

PERICOLI! E RIMEDI L'ALCOL BATTE IN TESTA

GUIDARE IN SICUREZZA

- 1) Tutti dobbiamo contribuire a rendere le strade più sicure.
- 2) Indipendentemente dal mezzo che dovete guidare (Tir, bus, camion, auto, moto, bici, anche imbarcazioni) rinunciate già dopo il primo bicchiere.
- 3) Non offrite da bere a chi deve mettersi al volante.
- 4) Mettetevi d'accordo prima di andare a una festa su chi non dovrà bere e farà da "autista" per il rientro.
- 5) Prendete un taxi: guidare ebbri può essere estremamente più costoso.
- 6) Non bevete mai bevande alcoliche a stomaco vuoto.
- 7) Provate pure le bevande analcoliche: sono gradevolissime.
- 8) I succhi di frutta sono molto raccomandati quando si guida perché aiutano a prevenire la stanchezza.
- 9) Pasti abbondanti contribuiscono all'affaticamento e sonnolenza nella guida.
- 10) Allacciate sempre le cinture di sicurezza.
- 11) Regolate la velocità nei limiti di legge.

L'ALCOL: COSA COMBINA PROBLEMI VISIVI

L'alcol riduce la capacità visiva: può renderla confusa, ridurre la visione notturna del 25% e quella laterale, rendendo difficile la vista dei veicoli provenienti da destra o da sinistra.

MINOR CONCENTRAZIONE

L'alcol può provocare sonnolenza e quindi una diminuzione dell'attenzione, in alcuni casi notevole.

RALLENTA I TEMPI DI REAZIONE NELLE MANOVRE E IMPREVISTI

L'alcol rende difficile la coordinazione dei movimenti e aumenta il tempo di reazione dal 10 al 30%; inoltre riduce l'abilità di compiere due o più azioni contemporaneamente.

RIDUCE LA CAPACITÀ DI GIUDIZIO SUPERHUMAN IMAGE

L'alcol crea un senso di sicurezza, euforia che porta a sopravvalutare le proprie capacità, ad affrontare dei rischi che non verrebbero mai corsi.

Codice della Strada:

- È vietato guidare se ebbri e rintronati dall'uso di droghe e/o bevande alcoliche, è in stato di ubriacatura il conducente che risulta avere un'ALCOLEMIA uguale o superiore 1,5 g, per litro.

- Chi guida ubriaco o drogato è punito con l'arresto fino a un mese e con l'ammenda da 250 a 1.000 euro.

- All'accertamento del reato consegue la sanzione della sospensione della patente da 1 a 6 mesi, oppure raddoppiate quando il soggetto compie più violazioni nel corso dell'anno. - **GISY**

Pericolo! E rimedi GAS KILLER: IL MONOSSIDO DI CARBONIO

E' il gas del freddo, che fa parlare di sé quando la temperatura si abbassa e gli

impianti di riscaldamento funzionano a pieno regime. È inodore e insapore, e sfera il suo assalto in silenzio, inducendo le vittime a una sonnolenza da cui, spesso, rischiano di non destarsi più.

Esso si sprigiona a causa di una combustione incompleta, ossia quando avviene in un ambiente povero di ossigeno; ciò significa che il gas killer può formarsi da un qualsiasi impianto che brucia e scalda: stufe, caldaie, camini e bracieri, se situati in luoghi chiusi o con scarsa aerazione.

L'azione del monossido di carbonio è micidiale: una volta inalato, giunge nel sangue legandosi con l'emoglobina, che invece di norma si lega all'ossigeno.

Il nuovo legame, molto più forte, si diffonde nel corpo con il flusso sanguigno impedendo l'ossigenazione dei tessuti, con gravissimi danni, soprattutto, per il cervello.

Quel che è peggio, è che i sintomi dell'intossicazione sono comuni ad altre patologie: mal di testa, nausea, vomito, perdita di conoscenza, o addirittura interpretabili come segni di buona salute: gote rosse.

Se l'intervento dei medici non è tempestivo, si rischia la morte o delle sequele neurologiche permanenti, quelle che vengono paragonate a delle "cicatrici nel cervello". Ovvero dei disturbi a vari livelli (mal di testa, nausea...) che tornano periodicamente a colpire l'intossicato. L'immediatezza del soccorso e un trattamento di circa due ore in camera iperbarica riportano l'ossigeno nel sangue a livelli normali. Ma non ci sarebbe bisogno di tutto ciò, se ci si attenesse alle elementari norme di sicurezza.

Da qui derivano tutti gli accorgimenti per evitare il più possibile i gravi incidenti dovuti a una cattiva combustione degli impianti di riscaldamento:

- 1) far controllare annualmente gli impianti,
- 2) assicurarsi che le canne fumarie abbiano un buon tiraggio,
- 3) che i locali siano ben ventilati: così che possa entrare l'ossigeno e, soprattutto, uscire il monossido di carbonio.

Quindi, anche se l'ispezione pre-invernale della caldaia costa, si può ben dire trattarsi di una di quelle cose per cui è bene non badare a spese.

Solo un tecnico specializzato, infatti, può garantire il perfetto funzionamento dell'impianto. Sono assolutamente da evitare i controlli fai-da-te.

Mentre ogni anno i danni gravi tra i residenti calano ogni anno, le vittime d'intossicazioni, per la maggior parte, sono estracomunitari e nomadi. **GISY**

L'EVOLUZIONE DEL PUBBLICO IMPIEGO (2a)

Tra le tante innovazioni oggi necessarie nel nostro modo di vivere, almeno una riguarda il Pubblico Impiego. Vi sono lavori che, per la loro utilità o per

l'amministrazione di beni e servizi comuni, o la sicurezza di tutti (quindi: educazione, sanità, impieghi comunali, provinciali, regionali, statali, trasmissioni radio-televisive, protezione civile, polizia, carabinieri, difesa, finanza, ecc.) sono categorizzati sotto il nome di pubblici impieghi: essi servono la collettività ed essa se ne serve.

Come tutti sanno, da sempre il pubblico impiego viene affidato a persone scelte tramite particolari procedure che intendono selezionare i più idonei, tra i tanti che vorrebbero svolgerlo.

(-N.d.r.: esse vengono vagliate con gli oceanici concorsi per titoli ed esami che dovrebbero premiare i più capaci, mentre invece con le discriminatorie prevalenti "regole speciali", distanza dal paese di residenza, famiglia numerosa, ecc. o peggio..., per la maggior parte dei casi ciò non avviene).

Una volta selezionate le persone più idonee, è uso assegnare ad esse l'impiego in questione per l'intera durata della loro vita.

(-N.d.r.: in pratica sono impunibili e inamovibili, sia in caso di loro errori e/o corruzione e gli avanzamenti di carriera non avvengono quasi mai per meriti, ma per anzianità o pastette).

Ebbene: anche se questa è una consuetudine ormai radicata da lungo tempo, alla luce di una consapevolezza più ampia offertaci dall'immensità di massa media di cui la società si è dotata, si palesa più di un motivo per ritenere che tale uso debba mutare.

(-N.d.r.: meglio affermare che è un abuso, preso atto pure dei loro "diritti acquisiti in base al quale "spettano" malattie, assenze, uscite durante il lavoro per acquisti, ritiro figli e i doppi lavori in nero, con la copertura dei reciproci favori e omertà, a discapito dei loro colleghi onesti o meno "furbi" e di altre categorie di lavoratori).

Va infatti considerato che, essendo i posti di lavoro disponibili nel pubblico impiego di numero ben inferiore rispetto a quello, non solo degli aspiranti, ma, cosa molto più importante, anche di coloro che sono ampiamente idonei, ciò che si assegna a quei pochi prescelti, in pratica, non è tanto un lavoro, bensì un vero e proprio privilegio rispetto al resto della società, un privilegio di origine del tutto ingiustificata.

(-N.d.r.: tenendo conto che poi attraverso i matrimoni o le convivenze, in molte famiglie vi sono a volte due o più dipendenti pubblici, con entrate mensili abbastanza ragguardevoli, l'egualianza dei cittadini e le pari opportunità non sono per nulla rispettate).

