

Centro Solidali con Te.

NOTIZIE IN BREVE...

Per prenotarsi: telefonare: **0918722763**

E' stato definito il programma delle attività di volontariato al Centro Solidali con Te di Sambuca per l'anno appena iniziato. I volontari saranno impegnati nell'accoglienza delle famiglie e dei disabili, nell'assistenza diretta ai disabili, in attività ludiche e ricreative (laboratori di gesso e ceramica, giardinaggio, attività sportive), nel sostegno scolastico, nella catechesi, nei momenti di preghiera presso la cappellina del Centro.

Molto utile si sta rivelando l'istituzione della "banca del tempo", attraverso cui il volontario può destinare il proprio tempo ad attività utili verso i portatori di handicap, favorendo il libero incontro tra le persone. Per maggiori informazioni sulle attività del Centro e sulla banca del tempo telefonare al n.0925.943311.

Sedes Sapientiae. Prossimi incontri di spiritualità coniugale e familiare per coppie di fidanzati e sposi (anche per coloro che sono in situazione di vedovanza o di separazione) sul tema *Dimensione spirituale del "Ciclo vitale" della coppia e della famiglia*, con l'obiettivo di ravvivare il carisma coniugale che la coppia cristiana ha ricevuto come dono e impegno da Colui che è l'artefice della loro unità:

• **26 gennaio presso il Centro Solidali con Te** (Sambuca di Sicilia, viale Giovanni XXIII, 2).

• **16 febbraio presso l'Oasi Cana.** L'incontro comincia con la S. Messa alle ore 10.00 e termina alle ore 13.30.

Ritiri per singole coppie di fidanzati e di sposi. I ritiri si terranno un sabato al mese nelle date: 8 feb.; 8 mar.; 12 apr.; 10 mag..

(Oasi Cana). *Previo accordo con P. Antonio Santoro omi* (cell. 3397408656; 0918722763; 0916631450) è possibile aggiungere qualche altro giorno di ritiro.

Ritorni. Ci hanno lasciato per tornare alla casa del Padre il papà di Enza Bentivegna, di Matilde Compagno, di Giovanni Chirco e di Teresa Lo Piccolo. Ci uniamo con speranza alla preghiera dei cari.

Consultorio familiare "Cana" continuano al Consultorio i Seminari di presentazione di "Modelli di psicoterapia" condotti dal dott. Giuseppe Rotolo. Da gennaio inizieranno inoltre gli incontri con P. Antonio Santoro su antropologia, etica e morale. Per informazioni telefonare al n.091.6683000.

Oasi Cana. Continua l'adorazione Eucaristica presso la Cappella dell'Oasi. Le prossime date sono: 1° Febbraio, ore 18,00 - 7 Marzo, ore 18,00 con S. Messa - 5 Aprile, ore 18,00 con S. Messa - 15 Maggio, ore 19,00 con S. Messa - 20 Giugno, ore 19,00 con S. Messa.

Hanno collaborato alla realizzazione di questo numero e li ringraziamo:

i ragazzi del gruppo Cross-Over; Francesco Giacobelli; Francesca Grassa; Giuseppe Rotolo.

GARANZIA DI RISERVATEZZA

Ai sensi della legge n° 675/96 (tutela dati personali) si garantisce la massima riservatezza dei dati personali forniti dai nostri lettori e la possibilità di richiederne gratuitamente la rettifica o la cancellazione, o di opporsi al trattamento dei dati che li riguardano scrivendo ai nostri indirizzi. Le informazioni, custodite presso la nostra sede, vengono utilizzate esclusivamente per inviare ai nostri lettori ed abbonati il giornale e le informazioni inerenti la nostra attività associativa.

Associazione OASI CANA Onlus casella postale 41 90036 Misilmeri c.c.p. 19189901

"Oasi Cana" Via Padre Geremia, 10 Gibilrossa (Misilmeri) - (PA) tel./fax 091/8722763

"Centro Solidali con Te" Via Giovanni XXIII, 2 92017 Sambuca di Sicilia - (AG) tel./fax 0925/943311

Consultorio familiare "Cana" Corso Calatafimi, 968 90132 Palermo (PA) tel./fax 091 6683000

Sito internet www.oasicana.it

e-mail ldf@oasicana.it

Briciole per incontrarsi, condividere, formarsi... camminare insieme

Numero 29

dell'Associazione OASI CANA Onlus e dei Missionari della Famiglia

Gennaio Febbraio 2003



IL TEMPO NELLA COPPIA

di Antonio Andaloro

"Passa Hermes" si diceva nella Grecia antica quando durante una conversazione accadeva un momento di silenzio, giusto per indicare "quel silenzio subitaneo ma quasi preordinato, leggero come un soffio e profondo come un baratro, in cui ciascuno di noi sente la propria solitudine sulla terra..." (Conte G., *Il mito giardino*, Tema Celeste, Siracusa, 1990). Quando "passa Hermes" è il tempo della separazione, il tempo in cui ci si lascia per rientrare in se stessi, per tornare

