

L'Uomo

vivo!

Anno 5, numero 1, Natale 2012

pro manuscripto ■ ■ ■ ■ ■

periodico quadrimestrale
della parrocchia
Maria Ss. Madre della Chiesa,
Stella di Monsampolo (AP)



Per questo amo il presepe. Soprattutto, perché mi suggerisce un'arditezza ancora più grande: che Lui, il Signore, è disposto a ricollocare la sua culla, ancora oggi, tra le pietraie della mia anima inquieta.

(don Tonino Bello)



Festa del Ciao ACR, piazza Binni - 27/10/12

Anno 5, numero 1, Natale 2012

Sommario

Vita parrocchiale pp. 4-5

Attualità pp. 6-7

50 anni dal Concilio pag. 8

Speciale Natale 2012

pp. 9-12

Natale con i tuoi

Spazio ragazzi pag. 15

Le ricette pp. 16-17

Territorio pag. 13
Sport pag. 14

Buon Natale nell'anno della Fede

editoriale di Don Bernardo Domizi

L'anno della fede che stiamo vivendo, proclamato dal Papa, deve diventare un anno straordinario per noi cristiani. A Natale Dio viene incontro all'uomo per amore ed offre a ciascuno un annuncio di salvezza, una possibilità imprevista di trovare una gioia piena e duratura.

Vogliamo lasciare spazio nel nostro cuore e nella nostra mente a sentimenti di generosità, di fiducia, di ricerca di giustizia, di perdono, di attenzione privilegiata ai più deboli: anziani, malati, bambini.

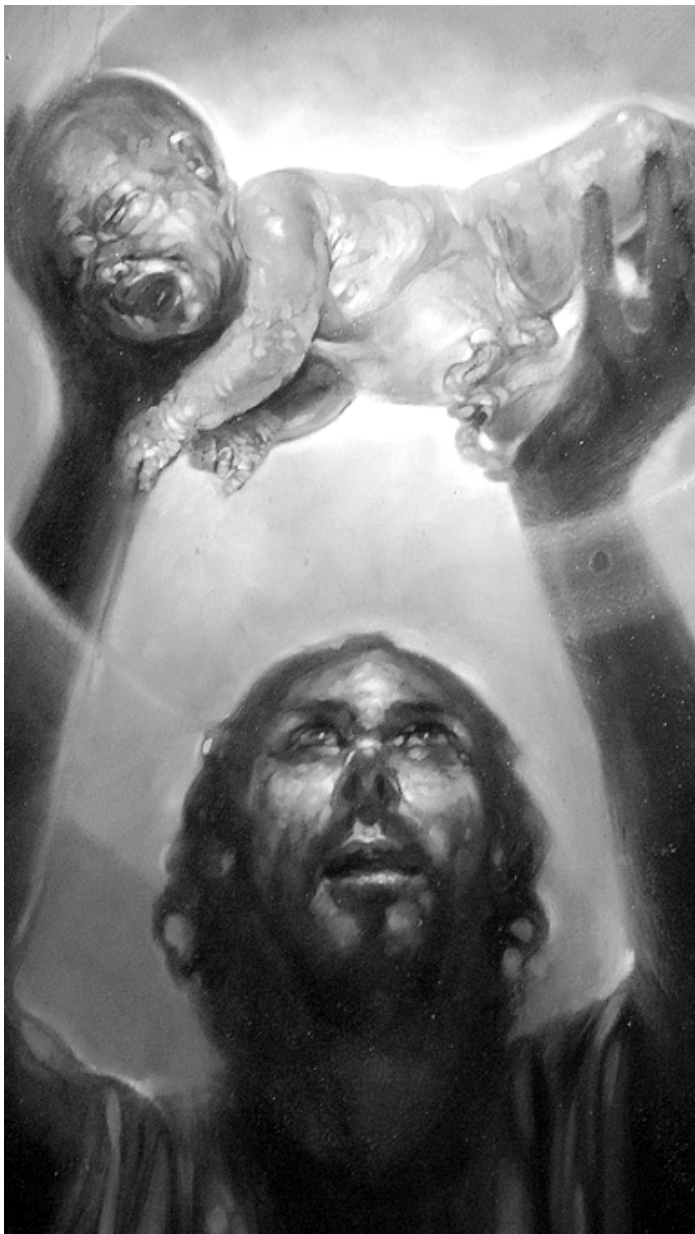
Celebrare il Natale in questo anno allora, deve avere il sapore di rinnovare la scelta di seguire Cristo, ritrovare la gioia di credere e l'entusiasmo di comunicare la propria fede nel Dio-uomo.

Dio nel Natale ci è venuto incontro col figlio Gesù, questo è il miracolo che si celebra.

Noi, con il dono dello Spirito Santo, rinnoviamo il miracolo guardando il volto del fratello accogliendolo, amandolo.

Buon Natale.

Il vostro Parroco Don Bernardo



Gli appuntamenti da ricordare:

-23 Dicembre, ore 17:00: "Canti di Natale" presso la parrocchia Maria Ss. Assunta a Monsampolo, a cura della corale

-23 Dicembre, ore 21:00: saggio degli allievi dei corsi di musica dell'ass.ne Art & co, a seguire esibizione per duo di arpe e violoncello Teatro comunale, ingresso gratuito

-Durante le feste: raccolta alimentare e di materiale scolastico a cura del settore Ragazzi dell'AC parrocchiale, a beneficio dell'ass.ne Superfac di Pagliare del Tronto

-26 Dicembre e 1 gennaio: presepe vivente a Monsampolo a cura della New Generation MSP, dalle ore 17 alle 20 presso il centro storico

-5 Gennaio, dalle ore 16:00: "La befana vien di notte", dolci e ristoro per grandi e piccoli - Piazza Castello, Monsampolo

-5 Gennaio:, ore 21:15 spettacolo dei Giovani di AC della parrocchia, presso il Teatro comunale (ingresso gratuito)

-6 gennaio, ore 16:00: maxi tombolata dell'ass.ne S. Egidio 1972, presso il bocciodromo in c.da Sant'Egidio

-13 gennaio, ore 16:00: concerto per pianoforte e soprano, presso l'abbazia dei Ss. Benedetto e Mauro a cura dell'ass.ne Art & co, ingresso gratuito

-1 e 2 Febbraio: festa diocesana della Pace, a cura dell'Azione Cattolica diocesana



Azione Cattolica: diamo i numeri!

I “numeri” dell’Azione Cattolica parrocchiale: un modo per contarci e fare spazio!

di *Samuela Torquati*



- **19:** gli educatori/animatori che guidano i gruppi di Azione Cattolica in parrocchia.
- **11:** i membri del consiglio parrocchiale di Azione Cattolica.
- **3:** 2 chitarre + 1 organo che guidano il coro nell’animazione della Messa domenicale.
- **2:** i Giovanissimi che quest’anno affronteranno l’esame di maturità.
- **2:** i Giovani che sono diventati dottori in economia ad Ottobre.
- **6:** sono i gruppi ACR dai 6 ai 14 anni.
- **70:** ragazzi in media presenti il sabato il parrocchia.
- **2:** gli assistenti parrocchiali, sempre presenti, don Bernardo e don Daniele.
- **3:** i neo-educatori che da quest’anno hanno messo a disposizione il loro tempo per i più piccoli.
- **15:** gli adulti che si incontrano una volta al mese per percorrere insieme il cammino di AC.
- **20:** gli anni che compie quest’anno l’ACR nella nostra parrocchia.
- **5:** le teglie di maritozzo con la nutella che abbiamo mangiato con i ragazzi per festeggiare!
- **15:** i ragazzi che frequentano in media il gruppo Giovanissimi tutti i lunedì.
- **80:** i ragazzi che hanno partecipato alla Festa del Ciao “Tutti in scena” il 27 ottobre 2012.
- **20:** i Giovani che si incontrano in gruppo ogni 2 settimane in parrocchia per confrontarsi sui temi della condivisione, dell’accoglienza e della Carità.
- **6:** i giovanissimi che hanno partecipato al weekend di spiritualità diocesano del 24-25 nov 2012.
- **2:** sono le feste realizzate il 1° dicembre per i ragazzi dell’ACR per promuovere l’Adesione e conoscere insieme il cammino di tutti i settori di Azione Cattolica e scoprire come è fatto un teatro.

