

MADRE MARIA CONSIGLIA ADDATIS

UN ROVETO DI CARITÀ





Rivista trimestrale della
Congregazione delle
Suore Serve di Maria Addolorata

Via Portaromana, 51
84015 Nocera Superiore (SA)
Tel. e Fax 081.933184
C.C.P. N. 21312848
www.smanocera.org

Direttore responsabile
Anna Agnese Pignataro

Hanno collaborato
Tina Anid
Valeria Cotis
Diesse
Suor M. Agnese Pignataro

Pubblicazione registrata:
Trib. di Roma, n. 610/99
del 14.12.99

Poste Italiane S.p.A.
Spedizione in abbonamento postale
D.L. 353/2003
(Conv. in L. 27/02/2004 n. 46)
Art. 1, Comma 2 - DCB Roma

Stampa
Mengarelli Grafica Multiservice srl
Via Cicerone, 28 - 00193 Roma
Tel. 06.32111054 - Fax. 06.32111059
art@mengarelligm.it

Finito di stampare nel mese di dicembre 2018

SOMMARIO

Anno XX n. 4 • Ottobre - Dicembre 2018

EDITORIALE	3
PRIMO PIANO	4
NEL MONDO DEI VANGELI	6
MARIA MADRE DELLA CHIESA...	8
LE VIRTÙ	10
LA SUA MEMORIA È UNA BENEDIZIONE	12
SEMI DI SAPIENZA	14
L'ANGOLO DELLA SALUTE	15
VITA DI CASA NOSTRA	16
GLI AMICI CHE CI HANNO LASCIATO	19
IN VETRINA	20
PER RIDERE	21
GRAZIE...	22

Buon Natale!



La Redazione

Cari amici

PERCHÉ GESÙ “CI SOVRASTA”

La conclusione dell'anno liturgico con la contemplazione di Cristo Re e il tempo di Avvento con l'attesa di Gesù che verrà dal cielo nella sua gloria alla fine dei tempi così come è disceso a noi nel mistero della sua incarnazione ci impongono una meditazione biblica su un ultimo punto di riferimento “spaziale” per approfondire il rapporto “avvolgente” con il nostro Dio e Signore: l'alto! Nell'A.T. questo tema si trova molto approfondito nella letteratura detta “sapienziale”. I pii Ebrei che hanno dato vita ai Salmi ammirano estasiati questa “posizione” di Dio che esprime la sua trascendenza. Probabilmente erano ispirati dal caldo splendore del sole quando hanno esclamato: “Innalzati sopra il cielo, o Dio; su tutta la terra la tua gloria” (108,6); o hanno costato: “potente nell'alto è il Signore” (93,4).

Ma, contrariamente alle credenze profane secondo cui le divinità sono chiuse a godere egoisticamente la loro beatitudine e autosufficienza, il Dio annunciato nella Bibbia interviene dall'alto per soccorrere con misericordia il suo popolo: “non ci ripaga secondo le nostre colpe, perché quanto il cielo è alto sulla terra, così la sua misericordia è potente su quelli che lo temono” (cf 103,11). Perciò i nostri “fratelli maggiori” hanno sempre invocato dall'alto la liberazione: “Stendi dall'alto la tua mano, scampami e liberami... dalla mano degli stranieri” (cf 144,7; vedi anche 102,20; 113,5).

La collocazione dell'«Altissimo» è simbolo anche del mistero impenetrabile della sua persona, del suo pensiero e della sua volontà. Sofar, uno degli amici di Giobbe, cerca così di consolarlo nella sofferenza innocente di lui: “Credi tu di poter scrutare l'intimo di Dio o penetrare la perfezione dell'Onnipotente? È più alta del cielo: che cosa puoi fare?” (Gb 11,7-8; vedi anche 22,2 il discorso di *Elifaz*; cf *Sal* 10,5 [9,26]; e soprattutto *Sap* 9,17). Anche i brani sapienziali nei libri profetici esprimono questa convinzione. Famoso è il testo di *Is* 55,9-11, così vicino al messaggio dell'Avvento, che presenta la volon-

tà amorosa di Dio di farsi conoscere dall'uomo: “Quanto il cielo sovrasta la terra, tanto le mie vie sovrastano le vostre vie... Come infatti la pioggia e la neve scendono giù dal cielo... così sarà della mia parola...”. In definitiva l'A.T. si conclude con l'affermazione che “per l'uomo assennato la strada della vita è verso l'alto” (*Prov* 15,24). Ora nella nuova fase del progetto divino di salvezza, Gesù, il Figlio di Dio fatto uomo, nel colloquio notturno con il fariseo Nicodemo, uno dei capi dei Giudei, avverte: “Noi testimoniamo ciò che abbiamo veduto; ma voi non accogliete la nostra testimonianza... Nessuno è mai salito al cielo, se non colui che è disceso dal cielo, il Figlio dell'uomo.

E come Mosè innalzò il serpente nel deserto, così bisogna che sia innalzato il Figlio dell'uomo, perché chiunque crede in lui abbia la vita eterna” (cf *Gv* 3,11-15). Dunque “le altezze” della vita divina non si raggiungono con le forze umane: un'osservanza spasmodica, impietosa e superba della Legge, anzi della tradizione umana cresciuta intorno ad essa.

La condivisione della vita “eterna” è un dono che il Figlio viene a farci nel suo mistero pasquale di morte, risurrezione, ascensione al cielo e invio dello Spirito Santo dal Padre.

Si tratta solo di accoglierlo nella nostra persona con tutta la disponibilità di cui siamo capaci. Perciò la lettera agli *Ebrei* fin dall'inizio ci fa contemplare Cristo seduto alla destra della Maestà nell'alto dei cieli (1,3) per essere mediatore e garante dell'effusione perenne dello Spirito segno della riconciliazione tra noi e il Padre e della chiamata a vivere da figli di Dio. S. Giacomo nella sua lettera - 1,17 - preferisce parlare di dono divino della “sapienza” che viene dall'alto, ma non cambia la sostanza delle cose! Con l'inizio del nuovo anno liturgico Gesù ci benedice dall'alto con lo sguardo e il sorriso di Maria, segni dello splendore solare del suo volto di amore e di pace, incoraggiamento per il nostro pellegrinaggio terreno a cercarlo continuamente e sempre “oltre” ogni esperienza già acquisita della sua persona e della sua Parola: il cammino della fede è verso l'alto!

Giovani, la Chiesa e il mondo camminano con voi

Il 2019 si apre all'insegna e sotto gli auspici della pace, della preghiera per l'unità dei cristiani, e con una attenzione particolare ai giovani, la vera speranza di futuro. Tre appuntamenti; tre eventi che interpellano tutti; tre proposte di impegno per allargare i nostri spazi mentali e religiosi, per sentirci cittadini del mondo, solidali con tutti.

“La Giornata Mondiale della Gioventù è un evento internazionale e multilingue, di cultura e formazione e si celebra a Panama dal 22 al 27 gennaio 2019.

Coinvolgerà giovani di ogni età, lingua, cultura e nazioni diverse. Il tema è stato tratto dal versetto del Vangelo di Luca: “Ecco la serva del Signore; avvenga per me secondo la tua parola” (1,38). E il logo rappresenta Maria come mezzo per conoscere Gesù, rappresentato con una croce.

Nel logo sono stilizzati anche il canale, uno dei simboli del Paese, e cinque puntini bianchi simboleggianti i pellegrini provenienti dai cinque continenti. L'Inno ufficiale della GMG è stato composto da Abdiel Jiménez, panamense.

È in lingua spagnola, ma verrà cantato in diverse lingue. La versione in italiano è stata realizzata da Mons. Marco Frisina.

Nel messaggio per la Giornata mondiale della Gioventù il Papa ha commentato il versetto di Lc 1,38 in quattro paragrafi.

E con essi ha ricordato ai giovani che il Signore, la Chiesa, il mondo, aspettano anche la loro “risposta alla chiamata unica che ognuno ha in questa vita”.

1. “Non temere!

