



II DIALOGO

NUMERO 11



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>Bibbia...</i>	p. 4
<i>Consigli per la salute</i>	p. 5
<i>Pane ... per il cuore</i>	p. 6
<i>Intenzioni...</i>	p. 7
<i>Calendario</i>	p. 8

Da ricordare:

- **Lunedì 2:** commemorazione dei fedeli defunti
- **Venerdì 6:** Primo venerdì del mese
- **Domenica 8:** Offertorio per i bisognosi
- **Venerdì 20:** Centri di ascolto della Parola
- **Venerdì 27:** Progetto Tabor

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.

Uomini e donne di fede

Fratel Rafael

il giovane trappista dalla santa gioia Il monaco spagnolo è stato canonizzato domenica 11 ottobre

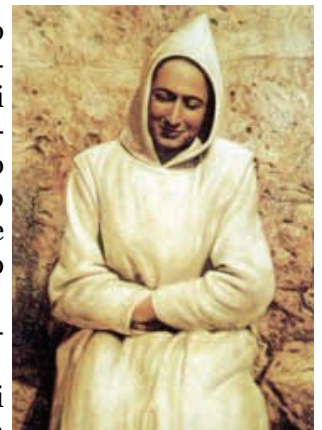
E' il più giovane dei cinque beati canonizzati domenica 11 ottobre. Morì a 27 anni. E' anche quello vissuto in tempi più recenti (1911-1938).

Giovanni Paolo II lo ha proposto come modello di santità nella Giornata Mondiale della Gioventù a Santiago de Compostela nel 1989. Vari Vescovi spagnoli hanno chiesto che sia proclamato uno dei copatroni della GMG che si svolgerà a Madrid nell'agosto 2011.

Una gioventù allegra e pura allo stesso tempo, piena di inquietudini che seppe incamminare entrando nel monastero di San Isidro de Dueñas. Una vita monacale piena di gioia tra sacrifici e abnegazione, in cui secondo lui ogni giorno aveva

un incanto diverso. Commenti e scritti ricchi di spiritualità e allo stesso tempo semplici e pieni di senso dell'umorismo. Un atteggiamento docile di fronte alla malattia.

Sono alcuni degli elementi che riflettono l'anima innamorata di Dio del beato María Rafael **Continua a pag. 4**



Lettera ai malati e sofferenti del mondo per l'Anno sacerdotale

Cari Fratelli e Sorelle Malati e Sofferenti, Venerati Fratelli Vescovi e Sacerdoti responsabili per la pastorale dei malati, Stimate Associazioni dei Malati. Tutti Voi che prestate il prezioso servizio agli Infermi e ai Sofferenti

(Pubblichiamo di seguito la Lettera ai malati e sofferenti del mondo inviata, in occasione dell'Anno sacerdotale, dal Presidente del Pontificio Consiglio per gli Operatori Sanitari, mons. Zygmunt Zimowski)

Siamo nel pieno svolgimento dell'Anno Sacerdotale indetto da Benedetto XVI il 19 giugno 2009 in occasione del 150° anniversario della nascita di Giovanni Maria Vianney, il Santo Patrono di tutti i parroci del mondo. Nella Lettera per l'indizione dell'Anno Sacerdotale il Santo Padre scrive: «Tale anno vuole contribuire a promuovere l'impegno d'interiore rinnovamento di tutti i sacerdoti per una loro più forte ed incisiva testi-

monianza evangelica nel mondo di oggi». In questo tempo di grazia tutta la comunità cristiana è chiamata a riscoprire la bellezza della vocazione sacer-

dotale e, quindi, a pregare per i sacerdoti. Il sacerdote accanto al capezzale del malato rappresenta lo stesso Cristo, Medico Divino, al quale non è indifferente la sorte di chi soffre. Anzi, tramite i sacramenti della Chiesa, amministrati dal sacerdote, Gesù Cristo offre al malato una guarigione attraverso la riconciliazione e il perdono dei peccati, attraverso l'unzione con l'olio sacro e infine nell'Eucaristia, nel **Continua a pag. 3**

Perché pregare? La risposta è semplice: per vivere. Sì: per vivere veramente, bisogna pregare. Perché vivere è amare: una vita senza amore

non è vita. È solitudine vuota, è prigione e tristezza. Vive veramente solo chi ama: e ama solo chi si sente amato, raggiunto e trasformato dall'amore. Come la pianta non fa sbocciare il suo frutto se non è raggiunta dai raggi del sole, così il cuore umano non si schiude alla vita vera e piena se non è toccato dall'amore. Pregando, ci si lascia amare da Dio e si nasce all'amore, sempre di nuovo. Perciò, chi prega vive veramente, nel tempo e per l'eternità.