- **20:** giovani e giovanissimi che hanno fatto “levataccia” per partecipare alla tradizionale col’Azione Cattolica sabato 8 dicembre in occasione della Festa dell’Adesione.
- **22:** giovanissimi, giovani e adulti che hanno partecipato al tradizionale pranzo associativo al Tramonto di Ancarano.
- **4:** i sensi che abbiamo riscoperto con i ragazzi dell’ACR nel cammino liturgico dell’Avvento.
- **5** sono i pani e **2** i pesci che quest’anno siamo chiamati a condividere per portare frutto nelle nostre realtà quotidiane, per essere cibo per gli altri, per essere testimonianza viva e attiva di Cristo!

Sono tanti i numeri che raccontano le persone e le iniziative presenti nella nostra bella realtà parrocchiale, ma quanti numeri mancano per renderla ancora più bella?!

- **4:** i giovani/adulti che potrebbero offrire il loro servizio a Tetris, il nostro progetto di Parrocchia Aperta.
- **1:** esperto in direzione corale per aiutare chi già ha messo a disposizione le proprie capacità canore ed il proprio impegno nel coro parrocchiale.
- **5 (minimo!):** coppie di genitori o singoli adulti che vengano a fare esperienza del cammino del gruppo adulti, anche per poter sperimentare lo stesso cammino di gruppo dei figli all’ACR o ai giovanissimi e per poter pensare e realizzare nuove iniziative per tutta la comunità.
- **3:** adulti che dedichino il loro tempo per il tradizionale spettacolo teatrale che vede coinvolti ogni anno 15-20 persone del settore Giovani.

Certamente non siamo solo numeri ma se questi dati ti hanno incuriosito “vieni anche tu a vedere perché”! Di spazio ce n’è per tutti!





Lo stupore dell'Anunciazione

Il dipinto della nostra chiesa parrocchiale, un gradito regalo di Natale per tutti noi!

di don Daniele De Angelis



In una famosa canzone per bambini si dice: "I sogni son desideri chiusi in fondo al cuore". Oggi la Parrocchia di Stella può aggiungere: "I desideri del cuore sono realtà". Poche parole per descrivere un percorso lungo anni, un lungo tempo di attesa vissuto nella speranza che si potessero ammirare anche nella chiesa di Stella delle immagini sacre in grado di aiutare i fedeli nella preghiera. Oggi, quelle attese hanno trovato un pieno compimento proprio in un tempo carico di grazia come è l'Avvento. Chi ringraziare? Sicuramente il nostro parroco don Bernardo che ha "custodito" questo sogno nel cuore e ha permesso che si realizzasse nell'occasione del 50° anniversario della sua ordinazione sacerdotale avvenuta il 26 febbraio del 1963. La sua perseverante volontà e il suo buon gusto hanno permesso l'arrivo in parrocchia dell'artista brasiliano Ruberval Monteiro da Silva.

Ciò che mi ha stupito di lui non sono state tanto le sue capacità artistiche, ma la sua grande disponibilità, l'umiltà e l'allegria tipica dei sudamericani. Durante il suo lavoro non sono mancati momenti di condivisione e di preghiera comune in cui abbiamo potuto sperimentare la sua fede profonda e appassionata. Il tema dell'annunciazione scelto da don Bernardo in comunione con il vescovo intendeva far emergere il legame tra l'opera e il titolo mariano della nostra parrocchia. In effetti, con l'annunciazione si compie il primo atto di vita della Chiesa, Maria diventa madre di Gesù e quindi madre di ogni cristiano.

Dopo un contatto durato più di un anno, il monaco benedettino Ruberval Monteiro da Silva arrivava a Stella il 28 ottobre per dare inizio ai lavori che hanno visto la loro ultimazione alla fine del mese di novembre. Ma, forse qualcuno di voi vorrebbe conoscere qualcosa di più sul nostro artista. Ebbene, Ruberval è nato il 25 dicembre 1961 a Rolandia nel sud del Brasile, ha fatto la professione monastica nel Monastero Benedettino della Risurrezione, a Ponta Grossa nello stato del Parana, è stato ordinato sacerdote il 4 settembre 1993 e dopo gli studi in

teologia si è licenziato in liturgia e iconografia al Pontificio Istituto Orientale di Roma nel 2003. Negli anni 1995-96 fu allievo di Marko Ivan Rupnik e Aleksandr Kornooukhov, presso la Scuola di Arte Spirituale del Centro Enzo Aletti, Roma.

Ciò che più lo caratterizza nel panorama artistico è la sua tensione ad integrare la tradizione dell'arte cristiana nel mondo contemporaneo e nella chiesa odierna. In questo senso, l'annunciazione a Stella rappresenta in modo esemplare il suo stile leggibile e carico di pathos. I colori sono caldi e le immagini sono estremamente simboliche. L'arcangelo Gabriele emerge dal fondale nel suo estremo dinamismo, è intento a portare l'annuncio a Maria. Le ali e i piedi esprimono evanescenza e leggerezza. Nella mano sinistra tiene il caduceo, mentre la destra con l'indice e il medio alzati indicano la trasmissione della Parola di Dio.

La figura angelica è totalmente protesa verso Maria che siede in trono in quanto Regina del cielo, degli angeli e dei santi. I piedi della Madonna poggiano su un cuscino geometrico che segna i quattro angoli della terra, la tunica è celeste segno della sua umanità, il mantello è rosso segno della divinità che la ricopre e la custodisce da ogni peccato. Il manto è carico di stelle dorate segno di sacralità e santità. La mano destra è benedicente, mentre la sinistra si protende verso il popolo di Dio in segno di accoglienza. La posizione è estatica e trionfale per dire tutta la dignità di Maria, la donna che con il suo sì ha permesso l'incarnazione del Verbo.

Dunque, una scena stupenda che cattura la mente e il cuore dei fedeli e li inserisce nel mistero di Dio. L'invito per questo Natale è di sostare in preghiera di fronte a questo spettacolo per poter meditare il brano evangelico in cui per la prima volta risuona il nome di Gesù, il primo attimo in cui il Figlio di Dio si fa uomo. Ci scopriremo accompagnati dall'amore di Dio che viene a farsi prossimo a ciascuno di noi nella debolezza della nostra finitudine.



2012, fine del mondo? No, grande cambiamento!

di Rino Accettura

Avete notato quanto in questo periodo si è parlato del 21/12/2012? Fine del mondo? No, grande bufala. Certo non si può negare che la profezia dei Maya sul 2012 sia entrata con forza nell'inconscio collettivo. Ma con quali tinte? Cosa significa veramente questa data? Cosa sarebbe dovuto accadere davvero?

