



**Un curioso bozzetto delle bellezze di Cortona,
dove si svolgerà la Giornata regionale di spiritualità**

**Informazioni, programmi, attività, a cura del Movimento Adulti Scouts
Cattolici Pratesi - Piazza Mercatale 149, Prato - Stampato in proprio
www.masciprato.com**

Calendario del mese di novembre 2011

Martedì 1°, ore 9,30

Nell'antica chiesa di S. Fabiano sarà celebrata una **S. Messa** in suffragio degli scout defunti. Tutta la Comunità è invitata a intervenire in divisa scout.

Venerdì 4, ore 21,15

P. Gino inizierà il cammino di Catechesi 2011/12 su "**Geremia, Profeta del nostro tempo**". (Vedi a pag. 2) Questo il titolo del primo incontro: *Chiamata profetica di Geremia, 1,1-19 - "Mi fu rivolta questa parola del Signore: «Che cosa vedi, Geremia?»». Risposi: «Vedo un ramo di mandorlo». Il Signore soggiunse: «Hai visto bene, poiché io veglio sulla mia parola per realizzarla».*

Guardandoci attorno oggi, come cristiani impegnati cosa possiamo dire? Quale parola profetica annunciare?

Sabato 5, ore 16,45

Recita dei Vespri in sede. A seguire, **ore 17,30**, S. Messa di Comunità nella Chiesa di S. Bartolomeo.

Domenica 6

Tradizionale sbruciatata all'Alpe di Cavarzano. Pranzo a sacco. Ci saranno castagne, vino e un grappino per tutti. Si richiede un contributo alle spese di **5 euro**. L'appuntamento è per le **ore 11 al Rifugio M. Mazza**.

Venerdì 18, ore 21,15

In sede, riunione di comunità.- Continua la riflessione sulla legge di fine vita.

Sabato 19 e domenica 20

Giornata regionale dello Spirito, a Cortona. (Vedi a pag. 7)

Sabato 26, ore 17,30

In Sede, proiezione del film "**Luther**" di **Eric Till**. (Vedi a pag. 8)

*.Entro il **26 novembre** Rita raccoglierà le prenotazioni per il desinare dell'uscita a Firenze del **4 dicembre 2011**.*

*Faremo sosta pranzo nella "Osteria Antica Mescita San Niccolò"
Via S. Niccolò 60r - Firenze. - **Prezzo 20 euro**.*

Catechesi MASCI 2011/2012

GEREMIA: UN PROFETA DEL NOSTRO TEMPO



1. CHIAMATA PROFETICA DI GEREMIA 1,1-19

"Mi fu rivolta questa parola del Signore: «Che cosa vedi, Geremia?». Risposi: «Vedo un ramo di mandorlo». Signore soggiunse: «Hai visto bene, poiché io veglio sulla mia parola per realizzarla».

Guardandoci attorno oggi, come cristiani impegnati cosa possiamo dire? Quale parola profetica annunciare e testimoniare?

Dal libro del profeta Geremia 1,4-10

⁴Mi fu rivolta questa parola del Signore:

⁵*«Prima di formarti nel grembo materno, ti ho conosciuto, prima che tu uscissi alla luce, ti ho consacrato; ti ho stabilito profeta delle nazioni».*

⁶*Risposi: «Ahimè, Signore Dio!*

Ecco, io non so parlare, perché sono giovane».

⁷*Ma il Signore mi disse: «Non dire: «Sono giovane».*

Tu andrai da tutti coloro a cui ti manderò

e dirai tutto quello che io ti ordinerò.

⁸*Non aver paura di fronte a loro, perché io sono con te per proteggerti».*

Oracolo del Signore.

⁹*Il Signore stese la mano*

e mi toccò la bocca,

e il Signore mi disse:

«Ecco, io metto le mie parole sulla tua bocca.

¹⁰*Vedi, oggi ti do autorità*

sopra le nazioni e sopra i regni

per sradicare e demolire,

per distruggere e abbattere,

per edificare e piantare».

Commento per la riflessione

L'annuncio

v. 4. Per ognuno di noi c'è un tempo, un momento in cui c'è stata rivolta la parola del Signore.

Ma non tanto quella parola che poi scivola via come l'acqua sopra la pietra senza incidere.

Invece una parola che una volta udita, è penetrata e ha lasciato un segno.

Essa ci ha coinvolto e non è più stata dimenticata.

Questa Parola ha invaso la vita di Geremia facendo di lui un profeta.