Come pregare?

Molti pensano di non saper pregare. Molti domandano come pregare. Anche in questo caso la risposta è immediata: bisogna dare un po' del proprio tempo a Dio. All'inizio, l'importante non sarà che questo tempo sia tanto, ma che glielo si dia fedelmente. È necessario fissare un tempo da dare ogni giorno al Signore, e donarglielo con fedeltà, quando ce la sentiamo e anche quando non ce la sentiamo. Bisogna cercare un luogo tranquillo, dove se possibile ci sia qualche segno che richiami la presenza di Dio (una croce, un'icona, la Bibbia), o entrare in una chiesa e fermarsi davanti al tabernacolo, dove c'è la presenza di Cristo nell'Eucaristia. Basta raccogliersi in silenzio e invocare lo Spirito Santo, perché sia lui a gridare in noi: "Abbà, Padre!". Portiamo a Dio il nostro cuore, anche se è in tumulto. Non dobbiamo aver paura di dirgli tutto, non solo le difficoltà e il dolore, il peccato e l'incredulità, ma anche la gioia e la speranza, e persino la ribellione e la protesta, se abitano dentro di noi. Tutto va posto nelle mani di Dio, lodandolo e ringraziandolo per i suoi doni. Bisogna ascoltare il suo silenzio, senza pretendere di trovare subito risposte. È necessario perseverare, senza pretendere di afferrare Dio, ma lasciandolo penetrare nella nostra vita e nel nostro cuore, toccandoci l'anima. Bisogna ascoltare la sua Parola, aprendo la Bibbia, meditandola con amore, lasciando che Gesù parli al cuore. Nei Salmi troveremo espresso tutto ciò che vorremmo dire a Dio; ascoltando gli apostoli e i profeti impareremo ad amare la storia del popolo eletto e della Chiesa nascente e faremo esperienza della vita vissuta nell'orizzonte dell'alleanza con Dio. Dopo aver ascoltato la Parola di Dio, dovremo camminare ancora a lungo sui sentieri del silenzio, lasciando che sia lo Spirito a unirci a Cristo, Parola eterna del Padre. Lasciamo che sia Dio Padre a plasmarci con tutte e due le sue mani, il Verbo e lo Spirito Santo.

Un pò di Magistero La Preghiera

Il cammino della preghiera

All'inizio, potrà sembrare che il tempo per tutto questo sia troppo lungo

e che non passi mai: bisogna perseverare con coraggio e disponibilità, dando a Dio tutto il tempo che siamo in grado di dargli. Di appuntamento in appuntamento la nostra fedeltà sarà premiata, e vedremo pian piano crescere in noi il gusto della preghiera. Quello che all'inizio ci sembrava irraggiungibile, diventerà sempre più facile e bello. Capiremo allora che ciò che conta non è avere risposte, ma mettersi a disposizione di

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

Dio: ciò che porteremo nella preghiera sarà poco a poco trasfigurato. Così, quando ci troveremo a pregare con il cuore in tumulto, se persevereremo, ci accorgeremo che dopo aver a lungo pregato non avremo trovato risposte alle nostre domande, ma che le stesse

domande si saranno sciolte come neve al sole. Nel nostro cuore entrerà la pace di chi si affida nelle mani di Dio e si lascia condurre docilmente da lui, là dove lui vuole. Non mancheranno in tutto questo le difficoltà: a volte, non riusciremo a far tacere il chiasso che è intorno e dentro di noi; a volte sentiremo la fatica e perfino il disgusto di metterci a pregare; a volte, la nostra sensibilità scalpiterà e qualunque atto ci sembrerà preferibile allo stare in preghiera davanti a Dio, a "tempo perso". In realtà, sono state queste le prove di



tanti credenti e persino di molti grandi santi. Bisogna solo avere fede: l'unica cosa che possiamo veramente dare a Dio è la prova della nostra fedeltà. Con la perseveranza salveremo la preghiera e soprattutto la nostra vita. Non dobbiamo avere paura delle prove e delle difficoltà nella preghiera: Dio è fedele e non ci porrà mai davanti a una prova senza darci la via d'uscita; non ci esporrà mai a una tentazione senza darci la forza per sopportarla e vincerla. Lasciamoci amare da Dio: come una goccia d'acqua che evapora sotto i raggi del sole, sale in alto e ritorna alla terra

