



II DIALOGO

NUMERO 4



MENSILE DI INFORMAZIONE - PARROCCHIA "NOSTRA SIGNORA DEL CEDRO" - S. MARIA DEL CEDRO (CS)
E-Mail: definogaetano@libero.it - info@nostrasignoradelcedro.it - <http://www.nostrasignoradelcedro.it>

SOMMARIO

| | |
|--|------|
| <i>Un po' di magistero</i> | p. 2 |
| <i>Itinerario di formazione dei catechisti</i> | p. 4 |
| <i>Il nostro cammino</i> | p. 4 |
| <i>Consigli per la salute</i> | p. 5 |
| <i>Un consiglio culinario</i> | p. 6 |
| <i>Il mio pellegrinaggio spirituale in terra santa</i> | p. 6 |
| <i>Programma Settimana santa</i> | p. 7 |
| <i>Intenzioni di Preghiera</i> | p. 8 |

Da ricordare:

- Domenica 15: Offertorio per i bisognosi
- Giovedì 19: Incontro di formazione per i catechisti dell'Unità Pastorale
- Giovedì 26: S. Messa per la chiusura dell'anno catechistico; Centri di ascolto ore 21,00;
- Venerdì 27: progetto Tabor
- Domenica 29: Giornata mondiale di preghiera per le vocazioni

Appello ai lettori

Ricordiamo ai nostri affezionati lettori che abbiamo sempre bisogno delle contribuzioni volontarie.

Chiunque vuole può lasciare una modesta offerta al momento del ritiro della propria copia. Per offerte consistenti ci si può rivolgere al Parroco o al Direttore.

Teniamo a precisare che si tratta di contribuzioni volontarie, che nessuno deve sentirsi minimamente obbligato, "Il Dialogo" resta gratuito per tutti.

Messaggio del Santo Padre per la XLIV Giornata Mondiale di preghiera per le vocazioni 29 aprile 2007

La vocazione al servizio della Chiesa comunione

Venerati Fratelli nell'Episcopato,
cari fratelli e sorelle!

L'annuale Giornata Mondiale di Preghiera per le Vocazioni è un'opportuna occasione per porre in luce l'importanza delle vocazioni nella vita e nella missione della Chiesa, ed intensificare la nostra preghiera perché crescano in numero e qualità. Per la prossima ricorrenza vorrei proporre all'attenzione dell'intero popolo di Dio il seguente tema, quanto mai attuale: *la vocazione al servizio della Chiesa comunione*.

Lo scorso anno, dando inizio a un nuovo ciclo di catechesi nelle Udienze generali del mercoledì, dedicato al rapporto tra Cristo e la Chiesa, feci notare che la prima comunità cristiana ebbe a costituirsi, nel suo nucleo originario, quando alcuni pescatori di Galilea, incontrato Gesù, si lasciarono conquistare dal suo sguardo, dalla sua voce ed accolsero questo pressante suo invito: «Seguitemi, vi farò diventare pescatori di uomini!» (Mc 1, 17; cfr Mt 4,19). In verità, Dio ha sempre scelto alcune persone per collaborare in maniera più diretta con Lui alla realizzazione del suo disegno salvifico.

Nell'Antico Testamento all'inizio chiamò Abramo per formare «un grande popolo» (Gn 12,2), e in seguito Mosè per liberare Israele dalla schiavitù d'Egitto (cfr Es 3, 10). Designò poi altri personaggi, specialmente i profeti, per difendere e tener viva l'alleanza con il suo popolo. Nel Nuovo Testamento, Gesù, il Messia promesso, invitò singolarmente gli Apostoli a stare con Lui (cfr Mc 3,14) e a condividere la sua missione. Nell'Ultima Cena, affidando loro il compito di perpetuare il memoriale della sua morte e risurrezione sino al suo glorioso ritorno alla fine dei tempi, rivolse per essi al Padre questa accorata invocazione: «Io ho fatto conoscere loro il tuo nome e lo farò conoscere, perché l'amore con il quale mi hai amato sia in essi e io in loro» (Gv 17,26). La missione della Chiesa si fonda pertanto su un'intima e fedele comunione con Dio.

La Costituzione *Lumen gentium* del Concilio Vaticano II descrive la Chiesa come «un popolo radunato dall'unità del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo» (n. 4), nel qua-

Continua a Pag. 3

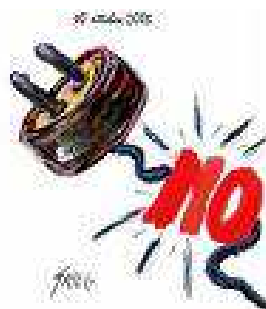
Pena di morte "un affronto alla dignità umana"

Dichiarazione in occasione del congresso mondiale celebrato a Parigi

In una dichiarazione emessa in occasione del congresso mondiale sulla pena di morte, la Santa Sede ha definito questa pratica «un affronto alla dignità umana». Il vertice, celebrato a Parigi dal 1° al 3 febbraio, ha contato sulla partecipazione di numerose istituzioni cattoliche impegnate nella difesa della vita umana. La dichiarazione, scritta in francese, constata che «il Congresso di Parigi ha

luogo in un momento in cui la campagna per l'abolizione della pena di morte ha dovuto far fronte alle inquietanti sfide in ragione delle recenti esecuzioni. Le coscienze sono state risvegliate dalla preoccupazione di un maggiore riconoscimento della dignità inalienabile degli esseri umani e dell'universalità e integralità dei di-