Una parola, che dà alla vocazione di Geremia una caratteristica di interiorità. Una parola udita nel cuore, senza esteriorità o visioni particolari.

Una parola interna, come una voce che poco a poco ci dice qualcosa e ci rivela una missione.

v. 5. La scoperta della propria vocazione è anzitutto una profonda esperienza di Dio, a vivere alla sua presenza.

Questa chiamata, per ciascuno di noi, è da sempre.

Occorre perciò sentire che la vita è nelle mani di Dio, sin dal seno materno.

Tutti siamo già conosciuti, già consacrati, riservati da Dio per uno scopo, un fine, una missione.

Geremia lo sarà come profeta delle nazioni, per tutti i popoli, per il mondo intero.

Il mondo ha bisogno di profeti, di persone capaci di leggere gli avvenimenti, la storia alla luce di Dio. Persone che sappiamo dire su di essi una parola vera, che illumini e che salvi.

Solo chi ha profonda fede come Geremia è capace di leggere le azioni di Dio nel mondo, nella vita, nelle cose e avvertire in tutto questo una Parola di Dio.

Si tratta di quei "segni dei tempi" da interpretare secondo la stessa esortazione di Gesù nei vangeli (cf Mt 12,39).

Il dialogo

v. 6. Geremia riconosce i propri limiti, si sente inadeguato. Non è una semplice scusa. Egli aveva solo 18 anni.

Attorno a lui c'erano adulti molto autorevoli e persone più capaci, più dotate.

Non sa parlare.

La sua parola è lontana dalla parola di Dio.

v. 7. Geremia ha buone ragioni per fare presenti i suoi limiti e le sue difficoltà.



Ma il Signore spazza via ogni obiezione. Semplicemente perché il profeta non deve proclamare le proprie idee, ma ciò che è la volontà di Dio.

Il profeta è un portavoce.

Per questo non conta essere giovane o inesperto.

Importante è lasciarsi istruire, plasmare e preparare dal Signore stesso.

v.8. La certezza di essere con Dio, o meglio alla sua presenza: "Io sono con te", toglie paura e il timore.

Ciò sarà per Geremia un aiuto infallibile nei momenti di sconforto, fino al termine della sua esistenza 20, 11.

La consacrazione

v. 9. Geremia riceve la conferma e il contenuto della sua vocazione.

Dio gli tocca la bocca. Gesto simbolico per indicare che egli diviene la bocca di Dio.

Geremia non è chiamato a divenire guida o sacerdote, ma profeta.

E' la specificità della sua vocazione.

Profeta di Dio nel mondo.

v. 10. Bocca di Dio, parola di Dio nel mondo

" per sradicare e demolire ",

" per edificare e piantare ".

E' impegnativo il compito di Geremia.

Pesante, faticoso ma anche di grande consolazione.

Una parola che ha doppia valenza, positiva- negativa; di rimprovero e di consolazione, di critica, di minaccia e di proposta.

Geremia è chiamato a sostenere la fede in Dio anche nelle vicende dolorose del popolo d'Israele.

Geremia non annuncia false speranze, non dice che tutto andrà bene ma che anche nella sofferenza il Signore realizza il suo disegno storico di salvezza.

Dio è il Dio della storia.

Geremia condividerà la sorte dolorosa del suo popolo nel periodo più travagliato della sua storia.

La missione

Dal libro del profeta Geremia 1,11-19

¹¹Mi fu rivolta questa parola del Signore: «Che cosa vedi, Geremia?». Risposi: «Vedo un ramo di mandorlo». ¹²Il Signore soggiunse: «Hai visto bene, poiché io vigilo sulla mia parola per realizzarla».



¹³Mi fu rivolta di nuovo questa parola del Signore: «Che cosa vedi?». Risposi: «Vedo una pentola bollente, la cui bocca è inclinata da settentrione». ¹⁴Il Signore mi disse:

«Dal settentrione dilagherà la sventura su tutti gli abitanti della terra.

¹⁵Poiché, ecco, io sto per chiamare tutti i regni del settentrione.

Oracolo del Signore.

Essi verranno

e ognuno porrà il proprio trono alle porte di Gerusalemme, contro le sue mura, tutt'intorno, e contro tutte le città di Giuda.

¹⁶Allora pronuncerò i miei giudizi contro di loro, per tutta la loro malvagità, poiché hanno abbandonato me e hanno sacrificato ad altri dèi e adorato idoli fatti con le proprie mani.