L'improvvisa apparizione dell'angelo e il suo misterioso saluto: «Ti saluto, o piena di grazia, il Signore è con te» (Lc 1,28), han-

no provocato un forte *turbamento* in Maria. ...L'angelo, leggendo nel profondo del suo cuore, le dice: “Non temere!”.

“Dio legge anche nel nostro intimo.

Egli conosce bene le sfide che dobbiamo affrontare nella vita, soprattutto quando siamo di fronte alle scelte fondamentali da cui dipende ciò che saremo e ciò che faremo in questo mondo.

È il “brivido” che proviamo di fronte alle decisioni sul nostro futuro, sul nostro stato di vita, sulla nostra vocazione. In questi momenti rimaniamo turbati e siamo colti da tanti timori...

Nei momenti in cui dubbi e paure affollano il nostro cuore, si rende necessario il *discernimento*. Discernimento che diventa indispensabile quando si tratta della ricerca della propria vocazione.... Il discernimento consiste soprattutto nell'aprirsi all'Altro che chiama... Dio bussa alla porta dei nostri cuori, come ha fatto con Maria, desideroso di stringere amicizia con noi attraverso la preghiera, di parlarci tramite le Sacre Scritture, di offrirci la sua misericordia nel sacramento della Riconciliazione, di farsi uno con noi nella Eucaristia.

2. Maria!

“Il primo motivo per non temere è che Dio ci chiama per *nome*. ...

Quando chiama per nome una persona, Dio le rivela al tempo stesso la sua vocazione, il suo progetto di santità e di bene, attraverso il quale quella persona diventerà un dono per gli altri e che la renderà unica.

E quando il Signore vuole allargare gli orizzonti di una vita, sceglie di dare alla persona chiamata un *nuovo nome*, come fa con Simone, chiamandolo “Pietro”.

“Cari giovani, l’essere chiamati per nome è dunque un segno della nostra grande dignità agli occhi di Dio, della sua predilezione per noi. E Dio chiama ciascuno di voi per nome.

Voi siete il “*tu*” di Dio, preziosi ai suoi occhi, degni di stima e amati (cfr Is 43,4). Accogliete con gioia questo appello che Egli rivolge a voi chiamandovi per nome”.

3. Hai trovato grazia presso Dio.

Il motivo principale per cui Maria non deve temere è perché ha trovato grazia presso Dio.

La parola “grazia” ci parla di amore gratuito, non dovuto... Anche in futuro ci sarà sempre la grazia di Dio a sostenerci, soprattutto nei momenti di prova e di buio... La presenza continua della grazia divina ci incoraggia ad abbracciare con fiducia la nostra vocazione, che esige un impegno di fedeltà da rinnovare tutti i giorni... L’aver “trovato grazia ai suoi occhi” significa che il Creatore scorge una bellezza unica nel nostro essere e ha un disegno magnifico per la nostra esistenza.

Questa consapevolezza non risolve certamente tutti i problemi o non toglie le incertezze della vita, ma ha la forza di trasformarla nel profondo”.

4. Coraggio nel presente.

“Dalla certezza che la grazia di Dio è con noi proviene la forza di avere coraggio nel presente: coraggio per portare avanti quello che Dio ci chiede qui e ora, in ogni ambito della nostra vita; coraggio per abbracciare la vocazione che Dio ci mostra; coraggio per vivere la nostra fede senza nasconderla o diminuirla. ...

La grazia di Dio tocca l’oggi della vostra vita, vi “afferra” così come siete, con tutti i vostri timori e limiti, ma rivela anche i meravigliosi piani di Dio! Voi giovani avete bisogno di sentire che qualcuno ha davvero fiducia in voi: sappiate che il Papa si fida di voi, che la Chiesa si fida di voi!



Il logo rappresenta Maria come mezzo per conoscere Gesù, rappresentato con una croce.

Nel logo sono stilizzati anche il canale, uno dei simboli del Paese, e cinque puntini bianchi simboleggianti i pellegrini provenienti dai cinque continenti.

E voi, fidatevi della Chiesa! Alla giovane Maria fu affidato un compito importante proprio perché era giovane. Voi giovani avete forza, attraversate una fase della vita in cui non mancano certo le energie. Impiegate questa forza e queste energie per migliorare il mondo, incominciando dalle realtà a voi più vicine”.

La colomba (11)

In Palestina la colomba è l'uccello più diffuso e nella Bibbia molto menzionato. La colomba era venerata in Egitto, dove fu utilizzata come uccello da spedizione. La colomba bianca, come consigliera dei politici greci o come vincitrice dei Giochi Olimpici, divenne il prototipo di una colomba della pace con un ramoscello di ulivo nel becco, così fu rappresentata al mondo durante i Giochi in Grecia.

Nella mitologia greca il suo volo felice è stato interpretato come un buon auspicio.

Inoltre, i Greci considerarono la colomba come l'uccello di Afrodite, la dea dell'amore.

Nelle catacombe dei primi cristiani la colomba rappresentava la pace e la serenità dell'anima, e le stesse nicchie in cui venivano posti i morti erano dette columbarie ed erano decorate con le immagini di questi uccelli.

In tutta la Scrittura il simbolo della colomba affiora qua e là caricandosi di volta in volta di diversi significati.

In ebraico il termine «colomba» è Yonah (Giona). Il profeta che porta questo nome può indicare il popolo di Israele, che come colomba ingenua non comprende l'agire di Dio e pensa di potersi nascondere ai suoi occhi o di percorrere strade diverse, ma allo stesso tempo geme per acquisire lo spirito nuovo, capace di obbedienza al suo Signore.

Il primo riferimento esplicito alla colomba è nella Genesi alla fine del diluvio, quando essa ritorna da Noè che l'aveva inviata sulla terra, portando nel becco un ramoscello d'ulivo, segno che la terra non più invasa dalle acque, ritorna a essere vivibile e a produrre beni (cfr. *Gen* 8,8-12).

La colomba ricorda che Dio ha fatto pace con l'umanità peccatrice.

Da questa riconciliazione è iniziata la

nuova creazione, salvata dal diluvio. In questo senso la colomba può rappresentare anche l'amore misericordioso di Dio per l'umanità.

Nel Cantico dei Cantici la colomba esprime in maniera intensa l'amore umano, appassionato e fedele e a più riprese definisce la sposa 'colomba mia' (1,15; 2,14; 4,1; 5,2; 6,9).

La colomba, che geme, è simbolo della persona oppressa e infelice in cerca di libertà dal dolore: «Timore e spavento mi invadono e lo sgomento mi opprime.

Chi mi darà ali come di colomba per volare e trovare riposo?» (*Sal* 55,6-7).

Israele che attende con ansia la salvezza, che tarda a venire, fa udire i suoi gemiti che sono come di colomba: «La Signora è condotta in esilio, le sue ancelle gemono con voce come di colombe, percuotendosi il petto» (*Na* 2,8; cfr. *Is* 38,14; 59,11; *Sal* 74,19).

La colomba è pure simbolo di gioia e in questa valenza descrive il ritorno degli esuli in patria: «Accorreranno come uccelli dall'Egitto, come colombe dall'Assiria e li farò abitare nelle loro case» (*Os* 11,11).

La colomba, simbolo proverbiale di semplicità e ingenuità perché si lascia intrappolare dalle reti, per il profeta Osea rappresenta la tribù di Efraim, che come 'ingenua colomba, priva d'intelligenza' (7,11-12) aveva confidato prima nell'Egitto e poi nell'Assiria.

La colomba, animale bianco e puro, è adatto al sacrificio che i fedeli credenti offrivano al Tempio (*Lv* 1,4; 12,6).

Tra le offerte al Tempio costituiva l'offerta dei poveri, soprattutto nei riti di purificazione (*Lc* 2, 22-24). I Vangeli testimoniano l'ira di Gesù che si scaglia contro i venditori di colombe, che facevano commercio di questi uccelli nell'area del Tempio (*Mt* 21,12; *Mc* 11,15; *Lc* 19,45-48; *Gv* 2,12-25).