come pioggia feconda o rugiada consolatrice, così lasciamo che tutto il nostro essere sia lavorato da Dio, plasmato dall'amore del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo, assorbito in loro e restituito alla storia come dono fecondo. Lasciamo che la preghiera faccia crescere in noi la libertà da ogni paura, il coraggio e l'audacia dell'amore, la fedeltà alle persone che Dio ci ha affidato e alle situazioni in cui ci ha posto, senza cercare evasioni o consolazioni a buon mercato. Impariamo, pregando, a vivere la pazienza di attendere i tempi di Dio, che non sono i nostri tempi, e a seguire le vie di Dio, che spesso non sono le nostre vie.

La preghiera sorgente d'amore

Un dono particolare che viene dalla fedeltà alla preghiera è l'amore agli altri e il senso della Chiesa: più si prega, più si prova misericordia

Continua a pag. 5

Segue da Pag. 1: Lettera ai malati viatico in cui Egli stesso diventa,

come soleva dire san Giovanni Leonardi, « “il Farmaco dell’immortalità” per il quale: “siamo confortati, nutriti, uniti, trasformati in Dio e partecipi della natura divina” (cf. 2Pt 1,4)». Nella persona del sacerdote è quindi presente, accanto al malato, lo stesso Cristo che perdona, guarisce, conforta, prende per mano e dice: «Io sono la risurrezione e la vita; chi crede in me, anche se muore, vivrà; chiunque vive e crede in me, non morirà in eterno” (Gv 11,25).

L’Anno Sacerdotale si concluderà con la solennità del Sacratissimo Cuore di Gesù il prossimo mese di giugno 2010, anno in cui il Pontificio Consiglio per gli Operatori Sanitari celebrerà il 25° anniversario della sua istituzione. Il Servo di Dio Giovanni Paolo II, di venerata memoria, ha infatti fondato questo Dicastero Pontificio l’11 febbraio 1985 nella memoria della Beata Maria Vergine di Lourdes, allo scopo di manifestare «la sollecitudine della Chiesa per gli infermi aiutando coloro che svolgono il servizio verso i malati e sofferenti, affinché l’apostolato della misericordia, a cui attendono, risponda sempre meglio alle nuove esigenze» (Pastor Bonus, art. 152).

A motivo di tale provvidenziale ricorrenza, sono vicino a ciascuno di Voi e Vi invito, cari fratelli e sorelle ammalati, a rivolgere incessantemente le vostre preghiere e l’offerta delle sofferenze al Signore della vita a favore della santità dei vostri benamati sacerdoti, affinché svolgano con dedizione e carità pastorale il ministero a loro affidato da Cristo Medico del corpo e dell’anima. Vi esorto a riscoprire la bellezza della preghiera del Santo Rosario a beneficio spirituale dei sacerdoti, in particolar modo nel mese di ottobre. Oltre a ciò, il primo giovedì e il primo venerdì di ogni mese, rispettivamente dedicati alla devozione eucaristica e al Sacro Cuore di Gesù, sono giorni particolarmente adatti per la partecipazione alla Santa Messa e all’adorazione del Santissimo Sacramento.

Vorrei farvi presente che, pregando per i sacerdoti, si possono ottenere quest’anno speciali indulgenze. Il Decreto della Penitenzieria Apostolica prescrive:

«Agli anziani, ai malati, e a tutti quelli che per legittimi motivi non possano uscire di casa, con l’animo distaccato da qualsiasi peccato e con l’intenzione di adempiere, non appena possibile, le tre solite condizioni, nella propria casa o là dove l’impedimento li trattiene, verrà ugualmente elargita l’Indulgenza plenaria se, nei giorni sopra determinati, reciteranno preghiere per la santificazione dei sacerdoti e offriranno con fiducia a Dio per mezzo di Maria, Regina degli Apostoli, le malattie e i disagi della loro vita. È anche concessa l’Indulgenza parziale a tutti i fedeli ogni qual volta reciteranno devotamente cinque Padre Nostro, Ave Maria e Gloria, o altra preghiera appositamente approvata, in onore del Sacratissimo Cuore di Gesù, per ottenere che i sacerdoti si conservino in purezza e santità di vita».