Continua a pag.7



Un pò di Magistero

La Chiesa. Tante membra di un unico corpo: Cristo

Parte III°

La Chiesa, realtà visibile e spirituale

8. Cristo, unico mediatore, ha costituito sulla terra e incessantemente sostiene la sua Chiesa santa, comunità di fede, di speranza e di carità, quale organismo visibile, attraverso il quale

diffonde per tutti la verità e la grazia. Ma la società costituita di ordini gerarchici e il

corpo mistico di Cristo, l'assemblea visibile e la comunità spirituale, la Chiesa terrestre e la Chiesa arricchita di beni celesti, non si devono considerare come due cose diverse; esse formano piuttosto una sola complessa realtà risultante di un duplice elemento, umano e divino. Per un'analogia che non è senza valore, quindi, è paragonata al mistero del Verbo incarnato. Infatti, come la natura

assunta serve al Verbo divino da vivo organo di salvezza, a lui indissolubilmente unito, così in modo non dissimile l'organismo sociale della Chiesa serve allo Spirito

di Cristo che la vivifica, per la crescita del corpo (cfr. *Ef* 4, 16). Questa è l'unica Chiesa di Cristo, che nel simbolo professiamo una, santa, cattolica e apostolica, e che il Salvatore nostro, dopo la resurrezione, diede da pascere a Pietro (cfr. *Gv* 21, 17), affidandone a lui e agli altri apostoli la diffusione e la guida (cfr. *Mt* 28, 18 ss.), e costituì per sempre colonna e sostegno della verità (cfr. *1 Tm*

3, 25). Questa Chiesa, in questo mondo costituita e organizzata come società, sussiste nella Chiesa cattolica, governata dal successore di Pietro e dai vescovi in comunione con lui, ancorché al di fuori del suo organismo si trovino parecchi elementi di santificazione e di verità, che, appartenendo propriamente per dono di Dio alla Chiesa di Cristo, spingono verso l'unità cattolica. Come Cristo ha compiuto la redenzione attraverso la povertà e le persecuzioni, così pure la Chiesa è chiamata a prendere la stessa via per comunicare agli uomini i frutti della salvezza. Gesù Cristo "che era di condizione divina...spogliò se stesso, prendendo la condizione di schiavo" (*Fl* 2, 6-7) e per noi "da ricco che era si fece povero" (*2 Cor* 8, 9): così anche la Chiesa, quantunque per compiere la sua missione abbia bisogno di mezzi umani, non è costituita per cercare la gloria terrena, bensì per diffondere, anche col suo esempio, l'umiltà e l'abnegazione. Come Cristo infatti è stato inviato dal Padre "ad annunciare la buona novella ai poveri, a guarire quei che hanno il cuore contrito" (*Lc* 4, 18), "a cercare e salvare ciò che era perduto" (*Lc* 19, 10), così pure la Chiesa circonda d'affettuosa cura quanti sono afflitti dalla umana debolezza, anzi riconosce nei poveri e nei sofferenti l'immagine del suo fondatore, posero e sofferente, si fa premura di

Continua la nostra rubrica, curata da Fatima Rezzuti, con la proposta di alcuni brani tratti dai documenti ufficiali della Chiesa



serve allo Spirito

di Cristo che la vivifica, per la crescita del corpo (cfr. *Ef* 4, 16). Questa è l'unica Chiesa di Cristo, che nel simbolo professiamo una, santa, cattolica e apostolica, e che il Salvatore nostro, dopo la resurrezione, diede da pascere a Pietro (cfr. *Gv* 21, 17), affidandone a lui e agli altri apostoli la diffusione e la guida (cfr. *Mt* 28, 18 ss.), e costituì per sempre colonna e sostegno della verità (cfr. *1 Tm*

3, 25). Questa Chiesa, in questo mondo costituita e organizzata come società, sussiste nella Chiesa cattolica, governata dal successore di Pietro e dai vescovi in comunione con lui, ancorché al di fuori del suo organismo si trovino parecchi elementi di santificazione e di verità, che, appartenendo propriamente per dono di Dio alla Chiesa di Cristo, spingono verso l'unità cattolica. Come Cristo ha compiuto la redenzione attraverso la povertà e le persecuzioni, così pure la Chiesa è chiamata a prendere la stessa via per comunicare agli uomini i frutti della salvezza. Gesù Cristo "che era di condizione divina...spogliò se stesso, prendendo la condizione di schiavo" (*Fl* 2, 6-7) e per noi "da ricco che era si fece povero" (*2 Cor* 8, 9): così anche la Chiesa, quantunque per compiere la sua missione abbia bisogno di mezzi umani, non è costituita per cercare la gloria terrena, bensì per diffondere, anche col suo esempio, l'umiltà e l'abnegazione. Come Cristo infatti è stato inviato dal Padre "ad annunciare la buona novella ai poveri, a guarire quei che hanno il cuore contrito" (*Lc* 4, 18), "a cercare e salvare ciò che era perduto" (*Lc* 19, 10), così pure la Chiesa circonda d'affettuosa cura quanti sono afflitti dalla umana debolezza, anzi riconosce nei poveri e nei sofferenti l'immagine del suo fondatore, posero e sofferente, si fa premura di

sollevarne la indigenza e in loro cerca di servire il Cristo. Ma mentre Cristo, "santo, innocente, immacolato" (*Eb* 7, 26), non conobbe il peccato (cfr. *2 Cor* 5, 21) e venne solo allo scopo di spiare i peccati del popolo (cfr. *Eb* 2, 17), la Chiesa, che comprende nel suo seno peccatori ed è perciò santa e insieme sempre bisognosa di purificazione, avanza continuamente per il cammino della penitenza e del rinnovamento. La Chiesa "prosegue il suo pellegrinaggio fra le persecuzioni del mondo e le consolazioni di Dio", annunciando la passione e la morte del Signore fino a che egli venga (cfr. *1 Cor* 11, 26). Dalla virtù del Signore risuscitato trae la forza per vincere con pazienza e amore le afflizioni e le difficoltà, che le vengono sia dal di dentro che dal di fuori, e per svelare il mistero di lui, fino a che alla fine dei tempi esso sarà manifestato nella piechezza della luce.