Se riconosciamo, infatti, la società, nella sua interezza, essere depositaria del diritto di usufruire dei pubblici beni e servizi, allo stesso modo dobbiamo riconoscerle, egualmente l'intero diritto di equa partecipazione alla amministrazione e svolgimento di tali beni e servizi. (Continua)

Daniilo D'Antonio
E-mail: eulab@tin.it



L'UOMO E I POTERI. PRINCIPI BASE DELLE LIBERTÀ INDIVIDUALI E DELLE DIGNITÀ DI CONVIVENZA: 1) SUSSIDIARIETÀ, 2) RAPPRESENTATIVITÀ, 3) SOLIDARIETÀ PATTUITA, 4) RESPONSABILITÀ, 5) PUNIBILITÀ,

6) DIRITTI E DOVERI, 7) DISTRIBUZIONE DELLA RICCHEZZA. Stampato in proprio. Testata telematica indipendente.
ANNO 15-N.11-12 Nov. - Dic. 2012 Riprodotto da web
CULTURA CIVICA® FORZA CIVICA® ITALIA CIVICA®-Riproduzione citando la fonte
Proprietà, possesso, detenzione del Logo e dei Nomi sono protetti pure dall'uso originario/mensile
www.poterecivico.org o it E-Mail: info@poterecivico.org-Autor.Trib.di Bg 12/05/98 n.21

NOTIZIARIO D'INFORMAZIONE E ATTUALITÀ: ECONOMICO, FILOSOFICO-SOCIALE, STORICO-LETTERARIO, POLITICO-SINDACALE, TECNICO-SCIENTIFICO
TESTATA TELEMATICA DI OPINIONE: UNICA INDIPENDENTE, LAICA NON LAICISTA, VOLONTARISTICA, APARTITICA, NON APOLITICA, SENZA SCOPO DI LUCRO

AUGURI DI BUON NATALE FINE E NUOVO ANNO

Con l'occasione ci sentiamo onorati e in dovere, e piacere di dedicare questo editoriale a un nostro simpatizzante, il 2° per longevità vicina al secolo, rinnovando gli auguri a lui e alla moglie.

RUBRICA LETTORI
COSTANTE G. 98 ANNI MEMBRO
S..... DA OLTRE 72 ANNI

RICORDI DI UN TEMPO A VAPORE DALLA NOSTRA INTERVISTA

Sollecitare i suoi ricordi è come aprire la saracinesca di una diga.

"La testa e la memoria sono in ordine - ci dice con orgoglio, entrando in casa aiutandosi con un bastone da passeggio - ormai è il fisico a dare qualche fastidio".

Il racconto è lucido, farcito di dettagli. Ha iniziato il suo apprendistato nel 1930 alla C..... di, come metalmeccanico. <<La C..... era il miglior posto del mondo per imparare il mestiere. Facevano girare in coppia, e gli artigiani ci mettevano in competizione tra noi. Da una parte loro si trovavano con il lavoro fatto e noi imparavamo a lavorare velocemente, ma con grande precisione>>.

La grande crisi (1929)

Portato a termine l'apprendistato, l'Italia, come quasi tutto il mondo, era attanagliata da una grave situazione di crisi. Sino a qualche anno prima, lo stesso sindacato faceva da tramite per procurare un posto ai figli degli iscritti come tirocinanti sia alla <<C.....>> sia alla <<L.....>> del medesimo paese. Dopo qualche anno di pratica presso queste ditte, al tempo leader dei loro settori, gli artigiani erano pronti per rientrare, magari nelle stesse ditte. Nel 1934 invece fuori dalle industrie era esposto un cartello che spiegava come la disoccupazione non permettesse di far fronte alle domande. Costante non si perse però d'animo, annunciandosi come manovale sul cantiere della ferrovia. <<Ero pagato 70 centesimi al giorno e non potevo certo lamentarmi, considerato che abitavo ancora con i genitori. Il sabato si andava a ballare e con poco più di 1 lira si passava tutta la sera>>.

Nel contempo, Costante ha compiuto

due scelte determinanti per il suo futuro: seguire delle lezioni di meccanica e attrezzistica impartite da un suo cugino parroco e chiedere alla scuola del P..... di frequentare i corsi di meccanica di precisione per tenersi in esercizio e diplomarsi. Grazie a queste attività, viene infatti scelto dalle Industrie C....., dove proprio le capacità di <<lavorare preciso e in fretta>> e del diploma acquisito, gli permisero di ottenere condizioni salariali migliori.

Macchinista in tempo di guerra (1939-45)

Il padre, anch'esso impiegato alla C....., gli segnalò poi la possibilità di essere assunto come macchinista. Superato l'esame, iniziò nel 1940 la sua attività di aspirante, girando per alcuni mesi anche in vari depositi importanti. Divenne subito membro del: <<Ho sempre fatto parte dell'organizzazione e sono sempre stato del partito di chi lavora. Non sono però mai stato membro di comitato, in quanto ero impegnato piuttosto nelle società sportive>>. Ci snocciola quindi alcuni dati, che riportano un'attività molto intensa: 5 volte campione dei ferrovieri di tiro, in parola trent'anni da presidente della società di tiro locale e qualcosa come 800 coppe vinte alle gare, l'ultima delle quali nel 2000, alla bella età di 86 anni. Adesso cucina, in particolare biscotti, a cui tiene particolarmente e dei quali ci ha fornito la ricetta (che abbiamo già pubblicato sul nostro sito).

Ha giocato anche a calcio e a bocce. <<Solo a casa non c'era mai>> precisa la moglie Fiorenza. <<Perché partivo presto per il lavoro, quando tu dormivi - ribatte - nei miei primi anni di macchinista ero assegnato alla linea per Milano, sulle locomotive a vapore. Sulla tratta, verso il confine, prima della stazione di, vi erano degli addetti che ci fermavano con le bandiere o, di notte, con la lanterna rossa, quando erano in corso i bombardamenti, perché non potevamo sentire le sirene. Dovevamo fermarci in galleria, avendo però cura di lasciarne fuori il fumaiolo, per non asfissiare.

Sulla tratta, circolavano vari treni merci, carichi di materie prime, carbone, ferro, ecc., mentre altri erano carichi di vettovaglie, burro, vino, riso, farina, pasta, verdure, ecc.. Quando i treni per il Nord erano pronti, vi erano alcuni audaci che si intrufolavano tra i carri che sapevano carichi di riso. Due facevano il palo, per sorvegliare i movimenti

delle guardie e altri due con un succhiello foravano il pavimento del vagone ed il sacco di riso, per farlo scivolare in una damigiana che poi trafugavano. Anche con il vino seguivano questo procedimento>>.

Ricordi che fanno riflettere:

<<Quando andavo a bere un caffè al bar della stazione, lo servivano senza nemmeno il cucchiaino. Non serviva perché tutta l'Italia era senza zucchero. Lì, a volte, avevo po' di conversazione con dei soldati tedeschi, che parlavano italiano, e che mi chiedevano notizie dell'andamento della guerra. Alla cintura avevano cinque sporte: quattro per le munizioni e nella quinta tenevano gelosamente custodito un po' di zucchero e capitava che, parlando con me, chiedessero alla cameriera un cucchiaino. Ero uno dei pochi che riusciva a bere un caffè zuccherato.

Mi ricorderò sempre quel venerdì nel 1945, in cui sono partito da Milano. Il treno, in genere, era composto da due vetture, una di 3a classe e una mista 2a/3a, oltre al carro carbone. Con mia sorpresa, la manovra mi ha però agganciato 13 vetture supplementari di seconda classe. Ho fin fatto la battuta se l'Italia volesse venderli. Ma subito dopo, ho poi capito perché. Sul piazzale vi era almeno un battaglione di soldati tedeschi, tutti quelli di stanza nella zona, che battevano in ritirata, alla fermata prima del confine riuscii fortunatamente a battermela. La guerra era finita>>.

sommario: ricordi quasi centenari, auguri p.1
Novembre mese della rimembranza p.2
chiedete e vi sarà dato, coroncina d/pivina misericordia, padre nostro liberaci...
invocazioni e preghiera a s.michele,
2008:nuova preghiera a s. giuseppe
crisi? meno spese e tassare i ricchi! p.2
saggezza verità di vita. qualità di scienza
1^ dom.di dic., 1^ di avvento al natale p.2
bic.ricorrenze: l'8 immacolata, 13 s. lucia
con poesia. natale, presepe e simboli p.3
cos'è il natale n/cristianità, e al di fuori.
capodanno, sacra famiglia. sacerdoti p.4
preghiere spirituali dell'infanzia lontana p.5
7^ consigli medici: tumore al testicolo? p.6
1 1^ tumori: 8°) tumore al pancreas p.6
7^ farmaci-medica: ammoniacca p.6
7^ malattie-morbi: acidosi p.6
nuovi: altra occasione persa? ovoluta! p.6
Ai lettori che vogliono collaborare p.6
4^ nutrizione: pesce e molluschi 4^ p.7
Chi lavora è premiato? 3^ di F.Alberoni p.7
pericoli: alcol, droghe. gas monossido p.8
Italia: pubblico impiego 2^, è cosa loro? p.8

MESE DI RIMEMBRANZA E MEDAGLIA MIRACOLOSA

Novembre è il mese della pioggia, delle prime neviccate, della malinconia e rimembranza, del raccoglimento, della riflessione sul senso del vivere e del morire, perché la morte fa parte della vita: ne è la conclusione. Nelle aiuole, vivai e dai fioristi i variopinti colori dei crisantemi ci rammentano le festività di OGNISANTI e di tutti i defunti.

