

Vita Gorlese

Anno XC - N. 1 Gennaio 2012

"L'Angelo in Famiglia" - Pubbl. mens. - Sped. abb. post. - 50% Bergamo

Direzione ed Amministrazione: Società Editrice SS. Alessandro Ambrogio Bassiano - Bergamo - Viale Papa Giovanni XXIII, 18 - Tel. 035 212344

Preghiera condivisa

*Convergere nella notte ...
è un modo per percorrere una strada,
per vivere un' attesa.
Nel silenzio, figure scure, freddolose
camminano dirette verso la stessa meta:
la chiesina dell'oratorio.
Alla luce colorata delle vetrate
i volti si delineano,
i sorrisi hanno un nome,
accoglienti "buongiorno" scaldano il cuore
e, mentre "l'ombra della notte si dilegua
e un'alba nuova sorge all'orizzonte",
adulti e ragazzi, insieme, salutano Dio.
Salgono a Lui la lode e l'offerta corale della giornata.
E' un segno forte, è un gesto concreto di preghiera condivisa.
E' l'opportunità straordinaria offerta alla comunità dai ragazzi
che vivono l'esperienza di vita condivisa in oratorio:
vivere un tempo di gratuità,
scuotere di dosso la pigrizia,
per affrettarsi all'incontro,
per dire insieme che è "Lui" il Signore del tempo
e, grati, offrirgli in dono il giorno che si apre davanti a noi.
Dopo aver vissuto il tempo della festa,
arricchiti dall'incontro,
ci si avvia a vivere il tempo del lavoro
... accompagnati dal segno benedicente del don.
(Soardi E.)*

Questa bambina nascerà



In vista della giornata per la vita che celebreremo la prima domenica di febbraio, vi proponiamo la testimonianza di Isabella, 19 anni, studentessa di Infermieristica. Isabella coraggiosamente ha deciso di raccontare la sua storia.

Mi sembra ieri. Il giorno in cui ho scoperto di essere incinta. Il primo test, l'ansia crescente, il secondo test, positivo. Lo fissavo: positivo, positivo. La sensazione di smarrimento totale mi pervade in un istante, il terrore si impadronisce di me e io impietrita, incapace di reagire. Descrivere una sensazione del genere è difficile, quasi impossibile, è come una vibrazione che nasce dalle viscere e si propaga in tutto il corpo, un veleno letale dall'interno che ti mangia le energie e spegne ogni luce. L'unica cosa che ero in grado di vedere era la mia vita letteralmente distrutta, smembrata, i miei progetti frantumati, il futuro che stavo costruendo diventare un'utopia irraggiungibile. La persona che volevo essere non c'era più, era un

ricordo lontano. I miei sogni erano svaniti, insieme ai miei 19 anni, me li ero giocati per sempre.

Solo il pensiero di dover comunicare la gravidanza ai miei genitori mi provocava un male indescrivibile, l'idea di vedere la delusione stampata sui loro volti e perdere la loro stima mi faceva impazzire, come uscire da questo disastro?

Eppure l'idea di abortire mi spaventava molto molto di più, il pensare dei gelidi strumenti infilarsi dentro di me e fare a pezzi un corpicino, no, non avrei potuto reggerlo. Avevo visto su internet alcune foto terrificanti di feti abortiti nelle primissime settimane... piccole miniature di una persona fatta a pezzi, non potevo. Dentro di me c'era una vita concepita per sbaglio, certamente non voluta, ma non avrei risolto il problema in quel modo, non avrei rimediato all'errore con un altro più grande e irreparabile. Eppure quel bambino proprio non lo volevo.

Contrariamente alle mie aspettative più tragiche, quando piangendo e piena di vergogna confes-

sai ai miei genitori di aspettare un bambino, non ci furono né urla né porte sbattute. Solo silenzio, tanta preoccupazione sui loro volti, lacrime trattenute a stento dagli occhi di mia madre e poi tanto, tanto conforto e amore. Non che il percorso sia stato facile, anzi, ma non ho mai sentito venir meno questo amore, quello dei miei genitori, che nello smarrimento mi hanno capita e quello di mia sorella maggiore che non mi ha lasciato sola neanche un momento.

I primi tre mesi sono stati i più difficili. Molto prima del concepimento, il papà del bambino, giovanissimo come me, si era dimostrato instabile e, quel che è più grave, bugiardo e violento. Io ero debole e innamorata, e non riuscivo a staccarmi del tutto da lui perché di volta in volta credevo alle sue promesse alle sue parole, nonostante verso di me spesso mostrasse disprezzo: "Senza di me resterai sola per tutta la vita", diceva. Quando gli ho detto che aspettavo un bambino le reazioni sono state altalenanti. Prima gli scatti d'ira, poi le pressioni psicologiche: "l'aborto alla tua età è l'unica cosa intelligente da fare", poi pesanti insinuazioni: "sicuro che il padre sia io?", poi spariva, per tornare dolce come l'uomo più docile del mondo, e io lo accoglievo, ogni volta nel dolore. Al terzo mese è sparito del tutto, si era trovato un'altra ragazza. Senza fardello.

Sono stati momenti di profonda tristezza, provavo disprezzo per la persona con cui ero stata, mi appariva con tutta evidenza quanto fosse irrimediabilmente vuoto, su-

perficiale, gelido. **Mi odiavo, mi sono odiata per mesi interi, forse ancora adesso mi odio per non essermi allontanata prima**, perché senza di lui adesso avrei ancora la mia vita da ventenne: gli amici, l'università, lo svago.

Nello sconforto più totale ho accettato, non senza difficoltà, di parlare con un sacerdote, la mia anima era dilaniata. Io non volevo quel figlio ma sapevo che non avrei mai vissuto serenamente compiendo la scelta più "facile" e più "ovvia". Pur nelle paure e stretta dai dubbi avevo una cosa chiara: non volevo dannarmi l'anima compiendo un atto così terrificante. Don Fabio mi ha rassicurato, mi sentivo una madre degenerare - perché non volevo uccidere io quella vita, eppure **desideravo, speravo e addirittura a volte pregavo che mi capitasse un aborto spontaneo** - mentre lui mi ha fatto sentire assolutamente normale: "Questa nascita sarà una grazia", diceva. Io non ci credevo, a dire il vero, ma mi sentivo sollevata. **Avevo deciso di affidarmi al progetto di Dio, un progetto che non accettavo prima e faccio fatica a comprendere oggi.** Era surreale, ma qualche tempo prima di scoprire di essere incinta, mi trovavo a riflettere proprio sul progetto di Dio sulle nostre vite. Ero in ospedale a fare il normale tirocinio previsto dalla mia facoltà e ogni giorno avevo a che fare con persone che combattevano malattie devastanti con una forza straordinaria. **Mi sentivo in colpa, io, perché stavo bene, perché la mia vita era normalissima**, non avevo particolari difficoltà, perché dentro quell'ospedale ci stavo solo per apprendere e studiare e non come quei malati, stesa su un letto per combattere il dolore e strappare un giorno alla morte. Mi ricordo bene che una sera, mi rivolsi a Dio, con

una gratitudine immensa nel cuore, ringraziandolo per questa vita così perfetta in confronto a quelle vite di sofferenza. E quella stessa sera, mentre ero a letto, gli domandai quale fosse il Suo progetto per me, per la mia vita.

Non potevo immaginare che neanche un mese dopo, la mia normalissima vita sarebbe stata stravolta. A pensarci mi vien da ridere.

La mia bambina nascerà tra poco meno di un mese e lo ammetto, non provo amore e neanche affetto, mi dicono che è normale, che appena nascerà sarà diverso, ma lo stesso io non so che fare, non so ancora se tenerla, oppure darla in adozione. Non so cosa sia meglio per me, non so cosa sia peggio per lei.

Non mi resta che affidare a Dio questa decisione, l'ennesima, sperando che mi illumini. Tanto lo so che entrambe le scelte saranno difficili e dolorose, entrambe saranno un'enorme rinuncia. Di certo non mi pento di non avere abortito, sarebbe stato innaturale, perché ho capito da subito che c'era una vita dentro di me. Non "una vita" in astratto, la vita di un'altra persona dentro di me! Ricordo come fosse ieri la prima ecografia, quando ero ancora in tempo per abortire, per la prima volta ho sentito il cuoricino battere, ho pianto disperata. **Oggi invece ironicamente rido pensando a chi dice: "è solo un grumo di cellule". Se è così, prova a lasciarlo dove è, e vedi che succede.** Che vuoi che sia un ammasso di cellule? Dici che non è un bambino, allora a cosa serve farlo a pezzi? Lascialo nel tuo corpo tranquillamente, tanto non è vivo, no? Coraggio, è ridicolo... Eppure ogni giorno si perdono nel nulla i pianti silenziosi di bambini che non

avranno mai una vita, perché l'egoismo della loro mamma ha avuto la meglio. **Sono a l**



nono mese, ho ancora molti dubbi, molte incertezze ma di una cosa sono certa: c'è sempre un'alternativa all'aborto. E chi sostiene che lasciare il proprio figlio in adozione sia un atto peggiore dell'abortire stesso, dovrebbe mettersi una mano sulla coscienza. Perché è un atto d'amore, dolore e sacrificio. Potrai convivere con te stessa, sapendo che quel figlio vive perché tu hai scelto di non ucciderlo. Sapendo che una famiglia si prenderà cura di lui con amore, e anche lui avrà la sua possibilità su questa terra. **Perché una possibilità di vivere tu l'hai avuta, ed è giusto che ce l'abbia anche lui. Perché una possibilità ce la meritiamo tutti.**

Isabella, 19 anni, Perugia

FONTE: LA BUSSOLA QUOTIDIANA



CINEMA E MIGRAZIONI

GENNAIO 2012

In occasione della Giornata Mondiale delle Migrazioni che cade esattamente a metà del mese di gennaio, il Cinema Sorriso propone una breve ma significativa rassegna di film che trattano il tema delle migrazioni. Per ogni film è prevista la consegna di una scheda critica, una breve presentazione prima della proiezione e la possibilità di un confronto (libero) al termine della proiezione. Per ogni film il costo del biglietto di ingresso è di €. 4,50.