Tratto da: **LUMEN GENTIUM**, costituzione dogmatica sulla Chiesa del Concilio Vaticano II

La vostra collaborazione è sempre gradita

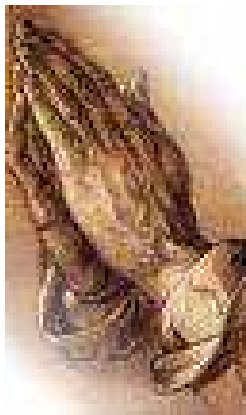
Ribadiamo quanto detto in precedenza, aspettiamo i vostri scritti, i vostri suggerimenti e, perché no, le vostre eventuali critiche.

Per ogni comunicazione potete rivolgervi al parroco, anche in email: definogaetano@libero.it Vi preghiamo di far pervenire i vostri articoli entro il giorno 20 di ogni mese

La Direzione

Segue da pag. 1: Messaggio vocazioni...

le si rispecchia il mistero stesso di Dio. Ciò comporta che in esso si rifletta l'amore trinitario e, grazie all'opera dello Spirito Santo, tutti i suoi membri formino «un solo corpo ed un solo spirito» in Cristo. Soprattutto quando si raduna per l'Eucaristia questo popolo, organicamente strutturato sotto la guida dei suoi Pastori, vive il mistero della comunione con Dio e con i fratelli. L'Eucaristia è la sorgente di quell'unità ecclesiale per la quale Gesù ha pregato alla vigilia della sua passione: «Padre ... siano anch'essi in noi una cosa sola, perché il mondo creda che tu mi hai mandato» (Gv 17,21). Questa intensa comunione favorisce il fiorire di generose vocazioni al servizio della Chiesa: il cuore del credente, ripieno di amore divino, è spinto a dedicarsi totalmente alla causa del Regno. Per promuovere le vocazioni è dunque importante una pastorale attenta al mistero della Chiesa-comunione, perché chi vive in una comunità ecclesiale concorde, corresponsabile, premurosa, impara certamente più facilmente a discernere la chiamata del Signore. La cura delle vocazioni esige pertanto una costante "educazione" ad ascoltare la voce di Dio, come fece Eli che aiutò il giovane Samuele a capire quel che Dio gli chiedeva e a realizzarlo prontamente (cfr 1 Sam 3,9). Ora l'ascolto docile e fedele non può avvenire che in un clima di intima comunione con Dio. E questo si realizza innanzitutto nella preghiera. Secondo l'esplicito comando del Signore, noi dobbiamo implorare il dono delle vocazioni in primo luogo pregando instancabilmente e insieme il «padrone della messe». L'invito è al plurale: «Pregate dunque il padrone della messe perché mandi operai nella sua messe» (Mt 9,38). Questo invito del Signore ben corrisponde allo stile del «Padre nostro» (Mt 6,9), preghiera che Egli ci ha insegnato e che costituisce una «sintesi di tutto il Vangelo», secondo la nota espressione di Tertulliano (cfr *De Oratione*, 1,6: CCL 1, 258). In questa chiave è illuminante anche un'altra espressione di Gesù: «Se due di voi sopra la terra si accorderanno per domandare qualunque cosa, il Padre mio che è nei cieli ve la concederà» (Mt 18,19). Il buon Pastore ci invita dunque a pregare il Padre celeste, a pregare uniti e con insistenza,



perché Egli mandi vocazioni al servizio della Chiesa-comunione.

Raccogliendo l'esperienza pastorale dei secoli passati, il Concilio Vaticano II ha posto in evidenza l'importanza di educare i futuri presbiteri a un'autentica comunione ecclesiale. Leggiamo in proposito nella *Presbyterorum ordinis*: «Esercitando l'ufficio di Cristo Capo e Pastore per la parte di autorità che spetta loro, i presbiteri, in nome del Vescovo, riuniscono la famiglia di Dio come fraternità animata nell'unità, e per mezzo di Cristo la conducono al Padre nello Spirito Santo» (n. 6). A questa affermazione del Concilio fa eco l'Esortazione apostolica post-sinodale *Pastores dabo vobis*, la quale sottolinea che il sacerdote «è servitore della Chiesa

comunione perché - unito al Vescovo e in stretto rapporto con il presbiterio - costruisce l'unità della comunità ecclesiale nell'armonia delle diverse vocazioni, carismi e servizi» (n. 16). E' indispensabile che all'interno del popolo cristiano ogni ministero e carisma sia orientato alla piena comunione, ed è compito del Vescovo e dei presbiteri favorirla in armonia con ogni altra vocazione e servizio ecclesiali. Anche la vita consacrata, ad esempio, nel suo *proprium* è al servizio di questa comunione, come viene posto in luce nell'Esortazione apostolica post-sinodale *Vita consecrata* dal mio venerato Predecessore Giovanni Paolo II: «La vita consacrata ha sicuramente il merito di aver efficacemente contribuito a tener viva nella Chiesa l'esigenza della fraternità come confessione della Trinità. Con la costante promozione dell'amore fraterno anche nella forma della vita comune, essa ha rivelato che la partecipazione alla comunione trinitaria può cambiare i rapporti umani, creando un nuovo tipo di solidarietà» (n. 41).