Gesù nelle sue parabole usa poco questo simbolo, ma usa l'immagine del serpente: "prudenti come serpenti, semplici come le colombe" (Mt 10,16). Sono due virtù apparentemente contrarie, ma ambedue necessarie. L'intelligenza non è solo l'astuzia per ingannare, come fece il serpente di Genesi 3, ma anche la prudenza di scoprire l'inganno, per sottrarsi ad esso.

E così la semplicità non è mancanza di accortezza, di chi si espone al pericolo, ma la fiducia del bambino che si affida alla madre.

Tuttavia nel Nuovo Testamento il richiamo alla colomba che, in occasione del battesimo al fiume Giordano, scende e si ferma su Gesù (cfr. Mt 3,16; Mc 1,10; Lc 3,22) indica che con l'inizio della missione di Gesù finisce il naufragio dell'umanità peccatrice e inizia una nuova creazione.

Come all'inizio della creazione 'lo Spirito di Dio aleggiava sulle acque' facendo sì che dal caos originario venisse la vita così ora si posa su Gesù perché in Lui è iniziato il momento decisivo in cui Dio interviene nella storia dell'umanità per salvarla.



*Chi mi darà ali
come di colomba
per volare
e trovare riposo?
(Sal 55,6-7)*

Piena di Grazia

Maria viene definitivamente introdotta nel mistero di Cristo mediante questo evento: l'annunciazione dell'angelo. Esso si verifica a Nazareth, in precise circostanze della storia d'Israele, il popolo primo destinatario delle promesse di Dio. Il messaggero divino dice alla Vergine: «Ti saluto, o piena di grazia, il Signore è con te» (Lc 1,28).

Maria «rimase turbata e si domandava che senso avesse un tale saluto» (Lc1,29): che cosa significassero quelle straordinarie parole e, in particolare, l'espressione «piena di grazia» (kecharitoméne).

Se vogliamo meditare insieme a Maria su queste parole e, specialmente, sull'espressione «piena di grazia», possiamo trovare un significativo riscontro proprio nel passo sopra citato della Lettera agli Efesini. E se dopo l'annuncio del celeste messaggero la Vergine di Nazareth è anche chiamata «la benedetta fra le donne» (Lc 1,42), ciò si spiega a causa di quella benedizione di cui «Dio Padre» ci ha colmati «nei cieli, in Cristo».

È una benedizione spirituale, che si riferisce a tutti gli uomini e porta in sé la pienezza e l'universalità («ogni benedizione»), quale scaturisce dall'amore che, nello Spirito Santo, unisce al Padre il Figlio consostanziale. Nello stesso tempo, è una benedizione riversata per opera di Gesù Cristo nella storia umana sino alla fine: su tutti gli uomini. A Maria, però, questa benedizione si riferisce in misura speciale ed eccezionale: è stata, infatti, salutata da Elisabetta come «la benedetta fra le donne».

La ragione del duplice saluto, dunque, è che nell'anima di questa «figlia di Sion» si è manifestata, in un certo senso, tutta la «gloria della grazia», quella che «il Padre... ci ha dato nel suo Figlio diletto».

Il messaggero saluta, infatti, Maria come «piena di grazia»: la chiama così, come se fosse questo il suo vero nome.

Non chiama la sua interlocutrice col nome

che le è proprio all'anagrafe terrena: Miryam (= Maria), ma con questo nome nuovo: «piena di grazia».

CHE COSA SIGNIFICA QUESTO NOME?

Perché l'arcangelo chiama così la Vergine di Nazareth? Nel linguaggio della Bibbia «grazia» significa un dono speciale, che secondo il Nuovo Testamento ha la sua sorgente nella vita trinitaria di Dio stesso, di Dio che è amore (1 Gv 4,8). Frutto di questo amore è l'elezione quella di cui parla la Lettera agli Efesini.

Da parte di Dio questa elezione è l'eterna volontà di salvare l'uomo mediante la partecipazione alla sua stessa vita (2 Pt 1,4) in Cristo: è la salvezza nella partecipazione alla vita soprannaturale. L'effetto di questo dono eterno, di questa grazia dell'elezione dell'uomo da parte di Dio è come un germe di santità, o come una sorgente che zampilla nell'anima come dono di Dio stesso, che mediante la grazia vivifica e santifica gli eletti. In questo modo si compie, cioè diventa realtà, quella benedizione dell'uomo «con ogni benedizione spirituale», quell'«essere suoi figli adottivi... in Cristo», ossia in colui che è eternamente il «Figlio diletto» del Padre.

Quando leggiamo che il messaggero dice a Maria «piena di grazia», il contesto evangelico, in cui confluiscono rivelazioni e promesse antiche, ci lascia capire che qui si tratta di una benedizione singolare tra tutte le «benedizioni spirituali in Cristo».

Nel mistero di Cristo ella è presente già «prima della creazione del mondo», come colei che il Padre «ha scelto» come Madre del suo Figlio nell'incarnazione ed insieme al Padre l'ha scelta il Figlio, affidandola eternamente allo Spirito di santità. Maria è in modo del tutto speciale ed eccezionale unita a Cristo, e parimenti è amata in questo Figlio diletto eternamente, in questo Figlio consostanziale al

Padre, nel quale si concentra tutta «la gloria della grazia».

Nello stesso tempo, ella è e rimane aperta perfettamente verso questo «dono dall'alto» (Gc 1,17). Come insegna il Concilio, Maria «primeggia tra gli umili e i poveri del Signore, i quali con fiducia attendono e ricevono da lui la salvezza».

Se il saluto e il nome «piena di grazia» dicono tutto questo, nel contesto dell'annuncio dell'angelo essi si riferiscono, prima di tutto, all'elezione di Maria come Madre del Figlio di Dio. Ma, nello stesso tempo, la pienezza di grazia indica tutta l'elargizione soprannaturale, di cui Maria beneficia in relazione al fatto che è stata scelta e destinata ad essere Madre di Cristo.

Se questa elezione è fondamentale per il compimento dei disegni salvifici di Dio nei riguardi dell'umanità; se la scelta eterna in Cristo e la destinazione alla dignità di figli adottivi riguardano tutti gli uomini, l'elezione di Maria è del tutto eccezionale ed unica.

Di qui anche la singolarità e unicità del suo posto nel mistero di Cristo.

Il messaggero divino le dice: «Non temere, Maria, perché hai trovato grazia presso Dio.

Ecco, concepirai un figlio, lo darai alla luce e lo chiamerai Gesù.

Egli sarà grande e chiamato Figlio dell'Altissimo» (Lc 1,30).

E quando, turbata da questo saluto straordinario, la Vergine domanda: «Come avverrà questo? Non conosco uomo», riceve dall'angelo la conferma e la spiegazione delle precedenti parole.

Gabriele le dice: «Lo Spirito Santo scenderà su di te; su di te stenderà la sua ombra la potenza dell'Altissimo.

Colui che nascerà sarà dunque santo e chiamato Figlio di Dio» (Lc 1,35). L'annuncio, pertanto, è la rivelazione del mistero dell'incarnazione all'inizio stesso del suo compimento sulla terra. La donazione salvifica che Dio fa di sé e della sua vita in qualche modo a tutta la creazione, e direttamente all'uomo, raggiunge nel mistero dell'incarnazione uno dei vertici. Questo, infatti, è un vertice tra tutte le donazioni di grazia nella storia dell'uomo e del cosmo. Maria è «piena di grazia», perché l'incarnazione del Verbo, l'unione ipostatica del Figlio di Dio con la natura umana, si realizza e compie proprio in lei.

Redemptoris Mater,

Lettera enciclica di Giovanni Paolo II, 1987



Le virtù cardinali

La Prudenza

La Prudenza è una virtù molto importante che abbraccia quasi tutti i comportamenti delle persone.

Un antico filosofo ha scritto che la Prudenza è il retto discernimento delle azioni umane. E poiché l'uomo è tutto azione, vuol dire che la Prudenza deve investirlo e guidarlo in ogni momento. La Prudenza ci invita, quindi, a discernere, cioè a vederci chiaro in tutto quello che pensiamo e che stiamo per fare, per non pentirci quando è troppo tardi.