¹⁷Tu, dunque, stringi la veste ai fianchi, alzati e di' loro tutto ciò che ti ordinerò; non spaventarti di fronte a loro, altrimenti sarò io a farti paura davanti a loro.

¹⁸Ed ecco, oggi io faccio di te come una città fortificata, una colonna di ferro e un muro di bronzo contro tutto il paese, contro i re di Giuda e i suoi capi, contro i suoi sacerdoti e il popolo del paese.

¹⁹Ti faranno guerra, ma non ti vinceranno, perché io sono con te per salvarti».

Oracolo del Signore.



11 ss. Dio conferma Geremia chiedendogli cosa vede.

Geremia vede bene, da vero profeta. Egli vede che Dio vigila, che viene, che Dio si serve degli eventi per richiamare alla conversione.

Per questo Geremia temerà di annunciare anche la catastrofe nazionale che sta per arrivare a causa della durezza di cuore.

Missione difficile quella del profeta, controcorrente, ma sostenuta da Dio stesso per il bene di tutti.

Traccia di riflessione

- ◆ Per ognuno di noi c'è stato un tempo, un momento in cui ha ascoltato o ci è stata rivolta la Parola di Dio in modo particolare. Come essa ha inciso lasciando un segno nella nostra vita?
- ◆ Crediamo e sentiamo che la nostra vita è nelle mani di Dio da sempre?
- ◆ Quali sono le nostre paure, i nostri timori?
- ◆ Siamo consapevoli di avere un compito, una missione affidataci dal Signore? Quale?
- ◆ Guardandoci attorno, nel mondo d'oggi, come cristiani impegnati, come Masci, cosa possiamo dire? Quale parola "profetica" annunciare e testimoniare?

P. Gino

AVVISI

1. **Tutti i lunedì, ore 17, canto** in sede guidati dal dott. Renzo Zannoni; inizio dal 2° lunedì di novembre, **lunedì 7**. La Comunità deve preparare i canti per la veglia di Natale. Cerchiamo di partecipare in buon numero!
2. La cena che la Comunità ha preparato il 3 ottobre, per i partecipanti Tour post Conferenza mondiale dell'ISGF a Como, ha permesso di **donare 500 euro alla Parrocchia di San Bartolomeo**, che ci ospita.
- 3.a Corso organizzato dalla Scuola Diocesana di Teologia sul tema: **Preghiera : teologia e vita, III parte - La Parola di Dio ci insegna a pregare**. Sede e orario: Parrocchia di Sant'Agostino : Lunedì ore 21. Date : novembre 21 e 28, dicembre 5 e 12, gennaio 2012, 9 e 16. Insegnante: p. Gino Dal Cero SSS
Per le iscrizioni al corso rivolgersi alla Segreteria della Scuola dal Lunedì al venerdì dalle ore 18,30 - 19,30 - Via Roma 186 - Parrocchia del Soccorso, tel. 0574/607219
Per ulteriori informazioni sul corso, rivolgersi direttamente a P. Gino..
- 3.b Corso, sempre della Scuola di Teologia, sul tema: **Il frutto dello Spirito**. Il corso propone una riflessione sullo Spirito Santo e la sua azione nella Chiesa.
Sede e orario :Conservatorio di S. Niccolò - martedì ore 21. Calendario:
8, 15, 22, 29 novembre; 6 e 13 dicembre 2011
insegnante: p. Luciano Santarelli
Per informazioni e iscrizione presso la segreteria della Scuola, vedi sopra.

Giornata di spiritualità Cortona, 19-20 novembre 2011

Ci stiamo avvicinando al nostro incontro annuale di spiritualità che terremo anche quest'anno a Cortona nei giorni 19 e 20 Novembre.

Procedendo su un filo conduttore iniziato da qualche anno, prenderemo in esame un Concilio Ecumenico ed una realtà storica della nostra Chiesa.

Il Concilio preso in esame sarà quello di Trento, mentre l'argomento storico riguarderà il Tribunale della Santa Inquisizione.

Seguirà nella mattina della Domenica una puntualizzazione sul "caso Galileo" legato alla realtà dell'Inquisizione.

Come sempre ho puntualizzato, lo scopo dell'esposizione di questi argomenti è quello di rivisitare certe situazioni storiche al di là di pregiudizi laicisti o religiosi nel rispetto della realtà così come storicamente si è svolta. Il lavoro dei relatori sarà quello di documentarsi seriamente sulle fonti rimettendosi, poi, al vostro giudizio.