Al centro di ogni comunità cristiana c'è l'Eucaristia, fonte e culmine della vita della Chiesa. Chi si pone al servizio del Vangelo, se vive dell'Eucaristia, avanza nell'amore verso Dio e verso il prossimo e contribuisce così a costruire la Chiesa come comunione. Potremmo affermare che «l'amore eucaristico» mo-

tiva e fonda l'attività vocazionale di tutta la Chiesa, perché, come ho scritto nell'*Enciclica Deus caritas est*, le vocazioni al sacerdozio e agli altri ministeri e servizi fioriscono all'interno del popolo di Dio laddove ci sono uomini nei quali Cristo traspare attraverso la sua Parola, nei sacramenti e specialmente nell'Eucaristia. E questo perché «nella liturgia della Chiesa, nella sua preghiera, nella comunità viva dei credenti, noi sperimentiamo l'amore di Dio, percepiamo la sua presenza e impariamo in questo modo anche a riconoscerla nel quotidiano. Egli per primo ci ha amati e continua ad amarci per primo; per questo anche noi possiamo rispondere con l'amore» (n. 17).

Ci rivolgiamo, infine, a Maria, che ha sorretto la prima comunità dove - «tutti erano concordi, e tutti si riunivano regolarmente per la preghiera» (cfr At 1, 14), perché aiuti la Chiesa ad essere nel mondo di oggi icona della Trinità, segno eloquente dell'amore divino per tutti gli uomini. La Vergine, che ha prontamente risposto alla chiamata del Padre dicendo: «Eccomi, sono la serva del Signore» (Lc 1,38), interceda perché non manchino all'interno del popolo cristiano i servitori della gioia divina: sacerdoti che, in comunione con i loro Vescovi, annunzino fedelmente il Vangelo e celebrino i sacramenti, si prendano cura del popolo di Dio, e siano pronti ad evangelizzare l'intera umanità. Faccia sì che anche in questo nostro tempo aumenti il numero delle persone consacrate, le quali vadano contro corrente, vivendo i consigli evangelici di povertà, castità e obbedienza, e testimonino in modo profetico Cristo e il suo liberante messaggio di salvezza. Cari fratelli e sorelle che il Signore chiama a vocazioni particolari nella Chiesa, vorrei affidarvi in modo speciale a Maria, perché Lei, che più di tutti ha compreso il senso delle parole di Gesù: «Mia madre e i miei fratelli sono coloro che ascoltano la parola di Dio e la mettono in pratica» (Lc 8,21), vi insegni ad ascoltare il suo divin Figlio. Vi aiuti a dire con la vita: «Eccomi, o Dio, io vengo a fare la tua volontà» (cfr Eb 10,7). Con questi auspici assicuro per ciascuno uno speciale ricordo nella preghiera e tutti di cuore vi benedico.

Dal Vaticano, 10 Febbraio 2007

Benedetto XVI

ITINERARIO DI FORMAZIONE DEI CATECHISTI

(Fatima Rezzuti)

Come ogni anno, si sta svolgendo presso la nostra parrocchia un itinerario di formazione dei catechisti, che segue le linee programmatiche dell'Ufficio catechistico diocesano. Nello specifico l'UCD ha fatto sue le preoccupazioni e le sollecitazioni che la Chiesa italiana sta manifestando da tempo attraverso i suoi documenti: ripensare e rivisitare l'intera proposta catechistica nelle comunità parrocchiali, con un occhio particolare all'Iniziazione cristiana. Le tre Note della CEI sull'IC suggeriscono di rinnovare la catechesi, e più in generale tutta la pastorale, seguendo lo stile catecumenale, il che implica prima di tutto un cambiamento di mentalità di base. *La catechesi non è finalizzata ai sacramenti, ma è un percorso di introduzione nella vita cristiana e di maturazione nella fede.* E' necessario uscire dallo schema dell'ora settimanale di catechismo e la sovrapposizione dei tempi scolastici con quelli della catechesi, dando così visibilità al fatto che si percorre un cammino nella Chiesa,



culmina nell'Eucaristia che è il sacramento della maturità cristiana che, continuamente offerto, non chiude un'esperienza, ma la rinnova ogni settimana nella domenica, giorno del Signore. In questo percorso di IC la collaborazione con i genitori dei catechizzandi è fondamentale. Essi sono i primi educatori dei loro figli e possono facilmente e costruttivamente iniziarli alla fede attraverso la vita quotidiana. I catechisti quindi svolgeranno per loro un ruolo di accompagnatori e di assistenza, aiutandoli anche a riscoprire la propria identità di adulti nella fede. A questo punto è bene precisare che non si ha l'intenzione di stravolgere tutti i percorsi di catechesi seguiti finora, ma semplicemente di combinare tutti gli elementi positivi che c'erano nelle vecchie proposte con quelli altrettanto positivi che ci sono in quelle attuali, dando vita ad un nuovo percorso che sia più ricco di significato e di significato. Questo sarà presentato a giugno, in occasione della giornata diocesana dei catechisti e sarà un itinerario chiaro e globale contenente gli orientamenti di fondo comuni a tutta la diocesi, come una bussola, che sarà utilizzata da ogni parrocchia per mantenere la direzione che la Chiesa italiana ci indica. Tutti i catechisti della diocesi sono chiamati a collaborare alla stesura delle nuove linee programmatiche proprio attraverso la partecipazione agli incontri di formazione che sono in svolgimento nelle parrocchie e, dove possibile,

nelle unità pastorali. Attraverso la modalità del laboratorio si cerca da un lato di formare i partecipanti e dall'altro di stimolare proposte concrete da attuare, che abbiano lo scopo di coinvolgere e far progredire i catechizzandi affinché raggiungano quella maturità di fede che dovrebbe connotare ogni individuo che voglia dirsi realmente cristiano. Lo Spirito Santo, invocato sempre con fede dai catechisti, ci aiuti a portare avanti l'arduo compito che siamo chiamati a svolgere, nella consapevolezza che riusciremo a lavorare nella vigna del Signore più gioiosamente portando certamente più frutto.