alla propria solitudine, al proprio tempo. E la qualità della nostra solitudine, "leggera come un soffio e profonda come un baratro", indicherà la qualità del tempo trascorso nella relazione con l'altro. Lì, dentro il proprio guscio, avremo una ulteriore possibilità di conoscere meglio lo stato di salute della relazione che si ha con il proprio coniuge, con il proprio fidanzato. Ma, travolti come siamo dagli eventi che ci dominano, piuttosto che essere protagonisti pieni della nostra vita, vi è da chiedersi, primo, se siamo capaci di prenderci ancora del tempo per noi stessi, se abbiamo ancora "la capacità dell'intervallo, della pausa, che ci riporta al nostro vuoto e, nello stesso tempo, ci permette di assimilare le esperienze e di esprimere la nostra creatività" (Salonia G., *Quaderni di Gestalt*, n. 14, 1992), secondo, se abbiamo la necessaria consapevolezza del tempo che trascorriamo in coppia o se piuttosto per fuggire da essa scegliamo di mescolarci continuamente al "gruppo" (Wolff H., *Gesù psicoterapeuta*, Queriniana, 1997 quinta ed., pp.50-54). Rispondere a queste due domande potrà aiutare a capire a che punto è la relazione nella coppia, ma anche qual è la qualità

SOMMARIO

L'Oasi Cana su RAI 1	3
psicologia <i>Coppia debole o coppia forte</i>	4
<i>Catech. "In Principio" era la "Relazione"...</i>	6
salute <i>Cosa fare in caso di ...</i>	8
<i>In cammino con Gesù Seguendo la Luce</i>	10
<i>poesia Sul Tuo Monte</i>	12
Voci dal Centro Solidali Con Te	13
Il ruolo del medico di famiglia	14
<i>La Pagina dei Ragazzi</i>	15

del rapporto che si vive con se stessi. Del resto la salute della coppia passa necessariamente attraverso la capacità che il singolo ha di crescere e conoscersi nel proprio intimo, di sperimentare quel “vuoto creativo” (F. Perls), quella solitudine profonda che è il luogo privilegiato per sentire il silenzio e capire come ci si sta dentro. Un silenzio “leggero come un soffio” ci dirà, probabilmente, di uno stato di benessere, di gioia che rimanda ad una relazione sana, un silenzio pesante come un macigno, al contrario potrebbe indicare rabbia, tristezza, in una parola, anche l’insoddisfazione di un contatto con l’altro risultato vuoto, effimero; e ancora, un silenzio “profondo come un baratro” vorrà dire, forse, di una pienezza nel rapporto con se stessi che inevitabilmente tradurrà la pienezza della relazione con l’altro, piuttosto un silenzio superficiale, sfuggente, l’accendere la televisione, il cercare il telefono, con ogni probabilità rimanderà ad un tentativo di fuggire dal nostro presente e dal presente della coppia. Potremmo sintetizzare affermando che “si riesce a stare bene da soli se si è stati bene con l’altro” (Salonia G., *opera già citata*). Dunque appare imprescindibile per una buona relazione di coppia avere l’assoluta consapevolezza della necessità di prendersi del tempo, per sé e per vivere pienamente la relazione con l’altro. Questo, nel contesto in cui viviamo, dove tutto sembra avere una importanza maggiore rispetto al benessere della persona in quanto tale, significherà avere il coraggio di programmare, se serve, il tempo da dedicare a se stessi come coppia, significherà darsi un appuntamento con il preciso scopo di “incontrarsi pienamente”. Incontrarsi pienamente significa che quando si è di fronte all’altro esiste solo l’altro, tutto il resto è sfondo, e lo sfondo è lontano, confuso, impalpabile sino a scomparire del tutto, significa essere presenti completamente, essere disposti all’ascolto dell’altro, essere disposti a denudarsi di fronte all’altro mettendo sul piatto della bilancia le proprie vulnerabilità, le proprie debolezze e se necessario le proprie ferite perché la coppia è il luogo ideale per guarire, e ancora, significa parlare dei sentimenti cioè delle rabbie sopite (soprattutto quelle nei confronti dell’altro), delle tristezze annidate nel proprio cuore e mai rivelate, delle gioie, della felicità di stare e di essere insieme all’altro, significa

Lettera di Famiglia

Bimestrale d'ispirazione cristiana per la promozione e la formazione della coppia e della famiglia dell'Associazione OASI CANA Onlus e dei Missionari della Famiglia

Direttore responsabile
Antonio Andaloro

Vicedirettore C. Moscato

Redazione A. Adorno, R. Miceli,
D. Palmeri, V. Plances, C. Sansone, A. Santoro

Responsabili di rubrica F. La Placa, E. Raineri - Collaborazione tecnica G. Plances - Impaginazione e grafica A. Adorno - Responsabili della distribuzione E. e T. Sciortino

Editore:

Assoc. OASI CANA Onlus

Direzione, Amministrazione e Redazione: 90036 Gibilrossa-Misilmeri (PA), via Padre Geremia, 10 - tel/fax 0918722763

Recapito postale: casella postale 41 - 90036 Misilmeri (PA)

e-mail: ldf@oasicana.it

sito internet: www.oasicana.it

Registrato c/o il Tribunale di Palermo con il n° 1/2001

Stampato c/o Grafiche Renna 90134 Palermo Via Saladino, 1 tel. p.bx 0916511854 fax 0916511985