In un mondo laicista che, attraverso romanzi, trattati, mezzi audiovisivi, sembra prendere gusto ad analizzare sotto una luce malevola la vicenda della Chiesa che, nonostante loro, (presenti in tutti i secoli), porta avanti il suo cammino da duemila anni, è nostra intenzione analizzare i fatti alla luce dei tempi, delle mentalità, delle difficoltà oggettive in cui tali realtà si sono manifestate, inquadrando in un ben preciso contesto storico da cui hanno avuto origine.

Gli argomenti trattati sono allettanti e ciò mi fa sperare in una vostra numerosa partecipazione. Non è sempre facile realizzare questi incontri e vedere una partecipazione piuttosto numerosa ricompensa ampiamente chi li organizza. Sono invitati anche amici e conoscenti.

Buona strada.

Marino (responsabile Fede - MASCI Toscana)

>>>>

*L'incontro si terrà
a Cortona nel Santuario di Santa Margherita.*

*Il costo di questo incontro, come per l'anno passato, è di **60 euro** tutto compreso, cioè la cena del sabato, posto letto completo di lenzuola, prima colazione e pranzo della domenica.*

*Si prega di prenotarsi entro domenica **6 novembre** telefonando a **Rita Gori Sanesi**, Tel..0574 27970, cell.335 8725601.*

* * * * *



**Sabato 26, ore 17,30
PROIEZIONE DEL FILM "LUTHER" DI ERIC TILL**

Il film del 2003 racconta la vita di Martin Lutero, un frate tedesco del sedicesimo secolo che combatté un'aspra battaglia contro la corruzione della chiesa e la vendita delle indulgenze (l'assoluzione dei peccati in cambio di denaro).

Appoggiato da molti principi tedeschi, e da una grandissima parte del popolo, Lutero ebbe conseguenze enormi ancora oggi attuali (fu lui a tradurre i testi sacri nel linguaggio del popolo e predicare che ognuno può leggerli senza l'intermediazione della chiesa).

Con il suo grande successo in Germania, dove l'hanno visto 4 milioni di persone, 'Luther sembra la risposta protestante all'integralismo del Gesù di Gibson. Lo stile del film, oltre a essere tenacemente descrittivo, ha un taglio al limite del documentaristico, è infatti molto curata la ricostruzione storica.


Il dialogo da spunti di riflessione, che lo spettatore è libero di agnanciare anche alla storia contemporanea, perché sicuramente la Chiesa di Roma è fatta di uomini, ed in quanto tali sbagliano e rientrano spesso nei giochi di potere anche adesso.

*Dopo la discussione mangeremo insieme qualcosa preparata dalla Kambusa.- E' richiesto un contributo **10 euro**. Chi si ferma a cena deve prenotare telefonando a **Rita Gori Sanesi** Tel.0574 2797 cell.335 872-5601 entro il **20 novembre**.*

"Disposizioni in materia di alleanza terapeutica, di consenso informato, e dichiarazioni anticipate di trattamento"

Il testo di questa legge approvata in Parlamento martedì 12 luglio 2011, è composto di 8 articoli:

1. Tutela della vita umana e divieto di eutanasia



Il primo articolo riconosce e tutela la vita umana, quale diritto inviolabile e indisponibile, garantito anche nella fase finale dell'esistenza e nell'ipotesi in cui la persona non sia più in grado d'intendere e di volere, fino alla morte accertata nei modi di legge. L'articolo vieta esplicitamente ogni forma di eutanasia e ogni forma di assistenza o di aiuto al suicidio, considerando l'attività medica e quella di assistenza alle persone esclusivamente finalizzate alla tutela della vita e della salute nonché all'alleviamento della sofferenza.

2. Consenso informato

Il secondo articolo dispone che, salvo i casi previsti dalla legge, ogni trattamento sanitario è attivato previo consenso informato esplicito e attuale del paziente prestato in modo libero e consapevole.