IL NOSTRO CAMMINO

(Gruppo cresimandi)

In questi mesi è stato bello il cammino che abbiamo fatto. Abbiamo parlato: della Chiesa che è nelle nostre case; della Chiesa nel nostro territorio; della Chiesa nella nostra diocesi e dei sacramenti. La Chiesa che è nelle nostre case parla della famiglia cristiana: piccola Chiesa domestica. La prima Chiesa che si forma è proprio quella della famiglia. La Chiesa nel nostro territorio parla di tante famiglie riunite insieme dalla stessa fede in Dio che formano la parrocchia, manifestazione della Chiesa locale. Essa è anche la cellula della diocesi. Ogni cristiano battezzato è un componente della comunità parrocchiale ed è chiamato a dare il suo contributo alla Chiesa. La Chiesa della nostra diocesi parla di tante parrocchie che formano la Chiesa particolare o diocesi. Esse unite intorno al vescovo rendono presente la Chiesa di Gesù nel territorio spezzando nella comunità il pane eucaristico e ascoltando la parola di Dio. La Chiesa è stata fondata da Gesù quando scelse i dodici apostoli ed individuò Pietro come capo. A loro Gesù affidò la missione di testimoniare il suo Vangelo in tutto il mondo con l'aiuto dello Spirito Santo. Il sacramento della Cresima è la "confermazione" del Battesimo. In questo cammino di fede che stiamo percorrendo ci stanno aiutando anche i nostri genitori insieme ai catechisti. Noi ragazzi della 2° media vorremmo ringraziare tutti.



Per **prostatite** si intende l'infiammazione della prostata, ghiandola presente nell'uomo che partecipa alla

formazione del liquido seminale, da cui possono derivare problemi di fertilità e di minzione, per via della sua posizione sottostante la vescica urinaria. La competenza è dell'urologo o di un andrologo. È un'infiammazione molto comune negli anziani ma che può colpire anche persone giovani. La prostatite causa il blocco parziale o totale del flusso di urina provocando ritenzione. La causa comune

della prostatite negli uomini giovani è un'infezione batterica dell'uretra o della vescica che invade la prostata. L'infezione può trasmettersi anche per

v i a sessuale. L'ingrossamento prostatico che si riscontra invece negli uomini più anziani è spesso cronica, dovuto ad un ingrossamento graduale avvenuto nel corso degli anni. I sintomi di una prostatite acuta sono dolore tra lo scroto e il retto, febbre, orinazione frequente accompagnata da sensazione di bruciore, e dolori simili a quelli influenzali alla schiena, al retto e tra le gambe. I sintomi della prostatite cronica decorrono in maniera più subdola della forma acuta, non si accompagnano a febbre ed hanno la tendenza ad aggravarsi o a ricomparire ai cambi stagionali, soprattutto al passaggio dall'autunno all'inverno e dall'inverno alla primavera. I disturbi principali sono rappresentati da sintomi dolorosi, sintomi urinari, sintomi che interessano la sfera sessuale e quella riproduttiva. I più caratteristici sintomi dolorosi sono legati alla dolenza testicolare mono o bilaterale, dal senso di pesantezza dolorosa al perineo con occasionali trafitture brucianti e da senso di corpo estraneo nel retto. Talvolta il dolore è riferito al gluteo o alla parte bassa della colonna vertebrale, localizzazione che può portare all'errata diagnosi di lombosciatalgia. I sintomi urinari possono far pensare ad una ipertrofia prostatica benigna, da cui si differenziano solo perché quest'ultima si presenta più frequentemente in soggetti di età

CONSIGLI PER LA SALUTE...

PROSTATITE

maggiore. Sono rappresentati, infatti, dal bisogno di urinare frequentemente e in scarsa quantità (pollachiuria) e dalla frequente minzione notturna (nicturia). La prostatite cronica può provocare infine infertilità.

Il trattamento della prostatite prevede un aumento dell'assunzione di liquidi

per soddisfare il maggiore fabbisogno durante l'infezione e per stimolare il flusso delle urine prevenendone

così la ritenzione. La ritenzione urinaria può provocare infatti cistite e anche infezione renale.

Le sostanze nutritive possono essere d'aiuto. La dieta in questo periodo dovrà essere equilibrata e ricca di vitamina A, vitamine del complesso B e vitamina C. Nel corso dell'infezione e durante la febbre è necessario aumentare le proteine e le calorie per ricostituire i tessuti organici e l'energia. L'olio di pesce può bilanciare eventuali carenze di acidi grassi. L'aggiunta di polline alla dieta ha dato risultati positivi per molti

pazienti. Non si conosce la ragione esatta di tale miglioramento, ma si pensa che sia dovuta al magnesio, allo zinco, agli acidi grassi insaturi e agli ormoni sessuali contenuti nel polline. Un'abbassamento del colesterolo aiuta a migliorare i sintomi della malattia. E' stato appurato che lo zinco può guarire questa malattia. Gli alimenti ricchi di zinco sono i semi di zucca e di girasole, la farina di avena, le vongole, le aringhe, le ostriche e la crusca di grano. Le erbe che possono essere d'aiuto sono il ginseng, le bacche di ginepro, l'olmo americano, il prezzemolo, l'equiseto (in caso di sangue nelle urine) con l'ortensia (per le ghiandole ingrossa-

te). È utile fare attenzione ed evitare cibi piccanti, che contengono caffeina (ad esempio la cioccolata, varie bibite),

alcolici (tutti, ma soprattutto la birra), dolcificanti artificiali (ad esempio la saccarina), sostanze che possono rendere acida l'urina come il pomodoro e gli agrumi. Un utile consiglio è bere acqua in modo da urinare molto frequentemente. La guarigione è complicata dalla difficoltà che hanno i correnti antibiotici ad entrare nelle parti infiammate della prostata. Tant'è vero che la terapia antibiotica è stata messa in forte discussione da recenti studi, che ne hanno evidenziato soltanto un beneficio a breve termine, probabilmente dovuto alle proprietà antinfiammatorie di molte classi di antibiotici.