Questa pubblicazione non ha fini di lucro e viene distribuita gratuitamente a coloro che ne fanno richiesta, per far fronte ai costi è gradito un libero contributo da inviare a mezzo Conto Corrente Postale n° 19189901 intestato a: Ass. OASI CANA Onlus Cas. Post. 41 - 90036 Misilmeri (PA)

Gli articoli firmati impegnano esclusivamente gli autori. La collaborazione degli scrittori è completamente gratuita. Tutti i diritti sono riservati. L'utilizzo, anche parziale, dei contenuti, soggetto ad autorizzazione dell'Editore, comporta anche l'obbligo di citarne la fonte.

ascolto, una condivisione di percorsi diagnostici e terapeutici che nascono da una rinnovata riscoperta del valore della **relazione**, che, se fondata appunto sulla fiducia, sulla disponibilità, sulla confidenza che non sfocia nell’invadenza, crea il presupposto non solo teorico ma soprattutto pratico per il raggiungimento di quella che è la “**mission**” del medico di famiglia: la **no-bile arte non solo del curare ma soprattutto del “prendersi cura del proprio paziente e della sua famiglia”**, che significa **saper ascoltare, sapere indirizzare, saper decidere, saper trasmettere la sensazione che il medico di famiglia entra nel problema del suo paziente e fa di tutto per affrontarlo al meglio delle proprie competenze e conoscenze.**

Mi piace concludere queste mie brevi riflessioni citando quanto scrive, a chiusura di un suo manualetto, una collega medico di famiglia francese nel vicino 1995 a proposito di noi medici di famiglia: “... **la maggior parte dei medici**, delusi dai pericoli del loro nuovo sapere a volte sterile, limitati nelle loro prescrizioni dalle esigenze economiche, **non sognano più un mondo in cui la sola malattia incurabile si chiami vecchiaia**; sono convinti che l’aiuto che possono dare è ben poca cosa, limitato in misura ridicola rispetto all’immensità della sofferenza, dello sconforto... Hanno perso l’arroganza di chi non sapeva niente e l’illusione di chi pensava di poter guarire tutto. **Sono diventati più modesti.** Questa nuova umiltà ha trasformato il legame con i malati. **La fiducia**, chiave di volta dell’alchimia medica, **comincia così a risplendere sui medici di famiglia, sui medici della nostra vita quotidiana...**”

La Pagina dei Ragazzi

Il gruppo Cross-Over è una realtà in cammino, che ha come protagonisti ragazzi adolescenti, in seno all’Associazione Oasi Cana Onlus di Palermo.

Una CROSS-STORIA!

Tutto iniziò un bel giorno d’autunno di due anni fa quando alcuni dei componenti del gruppo G.i.o.c.a., decisero di fondare una nuova realtà che rispecchiasse le proprie aspettative e i propri interessi. Quindi nacque il gruppo oggi conosciuto con il nome “Crossover”, guidato da Mauro e Benedetta tanto pazienti da sopportarci. I nostri incontri si svolgono skitarrando (suonando la chitarra), cantando, fotografando, giocando costruttivamente (per esempio con la carta igienica), facendo passeggiate all’aria aperta, violando la privacy **altrui** (by Dario)... Ma soprattutto, trattando tematiche che ci interessano particolarmente come: il rapporto tra genitori e figli; valori come l’amicizia, l’autostima introdotte da Mauro, Benedetta, Marco Barone e l’argomento sull’autostima ulteriormente approfondito da P. Antonio, che in modo molto chiaro e poco sintetico, ci ha illustrato con la sua capacità schematica le cause e le conseguenze dell’autostima consigliandoci come affrontare i vari problemi che si possono verificare. Questi incontri sono stati molto suggestivi anche perché ci hanno insegnato a condividere ed a relazionarci con gli altri. Inoltre, questa condivisione viene ulteriormente potenziata da “campi estivi e invernali” nei quali impariamo anche a conoscerci meglio.



“ Signorina, scusi, prima di prenotarmi mi dica: oggi, il dottore c’è lui o il sostituto, perché se non c’è lui...”

