Trascorsero gli anni e l'aquila divenne molto vecchia. Un giorno vide sopra di sé, nel cielo sgombro di nubi, uno splendido uccello che planava, maestoso ed elegante, in mezzo alle forti correnti d'aria, muovendo appena le robuste ali.

La vecchia aquila alzò lo sguardo, stupita. «Chi è quello?», chiese.

«È l'aquila, il re degli uccelli»; rispose il suo

vicino. «Appartiene al cielo. Noi invece apparteniamo alla terra, perché siamo polli».

E così l'aquila visse e morì come un pollo, perché pensava di essere tale, inconsapevole delle vette a cui avrebbe potuto innalzarsi.

Le riflessioni sono state tante, ne riportiamo qualcuna.

- ❖ Siamo uomini che guardano la perfezione di Dio e non ci accorgiamo che con poco potremmo assomigliargli.
- ❖ Con il peccato originale non siamo più come Dio e continuando a peccare ci allontaniamo ancora.
- ❖ Siamo credenti e viviamo in una società globale che non ci permette di esprimerci come cristiani e diventa difficile aspirare a perfezionarci come tali.
- ❖ Per paura di distinguerci, viviamo nella mediocrità.
- ❖ Spesso pur di essere accettati o di far parte di un gruppo seguiamo chi si accontenta o fa cose sbagliate.
- ❖ Se vogliamo raggiungere dei buoni obiettivi bisogna andare contro corrente.

Nei nostro piccolo siamo molto contente di quello che ne è venuto fuori in quanto le riflessioni sono state di carattere religioso e non.

I ragazzi, infatti, dovrebbero capire che essere dei buoni cristiani significa, anche, essere dei bravi cittadini e buoni studenti, e che per "assomigliare a Dio" va bene anche prendere un buon voto, passare la palla per far segnare il compagno di squadra, rispettare l'autista dello scuolabus, aver cura delle cose di pubblico utilizzo.





L'INIZIAZIONE CRISTIANA IN PARROCCHIA

L'iniziatazione cristiana è il cammino attraverso il quale i fedeli vengono guidati ad una sempre più attiva e consapevole partecipazione alla vita di fede. Essa inizia perciò dalla nascita, o più precisamente dalla celebrazione del battesimo, momento nel quale i genitori si impegnano ad educare il proprio figlio nella fede.

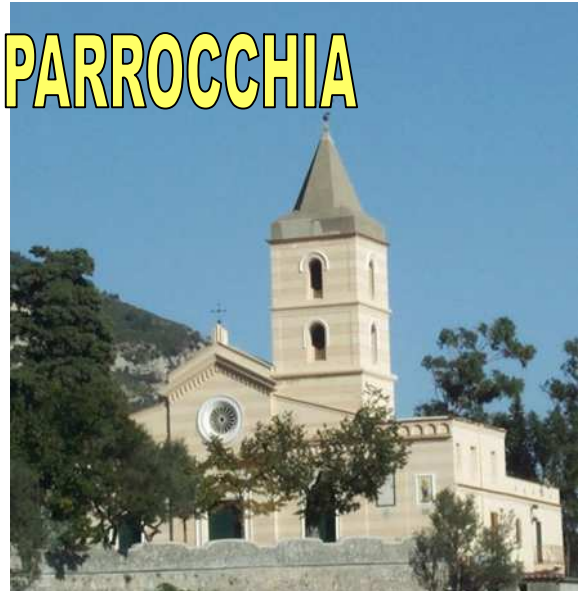
Primi passi (6-8 anni)

Il cammino dei primi anni di vita è affidato ai genitori. Dal compimento del sesto anno, la parrocchia si affiancherà ad essi mettendo a disposizione strutture e mezzi. I bambini, con l'aiuto di alcuni genitori - affiancati da altri genitori che abbiano già fatto esperienza in proposito - saranno guidati alla scoperta dei primi elementi della fede cristiana, ma soprattutto al senso della comunità, alla conoscenza di Gesù come un amico speciale e insieme con lui della Madonna come mamma di tutti noi perché mamma di Gesù, degli angeli e dei santi come nostri accompagnatori nella vita. In questa prima fase - qualora non l'abbiano fatto prima - impareranno le preghiere più semplici, il modo di stare in chiesa, di pregare, di relazionarsi agli altri come a nostri fratelli.

Cammino di iniziazione cristiana (prima fase, 9-11 anni)

Al compimento dei nove anni i bambini inizieranno il percorso parrocchiale di iniziazione cristiana, sotto la guida dei catechisti, affiancati dai genitori.

- ❖ I ragazzi di terza elementare verranno guidati alla scoperta del significato del loro battesimo e in particolare al fatto che per esso sono inseriti nella comunità cristiana come tralci innestati nel tronco della vite, sono figli di Dio, fratelli di Gesù. Verranno guidati alla scoperta del Padre nostro, la preghiera dei figli di Dio che ci è stata insegnata da Gesù, e sullo stile di questa, si cercherà di



abituarli alla preghiera spontanea e personale. Nel corso della Quaresima celebreranno le varie tappe dell'iniziazione cristiana fino alla memoria del battesimo nella notte di Pasqua o in altra data, sempre tutti insieme e coinvolgendo le loro famiglie.