3. Le modalità delle DAT

La disposizione definisce i limiti e le modalità delle Dichiarazioni Anticipate di Trattamento, nelle quali il dichiarante <esprime orientamenti ed informazioni utili per il medico, circa l'attivazione di trattamenti terapeutici, purché in conformità a quanto prescritto dalla legge>. Il paziente può dichiarare esplicitamente quali trattamenti ricevere, ma non escludere quelli a cui non desidera essere sottoposto. In ogni caso il testo ribadisce che alimentazione ed idratazione <devono essere mantenute fino al termine della vita, ad eccezione del caso in cui le medesime risultino non più efficaci nel fornire al paziente i fattori nutrizionali necessari alle funzioni fisiologiche essenziali del corpo. Esse non possono formare oggetto di dichiarazione anticipata di trattamento>. L'applicazione delle DAT si ha solo per chi <nell'incapacità permanente di comprendere le informazioni circa il trattamento sanitario e le sue conseguenze per accertata assenza di attività cerebrale integrativa cortico-sottocorticalee, pertanto non può assumere decisioni che lo riguardano>.

4. Durata delle DAT

Le DAT hanno valore per 5 anni e sono rinnovabili.

5. Assistenza agli stati vegetativi

Il quinto articolo prevede che entro 2 mesi dal varo della legge vengano istituite dal Ministero della salute <linee-guida cui le Regioni si

conformino> per <assicurare l'assistenza ospedaliera, residenziale, e domiciliare per i soggetti in stato vegetativo>.

6. La figura del fiduciario

Questa disposizione delinea la figura del fiduciario nominato dal dichiarante, <l'unico soggetto legalmente autorizzato a interreagire con il medico,.> Se un paziente non dovesse nominare un fiduciario (che può essere sostituito in qualsiasi momento e, se nominato, è l'unico legalmente autorizzato a interreagire con il medico sulle DAT), i suoi compiti saranno adempiuti dai familiari nell'ordine previsto dal codice civile.

7. Ruolo del medico

Il settimo articolo prevede che <gli orientamenti espressi dal soggetto nella sua Dichiarazione Anticipata di Trattamento sono presi in considerazione dal medico curante che, sentito il fiduciario, annota nella cartella clinica le motivazioni per le quali ritiene di seguirle o meno.> E' stato invece soppresso il comma riguardante l'intervento del <collegio dei medici>, inizialmente previsto per dirimere eventuali controversie tra medico e fiduciario.

8. Registro nazionale

L'ultimo articolo istituisce il registro delle DAT <nell'ambito di un archivio unico nazionale informatico. Il titolare del trattamento dei dati contenuti nell'archivio è il Ministero della salute.>

Lo stato vegetativo



L'art.3 della legge "Disposizioni in materia di alleanza terapeutica, di consenso informato e dichiarazioni anticipate di trattamento" tratta delle modalità delle DAT, e si esprime così:

L'applicazione delle DAT si ha solo per chi è <nell'incapacità permanente di comprendere le informazioni circa il trattamento sanitario>.

Si è visto che alcuni soggetti che avevano subito un grave danno cerebrale, dopo un prolungato stato di coma (si definisce "coma" un profondo stato di incoscienza che può essere provocato da cause diverse), dopo prolungate manovre rianimatorie, sembravano riemergere da questa condizione, ma il loro stato di veglia era molto particolare. Una veglia senza coscienza. Se stimolati questi pazienti aprivano gli occhi ed a tratti potevano anche seguire con lo sguardo oggetti luminosi in movimento ma erano incapaci di qualsiasi atto motorio finalizzato e non parlavano. Questa condizione fu definita **stato vegetativo**.

Lo stato vegetativo, con l'osservazione clinica e gli esami (Rm, EEG, Pet, potenziali evocati) va distinto dalla **sindrome "looked in"** che significa letteralmente "**chiuso dentro**" e caratterizzata, nei casi più gravi, da paralisi completa di tutti i movimenti, ma con coscienza conservata, e dallo "**stato di minima coscienza**" in cui la capacità di rispondere a stimoli è globalmente alterata ma nella quale i pazienti sono in grado di esecuzione di comandi semplici, risposte gestuali o verbali a domande semplici.

Lo stato vegetativo è considerato "**permanente**" quindi irreversibile quando persiste oltre tre mesi dopo un danno cerebrale non traumatico, e per oltre dodici mesi, dopo un danno cerebrale traumatico. Di questi pazienti il 70% muore entro 3 anni, e l'84% entro i primi 5 anni. Ma sono descritti casi di soggetti giovani che sono sopravvissuti decenni in questa condizione se nutriti artificialmente ed idratati. Essi devono essere mobilizzati, i decubiti devono essere prevenuti, le secrezioni polmonari aspirate, le funzioni urinarie e intestinali controllate. La ventilazione meccanica non è necessaria. La spasticità può essere anche molto grave.