Il ruolo del Medico di famiglia nei confronti della famiglia

Dr. Francesco Giacobelli *Medico di Famiglia*

E’ da quasi vent’anni che esercito la mia professione di medico di famiglia nel mio piccolo paese di provincia, dove sono tornato circa 20 anni fa, per mia scelta “vocazionale”, avendo deciso di fare questo lavoro, già ancor prima di iscrivermi all’Università. Questa, per la verità, mi ha insegnato tantissimo sulla “Malattia”, ma pochissimo sulla persona ammalata, sul suo vissuto di malattia, sul contesto familiare e sociale in cui nasce e insiste qualsivoglia malessere (dal più banale al più impegnativo); tanto, invece, ho imparato sulla sofferenza del paziente che frequenta il mio ambulatorio di medico di famiglia, proprio a partire dal fatto di essere io il medico di quella “persona”, che vive in quella famiglia in cui nasce e spesso si sviluppa, coinvolgendo tutti i membri della stessa, una determinata malattia acuta e/o cronica. E di questa sofferenza ho potuto cogliere non solo gli aspetti più squisitamente tecnici ma, soprattutto, quelli più psicologici e relazionali. E non è per caso se da qualche anno ho deciso di riappropriarmi un po’ meglio del “tempo medico” da dedicare ai miei pazienti, rivoluzionando completamente il mio modo di lavorare: mi riferisco al fatto di aver cominciato a ricevere i miei pazienti in ambulatorio “per appuntamento”, delegando invece alla mia brava segretaria tutto ciò che di burocratico negli ultimi tempi aveva invaso il tempo, prezioso, da dedicare all’ascolto del paziente. Ecco: l’**ascolto del paziente** rappresenta uno dei punti nodali della pratica quotidiana del medico di famiglia! Una pratica, quella dell’ascolto, che negli ultimi anni è stata ostacolata dall’enorme carico burocratico a cui è stato quasi annualmente sottoposto il medico e, di conseguenza, il paziente, per il susseguirsi, spesso contraddittorio, delle varie leggi finanziarie che, col pretesto della tanto sbandierata “scarsità delle risorse”, ha di fatto spesso trasformato il ruolo del medico di famiglia da quello di **custode e consulente della salute** del proprio paziente e della sua famiglia, di **“confidente”** delle emozioni più intime che si scatenano nell’animo di una persona di fronte all’insorgere di una malattia (specie di quella a prognosi cronica diabete, ipertensione, cardiopatia ischemica cronica o di quella ad impatto emotivo più dirompente, a prognosi infausta, quale un tumore del seno, o del grosso intestino o l’ AIDS) a quello di **esecutore quasi fiscale** di provvedimenti legislativi che, di fatto, hanno spesso mortificato quella che una volta era giustamente vissuta e dal medico e dal paziente come la **“nobile arte del curare”**, relegandola spesso alla **“abile arte dell’economizzare”** perché “non si può più dare, in sanità, tutto gratis a tutti”... E sicuramente questo dell’economia sanitaria spesso è stato un pretestuoso alibi per noi medici per allontanarci dai nostri pazienti. In ogni caso, ad onta di tale stato di cose, **il medico di famiglia resta** – e le inchieste demoscopiche sul gradimento dell’italiano medio del proprio medico di famiglia autorizzano a fare siffatte affermazioni – **uno dei baluardi del tanto bistrattato Servizio Sanitario Nazionale**, nel senso che la futura **relazione** che si instaura e si sviluppa negli anni tra un **medico di famiglia, il paziente e la sua famiglia**, è qualcosa di impalpabile che resiste a qualsiasi provvedimento legislativo che tenti di scardinare dalle fondamenta tale rapporto, che si basa fundamentalmente su un valore dinamico che è la **fiducia**, che non nasce più da un **rapporto medico-paziente autoritario, paternalistico, o segnato da distanza sociale**, ma che si sviluppa e cresce in una relazione in cui, alla **competenza** del medico, si affianca spesso una evidente **empatia, una capacità di**

non giudicare né tentare di cambiare l’altro ma accoglierlo così com’è, significa non ferire l’altro, non accusarlo, significa smettere di sentirci perfetti, smettere di indossare le stesse maschere che continuamente indossiamo nelle relazioni sociali, dunque, significa mettersi l’uno di fronte all’altro e ritrovarsi negli occhi dell’altro, perché nella relazione profonda l’altro è il nostro specchio, colui il quale ci permette di guardare la verità di noi stessi. E la verità di noi stessi vista attraverso gli occhi del coniuge o del fidanzato non deve mai farci paura, neanche la peggiore delle verità, poiché è nella consapevolezza del nostro essere che impariamo ad accoglierci e ad amarci per quello che siamo e solo dopo aver vissuto questo passaggio saremo in grado di amare l’altro. Così, se incontrarsi pienamente significa tutto questo, risulta chiaro come sia necessario dedicarvi la parte migliore del nostro tempo e non certamente solo i ritagli di quello che ci avanza. Non è facile, e richiede anche allenamento. All’inizio, ritrovarsi potrebbe essere persino imbarazzante. Talvolta potrà risultare utile scrivere quanto vogliamo condividere con l’altro. E bisognerà anche **t e n e r e** conto del fatto che la relazione è in continuo divenire, proprio **p e r c h é** è nel tempo, cosicché l’incontro profondo con l’altro diverrà, **v i a** via, una piacevole e naturale consuetudine, sino a che sarà parte integrata del nostro vivere insieme, e non ci sarà **più** bisogno di appuntamenti, ma sarà un continuum senza interruzione, ...sarà la nostra vita insieme.



L’Oasi Cana su RAI 1

Domenica 29 dicembre abbiamo avuto la gioia di avere una presenza nella trasmissione “A Sua immagine” trasmessa dalla RAI in occasione della Festa della Famiglia.

Durante la puntata infatti è stato trasmesso un servizio che ha presentato la nostra realtà di servizio fatta da famiglie verso altre famiglie.

Nell’ordine sono stati intervistati i coniugi Piera e Antonio Adorno, Padre Antonio Santoro e i coniugi Marialicia e Carmelo Moscato. Durante le interviste sono state mostrate belle immagini di vita dell’Oasi riprese in occasione di un incontro di Bimboasi.