- ❖ I ragazzi di quarta elementare verranno guidati alla verifica del loro comportamento alla luce dei comandamenti e dei precetti della Chiesa. Nel mese di maggio celebreranno la festa del perdono con la prima confessione.
- ❖ I ragazzi di quinta elementare verranno guidati alla conoscenza del sacramento dell'Eucaristia come sorgente e culmine della vita della comunità cristiana. Nel mese di maggio saranno ammessi alla prima comunione.

Cammino di iniziazione cristiana (seconda fase, 12-14 anni)

Il triennio della scuola media inferiore vedrà i ragazzi impegnati nello studio della Sacra Scrittura. Questo cammino, insieme all'assidua partecipazione alla messa domenicale, sarà propedeutico al corso di preparazione alla cresima.

Cammino di iniziazione cristiana (terza fase, 15-16 anni)

Compiuto il ciclo della scuola media inferiore, i ragazzi inizieranno il corso biennale di preparazione alla cresima.

Dopo-cresima



La cresima non è la festa di laurea del cristiano, ma piuttosto la presa di coscienza del fatto che si è inseriti a pieno titolo e responsabilità in una comunità viva e vitale nella quale vivere e testimoniare la propria fede battesimale. I cresimati, quindi, dovrebbero sentire fortemente la responsabilità di partecipare attivamente alla vita di fede della comunità parrocchiale, mettendo al servizio dei fratelli i doni di natura e di grazia ricevuti, i carismi di cui lo Spirito Santo ha fatto loro dono. Se proprio qualcuno ritenesse di non aver ricevuto alcun dono particolare che possa essere utile alla comunità (e questa potrebbe essere una bestemmia), inserendosi in essa potrebbe comunque partecipare della grazia che da Cristo fluisce in tutti i "tralci" in lui innestati.

Fase transitoria

Queste disposizioni andranno in vigore gradualmente a partire dall'autunno 2008. L'itinerario indicato è richiesto anche per ottenere il nulla

osta per la cresima fuori parrocchia.

Nel mese di ottobre 2008:

- ❖ i ragazzi della scuola media inferiore inizieranno la seconda fase del cammino descritto sopra. Man mano che passeranno alle superiori, verranno ammessi al corso biennale di preparazione alla cresima (a partire, quindi, dal mese di ottobre 2009);
- ❖ i ragazzi che si trovano già alle superiori e tutti gli altri che non sono ancora cresimati potranno aggregarsi al gruppo che frequenta il corso normale, con l'obbligo di frequentare sempre per due anni consecutivi prima di essere ammessi alla cresima.

Nel 2009 (in data ancora da stabilirsi) saranno ammessi alla cresima coloro che avranno frequentato il corso biennale iniziato nell'autunno 2007. Dal 2011 la cresima sarà celebrata ogni anno per coloro che avranno completato i due anni di corso previsti.

Don Raffaele Celentano

FESTA DI S. ANTONIO **13 giugno 2008**

Altre immagini sono disponibili nel nostro sito web: www.montepertuso.it



Foto D. Contino



Foto L. Ercolino



Foto D. Contino



Foto L. Ercolino



RICORDO DI UN PASTORE

Giovanni Cinque

Il 15 giugno scorso è stato un giorno particolare per i fedeli della comunità di Nocelle: è stata la ricorrenza della scomparsa del sacerdote **Ciro Parascandolo**, che per 25 anni (dal 1951 al 1976) ebbe la cura spirituale della nostra comunità.

Era nato a S. Salvatore, frazione di Vico Equense, il 15 febbraio 1902 da famiglia di contadini; i genitori, Carmine e Maria di Palma, con grandi sacrifici lo mandarono a studiare come perito agrario, ma il Signore aveva in serbo per lui un'altra vita. La svolta ci fu in un attimo un giorno che, trovandosi su una nave con il mare in burrasca, implorò dal Signore la salvezza promettendo che, se avesse avuto salva la vita, questa sarebbe stata sempre al servizio del prossimo nel sacerdozio. La preghiera e il voto furono accolti e così **Ciro**, dopo anni di studio, divenne prete e nel 1950 gli fu affidata la parrocchia di S. Salvatore e alcune frazioni vicine.

Nel 1951 iniziò la sua missione pastorale a Nocelle. Aveva 49 anni. Qualcuno più grande di me lo ricorda come un tipo molto determinato, che non si teneva dentro ciò che pensava, ma lo diceva chiaro al cospetto di tutti. Questo modo di fare non era sempre gradito: già a quei tempi la verità faceva male, creava delle inimicizie. Oggi il fenomeno si è accentuato, ma la logica non dovrebbe essere questa.