Negli USA si calcola che gli stati vegetativi sono 50-100 per milione di abitanti, in Europa uno studio austriaco dà 19 casi per milione di abitanti. Questa desolante condizione pone problemi deontologici, etici e filosofici.

Qual è livello di assistenza che deve essere erogato a questi pazienti? La maggior parte degli esperti di problemi etici laici (non cattolici) ritiene che la decisione sul livello di risorse terapeutiche da riservare al singolo paziente debba riflettere la volontà del paziente eventualmente espressa prima che si verifichi la perdita delle sue facoltà cognitive.

Questo diritto di non essere curato lo troviamo espresso nell'art.33 della legge 833 del Diritto Sanitario (1978) e, naturalmente, nella Convenzione di Oviedo (2001) che è stata autorizzata dagli organi internazionali europei.

In assenza di direttive anticipate scritte (DAT) può essere accettato che un terzo (familiare? fiduciario?) possa farsene interprete? Ma i cattolici non accettano il **principio di autodeterminazione** del singolo individuo e sostengono senza tentennamenti, il principio dell'inviolabilità e indisponibilità della vita umana! Così come il rispetto della dignità di ogni malato.

Gli stessi vertici della CEI, dopo il caso Englaro, hanno detto parole chiare. Il Card. Angelo Bagnasco, nella prolusione al Consiglio permanente della CEI, 28 marzo 2011, fu molto esplicito nel ritenere che una legge <sulle dichiarazioni anticipate di fine vita era necessaria ed urgente>.



Si trattava, infatti di porre limiti e vincoli precisi a "quella giurisprudenza creativa" che stava già introducendo autorizzazioni per comportamenti e scelte che riguardavano la vita e la morte, che non potevano essere affidate all'arbitrarietà di alcuno.

<Chi non comprende> - si chiedeva ancora il presidente dei vescovi italiani - <che il rischio di avallare anche un solo caso di abuso, poiché la vita è un bene non ripristinabile, non può indurre tutti a molta, molta cautela? Per rispettare la quale è necessario adottare regole che siano di garanzia per persone fatalmente indifese, e la cui presa in carico potrebbe un domani - nel contesto di una società materialista e individualista - risultare scomoda sotto il profilo delle risorse richieste.>

Anche gran parte dei giuristi cattolici teme l'introduzione di una giurisprudenza orientata a riconoscere "il diritto" a una morte medicalmente assistita, in altre parole all'eutanasia, trasformata in atto medico.

Quando un popolo, divorato dalla sete della libertà, si trova ad avere a capo dei coppieri che gliene versano quanta ne vuole, fino ad ubriacarlo, accade allora che, se i governanti resistono alle richieste dei sempre più esigenti sudditi, son dichiarati tiranni.

E avviene pure che chi si dimostra disciplinato nei confronti dei superiori è definito un uomo senza carattere, servo; che il padre impaurito finisca per trattare il figlio come suo pari, e non è più rispettato, che il maestro non osa rimproverare gli scolari e costoro si fanno beffe di lui, che i giovani pretendono gli stessi diritti, la stessa considerazione dei vecchi, e questi, per non parer troppo severi, danno ragione ai giovani.



In questo clima di libertà, nel nome della medesima, non vi è più riguardo né rispetto per nessuno.

In mezzo a tanta licenza nasce e si sviluppa una mala pianta: la tirannia.

Platone, (428/348 a.C.), LA REPUBBLICA, libro VIII

Psicologia
Gli altruisti vivono più a lungo

Vuoi vivere di più? **Aiuta gli altri** e fallo con sincerità d'animo. Secondo un nuovo studio pubblicato sulla rivista *Health Psychology*, infatti, i volontari che aiutano gli altri vivono più a lungo, tanto più a lungo quanto più intense e altruistiche sono le ragioni che li sostengono in questa loro attività.



Medici e volontari clown al Meyer di Firenze

Nella prima ricerca di questo genere, gli scienziati hanno mostrato che la **motivazione dei volontari** può avere un significativo impatto sulla lunghezza della loro vita: un effetto che però si riscontra solo in coloro che dichiarano di svolgere queste attività per **altruismo** o per desiderio di contatto sociale.

Nessuna influenza sul **tasso di mortalità** si ha invece nel caso in cui a muovere è la **soddisfazione personale**. Gli scienziati hanno esaminato i dati provenienti dal **Wisconsin Longitudinal Study** che ha seguito un campione casuale di 10.317 studenti dalla loro laurea a oggi, a partire dal 1957. Il 51,6 per cento era composto da donne, con una età media complessiva di 69 anni nel 2008.