IO SONO LI di Andrea Segre

Mercoledì 11 gennaio 2012 ore 20,45

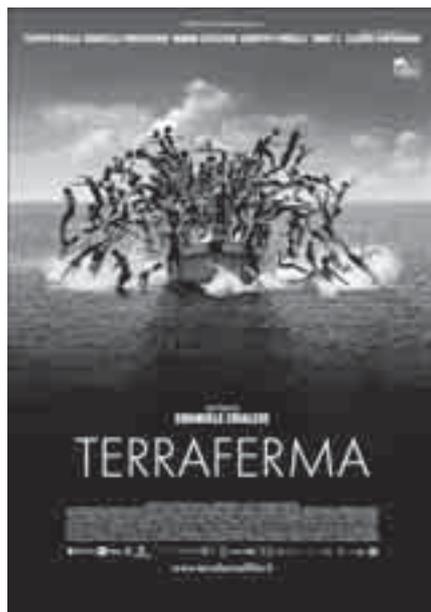
E' un poema di immagini decisamente eloquenti nella loro essenzialità: un'opera rimarchevole per l'esposizione dal ritmo ben cadenzato, adottato per conferire incisivo risalto ad una vicenda, che con sensibilità indaga sulla natura umana, sui sentimenti, di cui sono colte le significanti sfumature. Nel suo sobrio intenso racconto, Segre, evitando facili rappresentazioni macchiettistiche e manicheistiche contrapposizioni, parla della complicata, problematica convivenza di appartenenti a culture diverse, ad un collaudato sistema di equilibri e di gerarchie: persone compiutamente delineate da valenti attori come Roberto Citran, Giuseppe Battiston, Marco Paolini e, soprattutto dall'attrice cinese Zhao Tao, che interpreta Shun Li, un'immigrata che lavora in un laboratorio tessile della periferia romana per ottenere i documenti e regolarizzare la sua posizione e per farsi raggiungere dal figlio di otto anni. Da un giorno all'altro viene dal padrone trasferita a Chioggia come barista in un'osteria frequentata da pescatori e da anziani: Shun Li intesse rapporti cordiali con alcuni di loro e in particolare con Bepi, detto il poeta, uno straniero come lei. Fra loro nasce una calma rasserenante amicizia, disapprovata dal suo datore di lavoro e presto fraintesa e chiacchierata da abitanti e avventori. - ACHILLE FREZZATO



IL VILLAGGIO DI CARTONE *di Ermanno Olmi*

Mercoledì 18 gennaio 2012 ore 20,45

La trama del film è tanto scarna nei fatti quanto intensa nelle suggestioni. Gli “ultimi” del nostro tempo sono identificati da Olmi nei profughi che arrivano sulle coste italiane, fuggendo da situazioni terribili, e chiedono aiuto e comprensione. L’extracomunitario, l’immigrato, il clandestino mettono oggi a dura prova la nostra capacità di dimostrarsi cittadini del mondo. E se il tessuto politico-legislativo-burocratico appare talvolta incerto, indeciso, frenato da sterili contrasti, il richiamo evangelico ha il dovere di elevarsi alto e forte, di gridare il bisogno di un’unica famiglia umana, di ribadire che le porte del Signore sono sempre aperte. Tutto si svolge in interni, tra le pareti della chiesa e della sacrestia, tra le ombre che offuscano la mente e le luci che accendono il cuore. Olmi torna al cinema asciutto della meditazione e della preghiera. Come il protagonista, anche il regista è stanco, affaticato, in qualche momento meno incisivo: e il copione perde un po’ di lucidità. Ma la carica di spiritualità che emana dalle immagini è intatta. - COMMISSIONE NAZIONALE VALUTAZIONE FILM



TERRAFERMA *di Emanuele Crialese*

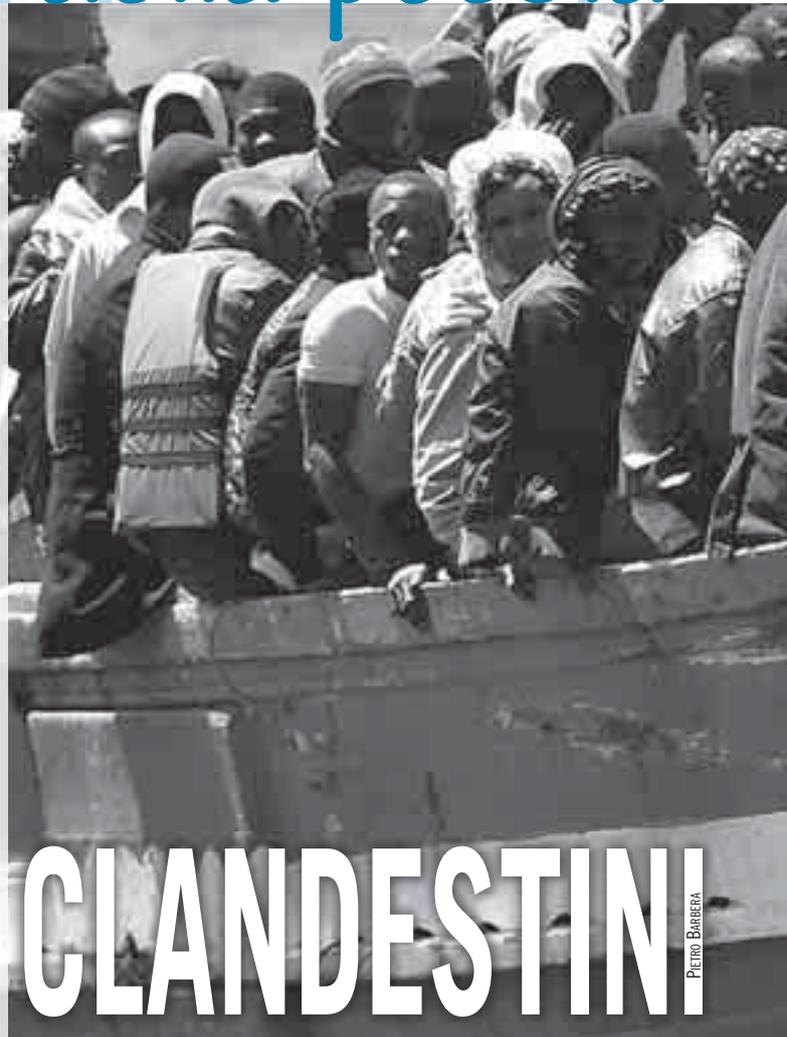
Mercoledì 25 gennaio 2012 ore 20,45

Il film è ambientato nella stessa isola di “RESPIRO” (Lampedusa), anche se in questo caso il desiderio dei suoi principali personaggi è di lasciarla per rifarsi una vita in terraferma, luogo mitico e ad un tempo reale, tramato di sogni, ma anche di dati concreti. I personaggi più coinvolti in questo sogno sono due donne e un ragazzo. Una delle donne, Giulietta, è nata lì ed ha perso il marito in mare. L’altra donna, Sara, è un’immigrata africana sbarcata con un figlio (e mettendone al mondo un altro) da uno dei tanti barconi che approdano spesso sulle nostre spiagge, desiderando adesso di raggiungere il marito già in Italia. Ci riuscirà però, dato che è una clandestina, solo se l’aiutano Giulietta e suo figlio Filippo, entrambi all’inizio pronti ad avversarla. Presto convinti e solidali, comunque, tanto che il ragazzo correrà seri pericoli per portarla in salvo. Vinto dall’altruismo se non addirittura dalla pietà. Senza retorica, però, perché Crialese anche quando si affida ai sentimenti, e con immagini spesso poetiche, coltiva sempre modi asciutti, in ogni personaggio studia la persona, vi coglie quasi con rigore i tratti salienti e vi intreccia attorno situazioni e gesti attentamente affidati a cifre di riserbo, secondo ritmi narrativi che tendono a filare via senza note scabre. Un film prezioso. - GIAN LUIGI RONDI



L'angolo della poesia

Approdano, talvolta.
Nel cuore i compagni perduti
gli affetti spezzati,
nella mente l'ignoto,
negli occhi una strascicata speranza.
Nude mani
come artigli sulla vita,
sottratta alla furia delle onde
alla barbarie
alla fame,
scavano fosse di libertà.
Clandestini sull'arida terra
occultati sotto pietre di silenzio
annegati negli abissi dell'indifferenza.
Spargono tracce di sangue lungo il cammino
inghiottite dalle acque, sorbite dalle zolle,
volatilizzate verso il rosso sole.
Fantasmi...
Impalpabili... Clandestini...
Come la nostra solidarietà.
Alziamo solo barricate
contro l'uomo.
Il tempo ha sempre sbriciolato
muraglie e civiltà,
depennato confini,
stendendo spesse coltri di pietà
sopra ogni odio.