A causa di questo suo carattere spesso nascevano delle incomprensioni con alcuni membri del Comitato di Nocelle; questo però era dovuto soprattutto al fatto di non poter comunicare in tempi brevi. Basti pensare che il primo telefono arrivò a Nocelle nel 1968 e fu installato al ristorante S. Croce; il gestore era Antonio Casola, che per tanti anni è stato il coordinatore del Comitato di Nocelle.

Lodevole il modo in cui don **Ciro** portava avanti la sua missione pastorale. Non faceva mai mancare la messa sia domenicale che infrasettimanale quando il caso lo richiedeva, percorrendo il sentiero montano che da S. Maria del castello per la Conocchia porta sino a Nocelle, anche quando le condizioni meteorologiche erano



proibitive; era proprio come il pastore che non lascia mai il suo gregge, neanche nei momenti difficili.

Negli ultimi anni gli acciacchi si moltiplicarono, ma ciò nonostante continuò la sua missione: arrivava a Nocelle sempre per lo stesso sentiero, ma per il ritorno scendeva per la scalinata che da Nocelle porta alla Nazionale ad Arienzo da dove prendeva il pullman per tornare a casa.

Una volta, scendendo per le scale, poco sotto il cimitero di Nocelle, incontrò un giovanotto che si esibiva in una battuta di caccia. «Senti, caro giovanotto - gli disse - non potevi venire a messa? Forse pensavi che nel tempo che tu partecipavi alla messa i tuoi colleghi avrebbero abbattuto tutta la selvaggina e per te non sarebbe restato niente?». Il giovanotto rispose: «Parrucchia', ma che dici? Tanto noi siamo come una pianta di fichi d'india: marciremo e dopo questo mondo tutto sarà finito». Il prete non trovò risposta; restò in silenzio, ma era un silenzio che diceva tanto. La domenica successiva raccontò l'episodio a coloro che partecipavano alla messa e concluse: «La settimana appena trascorsa è stata per me terribile. Mi sono sentito male solo a pensare le parole di quel giovanotto. Ho pensato: ma allora la missione affidatami non sta fruttificando? A rendere la cosa ancora più avvilente è il fatto che lo Spirito Santo ha demandato a me il compito di dare a questo giovanotto i sacramenti della fede cristiana, il battesimo e la prima comunione».

Il caro don **Ciro** servì la comunità di Nocelle sino a poche settimane prima della chiamata del Signore. Si spense a Napoli il 15 giugno 1976,



aveva 74 anni. La comunità di Nocelle lo ricorderà sempre e lui dal paradiso volgerà lo sguardo verso di noi, speranzosi di essere dei veri cristiani.

Ringraziamo il Signore che dopo il caro don Ciro Parascandolo il Signore ci ha donato altri preti degni di tale nome: dal 1976 al 1986 don Giulio Caldiero, dal 1986 al '94 don Andrea Imperati, dal '94 al 2002 don Michele Fusco e dal settembre 2002 a tutt'oggi don Raffaele Celementano, che il Signore gli dia lunga vita al servizio della nostra comunità. Da parte mia voglio esprimerti un grazie di vero cuore per il modo in cui ti adoperi; il tuo modo di portarci la Parola di Dio mi ha fatto crescere tanto come cristiano; sono consapevole però che è solo l'inizio. Grazie.

A parte la conclusione, della quale spero un giorno di meritare le lodi, mi unisco, con profonda gratitudine al Signore, nel ricordo di don Ciro. L'ho conosciuto poco, avendolo incontrato solo due o tre volte, ma ho sempre sentito parlare della dedizione con cui ha servito la

comunità di Nocelle. Ho pensato che oggi, raccontando di quanto faceva per venire a Nocelle a dir messa e a fare catechesi, molti non farebbero una piega: ci sono tanti turisti che percorrono lo stesso sentiero che allora percorreva con Ciro! Ma c'è una differenza enorme: se appena il tempo è un po' inclemente, i turisti se ne stanno in albergo o usano i pullman per venire in costiera; don Ciro faceva quel percorso anche con pioggia e freddo, anche con la neve, che in passato si vedeva più spesso di oggi sulle nostre montagne. Proprio a questa sua dedizione pastorale si deve se oggi la comunità di Nocelle può contare su tante persone generose e saldamente radicate nella loro fede. Conoscendo le difficoltà di comunicazione e l'isolamento in cui in quegli anni viveva Nocelle, è merito di don Ciro se i fedeli di questa frazione hanno conservato la fede e l'amore a Cristo e alla Madonna. Adesso gode in cielo il premio promesso ai servitori fedeli del Vangelo e qui in terra il sempre grato ricordo di quanti lo hanno conosciuto e stimato.