Vorrei affidare anche alle vostre preghiere il pellegrinaggio dei cappellani ospedalieri che, in occasione del 25° anniversario dell’istituzione del Pontificio Consiglio, si



svolgerà nel prossimo mese di aprile, prima a Lourdes e dopo ad Ars. Esiste infatti uno stretto e profondo legame tra queste due cittadine francesi. Parlando proprio di questo provvidenziale nesso nella Lettera per l’indizione dell’Anno Sacerdotale, Benedetto XVI ha richiamato l’osservazione del beato Papa Giovanni XXIII che aveva scritto: «“Poco prima che il Curato d’Ars concludesse la sua lunga carriera piena di meriti, la Vergine Immacolata era apparsa, in un’altra regione di Francia, ad una fanciulla umile e pura, per trasmetterle un messaggio di preghiera e di penitenza, di cui è ben nota, da un secolo, l’immensa risonanza spirituale. In realtà la vita del santo sacerdote, di cui celebriamo il ricordo, era in anticipo un’illustrazione vivente delle grandi verità soprannaturali insegnate alla veggente di Massabielle” (...). Il Santo Curato ricordava sempre ai suoi fedeli che “Gesù Cristo dopo averci dato tutto quello che ci poteva dare, vuole ancora farci eredi di quanto egli ha di più prezioso, vale a dire della Sua Santa Madre”».

Infine a Voi, cari fratelli e sorelle malati e sofferenti, affido la Chiesa, che ha bisogno delle Vostre preghiere e dell’offerta delle vostre sofferenze, la persona del Santo Padre Benedetto XVI, i Vescovi e i sacerdoti di tutto il mondo, i quali si prodigano quotidianamente per la vostra santificazione. Vi chiedo una preghiera speciale per i sacerdoti ammalati e provati nel corpo i quali sperimentano ogni giorno come voi il peso del dolore, insieme alla forza della grazia salvifica che consola e risana l’anima. Pregate anche per la Beatificazione e Canonizzazione del Servo di Dio Giovanni Paolo II. Pregate con insistenza per le sante vocazioni sacerdotali e religiose. Al riguardo Vi propongo una

bella orazione di Giovanni Paolo II che potete recitare ogni giorno. Pregate anche per me! Anch’io, come sacerdote e Vescovo, conto su di Voi e sull’offerta delle vostre sofferenze affinché possa svolgere al meglio, nel timore di Dio, il compito di Presidente del Pontificio Consiglio per gli Operatori Sanitari, affidatomi dal Santo Padre. Da parte mia, Vi assicuro che pregherò per Voi, insieme ai miei collaboratori del Pontificio Consiglio, ogni giorno nell’ora dell’ “Angelus” con le parole di Benedetto XVI:

Preghiamo per tutti i malati, specialmente per quelli più gravi, che non possono in alcun modo provvedere a se stessi,

ma sono totalmente dipendenti dalle cure altrui: possa ciascuno di loro sperimentare, nella sollecitudine di chi gli è accanto, la potenza dell’amore di Dio e la ricchezza della sua grazia che salva.

Maria, salute degli infermi, prega per noi! (Angelus, 8.02.2009)

Con questo spirito di reciproca preghiera impartisco a tutti Voi, ai Vostri cari e a coloro che si prendono cura di Voi la mia benedizione: nel nome del Padre e del Figlio, e dello Spirito Santo.

+ Zygmunt Zimowski

Monsignor Mario de Gasparín Gasparín, noto biblista, ha scritto un "Decalogo per leggere con profitto la Bibbia", che riportiamo di seguito.

Decalogo per leggere con profitto la Bibbia

vo, e il Nuovo è latente nell'Antico".

1. Non credere mai che siamo i primi a leggere la Sacra Scrittura. Molti, moltissimi nel corso dei secoli l'hanno letta, meditata, vissuta, trasmessa. I migliori interpreti della Bibbia sono i santi.

2. La Scrittura è il libro della comunità ecclesiale. La nostra lettura, anche se effettuata da soli, non potrà mai essere solitaria. Per leggerla con profitto, bisogna inserirsi nella grande corrente ecclesiale condotta e guidata dallo Spirito Santo.

3. La Bibbia è "Qualcuno". Per questo si legge e si celebra allo stesso tempo. La migliore lettura della Bibbia è quella che si fa nella Liturgia.

4. Il centro della Sacra Scrittura è Cristo; per questo, tutto deve essere letto sotto lo sguardo di Cristo e compiuto in Cristo. Cristo è la chiave interpretativa della Sacra Scrittura.

5. Non dimenticare mai che nella Bibbia troviamo fatti e detti, opere e parole intimamente uniti gli uni con gli altri; le parole annunciano e illuminano i fatti, e i fatti realizzano e confermano le parole.