Certo i fatti recenti, i disastri ambientali, le catastrofi naturali cui stiamo tristemente assistendo potrebbero facilmente portare a conclusioni catastrofiste e di questi tempi è davvero difficile mantenere alto il livello di fiducia. Basti ricordare il disastro di Fukushima o quello petrolifero del Golfo del Messico.

È davvero importante che, in questo momento storico, non ci facciamo abbattere dalla sfiducia e dalla tristezza e che rimaniamo centrati e forti. È fondamentale non lasciare spazio alla rassegnazione e rafforzare la nostra determinazione al cambiamento. Tutto sta cambiando molto velocemente: le vecchie strutture sociali, economiche, politiche stanno crollando sotto la spinta di queste forti energie di trasformazione. La Terra stessa sembra ribellarsi e mostra all'uomo come le più sofisticate tecnologie produttive, quando vanno contro le leggi della Natura (come il nucleare), sono destinate prima o poi a distruggere la vita e la possibilità di sostentamento di chi ad esse si affidava. Il nuovo ancora non è così visibile e sembra lontano dal delinearsi; ciò che balza davanti agli occhi è questo scenario di caos e la violenza esercitata dai vecchi sistemi che cercano faticosamente e inutilmente di resistere.

Come non cadere nel catastrofismo di chi ha visto nel 2012 l'imminente fine del mondo? Affrontando tutto questo come una grande sfida evolutiva, una sfida per l'umanità. Noi siamo gli architetti della nuova era ed il compito principale della nostra generazione è proprio quello di dar vita a nuove forme di pensiero, disegnare il grande progetto lastricando la strada verso un futuro migliore. Per questo il primo lavoro di trasformazione sociale avviene lavorando su noi stessi, entrando nel nostro personale cammino di crescita. L'evoluzione dell'umanità deve partire dall'evoluzione di ciascuno di noi, dal "basso" e dal "piccolo".

Sempre più ci lamentiamo perché non intravediamo delle alternative valide tra i "nostri" politici ma io sono

assolutamente convinto che le valide alternative non verranno da quel mondo incancrenito che non riesce a uscire dalla logica degli schieramenti e delle opposizioni. Non possiamo sperare nell'arrivo di governanti illuminati che rivoltino le sorti del nostro paese, ma dobbiamo noi tutti generare un uomo nuovo. L'uomo nuovo è ciascuno di noi, che prende la decisione di conoscere se stesso, di lasciar andare le vecchie strutture che governano il suo pensiero e le sue azioni, che intraprende questo viaggio interiore, per disseppellire la propria consapevolezza, portarla alla luce e restituirle la guida delle proprie azioni, dei propri modi di pensare, progettare, relazionarsi, lavorare. Questo è l'uomo nuovo, che darà vita alla nuova società, a nuovi paesi, al nuovo mondo, alla nuova era. È di fondamentale importanza che in questo momento riusciamo a mantenerci saldi in noi stessi, senza farci abbattere da tutto ciò che vediamo accadere intorno a noi e che mettiamo tutte le nostre forze al servizio della nostra evoluzione per "cavalcare" queste energie di cambiamento così potenti e sfruttare al meglio questa enorme sfida evolutiva che l'umanità è chiamata ad affrontare.

Quindi più che interrogarci su cosa esattamente sarebbe accaduto il 21 dicembre 2012, faremmo meglio a pensare a cosa accadrà all'umanità e alla terra se non cambiamo. Faremmo meglio a prendere coscienza del grande cambiamento planetario che già è cominciato e a sintonizzarci con esso, mettendoci al timone della nostra personale evoluzione. Trasformiamo questo titolo così presente su tutti i media: "2012: Fine del Mondo?" in un nuovo titolo: "2012: Fine del Vecchio Mondo, la nascita dell'Uomo Nuovo". Ed ecco che forse dovremmo prendere in considerazione questi quattro piccoli suggerimenti che sicuramente sarebbero fonte di un positivo cambiamento: amiamo e lasciamoci amare più che possiamo nella nostra vita; conosciamo e miglioriamo noi stessi sempre; cerchiamo di fare di tutto per lasciare il nostro mondo, la nostra vita, le nostre relazioni migliori di come lo abbiamo trovate; cerchiamo di essere felici, perché la felicità sarà per tutti se noi la manifesteremo nella nostra vita.

Se tutti seguissero queste quattro semplici "regole" quanto sarebbe diverso il mondo! Allora auguriamoci un buon cammino verso il futuro (anche perché la fine del mondo non è avvenuta) ma soprattutto verso noi stessi!



L'Islam

Per conoscere ed accogliere

di don Daniele De Angelis



Risulta quanto mai difficile sintetizzare la ricchezza di una fede in poche righe, per questo la presentazione sarà certamente incompleta e inadeguata, ma intende lanciare alcuni spunti di riflessione e di approfondimento utili per costruirsi un panorama iniziale.

Una riflessione su quella che è una delle più importanti religioni monoteiste dell'umanità risulta quanto mai opportuna proprio a partire dai documenti conciliari che in questo anno della fede stiamo riscoprendo. Nel documento Lumen Gentium possiamo leggere: "Il disegno di salvezza abbraccia anche coloro che credono ad un unico creatore". Questo è il presupposto dal quale è possibile far emergere non solo le differenze, ma anche ciò che permette di costruire un dialogo.

Ecco ciò che più unisce il Cristianesimo e l'Islam: la fede in un solo Dio creatore e misericordioso, il giudizio finale e la risurrezione (anche se con gli opportuni distinguo), la preghiera, il digiuno, l'elemosina e il nostro comune riferimento ad Abramo, padre di Isacco avuto da Sara, e di Ismaele avuto da Agar. Isacco è il capostipite degli ebrei e quindi dei cristiani, Ismaele dei musulmani. Detto questo non è possibile dimenticare la diversità più evidente tra il Cristianesimo e l'Islam, e cioè per l'Islam Gesù è solo un profeta, mentre per i cristiani Gesù è il Figlio di Dio, il Verbo fatto carne morto sulla croce per la remissione dei peccati dell'uomo e risorto.

Dunque, mentre il Cristianesimo è legato inscindibilmente a Gesù, l'Islam nasce e si sviluppa con Maometto (Muhammad, ovvero "colui che è degno di lode") a partire dal VI-VII secolo d.C. Islam è un termine arabo che significa "sottomissione a Dio"; non intende indicare solo una religione, ma diverse espressioni di un'unica religiosità che si ritrova accomunata dall'unica fede in Allah, dal testo sacro, cioè il Corano (al-qur'an, cioè "recitare") e dal profeta Maometto.

Il Corano contiene la rivelazione fatta da Dio a Maometto attraverso la mediazione di un angelo identificato in Gabriele. Raccoglie 114 rivelazioni

(Sure) ordinate per lunghezza decrescente. Ogni parola del Corano è parola di Dio per questo motivo nell'Islam si pone la massima cura nella sua trasmissione. Evidenti sono le differenze tra il Corano e la Bibbia. Quest'ultima è ispirata da Dio, la sua parola è mediata dai profeti e diventa carne con Gesù, mentre per l'Islam il Corano è parola rivelata, sacra e originale che non può essere interpretata se non nel suo senso letterale. Ciò che può sorprendere, invece, è la grande quantità di riferimenti a Maria.