Nei negozi e bancarelle sono messi in vendita i classici dolci: pane e ossi dei morti, ricordo di lontani retaggi quando si metteva nella tomba dei propri cari il cibo per l'ultimo viaggio nell'aldilà.

Tutto questo contribuisce a farci apprezzare la Pietas Christiana, con le celebrazioni e preghiere in suffragio delle anime purganti, nelle chiese, cimiteri e parchi dei caduti.

Il **27 di Novembre** si ricorda pure la ricorrenza del 1830 della Beata Vergine dalle 12 stelle, riportate sulla bandiera dell'UE e sulla MEDAGLIETTA MIRACOLOSA di Santa Caterina Labouré che protegge e aiuta tutti coloro che la portano al collo o indosso. **MILLY**

CORONCINA DIVINA MISERICORDIA
Dettata da Gesù Sacro Cuore
a Santa Faustina Kowalska

S'inizia con: un Padre Nostro, un'Ave Maria (meglio anche un Gloria), il Credo (nella versione breve).

Sui grani del Padre Nostro recitare l'invocazione:

Eterno Padre Ti offro il Corpo, il Sangue, l'Anima e la Divinità del Tuo diletto Figlio e nostro Signore Gesù Cristo. In espiazione dei nostri peccati e di quelli del mondo intero.

Su tutti i grani dell'Ave Maria recitare l'invocazione:

Per la Sua dolorosa Passione abbi misericordia di noi e del mondo intero.

Alla fine ripetere tre volte: Santo Dio, Santo Forte, Santo Immortale, abbi pietà di noi e del mondo intero.

A chi reciterà, anche una sola volta nella vita, la Coroncina della Divina Misericordia, al momento della morte, Dio gli verrà incontro non come Giudice Supremo ma come Gesù Misericordioso e amore infinito.

A proposito della preghiera Padre Nostro, che Gesù Cristo stesso ci ha insegnato ma che, con le varie traduzioni dall'aramaico al greco al latino, nel testo è rimasta un'incongruenza, che la Chiesa, non si sa perché si ostina a tenere, e nemmeno come né perché si è fatto sparire l'amen finale, così efficace, di antichissima tradizione, stupendo e potente per la conclusione musicale canora.

Padre nostro che sei nei cieli, sia santificato il tuo nome, venga il tuo regno,

sia fatta la tua volontà, come in cielo così in Terra.

Dacci oggi il nostro pane quotidiano, e rimetti a noi i nostri debiti, come noi li rimettiamo ai nostri debitori, e non **lasciarci** in tentazione, ma liberaci dal male. Amen.

Anziché: ... non *c'indurre* ..., meglio: ... non **lasciarci** ..., che va bene pure quando è coralmemente cantato.

Il ... non abbandonarci ... (di qualcuno), è troppo lungo e meno efficace.

PREGHIERA A SAN MICHELE ARCANGELO di Papa Leone XIII

San Michele Arcangelo, difendici nella battaglia: sii tu la nostra difesa contro la malvagità e le insidie del diavolo.

Che Dio lo sconfigga! Te lo chiediamo supplichevoli!

E tu, o condottiero della Milizia Celeste, forte della potenza di Dio, ricaccia nell'inferno satana e gli altri spiriti maligni che si aggirano per il mondo a perditione delle anime. Così sia.

INVOCAZIONI A SAN MICHELE

San Michele Arcangelo,
con la tua luce illuminami,
con le tue ali coprimi,
con la tua spada difendimi.

2008: NUOVA PREGHIERA A SAN GIUSEPPE

San Giuseppe padre putativo di Gesù Cristo e sposo di Maria Vergine, che per le tue rinunce hai partecipato alla tua e nostra Redenzione, attraverso la nascita, la vita, morte e Risurrezione di Gesù Cristo nostro Signore.

Per il suo immenso sacrificio della Croce, per le tue e nostre sofferenze intercedi per noi presso il Padre, per mezzo dello Spirito Santo. Amen

(Quella in vigore è troppo lunga, retorica, e anche un po' stucchevole).

CHIEDETE E VI SARÀ DATO
INVOCAZIONI SALVIFICHE

Signore dammi la forza di vivere e anche di morire.

Signore concedimi una buona e santa morte. Amen **MILLY**

SAGGE VERITÀ
PER TUTTI GLI STATI EUROPEI
(Repetita juvant)

Nei periodi floridi si aumentino sia le entrate sia le uscite!

Nei periodi di carestia si riducano le uscite e si tassino i ricchi!

MARCO AURELIO (121-180)
IMPERATORE ROMANO. Filosofo: I Ricordi,
eppure economista e principe illuminato

SAGGE VERITÀ

memento a "prepotenti" e/o falsi moralisti

Siamo fatti tutti della stessa creta!

Frase di Victor Komarovsky rivolto a Lara e Zhivago nel film tratto dall'omonimo romanzo (1957) di Boris Leonidovic Pasternak (1890-1960) scrittore russo, Premio Nobel del 1958.

Sulle ferite di vita provocate dai bastardi
Ormai le pareti del suo cuore sono sottili come carta.

Dal film: Doctor Zhivago

CITAZIONE, SAGGIA VERITÀ

Ovunque mi guardo intorno vedo l'immensità del creatore Dio. **Metastàso**

CITAZIONE, SAGGIA VERITÀ

Dio è un magnifico creatore, ha tratto dal nulla tutto l'ordinamento universale, uomo compreso. **Platone**

QUALITÀ DI SCIENZA E SCIENZIATI

L'umiltà della scienza è la consapevolezza di sapere che scoprirà una o più leggi che ordinano e governano il creato.

Compito della scienza è quello di provare l'esistenza di leggi che non sono ancora state scoperte.

Risultati della scienza: scoprire e confermare ciò che già esiste e che qualcuno ha creato, poiché non c'era. **D.n.Dir.**

PRIMA DOMENICA DI DICEMBRE
1^ DI AVVENTO AL NATALE

A cura di Milly

Con la festa di Cristo Re e della Presentazione della Beata Vergine Maria, ultima settimana di Novembre, termina il vecchio anno liturgico e, quest'anno, con la prima Domenica inizia quello nuovo con il tempo dell'Avvento, dal latino advenire, divenire, il giungere, è l'arrivo di qualcosa o qualcuno, è il tempo dell'attesa, che non è solo (kronos) cronologico, ma per i cristiani anche (kairos) o tempo di grazia. Per 4 settimane prima della Santa Messa domenicale si accende una grossa candela (per 6 settimane precedenti il Natale nel rito ambrosiano), in preparazione alla festa della nascita di Gesù Bambino, del verbo fatto uomo per noi, vero uomo e vero Dio.

È il tempo della Lectio Divina, con la venuta al mondo di Gesù uomo-Dio viene riufrata al genere umano la possibilità del riscatto dalla caduta nel peccato originale, dalla perdita della felicità e dalla condizione terrena, al di sopra, sì, degli animali, ma con aneliti verso l'eternità del bene (o del male), pertanto il ritenere che non esista tutto ciò è alquanto riduttivo e per alcuni: troppo comodo. Sulla Terra, infatti non vi sono né premi né pene adatte per premiare o punire determinati atti, lodevoli o estremamente spregevoli e satanici.

NUTRIZIONE (4a), PESCE (4a):

GUIDA ALL'ACQUISTO: I CROSTACEI

La cosa migliore è acquistarli vivi, ciò avviene spesso per aragoste, canocchie e, meno di frequente, per scampi e gamberi, perché dopo la morte perdono rapidamente acqua riducendo consistenza e peso. Inoltre col tempo prosegue veloce la putrefazione del cibo da loro mangiato e si verifica un rapido annerimento della testa (ove c'è l'apparato digerente).