6. Un modo pratico e proficuo per leggere la Scrittura è iniziare con i santi Vangeli, proseguire con gli Atti e le Lettere e intervallare con qualche libro dell'Antico Testamento: Genesi, Esodo, Giudici, Samuele, ecc. Non voler leggere il libro del Levitico di corsa, ad esempio. I Salmi devono essere il libro di preghiera dei gruppi biblici. I profeti sono l'anima dell'Antico Testamento: bisogna dedicare loro uno studio speciale.

7. La Bibbia si conquista come la città di Gerico: circondandola. Per questo, è bene leggere i brani paralleli. E' un metodo che richiede tempo, ma dà un grande profitto. Un testo chiarisce l'altro, come diceva Sant'Agostino: "L'Antico Testamento si fa evidente nel Nuovo,

8. La Bibbia deve essere letta e meditata con lo stesso Spirito con cui è stata scritta. Lo Spirito Santo è il suo autore principale ed è il suo principale interprete. Bisogna sempre invocarlo prima di iniziare a leggerla, e alla fine rendere grazie.

9. La Sacra Bibbia non deve mai essere utilizzata per criticare e condannare gli altri.

10. Ogni testo biblico ha un contesto storico in cui si è originato e un contesto letterario in cui è stato scritto. Un testo biblico, fuori dal suo contesto storico e letterario, è un pretesto per manipolare la Parola di Dio. Questo è pronunciare il nome di Dio invano.



Segue da Pag. 1: Uomini e Donne di fede Arnaiz Barón, canonizzato in Piazza San Pietro da Papa Benedetto XVI.

Nato a Burgos (Spagna) nel 1911, frequentò l'istituto dei Gesuiti, iniziando poi la Scuola Superiore di Architettura di Madrid. I suoi zii, i duchi di Maqueda, influirono sulla crescita della sua fede.

Nel 1932 realizzò degli esercizi spirituali in cui scoprì che Dio gli chiedeva di diventare monaco trappista. Aveva 23 anni quando venne accettato nel monastero di San Isidro de Dueñas.

Trascorreva ore a scrivere lettere alla madre, agli zii e agli amici, condividendo le sue esperienze interiori: "Per me, questa vita che a molti sembra monotona ha così tante attrattive che non mi stanco neanche un momento. Ogni ora è diversa perché anche se esteriormente è tutto uguale interiormente non lo è, come non solo uguali tutte le Messe".

La vita semplice del monastero diventava anche motivo di gioia profonda che contagiava i confratelli e i suoi familiari. "Le lenticchie saranno sempre lenticchie durante la mia vita nel monastero, ma nonostante tutto le mangio con gusto, perché le insaporisco

con due cose: la fame e l'amore di Dio", scriveva.

Suor Agustina Tescari, postulatrice della causa di fratel Rafael, sottolinea il modo in cui il giovane monaco esprimeva il suo amore per Dio e per la sua vocazione: "Uno stile pittorico, perché descrive la sua esperienza come se stesse dipingendo. La sua spiritualità è molto semplice, centrata soprattutto sull'Eucaristia, sulla grandezza e sulla bontà di Dio, sul dominio di Dio sulla sua vita. Lo chiamava 'il Padrone' e definiva la Madonna 'la Signora'", ha spiegato la religiosa.

Fratel Rafael seppe accettare docilmente i misteriosi disegni di Dio. Nel momento più felice della sua vita iniziò a star male. La febbre aumentava e per questo lo rimandarono a casa dei genitori. Lasciò il monastero con il cuore spezzato dal dolore. Uscì e rientrò in tre occasioni, fino a tornare nel 1937. Fu l'ultima volta che vide la sua famiglia.

Morì il 26 aprile 1938 per coma diabetico. Negli ultimi giorni rifletteva sul mistero del dolore come punto di unione con l'Eternità: "Il mio centro è Dio e Dio crocifisso. Il mio centro è Gesù sulla croce. Vorrei morire attaccato al mio crocifisso".

L'osso è un organo che dà forma al corpo, ne sostiene il peso e ne facilita la locomozione

CONSIGLI PER LA SALUTE...