La prudenza è la «retta norma dell'azione», scrive san Tommaso sulla scia di Aristotele. Essa non si confonde con la timidezza o la paura, né con la doppiezza o la dissimulazione. È detta «auriga virtutum – cocchiere delle virtù»: essa dirige le altre virtù indicando loro regola e misura. È la prudenza che guida immediatamente il giudizio di coscienza. L'uomo prudente decide e ordina la propria condotta seguendo questo giudizio.

Grazie alla virtù della prudenza applichiamo i principi morali ai casi particolari senza sbagliare e superiamo i dubbi sul bene da compiere e sul male da evitare (Dal Catechismo della Chiesa Cattolica).

La persona prudente si preoccupa e si impegna a fare sempre ciò che è buono; ascoltando la retta coscienza, discerne le situazioni e si orienta verso il bene.

Il prudente è un vero povero di spirito, che non si inorgoglia davanti a Dio. È mite, e nelle prove e nelle afflizioni ha pazienza; è un autentico operatore di pace. Come il vangelo parla della persona prudente?

Per esempio mostra le cinque vergini sagge (prudenti), perché si sono procurate una quantità di olio equipollente all'importanza dello scopo: c'era un matrimonio, si doveva

aspettare e non si sapeva per quanto tempo, meglio prendere tanto olio. Queste sanno valutare l'importanza dell'atto. Prudente è l'uomo che costruisce la sua casa sulla roccia, cioè non costruisce basandosi solo sui periodi di quiete, ma calcola le possibili crisi che si potranno verificare.

Prudente è l'amministratore che dà il cibo al momento giusto.

È importante capire il significato della parola prudenza. Prudente, viene dal latino *prudenter*, accusativo di *prudens*, contratto da *providens*, perché la *v* diventa *u* nella contrazione delle lingue, e vuole dire provvidente, cioè colui che vede prima.

Pro videre, il prudente è colui che guarda ciò che viene dopo, guarda oltre le cose.

Insomma, fondamentalmente, la prudenza è quell'attitudine per cui una persona fissa lo sguardo nell'esito degli atti, delle cose. Vediamo S. Filippo Neri, è di esempio, quando dice: "Preferisco il Paradiso", e quando è di fronte agli onori che gli vengono offerti li rifiuta perché capisce che quella per lui non è la strada per il Paradiso.

D'altro canto S. Francesco ha un motto: "Tanto è il bene che mi aspetto che ogni pena mi è diletto".

Lui ha capito dove Dio lo vuole portare e sa che passare per una strada di tribolazione può essere buono. Il prudente è colui che valuta le cose sulla base dello scopo, della meta, si chiede nei singoli momenti: "Sì, ma questo dove mi porta?".

Alla luce del Vangelo, la Prudenza diventa quella piccola pausa di riflessione che ci impedisce di essere precipitosi nel giudicare, nel condannare e nel prendere decisioni affrettate, e anche di allontanare l'ira.





Preghiera

*Signore Gesù, custodisci
e anima le mie azioni e i miei
pensieri.*

*Custodisci la mia bocca
perché non dica cose false o vane
e non parli male del prossimo.*

*Custodisci il mio udito
perché non perda tempo
ad ascoltare parole vuote.*

*Custodisci le mie mani
perché non si aprano
per fare il male,
ma per costruire e aiutare.*

*Custodisci i miei piedi
Perché mi portino incontro
Alle necessità degli altri.
Concedimi di essere prudente.*

In cammino verso Betlemme con Maria e Madre Maria Consiglia

Riflessioni di Maria Consiglia Addatis, tratte dal libro "Gesù e il Vangelo" (Vol.I) Cap.VIII

Ora il momento in cui il gran re deve far la comparsa in mezzo ai suoi sudditi si approssima. Maria sentiva il suo cuore tutto infiammato di amore, perché era quello il più felice momento della beatitudine del cielo e della terra; stante che l'incarnazione reca gloria al cielo e alla terra, e conquassa l'inferno. Gloria in Cielo, perché gli angeli buoni furono conservati nella grazia per la loro sottomissione al Redentore futuro, e vedevano ora in quanto al tempo prossimo il momento della loro redenzione di preservazione. **In terra il cuore della SS. Vergine ardeva consumato** nel fuoco della carità, perché ancor ella vedeva giunto il momento felice, in riguardo del quale aveva ricevuta la sua redenzione preservatrice.

Sentiva dunque Maria nel suo cuore che era giunto il momento, in cui il bambino Gesù voleva venire in mezzo a noi; onde di porta in porta andava cercando un ricovero, alloggio. E che voleva con ciò dinotar Maria? Dinotava che ella voleva **donare questo prezioso tesoro alla misera umanità**; e con la voce di Maria e di Giuseppe univasi anche quella del bambinello Gesù: *Aperi mihi, soror mea sponsa: o umanità, aprimi il tuo cuore, ricevimi nel tuo cuore*, o mia sorella umanità, perché ti ho a me associata nel prendere umana carne. Adunque Maria domandava un alloggio per depositarvi il Bambino, ma da nessuno fu ricevuta. Oh! L'ingratitudine del mondo! A tutti dà ricovero, fuorché a Dio, per tutti vi è luogo, fuorché per Dio. Ed ecco il Dio del cielo e della terra, che tutti ci alloggia nella terra da lui creata per abitazione del nostro corpo, e questo per domicilio dello spirito nostro, che egli riceve nella infinita carità, è da tutti rifiutato! Maria ne sentiva tutta la pena e con l'ardente sua carità sentiva il peso dell'ingratitudine di quegli abitanti non meno, che di tutto il mondo e per tutti i tempi.

Ma, o mio Signore, voi ci dite: "se tutti vi discacciano venite a me, ed io vi accolgo, se il

mondo vi maledice, voi sarete da me benedetti", e ce lo avete già confermato col fatto, perché quando voi con Maria e Giuseppe da tutti foste discacciato, allora fu che compariste in mezzo a noi.

È questo un contrassegno certo ed indubitato della **fedeltà delle vostre promesse**, che nelle nostre tribolazioni troviamo la vostra comparsa, manifestandoci in esse la vostra volontà e la gloria vostra. Infatti fu in quella crudele persecuzione dei bambini ebrei, che Mosè gittato nel fiume venne accolto dalla figlia di Faraone; nella tribolazione grande di Giacobbe, quando fuggiva per l'odio di Esaù, gli fu in visione manifesta il Signore alle anime nostre dov'è la tribolazione. Oh! Felice patire! Perocché siccome Gesù ci ha redenti col patire, così i frutti della redenzione non si applicano alle anime nostre che col patire.

Dunque da tutti è discacciato il padrone del cielo e della terra; quel Signore ch'è venuto a riscattarci dalla nostra schiavitù da nessuno è conosciuto! Giuseppe non trovando dove ricoverare la madre col suo bambino, **messosi in braccio alla provvidenza**, s'incammina per trovare un ricovero quale che sia.

Così noi non dobbiamo scoraggiarci anche nelle massime tribolazioni della vita, perché solo Gesù ci basta: Tu solo mi basti, mio Dio. Maria tutta estatica in sé stessa e per il dolore e per l'amore e per la gioia che sentiva perché il Redentore era per manifestarsi al mondo, nel suo cuore lo placava per la ingratitudine, che vedeva essergli fatta dagli uomini.

Frattanto la divina provvidenza fa loro ritrovare una grotta, stalla di animali, perché così aveva stabilito. Ma perché? Perché quella grotta e quella stalla denotavano tutta intiera l'umanità.

La stalla è abitazione di animali, e il cuore dell'uomo era divenuto abitazione di ogni bestia, cioè di ogni peccato; quella grotta era fredda ed oscura; la stalla era sfornita di ogni

arnese, anzi ripiena di luridezza, certamente sconvenevoli alla nascita di quel bambino, ed il cuore dell'uomo era divenuto sfornito di ogni bellezza e ridondante di ogni bruttura.