Coppia debole o coppia forte

di Giuseppe Rotolo, psicoterapeuta

Nella società in cui viviamo dove domina il relativismo che fa di ogni affermazione una verità, dove il “pensiero è debole” e ogni cosa sembra andare per proprio conto senza più punti di riferimento, anche la coppia è debole, si distrugge facilmente, e l’eccezione non è più lasciare il partner, ma vivere in coppia. Il senso di precarietà proprio della nostra società pervade la coppia. Le emozioni vengono descritte sempre di più come un parametro importante da comunicare e da capire. Capire cosa prova l’altro è importante. Comincia ad essere importante mettersi nei panni dell’altro. Immaginare il vissuto dell’altro è importante. Le coppie cercano forme più profonde di comunicazione. Ora ci si sceglie e ci si cerca, almeno si tenta. Il cammino di crescita nella coppia è cammino verso il vissuto dell’altro/a. Levinas parlando “dell’altro” dice che *non devo più difendermi dall’altro, anzi l’altro irrompe nella mia vita, mi fa capire cose importanti di me*, e questo può influenzare la relazione in genere e la relazione di coppia in particolare. L’altro, allora diventa percorso obbligato per trovarmi. Non c’è solo l’importanza fredda dell’esserci di Heidegger, ma c’è il **caldo incontro emozionato, stupito di chi sta assistendo al proprio cambiamento, attimo per attimo grazie all’essenza dell’altro. Incontrando un partner sono costretto a diventare più responsabile e ad esigere da me delle risposte. Non posso permettermi più risposte vaghe su chi sono e cosa voglio. La coppia quindi mette in azione dei processi naturali, che socializzano che fanno uscire dal piccolo guscio; l’amore oltre che esperienza intima diventa esperienza sociale, dando segno della vitalità che nasce in me incontrando un partner, la coppia diventa segno della speranza e fiducia verso il mondo.** Il mondo attraverso il partner

mi fa sperimentare l’armonia delle cose. Ma quando si impara a sentire la gradevolezza, la sicurezza degli eventi, quando imparo a nutrirmi e a sentire l’affetto dell’altro? Se non l’ho imparato, cosa mi succede quando sono coppia? Gianvittorio Caprara afferma che: “Particolare attenzione è rivolta dalla Klein all’invidia in quanto stato emotivo lacerante che agisce fin dai primi mesi di vita e che persiste nel corso dello sviluppo della personalità, ponendosi alla radice di molte esperienze penose, a prescindere dalle condizioni favorevoli della realtà esterna” (Caprara, Gennaio 1999 168). Spesso le esperienze di coppia, finito



Voci dal Centro Solidali Con Te

Esperienze a confronto: volontariato e tirocinio

Sambuca di Sicilia



È così difficile esprimere a parole un’esperienza così profonda come quella del catechismo ai disabili, ma voglio provarci. Già dallo scorso anno abbiamo iniziato questa forma di volontariato. Non vi nascondo che per me è stato un po’ faticoso, anche se da tempo sono catechista, ma non mi ero mai confrontata con questa realtà. Mi sono trovata in difficoltà, impacciata non sapendo come esprimermi. Con un po’ di tempo e con il loro aiuto, ho capito che le “strutture” che spesso usiamo per comunicare, non servono, ma per i bambini, così come per i disabili, è importante comunicare al di là e prima delle parole, può sembrare strano, ma è così! È solo oggi dopo averlo sperimentato posso affermarlo in maniera semplice ed immediata, abbiamo “parlato” della creazione, l’Arca di Noè e delle varie ricorrenze. Quest’anno ci soffermeremo sulle parabole: il figlio prodigo, lo stolto ed il saggio, il seminatore, la pecorella smarrita. Inizialmente i ragazzi non sembravano interessati e sfuggivano, abbiamo faticato anche per interessarli, ma oggi sono loro che ci aspettano con entusiasmo. Ognuno ha realizzato dei lavoretti manuali sui temi trattati, alcuni li hanno anche portati a casa. Abbiamo anche cantato la gioia dello stare insieme. Non facciamo teologia o dottrina, ma cresciamo insieme nell’amore (senza barriere) che viene solo da Gesù.

Silvana

Mi chiamo Maria Maniscalco, sono una studentessa della facoltà di Scienze dell’Educazione dell’Università di Palermo. Ad Ottobre ho iniziato a fare tirocinio al “Centro Solidali con Te”, un Centro di riabilitazione per motulesi e neurolesi, a Sambuca di Sicilia. Dal primo giorno che sono arrivata al centro, mi sono sentita molto a mio agio, ho trovato un ambiente familiare caldo e accogliente. Ho fatto conoscenza di tutti gli operatori che vi lavorano e osservandoli durante le terapie con i pazienti sono rimasta molto colpita, oltre che dalla loro preparazione professionale, dalla passione e dal grande amore con cui lavorano quotidianamente e soprattutto dall’affetto e dalla tenerezza che regalano ai (loro) pazienti e alle loro famiglie.