Don Raffi



**31 maggio 2008 - Solennità della Visitazione della Vergine a S. Elisabetta
Immagini della mostra fotografica e della festa**

(foto D. Contino)

Altre immagini sono disponibili nel nostro sito web: www.montepertuso.it

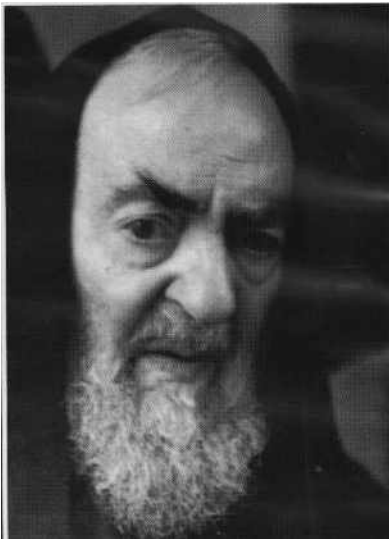




LASCIATECI DIRE...

Omaggio a San Pio

Il 24 aprile scorso c'è stata l'ostensione delle spoglie mortali del nostro caro frate di San Pio da Pietrelcina alla devozione della gente. Il 6 gennaio il vescovo Domenico d'Ambrosio aveva dato la notizia della riesumazione del corpo, una pratica prevista dalla Chiesa. Molti fedeli erano contrari: molto inchiostro è stato fatto scorrere e si sono fatte molte trasmissioni televisive su questo caso.



Padre Pio è stato un modello di vita santa, e tanti aggettivi non potrebbero bastare per spiegare la bellezza della sua persona. Lui Servo di Dio, nella sua vita ha dato coraggio a tanta gente angosciata, ne ha confortato tanta affranta dal dolore e dalla malattia. Proprio per questo fece costruire a S. Giovanni Rotondo l'ospedale "Casa Sollievo della Sofferenza", dove oggi sono ricoverati tanti malati che aspettano di guarire e sperano che lui

da lassù tramuti in gioia il oro dolore.

San Pio ha scritto una pagina molto importante nella storia della Chiesa, evangelizzando tutto il mondo; perciò viene chiamato "Santo della gente", lui che vive nella gloria di Dio.

Io lo immagino in ginocchio davanti a Dio per ottenere tutte le grazie necessarie che gli chiedono i suoi devoti sperando che il Signore glielo voglia concedere.

Lo ringrazio insieme alla mia famiglia perché si è fatto incontrare da noi nella sofferenza e poi ci ha ridato la gioia. Il suo sorriso e i suoi occhi sono sempre con noi: Padre Pio non ci ha lasciati, lui è sempre vivo.

Filomena (mamma di Carlo)

Ascolta questo e capirai quanto è importante... non bere... non bere e non guidare.

«Mamma, sono uscito con amici. Sono andato ad una festa e mi sono ricordato quello che mi avevi detto: Non bere alcolici. Mi hai chiesto di

non bere, visto che dovevo guidare, così ho bevuto una Sprite... Mi sono sentito orgoglioso di me stesso, anche per aver ascoltato il modo in cui dolcemente mi ha suggerito di non bere se dovevo guidare, al contrario di quello che mi dicono alcuni amici. Ho fatto una scelta sana e il tuo consiglio è stato giusto...

Quando la festa è finita, la gente ha cominciato a guidare anche non essendo in condizioni di farlo. Io ho preso la mia macchina con la certezza che ero sobrio; non potevo immaginare, mamma, ciò che mi aspettava... Ora sono qui, sdraiato sull'asfalto, e sento un poliziotto che dice: «Il ragazzo che ha provocato l'incidente era ubriaco». Mamma, la sua voce sembrava così lontana... Il mio sangue è cosparso dappertutto e sto cercando con tutte le mie forze di non piangere.

Posso sentire i medici che dicono: «Questo ragazzo non ce la farà». Sono certo che il ragazzo che guidava l'altra macchina non se lo immaginava neanche, mentre andava a tutta velocità... Alla fine lui ha deciso di bere e io devo morire... Perché le persone devono fare tutto questo, mamma? Sapendo che distruggeranno delle vite...

Il dolore è come se mi pugnalasse con milioni di coltelli contemporaneamente. Di' ai miei fratelli di non spaventarsi, mamma, Di' a papà di essere forte.

Qualcuno doveva dire a quel ragazzo che non si può bere... e guidare...

Forse se i suoi genitori glielo avessero detto, io ora sarei vivo... La mia respirazione si fa sempre più debole e comincio ad avere veramente paura... Questi sono i miei ultimi momenti e mi sento così disperato... Mi piacerebbe poterti abbracciare, mamma, mentre sono sdraiato qui, morente. Mi piacerebbe dirti che ti voglio bene, per questo... Ti voglio bene... Addio».

In memoria di tutte quelle vittime che hanno scelto di bere una bibita.

Queste parole sono state scritte da un giornalista che ha assistito all'incidente. Il ragazzo morente sussurrava quelle parole e il giornalista scriveva scioccato. Questo giornalista ha incominciato una campagna contro la guida in stato di ebbrezza: Quando guidi non bere - Vivi e lascia vivere.