L'attuale terapia prevede comunque la somministrazione di antibiotici che normalmente risolvono il quadro senza conseguenze. Essa va prolungata fino alla steri-

lizzazione completa del focolaio infettivo allo scopo di evitare le recidive e l'evoluzione verso una forma cronica. Infatti, non raramente la prostatite cronica è conseguenza di una prostatite acuta trattata con una terapia antibiotica insufficiente come

dosaggio o come durata e si presenta più facilmente in soggetti che abbiano superato i 50-55 anni di età.

Nella prostatite cronica l'effetto degli antibiotici è minore rispetto alla forma acuta e necessita di una particolare attenzione nell'evitare tutte le manovre che possono congestionare la ghiandola come ad es. andare in bicicletta, in moto o a cavallo. Queste attività sono quindi sconsigliate a chi soffre di prostatite, come anche il consumo di alcolici e gli alimenti piccanti.

Altre situazioni che predispongono alla prostatite sono la stitichezza, l'abuso di alcool e le emorroidi.

Rubrica curata da Guaragna Morena, studentessa di medicina, che offre alcuni piccoli consigli per la salute.



Primo aprile duemilasette, oggi si festeggia la Domenica delle Palme. (Anche se non vi interessa, è anche il mio compleanno. Sono un pesce d'aprile o meglio, visto le mie dimensioni, sembro più ad una balena d'aprile. Comunque, torniamo a parlare di cose serie). Tra una settimana è Pasqua e secondo la tradizione a pranzo, si mangia: l'agnello (che è il simbolo della Pasqua), la pastiera, la colomba (simbolo di pace) e tante altre cose. La carne d'agnello ha un gusto particolare e per questo non piace a molti (compreso me) ma nonostante tutto, questa volta vi propongo una ricetta riguardante proprio l'agnello.



Un consiglio culinario

(Nicolino D'Orio)

Arrosto d'Agnello Farcito

Ingredienti per 4 persone:

100 g di zucchine trifolate, 50 g di parmigiano, 50 g di mortadella, 50 g di burro, mezzo bicchiere di vino bianco, un cucchiaio di farina, un rametto di rosmarino, una coscia di agnello disossata, 2 uova, 3 cucchiaini di olio, del brodo classico, qualche foglia di salvia, sale e pepe.

Procedimento :

Preparate una frittata con le uova, le zucchine trifolate, un pizzico di sale e pepe, con il parmigiano grattugiato e la farina; sbattete il tutto accuratamente con una forchetta; Riscaldare i tre cucchiaini d'olio in una padella antiaderente, versate il composto preparato precedente-

mente e fatelo cuocere; Una volta pronta, ponetela sul piano di lavoro e su di essa disponete la mortadella, arrotolate la frittata su se stessa e sistematala all'interno della coscia d'agnello che poi leggerete con dello spago da cucina; Fondete il burro in una casseruola capiente, adagiatevi la coscia e rosolatelo da ogni lato, Bagnate col vino bianco che farete evaporare completamente e bagnate con un mestolo di brodo caldo, aggiungete le foglie di salvia, il rametto di rosmarino, un pizzico di sale e pepe e fate cuocere a fuoco lento per 1 ora e 30 minuti, durante la quale aggiungerete un po' di brodo; A cottura ultimata, slegate l'arrosto, tagliatelo a fettine e disponetelo sul piatto da portata; Servitelo ben caldo.

Spero che vi piaccia. Vi lascio facendovi gli auguri di una felice e serena Pasqua.

Da molto tempo desideravo andare di persona a visitare i luoghi dove Gesù è nato, vissuto, morto e risorto. Ma nonostante

IL MIO PELLEGRINAGGIO SPIRITUALE IN TERRASANTA

(Suor Ines Leone)

l'opportunità che mi era stata offerta, il Signore mi ha chiesto il sacrificio di rinunciare a questa gioia intima. Sia fatta la santa volontà di Dio! Accettai con generosità questo sacrificio, anche se dai miei occhi scendevano tante lacrime per la sofferenza. Accettai, dissi, per i miei bambini, per i giovani, per la mia comunità e per i tanti bisognosi della parrocchia. Dissi: "in quei giorni seguirò anch'io il pellegrinaggio meditando con impegno la Bibbia. Farò anch'io col pensiero la visita a Nazareth, la piccola ed insignificante città agli occhi dei dottori della legge, ma grande agli occhi di Dio, perché proprio lì si compie il mistero dell'Incarnazione. Sarò col pensiero nella piccola sinagoga dove Gesù da buon israelita



osservante, si è recato per pregare ed ascoltare la lettura della Bibbia; in quella piccola città dove Gesù è vissuto per circa trent'anni. Pensare questo mi fa bene al cuore! Cristo Gesù, nostro Signore ha condiviso la mia esistenza ed ha dato un significato nuovo a tutto quello che ha fatto ed ha detto: sarò con voi in Galilea, contemplerò il lago, in quell'ambiente Gesù ha trascorso gran parte della sua vita pubblica.

A Gerusalemme sarà per me la tappa più lunga. Visiterò il Santo Sepolcro, non c'è amore più grande di quello di Colui che dà la vita per coloro che ama. L'orto del Getsemani, il Calvario, il Santo Sepolcro: i tre luoghi sacrificati dal sangue di Gesù mi saranno parti-

colarmente cari, perché dovrò dare una risposta positiva al mio Signore: <cosa sto facendo io come risposta al grande amore che Gesù ha avuto per me?>. Al Santo Sepolcro chiederò cosa significhi per me che Cristo è risorto e che vive. Sarò presente alla spianata del tempio dove Gesù pianse: <non resterà pietra su pietra>. Certo penserò con dolore alla divisione della Chiesa che, come dicono, all'interno della Basilica della Risurrezione appare con maggiore evidenza. La tomba di Gesù è a pochi metri della <decima stazione> del Calvario. Guardo i tre quadri della Risurrezione all'interno del Santo Sepolcro: il primo dei Cattolici Latini, il secondo degli Ortodossi Greci, il terzo degli Armeni, ciascuno con la propria lampada accesa. Tutto questo può significare un amore al medesimo Cristo. Però sento l'angoscia che strazia il Cristianesimo, cioè la divisione. Difatti questa terra è divisa e lacerata come le vesti di Gesù. Alla fine del pellegrinaggio spirituale mi inginocchio davanti al Signore morto e risorto per implorare la grazia di essere un testimone sempre più autentico della sua Risurrezione".