Inoltre dagli incontri con alcuni utenti, con cui ho partecipato insieme alla mia tutor, che è la Psicologa del Centro, ho potuto constatare sulla mia pelle (spesse volte mi sono pure emozionata!), che al Centro non ci si occupa di “casi clinici” ma si interagisce giorno dopo giorno con delle storie di vita, storie di mamme e di papà che quotidianamente convivono con delle situazioni molto particolari e delicate, ma che, nonostante tutto, possono usufruire di un servizio, quale quello del Centro, che pur essendo di tipo ambulatoriale, ritengo molto efficace e se posso esagerare, anche necessario.

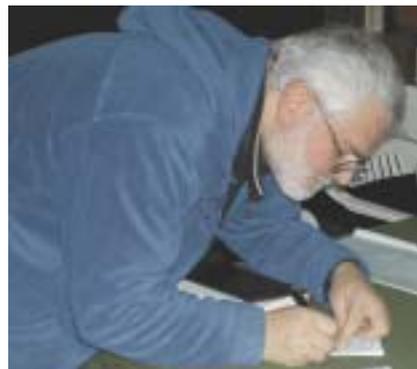
Maria Maniscalco

“Briciole dell'anima”

Sul Tuo Monte

*Sul “monte”
 proteso in preghiera
 verso il tuo cielo.
 Eccomi!
 Eco della mia anima,
 voce per chi,
 altrove,
 non può, non sa, non vuole, non sente
 sostare con Te.
 Eccomi, per loro,
 dinanzi a Te,
 Comunità d'Amore,
 con le mani alzate:
 per scongiurare ogni male,
 impetrare ogni bene.
 Facci tuoi compagni di viaggio.
 Non più “assenti”!
 La Tua Presenza sia più forte
 di ogni seduzione e distrazione,
 di ogni afflizione o sufficienza.
 Non più soli!
 La Tua Compagnia
 dia senso
 ad ogni gesto e parola,
 al nostro fare e alle nostre fatiche.
 Sul Tuo “monte”,
 eccomi
 vicino,
 in Te,
 ad ogni creatura,
 compagno
 di chi mi poni
 accanto,
 nell'esodo della vita.*

p. Antonio Santoro omi



l'innamoramento, cominciano ad essere caratterizzate da emozioni laceranti. Nella mia esperienza clinica ho notato che molte coppie sperimentavano senso di lacerazione, ogni volta che si realizzavano situazioni favorevoli di coppia. La persistenza nel corso dello sviluppo della personalità dell'invidia descritta dalla Klein può a mio giudizio essere causa di diverse trappole di coppia. Nella terapia, rendere consapevole la coppia della presenza di sentimenti di “invidia”, può chiarire, quali emozioni sono generate dalla coppia e quali emozioni sono influenzate da processi maturativi sviluppati solo parzialmente. Ogni componente della coppia pensava che tali emozioni sgradevoli fossero causate dal partner o che fossero caratteristiche di ogni relazione di coppia. Al contrario, il componente della coppia se reso consapevole, di quando e come emerge il senso di invidia, può accorgersi dell'interruzione di contatto, attivando così un atteggiamento più creativo, sviluppando la novità, l'eccitazione e la crescita propria del Sé al confine di contatto. Secondo la Klein “il ripetersi di esperienze nelle quali l'amore prevale sull'odio, nelle quali in definitiva, la pulsione di vita prevale sulla pulsione di morte, è una condizione essenziale della capacità dell'Io di integrare se stesso...” (Caprara, Gennaio 1999 169). La mancanza di tale esperienza, lascia la coppia esposta a fraintendimenti nei processi relazionali. L'emergere, “a prescindere dalle condizioni favorevoli della realtà esterna” di sensazioni laceranti può essere occasione di crescita o di fraintendimento. Se considero come ci indica Levinas il volto dell'altro come guida, posso vivere la coppia come occasione in cui “il ripetersi di esperienze nelle quali l'amore prevale sull'odio, nelle quali in definitiva, la pulsione di vita prevale sulla pulsione di morte, è una condizione essenziale per permettere all'Io di integrare se stesso...”. (Caprara, Gennaio 1999 169). Se invece lo stato emotivo lacerante è presente in molte esperienze della coppia si crea una relazione angosciante, a prescindere dalle condizioni favorevoli della realtà esterna. La sfida fondamentale della terapia è quella di abituare la coppia alla discriminazione delle emozioni attivate dalla relazione, da quelle sviluppate dai vissuti infantili non elaborati. Levinas senza entrare nella complessità dell'esperienza infantile fa notare come l'altro/a può essermi da guida. Levinas apre la strada al contatto come esperienza che mi fa crescere. In questo discorso che risulta difficile ma ottimista “abbiamo presunto che ogni realtà sia piena d'interesse” (Perls et al., 1971 432). Cioè le cose hanno un senso che ci realizza, l'altro è realmente il tesoro di cui ho bisogno per realizzarmi. Da qui ad una coppia forte il passo è breve.