I ricercatori hanno analizzato salute fisica, **status socio-economico**, stato civile, fattori di rischio per la salute (come il **peso** o l'indice di massa corporea). Nel 1980, gli studiosi hanno cominciato a chiedere ai soggetti se svolgessero attività volontaristiche, nel 1992 sono tornati a verificare il loro stato generale di salute e nel 2008 hanno verificato quanti di loro fossero ancora in vita.

A distanza di 4 anni, nel 1984, il 4,3 per cento dei 2384 non volontari era deceduto, una percentuale simile a quella riportata nel gruppo dei volontari (4 per cento) che avevano dichiarato di svolgere il volontariato per motivazioni di soddisfazione personale. Un dato che è più del doppio dei deceduti fra i volontari altruisti, che erano deceduti, nei quattro anni, solo per l'1,6 per cento.

**STUDIO, ATTIVITA' FISICA AEROBICA, "ELISIR"
 PER CERVELLO E SCUDO CONTRO LA DEMENZA**



Roma, 8 sett. (Adnkronos Salute) - Una camminata in un parco, o una corsetta lenta possono allungare la vita del cervello, rallentando il rischio di demenza e la progressione delle malattie neurodegenerative. Ad affermarlo è uno studio della Mayo Clinic (USA). I ricercatori hanno esaminato migliaia di lavori scientifici sull'argomento e hanno stabilito che lo sport aerobico, dove lo sforzo prolungato nel tempo aiuta l'efficienza dell'apparato cardiocircolatorio, può preservare anche le capacità cognitive. Dimostrando quindi l'importanza dell'antica locuzione latina "Mens sana in corpore sano", ovvero la stretta relazione tra benessere fisico e mentale.

Secondo gli scienziati anche svolgere semplici attività quotidiane all'aria aperta, come spalare la neve o rastrellare le foglie in giardino, equivale a un esercizio fisico che genera i fattori nutritivi cellulari in grado di migliorare il funzionamento del cervello. Rendendo più attive anche le connessioni cerebrali, ovvero la neuroplasticità.

"Siamo giunti alla conclusione - afferma Eric J. Ahlskog, neurologo della Mayo Clinic - che un allenamento aerobico può prevenire la demenza e il decadimento cognitivo (lieve) del cervello. Inoltre può aiutare a modificare favorevolmente questi processi una volta che si sono innescati nel paziente".

Sole, brilla adesso dentro al cuore,
 vento, porta via da me fatiche e cure!
 Gioia più profonda non conosco sulla terra,
 che l'essere per via nell'ampia vastità.

Verso la pianura inizio il mio cammino,
 sole mi fiammeggi, acqua mi rinfreschi;
 per sentire la vita della nostra terra
 apro tutti i sensi in festa.

Mi mostrerà ogni giorno nuovo,
 fratelli nuovi e nuovi amici
 finché senza dolore ogni forza loderò,
 e di ogni stella sarò ospite e amico.

Hermann Hesse, da *La felicità, versi e pensieri*



Per coloro che non hanno letto il ricordo di Lydia su "La Voce di Prato" del 17 luglio scorso, riporto l'articolo alla cui stesura ha contribuito molto Lina insieme ed altre amiche, a suo tempo "coccinelle" di Lydia. Roberto mi ha fornito dal suo archivio la foto qui accanto, quando Lydia era all'inizio del suo percorso di guida.

Ricordo di Lydia Bellatti

Dopo una lunga vita laboriosa e intessuta di affetti, Lydia Bellatti è tornata alla Casa del Padre nel giugno scorso e il Movimento Adulti Scout Cattolici Italiani – Comunità "Mario Mazza" di Prato – nel rimpiangergliela, la ricorda a tutti coloro che l'hanno conosciuta e apprezzata per le sue spiccate doti umane e la sua profonda fede cristiana.

I primi passi di Lydia nello scoutismo avvennero nell'AGI (Associazione Guide Italiane) a Firenze, con l'amica Beatrice Corsini e l'allora capo-guide nazionale Cecilia Lodoli.

Lydia è stata un baluardo dello scoutismo pratese: a lei si deve la nascita, fin dall'ultimo dopo-guerra, del gruppo delle Guide, lo scoutismo femminile, in quel tempo ospitato in San Francesco, con l'assistenza spirituale di P. Guglielmo.