PROGRAMMA DELLA SETTIMANA SANTA

01 - 08 APRILE 2007

DOMENICA DELLE PALME

Ore 08,30: Celebrazione Eucaristica (Chiesa Spirito Santo)

Ore 10,30: Benedizione dei rami di ulivo sulla gradinata della Chiesa "Spirito Santo" e Processione

Ore 11,00: Celebrazione Eucaristica (Chiesa Nostra Signora del Cedro)

LUNEDI' SANTO

Ore 09,00-12,00; 16,00-18,00: Confessioni

Ore 18,00: Celebrazione s. Messa

Ore 18,30-20,00: Confessioni

Ore 20,30: Via Crucis con fiaccolata (dalla Chiesa Nostra Signora del Cedro alla Chiesa Spirito Santo)

MARTEDI' SANTO

Ore 09,00-12,00: Confessioni

Ore 16,00-18,00: Confessioni

Ore 18,00: Celebrazione Eucaristica

Ore 18,30-20,00: Confessione dei giovani

Ore 20,00: Precetto Pasquale dei giovani

MERCOLEDI' SANTO

Ore 08,00: Celebrazione Eucaristica per il popolo

Ore 11,00: Celebrazione e Comunione Eucaristica per i ragazzi della Scuola Media e della classe V Elementare – presso l'Istituto Scolastico

Ore 16,00-20,00: Confessione degli uomini.

Ore 20,00: Precetto Pasquale degli uomini

GIOVEDI' SANTO

Ore 07,30: Partenza con Pulman per partecipare alla S. Messa Crismale (nella chiesa Cattedrale di S. Marco Argentano)

Ore 16,00-18,00: Confessioni

Ore 18,00: Celebrazione della Cena del Signore, dell'istituzione dell'Eucaristia e Lavanda dei Piedi

Ore 22,00: Ora di Adorazione al Santo Sepolcro

VENERDI' SANTO

Ore 09,00-12,00: Confessioni

Ore 09,00: Confessione e comunione agli ammalati

Ore 16,00: Processione dalla Chiesa "Spirito Santo". Celebrazione della Passione e Morte del Signore in Parrocchia. Riflessione sulla Passione. Adorazione della S. Croce. Ritorno della processione alla Chiesa "Spirito Santo".

SABATO SANTO

Ore 09,00-12,00: Confessioni (sia nella Chiesa Parrocchiale che nella Chiesa Spirito Santo)

Ore 16,00-20,00: Confessioni

Ore 23,00: Celebrazione della solenne Veglia Pasquale e del Santo Battesimo

DOMENICA DI PASQUA

Ore 09,00: Celebrazione della Pasqua del Signore (Chiesa Spirito Santo)

Ore 11,00: Celebrazione della Pasqua del Signore (Chiesa Nostra Signora del Cedro)

Segue da pag. 1: Pena di morte ...

ritti umani, cominciando dal diritto alla vita". Come negli ultimi due congressi sul medesimo tema, "la Santa Sede coglie questa occasione per accogliere e riaffermare il suo sostegno a tutte le iniziative volte a difendere il valore implicito e l'invulnerabilità di ogni vita umana dal concepimento fino alla morte naturale. In tale prospettiva, la Santa Sede richiama l'attenzione sul fatto che l'uso della pena di morte è non soltanto rifiuto del diritto alla vita ma anche un affronto alla dignità umana".

"Mentre la Chiesa cattolica continua a sostenere che le autorità legittime dello Stato hanno il dovere di proteggere la società dagli aggressori, e che certi stati hanno tradizionalmente incluso la pena capitale fra i mezzi

utilizzati per conseguire tale fine, difficilmente si può giustificare oggi la scelta di una tale opzione. Gli stati hanno a loro disposizione nuovi mezzi di prevenire efficacemente i crimini, rendendo colui che ha commesso un'offesa incapace di fare del male – senza togliere definitivamente al reo la possibilità di emendarsi". "Se i mezzi incruenti sono sufficienti per difendere le vite umane dall'aggressore e per proteggere l'ordine pubblico e la sicurezza delle persone, l'autorità si limiterà a questi mezzi, poiché essi sono meglio rispondenti alle condizioni concrete del bene comune e sono più conformi alla dignità della persona umana", aggiunge la dichiarazione distribuita mer-

coledì 7 febbraio dal Vatican Information Service (VIS).

"Ogni decisione di pena capitale comporta numerosi rischi: il pericolo di punire persone innocenti; la tentazione di promuovere forme violente di vendetta più che un vero senso di giustizia sociale; un'offesa evidente contro l'invulnerabilità della vita umana (...) e, per i cristiani, si tratta anche del disprezzo dell'insegnamento evangelico sul perdono".

La dichiarazione conclude rinnovando l'apprezzamento della Santa Sede per gli organizzatori del Convegno e per i governi, per i gruppi che lavorano "all'abolizione della pena capitale e per porre una moratoria universale alla sua applicazione".

INTENZIONI DI PREGHIERA PER IL MESE DI APRILE

INTENZIONE GENERALE AFFIDATA DAL PAPA

Perché, lasciandosi illuminare e guidare dallo Spirito Santo, ogni cristiano risponda con entusiasmo e fedeltà all'universale chiamata alla santità.