Catechesi su persona, coppia e famiglia

"In Principio" era la "Relazione"...

p. Antonio Santoro omi

Chi non ha mai sentito o letto i racconti della creazione dell'uomo e della donna narrati nel primo libro della Bibbia (cfr Genesi 1-2)? Sembrano delle favole... ed invece contengono le verità fondamentali della nostra "preistoria". Di quel periodo non abbiamo alcun reperto archeologico! Pertanto più che cercare "fuori"... andare in terre lontane e sperdute e scavare, scavare e poi analizzare fossili e quant'altro di strano capita tra le mani, occorre orientare la nostra ricerca "dentro" di noi e verso le "relazioni" che instauriamo con noi stessi, con le altre persone, con Dio; occorre anche considerare il nostro modo di porci nei confronti della natura e del cosmo: tentiamo solo di *dominarli* (Gen 1,28) o anche di *custodirli e coltivarli* (Gen 2,15)?

Dio, all'apice della sua creazione, pone l'uomo e la donna creati "a sua immagine e somiglianza". E cosa assolutamente straordinaria è che questa creatura umana Dio l'ha *voluta* non per un proprio godimento, ma *per se stessa* (cfr *Gaudium et spes* 24)!

L'iniziativa è Sua! Ieri, come oggi, così sempre per ogni essere umano che si affaccia sul nostro mondo. Sì, è vero, pensiamo, ed anche talvolta presumiamo, che solo dentro di noi è la fonte della vita e noi stessi, in fondo, siamo la nostra tomba; ma, *se ci spingiamo oltre*, cogliamo che non è così...

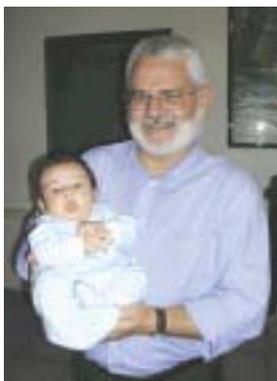
Passate le tempeste d'emozioni, d'idee, di vicissitudini, e ritornato il sereno, in un *attimo di armonia*, se siamo attenti, percepiamo come una *nostalgia d'infinito*... e andando con la nostra interiorità ai racconti di Genesi ne cogliamo la verità, la bontà e la bellezza.

In quell'essere creati *a sua immagine* scorgiamo le nostre *origini*, la nostra *identità* più profonda ed indelebile, il *senso* e i criteri di qualità della nostra esistenza, il nostro *destino ultimo*.

Scrutando dentro di noi scopriamo che ciò che più conta nella vita sono i rapporti, le relazioni tra le persone. Basti fermarci un attimo e considerare quanto ciò sia vero in famiglia, tra sposi, tra genitori e figli, tra fratelli, tra famiglie... e così tra gruppi, tra popoli e nazioni...

Cos'è quel bisogno innato di amare e di essere amati se non l'espressione più genuina della nostra natura umana che più ci caratterizza come persone e che si realizza nella *relazione*?

Cos'è il *bisogno di affetto* che alberga in ogni cuore se non fame-sete-desiderio-necessità di sperimentare il *respiro caldo* della benevolenza data e ricevuta nel segno della gratui-



Siamo disposti come coppia ad incamminarci verso la verità di noi stessi?

Riflettiamo prima di rispondere, valutiamo bene. Intraprendere questo viaggio significa mettersi in gioco, significa entrare profondamente dentro ogni parte nascosta di noi, dentro le nostre ferite, dentro quanto più ci fa male, dentro le rabbie inesprese, dentro i rancori covati, dentro le tristezze non ancora sopite, ma anche dentro le emozioni più belle, le gioie più vere, che vanno condivise col coniuge e riconosciute a noi stessi, per quelle che sono, senza nascondere. È un viaggio difficile, ma non rischioso, non dobbiamo avere alcuna paura di perderci o di perdere l'altro, perché, non dimentichiamolo, la luce che ci guida è la grazia che Dio invia a chi decide di incontrare suo figlio Gesù. È una luce che ci apre gli occhi, e ce li apre su quella che è la nostra condizione, fatta anche di meschinità, di stoltezza, di paura, di chiusura. È una luce che aprendoci gli occhi sulla nostra umanità brucia, brucia come sale, ci brucia dentro e ci farà passare attraverso il dolore per farci giungere alla coscienza di noi stessi, ad una piena consapevolezza del nostro essere.

Vogliamo farci guarire da Gesù?

Ma di fronte a tutto questo preferiamo rimanere ciechi? preferiamo sfuggire ad una possibile via di salvezza, a quella via che conduce diritti dentro la conoscenza profonda di noi stessi solo per evitare il dolore, la sofferenza? O, ancora, forse, preferiamo rimanere nelle tenebre, chinati su noi stessi, sulle nostre chiusure, spenti, narcotizzati, lontani dalle nostre emozioni, totalmente immersi e, non consapevoli, nel sepolcro della nostra vita. E allora...

... Vogliamo farci guarire da Gesù?

Cosa rispondiamo a quel grido che squarcia la nostra esistenza: "Lazzaro vieni fuori"?

Usciamo dal nostro sepolcro o preferiamo rimanervi dentro?

Usciamo dalle nostre tenebre per andare incontro alla luce di salvezza che viene da Gesù?

Rispondiamo alle domande per iscritto, sul nostro diario di viaggio, sul nostro fedele quadernetto, e poi condividiamo con il coniuge.