L' OSSO

fornendo ai muscoli l'inserzione per agire come leve. E' inoltre in grado di reagire elasticamente alle forze meccaniche e, se si rompe, ripara sé stesso riacquistando la sua forma originaria. L'osso è anche un particolare tessuto mineralizzato composto costituito da una matrice organica di fibre collagene (proteine) disperse in una massa inorganica di minerali (idrossiapatite di calcio). Nonostante la sua durezza, e quindi l'apparente staticità, l'osso è estremamente dinamico ed in

continua evoluzione. Avvengono infatti costantemente due processi, uno di lenta neodeposizione e l'altro, più rapido, di riassorbimento. E' quindi possibile raggiungere un equilibrio dinamico tra le esigenze corporee di calcio e le necessità di sostegno del carico. Queste caratteristiche, finemente regolate da diversi fattori, dipendono essenzialmente dalle cellule ossee, che sono:

gli osteoblasti, che sintetizzano la matrice organica e favoriscono la deposizione minerale, e che si trovano direttamente appoggiati all'interno delle superfici ossee in accrescimento come singolo strato di cellule cubiche; gli osteociti, che derivano dagli osteoblasti, e che sono inclusi nel tessuto mineralizzato entro le lacune ossee, collegati tra loro da un'estesa maglia di ramificazioni; apparentemente inattivi, probabilmente partecipano al rilascio in circolo del calcio; gli osteoclasti, che hanno il compito di riassorbire osso, e che sono grosse cellule macrofagiche multinucleate che si trovano in corrispondenza delle cosiddette lacune di Howship da esse stesse create nel processo di riassorbimento. Ci sono due tipi di tessuto osseo, quello compatto o osso denso, e quello spu-

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



gnoso o trasecolare. L'osso compatto rappresenta l'80% dello scheletro, è una componente quasi esclusiva delle ossa lunghe e piatte; assume nelle ossa lunghe

forma tubolare, delimitando il canale midollare; è rivestita all'esterno dal periostio (separa e protegge l'osso dai tessuti e rappresenta una via per vasi e nervi) ed all'interno dall'endostio (riveste la cavità midollare); ha un comportamento anisotropo, presenta cioè maggiore resistenza alle forze applicate secondo il suo asse

verticale. L'osso trabecolare o spugnoso invece è organizzato in trabecole, prevalentemente orientate in senso perpendicolare tra loro; le trabecole verticali sono più grosse e sopportano il carico mentre le trabecole orizzontali stabilizzano le verticali la parte di spazio non occupata da tessuto osseo è costituita da midollo

ematopoietico e tessuto adiposo. Il tessuto osseo trabecolare ha un grosso rilievo clinico, perché è l'osso meno denso; le fratture per esempio avvengono proprio in sedi in cui l'osso spugnoso è percentualmente più rappresentato. Lo scheletro umano contiene 206 ossa principali. Possiamo dividere queste ossa in grandi categorie a seconda della loro forma. Ossa lunghe: si trovano a livello degli arti superiori ed inferiori; l'omero, radio, ulna, tibia, femore ne sono degli esempi. Ossa brevi: hanno forma cubica, come le ossa del carpo (polso) e le ossa del tarso (caviglia). Ossa piatte: hanno superfici sottili, sono resistenti ma relativamente leggere; le ossa piatte sono quelle che formano la volta del cranio, oltre allo sterno, alle coste, alla scapola. Ossa sesamoidi: sono piccole, tondeggianti ed appiattite; si sviluppano all'interno dei tendini e sono frequentemente localizzate in prossimità dell'articolazione del ginocchio (rotula), nelle mani e nei piedi. Ossa irregolari. Hanno forma complessa con superfici corte, appiattite, incavate o spigolose, ne sono esempi le vertebre e alcune ossa del cranio.

Segue da Pag. 2: Un po' di Magistero per tutti; più vorremo aiutare chi soffre, più avremo fame e sete di giustizia, specie per i più poveri e deboli. Pregando, sentiremo come è bello essere nella barca di Pietro, docili alla guida dei pastori della Chiesa, solidali con tutti, sostenuti dalla preghiera comune, pronti a servire gli altri con gratuità, senza nulla chiedere in cambio. Pregando, sentiremo crescere la passione per l'unità della Chiesa e di tutta la famiglia umana. La preghiera è la scuola dell'amore, perché è in essa che possiamo riconoscerci infinitamente amati e nascere sempre di nuovo alla generosità che prende l'iniziativa del perdono e del dono senza calcolo, al di là di ogni misura di stanchezza. Pregando, s'impura a pregare e si gustano i

frutti dello Spirito, che fanno vera e bella la vita. Pregando, si diventa amore, e la vita acquista il senso e la bellezza per cui è stata voluta da Dio. Pregando, si avverte sempre più l'urgenza di portare il Vangelo a tutti, sino agli estremi confini della terra. Pregando, si scoprono i doni infiniti dell'Amato e si impara sempre più a rendere grazie a lui in ogni cosa. Pregando, si vive. Pregando, si ama. Pregando, si loda. E la lode è la gioia e la pace più grande del nostro cuore inquieto, nel tempo e per l'eternità.