Tutta l'umanità è chiamata alla santità, certo è che non tutti sono disposti a vivere una vita da santi e vivere da santi vuol dire, basandoci sull'insegnamento che ci ha dato Gesù con la sua vita. Noi cristiani però abbiamo paura di morire pur sapendo che morendo come ha fatto Gesù si diventa santi. Gesù sa benissimo che noi poveri umani siamo limitati, non tutti hanno coraggio e per questo ci ha lasciato alcune regole meno pesanti da seguire. Bastano poche cose ma ESSENZIALI: rispettare il prossimo, essere caritatevoli, pregare affinché lo Spirito Santo ci illumini durante la nostra vita in modo da fare la sua volontà nel donarci onestamente, senza fini se non quello della nostra santità

INTENZIONE MISSIONARIA

Perché cresca il numero delle vocazioni sacerdotali e religiose nell'America settentrionale e nei Paesi dell'Oceano Pacifico, per rispondere adeguatamente alle esigenze pastorali e missionarie di quelle popolazioni. In America settentrionale sono poche le vocazioni e non si può servire, per la lontananza, più di una parrocchia. Dobbiamo pregare incessantemente per le vocazioni sacerdotali. Spesso non prendiamo sul serio questo problema; non consideriamo che senza sacerdoti il mondo va alla rovina più di quanto lo sia già. I sacerdoti sono indispensabili affinché noi cristiani manteniamo la speranza. Loro ci aiutano anche se non ce ne accorgiamo: a volte però sono presi da mille cose proprio perché sono pochi e di conseguenza non hanno tempo per dedicarsi ad ogni singola persona.

Già solo la loro presenza in un paese è un punto di riferimento per i cristiani e perché no anche per i lontani! È molto importante la vocazione, non basta solo la preghiera. Tutta la società deve creare condizioni affinché i ragazzi non si allontanino dalla chiesa e non rifiutino la chiamata, ma vengano incoraggiati e sostenuti mentalmente perché questo è un grande dono!

INTENZIONE DEI VESCOVI

Perché Gesù il risorto che vive in mezzo a noi, orienti i passi delle nostre comunità verso una speranza viva per rispondere alle attese più profonde degli uomini di oggi.

Il punto centrale della nostra fede cristiana è la risurrezione di Gesù. Questo è il nostro credo. Se non ci fosse stata, non si sarebbero stati religiosi ad evangelizzare.

Gesù ha vissuto una vita santa, facendo del bene e con il suo esempio di vita, ha voluto portarci alla salvezza dal peccato. Ha voluto far capire che la vita non è inutile: essa ci aiuta a conoscere Gesù attraverso tutti i "nostri fratelli", le esperienze positive e negative.

Bisogna fare sempre una scelta per le cose da fare. Ci sono tante strade da percorrere e noi tutti siamo chiamati a scegliere in bene o in male. Quando non si conosce Gesù si è più portati a scegliere il male perché è più facile ed è più facile rispondere a tono piuttosto che sopportare e tacere. Noi cristiano dobbiamo dare speranza a coloro che sono nel dubbio perché la vita non è fatta solo di cose materiali.

CALENDARIO

DOMENICA 1: DOMENICA DELLE PALME

Lunedì 2: Incontro di preghiera del Gruppo del Rinnovamento nello Spirito

Martedì 3: PRIMA CONFESSIONE per i ragazzi del III gruppo di catechesi

Mercoledì 4: Centri di ascolto animati dall'Apostolato della Preghiera (ore 16,00)

Giovedì 5: Celebrazione della Cena del Signore

Venerdì 6: Venerdì Santo e Primo venerdì del mese: comunione agli ammalati; Celebrazione della Passione del Signore

DOMENICA 8: PASQUA DI RISURREZIONE; Celebrazione comunitaria del Santo BATTESIMO nella Veglia Pasquale

Lunedì 9: PASQUETTA

Mercoledì 11: Incontro di formazione al Sacramento del Battesimo per genitori e padrini

Giovedì 12: Percorso di fede per i giovani e giovanissimi

DOMENICA 15: II DOMENICA DI PASQUA: OFFERTORIO PER I BISOGNOSI DELLA COMUNITÀ;

Lunedì 16: Incontro di preghiera del Gruppo del Rinnovamento nello Spirito

Martedì 17: Incontro di formazione biblica

Mercoledì 18: Percorso di formazione per gli Adulti della Terza Età'; Percorso di fede per gli Adulti Giovani

Giovedì 19: Percorso di fede per i giovani e giovanissimi; Incontro di formazione per i catechisti dell'Unità pastorale

DOMENICA 22: III DOMENICA DI PASQUA: Consegna delle Beatitudini ai fanciulli del II gruppo

Lunedì 23: Incontro di preghiera del Gruppo del Rinnovamento nello Spirito

Martedì 24: Incontro di formazione al Sacramento del Battesimo per genitori e padrini; Incontro di formazione biblica

Giovedì 26: Percorso di fede per i giovani e giovanissimi; S. Messa per la chiusura dell'anno catechistico; Centri di ascolto della Parola (ore 21,00); Adorazione eucaristica per i membri del gruppo caritativo

Venerdì 27: Progetto Tabor (ore 21,00: Sacro Cuore - Marcellina)

- Incontro di formazione per i membri dell'Apostolato della Preghiera

Sabato 28: Celebrazione comunitaria del Santo BATTESIMO

DOMENICA 29: IV DOMENICA DI PASQUA : GIORNATA MONDIALE DI PREGHIERA PER LE VOCAZIONI (animata dai ragazzi della I e II Media)

Lunedì 30: Incontro di preghiera del Gruppo del Rinnovamento nello Spirito