Ritrovata la stalla, vi entra Maria con Giuseppe, e per concomitanza vi entra anche il nostro Redentore: Ciò dinota, che non si ricevono grazie nel mondo, se non per le mani di Maria, siccome per il consenso di Maria si effettuò in ordine di tempo l'opera della redenzione. Oh Maria, voi siete quella felice aurora apportatrice dell'eterno sole; venite, mostratevi a questa anima mia, e son sicura che accoglierò nel mio cuore l'eterno sole di giustizia, Gesù Cristo.

Maria amava il suo Figliuolo, ed avendo veduto ributtare da tutti gli uomini, dicevagli: Caro figlio, perdonate agli uomini perché non sanno quello che fanno, io vi domando perdono a nome di tutta l'umanità, che io amo col vostro medesimo cuore, perché per amor di essa siete venuto in questo mio seno. Caro figlio, se tutti vi hanno discacciato, ecco il mio cuore, ecco tutta me stessa; purchè vi placate con questo sconosciuto popolo, vi offro il dolore che dovrò soffrire appiè della vostra croce. Mio carissimo Figlio e mio Dio, ripeteva Maria, vi ho accolto nel mio seno per vostra bontà e misericordia, così accogliete queste mie preghiere, che io vi offro per tutto il mio popolo.

Guardatela questa nostra celeste madre come il suo volto è più brillante, più raggiante del sole; il suo cuore è come una fornace ardente di amore verso il suo Dio, e tutt'assorta nei misteri più profondi della nostra redenzione. Ma ecco il felice momento in cui deve nascere il Redentore. E come spunterà su questa terra? Come spunta il sole. Come il sole con i raggi suoi trasparente e penetra per dentro un cristallo, così il Figliuolo di Dio è uscito al mondo senza rompere il purissimo cristallo del seno di Maria. Ed ecco quella grotta dive-

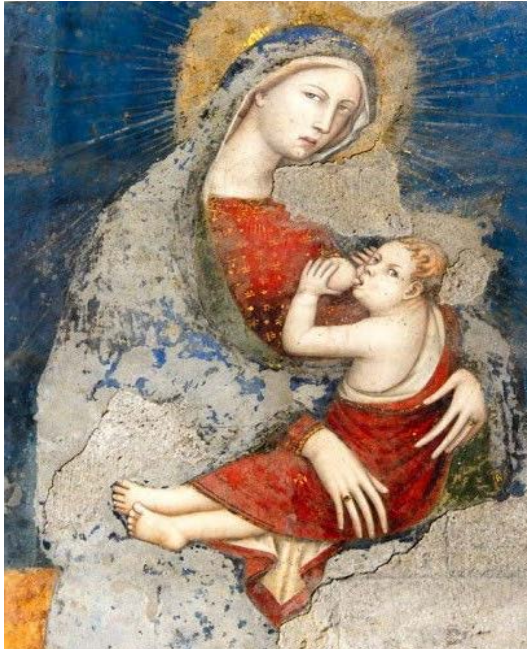
nuta un paradiso, perché in essa mostrasi la beatitudine del paradiso. Allegramente dunque, se amiamo Maria, tra breve tempo Gesù rinascerà nel nostro cuore; e questo cuore da misero ed infelice che è, come era quella grotta, diverrà ancor esso un paradiso; perché penetrata ch'è nell'anima nostra in grazia di questo Dio, diverrà certamente paradiso. **O Maria madre di misericordia, bellissima aurora apportatrice dell'eterno sole di giustizia, partorite Gesù nell'anima mia, affinché sia essa cangiata in un paradiso di delizie.**

Veniamo alla nascita del bambino Gesù. Nato il Bambino, Maria, che per noi ha fatto l'atto di contrizione, chiedendogli per noi perdono, ora gli fa l'atto di adorazione. Ella con la faccia per terra adora il suo figlio Dio, e poi gli dice: "Mio Figlio, voi desiderate i cuori di tutti gli uomini, ma i miei desideri sono uniti con i vostri, onde vorrei avere in questo momento i cuori di tutti gli uomini innanzi a voi". I desideri di Maria non erano disgiunti da quei del Figlio, e se il Figlio desiderava la santificazione di tutti gli uomini, i desideri del Figlio erano seguiti dai desideri della madre... **Mio Figlio, vorrei i cuori di tutti gli uomini, io li amo, e voi perdonateli... ecco il mio cuore... io vi adoro a nome di tutta l'umanità...** O Maria, vi ringrazio con la faccia per terra, che faceste le mie parti in quel momento, e suppliste alle mancanze mie e di tutti gli uomini "...**Mio Figlio, contentatevi del mio cuore, io intendo contentarvi per tutti gli uomini**".

È Gesù ripeteva nel cuor della madre: "**Io sono contento; sì, madre mia, io sono contento: "Fiat voluntas tua, sì faccia come volete. Siccome la vostra volontà si piegò alla mia nell'incarnazione, allorché diceste: Ecce ancilla Domini, fiat mihi secundum verbum tuum, così ora, la mia volontà si piega alla vostra: io perdono tutti quelli che pentiti vogliono il perdono, perché questa è la mia volontà, e perché son io venuto a salvare non a condannare gli uomini.**"



Noi di San Pietro a Maiella • Napoli



Nella vita ho sempre creduto che nulla avvenga per caso e che Nostro Signore, attraverso piccoli segni, ci fa sentire forte la Sua presenza nella nostra vita e in questi ultimi mesi ne ho avuto una ulteriore conferma. Da quando ero ragazza ho sempre desiderato cominciare la giornata affidando la mia vita e quella dei miei cari alla protezione di Maria attraverso Suo Figlio Gesù: l'Eucaristia quotidiana è diventata per me una vera esigenza.

Nella zona in cui abito, nel corso degli anni, con sempre più difficoltà riuscivo a trovare una Santa Messa tra le 7,30 e le 8,00; tutte le celebrazioni sono vespertine e per me, tra famiglia e lavoro, non è un orario adeguato alle mie esigenze. Un giorno di circa un anno fa entro nella chiesa di San Pietro a Maiella e trovo la celebrazione eucaristica alle ore 8,00. Vengo "accolta" da un bellissimo affresco di una Madonna che allatta il suo bambino e mi commuovo perchè proprio in quei giorni una mia carissima nipote mi aveva confidato di essere incinta. Da quel momento i "segni" si sono moltiplicati.

Con gioia vedo che ci sono altre donne che hanno la mia stessa abitudine: due di loro - Anna

e Carmela - con grande gentilezza mi invitano a prendere il caffè dopo la celebrazione e il mio stupore è massimo quando sento arrivare un giorno con un passo per me inconfondibile Margherita una mia amica con la quale da più anni condivido l'esperienza del volontariato per l'Unitalsi. A loro si aggiungono anche Martina una giovane dottoressa con la quale ci siamo incrociate negli anni alla "ricerca" della messa mattutina e Monica che da Nola viene ogni giorno a Napoli per lavoro ma anche lei sente la necessità della celebrazione eucaristica all'inizio della giornata.

Prima di partire per le vacanze estive ci siamo salutate e Margherita, che era in partenza per la Terra Santa, ci ha proposto di formare un gruppo "Quelli di san Pietro a Maiella" perché ci voleva rendere partecipi della sua esperienza. Abbiamo aderito con gioia e siamo veramente andate tutte in pellegrinaggio con lei.

L'elemento che ci tiene ora tutte unite è la presenza dolcissima delle suore *Serve di Maria Addolorata* che vivono proprio nel complesso di San Pietro a Maiella: a loro affidiamo nella preghiera le nostre vite e quelle di tante persone che ne hanno bisogno. Suor M. Renata Marucci un giorno con enorme delicatezza e gentilezza ci ha detto che il 15 settembre di ogni anno la Chiesa celebra la festa della Vergine dei dolori, Patrona della loro Famiglia religiosa *Serve di Maria Addolorata di Nocera* e che quindi era la festa della loro comunità. Le consorelle e lei ci invitavano a nome della Madre Superiora, Suor M. Antonietta Marro, a festeggiare con loro quel giorno perché noi eravamo in qualche modo la "loro comunità di fedeli".