Se alla base delle zampe o all'interno della testa del crostaceo vedete delle strisce o macchie nerastre, sappiate che l'animale è morto da diverse ore. Se poi prendendo un gambero o uno scampo per la testa trovate che il corpo penzola stanco o si stacca addirittura, significa che il prodotto è stato pescato da diverso tempo.

GUIDA DI ACQUISTO:

I PESCI D'ACQUACOLTURA

Tali prodotti provengono da differenti tipologie di allevamento: **INTENSIVO, SEMI-INTENSIVO ED ESTENSIVO.**

Nel caso di **maricoltura**, allevamento **intensivo** in mare aperto, **i pesci sono alimentati con diete artificiali** e allevati, anziché in vasche, in grosse gabbie galleggianti o sommerse.

Nel caso di allevamento **estensivo**, **gli animali sono seminati allo stato giovanile e si nutrono con le risorse naturali**, come per la vallicoltura e l'allevamento dei molluschi.

In tutti gli altri casi di acquacoltura si fa uso di mangimi e, in quantità minima al bisogno, di farmaci per prevenire le malattie tipiche d'allevamento. Gli eventuali trattamenti sono sempre effettuati sotto il controllo veterinario, nel rispetto delle disposizioni di legge.

I MANGIMI

Per una migliore formazione corporea del pesce allevato, i mangimi per la produzione di pesce sono composti principalmente da **farina e olio di pesce**, in percentuali dal 50 all'80%, quindi non sono sotto-prodotti, ma derivano da pesce fresco non commerciabile, così come le materie proteiche di origine vegetale sono composte per la quasi totalità da farine di soia e, come leganti, da amidi derivati dal frumento.

Per quanto concerne le proteine animali, **ossia le farine di carne, non sono più utilizzate nei mangimi per pesci.**

Le autorità sanitarie competenti effettuano **costanti controlli** su tutti gli impianti territoriali, non solo sul pesce, ma anche sui mangimi, riducendo al minimo il rischio di comportamenti illeciti. Del resto gli stessi operatori sono consapevoli dei gravissimi danni che potrebbero derivare al settore se emergessero delle irregolarità. **Le aziende di mangimi usano solo farine di pesce intero e non scarti di lavorazione.**

UNA SCELTA TRASPARENTE

Nasce dallo sforzo comune di produttori e consumatori e non può basarsi

solo sulle leggi. La nostra ricerca di trasparenza non ci deve trasformare in tecnici che vanno al mercato con strumenti di analisi (il che sarebbe impossibile), ma deve comunque stimolarci a saperne di più per difendere salute e portafoglio.

Un pesce non è migliore dell'altro a priori. In genere i prodotti della pesca, se freschi e ben conservati, danno la massima garanzia di sicurezza. Certo non si può escludere che un prodotto provenga da un'area inquinata. E per questo che dobbiamo chiedere sempre dove è stato pescato e quando.

LE SPECIE PROTETTE

Una migliore conoscenza di ciò che trovate in pescheria saranno d'aiuto anche all'ambiente. In particolare fra le specie che non devono essere pescate né consumate vi sono i **datteri di mare**, molluschi dalla conchiglia lunga e stretta di colore scuro che hanno il proprio habitat nelle rocce calcaree.

La loro cattura e consumo sono vietati dal 1988. La pesca dei datteri di mare causa infatti la distruzione delle rocce sulle quali crescono questi molluschi che impiegano 20 anni per raggiungere la dimensione di 5 centimetri e ben 80 anni per arrivare a 8 centimetri.

L'uso continuo di martelli pneumatici e scalpelli ha procurato devastazioni irreparabili di interi litorali.

Oltre ai datteri di mare, sono specie protette i **delfini e tartarughe**. Per i **bianchetti**, costituiti soprattutto da piccoli di sardina, la pesca e il consumo sono consentiti fra metà gennaio e metà marzo salvo eccezioni previste in alcune regioni. La stessa regola vale per i **rossetti**, piccoli pesci poco più grossi dei bianchetti, che hanno una leggera striatura rossa.

In conclusione, quando si va in pescheria o al ristorante e vi vengono offerti datteri di mare o, al di fuori dei periodi consentiti, i bianchetti e rossetti bisogna rifiutarsi di acquistarli o consumarli, un piccolo sacrificio contribuirà a un grande obiettivo, la difesa dell'ambiente e nostro futuro. **Gisy**

CHI LAVORA CON PASSIONE
NON SEMPRE È PREMIATO

(3a) D/ rubrica: Pubblico & Privato
DI FRANCESCO ALBERONI
Corriere della Sera, 03.07.1995, pag.1

Tutti i rapporti di lavoro sono regolati da contratti secondo cui la retribuzione è proporzionata all'attività svolta. Quando il contratto viene sciolto, dal punto di vista legale nessuno deve nulla all'altro, non ha né debiti, né crediti di riconoscenza.

In realtà gli esseri umani si dividono in due categorie. Quelli che danno di più di ciò che è previsto dal contratto e quelli che danno di meno. C'è gente che, una volta avuto un incarico, si identifica con l'impresa, si spende, si prodiga, è sempre disponibile, studia, osserva, impara,

inventa nuove soluzioni.

Un'altra categoria di persone, invece, pur rispettando il contratto, fa solo il minimo richiesto. Utilizza tutte le ferie, tutti i permessi di maternità o di malattia, stacca nel preciso istante in cui cessa l'orario di lavoro e non vi dedica più un solo pensiero. Non si fa coinvolgere, non studia, non innova.

Entrambi, legalmente, fanno il loro dovere ma, dal punto di vista della vita sociale, fra loro c'è una differenza abissale. Tutte le organizzazioni umane, le imprese, l'esercito, la magistratura, gli ospedali, i centri di ricerca, i ministeri funzionano solo perché esiste il primo tipo di persone.

Sono costoro che trascinano gli altri, correggono i loro errori, risolvono i problemi, affrontano le emergenze, inventano, creano. Molti imprenditori devono la loro ricchezza a poche persone di questo tipo.

E come viene ricompensato questo lavoro estracontrattuale, questo <<di più>> che essi danno liberamente? Non con il denaro, perché i contratti sono gli stessi per loro come per gli altri. In parte viene ricompensato con avanzamenti di carriera. Ma non sempre. Ci sono mansioni che non consentono di diventare dirigente e i massimi vertici vengono coperti con altri criteri. Questi lavoratori vengono ricompensati riconoscendo loro autorevolezza, prestigio, potere. Il padrone ascolta con attenzione il loro parere, i più alti dirigenti li trattano con riguardo, li elogiano pubblicamente. Sono come quei soldati carichi di medaglie che pure il generale guarda con rispetto.

Ma sono tutti riconoscimenti informali, affidati ai rapporti fra persone, al ricordo. Mentre le imprese sono entità che si rinnovano. Arrivano nuovi proprietari che portano persone di loro fiducia, nuovi dirigenti che non sentono alcun debito di riconoscenza nei loro riguardi. Vengono introdotti cambiamenti organizzativi che rendono inutile il loro lavoro. Se uno ci resta male, se si lamenta, gli ricordano che nessuno gli deve nulla, che ha fatto solo il suo dovere. E che gli altri rispettano il contratto.

Quasi tutte le persone che, nella loro vita, hanno contribuito in modo decisivo al successo di un'impresa, presto o tardi fanno questa amara esperienza di ingiustizia e di ingratitudine. E si domandano se non avrebbero fatto meglio ad agire come gli altri, a farsi pagare in denaro sonante, o a pretendere promozioni ufficiali, invece di accontentarsi delle parole di elogio, della stima, del rispetto. Perché il denaro resta, mentre il merito viene dimenticato.

Eppure questo rimpianto, dal punto di vista morale, è sbagliato. Il nostro scopo nella vita è di fare, creare, spingere avanti il mondo anche se non ne ricaviamo vantaggio e se non otteniamo riconoscenza. Una leggenda ebraica racconta che Dio conserva in vita la Terra solo per i meriti di 36 giusti, che nessuno conosce. La sfera morale ha una sua logica, una sua gerarchia e i suoi valori che vivono eterni, al di là della ricchezza e del successo.

CONSIGLI MEDICI (7a):

RISCHIO TUMORI AL TESTICOLO

Sono una mamma in ansia per il rischio tumori al testicolo, mio figlio adolescente ha notato delle leggere tracce di sangue nelle urine e nello sperma ed è alquanto dimagrito, anche se mangia con appetito.