La Sunna rappresenta la "tradizione" cioè la raccolta delle consuetudini, degli usi e dei costumi trasmessi di generazione in generazione e costituisce il patrimonio di valori condivisi, mentre gli Hadith sono i racconti che riportano fatti e detti del profeta ed hanno un valore esemplare. In questo percorso di ricognizione dell'Islam non si possono dimenticare i cinque precetti di un musulmano: PREGHIERA (Salat): 5 volte al giorno; PELLEGRINAGGIO (Hagg): si può fare quando si vuole, caratteristica è la circum-ambulazione cioè il cammino intorno alla ka-aba una pietra nera a la Mecca; DIGIUNO (Ramadan): sono esonerati i malati o chi è cagionevole di salute; ELEMOSINA (Zakat): dovere di fare elemosina verso i poveri; PROFESSIONE DI FEDE (Shahada): enunciazione delle due verità fondamentali dell'islam: unità e unicità di Dio e la missione profetica di Maometto.

Come possiamo notare, molte sono le cose che ci accomunano e da queste è possibile ripartire per costruire percorsi di dialogo e di solidarietà capaci di renderci tutti dei veri testimoni del Dio dell'amore e della pace che ci chiama a sé secondo modalità diverse, ma con la certezza di un comune fine ultimo. Per noi cristiani il Natale è proprio il segno di questo amore. Dio ci ama al punto da dare il suo unico Figlio per la nostra salvezza. Per noi Dio si è fatto uomo per dirci che l'altro non è più lo straniero, non è più una minaccia e un pericolo, ma il prossimo, un fratello perché prima di ogni altra cosa siamo tutti figli di un unico Padre.



Ripetete con me: AC-TUO-SI-TA-TEM

Il primato dei laici secondo il Concilio Vaticano II

di Giulio Petrucci



C'è una parola latina che è difficilissima da pronunciare ed è accuos... no, aspetta... è actosti... nemmeno... ah, proviamo con questa: excalibur!!! No, nemmeno. Ah, sì: la parola è actuositatem e significa attualità. Una parola che a molti di noi fa venire in mente l'urgenza delle cose di oggi: l'economia, lo spread, la politica, qualche fatto di cronaca. Del resto, il nostro essere laici, immersi quindi nelle realtà del mondo, non dovrebbe portarci a sentire sulla nostra stessa pelle l'urgenza di queste cose? Certo. E la Chiesa, nella sua immensa sapienza, non perde occasione di ricordarci di come questo sia parte integrante della nostra vocazione.

Apostolicam Actuositatem, cioè attualità apostolica; così si intitola il decreto con cui il Concilio Vaticano II affronta il tema dell'apostolato dei laici. Erano decenni di grande fermento: la Santa Sede guardava con profondo interesse alle varie opere apostoliche laicali che andavano costituendosi nel mondo, incoraggiandole: individuava in Messico la diffusione capillare dell'Azione Cattolica come metodo per la risoluzione della guerra civile che insanguinava il paese nei primi anni '30 (cfr. Firmissimam Constantiam) mentre l'opera formativa dell'Azione Cattolica italiana aveva cresciuto una generazione di persone capaci di prendere in mano le sorti del Paese dopo il tragico epilogo del secondo conflitto mondiale e la caduta regime fascista: gli anni '50 e '60, infine, videro tenersi in Vaticano ben due congressi mondiali per l'apostolato dei laici. Fiorivano numerosi esempi di santità laicale: Piergiorgio Frassati, Alberto Marvelli, Gianna Beretta Molla, i coniugi Beltrame Quattrocchi e tanti altri uomini e donne capaci di impegnarsi profondamente al servizio del mondo per la sua santificazione, capaci di dare una testimonianza davvero credibile di fede, speranza e amore.

Man mano che la società si faceva più complessa nei suoi difficili equilibri sociali, nel suo progresso (si pensi all'esplosione di fenomeni come l'industrializzazione, l'alfabetizzazione di massa, la diffusione della televisione, ecc.) ci si rendeva conto che la messe era davvero molta e gli operai... be',

forse avevano bisogno di un abbraccio da parte di Mamma e Papà per avere il coraggio di guardare in alto e impegnarsi in questo grande compito: edificare la Città di Dio nella città degli uomini.

Ecco, mi piace credere che la Apostolicam Actuositatem voglia essere questo abbraccio messo per iscritto. Un abbraccio a tutti noi che quotidianamente ci scontriamo con i mille problemi della vita familiare, lavorativa, sociale, culturale e politica: questi sono infatti i luoghi dove ci viene chiesto di essere sale, luce, lievito. Nei primi due capitoli, il documento spiega che la vocazione dei laici all'apostolato nasce dalla loro partecipazione alla missione universale della Chiesa. Questa missione ha come scopo il raggiungimento dell'anima di ogni uomo da parte della Grazia salvifica di Cristo: l'obiettivo è quindi l'evangelizzazione e la santificazione delle anime e il modo di raggiungerlo è quello proprio della condizione laicale: "l'animazione cristiana dell'ordine temporale", impregnare di Cristo questo mondo a cui dobbiamo guardare con amore e di cui dobbiamo discernere le dinamiche con competenza e profondità, al fine di poterlo "ordinare secondo Dio".

Il documento prosegue poi affrontando altri temi come i vari campi di apostolato, le diverse forme dell'apostolato individuale e organizzato, la formazione necessaria per questo compito.

Siamo arrivati alla conclusione, e trovare le parole per chiudere è sempre la cosa più difficile. E allora sapete che faccio? Cedo la parola a chi di certo troverà la conclusione adatta: *"È ancora lui che li manda in ogni città e in ogni luogo dove egli sta per venire, affinché gli si offrano come cooperatori nelle varie forme e modi dell'unico apostolato della Chiesa, che deve continuamente adattarsi alle nuove necessità dei tempi, lavorando sempre generosamente nell'opera del Signore, sapendo bene che faticando nel Signore non faticano invano."* [Apostolicam Actuositatem, Esortazione Finale].



Dal Vangelo di Giovanni



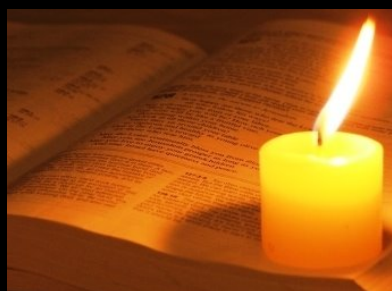
In principio era il Verbo, il Verbo era presso Dio e il Verbo era Dio. Egli era in principio presso Dio: tutto è stato fatto per mezzo di lui, e senza di lui niente è stato fatto di tutto ciò che esiste.

In lui era la vita e la vita era la luce degli uomini; la luce splende nelle tenebre, ma le tenebre non l'hanno accolta. Venne un uomo mandato da Dio e il suo nome era Giovanni. Egli venne come testimone per rendere testimonianza alla luce, perché tutti credessero per mezzo di lui.

Egli non era la luce, ma doveva render testimonianza alla luce. Veniva nel mondo la luce vera, quella che illumina ogni uomo. Egli era nel mondo, e il mondo fu fatto per mezzo di lui, eppure il mondo non lo riconobbe. Venne fra la sua gente, ma i suoi non l'hanno accolto.

A quanti però l'hanno accolto, ha dato potere di diventare figli di Dio: a quelli che credono nel suo nome, i quali non da sangue, né da volere di carne, né da volere di uomo, ma da Dio sono stati generati.