Decine e decine di quelle che allora erano fanciulle hanno ancora vivi i ricordi degli avventurosi e indimenticabili campi effettuati sulle Dolomiti già nel 1949, sotto la guida vigile e allegra di Lydia, l'akela "Cielo Sereno". La promessa di quelle prime Guide avvenne in San Niccolò, benedette dal Card. Elia Dalla Costa. Lydia ricordava sempre come il Guidismo riuscisse a dare alle ragazze una formazione irreprensibile dal punto di vista etico-cristiano.

La sua attività con le Guide si è protratta a lungo come capo-reparto fino agli anni '60, rallentata in parte dagli impegni lavorativi; è sempre stata comunque disponibile e amabile con tutti e pronta – anche in questi ultimi anni – a portare la testimonianza della sua fede, vissuta in modo integrale e profondo, nella Comunità "Mario Mazza".

Divertito era il suo commento circa i primordi del Guidismo, quando quelle ragazzine vestite in modo strano venivano quasi compatite e forse perfino derise. "Oggi – ricordava compiaciuta Lydia – per entrare nello scoutismo occorre iscriversi in liste d'attesa!"

Il rimpianto per la sua perdita non è solo dei membri della Comunità "Mario Mazza", ma di tutto lo scoutismo e guidismo pratese.

Siamo certi che, con Ennio Biagiotti - altro indimenticato scout pratese - ricorderanno i begli anni pionieristici dei seguaci di Baden-Powell e faranno assieme lunghe route nei sentieri celesti.

Anna

Lourdes, Giugno 2011



Il progresso e con esso il nostro modo di vivere frenetico ci impediscono di vedere e capire la sofferenza che spesso è più vicina di quanto si creda. Per questo, non a caso, nel momento in cui il mondo si avviava a un cambiamento profondo la Madonna, apparendo a Lourdes, ci ha indicato un luogo in cui il tempo si ferma e non è più importante chi siamo nella vita (medici, insegnanti, operai, impiegati) ma solo che siamo tutti uniti nella preghiera e nella sofferenza, non solo quella visibile del fisico, ma più spesso quella invisibile dell'anima.

Quindi grazie a chi ci permette di recarci a Lourdes per poter vivere in un'atmosfera diversa dal solito e profondamente interiore. Sono giorni in cui ciò che colpisce è l'essere circondati dal suono delle campane e dei canti, dall'odore di ceri accesi e dell'incenso, giorni in cui i nostri occhi vedono i volti sereni anche nella sofferenza e sorrisi pieni di speranza e gratitudine. Questa è stata certamente un'esperienza positiva da ricordare, da portare nel cuore e da ripetere.

Sonia - Comunità MASCI di S. Giovanni V.no

Prima di partire per Lourdes, dentro di me si sono alternate emozioni di ogni genere: prima di tutto la paura di essere inadeguata al servizio che mi sarebbe stato affidato o di non avere la capacità fisica di sopportare disagi di orari od altro, e quindi lo scoraggiamento di fronte a persone la cui situazione difficile e spesso tragica mi avrebbe coinvolta tanto da diventare per loro più un peso che un aiuto.

In realtà l'esperienza fatta con l'UNITALSI è stata illuminante: noi, neofiti, siamo stati aiutati e guidati nel servizio da sorelle e fratelli qualificati e pieni di umanità che ci hanno fatto sentire utili più di quanto non lo siamo state veramente.

Ringrazio tutti coloro che ho incontrato, dagli organizzatori alle tante sorelle pazienti, ai malati – ognuno con la sua storia di sofferenze ma con una carica di generosità e di accoglienza nei nostri confronti – tutte persone che difficilmente si possono dimenticare.

Grazie di cuore in particolare a Emanuela, che ha saputo guidare il servizio con efficienza, pazienza e umiltà, dando per prima l'esempio di come si doveva svolgere il nostro compito, a cominciare dalla puntualità, dalla gentilezza verso tutti e dall'attenzione anche ai bisogni minimi degli ammalati.

Questa partecipazione attiva, oltre ad avermi lasciato belle amicizie che cerco di coltivare, mi ha dato momenti di condivisione, di preghiera collettiva e personale e mi ha definitivamente liberato dal sottile scetticismo verso l'utilità di certi rituali: ho capito infine l'importanza e la necessità per tanti sofferenti, nel corpo o nell'anima, di mettersi umilmente in "ascolto" e di lasciarsi coinvolgere nell'atmosfera protettiva e calda della nostra Signora di Lourdes.