Marco Miola



NEW HOUSE MIX

E' una rubrica di informazione musicale selezionata e proposta dal Dj Mario Iovieno che si basa sulla collaborazione di alcune etichette discografiche e Dj producer Italiani ed esteri. Attraverso la recensione possiamo scoprire le varie versioni del brano citato. Ogni mese saranno proposti 5 dischi e 5 cd insomma un viaggio attraverso le sonorità house e non solo. I 5 dischi citati si possono ascoltare all'interno del programma Radiofonico "La Maison De La Musique" selezionato e mixato dal Dj Mario Iovieno, trasmesso da diverse Radio Italiane, visita il sito:

www.myspace.com/lamaisondelamusique

Ecco le news di questo mese

I cinque dischi:

SHUYA OKINO feat. DIVINITI - Shine (Sub Urban rec.) UK

- 1- Mood II Swing Club Mix
- 2- Mood II Swing Live Mix
- 3- Mood II Swing Dub
- 4- Original Main Mix

JAMIE LEWIS & MICHAEL WATFORD - It's Not Over (Purple Music rec.) CH

- 1- Monster Phunk Mix
- 2- Monster Party Cut

SOUL PURPOSE - Blow (Defected rec.) UK

- 1- M's Original Mix
- 2- M's Sax Mix

DJ IVAN KAY & NICK feat. GEORGIA - Saxada (M.O.D.A. rec.) IT

- 1- Club Mix
- 2- Saxappella
- 3- Electro Tribe mix
- 4- Acappella

ESO ES - All That (Just Entertainment rec.) IT

- 1- Original Radio
- 2- Relight Orchestra Remix

I cinque cd:

DJ SET vol. 72 (Global Net) IT

Contiene 11 brani house non mixati

DJ ZONE First Class 06 (Time) IT

Contiene 10 brani vocal house non mixati

DJ SELECTION 190 The House Jam Part 49 (Do It Yourself) IT

Contiene 12 brani house non mixati

HED KANDI Serve Chilled (Hed Kandi) UK

Doppio cd contiene 26 brani chillout non mixati

HIP HOP The 2008 Collection (Universal) IT

Doppio cd contiene 48 brani hip hop non mixati

www.marioiovieno.com

www.myspace.com/marioiovieno

www.myspace.com/mvsemmevesse

www.myspace.com/lamaisondelamusique





COMPAGNA DI UNA VITA?

Con l'estate la maggior parte delle donne diventa facile preda del panico da cellulite. Con la speranza di trovare la soluzione definitiva, ci si affida, spesso sconsideratamente, alle diete più strambe e a rimedi miracolosi, siano essi trattamenti chirurgici, pastiglie, creme o massaggi.

Uno stile di vita corretto può aiutare, ma, purtroppo, non è sufficiente. Come è noto, la comparsa di questo inestetismo è fortemente influenzata da fattori ormonali e dagli estrogeni in particolare. La cellulite è un ingrossamento del tessuto adiposo legato a una primaria alterazione del microcircolo. Per semplificare, possiamo dire che sulla superficie delle cellule adipose ci sono recettori preposti all'accumulo (lipogenesi) o al rilascio (lipolisi) di grassi contenuti nelle cellule stesse. L'equilibrio tra lo stoccaggio e la cessione dei grassi è determinato da un enzima, la lipasi ormono-sensibile.

La cellulite è influenzata da molti fattori: oltre agli estrogeni, le alterazioni degli ormoni della tiroide, una predisposizione genetica, oppure disturbi circolatori costituzionali sia del sistema venoso, sia del sistema linfatico, che favoriscono l'accumulo di liquidi e un sovraccarico del microcircolo.

Anche l'alimentazione può influire molto, così come la vita sedentaria e lo stress. Non aiutano gli abiti molto aderenti e non elasticizzati: tutto ciò che comprime l'inguine determina un rallentamento della circolazione con conseguente ristagno di tossine e infiammazione dei tessuti. Anche i tacchi alti possono fare danno: costringono a una postura scorretta e, quindi, ostacolano la normale circolazione sanguigna nelle gambe.

Per non favorire la cellulite bisognerebbe seguire una dieta iposodica e povera di grassi. È giusto cercare di contenere il consumo di carboidrati, ma è sbagliato eliminarli. Per lavorare il nostro organismo ha bisogno di zuccheri (non dimentichiamo che durante la giornata il 70% dei carboidrati viene utilizzato dal cervello), meglio se introdotti durante la prima parte della giornata. È sbagliato anche eliminare completa-



mente i grassi: è sufficiente che non superino il 20% dell'apporto calorico complessivo giornaliero. E poi è importante fornire le giuste quantità di proteine, sali minerali e vitamine e liquidi. La dieta ideale, quindi, deve essere povera di sodio, ma non necessariamente ipocalorica, a meno che non ci siano problemi di sovrappeso.