E il Verbo si fece carne e venne ad abitare in mezzo a noi; e noi vedemmo la sua gloria, gloria come di unigenito dal Padre, pieno di grazia e di verità. Giovanni gli rende testimonianza e grida: «Ecco l'uomo di cui io dissi: Colui che viene dopo di me mi è passato avanti, perché era prima di me». Dalla sua pienezza noi tutti abbiamo ricevuto e grazia su grazia. Perché la legge fu data per mezzo di Mosè, la grazia e la verità vennero per mezzo di Gesù Cristo. Dio nessuno l'ha mai visto: proprio il Figlio unigenito, che è nel seno del Padre, lui lo ha rivelato.



La venuta di Gesù tra gli uomini



di Ornella Capitani



Nell'anno della fede che stiamo vivendo, la Parola è fondamentale. La Parola di Dio, il Verbo di cui parla Giovanni, è Gesù: la Parola che esiste in Dio da prima del mondo, per mezzo della quale fu creato tutto, che fu mandata sulla terra per trasmettere a tutti gli uomini il messaggio di salvezza e per renderli partecipi della natura divina e che, una volta compiuta la sua missione, torna al Padre.

Per prepararci ad accogliere Gesù, Verbo di Dio, e a seguire i sentieri che questo ci indica, facciamo in modo che il nostro cuore non sia appesantito e, seguendo i suggerimenti del Battista, che i burroni siano riempiti e le colline abbassate. Non circondiamoci solo delle nostre parole, che a forza di parlare perdono il loro valore, risuonano e passano, ma lasciamoci penetrare dalla Parola che non passa mai, che vivifica, che dà speranza e dona salvezza. Il Verbo non ha inizio, è da sempre; ha creato tutto, è vita. La vita è la luce. E la luce è Dio, che è amore.

Come il Padre è luce, così anche il Verbo è luce, riflesso e splendore del Padre, ed è questo il tema che ritroviamo nella rivelazione biblica: in Is 49,6, preannunciando la venuta sulla terra del Messia, Dio dice: «io ti renderò luce delle nazioni»; quando nella pienezza del tempo Gesù viene in mezzo agli uomini, «il popolo che camminava nelle tenebre vide una grande luce; su coloro che abitavano in terra tenebrosa una luce rifulse» (Is 9,1); Giovanni nel suo vangelo, risalendo alle origini dell'universo e delineando l'incarnazione del Verbo, proclama: «veniva nel mondo la luce vera, quella che illumina ogni uomo» (Gv 1,9).

La luce di Dio, il suo amore, si sono manifestati agli uomini nell'umanità del Verbo. Gli uomini, però, non hanno avuto occhi per la luce, hanno rifiutato la luce, non sono stati capaci di accogliere la luce. Sono troppo spesso immersi nelle tenebre che si rinnovano ogni giorno come banchi di nebbia e la luce deve fare irruzione per dissiparle. Tutti quelli che credono alla luce, invece, diventano figli della luce: per mezzo del mistero dell'incarnazione di Gesù, Verbo di Dio, vengono dotati di vita soprannaturale, vengono resi capaci di conoscere e amare Dio e diventano figli di Dio dall'alto.

Con il mistero dell'incarnazione il Verbo si fa carne e i due estremi si toccano: il Verbo è Dio, il trascendente, l'infinito; la carne è la creatura umana nella sua fragilità e nella sua debolezza. Il Dio di Gesù è talmente innamorato degli uomini che chiede di essere accolto per fondersi con ciascun uomo ed è nell'umiltà dell'incarnazione di Gesù, Verbo di Dio, che si realizza la presenza reale, tangibile ed eterna del Dio - con - noi.



Il Natale di un sacerdote

di don Andrea Tanchi



“Natale con i tuoi ?” Certo con la mia comunità parrocchiale!

Il santo Natale per un sacerdote ha una valenza particolare. C'è un desiderio forte: quello di far posto a Gesù che nasce per noi, comunità parrocchiale che attraverso questo evento d'amore di un Dio che si fa bambino, dovrebbe esprimere la profezia dell'essere una famiglia di famiglie.

Tutta la preparazione per vivere al meglio il Natale, avvicina molto le persone della parrocchia tra loro ed allo stesso tempo le rende più vicine anche al sacerdote, che è un po' il padre di tutti.

Il Natale diventa così la festa delle relazioni che si stabiliscono nel tessuto parrocchiale.

Ci sono i bambini, a cui spiegare come sia più importante accogliere Gesù che nasce invece di Babbo Natale, e con cui preparare il recital, che quest'anno abbiamo liberamente tratto dalla fiaba de Il Piccolo Principe.

Ci sono i giovani e gli adulti con cui, nel preparare il presepe in chiesa e pensando a cosa comunicare, si vivono dei momenti di confronto molto belli, che abbracciano tutte le problematiche della famiglia e per me sacerdote diventano occasione propizia per rilanciare una speranza certa: nonostante i mille problemi e le tante preoccupazioni Gesù nasce ugualmente.

In questi giorni in cui tutti sono un po' più disponibili, la comunità diventa davvero la mia famiglia con cui mi preparo ad accogliere Gesù bambino, con la speranza che ciò non derivi dai vari spot pubblicitari, bensì dall'evento di grazia del mistero dell'incarnazione.

Allora, nonostante i limiti di ciascuno e soprattutto i miei, cerco di rendere tutta la parrocchia un grande presepe dove ognuno fa la sua parte per accogliere Gesù. Mi piace pensare alla mia comunità parrocchiale nella sua quotidianità come luogo profetico dove Gesù possa nascere. A volta tutto ciò rimane un bel sogno, ma a Natale il sogno diventa speranza certa!

“...cerco di rendere tutta la parrocchia un grande presepe dove ognuno fa la sua parte per accogliere Gesù..”





Il Natale di chi si mette al servizio

di *Nazzarena Caioni*



Si. Un semplice e timoroso si detto con totale abbandono lascia poi che sia il Signore a dare compimento e senso alla vita, agli eventi. Questo è ciò che è avvenuto nel Natale 2004, quando per la prima volta pensammo al pranzo di Natale, che fu organizzato e realizzato per 50 persone nel piccolo spazio dell'associazione "centro di solidarietà".

Invitammo per l'occasione don Gianni e spontaneamente gli proponemmo il pranzo in chiesa per l'anno successivo. La sua risposta fu: "Perché non me lo avete chiesto prima! Vi avrei detto sì!". E così è stato per tutti gli anni a seguire. Ancora un piccolo sì che dà vita ad un amore più grande che riscalda il cuore di tutti indistintamente.

È l'opportunità per ritrovarci insieme con tutti, soprattutto per chi ha bisogno di passare

un Natale diverso, non "freddo", ma attraversato dal calore di tante persone che scelgono di condividere insieme questo giorno di festa che ci ricorda la nascita di Gesù. La condivisione del pranzo diventa momento di gioia e di letizia soprattutto con chi non può farlo, perché non ha una tavola ed una famiglia... ed è questo che la nostra Chiesa diventa il giorno di Natale.

Un grazie va a tutti quelli che hanno contribuito a rendere questo momento possibile ed accogliente; insieme tutto è più semplice e completo. In particolar modo vorremmo ringraziare tutti i ragazzi: i loro occhi erano come lanterne luminose piene di speranza.