Tratto da: **LETTERA AI CERCATORI DI DIO**, indirizzata a tutti coloro che sono alla ricerca del volto del Dio vivente dalla Commissione Episcopale per la dottrina della fede, l'annuncio e la catechesi della CEI

Pane... per il cuore

Il barbiere e Dio

Un tizio si reca da un barbiere per farsi tagliare i capelli e radere la barba. Appena il barbiere comincia a lavorare, iniziano ad avere una buona conversazione.

Parlano di tante cose e di vari argomenti.

Quando alla fine toccano l'argomento Dio, il barbiere dice: Io non credo che Dio esista.

Perché dice questo? chiede il cliente.

Beh, basta uscire per strada per rendersi conto che Dio non esiste.

Mi dica, se Dio esistesse, ci sarebbero così tante persone malate? Ci sarebbero bambini abbandonati? Se Dio esistesse, non ci sarebbero più sofferenza nè dolore. Io non posso immaginare che un Dio amorevole permetta tutte queste cose.

Il cliente pensa per un momento, ma non replica perchè non vuole iniziare una discussione.

Il barbiere finisce il suo lavoro ed il cliente lascia il negozio.

Appena dopo aver lasciato il negozio del barbiere, vede un uomo in strada con dei capelli lunghi, annodati e sporchi e con la barba sfatta.

Sembrava sporco e trasandato. Il cliente torna indietro ed entra di nuovo nel negozio del barbiere e gli dice:

La sa una cosa? I barbieri non esistono.

Come può dire ciò? chiede il barbiere sorpreso. Io sono qui e sono un barbiere. Ed ho appena lavorato su di lei!

No! esclama il cliente. I barbieri non esistono perchè se esistessero non ci sarebbero persone con lunghi capelli sporchi e barbe sfatte come quell'uomo là fuori. Ma i barbieri ESISTONO! Questo è ciò che succede quando la gente non viene da me.

Esattamente! afferma il cliente. Questo è proprio il punto!

Anche Dio ESISTE!

Questo è ciò che succede quando la gente non va da Lui e cerca il Suo aiuto. Questo è il motivo per cui c'è tanto dolore e sofferenza nel mondo.

INTENZIONI DI PREGHIERA MESE DI NOVEMBRE

Intenzione generale affidata dal Papa

Perchè tutti gli uomini e le donne del mondo, specialmente quanti hanno responsabilità in campo politico ed economico, non vengano mai meno al loro impegno nella salvaguardia del creato.

Il buon Dio ha fatto il creato in modo perfetto per renderci sereni ed avere il necessario per la nostra vita, ma l'uomo con la sua scienza senza Dio, sta distruggendo tutto senza aver rispetto nè per se stesso e nè per le generazioni future. Inoltre, bisognerebbe fermarci un attimo a riflettere per poter incominciare, anche in fretta, a correre ai ripari prima che sia troppo tardi, incominciando a rivogerci a Dio che è l'amore di ogni bene.

Intenzione Missionaria

Perchè i credenti delle diverse religioni, con la testimonianza di vita e mediante un dialogo fraterno, diano una chiara dimostrazione che il nome di Dio è portatore di pace.

Molto spesso, le manifestazioni di violenze nei vari paesi, vengono attribuite alla religione diversa e quindi manca la pace. Ma non sempre è così, perchè la pace è un valore in cui confluiscono tante componenti, quali la cultura, la politica, l'economia, ma prima di ogni cosa la pace si deve costruire nei cuori. E tutto questo si può raggiungere attraverso la preghiera e la nostra disponibilità verso Dio, perchè è dal cuore dell'uomo che parte l'intervento di Dio.

Intenzione dei Vescovi

Affinchè il Signore accolga nella luce del suo Regno, tutti i defunti ed in particolare quelli più bisognosi di misericordia.

Il ricordo dei nostri defunti non deve rattristarci, ma deve aiutarci a riflettere sul mistero della morte e della vita eterna, renderci fiduciosi nella realtà dell'aldilà e donarci speranza, affinchè se crediamo che Gesù è morto e risorto, così Dio per mezzo di Gesù radunerà con Lui tutti coloro che sono morti.