Non esiste una pastiglia miracolosa, come spesso chiedono le pazienti. Parliamo di un disturbo cronico, che tende a ripresentarsi; possiamo dire che la guerra alla cellulite non finisce mai. Mentre inestetismi come *la coulotte de cheval* (adiposità localizzate nelle donne sotto i glutei) o *le maniglie dell'amore* (accumuli sui fianchi degli uomini) possono essere rimossi in maniera duratura (è importante l'alimentazione), la cellulite non si risolve mai definitivamente, perché risente molto dell'influenza ormonale ciclica. In più i risultati ottenuti con interventi estetici o chirurgici, creme, integratori alimentari, vanno mantenuti con l'attività fisica, l'alimentazione corretta, abitudini di vita sane, massaggi e così via.

Una tecnica molto efficace e poco invasiva è la microterapia. Si tratta di microiniezioni in loco di una soluzione ipertonica dall'azione drenante che, associata ai massaggi, aiuta a espellere i ristagni di liquidi. In genere sono sufficienti dieci sedute settimanali e, in seguito, alcuni richiami mensili. Oppure, sempre a cadenza mensile, l'iniezione, soltanto negli accumuli adiposi, di fosfatidilcolina e di acido desossicolico.

Aiuti in pillole

Acceleratori del metabolismo basale. Generalmente si tratta di estratti di alga ricchi di iodio (per esempio il *Fucus vesiculosus* o il *Kelp*), o a base di caffeina, come il tè verde, il caffè ver-



de, gli estratti linoleici coniugati. Questi integratori vanno assunti seguendo scrupolosamente le dosi consigliate in etichetta e soltanto per i periodi di trattamento indicati. Gli ultimi studi dimostrano che anche il calcio ha un'azione interessante: aumenterebbe la lipolisi e ridurrebbe l'assorbimento dei grassi a livello intestinale.

Drenanti. Per combattere la ritenzione idrica si può ricorrere a diuretici naturali: estratti di gambo di anans, betulla, ippocastano e così via. Tra le novità, l'estratto di laminaria giapponese, che apporta potassio e rimuove il sodio in eccesso. Per evitare la formazione di calcoli e per potenziarne l'efficacia, durante l'assunzione dei drenanti bisogna bere molta acqua.

Attivatori del microcircolo. Quando serve ossigenare meglio il tessuto sottocutaneo e restituire tonicità a vene e capillari si può ricorrere agli estratti di mirtillo, rusco, ribes, tarassaco, ginkgo biloba. Attenzione per quest'ultimo: non può essere utilizzato insieme ad anticoagulanti e

antipiastrinici, perché aumenta la fluidità del sangue.

Fibre. Quando alla cellulite si accompagna anche il sovrappeso, si possono utilizzare gli integratori che aumentano il senso di sazietà. I più famosi e comuni sono il chitosano e il glucosammano. Le fibre si gonfiano a contatto con l'acqua, formando una sorta di gelatina che dà un senso di sazietà nello stomaco e avvolge i principi nutritivi, diminuendo l'assorbimento di grassi e zucchero nell'intestino. Si devono assumere vicino ai pasti e devono essere presi con molta acqua, altrimenti non si forma la gelatina. Anche questi integratori vanno usati attenendosi scrupolosamente a dosaggi e periodi di cura: l'uso cronico può influenzare la biodisponibilità di vitamine e minerali.

Inibitori dell'appetito. Se non si riesce a controllare la fame nervosa si possono utilizzare gli estratti di *rhodiola rosea*. Quest'ultima, tra l'altro, stimola la serotonina, che controlla l'appetito e dà anche buonumore.

Olanda: stop alle sigarette, sì alle canne

Il grillo parlante



L'Olanda dal primo luglio 2008 metterà in pratica la sua lotta contro il tabagismo, iniziata nel 2004 con una modifica legislativa divenuta poi legge. Sigarette, sigari, parenti e affini saranno banditi da bar, alberghi, discoteche, ristoranti, ospedali, centri commerciali e negozi. Insomma, nei luoghi pubblici olandesi non si fumerà più. Perché ormai lo sanno anche i muri, il fumo nuoce gravemente alla salute.

Ma il vero scoop è che non ci si potrà più accendere una sigaretta neanche nei Coffee Shop, (tradizionali negozi dove è permesso acquisto e consumo di hashish e marijuana). Ma le canne, o spinello che si dica, quelli sì! canne, quelle sì! Insomma dal prossimo mese chiunque può entrare in un coffee shop olandese e fumarsi anche un intero carico di cannabis, l'importante è che garantisca di non mischiare neanche un briciolo di tabacco al composto 'stupefacente' da avvolgere in cartine decorate.

Alle diverse perplessità e alla domanda se ci si rende conto del controsenso che questa azione rappresenti il ministro della Salute, del Welfare e dello Sport Abraham Klink ha risposto che "i lavoratori dei coffee shop hanno gli stessi diritti degli altri cittadini di essere protetti dal fumo".

Fonte: http://www.sanpatriignano.org/?q=news_home

Che dire? A me è venuta in mente una locuzione latina (di Euripide) che mi sembra di aver già citato una volta: «Quos vult Iupiter perdere, dementat prius», che tradotta letteralmente significa: «A quelli che vuole rovinare, Giove toglie prima la ragione»... E se questi "lungimiranti benefattori dell'umanità" fossero solo l'avanguardia di una nuova classe dirigente?...