Grazie. Cordiali saluti. Marina

Nostra risposta: Tali perdite potrebbero essere causate da una rottura dei capillari, ma essendo in presenza di un dimagrimento anomalo, è più probabile che abbia avuto o abbia ancora in corso un'infezione batterica o virale.

Si rivolga al suo medico di base per la prescrizione degli esami del sangue, sperma e urine, complete di urinocoltura; in caso di ritardo degli esiti o in presenza di dubbi, dovrebbe prescrivere un antibiotico ad ampio spettro d'intervento, che risolverà il problema di suo figlio.

Siccome, il tumore al testicolo è molto raro, solo dopo aver praticato la terapia descritta, senza risultati, potrà rivolgersi a uno specialista per iniziare gli esami oncologici. Auguri.

PREVENZIONE DEI TUMORI (11a)

A cura del Dott. Sandro Barni Edit. Amici di Gabry e di una Banca con note ns/ servizio informazioni

(8^) TUMORE DEL PANCREAS

Epidemiologia:

* Costituito, in maggior parte da adenocarcinomi, che insorgono perlopiù in soggetti anziani, fra i 60 e i 70 anni; colpisce in modo pressoché uguale, sia gli uomini che le donne, è al 6° posto nella mortalità tumorale e comunque ha un decorso estremamente subdolo.

Cause:

Fumo di sigaretta; consumo eccessivo di alcolici; diete con alti contenuti di grassi; esposizione professionale a sostanze chimiche cancerogene.

Cosa possiamo fare?

° Smettere subito di fumare e di bere alcolici; evitare i cibi con troppi grassi saturi; cambiare mestiere.

Diagnosi precoce:

* In quasi due terzi dei casi la diagnosi avviene così tardivamente da rendere inutile qualsiasi terapia.

Segni o sintomi:

° I tumori della testa del pancreas s'infiltrano anche nelle vie biliari, la cui progressiva ostruzione provoca un ittero che si aggrava nel tempo.

° Per i tumori delle altre porzioni del pancreas, in genere i sintomi sono un dolore sordo addominale che spesso si irradia alla schiena.

° In ogni caso lo sviluppo del tumore, generalmente, si accompagna a perdita di peso, debolezza o astenia.

Note e terapia:

* Per i tumori iniziali e localizzati è indi-

cata la resezione chirurgica.

* In presenza di carcinomi avanzati è possibile tentare con interventi di chirurgia palliativa di ridurre l'ittero o i sintomi dolorosi (in pratica non servono a nulla).

* Inefficace è la chemioterapia e di modesto aiuto la radioterapia (chissà quando scienza e medici interverranno a monte, ossia meno ormoni: estrogeni e testosterone, vitamine e chimica nei cibi e medicine). - SEGUE N° 136 -

FARMACIE E MEDICAMENTI (7a):

AMMONIACA

PROPRIETÀ: L'ammoniaca è un gas composto di azoto e idrogeno (NH₃), impiegato in soluzione acquosa (che risulta alcalina).

Se non diluita ha forte azione tossica e i vapori provocano irritazione dolorosa agli occhi, tosse, vomito. A contatto diretto con la pelle provoca bruciore e corrosione dei tessuti cutanei.

L'ammoniaca è presente in piccole quantità nell'organismo umano come derivato della trasformazione delle proteine. Nei soggetti sani viene trasformata nel fegato in urea ed eliminata con le urine.

Di contro, la sua presenza nel sangue (ammoniemia) indica un'insufficienza epatica ed è responsabile di disturbi, anche gravi, di tipo neurologico.

Uso della soluzione medica diluita:

1) per la cura subitanea delle punture d'insetti, specie vespidi;
2) miscelata a metà con acqua di mare per il trattamento immediato delle parti urticate da contatto con le meduse.

EFFETTI COLLATERALI POSSIBILI:
Vertigini, nausea, tosse.

CONTROINDICAZIONI:

Pericolosa per gli occhi, mucose e ferite; non va assolutamente ingerita: pericolo di morte. - SEGUE NEL 136 -

MALATTIE E MORBI (7a):

ACIDOSI

Malattia con elevata concentrazione di acidi nel sangue, ossia disturbi causati dall'alterazione del loro normale equilibrio; può essere di due tipi:

1) *respiratoria* (infezioni o malattie polmonari e intossicazioni) ed è dovuta alla difficoltà di espellere attraverso i polmoni quantità adeguate di anidride carbonica, che pertanto si accumula nel sangue, ove si scioglie formando acido carbonico: come nell'asma bronchiale e in malattie con restringimento delle vie respiratorie;

2) *metabolica* (diabete, nefropatie) ed è causata da un aumento della produzione di sostanze acide, come nel diabete mellito non controllato, nel caso di digiuno prolungato e d'insufficienza renale (per cui si riduce l'eliminazione di acidi nelle urine).

SINTOMI: difficoltà respiratorie, forte

dimagrimento, diarrea, febbre elevata.

DIAGNOSI: esami del sangue e urine.

TERAPIA FARMACOLOGICA:

Nell'acidosi, oltre, ovviamente alla cura del disturbo che ne è la causa diretta (asma, infezioni e malattie polmonari, e/o diabete), la somministrazione di sostanze alcaline (antiacidi come citrato di sodio o potassio).

CURE ALTERNATIVE, fitofluidi:

1) **asma:** Fumaria, Issopo; 2) **diabete:** Bardana, Eucalipto, Piantaggine, Polmonaria. - SEGUE N° 136 -

IN ARRIVO NUOVE EURO-BANCONOTE
DI ADRIANO POLI

La Banca Centrale Europea ha presentato le nuove banconote in euro, altra occasione persa, ancora volutamente? Ovviamente: Sì! Già nel titolo si evince che balla il manico: non B.Federale o BFE, ma BCE e la sua sede fisica Francoforte sul Meno, già denunciava il padrone, ovvero dove, guarda caso, è ubicata anche la banca centrale tedesca o Bundesbank.

Di contro Bankitalia (che tutti pensano che sia ciò che dice il suo nome) non è più la banca dello Stato Italia ma è una banca privata con sede alle Cayman ed è di proprietà totale delle 4 Banche private italiane (Bankintesa, Imi S. Paolo, Unicredit e l'insolvente Monte dei Paschi, tutte a controllo dei politici e imprenditori di sinistra-centro, e per il 5,2% dell'Inps, ente di previdenza).

Mentre la destra-centro non ha nulla, da Mediolanum che conta meno di zero, e sia per incapacità che per disonestà, vedasi il concordatario fallimento della banca di proprietà della "onesta" padania: crediteuronord, alla faccia di "Roma ladrona", degli ingenui bovini del dio Po e di "SPQR", ossia: "sono porci questi romani", di legaiola bossiana memoria.

A conferma, il cambio lire 1.936,27 = 1 euro, anziché max 1.500 lire = 1 euro, se rapportato a un marco = 1 euro, fu una truffa verso l'Italia. Inoltre, altra fregatura l'aver coniato il 50 cent., l'1 e il 2 euro in metallo, invece, che di carta, creando un falso senso di calo di valore reale, come, infatti, si verificò.

Le prime che, verranno messe in circolazione all'inizio di Maggio 2013, saranno quelle da 5 Euro, quindi via, via, quelle da 10, 20, 50, 100, 200, 500, diluite negli anni, con lo stesso sistema usato per i dollari americani.

Di quelle cartacee, meglio tardi che mai, appunto da 50 cent., da 1 e da 2 euro neppure l'ombra, risparmiando pure milioni di euro in metallo, pertanto altra occasione persa dagli economisti da quattro soldi per i cittadini e milioni di euro di stipendi e pensioni per loro.

A TUTTI I LETTORI

Inviateci vostre poesie, novelle, proverbi, articoli, critiche, e fatti di malagiustizia o malasanità, li pubblicheremo con o senza firma, in base ai vostri desideri.

8 DIC.: L'IMMACOLATA

In questo giorno la Chiesa cattolica festeggia il dogma (istituito 153 anni fa) dell'Immacolata Concezione, confermato nelle Apparizioni di Lourdes, ossia della Madre di Gesù e nostra, destinata a schiacciare la testa a Satana, alla faccia dei vari sacerdoti che, con superficiale incoscienza, affermano che non c'è più l'inferno e neppure il diavolo, o che comunque verrà convertito pure lui dalla Misericordia Divina (tanto è un povero diavolo), e che beffeggiano i loro confratelli esorcisti. Guai a parlare dei 4 Novissimi: Morte; Giudizio; Inferno; Paradiso; che sono optional, c'è "invero" una via di mezzo che accoglierà tanto i buoni quanto i loro superbi persecutori e sfruttatori, già perdonati e assolti, senza la loro richiesta, pentimento e risarcimento, da chi si è sostituito a Dio.