Dopo la S. Messa ci siamo fermate per un caffè ed un dolcino; abbiamo riso, scherzato, eravamo tutte felici perché in un mondo in cui è così difficile comunicare abbiamo toccato con mano che eravamo l'una parte dell'altra perché ci accomunava la forza della fede e della condivisione che rende la vita più bella perchè se è vero, come è vero, che le sofferenze condivise rendono meno pesante il percorso, è altrettanto vero che anche le gioie della vita quando le condividi con altri hanno un altro sapore.

Ofelia (Napoli)

Benessere e stili di vita

Prodotti cosmetici,

Integratori e Bagni termali

L'organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) ormai da tempo sostiene la non corrispondenza dello stato di salute con la semplice assenza di malattia, considerandolo invece uno stato di benessere più generale, fisico, psichico e sociale. La bellezza, soggettivamente percepita, ne è una componente. I Romani trasformarono le terme da luogo di cura a strumento di benessere. 1500 anni dopo, alla fine dell'800 e primi del '900 si è riscoperto progressivamente l'ambiente termale tornando all'antico luogo romano di salute e bellezza, cioè di benessere. Vale dunque la pena di inquadrare il termalismo oggi, non solo in termini di efficacia terapeutica in diverse patologie, ma anche di prevenzione e di contrasto attivo alla medicalizzazione degli stili di vita, cioè a favore del mantenimento dello stato di salute e benessere.

Al vecchio concetto statico di salute, intesa come assenza di malattia, corrispondeva il concetto di stabilimento termale, esclusivamente legato al termalismo terapeutico.

Al moderno concetto dinamico di benessere e prevenzioni intesi come mantenimento dello stato di salute (stili di vita corretti) corrisponde oggi l'altrettanto dinamico concetto

di percorso termale, insieme di pratiche di benessere e di cosmesi che includono, spesso, anche percorsi di corretta alimentazione ed attività motoria.

In questo senso, la cosmetologia e la dermatologia estetica, producono benessere nella sua componente soggettiva del "piacersi di più". Diverse terme hanno mantenuto anche in questa attività il loro legame con l'elemento naturale su cui sono basate: l'acqua termale. E da essa hanno saputo creare linee cosmetiche che ne mantengono la maggior parte dell'efficacia: creme, sali, gel ed altri prodotti di derivazione termale possono essere oggi trovati nelle farmacie, dove spesso è presente un'adeguata consulenza cosmetologica.

Infine l'alimentazione, spesso squilibrata nella nostra società moderna, può trovare negli integratori dietetici certificati (che cioè hanno composizione chimica completamente dichiarata e rientrano nelle linee guida ufficiali) un utile complemento ed un presidio preventivo.

Liberamente tratto da:
*Calendario
della Salute 2010*



Professione Perpetua

DI SUOR M. MARGARETHA IKU NAPA

8 dicembre 2018

La nostra famiglia religiosa di Suore Serve di Maria Addolorata è stata particolarmente in festa, nella solennità dell'Immacolata Concezione, perché una nostra Sorella, suor M. Margaretha Iku Napa (sr. M. Etha), dopo aver sperimentato la misericordia di Dio e il suo amore privilegiato verso di lei, lungo il cammino formativo, come Maria ha voluto dire il suo *"Eccomi, sono la serva del Signore, si compia in me la tua Parola"*.

Alle ore 10.00, nella chiesa parrocchiale "Santa Maria degli Angeli" in Nocera Superiore (SA), ha emesso la Professione Perpetua. La celebrazione eucaristica è stata presieduta dal vescovo mons. Giuseppe Giudice, concelebrenti: P. Gigi Lamberti, eremita diocesano e Fr. Massimo Pepe, Ofm.

Il Rito della Professione si è intrecciato in maniera armonica e sobria con la liturgia eucaristica che è stata particolarmente partecipata dall'Assemblea attenta e a tratti commossa.



Don Francesco Amarante, è stato un eminente cerimoniere.

L'Eucaristia, azione di grazia per eccellenza ed espressione dell'alleanza dell'amore di Dio con l'umanità, ha sancito questa alleanza d'amore attraverso il "Sì, ti seguirò fino alla morte"



che suor M. Margaretha ha pronunciato, pur cosciente delle sue fragilità, ma fiduciosa nella fedeltà e bontà di Dio. La vita consacrata ha le sue radici nella consacrazione battesimale.

La Consacrazione religiosa vuole essere un modo radicale di vivere questa consacrazione. Come Maria presso la croce, suor M. Margaretha ha voluto prolungare nella storia, la presenza compassionevole e misericordiosa che scaturisce da Cristo, vivendo il carisma che Madre M. Consiglia ha lasciato a noi sue Figlie, quando ha fondato l'Istituto nel 1872 proprio qui a Casolla in Nocera Inferiore, trasferitasi poi dopo dieci anni a Portaromana in Nocera Superiore (SA).

Suor M. Margaretha è nata il 27 luglio 1986 a Nifuboke (Indonesia). È stata accolta nella comunità dalle sorelle presenti a Ruteng-Flores (Indonesia) il 7 luglio 2007, dove ha ricevuto la prima formazione religiosa.

Dal 2010 al 2012 è stata in Guadalajara (Mexico) per il Noviziato e lì ha emesso la prima professione il 22 settembre 2012.

È stata poi trasferita in Italia per continuare la sua formazione e, per un breve periodo è stata inviata in Argentina per appoggiare le Sorelle, nelle varie attività che svolgono in quel luogo.

Dal 2014 è rientrata in Italia per inserirsi nella comunità religiosa di Portaromana e nella comunità parrocchiale dove partecipa al Coro, nella catechesi e nel ministero straordinario dell'Eucaristia agli ammalati.

Ringraziamo il Signore per averci donato questa Sorella e ringraziamo anche la sua famiglia che è stata generosa nel darle il consenso di coronare il suo sogno, quello di consacrarsi al Signore.

Se pur lontani, in quel giorno, due mondi: l'Indonesia e l'Italia, attraverso la preghiera erano uniti e presenti.

Contemporaneamente, anche nella casa di Suor M. Margaretha, si celebrava la Santa messa a cui partecipavano i suoi genitori, i parenti, gli amici e conoscenti del villaggio.



VITA DI CASA NOSTRA



GLI AMICI CHE CI HANNO LASCIATO



Emma Ferrentino
1931-2018

In ricordo di una donna semplice e serena.
In ricordo di una donna giusta e comprensiva, sempre affettuosamente disposta verso il prossimo, in ricordo di una vera, carissima Madre.



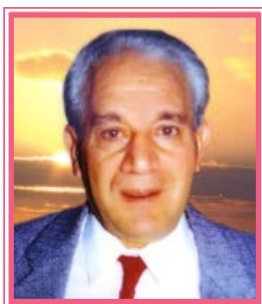
Elisabetta Cioffi
1960-2018

A te che durante il cammino sei stata mamma e nonna esemplare, figlia e moglie ammirevole, sorella e amica leale, grazie per averci insegnato ad amare e per aver migliorato la nostra vita con la tua presenza. La tua bellezza la ritroviamo in tutto ciò che ci circonda, nello splendore del sole come quando ci auguravi felice giorno, nello sbuffo del vento come quando soffiavi sulla girandola...
Ma soprattutto nell'immensità del mare che tu amavi tanto; non hai lasciato tasselli vuoti, tutto ci ricorda Te.



Carmela Desiderio
1928-2018

O Signore dona a Lei il riposo eterno.
A noi rimane la luce del tuo sguardo la dolcezza del tuo sorriso, il profumo delle tue virtù.



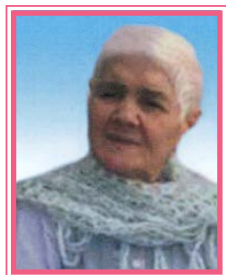
Filippo D'Acunzi
1929-2018

Non sono assente, riposo nella luce ma veglio su di voi. Voi continuerete a ricordarmi come marito e padre esemplare, grande ed onesto lavoratore, amico leale e amante della vita, forte e pronto ad affrontare ogni ostacolo terreno. Oggi nella vita eterna, senza tempo e senza sofferenze, continuerò ad amarvi sempre.