(dR)



SANTA BRIGIDA LA SANTA DELLE ORAZIONI

Cercando fra i vari libri e su internet materiale sulle vite dei santi, questa volta sono rimasto sorpreso di trovare tante notizie su Santa Brigida di Svezia. Leggetemi e come sempre vi racconterò una bella storia.



Brigida nacque a Finstad presso Uppsala in Svezia il 14 giugno 1303. Già in partenza Brigida sembrava avere tutto. Un chiaro presagio che la sua esistenza l'avrebbe portata anche ad essere tutto: moglie, madre, dama di corte, suora, santa, mistica e donna di potere. Il re di Svezia era suo prozio, il padre il saggio siniscalco, ovvero il responsabile dell'andamento della corte di una delle più grandi

province del Paese e sua madre, una ricchissima nobildonna molto colta e religiosa, la quale mentre era incinta di Brigida, venne miracolosamente salvata durante un naufragio da un angelo, che le raccomandò di avere a cuore la nascita perché la sua voce forte sarebbe stata ascoltata da molti popoli. Brigida infatti cresce nel lusso, bella come le principesse delle saghe nordiche, educata come una donna indipendente, straordinariamente erudita per l'epoca e soprattutto felice, nel suo castello circondato dai boschi. Fin da piccola ha delle visioni, tra cui quella che deriva il suo simbolo; la Madonna le apparve porgendole una corona di fiori e chiedendole se volesse indossarla a condizione di comandare in nome dell'amore.

Brigida sposa il nobile Ulf Gadmarsson, un uomo molto devoto a Cristo, e nonostante abbia otto figli, riesce ad essere una perfetta

amministratrice dei possedimenti di famiglia. Come se non bastasse, manda avanti una regolare attività di sostegno ai poveri e intraprende con il marito diverse opere di pubblico interesse.

L'eco delle sue qualità raggiunge il Re, che la vuole a corte come dama della Regina, Bianca di Namur. Nessuno poteva avere un'influenza positiva sui reggenti meglio di lei, che ben conosceva gli agi mondani, ma anche il sereno piacere di distaccarsene per dedicarsi alla carità e all'operosità.

Passano gli anni e un giorno il marito Ulf le chiede di accompagnarlo in pellegrinaggio al celebre Santuario di Compostela. Al ritorno le comunica il suo desiderio di chiudersi per il resto della vita nel monastero cistercense di Alvastra, dove già aveva scelto di vivere uno degli otto figli. Brigida segue l'esempio del marito, ritirandosi dalla corte e abbracciando coraggiosamente l'ideale monastico.

Il nuovo orientamento dato alla sua vita favorì le sue riflessioni mistiche e le servì a mettere in atto una grande idea, che coltivava da tempo: fondare un ordine religioso. Come base scelse il castello di Vadstena, donatole dal re, e diede all'Ordine caratteristiche originali e rivoluzionarie, a partire dalla struttura: il monastero era "doppio", cioè costituito sia da uomini che da donne, la preghiera era in comune. Sull'esempio della comunità apostolica (72 discepoli e 12 apostoli più S. Paolo) anche le comunità dell'Ordine, posto sotto la regola di Sant'Agostino, sarebbero state composte di 85 membri: 60 monache, 13 monaci, 4 diaconi e otto fratelli laici. Il progetto ebbe una grande riuscita, ottenne l'appoggio del Papa e del re di Svezia e si sviluppò in ben 78 Monasteri in tutta Europa, nonostante le rigide regole.



Dopo la morte del marito, Brigida sentì la necessità di spostarsi dal suo paese natale per iniziare nuove missioni. Lasciata la Svevia nel 1349, si stabilì a Roma. Visitò molti luoghi italiani, soprattutto dove si trovano reliquie di Santi come Milano, Pavia, Assisi, Bari Ortona, Benevento Pozzuoli, Napoli, Salerno, Amalfi, e il Santuario di San Michele Arcangelo sul Gargano. L'ultimo pellegrinaggio la portò addirittura in Terra Santa, tra il 1371 e il 1372, permettendole di visitare gli stessi luoghi in cui aveva vissuto Gesù Cristo.

In Brigida si trova lo spirito di un profeta: svela i disegni Dio sugli avvenimenti storici sia ai principi che ai pontefici. Inoltre non risparmia dure ammonizioni in tema di riforma morale del popolo cristiano. Fu in continuo legame con Cristo, tanto che spesso ebbe visioni e colloqui: da uno di questi colloqui nasceranno le famose orazioni.

Da tempo Santa Brigida desiderava conoscere il numero di colpi ricevuti da Gesù durante la sua passione. Durante un'apparizione, Gesù le disse che aveva ricevuti 5480 colpi e che se si voleva onorarli, si dovevano recitare 15 Padre nostro e 15 Ave Maria insieme alle orazione che le insegnò:

recitando per un anno queste preghiere si onoravano tutte le sue piaghe. Inoltre a chiunque avesse recitato queste orazioni per un anno, Gesù fece tante promesse.