CLANDESTINI

PIETRO BARBERA

Lil 15 gennaio è la giornata mondiale dei migranti e ci è sembrato opportuno scegliere questa poesia che ci parla dei clandestini, quei migranti che per motivi politici o economici fuggono dalla loro terra per rifugiarsi nel nostro Paese.

L'autore, Pietro Barbera (Trapani 1959), laureato in ingegneria e approdato alla poesia verso i quarant'anni, conosce molto bene il problema dell'emigrazione e dei clandestini che sbarcano o transitano dalla Sicilia.

La sua è stata terra di emigranti, di gente che sin dal diciannovesimo secolo partiva alla ricerca di un lavoro che gli permettesse una nuova vita più dignitosa. Era un viaggio carico di speranze, per molti era l'unico modo per uscire dalla povertà, dalla fame, dalla

miseria. Ora il fenomeno si ripete in senso contrario, con maggior disperazione e maggior rischio.

Già dalla prima strofa si coglie la drammaticità della poesia. Quel *talvolta* ci fa capire come per i clandestini l'approdare non è una cosa certa, facile, scontata. La loro *strascicata speranza* a volte si spezza in mezzo al mare a volte si infrange a pochi metri dalla riva, a un soffio dal futuro. Quelli che ce la fanno, dopo un viaggio disperato, dopo essere passati dalla fame, dalla miseria, dopo aver incontrato sul loro cammino la barbarie dell'uomo, la più completa disumanità nelle terre attraversate, dopo aver affrontato l'impeto delle onde e aver corso il rischio di infrangersi sugli scogli, finalmente approdano alla "civiltà". E qui, con il

cuore spezzato dal dolore per i compagni perduti, per gli affetti lasciati, devono iniziare un'altra lotta.

Devono lottare contro la nostra indifferenza, la burocrazia, l'ignoranza, a volte contro la nostra ostilità.

Per loro la libertà è come una *fossa* dalla quale devono risalire, riemergere, è un valore ancora da conquistare.

Hanno bisogno della nostra solidarietà, di leggi adeguate e coraggiose per poter essere accolti come una risorsa e non come un fardello.

La poesia termina con un messaggio di speranza. Il tempo ha sempre cancellato confini, mescolato civiltà e culture con un vantaggio reciproco. Alla fine l'uomo è sempre riuscito, e riuscirà ancora, a superare l'odio e ad accogliere il proprio fratello a braccia aperte.

PUNTO di VISTA

Qualche mese fa ha creato scalpore l'affermazione del Presidente Napolitano che auspicava una riforma legislativa che prevedesse la concessione della cittadinanza italiana ai figli degli immigrati nati in Italia. Vi è stata una levata di scudi da parte di alcuni e una piena approvazione da parte di altri. Io ho cercato di capire di cosa si stesse parlando per farmi un'opinione in merito e per rendere concreto il problema mi sono immaginata questo scenario.

Mettiamo il caso che invece di chiamarmi Daniela mi fossi chiamata Fatima/Alina/Mei e fossi nata in Italia da genitori di nazionalità marocchina/polacca/cinese. Frequento da sempre le scuole pubbliche italiane; parlo perfettamente la lingua e pure il dialetto del luogo in cui abito; i miei compagni di scuola e amici sono Sara, Luca, Maria e Carlo con cui esco, vado al cinema e mi trovo a preparare i compiti in classe. Insomma, vivo una vita normale come qualsiasi ragazza che è cittadina italiana perché nata da genitori che hanno la cittadinanza italiana, eppure io italiana non sono. Però questo è l'unico paese che conosco, ne ho appreso la storia, la lingua, le tradizioni, la cultura come qualsiasi altro mio amico/a figlio di italiani, ma nonostante ciò io non sono considerata come Maria, Carlo e gli altri perché io non ho la cittadinanza italiana.

Alla fine di questo "cortometraggio" mi sono detta che personalmente se vivessi in uno stato da quando sono nata mi seccherebbe parecchio non essere considerata cittadina di quella nazione perché i miei genitori vi sono arrivati come immigrati. Che differenza c'è tra due bambini nati e cresciuti entrambi in Italia, ma l'uno con genitori nati a Aosta, Roma o Palermo, e l'altro a Tunisi, Pechino o Nairobi? Mi verrebbe da dire proprio nessuna.

E allora perché "noi" italiani doc non riusciamo a considerare italiani anche questi bambini e ragazzi che nella vita quotidiana, nei sentimenti, nella percezione della propria identità in realtà lo sono?

Forse, come ho letto in un articolo sul sito internet *Seconde Generazioni*, «il problema nasce dalla definizione di "italianità" data da-

gli italiani. Molti, infatti, pensano, che dare la cittadinanza equivalga a dover concedere ad estranei un qualcosa di nostro, come dare via un oggetto di famiglia a qualcuno che a mala pena conosciamo e che non se lo merita. E questo qualcosa è non solo nostro, ma soprattutto soltanto nostro, e ci è sempre appartenuto da generazioni di generazioni, fino a risalire agli albori dell'umanità».

Io non so da che cosa dipenda il nostro atteggiamento di diffidenza verso coloro che potrei definire "gli italiani di fatto ma non di diritto", però credo che se riuscissimo a superare questa chiusura non solo con la promulgazione di una legge, ma soprattutto con un cambiamento culturale, probabilmente riusciremmo a creare una società più integrata e forse più giusta.

Daniela



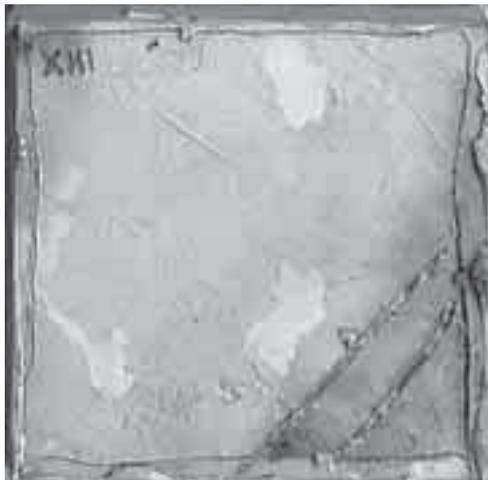
... meditando e pregando

la PAROLA di Dio...

Testo e dipinto di Carlo Tarantini

XIII.

sempre a rimuover cadaveri



“Era il giorno della Preparazione e i Giudei, perché i corpi non rimanessero in croce durante il sabato (era infatti un giorno solenne quel sabato), chiesero a Pilato che fossero loro spezzate le gambe e fossero portati via. Vennero dunque i soldati e spezzarono le gambe al primo e poi all’altro che era stato crocifisso insieme con lui. Venuti però da Gesù e vedendo che era già morto, non gli spezzarono le gambe, ma uno dei soldati gli colpì il fianco con la lancia e subito ne uscì sangue e acqua... Questo, infatti, avvenne perché si adempisse la Scrittura: Non gli sarà spezzato alcun osso. E un altro passo della Scrittura dice ancora: Volgeranno lo sguardo a colui che hanno trafitto”. (Gv 19,31-37)

“Gesù disse a Marta: “Io sono la risurrezione e la vita; chi crede in me, anche se muore, vivrà; chiunque vive e crede in me, non morrà in eterno. Credi tu questo?”. Gli rispose: “Sì, o Signore, io credo che tu sei il Cristo, il Figlio di Dio che deve venire nel mondo”. (Gv 11,25-27)

PREGHIAMO

«**Fretta...** è sempre l’impaziente e irresponsabile fretta
- anche liturgica... di quel Sabato - a impedire ai nostri occhi
- ancora velati per lo scandalo del Venerdì di Passione -
di contemplare quel silenzioso **Seme**, innalzato tra **Cielo** e **terra**,
a voler pacificare l’**Uno** con l’**altra**
prima di entrare a fecondare la **seconda** e risalire, finalmente, verso il **Primo**.

Non soddisfatti per l’ignominiosa morte,
urge ora inferire anche su quel tuo corpo esanime,
e squarciarne il petto, e lacerarne il cuore che
- quale scrigno prezioso - custodisce in sé l’eterno **Alito** d’amore e di vita.

Eppure, questo gesto - tanto impietoso quanto inutile -
nell’impenetrabile, provvidenziale e misterioso disegno del Padre tuo,
diviene - **Signore** - tangibile profezia di quel **Mistero** che
- nell’acqua, nel pane e nel vino - si farà ogni volta **Dono** a rigenerare e nutrire noi,
tuoi incoscienti **carnefici** e, insieme, sventurate **vittime** di noi stessi».

... meditando e pregando

la PAROLA di Dio...

XIV.

... nel grembo... in attesa...