Giuseppe De Blasi
1943-2018

Non piangete, sarò l'angelo invisibile della famiglia. Dio non saprà negarmi niente quando io pregherò per voi.



Maria Pia Radicchio
1933-2018

Non ho parole. Anzi, ne ho, ma mi manca il fiato per soffiarle dove vorrei arrivassero. Ti dedico tutte le frasi che ho in tasca e nella gola. Quelle private, intime, quelle sole per te, perchè tu puoi capire ogni cosa solo guardando il secco guscio dei miei sogni e la sapidità del mio cuore di vento. Ora, che il sole della Pasqua è irrotto tra le nuvole in fuga, comprenderai ancor di più, ed una tua carezza mi massaggerà il cuore.

Tua Rosa

Ogni mese in tutte le Comunità della Congregazione si celebra una S. Messa per le Consorelle, familiari, amici e benefattori defunti. (Cost. 34/b)





ANTONIETTA POTENTE
Semplicemente vivere.
Cinque passi per un nuovo inizio
 Roma 2018, euro 10,00

“Dovremmo aprire gli occhi sui dettagli della vita. A volte a noi la normalità appare noiosa e insignificante e ha bisogno di momenti di solennità. Ma la vita è l'unico spazio che abbiamo per poter accogliere, per poter amare” (Antonietta Potente). L'autrice ci conduce per mano ad una riflessione profonda seppur delicata su ciò che può realmente renderci fedeli alla nostra vita e alla sua bellezza. Ci invita a metterci in ascolto di noi stessi per ricercare tutto ciò che può far emergere quotidianamente ciò che è realmente essenziale per noi e per le persone che incontriamo nel nostro cammino. Con cinque passi concreti, ci indirizza verso un ritorno pieno, gioioso e fecondo alla nostra vita e alle sue promesse.

ENZO BIANCHI
Il discernimento. L'arte di scegliere
 Sanpaolo 2018, euro 16,00



Nella vita ogni essere umano è spesso posto davanti a una scelta. Il mito greco di Ercole al bivio, invitato a scegliere il proprio cammino, è molto eloquente su questa esperienza universale. Ma come facciamo a sapere se la nostra scelta è per il bene o per il male, per la vita o per la morte, come ci ricordano anche le Scritture? Attraverso l'arte del discernimento, a cui il fondatore di Bose dedica il presente volume, frutto della sua lunga esperienza, come egli stesso afferma: «Non ho mai tralasciato la meditazione su questo tema così decisivo». Termine che agli orecchi dei più risulta oggi ermetico, parola caduta nell'oblio, il discernimento in verità è stato sempre ben presente nella vita monastica e nella spiritualità ignaziana. Dono dello Spirito Santo, veniva considerato dai padri del deserto la «migliore di tutte le virtù». Per questo, nota il nostro autore, è indispensabile tornare a esercitarsi in quest'arte così essenziale per la vita cristiana e non, offrendo anche utili e preziosi consigli affinché la nostra esistenza, nonostante i limiti e le fragilità, giunga a compimento e sia un «amen» sincero e convinto alla volontà del Signore. «Il discernimento è quel processo che ogni essere umano deve compiere nel duro mestiere di vivere, nelle diverse situazioni con cui si trova a confrontarsi, per fare una scelta, prendere una decisione, esprimere qui e ora un giudizio con consapevolezza»

LINO MORATO
Quattro passi con l'autostima
Sussidio teorico-pratico per volersi più bene
 LDC 2018, euro 15,00



Sull'autostima e sugli aspetti a essa collegati sono stati scritti fiumi di inchiostro ed esiste quindi un numero vastissimo di pubblicazioni. Questo nuovo libro offre, piuttosto che un ulteriore approfondimento teorico, uno strumento pratico per facilitare e sostenere il cammino personale verso l'autostima.

Quando ci guardiamo allo specchio, quando ci ascoltiamo parlare in pubblico, quando dobbiamo mettere in gioco le nostre capacità, quando facciamo amicizia, quando discutiamo, quando amiamo... entra in gioco l'autostima, la percezione del nostro valore unico e insostituibile.

Questo volume è una guida per mettersi in contatto con il vero e proprio Sé, attraverso una preparazione teorica integrata da esercizi ed esperienze pratiche.

Il percorso è suddiviso in quattro parti:

1. la vita nelle tue mani: un invito alla responsabilità personale;
2. proteggi te stesso: un aiuto per proteggersi da se stessi e dagli altri e uno stimolo per imparare a comunicare in modo assertivo;
3. viaggio verso il centro: la scoperta del proprio vero Sé, della propria unicità e bellezza e della forza dell'autostima;
4. voler bene fa bene all'autostima: guida all'amare e al sentirsi amati.

Dal dottore

- All'ospedale un tizio domanda al vicino di letto: « Mi pare che ci siamo già incontrati, vero? ». « Dica piuttosto "scontrati": stamani, sull'autostrada! ».
- Un tale si sente dire dal medico: « Il caffè è un veleno lento ». « Lo credo bene, sono oltre sessant'anni che lo bevo e, d'altra parte, io non ho fretta di morire ».
- Dallo psichiatra. « Da quanto tempo è persuaso di essere un cane? ». « Da quando ero cucciolo, caro dottore! ».
- Un lettore di libri polizieschi è adagiato sul tavolo operatorio. Entra il chirurgo, e il paziente gli dice: « Dottore, potete togliervi la maschera! Vi ho conosciuto! ».
- Dal dentista. « Apra la bocca e la tenga ben aperta », dice il dentista a una signora. « Grazie, dottore, lei è molto gentile... ». « Perché signora? ». « Perché tutti mi dicono di tenerla chiusa ».
- « Ahi! Ahi! », grida una signora rivolta al dentista curvo su di lei. « Come è paurosa! non ho neppure cominciato a lavorare con il trapano... ». « Sì, ma mi ha pestato un callo facendomi vedere le stelle ».
- Due giovani sposi nel reparto maternità discutono animatamente. Motivo: Il loro bimbo è nato a mezzanotte tra sabato e domenica. Lui vuole chiamarlo Sabatino, lei Domenico. « Chiamatelo Weekend », dice il dottore, « e sia finita! ».
- Un ammalato grave domanda alla suora: « Di chi sono quei ritratti alle pareti? ». « Di benefattori dell'ospedale. Chi ha lasciato dieci, chi venti, chi trentamila lire ». « Oh, io lascerò ben di più! ». « Bravo! ». « Sì, ci lascerò la pelle! ».
- All'ospedale: « La ferita alla testa è mortale. Dalle altre parti può guarire in poco tempo ».
- La medicina è quella parte della scienza che si prende prima o dopo i pasti.
- « Dottore, ho una figlia che è pelle e ossa. Che mi consiglia? ». « Falla mangiare! ». « E chi se la mangia? ».
- Tutto quello che la medicina ha saputo fare contro il mal di testa, è di averle dato il nome « cefalea ».
- Il medico condotto è quello che fa le visite solo se ce lo portano.
- L'igiene è quella scienza che ha scoperto che bisogna lavarsi le mani prima di toccare i microbi.
- I clienti di un medico privato si chiamano ammalati, quelli invece che vanno alla Mutua sono pazienti.
- L'anticamera della Mutua è quel luogo dove i malati stanno seduti in attesa di guarire.

Liberamente tratto da:
Ridi, che ti passa!,
Milano, 1999



Ai Soci e Collaboratori delle nostre Opere Missionarie

Casa del Fanciullo "Goccia d'amore
Emilia Pasqualina Addatis",
Ezpeleta (Argentina)

Casa Hogar "Maria Consiglia Addatis",
Guadalajara (Messico)

Paud "Madre Addatis dari Nocera"
Ruteng-Flores (Indonesia)

(ottobre - dicembre 2018)

* **Concetta Villani** (coordinatrice-Nocera Sup.)