PREGHIERA PER LE VOCAZIONI SACERDOTALI E RELIGIOSE DI GIOVANNI PAOLO II

*Spirito di Amore eterno,
che procedi dal Padre e dal Figlio,
Ti ringraziamo per tutte le vocazioni
di apostoli e santi che hanno fecondato
la Chiesa.
Continua ancora, Ti preghiamo,
questa tua opera.
Ricordati di quando, nella Pentecoste,
scendesti sugli Apostoli riuniti in preghiera
con Maria, la madre di Gesù,
e guarda alla tua Chiesa che ha oggi
un particolare bisogno di sacerdoti santi,
di testimoni fedeli e autorevoli della tua grazia;
ha bisogno di consacrati e consacrate,*

*che mostrino la gioia di chi vive solo per il Padre,
di chi fa propria la missione e l'offerta di Cristo,
di chi costruisce con la carità il mondo nuovo.
Spirito Santo, perenne Sorgente di gioia e di pace,
sei Tu che apri il cuore e la mente alla divina
chiamata;
sei Tu che rendi efficace ogni impulso
al bene, alla verità, alla carità.
I tuoi 'gemiti inesprimibili'
salgono al Padre dal cuore della Chiesa,
che soffre e lotta per il Vangelo.
Apri i cuori e le menti di giovani e ragazze,
perché una nuova fioritura di sante vocazioni
mostri la fedeltà del tuo amore,
e tutti possano conoscere Cristo,
luce vera venuta nel mondo
per offrire ad ogni essere umano
la sicura speranza della vita eterna. Amen.*

Calendario mese di novembre

01 Dom.	SOLENNITA' DI TUTTI I SANTI
02 Lun.	COMMEMORAZIONE DEI FEDELI DEFUNTI Incontro di Preghiera per il Rinnovamento nello Spirito; Preghiera per i Sacerdoti
03 Mar.	Preghiera di intercessione proposta dal RnS (ore 9,30); Corso di FORMAZIONE BIBLICA
04 Mer.	CENTRI DI ASCOLTO animati dall'Apostolato della Preghiera (Ore 16,00)
06 Ven.	Primo Venerdì del mese – Comunione ammalati – Adorazione Eucaristica
07 Sab.	Incontro di formazione per i Padrini della Confermazione e i cresimandi adulti
08 Dom.	Offertorio per i bisognosi della Parrocchia Percorso di FORMAZIONE AL MATRIMONIO
09 Lun.	Incontro GRUPPO LITURGICO Incontro di Preghiera per il Rinnovamento nello Spirito; Preghiera per i Sacerdoti
10 Mar.	Preghiera di intercessione proposta dal RnS (ore 9,30); Incontro di formazione al BATTESIMO per Genitori e Padrini
13 Ven.	Celebrazione per il GRUPPO DI PREGHIERA DI PADRE PIO Incontro degli ANIMATORI dei Centri di Ascolto
14 Sab.	Incontro di formazione per i Padrini della Confermazione e i cresimandi adulti
15 Dom.	Percorso di FORMAZIONE AL MATRIMONIO
16 Lun.	Incontro di Preghiera per il Rinnovamento nello Spirito ; Preghiera per i Sacerdoti
17 Mar.	Preghiera di intercessione proposta dal RnS (ore 9,30); Corso di FORMAZIONE BIBLICA
20 Ven.	CENTRI DI ASCOLTO DELLA PAROLA
21 Sab.	Incontro di formazione per i Padrini della Confermazione e i cresimandi adulti
22 Dom.	Percorso di FORMAZIONE AL MATRIMONIO
23 Lun.	Incontro di Preghiera per il Rinnovamento nello Spirito; Preghiera per i Sacerdoti
24 Mar.	Preghiera di intercessione proposta dal RnS (ore 9,30) Incontro di formazione al BATTESIMO per Genitori e Padrini
27 Ven.	Progetto TABOR - Incontro di formazione per i membri dell'Apostolato della Preghiera
28 Sab.	Celebrazione Comunitaria del S. BATTESIMO - Incontro di formazione per i Padrini della Confermazione e i cresimandi adulti
29 Dom.	Percorso di FORMAZIONE AL MATRIMONIO
30 Lun.	Incontro di Preghiera per il Rinnovamento nello Spirito; Preghiera per i Sacerdoti

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 e-mail: definogatan@libero.it Vi preghiamo di far pervenire i vostri articoli entro il giorno 20 di ogni mese

La Direzione