13 DIC.: SANTA LUCIA

In questo giorno si festeggia il ricordo della martire cristiana (Siracusa ca. 283-304), venerata come protettrice della vista, in quanto prima di ucciderla le vennero strappati gli occhi. Nella notte più lunga dell'anno, tra la vigilia e la festività, è antica usanza in alcune zone del Nord-Italia e pure in Ticino di "premiare" i bimbi buoni con giocattoli, dolci, statuette del Presepio, addobbi natalizi e regali utili.

POESIA POPOLARE

A cura di Milly

Santa Lucia bella,
dei bimbi sei la stella,
nel mondo vai e vai
e non ti stanchi mai.
Porti confetti e doni
a tutti i bimbi buoni.

Così tutte le finestre,
anche le più piccine,
anche le più lontane,
in questa notte d'oro,
avranno il loro tesoro.

NATALE: IL SIGNIFICATO
E I SUOI SIMBOLI DI FESTA

(con i nostri migliori auguri)

Il Natale è il ricordo della nascita del Bambino Gesù: il Cristo, il Figlio di Dio che per opera dello Spirito Santo è nato da Maria, con sembianze e sentimenti umani, è l'affermarsi delle profezie, è la base fondante del credo cristiano, da quell'evento straordinario il mondo non è stato più lo stesso, l'umanità ha ricevuto il dono della possibilità del suo riscatto dal peccato, per l'eternità.

IL PRESEPIO

Sono gli evangelisti **LUCA** e **MATTEO** i primi a descrivere la Natività, nei loro brani c'è già tutta la Sacra rappresentazione che nel medioevo prenderà il nome latino di praesepium, ossia recinto chiuso, mangiatoia. Si narra infatti dell'umile nascita di Gesù, come ripor-

ta Luca, "in una mangiatoia perché per essi non c'era posto nell'alloggio" (Lc 2,7); dell'annunzio dato ai pastori e ai Magi venuti da oriente seguendo la stella per adorare il Bambino che i prodigi del cielo annunciano già re (Mt 2,1-12).

Questo fatto colpisce la fantasia dei paleocristiani rendendo loro meno oscuro il mistero di un Dio che si fa uomo e li sollecita al trascendente: la divinità dell'infante e la verginità di Maria.

Così si spiegano le effigi parietali del III sec. nel cimitero di **Sant'Agnese** e nelle catacombe di **Pietro, Marcellino e Domitilla** in Roma, che ci mostrano una Natività e l'adorazione dei Magi, ai quali il vangelo apocrifo armeno assegna i nomi di **Gaspere, Melchiorre e Baldassarre**, ma soprattutto si caricano di significati allegorici i personaggi dei quali si va arricchendo l'originale iconografia

Il bue e l'asino, furono aggiunti da **ORIGENE**, interprete delle profezie di **Ababuc e Isaia**, divengono simboli del popolo ebreo e dei pagani.

I Magi, il cui numero di tre fissato da **SAN LEONE MAGNO**, ne permette una duplice interpretazione, quali rappresentanti delle 3 età dell'uomo: gioventù, maturità, vecchiaia e delle 3 razze umane: semitica, camitica, giapetica, secondo il racconto biblico. Anche i doni dei Magi rappresentano le due nature di Gesù: l'incenso, per la sua Divinità; la mirra, per essere uomo; l'oro perché dono riservato ai Re. gli angeli sono esempi di creature superiori; i pastori sono l'umanità da redimere.

Infine, Maria e Giuseppe rappresentati, a partire dal XIII secolo, in atteggiamento di adorazione proprio per sottolineare la regalità del Bambino Gesù.

Il Presepio come lo intendiamo e vediamo realizzarsi oggi, secondo la tradizione, ha origine nel 1223 nell'Eremo di Greccio, in Umbria, dal desiderio di **SAN FRANCESCO** di far rivivere in uno scenario naturale la Divina Nascita; e che per la prima volta arricchì la Messa di Natale con un presepio vivente, episodio magistralmente dipinto da **GIOTTO** nell'affresco della Basilica Superiore di Assisi, mentre quello con le tradizionali statuine fu costruito, qualche tempo dopo, dalle suore del convento di Santa Chiara d'Assisi.

L'ALBERO DI NATALE

Verso il secolo XI, nell'Europa del Nord, si diffuse l'uso di allestire sacre rappresentazioni o misteri, che proponevano avvenimenti della Bibbia.

Nel periodo d'Avvento, quella più richiesta era legata al brano della Genesi sulla creazione, e per simboleggiare l'albero "della conoscenza del bene e del male" del giardino dell'Eden, data la regione nordica e la stagione invernale, si ricorreva a un abete sul quale si appendevano dei frutti. Da quell'antica tradizione si giunse, via, via, all'Albero di Natale dei nostri giorni, e di cui si ha una prima documentazione certa scritta in Alsazia e risalente al 1512.

L'abete natalizio, gradatamente, as-

sunse il significato della figura illuminante di Gesù Cristo, il Salvatore, che ha sconfitto le tenebre del peccato, per questo si è incominciato ad adornarlo di luci e addobbi brillanti, a fianco del Presepe.

CERO DI NATALE

La sua fiammella nelle case e Chiese è il simbolo di Gesù, la vera luce che illumina l'umanità: "Lui è la luce nata nel mondo", sono le parole della liturgia. In Francia e Gran Bretagna è tradizione accendere 3 ceri fusi alla base, in adorazione della Santa Trinità.

CEPPO DI NATALE

Soprattutto in passato, nella notte di Natale, si accendeva nel camino di casa un gran ceppo di abete per rendere più confortevole e caldo l'ambiente, in segno di ospitalità e di accoglienza alla venuta di Gesù Bambino, Figlio di Dio Padre, fattosi uomo per noi. Ma pure oggi, nelle abitazioni dove c'è un camino (e non sono poche), e negli incontri natalizi sulle piazze di molti paesi, si brucia il ceppo di abete, accompagnando il caratteristico, nostalgico e ancestrale calore della fiamma all'esterno del corpo, con quello interno dovuto ad una buona tazza di **vin brûlé**.

CORONA D'AVVENTO

Il suo uso è da collegarsi agli antichi riti pagani della luce germanico-pre-cristiani, che si celebravano nel mese di Yule (Dicembre). Nel XVI secolo si diffuse tra i cristiani divenendo simbolo del periodo pre-natalizio.

È un cerchio realizzato con foglie di alloro e/o con rametti di abete, agrifoglio e pungitopo (il loro colore verde simboleggia la speranza e la vita), e assieme ai 4 ceri, viene posta presso l'Altare nelle 4 settimane precedenti il Natale (per il rito Romano e 6 per quello Ambrosiano), ogni Domenica se ne accende uno. Per antica tradizione, un cero è dei profeti, l'altro di Bethlemme, uno è dei pastori e uno degli angeli.

La Corona coi 4 ceri, all'interno delle case è posta sotto l'albero, oppure appesa a un lampadario; l'accensione dei singoli ceri è accompagnata da una preghiera, e si conclude con un canto alla Madonna, Madre di Gesù e nostra.

LA <ROSA DI NATALE>

L'Helleborus è una pianta che cresce spontaneamente nelle zone di montagna ma si acclimata con facilità anche in pianura e aree temperate, i suoi fiori sboccano in pieno inverno.

Per tale caratteristica, una sua varietà, l'Helleborus niger, è conosciuta come Rosa di Natale, quest'ultima presenta un rizoma quasi nero e grandi fiori bianchi a 5 petali sfumati al rosa.

LA <STELLA DI NATALE>

Questa pianta arbustiva Euphorbia pulcherrima, chiamata pure Poinsettia, della specie Euforbiacee, deve la sua bellezza al colore rosso vivo delle grandi batterie fogliari a forma appunto di stella, fiorisce da Dicembre a Marzo, è **bella** MA VELENOSA. - Segue PAG.4 -

COS'È, ANCHE, IL NATALE

Il Natale è nostalgia, ricordi, rimpianti, emozioni, momenti più o meno felici, nevicate, gelate, freddo, speranze, fiducia, è aria magica, è l'incanto di musiche sacre e profane che ci ricordano la nostra infanzia, quella dei nostri figli, è bello pensare che c'è qualcuno, il Bambino Gesù, che ogni anno nasce per noi, per cui, almeno in questa occasione frequentare le Chiese, confessarsi e comunicarsi, col proponimento, che sarà da noi più o meno mantenuto di essere o diventare più buoni e umani.