"Anche le anime come fiumi e le piante avevano bisogno di un altro tipo di pioggia: la speranza, la fede, la ragione di vivere. Quando ciò non accadeva in quell'anima moriva tutto, anche se il corpo continuava a vivere." (Paulo Coelho)





Il Natale di un militare

di un milite ignoto



Caro soldato,

è così difficile condividere il tuo lavoro. Vivere fuori di casa, lottando per la difesa dei nostri ideali è una realtà a volte difficile da condividere. Credo che la tua anima abbia lottato contro tutti i nemici dell'uomo, inclusa la pena, il dolore e la paura. Eppure il tuo coraggio ti spinge a stare in piedi come se tu dovessi reggere la sorte di tutte le battaglie.

Grazie. Grazie per aver garantito, in questi anni, la pace a quelli come noi, più fragili e meno convinti di poter combattere per uccidere quel male che purtroppo insegue il nostro pianeta. Ci saranno sempre dei coraggiosi come te, come ci saranno sempre, spero, meno tiranni da dover fronteggiare. Tu sei una parte di tutti noi. La parte migliore. Quella che ha conservato la fede e che la fa brillare nel proprio cuore, giusto per ricordarsi per quale motivo si lotta. Io spero che quest'obiettivo che anima il tuo spirito ti protegga da tutti i mali e che ti riporti a casa presto, dai tuoi cari. Perché a casa c'è l'orgoglio di una nazione che veglia e che prega per te, per farti tornare sano e salvo.

Caro soldato, il Natale è arrivato e questa lettera è per te che immagini, solo col cuore, le luci colorate della tua città. Qualunque sia la tua missione, sono certo che sia sempre importante e forse non basterebbero mille lettere per donarti un pezzo di Natale. Una lettera non porta la neve, né lo stupore dei bambini davanti al presepe, ma spero ti doni una serenità d'animo che altrimenti dovresti solo cercare di sognare. Sebbene tu non li veda, hai tanti amici. Sebbene tu non ci possa sentire, noi ti

ascoltiamo. Perché nemmeno dall'altra parte del mondo tu sei solo. Gesù nasce soprattutto dove sei tu, tra la "tua" gente e nel concreto desiderio di amore per ogni uomo. Come ogni Natale, nell'aria si percepisce il desiderio di pace. Come ogni Natale qualcuno non potrà festeggiare assieme ai propri cari perché lontano, ma non col cuore, dalla propria casa. E per ogni soldato in missione c'è una lettera di speranza da uno spirito amico che vuole solo ricordargli che la fede non ha una residenza ma è ovunque un uomo la voglia trovare.

Che questo Natale porti un piccolo segno di felicità e di speranza a tutti quelli che combattono per la non violenza, per il no alla guerra. Che il Dio-uomo, Gesù, rigeneri lo spirito dell'uomo soldato che non sa smettere di lottare per l'umanità intera e lo difenda dalla tristezza e dalla solitudine di un lavoro sporco e spesso poco comprensibile. Non smettere mai di credere che il bene possa vincere! Non credere di essere dimenticato! Guarda sempre avanti e con coraggio anche quando sei ferito e non sai come alzarti da terra.

Questa lettera non ha che un indirizzo sentimentale per un soldato qualunque, un uomo che potrebbe essermi fratello, sposo, o padre. Questa lettera vuole solo dare la speranza a chi è lontano dai propri cari e cerca di sentire un abbraccio dallo stropiccio di una carta. Sebbene siano povera cosa queste parole, mi auguro che esse scendano come l'innocenza della neve negli occhi di chi la legge così che il Natale abbia un senso e sembri un dono d'amore e d'amicizia tra vicini e lontani, come quelle luci di Natale colorate che si accendono quando pensi a casa tua!



...nemmeno
dall'altra parte del
mondo tu sei solo.
Gesù nasce
soprattutto dove sei
tu, tra la "tua" gente
e nel concreto
desiderio di amore
per ogni uomo...



Mangia come giochi! Non prendere a calci la tua salute!

Il convegno sull'alimentazione dei ragazzi raccontato dalla psicologa del centro "Stelle a colori"

di *Monia Coccia*



Martedì 27 Novembre 2012, presso la Sala Convegni di Stella di Monsampolo si è tenuto il convegno "Mangia come giochi, non prendere a calci la tua salute!". L'evento, che ha visto la partecipazione di molte famiglie del territorio, è frutto della consolidata collaborazione tra il responsabile del settore giovanile Raffaele Starace della SS VIS STELLA e il presidente della Coop. STELLE A COLORI Stefania Ciotti, che ormai da un paio d'anni organizzano incontri a tema riguardanti la salute dei bambini. In questo si è voluto affrontare il tema dell'alimentazione dei bambini che fanno sport, più specificatamente il calcio. A tal proposito sono intervenuti Riccardo Spurio, preparatore atletico motorio coordinativo e professore di educazione fisica, chinesologo e responsabile del progetto "L'Oasi di Asterix" di Ascoli Piceno e la dott.ssa Valentina Parisani, biologa, nutrizionista e dottore di ricerca in obesità e patologie correlate.

Il primo ha sottolineato come lo sport, il movimento siano considerati di per sé delle vere e proprie medicine per la salute del bambino e quindi del futuro adulto. Ha fatto notare come, nonostante tale importanza fosse palesemente riconosciuta a 360° da scuola, istituzioni e società, oggi i bambini ed i ragazzi si trovano ad avere meno spazi in cui muoversi e meno tempo per farlo. Riportando inoltre la sua esperienza di preparatore atletico, ha altresì ribadito che un'alimentazione corretta è necessaria nei bambini che praticano sport ma giornalmente si trova a dover riscontrare come questa sia totalmente assente, avendo a che fare con molti bambini spesso in sovrappeso o addirittura obesi.

Riagganciandosi al suo discorso, la dott.ssa Parisani ha cercato nel suo intervento di dare delle indicazioni pratiche riguardo a come dovrebbe essere

un'alimentazione sana nei bambini, proponendo delle vere e proprie ricette da preparare in alternativa a quelle che molto spesso, o per mancanza di volontà o di tempo si ritrovano a preparare le mamme di oggi.

La partecipazione dei genitori presenti è stata molto calorosa; a fine intervento di entrambi gli interlocutori, sono seguite molte domande di chiarimento sull'argomento e da tutti è stato molto gradito il rinfresco preparato per l'occasione che prevedeva pane fresco con olio biologico nuovo e pane con crema di nocciole fatta rigorosamente in casa!

L'obiettivo degli organizzatori, Raffaele Starace e Stefania Ciotti, anche questa volta è stato raggiunto: sensibilizzare le famiglie del territorio a problematiche che nello specifico riscontrano ogni giorno nei bambini che seguono durante gli allenamenti di calcio e nelle attività del dopo-scuola.

Con l'occasione è stata inoltre presentata la nuova Associazione Polisportiva SPAZIO STELLE costituita nell'ottobre scorso con presidente Raffaele Starace, frutto della prolifera collaborazione tra le due realtà sopra citate, che mira alla riqualificazione di alcuni spazi del territorio per offrire sempre più servizi legati allo sport e allo svago dei ragazzi.





Il lancio di una vittoria nello sport e nella vita

L'incontro tra i ragazzi delle scuole secondarie e la campionessa di getto del peso alle Paralimpiadi di Londra 2012, Assunta Legnante

di Rita Narcisi



“Non vi vedo ragazzi, ma vi sento!”. Martedì 12 dicembre al Palazzetto dello Sport di Monsampolo Assunta Legnante è stata accolta da un caldissimo applauso. Un applauso che si è colorato di entusiasmo soprattutto nel momento in cui la campionessa ha presentato ai ragazzi la sua medaglia d'oro. Assunta ha incontrato l'atletica leggera da ragazzina e anno dopo anno ha visto migliorare i risultati ottenuti in questo campo. Nel 2002 si è meritata l'argento ai campionati europei, nel 2007 l'oro, nel 2008 ha partecipato alle Olimpiadi di Pechino.