Esiste anche un rosario brigidino che si recita con una corona speciale detta appunto brigidina perché la santa ne ebbe l'ispirazione, ne fu divulgatrice e ne ottenne l'approvazione dal papa Urbano V. Questo rosario viene recitato in onore di Maria Vergine e in memoria dei suoi 63 anni di vita in terra.

Santa Brigida morì a Roma il 23 luglio del 1373. La Chiesa la annovera nel grande libro dei santi dove fu iscritta per mano del papa Bonifacio IX nel 1391, che ne stabilì la festa al 23 luglio, giorno della sua nascita al cielo. Il 1° ottobre 1999 il compianto Papa Giovanni Paolo II l'ha dichiarata patrona d'Europa insieme a Santa Caterina da Siena e Santa Teresa Benedetta della Croce. Come sempre a conclusione di questo mio articolo giungano i miei più affettuosi auguri a tutte quelle persone della nostra comunità che si chiamano Brigida e che festeggiano il loro onomastico il 23 luglio giorno dedicato a Santa Brigida, una santa che fece della sua vita una continua orazione con Cristo suo sposo celeste.





IL NOBILE GIOCO DEGLI SCACCHI

a cura di Giuseppe Ercolano, istruttore di scacchi

Teoria delle Aperture



La teoria delle Aperture deve la sua origine alle molteplici partite giocate nei decenni e secoli scorsi. Le migliori aperture hanno il nome di forti Maestri come per esempio: PHILIDOR, STEINITZ, JANISCH, MARSHALL, EVANS, CAPABLANCA PANOV e tanti altri...

Molte aperture hanno preso il nome dai luoghi dove furono giocate per la prima volta come per esempio: ITALIANA, SCOZZESE, VIENNESE, RUSSA, SCANDINAVA, FRANCESE,

OLANDESE INGLESE, SICILIANA, ecc. Ce ne sono anche altre che devono il nome a configurazioni di pezzi e strutture di pedoni come per esempio: il DRAGONE nella Siciliana giocata spesso dal fortissimo Kasparov. Il continuo sviluppo del gioco degli scacchi ha portato di conseguenza ad una sempre maggiore complessità dei sistemi.

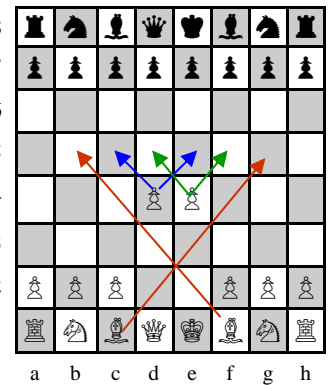
Prima di vedere le mosse di Apertura dovremo vedere i PRINCIPI GENERALI.

La parte più importante della strategia di apertura sia per il bianco che per il nero è lo sviluppo, che include: portare i pezzi in gioco il più presto possibile, controllare le quattro case centrali.

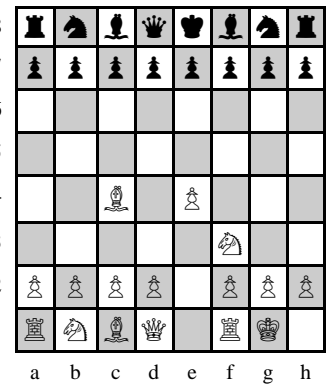
I pedoni centrali e4 o d4 sono delle prime mosse molto comuni (schema A).

L'apertura 1. e4 permette all'alfiere in f1 e la donna in d1 di SVILUPPARE, il pedone inoltre cattura sulle d5 e f5. Il pedone d4 permette all'alfiere in c1 di sviluppare, e di attaccare sulle case c5 e e5.

Sviluppate prima i pezzi minori (schema B), verso il centro, in generale i cavalli prima degli alfieri. Per esempio: Cavallo g1 in f3 attacca le case e5 e d4. Alfiere e2, Ac4 o Ab5 (non Ad3, perché impedisce l'avanzamento del pedone in d2). Le case f1 e g1 sono libere, quindi il bianco può arroccare, portando il re al sicuro.



Schema A



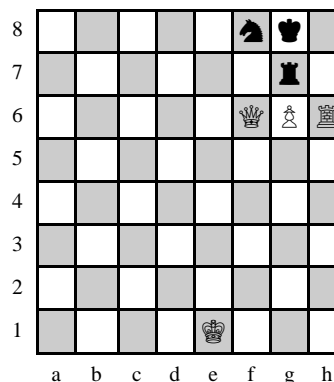
Schema B

GLOSSARIO

Scacco matto

È lo scacco imparabile, l'obiettivo che entrambi i giocatori devono perseguire per vincere la partita

Test 1: muove il bianco
Matto in 3 mosse



Test 2: muove il bianco
Matto in 5 mosse