CRISTIANITÀ DEL NATALE

Nella civiltà cristiana, specie cattolica, il bello e utile gesto dello scambio e dell'offerta dei regali, in particolare nei confronti dei poveri, disadattati, carcerati, profughi e immigrati è proseguito ed è sempre stato praticato, come quello gentile e affettuoso, a fondo religioso, morale ed educativo, dei DONI portati da Santa Lucia, Gesù Bambino, San Nicolao e dai 3 Re Magi, ai bimbi "buoni", almeno nel periodo pre-e-natalizio fino all'Epifania, oppure da pezzetti di carbone a quelli "cattivi" (poi divenuti dolcetti), eppoi via, via, a tutti, purtroppo, senza distinzione né meriti.

Attualmente, noi tutti dobbiamo tenere alti questi nostri valori religiosi e culturali europei e occidentali, sia se siamo cattolici o protestanti, atei praticanti o agnostici, e non lasciarci raggrare dalle figure consumistiche o peggior miscredenti sostitutive, surrogati di fantasia, inventati e fuorvianti, quali babbo natale o peggio la befana (da befanìa o brutta festa), o dai cattivi insegnanti che nelle scuole non parlano e non mettono alcun segno cristiano, con la scusa della loro laicità o di non offendere i bambini di altre culture (non sapendo che questi vogliono conoscere la nostra, e che per i musulmani Gesù e Maria sua madre sono profeti coranici), e peggio da quei sacerdoti falsi profeti che si comportano in modo identico o, più grave, che favoriscono e finanziano la costruzione di moschee, donando oratori dimessi, perfino chiese sconsacrate (azioni proibite da tutti i Papi, Benedetto XVI compreso, e dai Vescovi diretti superiori dei preti). **Idiosincrasie! Ignoranza! Vergogna! Disobbedienza!**

Non conoscendo, i tapini, politici, religiosi e laici ideologico-partitici, che tali fabbricati col suolo su cui sorgono, per l'Islam sono considerati per sempre musulmani, e che sono luoghi, oltre che religiosi e di scuola coranica, soprattutto politici e giuridici, e quindi godono di privilegi extraterritoriali.

Di più, tutti i sacerdoti, suore religiosi e cattolici cosiddetti osservanti, simpaticizzanti islamici o peggio che ritengono che costoro, per la loro religiosità possano essere o diventare i nuovi cristiani (non sapete di essere già islamici, come previsto da una sunna: "incoltate in essi il dubbio"), quando l'Islam teologicamente con Gesù Cristo-Dio non ha nulla in

comune, indi siete disobbedienti del Papa e dei Vescovi, e palesemente ignoranti per non avere mai letto né il corano, né la sira (ovvero la biografia islamica sul loro profeta Maometto) né i loro libri storiografici, inclusi quelli dove si afferma che fu Paolo ad inventarsi un Cristo, suo personale e quindi tutto il cristianesimo; sono quelli che definiscono il Gesù Crocifisso (per loro un'altra invenzione paolina): "il mortino perdente, ... come voi che non fate più figli".

Prima di parlare, esprimere pareri, tesi e di agire a vanvera, leggete, istruitevi sui libri, anche Sacri delle culture altrui, e, inoltre, e in modo più efficace e conoscitivo, parlate, dialogate, discutete coi portatori di valori religiosi e identitari diversi dai nostri, e avrete spesso delle sorprese negative sul loro sentire collettivo, perché a livello personale vi possono essere degli atteggiamenti moderati, tolleranti e di buon senso, che essi stessi confermeranno, ovvio se avete un rapporto non superficiale, anche se può essere occasionale:

1) "Sì! Tu sei buono, sei tollerante, non fai del male a nessuno, ma se arriva l'ordine di uccidermi, tu esegui, lo fai"; e vedrete la sua difficoltà a rispondere, e nei suoi occhi la sorpresa del vostro sapere sull'Islam (o sull'induismo).

2) "Noi possiamo, pur essendo stati battezzati e conoscendo, magari bene, la Bibbia e il Vangelo, criticarne o accettarne contenuti e dogmi per mezzo della ragione, e nel contempo leggere altri testi Sacri, Corano incluso, conoscere altre religioni, induismo, buddismo, criticarle, dividerle o dividerne adepti, a voi musulmani e indu, non solo vi è proibito ma una vostra apostasia è punita con la morte". **"E vero!"**.

3) "Nei vostri testi Sacri la donna è stata creata da Dio inferiore all'uomo e tale è considerata e trattata"; e vedrete che, dopo aver negato, risponderanno: **"Sì è vero, è proprio così!"**.

4) "Tu hai, anche, sposato una donna non musulmana, ma se una tua figlia sposasse un cristiano tu la sgozzeresti?"; e non avrete una risposta, ma solo un imbarazzante silenzio o peggio.

5) "Perché siete qui?": "Voi avete tradito le Scritture e non fate più figli, e noi con le alte nascite vi conquisteremo".

6) "Con democrazia e modernità sarete integrati". "Le useremo contro di voi". Sveglia: politici, manager, atei e preti "buonisti" inclusi (ingenui, o idioti? Come vi e ci ritengono quei cristiani sia turchi, arabaici, siriani, kosovari, bosniaci, albanesi sia serbi, costretti a fuggire dai loro Paesi perché non musulmani e, ormai anche da decenni, profughi qui da noi), in quanto più o meno consapevolmente e sicuramente con interessi di bottega sottostanti ma molto palesi, ci stante portando in casa il cavallo di Troia.

CAPODANNO: SACRA FAMIGLIA

Per la stragrande maggioranza dei cittadini, il 1° dell'anno è solo una festa del riposo, dopo i fuochi artificiali e la nottata di festa, per l'addio a quello vec-

chio e di benvenuto per quello nuovo, e magari di bagordi, anche esagerati, cercando di esorcizzare la salute e la vita, nella speranza della felicità che, sovente, non si ottiene.

Mentre, per altri, **la minoranza**, è la festività religiosa, un po' dimenticata, della Sacra Famiglia, quella di San Giuseppe, di Maria Vergine e di Gesù Bambino, quale esempio di Santa serenità per le nostre umane famiglie, quali piccole Chiese domestiche.

RUBRICA DI PREGHIERE

A cura di Milly

In questa era pseudo-moderna, senza Dio, dove trionfano il potere, il danaro, i privilegi delle caste, la loro corruzione, le ruberie e l'evasione fiscale, dobbiamo pregare affinché si moltiplichino le vocazioni di sacerdoti buoni e bravi, e che si mantengano tali quelli già al servizio di Dio e dell'uomo, in modo che evangelizzando e santificando, salvino se stessi, denunciando e combattendo pubblicamente i mali e peccati reato corporativi del nostro tempo.

PREGHIERA PER I SACERDOTI

O Dio onnipotente ed eterno, degnati di guardare il volto del Tuo Cristo, l'eterno Sommo Sacerdote e, per amore di Lui, abbi pietà dei Tuoi sacerdoti.

Ricordati, o Dio misericordioso, che anch'essi sono deboli e fragili creature. Mantieni acceso in loro il fuoco del Tuo amore. Conservali a Te vicini, affinché il demone nemico non prevalga contro di loro e non siano mai indegni della loro sublime vocazione.

O Gesù! Io Ti prego per i Tuoi sacerdoti fedeli e fervorosi, per quelli tiepidi ed infedeli; per i Tuoi sacerdoti che lavorano in mezzo a noi o nelle "lontane missioni", o che Ti pregano nei conventi; per i Tuoi sacerdoti che sono nelle tentazioni e nel dubbio, per quelli che sono stanchi, nella solitudine e abbandonano, perché abbiano fiducia in Gesù e Maria, e ritrovino la forza di ascoltarci e consolarci; per i Tuoi sacerdoti giovani o anziani, affinché riscoprano il valore della confessione; per quelli ammalati o agonizzanti; per le anime che soffrono nel purgatorio; un sacerdote Santo porta in cielo molti fedeli.