“Dopo questi fatti, Giuseppe d’Arimatèa... chiese a Pilato di prendere il corpo di Gesù. Pilato lo concesse... Vi andò anche Nicodèmo, quello che in precedenza era andato da lui di notte, e portò una mistura di mirra e di aloe di circa cento libbre. Essi presero allora il corpo di Gesù, e lo avvolsero in bende insieme con oli aromatici, com’è usanza seppellire per i Giudei. Ora, nel luogo dove era stato crocifisso, vi era un giardino e nel giardino un sepolcro nuovo, nel quale nessuno era stato ancora deposto. Là dunque deposero Gesù, a motivo della Preparazione dei Giudei, poiché quel sepolcro era vicino”. (Gv 19,38-42)

“Chi ci separerà dunque dall’amore di Cristo? Forse la tribolazione, l’angoscia, la persecuzione, la fame, la nudità, il pericolo, la spada?

...Ma in tutte queste cose noi siamo più che vincitori per virtù di colui che ci ha amati. Io sono infatti persuaso che né morte né vita, né angeli né principati, né presente né avvenire, né potenze, né altezza né profondità, né alcun’altra creatura potrà mai separarci dall’amore di Dio, in Cristo Gesù, nostro Signore”. (Rm 8,35-39)

PREGHIAMO

«Nell’aria, fragranza di **aromi** a rivestire il tuo corpo

- candido per la morte e puro per il dono di sé - di amorevoli e non necessari profumi.

Un lussureggiante **giardino** ti accoglie quasi a ricordare - *generoso* - il tempo dell’Eden

quando **Creatore** e **creatura** insieme passeggiavano

in un’intima, appassionata e gioiosa danza di luci e colori.

Ora, tu - *Verbo di Dio e figlio dell’uomo* - restituisci a noi quell’antico primo incontro,

non come vana nostalgia e triste rimpianto,

ma carico di sicure promesse e speranze certe.

Una **tomba nuova**

- ancora *primordiale richiamo al grembo materno* - quasi a voler significare di Te

- *Figlio che genera altri figli al Padre* - il travaglio del parto

e il meritato riposo dopo aver dato alla luce nuovi fratelli.

La **terra**

- che solo apparentemente ti nasconde ai nostri occhi ancora increduli -

in verità, gelosamente ti **custodisce** e, premurosa e discreta, ti **protegge...**

pronta - *lei per prima* - a vederti sbocciare, quale inatteso e insperato suo **primo germoglio**

- *sicuro inizio e fedele garanzia* - di un’abbondante moltitudine di generose future messi».



Festa degli anniversari di matrimonio

Domenica 29 gennaio 2012 celebriamo la festa parrocchiale della famiglia. Alla Messa delle **ore 10** festeggeremo in particolare tutte le coppie che ricordano un significativo anniversario di matrimonio. Chiediamo alle coppie che desiderano partecipare alla celebrazione degli anniversari di dare per tempo la loro adesione al parroco e di partecipare all'incontro di preparazione di venerdì 27/1.

Venerdì 27 gennaio alle ore 20,45 in oratorio è previsto un incontro di preparazione spirituale e di organizzazione della festa degli anniversari, al quale sono invitate tutte le coppie che intendono aderire alla festa.

Giovedì 26 gennaio alle ore 20,45 in chiesa parrocchiale ci sarà l'adorazione guidata in preparazione alla giornata parrocchiale della famiglia e alla giornata della vita.

Pranzo comunitario. Quest'anno c'è anche la possibilità per le famiglie che lo desiderano, di fermarsi a pranzo in Oratorio (previsto per le ore 12) con i propri parenti e amici, dopo la celebrazione degli Anniversari e l'aperitivo offerto a tutte le coppie.

L'oratorio, che nei mesi scorsi è stato dotato di una efficiente cucina e di una rinnovata sala per gli incontri, è lieto di ospitare il pranzo comunitario dei festeggiati e dei loro familiari e amici. Viene chiesto un contributo di € 22 a testa per il pranzo completo. Per motivi organizzativi è importante iscriversi presso il parroco o presso la segreteria dell'oratorio almeno una settimana prima, indicando il numero dei partecipanti per ogni famiglia e versando una caparra di 25 €. La proposta lascia ovviamente la libertà ad ogni coppia di organizzarsi diversamente.



LAVORETTI IN ORATORIO!



Settimana di Condivisione Adolescenti

4-8 dicembre 2milal1

Dal quattro all'otto dicembre con il nostro gruppo composto da 10 Ragazzi di Gorle, 2 Animatori e 1 don abbiamo condiviso quattro giorni ricchi di preghiera, riflessioni ma anche di tanto divertimento. In questi giorni abbiamo sperimentato nella vita quotidiana la vita raccontata nel libro degli Atti degli Apostoli capitolo 2. Domenica sera alle ore 19 ci siamo trovati in chiesina per un momento di preghiera e per dare il via alla nostra esperienza, successivamente abbiamo mangiato una buonissima pizza cucinata dalle "nostre" mamme Anna e Antonella e poi ci siamo divertiti tra sfide di biliardo, ping-pong e calcetto. Il lunedì la sveglia è suo-

nata alle 6 e mezza, una trauma per noi poveri ragazzi abituati a alzarci alle 7, dopo aver fatto velocemente colazione sfruttando la cucina del don, abbiamo partecipato alle lodi mattutine affiancati dalla comunità. E poi tutti a scuola...

Il pomeriggio si è svolto tra compiti, giochi e chiacchierate. Il lunedì sera due ragazze e il don hanno assistito all'incontro del pedagogista Domenico Simeone, invece gli altri ragazzi hanno guardato un bellissimo film, alle ore 23 dopo l'abituale compieta, alcuni di noi hanno passato qualche ora della notte chiusi nello studio del don a ripassare le materie per le verifiche del giorno

dopo. Martedì dopo la colazione, le lodi, la scuola, il pomeriggio ancora pieno di compiti, durante la cena abbiamo invitato il nostro parroco, don Franco, e per questa serata speciale le mamme hanno preparato un menù coi fiocchi. La serata però non si è conclusa qui. Infatti, abbiamo avuto l'onore di accogliere monsignor Davide Pelucchi, che ci ha parlato dell'importanza dell'oratorio. Il mercoledì ci aspettava una giornata entusiasmante essendo il giorno dopo la festa dell'Immacolata, ma prima di arrivare alla grande serata, il pomeriggio ci ha visti impegnati nel costruire il tabellone della tombola che sarebbe servito il giorno dopo per il pomeriggio del pranzo comunitario. Arrivata finalmente la sera, dopo la lenta preparazione delle ragazze, verso le 22 siamo usciti e siamo andati a giocare a bowling a Mozzo che ha visto come vincitore il nostro don. La serata si è conclusa con una chiacchierata in un bar a Mozzo; stanchi di questi giorni siamo andati a letto perché il giorno dopo ci aspettava una giornata altrettanto entusiasmante. Spostata la sveglia di due ore, il don ci ha svegliato alle 9; alle 11 e mezza abbiamo partecipato alla Messa dove il don alla conclusione ha ringraziato noi di aver partecipato a questa "confraternita" facendoci piangere tutti. Ora noi vogliamo ringraziarlo per questa bellissima esperienza che ci ha fatto vivere e che, a distanza di giorni è anco-





ra dentro in ognuno di noi. Dopo la Messa abbiamo partecipato al pranzo comunitario, alla premiazione dei loghi e alla tombola. Verso le ore 19 noi ragazzi abbiamo risistemato e svuotato la casa

con molta tristezza e poi ognuno è ritornato alla propria casa. Un grazie alle mamme che hanno cucinato per noi, agli animatori che ci hanno tenuto a bada e che ogni sera andavano a prenderci le buo-

nissime brioches al Florian per la colazione del giorno dopo, e ancora un grazie al nostro don. Speriamo di rivivere questa avventura anche l'anno prossimo!

Nanni e Cri

Date estive 2mila12 dell'Oratorio di Gorle!

Anche se mancano ancora molti mesi già sentiamo voglia di vacanze!!! Pubblichiamo le date dell'estate 2mila12. Così mamma e papà possono programmare le vacanze estive!

La Grande Festa dell'Oratorio C.N.P.
da venerdì 8 giugno a domenica 10 giugno

Il C.R.E. da lunedì 18 giugno a venerdì 6 luglio

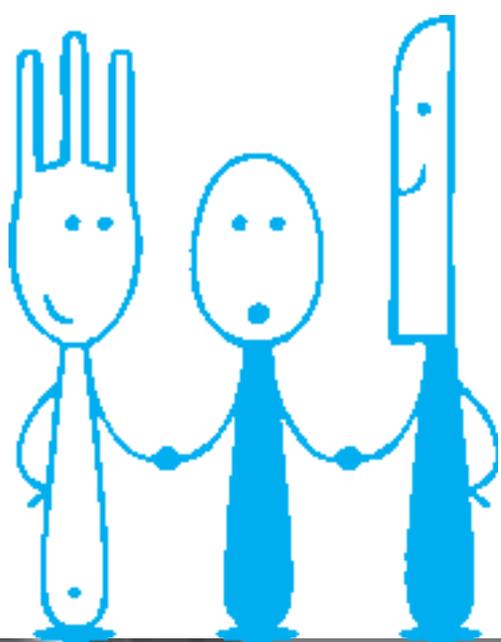
I turni di **Pianezza** 2mila12 sono:

- > 1° turno (3° - 4° elementare)
lunedì 9 luglio - lunedì 16 luglio
- > 2° turno (5° elementare - 1° media)
lunedì 16 luglio - lunedì 23 luglio
- > 3° turno (2° - 3° media)
lunedì 23 luglio - lunedì 30 luglio
- > 4° turno (Adolescenti e Giovani)
lunedì 30 luglio - lunedì 6 agosto

Ricordo poi i due tornei di Calcio a 7 e di Pallavolo nel mese di giugno! Anche se è un po' presto... BUON'ESTATE!

don Davide





8 DICEMBRE

Pranzo comunitario





Durante il pranzo comunitario sono stati selezionati, tra molti, i disegni che ispireranno il nuovo logo dell'oratorio. Ve li presentiamo qui di seguito:



ABITI DI CARNEVALE IN AFFITTO

AMPIA SCELTA DI COSTUMI PER BIMBI DAI 2 AI 12 ANNI
DA UTILIZZARE PER TUTTO IL PERIODO DI CARNEVALE

TI ASPETTIAMO C/O ORATORIO DI GORLE

SABATO 28 GENNAIO DALLE 15.00 ALLE 18.00

oppure

GIOVEDI' 02 FEBBRAIO DALLE 15.30 ALLE 18.00

CONTRIBUTO RICHIESTO EURO 10 (di cui 3 di cauzione)

A CURA DEL GRUPPO MISSIONARIO MIRIAM
PARROCCHIA DELLA NATIVITA' DI MARIA VERGINE - GORLE



Viaggio- Pellegrinaggio 2012 16 - 23 Giugno 2012

Un viaggio e un pellegrinaggio in presa diretta, alla scoperta della Russia vera, fuori dagli stereotipi creati per i turisti: una conoscenza diretta della realtà russa nelle sue componenti attuali e tradizionali, un incontro con comunità ecclesiali, un pellegrinaggio alle radici della santità nella terra russa. Il viaggio offre una panoramica generale delle due principali città: Mosca e San Pietroburgo.

1° giorno - sabato GORLE - MILANO - MOSCA

Ritrovo dei partecipanti e trasferimento in aeroporto a Milano Malpensa. Operazioni di imbarco e partenza con volo di linea per Mosca, la grande capitale della Russia conosciuta un tempo come la terza Roma per lo splendore dei suoi edifici. Trasferimento in pullman in albergo: sistemazione cena e pernottamento.

2° giorno - domenica MOSCA

Prima colazione in hotel. S. Messa festiva. In mattinata visita panoramica della città di Mosca comprensiva del Monastero di Novodevici l'imponente monastero - fortezza destinato in passato alle discendenti della famiglia reale o da famiglie nobili che prendevano i voti. Pranzo in ristorante. Nel po-

meriggio visita alla Galleria Tretyakov aperto al pubblico nel 1881 con 500 capolavori raccolti da Pavel Tetrjakov e dalla sua famiglia. Importante collezione di arte russa dal XI sec. Indimenticabili le sale con le antiche icone che costituiscono uno dei suoi maggiori tesori. Visita alla cattedrale ricostruita di Cristo Salvatore e rientro in hotel. Cena e pernottamento in hotel.

3° giorno - lunedì MOSCA

Prima colazione in hotel. Escursione a Serghjev Posad (ex Zagorsk); si raggiunge dopo aver percorso circa 70 km fra brevi colline ricoperte di boschi di betulle con case in legno di pino che spuntano qua e là. Qui si trova il Monastero della Trinità di San Sergio, una delle quattro «lavre» o meglio dei monasteri della Russia. Fondato nel 1340, e vi risiede la maggiore co-

munità monastica di tutto il Paese; numerosi i pellegrini che vi giungono tutti i giorni per assistere alle funzioni religiose. Pranzo in ristorante. Nel pomeriggio rientro a Mosca e passeggiata sull'Arbat, la principale arteria della zona ovest di Mosca è oggi una delle strade più vivaci della città. Al termine visita ad una stazione della metropolitana di Mosca, considerata una delle più belle al mondo. Rientro in hotel. Cena e pernottamento in hotel.

4° giorno - martedì MOSCA - SAN PIETROBURGO

Prima colazione. Mattinata dedicata alla visita del Cremlino, l'antica cittadella simbolo della Russia. Durante l'escursione sono previste anche le visite di una Cattedrale e dell'Armeria. Sosta alla Piazza Rossa luogo delle grandi

manifestazioni militari dell'epoca sovietica. Pranzo in ristorante. Nel pomeriggio trasferimento alla stazione di Mosca e alle 15:30 partenza per San Pietroburgo con treno rapido. Arrivo a San Pietroburgo e trasferimento in hotel, sistemazione nelle camere riservate. Cena e pernottamento in hotel.

5° giorno - mercoledì SAN PIETROBURGO

Prima colazione in hotel. In mattinata visita panoramica della città. Si inizia dalla Nevsky Prospekt, la principale arteria del centro città, si prosegue nella Piazza del Palazzo D'Inverno, la Cattedrale di San Isacco e si termina allo Smol'nyj. Proseguimento con la visita del Monastero di Alexander Nievsky che si trova lungo il fiume Neva, all'estremità occidentale della Prospettiva Nievsky ed è dedicato al famoso principe Aledsandr



Nevskij. E' il più antico monastero di San Pietroburgo, dove molto membri della famiglia reale russa ricevettero la loro educazione. Circondato da mura e fossati fu fondato da Pietro il Grande nel 1710 per celebrare una famosa vittoria sugli svedesi del 1240. Il Monastero comprende la Cattedrale della Trinità nella quale sono conservate le spoglie di Alexander Nevsky, venerato come un santo in tutta la Russia. Annesso vi è un cimitero, dove riposano alcune delle maggiori personalità della storia russa, come Lomonosov, Dostoevskij, Carlo Rossi, Antonio Quarenghi, Cajkvsckij. Pranzo in hotel. Nel pomeriggio escursione a circa 30 km verso il Palazzo di Puskin, residenza estiva degli Zar. dall'inizio del XVIII sec fino al 1917 questa cittadina fu residenza estiva degli zar ; Tsarskoe Selo significa appunto «il Villaggio degli Zar». Nel 1937 prese il nome di Puskin in onore dello scrittore che studiò nel liceo locale. Pietro il Grande nel 1719 donò questa tenuta alla moglie Caterina che vi fece costruire un piccolo palazzo. Cena e pernottamento in hotel.

6° giorno - giovedì SAN PIETROBURGO

Prima colazione in hotel. In mattinata visita al Museo dell'Her-

mitage che sorge all'interno del Palazzo d'Inverno, uno dei più importanti musei del mondo per la vastità e il numero d'opere d'arte esposte. Percorso guidato lungo le sale principali. Pranzo in hotel. Nel pomeriggio sosta ai quartieri descritti da Dostoevskij nei suoi romanzi con visita ad un tipico mercato agricolo dei contadini. Possibilità di incontro con la comunità dei Francescani di San Pietroburgo impegnati nell'opera di assistenza ai minori in difficoltà. S. Messa. Rientro in hotel. Cena e pernottamento in hotel.

7° giorno - venerdì SAN PIETROBURGO

Prima colazione in hotel. Nella mattinata escursione al Palazzo di Petrodvorec, Versailles è senza dubbio la reggia che più di ogni altra venne copiata dagli architetti delle teste coronate d'Europa. Pietro il Grande non seppe resistere ; dopo aver donato alla moglie il palazzo estivo di Tserskoe Selo, si fece costruire la sua Versailles nella tenuta Peterhof - la corte di Pietro - sulle rive del Baltico a dimostrare il suo grande amore per il mare. Infatti l'idea che più lo conquistò fu quello di poterla raggiungere via mare. Visita al Parco. Imponente la Grande Cascata a terrazze dominata da statue scintillanti, per

non parlare di tutti i giochi d'acqua presenti in tutto il parco. Pranzo in hotel. Nel pomeriggio visita della Fortezza di San Pietro e Paolo. La Fortezza è il primo edificio costruito da Pietro il Grande nel 1703, fu trasformata ben presto in carcere e nelle sue celle sono passati molti illustri personaggi della storia di questi ultimi tre secoli. Cena e pernottamento in hotel.

8° giorno - sabato SAN PIETROBURGO - MALPENSA - GORLE

Colazione in albergo. In base all'operativo aereo, conclusione delle visite alla città. Quindi trasferimento in aeroporto e partenza per Milano Malpensa con volo di linea. Trasferimento a Gorle in bus.

QUOTA INDIVIDUALE DI PARTECIPAZIONE

(minimo 35 partecipanti)

€ 1.620,00

SUPPLEMENTO

Camera singola € 430,00

Per le iscrizioni e per avere ulteriori informazioni ci si può rivolgere alla signora Eliana Federici (tel. 035-6590740) o al parroco.

Le iscrizioni vanno effettuate entro il 22 gennaio 2012 versando la caparra di € 300.



R raccontiamoci R raccontiamoci ...

R raccontiamoci ... per conoscerci

Da 11 anni nella nostra Parrocchia è presente una piccola Comunità di Suore Cappuccine.