L'atleta rivive con i ragazzi alcuni dei più importanti eventi sportivi che ha vissuto in passato e, insieme, ricorda il 2009, l'anno in cui, a causa di un glaucoma congenito presente fin dalla nascita, perde la vista e decide di porre definitivamente fine alla sua carriera sportiva. “Era impossibile continuare”, dice. “O per lo meno era questo quello che credevo”. Qualche anno dopo, infatti, Assunta non ha paura di accogliere la possibilità datale dal Comitato Italiano Paralimpico e non esita. Si allena con volontà ferrea, raggiunge il minimo richiesto per la partecipazione alle Paralimpiadi, con uno straordinario lancio di 13,27 metri si qualifica per Londra 2012 nella categoria F11/F12 e vince la medaglia d'oro nel getto del peso, stabilendo il primato mondiale con 16,74 metri.

“Da normodotata avevo già vissuto l'esperienza olimpica e avevo già fatto il getto del peso. Ma questa, anche se diversa e più difficoltosa, è stata un'altra cosa. Il giorno della gara l'ho vissuto come mai prima. Volevo gareggiare e volevo dare il massimo.

Avevo voglia di vittoria! E sentir gridare il mio nome per la medaglia d'oro, salire sul podio e lasciarmi emozionare dall'inno di Mameli è stata una cosa bellissima”. Assunta non ha semplicemente parlato ai ragazzi di sé e della sua esperienza, ma ha fatto molto di più. Ha saputo trasmettere emozioni, ha saputo insegnare a non perdere la voglia e la grinta di andare avanti, ha saputo dimostrare come la passione e l'impegno siano parte integrante di ogni progetto ed ingredienti fondamentali per superare le paure e mettersi in gioco.

Partecipare alla Paralimpiade di Londra per Assunta è significato proprio questo: rimettersi in gioco e ricominciare a vivere, amando ancora di più lo sport, rinascendo dal punto di vista fisico e mentale, stando il più possibile in mezzo alla gente e circondandosi di positività. E poi ha potuto coronare il suo sogno. Stare su quel podio per aver dato il massimo e avere quello che desiderava: una medaglia d'oro per aver vinto la gara ed un cuore pieno di gioia e soddisfazione per aver abbattuto la barriera del buio.



Il regalo più bello, per voi!

“Cosa vorresti regalare ai tuoi genitori il giorno di Natale?” I pensieri di alcuni bambini.

Io vorrei regalare ai miei genitori uno scrigno dove tenere dei bei ricordi ed i momenti più belli della loro vita, che ogni giorno diventa più emozionante e piena di amore.

Giulia (III elementare)

Alla mia adorata mamma regalerei un vassoio d'argento colmo di pasticcini alla crema e al cioccolato perché sono dolci come lei quando la mattina mi viene a svegliare con la sua bellissima voce.

Giulia (I media)

Quest'anno, per Natale, vorrei poter fare un regalo speciale ai miei genitori. Non ho tanti soldini da poter spendere ed il mio regalo non costa niente perché non si vende nei negozi. Vorrei poter regalare loro un mondo di serenità ed un oceano di pace perché mi dispiace quando li vedo litigare e vorrei che non lo facessero più.

Michela (III elementare)

Io quest'anno, per Natale, ai miei genitori non voglio fare un regalo materiale ma desidero semplicemente ringraziarli per quello che mi danno ogni giorno con una preghiera:

“O Signore, che comandi ai figli di amare ed onorare il padre e la madre, esaudisci la preghiera che ti faccio per i nostri genitori. Tu vedi il loro amore per me, le fatiche, le pene, i pensieri che mi riguardano e riempiono la loro giornata, quindi aiutami a manifestare loro la mia riconoscenza per quello che hanno fatto per me. Dona loro salute e lunga vita, benedici le loro fatiche e proteggili da ogni pericolo. Fa' che un giorno io sia il loro sostegno e conforto come oggi loro lo sono con me.” Amen

Questa preghiera era solo un piccolo ringraziamento per voi, miei genitori, ma il regalo è quel sentimento che mi date ogni giorno, chiamato Amore e io ve lo restituisco con tutta la gioia del mio cuore.

Nicolas (I media)



Un cenone di fine anno "alternativo"

Una proposta per un cenone di fine anno realizzato con prodotti di provenienza locale o del commercio equo e solidale.

di Marina Stazi



In questo clima di austerità e ristrettezze economiche, non possiamo distogliere certo l'attenzione da uno stile di vita proiettato verso la sobrietà; e se volgessimo anche lo sguardo ad un consumo più consapevole, attento all'ambiente, ai piccoli consumatori del sud del mondo... e non solo?

Nei paesi più poveri spesso non c'è la possibilità di accesso ai mercati internazionali, tradizionali, e in molti casi, sono soggetti ad un prezzo imposto da imprese senza scrupoli, attente solo al profitto. Ma se guardassimo più attentamente vedremmo che c'è un mondo che pullula, fatto di cooperative che offrono un prezzo equo ad aziende di piccoli agricoltori di caffè, cacao, zucchero, thé, finanziando microprogetti. Si chiama mercato equo e solidale o commercio alternativo.

Se poi volessimo che il nostro Natale fosse ancora più solidale, quest'anno potremmo volgere la nostra attenzione non solo ai paesi lontani, ma

anche alle piccole e medie aziende del nostro territorio, quelle che vogliono adottare un regime di agricoltura biologica nel rispetto della natura e del suo ciclo. Spesso sono imprese familiari, con una forte tradizione alle spalle di persone che amano il loro lavoro e la loro terra. Così facendo non solo aiutiamo loro e la nostra economia locale, ma rivalutiamo anche i prodotti tipici del nostro territorio, sani, per noi e per l'ambiente.

È con questo pensiero che ho pensato di proporvi un menù per il cenone di fine anno alternativo, dal sapore etnico e con ingredienti biologici (della nostra terra), dimostrando che si può fare dell'ottima cucina, buona per noi... e non solo!

NOTE: per tutti quei prodotti di produzione prevalentemente nazionale, si consiglia di scegliere quelli provenienti da aziende locali a produzione biologica, mentre per i prodotti provenienti dal Sud del mondo si cerca di scegliere quelli la cui produzione rispetti l'ambiente e le condizioni di lavoro dei produttori.

ANTIPASTO



Mousse di fagioli Negros

Ingredienti: 300g di fagioli Negros dell'Equador, 1 grossa cipolla rossa, peperoncino Altromercato, sale e olio di oliva, 1 confezione di cracker al sesamo e di grissini al mais Altromercato (oppure crostini leggeri e fragranti fatti in casa)

Procedimento: Lasciate i fagioli in acqua fredda dalla sera prima, colateli e cuoceteli in una pentola a pressione per ridurre i tempi (i tempi sono indicati sulla confezione); fate soffriggere in olio di oliva la cipolla tagliata finemente, salatela; quando i fagioli saranno cotti scolateli e uniteli alla cipolla, aggiungete un pizzico di sale, di peperoncino e due cucchiaini di olio di oliva, tritate con il mixer. Servite la crema in ciotole accompagnata da cracker al sesamo e grissini al mais.