Ma soprattutto io Ti raccomando i sacerdoti che mi sono più cari: quello che mi ha battezzato; che mi ha preparato alla mia prima confessione e Santa Comunione, quelli che negli anni mi hanno assolto dai peccati; che durante le Sante Messe mi hanno dato nell'Eucaristia il Tuo Corpo e il Tuo Sangue; quelli che mi hanno insegnato e istruito nel Vangelo; che mi hanno incoraggiato e consigliato; quelli a cui mi unisce un debito di gratitudine, cosipure quelli che sono legati ai soldi e al potere; anche quelli arroganti che si sono rifiutati di aiutarmi, che non mi hanno ascoltato, né consigliato, né consolato e che mi hanno abbandonato. **Amen**

PREGHIERE SPIRITUALI DELLA MIA INFANZIA MILLY

PREGHIERA ALL'INIZIO DELLA SANTA MESSA

Signore, io ti offro questo Santo Sacrificio della Messa per 4 fini:

- 1) Per onorare Dio;
- 2) Per ringraziarlo dei suoi benefici ricevuti;
- 3) Per l'espiazione dei miei peccati commessi;
- 4) Per ottenere le grazie necessarie per l'anima e per il corpo, per me e familiari, e in sollievo e suffragio delle anime sante del Purgatorio.

PREGHIERA AL LAVARE DELLE MANI

Purifica o Signore le mani del tuo ministro, purifica il suo e il nostro cuore.

PREGHIERA ALL'ELEVAZIONE DELL'OSTIA

Signor mio e Dio mio, ti adoro Ostia Sacrosanta, corpo innocentissimo del mio Gesù, per me inchiodato sulla Croce, sii sempre il cibo dell'anima mia, in vita, in morte, per tutta l'eternità.

PREGHIERA ALL'ELEVAZIONE DEL CALICE

Signor mio e Dio mio, ti adoro sangue preziosissimo del mio Gesù che hai versato con tanto amore e con tanto dolore, abbi pietà di me.

Non permettere che io perda l'anima mia che tanto ti è costato per salvarla. Fai che nel giorno del giudizio, questo Santo Sacrificio della Messa, per tua misericordia non mi sia di condanna.

PREGHIERA PER I DEFUNTI

Ricordati o Signore delle anime dei nostri morti che ci hanno preceduto col segno della Fede e dormono nelle loro tombe il sonno della pace.

A loro o Signore e a tutti quelli che riposano in Cristo, ti preghiamo di concedere un luogo di refrigerio, di luce e di pace. Per Cristo nostro Signore, Amen.

Ed anche a noi che pur essendo tanto miseri e peccatori, osiamo ancora sperare nella tua infinita misericordia, degnati o Signore di concederci un posto insieme coi tuoi Santi in cielo. Così sia.

PREGHIERA PER LA COMUNIONE SPIRITUALE

Credo mio buon Gesù che tu sei presente nel Santissimo Sacramento dell'Altare, ti amo sopra ogni cosa e ti desidero nell'anima mia, giacché ora non posso riceverti sacramentalmente, vieni almeno spiritualmente nel mio cuore. **PAUSA** Come già venuto io ti abbraccio e mi unisco tutta a te, non permettere che io abbia a separarmi mai più da te, ma viva sempre nella tua grazia.

PREGHIERA PRIMA DELLA BENEDIZIONE FINALE

Scenda copiosa o Signore la tua bene-

dizione su di me e su tutti i miei cari, ci conforti nelle pene e ci protegga da ogni male.

PREGHIERA A GESÙ

Cuore Divino di Gesù, io ti offro, per mezzo del cuore immacolato di Maria, le preghiere, le azioni, i patimenti miei di questo giorno, in riparazione di tante bestemmie per le quali è oltraggiato il tuo Santo Nome, in sollievo e suffragio delle anime sante del Purgatorio. Cuor di Gesù tu sai, cuor di Gesù tu puoi, cuor di Gesù tu vedi, cuor di Gesù provvedi, cuor di Gesù pensaci tu, cuor di Gesù confido in te.

PREGHIERA A MARIA SANTISSIMA

Vergine Maria, a te che hai il cuore di mamma noi ci rivolgiamo. Abbiamo soventemente sbagliato, ma sentendoci ancora tuoi figli osiamo mettere sul tuo labbro l'umile nostra preghiera. Parla tu, in nostro favore al tuo figlio Gesù, dal suo cuore Divino ottienici il misericordioso perdono delle nostre colpe, e quelle grazie necessarie per poter perseverare nel bene e meritarcene di venire a lodarti con Gesù in cielo. Così sia. Sacro cuor di Gesù fa che t'ami sempre più. Sacro cuore di Maria sii la salvezza dell'anima mia.

- Indulgenza di 300 giorni, con approvazione ecclesiastica.-

PREGHIERA ALLA MADONNA ADDOLORATA

Maria Addolorata, colomba immacolata ai piedi della croce prega Gesù per noi che ricorriamo a te, e per la conversione dei poveri peccatori e per le anime sante del Purgatorio.

PREGHIERA ALLA VERGINE MARIA

Vergine dolcissima veglia sul mio capo (sui miei cari) e sulla mia casa, difendimi da ogni peccato e da ogni pericolo. Custodisci la mia purezza (e la mia fede), aiutami a compiere anche oggi con fedeltà il mio dovere e fa che questa mia giornata sia scritta in cielo. Guida la vita mia, dolce Maria, guida la vita mia al tuo (figlio) Gesù.

PREGHIERA ALLA SACRA FAMIGLIA PER UNA BUONA MORTE

Gesù, Giuseppe e Maria, vi dono il cuore e l'anima mia.

Gesù, Giuseppe e Maria, assistetemi nell'ultima mia agonia.

Gesù, Giuseppe e Maria, spiri in pace con voi l'anima mia. E così sia.

PREGHIERA A SAN GIUSEPPE

San Giuseppe, padre putativo di Gesù Cristo, sposo di Maria Vergine e Madre, prega per noi che ricorriamo a te, e per i poveri agonizzanti di questo giorno, di questa notte e di questo momento. Così sia.

SUPPLICA SALVIFICA

Signore pietà, Cristo pietà, Signore abbi pietà di me, dammi la forza di vivere e

anche di morire. Signore perdona i miei peccati. Amen

PREGHIERA DEL MATTINO

Ti adoro, mio Dio, ti amo con tutto il cuore, ti ringrazio di avermi creato, redento, fatto cristiano, conservato in questa notte.

Ti offro le azioni della giornata, fa che siano tutte secondo la tua Santa Volontà, e per la maggior gloria tua preservami dal peccato e da ogni male.

La grazia tua sia sempre con me e con tutti i miei cari. Amen. Signore dammi una giornata serena e un lavoro tranquillo. Così sia.

PREGHIERA DELLA SERA

Ti adoro, mio Dio, ti amo con tutto il cuore, ti ringrazio di avermi creato, redento, fatto cristiano, conservato in questo giorno.

Perdonami il male che oggi ho commesso, se qualche bene ho compiuto, accettalo. Custodiscimi nel riposo e liberami dai pericoli.

La grazia tua sia sempre con me e con tutti i miei cari. Amen.

Signore dammi una notte serena e un riposo tranquillo. Così sia.

PREGHIERINA DI BIMBI

Bambino Gesù fammi bello/a, fammi buono/a, fammi bravo/a come vuoi tu Bambino Gesù.

PREGHIERA DI SUFFRAGIO

Eterno Padre ti offro il corpo e il sangue, l'anima e la divinità del tuo diletto Figlio Signore nostro Gesù Cristo, in espiazione dei nostri peccati e in suffragio delle anime sante del purgatorio.

Anime sante, anime purganti pregate Id-dio per noi come noi preghiamo per voi, affinché siate presto nella gloria eterna del Santo Paradiso. Amen.

BREVE RIFLESSIONE

Chi prega si salva! Chi non prega si dannava! La vita è breve! La morte è certa! Del morir l'ora è incerta. Un'anima sola si ha, se si perde che sarà? Presto finirà questa vita che hai, ma l'eternità non finirà giammai!

PREGHIERA DI PENTIMENTO

O Gesù d'amore acceso non ti avessi mai offeso. O mio caro ed amato buon Gesù, con l'aiuto della tua Santa Grazia, non ti voglio offendere mai più, perché ti amo sopra ogni cosa. Gesù mio misericordia perdonami.

ATTO DI DOLORE

Mio Dio, mi pento e mi dolgo con tutto il cuore dei miei peccati, perché peccando ho meritato i tuoi castighi, e ancor più perché ho offeso te infinitamente buono e degno di essere amato sopra ogni cosa. Propongo, col tuo Santo aiuto, di non offenderti mai più e di fuggire le occasioni prossime di peccato. Signore, misericordia perdonami.