Non è raro incontrarle alle celebrazioni domenicali o in qualche particolare ricorrenza, ma è nostro desiderio conoscere più da vicino il loro piccolo mondo. Ci accoglie la nuova superiora Suor Giovanna che con grande disponibilità ci parla della loro casa, delle ospiti per lo più anziane e della fondatrice dell'ordine Madre Francesca Rubatto. "Il motivo della presenza in questa zona è la vicinanza con la Clinica S. Francesco di Bergamo per eventuali ricoveri data l'età avanzata di alcune di loro. Lo spirito che anima le 14 sorelle che vi abitano è il reciproco sostegno a chi ne ha più bisogno". È la grande eredità lasciata dalla fondatrice: amare Dio e servire Lui nei fratelli più bisognosi, poveri, ammalati ed indifesi.

Ecco la sua storia: Anna Maria Rubatto nasce a Carmagnola (Torino) il 14 febbraio 1844. Orfana di padre a soli 4 anni, rimane nel paese natale fino alla morte della madre ed in seguito, all'età di 19 anni, si trasferisce a Torino presso la sorella maggiore Maddalena, sua madrina di Battesimo. Qui ha la fortuna di sistemarsi come dama di compagnia e consigliera presso una signora benestante, Donna Marianna Scoffone, di cui si guadagna la stima e l'affetto

tanto da riuscire a coinvolgerla nelle sue attività caritative. Nei vent'anni che passa a Torino, Anna Maria frequenta personalmente la Piccola Casa del Cottolengo offrendo i servizi più umili ai malati: si reca nelle soffitte ad assistere gli abbandonati, si iscrive nella conferenza di S. Vincenzo e segue l'opera di Don Bosco collaborando con le iniziative di catechesi.

Nel 1883 conosce a Loano Padre Angelico, cappuccino da Sestri Ponente, e la signora Elice; su loro insistenza accetta di fondare, a quarant'anni, un nuovo Istituto. Il 23 gennaio 1885 veste l'abito delle Suore Terziarie Cappuccine e prende il nome di Suor Francesca di Gesù. In poco tempo verranno aperte 9 case in Italia e nel 1892, su sollecitudine di Padre Angeli-

co, inizia la missione in America Latina.

Madre Francesca muore a Montevideo il 6 agosto 1904 e viene sepolta fra i suoi poveri. Sua Santità Giovanni Paolo II la proclama Beata il 10 ottobre 1993.

Madre Francesca vive in mezzo a noi e ci insegna a vivere come "vera famiglia nel Signore, sorelle radicate nella carità di Cristo per custodirci nella grazia di un solo cuore" (Cost. n. 17). Vivere oggi il carisma della Madre, per noi sue figlie, significa manifestare la Parola di Dio nella gioia della testimonianza, frutto della bellezza di un amore crocifisso accolto profondamente nel nostro cuore. "In questo senso la nostra vita di consacrazione, vissuta secondo i consigli evangelici, vuole essere



un segno umile ed efficace della presenza salvifica del Signore Gesù nella storia degli uomini” (Cost. n. 27). Il bene seminato da Madre Francesca continua tuttora in ogni parte del mondo. Le nostre anziane suore, “perle preziose della comunità in cui vivono”, offrono il loro sostegno con la preghiera e la preparazione di piccoli lavoretti per le missioni. Suor Giovanna ci accompagna nella piccola cappella dell’Istituto, cuore della casa. Sulla mensa tutto è pronto per celebrare l’Eucarestia.

Dio viene a noi nel pane e nel vino ma soprattutto nel volto sofferente di coloro che M. Francesca ha cercato, aiutato ed amato, volti di bimbi violentati e rifiutati, volti stanchi di migranti senza degna accoglienza, volti di anziani privi di condizioni adeguate per una



vita dignitosa, volti umiliati dal disprezzo per la cultura alla quale appartengono. E come Madre Francesca è proprio da questo piccolo pezzo di PANE che si at-

tingono forza ed ispirazione. È sera, nella bella ed accogliente casa tutto tace, tutto è lindo, ogni cosa è al suo posto, tutto è pronto per cominciare un nuovo giorno di preghiera e di condivisione.

Luogo della pace, dell’essenziale dove tutti gli orpelli del nostro affannoso vivere quotidiano diventano inconsistenti.

E nel silenzio, nella sofferenza, nella Parola di Dio cercata, amata, vissuta e forse ora con fatica recepita, sale il profumo dell’incessante preghiera, essenza dei giorni della vita.

Un grandissimo grazie a suor Giovanna e alle sorelle: la vostra presenza nella nostra comunità veramente ci onora.

A tutte le nostre suore un affettuoso e fraterno abbraccio.

Rachele e Cinzia





COLESTEROLO E TRIGLICERIDI

Nell'ultimo numero ci siamo salutati con alcuni consigli ed il buon proposito di osservare una dieta sana prima delle feste, in previsione dei picchi, ma inevitabili sgarri che ci saremmo concessi in occasione del Santo Natale. Com'è andata?

Dite la verità, nonostante i buoni intenti, qualcuno che ha un po' esagerato con la forchetta c'è di sicuro.

Poco male, se non avete davvero trascorso, gli effetti dei bagordi natalizi dovrebbero essere relativamente contenuti. In linea di massima, alla peggio qualcuno avrà un filo di pancetta in più ed un paio di chili di troppo, ma nulla che non potrà essere recuperato in breve tempo.

Ci sono, però, alcune conseguenze di un'alimentazione molto ricca e protratta nel tempo che sono meno superflue e vanno tenute sotto debito controllo. Si tratta di effetti meno visibili del leggero sovrappeso, ma decisamente più rilevanti. Scientificamente si chiamano "dislipidemie", ma, per capirci, potremmo definirli più comunemente come eccessi di colesterolo e trigliceridi nel sangue.

L'origine di questi eccessi è in parte genetica, ma numerosi studi scientifici dimostrano una stretta

correlazione tra abitudini alimentari ed eccesso di colesterolo e trigliceridi.

Un'alimentazione sbilanciata, infatti, influisce in modo determinante sul livello fisiologico di queste sostanze, le quali, superando determinati livelli di soglia, possono favorire l'insorgere di problematiche cardiovascolari. Vediamo, con alcune semplici annotazioni, di capirci qualcosa di più.

Cosa sono Colesterolo e Trigliceridi?

Colesterolo e Trigliceridi sono sostanze organiche di natura lipidica, detto in parole povere si tratta di grassi.

Non sono sostanze nocive, anzi, giacché svolgono un'importante funzione energetica ed un'indispensabile funzione strutturale nella costituzione della membrana cellulare, se non ci fossero il nostro organismo avrebbe serie ripercussioni. Come abbiamo visto, possono, invece, diventare un problema quando la loro quantità supera i naturali livelli fisiologici.

Qual'è il giusto livello di Colesterolo?

Il Colesterolo circola nel sangue in associazione con delle proteine, costituendo insieme a quest'ulti-

me particolari formazioni "lipoproteiche". Le principali proteine che trasportano il colesterolo nel sangue sono denominate "HDL" e "LDL" (basta prendere un qualsiasi risultato d'analisi del sangue per trovare spesso indicati questi valori). Il colesterolo trasportato dalle HDL viene comunemente detto "Colesterolo buono" e, come lascia intendere il suo nome, non è assolutamente una minaccia per il nostro organismo, anzi, poiché circola nei vasi sanguigni in modo molto rapido, svolge l'utilissimo ruolo di ripulire le nostre arterie. Potremmo a tal proposito chiamarlo lo spazzino delle arterie.

Viceversa, il colesterolo trasportato dalle LDL viene comunemente detto "Colesterolo cattivo", in quanto tende ad accumularsi all'interno delle arterie, rendendo più difficoltoso il flusso sanguigno.

Monitorare il colesterolo HDL e LDL è molto facile e, grazie a specifici macchinari, è possibile farlo direttamente dal proprio medico o in farmacia, senza dover necessariamente svolgere un'analisi del sangue completa. *Il Colesterolo buono (HDL) dovrà avere un valore superiore ai 60mg/dl, mentre il Colesterolo cattivo (LDL), da calcolarsi pre-*

vio digiuno di 12 ore, dovrà avere valori inferiori a 130ml/dl (il Colesterolo totale, cioè la somma del HDL e del LDL più altri parametri meno rilevanti, deve essere inferiore ai 200 mg/dl).

Valori diversi di questi parametri non sono da sottovalutare ed è opportuno consultare il proprio medico a tal proposito.

Qual'è il giusto livello di Trigliceridi?

I trigliceridi, invece, come abbiamo visto sono frutto dell'immagazzinamento e della trasformazione che il nostro organismo opera sui grassi alimentari quotidianamente assunti.

Anche questo parametro può essere facilmente monitorato dal proprio medico o in farmacia e, a digiuno da almeno 12 ore, deve attestarsi intorno a valori compresi tra 50 e 150 mg/dl.

Come prevenire un eccesso di Colesterolo e Trigliceridi?

Per scongiurare il rischio di una presenza eccessiva di queste sostanze, è fondamentale porre molta attenzione all'alimentazione. Bisogna, in particolare, limitare l'assunzione di latticini (burro, panna, latte intero, formaggi), di carni rosse e di uova, favorendo, invece, l'apporto di frutta, pesce, verdura e cereali.

Ponete anche molta attenzione ai condimenti che utilizzate (sia a crudo che per cuocere). Il burro, la margarina, lo strutto e alcuni oli vegetali sono ricchi di grassi saturi, responsabili della formazione del colesterolo cattivo (LDL). Preferite, dunque, sempre l'olio d'oliva, possibilmente extravergine (ricco di grassi polinsaturi ed insaturi capaci di creare il colesterolo buono).