PRIMO PIATTO



Gnocchi alla quinoa

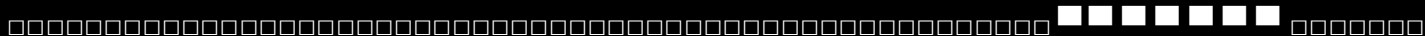
Ingredienti

Per gli gnocchi: 250g di quinoa, 600ml di latte*, 1kg di spinaci*, 70 gr di parmigiano grattato, 2 tuorli d'uovo*, sale, 1 spicchio d'aglio*, 1 cucchiaino di olio extravergine*

Per la besciamella: 500ml di latte*, 50g di burro*, 50g di farina, noce moscata, sale

Procedimento: Sciacquate la quinoa sotto acqua corrente e unitela al latte messo a scaldare, mescolate di tanto in tanto fino a che la quinoa non abbia assorbito tutto il latte e avrete ottenuto un composto uniforme; pulite gli spinaci e cuoceteli in padella con un cucchiaino d'olio e l'aglio, quando sono ben cotti tritateli con il frullatore e uniteli al composto di quinoa, aggiungete i tuorli d'uovo e il parmigiano. A parte preparate la besciamella unendo al latte il burro, la farina, una spolverata di noce moscata e un pizzico di sale, cuocete mescolando fino ad ottenere una consistenza densa ma ancora un po' fluida. Imburrate una teglia da forno e stendete un velo di besciamella sul fondo, fate delle palline con il composto di spinaci e quinoa e adagiatele sulla teglia, ricoprite con la besciamella e una spolverata di parmigiano. Infornate a 180° in forno già caldo, cuocete fino a quando la besciamella non bolle leggermente. Spegnete e gratinate.

SECONDO PIATTO



Lonza di maiale al ginepro

Ingredienti: 800g di lonza biologica di maiale, 1 scalogno a cubetti, 1 cipolla tritata, 15 bacche di ginepro, 2 foglie di alloro, 1/2 bicchiere di vino bianco secco, 5 cucchiaini di olio extravergine di oliva, sale e pepe, 100 g di pancetta

Procedimento: Incidete la carne in vari punti e inserite i pezzetti di scalogno; fate marinare la lonza per 2 ore in una terrina con la cipolla, le bacche di ginepro schiacciate, le foglie di alloro intere, il vino, 3 cucchiaini di olio, sale e pepe; trascorse le 2 ore sgocciolate la lonza, avvolgetela nelle fettine di pancetta, legatela con lo spago da cucina e mettetela in una teglia con l'olio restante; cuocete in forno caldo 180° irrorando man mano con il fondo di cottura o con alcuni cucchiaini della marinatura; ultimata la cottura, eliminate lo spago, tagliate delle fettine sottili e adagiatele sul piatto da portata coprendole con la salsa calda.

Si consiglia di servire con contorno di radicchio gratinato al forno.

DESSERT



Torta al cioccolato vegana

Ingredienti:

Per la torta: 2 tazze di latte di soia gusto cioccolato o vaniglia, 1 tazza di farina di frumento integrale, 1 tazza di farina bianca, 1 tazza di sciroppo d'acero, mezza tazza di cacao in polvere, mezza tazza di zucchero di canna, 2 cucchiaini di lievito, 2 cucchiaini di aceto di mele, 1 cucchiaino di sale, 1/2 cucchiaino di cannella, zucchero a velo

Per il ripieno: 500g di tofu dal quale andrà tolto il liquido in eccesso, 3/4 di tazza di zucchero di canna, 3/4 di tazza di cacao in polvere, 4 cucchiaini di estratto di vaniglia, 500g di cioccolato fuso

Procedimento: Setacciate ed amalgamate in un recipiente le due farine, il cacao, lo zucchero, il lievito, il sale e la cannella; mescolate a parte, olio, sciroppo d'acero, latte di soia, estratto di vaniglia ed aceto, quindi amalgamate i due composti e versateli in una tortiera, infornate in forno ben caldo per circa mezz'ora, quando sarà cotta lasciatela raffreddare e poi tagliatela in orizzontale e riempietela con la crema così preparata; passate al mixer per un minuto il tofu (per la panna di soia questo procedimento non occorre) l'olio e il sale, così da formare un composto uniforme; quindi unite lo zucchero, il cacao, la vaniglia e il cioccolato fuso (se il composto dovesse risultare troppo corposa può essere diluita con qualche cucchiaino di latte di soia fino ad ottenere la consistenza desiderata). Una volta fredda, la crema è pronta per farcire la torta. A piacere è possibile guarnire con una spolverata di zucchero a velo.

L'ultima parola non appartiene all'interesse, al conflitto e alla dura lotta per la vita, ma alla tenerezza, alla gratuità, al gioco, al valersi bene. In questo senso, il Bambino messo tra i bue e l'asino nel presepe non è solo l'inizio della vita, ma ne è il simbolo e la pienezza.

(Leonardo Bof)

E' Natale ogni volta che sorridi a un fratello e gli tendi la mano. ... E' Natale ogni volta che riconosci con umiltà i tuoi limiti e la tua debolezza. E' Natale ogni volta che permetti al Signore di rinascere per donarlo agli altri.

(Madre Teresa di Calcutta)

Dobbiamo meditare attentamente sul perché Gesù si è incarnato: è importante che ciò sia sempre presente al nostro spirito se vogliamo che il Natale non si riduca a festa solamente sentimentale o consumistica, ricca di regali e di auguri, ma povera di autentica fede cristiana. Il Natale, infatti, ci fa riflettere, da una parte, sulla drammaticità della storia umana, nella quale gli uomini, feriti dal peccato, sono perennemente alla ricerca di verità, di perdono, di misericordia, di redenzione, e, dall'altra, sulla bontà di Dio, che è venuto incontro all'uomo per comunicargli direttamente la Verità che salva e per renderlo partecipe della sua amicizia e della sua vita.

(Giovanni Paolo II)

Natale

Il Natale è fermarsi a contemplare quel Bambino, il Mistero di Dio che si fa uomo nell'umiltà e nella povertà, ma è soprattutto accogliere ancora di nuovo in noi stessi quel Bambino, che è Cristo Signore, per vivere della sua stessa vita, per far sì che i nostri sentimenti, i suoi pensieri, le sue azioni, siano i nostri sentimenti, i nostri pensieri, le nostre azioni. Celebrare il Natale è quindi manifestare la gioia, la novità, la luce che questa Nascita ha portato in tutta la nostra esistenza, per essere anche noi portatori della gioia, della vera novità, della luce di Dio agli altri.

(Benedetto XVI)

Pace nella finzione e nel silenzio delle figure in legno ed ecco i vecchi del villaggio e la stalla che risplende e l'asinello di colore azzurro.

S. Quasimodo

Natale. Guardo il presepe scolpito dove sono i pastori appena giunti alla povera stalla di Betlemme. Anche i Re Magi nelle lunghe vesti salutano il potente Re del mondo.

(Papa Giovanni XXIII)

L'umanità è una grande e immensa famiglia ... Troviamo la dimostrazione di ciò da quello che ci sentiamo nei nostri cuori a Natale.

parole & pensieri

NEVE



SONO
MAGGIORENNE...



...SIGNIFICA CHE HO
ACQUISITO UNA MATURITA'
LEGATA ALL'ESPERIENZA
E ALL'INSEGNAMENTO
RICEVUTO...



...?!



NEVEEEEEE!!!

EA WL-