Da Nocera Superiore: Buc-
cino Anna, Canale Antoniet-
ta, Canale Rosanna e Marco
Serino, Cioffi Maria, Iannone
Maria, Liace Vito e Maria Rosa-
ria, Stanzione Luisa, Stanzione
Carolina, Stanzione Clelia, San-
toro Lucia, Villani Anna Maria.
Da Nocera Inferiore: Capaldo
Sabatino e Teresa. **Da Pagani:**
Ferraioli Sandra, Lamberti Ales-
sia, Lamberti Anna, Rinaldo Pa-
trizia, Rubino Teresa, Stanzione
Clelia. **Da S. Egidio di Monte
Albino:** Rubino Anna, Manzo
Anna, Manzo Stefania. **Da An-
gri:** Stanzione Rosetta.

* **Concetta Villani** (coordinatrice della chiesa cimiteriale, Nocera Sup.)

Da Nocera Superiore: Avino
Antonio e Maria, Battipaglia
Felicetta, Campanile Maria,
Di Mauro Rosanna, Esposito
Roberto, Fiumara Maria ved.
Ruggiero, Granato Annunziata,
Marrafino Lucia, Santucci Cle-
mentina, Villani Michela. **Da
Castel San Giorgio:** Amabile
Michela, Avallone Raffaella, Ca-
labrese Luigia. **Da Nocera Infe-
riore:** Califano Don Pietro.

* **Margherita Attanasio** (coordinatrice-Nocera Sup.)

Da Cava de' Tirreni: Bianco
Giuseppina. **Da Ercolano (NA):**
Limoncelli Carolina. **Da Nocera
Superiore:** Apicella Carmine,
Attanasio Carmela, Attanasio
Gerarda, Barbato Rosalba, Ca-
labrese Ada, Califano Vitaliano
Maria, Canale Anna, Caputo
Leonilde, Carezzi Germana,
Carrieri Enza, Carrieri Maria,
Caruso Antonietta, Cicalese
Maria, Cuofano Regina, Fami-
glia D'Ambrosi-Attanasio (An-
drea, Anna Maria, Aureliano,
Francesco), Desiderio Marilena,
Sessa Filomena, Di Lauro Vita-
liano Rosa, Ferrentino Giulia,
Foglia Iva, Guarnaccia Tina,
Guarnaccia Veronica, Limon-
celli Maria, Laurante Carmela,
Lodato Natalina, Longobardi
Maria, Luciano Maria, Nenna
Cira, Nizza Angela, Palmieri
Rosaria, Palumbo Felicetta, Pa-
lumbo Rosa, Petti Lucia, Petti
(Ines) Teresa, Saviello Lanzetta
Cecilia, Senatore Assunta, Sco-
la Clelia, Tanagro Olga, Troc-
chia Gerardo, Trocchia Maria,
Bannò Rosario, Vassalluzzo
Domenico, Vicidomini Rita e
Gina, Villa Anna Ruotolo, Sal-
zano Antonio. **Da Nocera Infe-
riore:** Cuomo Giusy, De Maio
Fortunata. **Da Roccapiemonte:**
Esposito Ferraioli Maria, Limon-
celli Pina. **Da Angri:** Famiglia
Attanasio - Montella (Caterina,
Raffaele, Valeriano, Lucia). **Da
Salerno:** Gionardelli Giovan-
na, Reale Maria Luigia, Santo-
nicola Camilla, Santoro Rosa.
Da Roma: Andrea Bevilacqua.
Da Sondrio: Impronta Adriana.

* **Madre Maria Zingaro** (coordinatrice-Roma)

Da Roma: Rizzo Silvana, Bor-
do Pietro e Loredana, D'Am-
broso Lucia. **Da Pesche (IS):**

Lalli Nicola e Rosa. **Da Tutt-
linghen (D):** Fontana Alfonso e
Carmen. **Da Nocera Inf. (SA):**
Montalbano Gerardo e Confor-
ti Livia. **Da Nocera Sup. (SA):**
Mauro Luisa. **Da Ortona (CH):**
Potena Enza. **Da Salerno:** Ian-
nelli Maria Antonietta.

* **Suor M. Daniela Trotta** (coordinatrice-Isernia)

Da Isernia: Cravelli Lidia, Di
Tardo Rosa, Trotta Serafina e
Giancarlo Tomo. **Da Pesche:**
Garofalo Cosmo e Iunco Maria,
Santangelo Archenio. **Da Casi-
nina (PS):** Pucci Maria Luisa e
Antonella.

* **Rita Cuofano** (coordinatrice-Nocera Sup.)

Da Nocera Superiore: Attana-
sio Maria, Buonocore Alfonso,
Carrieri Adelaide, Cuofano Rita,
Cuofano Maria Rosaria, D'A-
cunzi Raffaella, D'Acunzi Fran-
cesca, D'Acunzi Gabriella, La
Mura Rosa, Levante Anna, Le-
vante Iolanda, Gruppo A.V.C. di
Pucciano, Ruggiero Giuseppina,
Zito Lia. **Da Nocera Inferiore:**
Adinolfi Lucia, Della Porta An-
gela, Granato Anna, Ruggiero
Perrino Maria, Sellitti Antonella,
Spinelli Maria. **Da Castel San
Giorgio:** Castiello Carmelo. **Da
Roccapiemonte:** Capozzoli Vi-
viano Rosetta. **Da Mercato San
Severino:** Sarno Alfonso.

* **Suor M. Antonietta Marro** (coordinatrice-Napoli)

Da Isernia: Paolo Maddalena.
Da Petrella Tifernina: Prigio-
niero Carlo e Maria. **Dalla Sviz-
zera:** Di Pinto Mario e Angela,
Gruppo Donne di Azione Cat-
tolica, Di Pinto Filomena, Di
Pinto Katia.

✱ **Suor M. Renata Marucci**
(coordinatrice-Isernia)

Da Miranda: Ferrante Antonio e Mariuccia, Ferrante Maria, Maitino Concetta, Maitino Filomena, Narducci Maria Domenica. **Da Napoli:** Cardone Lina, Ziglioli Maria.

✱ **P. Antonio M. Cafaro**
(coordinatore-Napoli)

Da Napoli: Massarelli Giovanni, Pisani Andrea.

e grazie ancora...

Per "le offerte" inviate per la Serva di Dio Madre Maria Consiglia Addatis

(ottobre - dicembre 2018)

Paolina Petti (Portaromana), Suor M. Bernardetta Petrollini (NA), Gaetano Cercola (Nocera Inf.), Suor M. Paolina Rega (Portaromana), Raffaella Paganò-Calabrese (San Marzano sul Sarno-SA). Nina Montalbano (Nocera Sup.), Fr. Alessandro Ferreris (Sarno-SA), Suor M. Cecilia Alfano (Isernia), Rita Cuofano (Nocera Sup.), Rosa Schiavone (Toscanello-BO), Famiglia Valentini (Turi-Bari), Cinzia Scaramo (Pescara).

In visita alla Madre Maria Consiglia

Da ottobre - dicembre 2018, hanno firmato il Registro dei visitatori, circa 20 Persone, provenienti da: Nocera Superiore e Inferiore (SA), Salerno, Isernia, Napoli, Bologna, Pesche (IS), Afragola (NA), Roma.



Giovani Suore in Formazione

Ringraziamo gli amici che sostengono le nostre giovani che si preparano alla vita religiosa in Guadalajara (Messico), in Ezpeleta (Argentina) e in Ruteng-Flores (Indonesia). Famiglia Lalli (Pesche-IS), Famiglia Villani Concetta (Nocera Sup.).

Il ccp che arriva con la rivista non è una richiesta di denaro per l'abbonamento che è sempre stato e resta gratuito. Vuole solo facilitare il lettore e la lettrice che volesse fare un'offerta.



Rivista della Congregazione
delle Suore Serve di Maria Addolorata di Nocera

Orazione per la glorificazione
della Venerabile Madre Maria Consiglia

Signore,
mirabile nei tuoi santi,
glorifica anche in terra,
la tua venerabile Serva,
Maria Consiglia dello Spirito Santo.