Inoltre non si deve esagerare con l'alcol (al massimo un bicchiere di vino a pasto, meglio se rosso). Infine, come sempre, una regolare attività fisica di tipo aerobico (sono attività aerobiche tutte quelle

che comportano un dispendio ridotto, ma prolungato di energie, per intenderci corsa, nuoto, bici) contribuisce a mantenere sotto controllo i livelli di Colesterolo e Trigliceridi.

Cosa fare in caso di Colesterolo o Trigliceridi alti?

Nel caso in cui l'alimentazione sana e l'attività fisica non siano bastati a ridurre i grassi nel sangue, la prima cosa da fare in questi casi è rivolgersi al proprio medico curante. Ci sono, comunque, delle sostanze naturali che, se vengono assunte regolarmente (anche sotto forma di integratori), possono favorire la riduzione del livello di grassi nel sangue. Le sostanze più efficaci sono: aglio, limone, mandorle, noci e olio di pesce. Ovviamente attenzione a non esagerare con questi alimenti e ricordatevi sempre che, se li assumete sotto forma di integratori, dovete chiedere consulto al vostro medico o farmacista.

ORARI DELLE CELEBRAZIONI

SANTE MESSE

SABATO/PREFESTIVI:
ore 18.30

GIORNI FESTIVI:
ore 8.00-10.00-11.30-18.30

GIORNI FERIALI:
ore 9.00-17.30

NUMERI TELEFONICI

CASA PARROCCHIALE:
035.661194

ORATORIO:
035.663131

DON CARLO:
035.668690

Sito parrocchiale
www.oratoriogorle.net

Continuano gli articoli che si propongono di far conoscere alcuni aspetti del nostro paese.

Piazza Papa Giovanni XXIII

Il 25 Novembre 1881 nacque a Sotto il Monte Angelo Giuseppe Roncalli il futuro Papa Giovanni XXIII. Quarto dei tredici tra figli e figlie di Battista e Marianna Mazzola, vide la luce in una povera casa di contadini e il giorno stesso fu subito battezzato come si usava una volta: il padrino fu il prozio Zaverio Roncalli, fratello del nonno Angelo, figura che ebbe grande rilievo nella formazione di fede del ragazzo.

Come affermerà spesso durante la sua vita e nei suoi scritti, l'infanzia passata in un ambiente povero di contadini mezzadri fu però sostenuta da grandi ricchezze spirituali: una fede tenace, una fiducia assoluta nella provvidenza divina e la preghiera giornaliera condivisa in famiglia, furono fonte di serenità e di aiuto per affrontare tutto il resto.

Frequentò le prime tre classi delle elementari (1887-1890) e negli stessi anni ricevette la cresima e la prima comunione.

Concluso questo ciclo nel 1892 entrò nel seminario di Bergamo per proseguire gli studi (ginnasio e liceo) sostenuto economicamente dal suo parroco don Francesco Rebuzzini e dal proprietario del fondo coltivato dai Roncalli, don Giovanni Morlani.

In questi anni inizia a tenere un diario, pubblicato in seguito con il titolo "Il giornale dell'anima", dove prende forma il suo proposito di seguire la via della santità e nel quale traspare la sua grandissima umiltà e la fede incrollabile che lo caratterizza.

Nel 1901, per le sue capacità intellettuali e morali, gli viene assegnata una borsa di studio per continuare la formazione a Roma nel Seminario Romano dell'Apollinare dove trova un ambiente aperto alle nuove impostazioni culturali.

L'anno seguente richiede l'anticipo volontario per il servizio militare offrendosi per sostitu-



ire il fratello Zaverio necessario alla famiglia per il lavoro nei campi.

Paragonò in seguito questa esperienza ad un vero purgatorio ma la affrontò affidandosi alla santa provvidenza riuscendo in seguito (1904) a laurearsi in Sacra Teologia; venne ordinato sacerdote il 10 Agosto 1904.

Tornato a Bergamo, il Vescovo Monsignor Giacomo Radini Tedeschi lo nominò suo segretario e nel 1906 fu incaricato dell'insegnamento di Storia e Patrologia in seminario.

Venne richiamato al servizio di leva il 23 maggio 1915 con il grado di sergente di sanità e fino alla fine della prima guerra mondiale ricoprì il ruolo di cappellano dell'Ospedale di Riserva di Bergamo contribuendo con il suo ottimismo e la sua amabilità a risollevarla



fede dei soldati a lui affidati.

La sua fervente opera missionaria prese l'avvio a Roma nel 1921 dove, come presidente per l'Italia del Consiglio centrale delle Pontificia Opera della Propagazione della Fede, alimentò il suo amore per le missioni estere frequentando padre Paolo Manna superiore generale del PIME (Pontificio Istituto di Missioni Estere).

Con la consacrazione a Vescovo il 19 marzo 1925, monsignor Angelo Roncalli entrò a servizio diretto della Santa Sede e nominato Visitatore Apostolico in Bulgaria (vedi foto) dove portò la sua opera e il suo conforto ad una popolazione stremata da una difficile situazione sociale, politica e religiosa.

Il suo impegno continuò negli anni successivi in Turchia e in Grecia fino ad essere nominato Nunzio Apostolico a Parigi dove si presentò il 1 gennaio 1945.

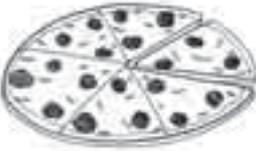
In Francia l'innato equilibrio della sua indole e l'accortezza con la quale si mosse contribuì a riallacciare i rapporti con il Corpo Diplomatico ed in generale con la popolazione francese che accusava molti vescovi locali di aver collaborato con i tedeschi invaso-

ri durante il periodo della seconda guerra mondiale. L'incarico successivo come Patriarca di Venezia arrivò nel gennaio del 1953: il cardinale Roncalli conquistò gli abitanti della città per la semplicità e l'attenzione con cui trattava ogni persona e vi rimase fino al 28 ottobre 1958 quando con grande sorpresa di tutti venne eletto papa con il nome di Giovanni scelto in onore di suo padre, del patrono del suo paese natale e dell'evangelista della carità.

(...continua sul prossimo numero)

(Cinzia)

Benedetta Passione



Bar - Pizzeria
con forno a legna
Pizza anche a mezzogiorno
Consegna a domicilio

Chiuso il Lunedì sera

VIA BUONARROTI, 17/G - 24020 GORLE (BG)
TEL. 035.302275

ASSOCI...AZIONI

Benvenuti nella mini rubrica delle Associazioni

ARCA - ALPINI - AVIS - AIDO - PROTEZIONE CIVILE

hanno realizzato in piazza, Domenica 11 Dicembre, la festa di Santa Lucia. La Piazza ospitava bancarelle, dolci e nuovissimi e inediti giochi. I responsabili dell'animazione hanno mantenuto vivace la piazza facendo divertire e giocare i numerosi bambini presenti. La temperatura, seppur invernale, si è mantenuta accettabile e, con il prezioso supporto degli Alpini e del loro famoso vin brulé, abbiamo tutti trascorso un piacevole pomeriggio. Per i golosi erano disponibili panini e salamelle alla griglia (tutte spazzolate in breve tempo). Al calar del fosco è arrivata, con l'ausilio tecnologico e l'ingegno della Protezione Civile, l'amata Santa Lucia, che scendendo dalla torretta ha stupito grandi e piccoli. Questi sono rimasti a bocca aperta mentre l'amata lanciava caramelle e dolcetti, atterrando sana e salva per il piacere dei curiosi.

Le Associazioni ringraziano tutti per l'impegno e la collaborazione e invitano quanti dispongono di tempo, e desiderano porlo a frutto, a rendersi disponibili per qualche forma di volontariato e a proporre idee e progetti che abbiano valenze di interesse e/o utilità e aggregazione per la comunità.

Insieme si potrà, così, operare sempre meglio, utilizzando proficuamente le energie e divertendoci.

Ricordiamo, a tal fine, che l'impegno e il sano volontariato praticato dagli adulti sono la miglior scuola ed esempio per la formazione dei giovani e degli adolescenti, che da queste forme di operatività possono trarre stimoli al pensiero e contraltari alla pochezza di quanto espresso generalmente dalle tv e dai giornali.

ARCA Nell'ambito delle iniziative culturali, come per gli scorsi anni l'associazione ha organizzato il progetto dei calendari e li ha prodotti. Il soggetto scelto quest'anno è inerente il "come eravamo" e la storia della scuola di Gorle e della modifica di alcuni punti del centro cittadino. Un importante lavoro di raccolta di vecchie fotografie, aventi ad oggetto le scuole e le classi di gorlesi che le frequentavano, ha permesso di comporre un collage interessante, che mostra l'evoluzione delle strutture scolastiche, degli atteggiamenti e delle mode. Molti gorlesi potranno rinvenire collegamenti legati ai periodi passati, ad amici o parenti, e rinnovare ricordi, volti, momenti di vita. Il progetto del calendario è collegato ad altro progetto che si sta svolgendo nell'Istituto Com-

prensivo con il supporto attivo del Comitato dei Genitori. Gli alunni sono stati protagonisti della presentazione di disegni inerenti la nostra scuola, con l'obiettivo di far emergere come questa è da loro percepita, come intendono e riescono a visualizzarla, e ottenere input per trovarle un nome da aggiungere a "Istituto Comprensivo" . Attendiamo con impazienza gli sviluppi.

Ricordiamo che gli introiti della vendita del calendario, come sempre, saranno utilizzati per sostenere i costi di gestione delle attività dell'Associazione, quali trasporto anziani e disabili, organizzazioni di eventi culturali, ecc.

AVIS Il 26 Febbraio del 2012 l'AVIS di Gorle organizzerà l'Assemblea elettiva. Con questa assemblea l'associazione dovrà eleggere il nuovo Consiglio Direttivo. Al fine di prepararla al meglio, invitando "migliaia" di avisini a partecipare e proporsi quali consiglieri o supporters, all'inizio del mese di febbraio si organizzerà una serata conviviale con cui, si spera, avremo modo di confrontarci e raccogliere sugge-



rimenti e idee. A gennaio sarà comunicato il programma e la data della serata.

Eventi: Il 25 ottobre 2011 si è tenuto a Roma il seminario nazionale organizzato da SPES, in collaborazione con Forum Nazionale del Terzo Settore, CONVOL e CSVnet sul tema della misurazione del volontariato e del suo impatto economico e sociale.

Il seminario ha costituito un momento importante di riflessione nell'ambito del progetto EVMP - European Volunteer Measurement Project - Progetto Europeo per la Misurazione del Volontariato promosso da Johns Hopkins University - Centro per gli studi sulla società civile, guidato dal Prof. Lester Salamon in partenariato con SPES e CEV (Centro Europeo del Volontariato).

Il progetto si propone di promuovere, in tutti i paesi europei, l'adozione del Manuale prodotto dall'OIL (Organizzazione Internazionale del Lavoro) che stabilisce metodologie e strumenti per rilevazioni periodiche e regolari sul numero, il profilo demografico e le attività svolte dai volontari, e per la misurazione del loro impatto sociale ed economico.

Nel corso del Seminario è stato presentato il progetto EVMP, i suoi sviluppi a livello europeo e le raccomandazioni istituzionali rispetto all'uso del Manuale OIL per la misurazione del volontariato; si sono presentate e discusse le problematiche e le opportunità legate alla valutazione sia sociale che economica del volontariato e si sono confrontati i rappresentanti delle associazioni sui biso-

gni e le aspettative rispetto ai dati statistici sul volontariato.

Questa informazione, in poche righe e seppur difficilmente interpretabile per le sigle complesse, ci pone in evidenza che anche a livello comunitario il tema del volontariato, e in generale del terzo settore, finalmente viene considerato un caposaldo dell'economia e della vita sociale delle comunità. Possiamo augurarci che l'impegno che si profonde con l'organizzazione di questi eventi internazionali e lo scambio di idee e esperienze che producono, porti frutti e dia carburante anche da noi affinché il volontariato, a supporto del terzo settore in generale, non resti a lungo il fanalino di coda negli interessi e nei programmi politici.

Anno Europeo del Volontariato

Dopo un intero anno di iniziative che hanno visto impegnati volontari di tutta Europa in attività di promozione, informazione e sensibilizzazione, si chiuderà l'Anno Europeo del Volontariato, lasciando il testimone al 2012 - Anno Europeo dell'Invecchiamento Attivo e della Intergenerazionalità (solidarietà tra le generazioni). Il 2012 sarà un'altra importante occasione per riflettere sul valore del volontariato nella vita di tutti i giorni e per dare anche alle persone "anziane" l'opportunità di offrire il proprio contributo per la crescita solidale della comunità.

Il 2012 potrà dare ampia visibilità alla differenza che il volontariato fa nella nostra vita di tutti i giorni, per aiutare chi ha più bisogno, per rendere questa società miglio-

re e più solidale, e per aiutarci a ricordare che possiamo ristabilire relazioni di fiducia e di reciprocità anche impegnandoci in attività di volontariato.

Nel quadro generale volto ad agevolare la creazione di una cultura dell'invecchiamento attivo in Europa, basata su una società per tutte le età, gli obiettivi specifici dell'Anno europeo sono i seguenti:

- sensibilizzare l'opinione pubblica;
- promuovere il dibattito, lo scambio d'informazioni e potenziare l'apprendimento reciproco;
- fornire un quadro favorevole all'impegno ed agire concretamente;
- promuovere attività che aiutino a lottare contro la discriminazione in base all'età, a superare gli stereotipi legati all'età e a rimuovere le barriere, in particolare per quanto riguarda l'occupabilità.

Per una più ampia panoramica sul prossimo interessante Anno europeo si possono trovare informazioni nei siti che trattano, e riportano, del documento di partenza per la discussione del Gruppo di Lavoro "Invecchiamento attivo" utilizzato nella Conferenza Internazionale tenutasi a Gorizia, 7 - 9 ottobre 2011, contenente suggerimenti e programmi di indirizzo.

Per comunicare informazioni che potrebbero essere utili ad una miglior visibilità del Volontariato in Gorle (e anche fuori porta) si invita a contattare Luciano alla mail cial59@hotmail.com

Buon volontariato a tutti

Studio Arno s.r.l.
Ambulatorio Odontoiatrico

Direttore Sanitario
Dr. Alessandro Freschi
Odontoiatra e Protesista Dentale

Via Arno, 1/a
24020 GORLE (BG)
Tel.: 035.662104

Aut. Pubblicità San. N. 268

AFFRODITE
HAIRSTYLE

VIA PAPA GIOVANNI XXIII, 3
24020 GORLE (BG)
TEL. 035-662976

9.00 - 12.00 | 14.00 - 19.00
SABATO ORARIO CONTINUATO
SI RICEVE SU APPUNTAMENTO

ORTOFRUTTA RAVELLINI



VIA DON MAZZUCOTELLI 5 - 24020 GORLE (BG)
Tel. ufficio 035.303134 - Tel. negozio 035.295914



Gustinetti
viaggi

P.za Papa Giovanni XXIII, 4 - 24020 - Gorle
☎ 035-661579 - ☎ 035-6590564
✉ gustinettiviaggi@virgilio.it
www.gustinettiviaggi.it

PUNTO DI VISTA

Occhiali da vista
Occhiali da sole
Lenti a contatto

Via Don Mazza, 5 - 24020 Gorle (BG)
Tel. e Fax. 035 665974

Cerchi la frutta buona,
Maveramente buona?

La puoi trovare solo a Gorle, in via Mazzini, 26
Tel. 035 / 66.33.08

Accurato servizio
a domicilio

ORTOFRUTTA
Maver



CONFIAB

CONSORZIO FIDI FRA IMPRESE ARTIGIANE
DELLA PROVINCIA DI BERGAMO



floricoltura
MORETTI

Coltivazione e vendita diretta
Creazione e manutenzione giardini
Accurati allestimenti

Via Don Mazzucotelli, 8
24020 GORLE (BG)
Tel. e Fax 035 295221
e-mail: info@floricolturamoretti.it
Partita IVA: 01994730164

RISTORANTE - BAR - PIZZERIA
La Pelosetta

Specialità di pesce - Cucina tipica sarda
 Sala per banchetti, cerimonie e meeting

È gradita la prenotazione
 Locale climatizzato - Chiuso il mercoledì

Via Roma 112 - 24020 Gorle (BG) - Tel. 035/651188

PIZZA & SFIZI



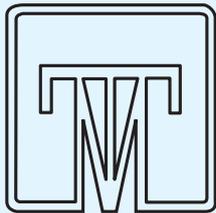
Via Papa Giovanni XXIII, 4 24020 - Gorle (BG)

Tel. 035/65.66.00

Apertura: 18,00 / 21,30 Chiuso il Martedì

Consegne a domicilio

*... E puoi partecipare alla raccolta punti
 per avere pizze in omaggio!!!*



TARCISIO MADASCHI

IMPIANTI ELETTRICI CIVILI INDUSTRIALI

STRADALI - QUADRI

AUTOMAZIONI INDUSTRIALI

Via Buonarroti, 3 - 24020 Gorle (Bergamo)

Telefono 035.296484 - www.tarcisiomadaschispa.it



almadolce

caffetteria - pasticceria

Via Roma 4/B

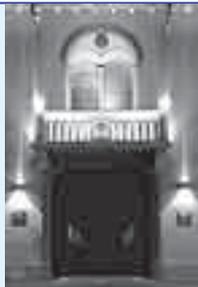
24020 Gorle (BG)

T. +39 035 19910438

F. +39 035 19910602

info@almadolce.it

www.almadolce.it



Pompe Funebri

Beppe e Alessandra Vavassori

via Dante, 21
 Sarnano

via Roma, 23
 Sarnano

Tel 035 664589 - cell. 335 7120627

Servizio ambulanza 24 ore su 24
 (Proprietari unici della Casa del Commiato)

TEMA

arredamenti
 Soluzioni d'interni su misura

Preventivi gratuiti
 e progettazione 3D

Pier Luca Nava

24066 Pedrengo (BG) • Via E. Fermi, 8
 Tel. 035.664965 • pierlucanava@tiscali.it

Pompe Funebri Generali

*P.C.P. - Servizio
 autoambulanze*

Telefono

035 511 054