Concludiamo formulando una preghiera spontanea e affidandoci a Gesù con qualche minuto di silenzio.



La Associazione OASI CANA è una Onlus: Organizzazione non Lucrativa di utilità Sociale. Pertanto, ai sensi del D.L. 4/12/97 n° 460, eventuali offerte o contributi, entro il limite massimo di 4 milioni, sono detraibili dall'imposta da pagare per le persone fisiche (IRPEF) conservando la ricevuta del bollettino del versamento effettuato. Anche per le imprese l'eventuale donazione è un onere deducibile dal reddito.

Ti invitiamo ad approfittare di questa possibilità. Siamo disponibili per eventuali chiarimenti ai soliti recapiti che trovi in fondo al giornale.

Non farci mancare la tua offerta

Conosci persone sensibili all'argomento Famiglia?

Segnalaci l'indirizzo. Riceveranno LdF

In cammino con Gesù

Seguendo la Luce

di Cettina e Antonio Andaloro

Apprestiamoci, in questo nuovo anno che è appena iniziato, a entrare in contatto con Gesù attraverso il nostro abituale momento di preghiera in famiglia, un momento durante il quale come coppia ci ritroviamo l'uno di fronte all'altro per specchiarci e farci verità negli occhi del nostro coniuge, e per accogliere l'un l'altro senza giudizio alcuno, ma con uno sguardo compassionevole e colmo d'amore.

Mt. 2,1-2. 9-11

Gesù nacque a Betlemme di Giudea, al tempo di re Erode. Alcuni Magi giunsero da oriente a Gerusalemme e domandavano: «Dov'è il re dei Giudei che è nato? Abbiamo visto sorgere la sua stella, e siamo venuti per adorarlo». ... Ed ecco la stella, che avevano visto nel suo sorgere, li precedeva, finché giunse e si fermò sopra il luogo dove si trovava il bambino. Al vedere la stella, essi provarono una grandissima gioia. Entrati nella casa, videro il bambino con Maria sua madre, e prostratisi lo adorarono. Poi aprirono i loro scrigni e gli offrirono in dono oro, incenso e mirra.

I Magi, la luce, il viaggio. Proviamo attraverso queste chiavi di lettura ad entrare dentro questa Parola di Gesù. Proviamo, ancora più in particolare, ad entrare dentro la figura di uno di questi tre Magi. Tre uomini importanti, forse dei principi o addirittura dei re, sicuramente degli studiosi del cielo, delle stelle, tre uomini che fanno dello studio della scienza il motore della loro azione, e si muovono sulle mappe del loro intelletto, della loro ragione. Scienza e fede, un binomio che può andare d'accordo e che, nello specifico i Magi sintetizzano perfettamente: da un lato i loro studi, l'individuazione di un astro nuovo, di una stella fuori da ogni conoscenza precedente; dall'altro l'affidarsi a questa luce che li condurrà ad un re. Il re dei re. Ad una luce si affidano per andare incontro attraverso le tenebre ad un'altra luce, la luce che salva, che dona grazia. Proviamo allora ad entrare con i nostri panni, e dentro il nostro contesto quotidiano di vita, nella figura di uno di questi uomini che fiduciosi intraprendono un viaggio verso una meta sconosciuta, certi però di giungere ad un risultato prezioso.

Qual è la nostra capacità di affidamento?

La metafora del viaggio inteso come cammino, come il cammino della nostra stessa vita è presente nelle culture di tutti i luoghi e di tutti i tempi, ma per noi cristiani il viaggio è qualcosa di diverso, è la ricerca sostenuta dalla fiducia, in serbo nel nostro cuore, che la risposta esiste, che la risposta è Gesù, e che la meta verso cui tendiamo ci fa liberi. Perché Gesù ci rende liberi dalle nostre schiavitù, dalle nostre paure, dal non sentirci adeguati, capaci, ci fa liberi dalle nostre debolezze, dalle nostre vulnerabilità. Liberi perché amati gratuitamente, liberi perché la sua grazia riempie la nostra vita dandole pienezza. E allora, come uno dei magi, proviamo a metterci in cammino senza sapere esattamente dove andremo, ma muoviamoci sicuri della nostra luce guida, una luce che ci sveglia dal nostro sonno, che ci fa uscire dalle nostre tenebre. Il viaggio che stiamo per intraprendere è quello che ci condurrà dentro noi stessi, dentro la verità di noi stessi, quella verità che dobbiamo trovare da noi, e che, al contempo, dobbiamo trovare anche dentro il nostro coniuge.

Siamo disposti ad intraprendere questo viaggio dentro noi stessi?



tà, segno ed espressione di continua generazione di vita come agli albori della nostra esistenza umana? Allora, il Creatore, plasmandoci, ci fece esseri viventi proprio mediante il *Suo soffio caldo* di “un alito di vita” (Gen 2,7).

Che stupore! Nell'esperienza sempre nuova del *volerti bene*, del *volere il tuo bene*, anche noi, insieme, siamo lambiti e continuamente rigenerati e corroborati da quella brezza tonificante di quel primo *caldo alito di vita*.

Leggendo con Gesù di Nazaret i racconti di Genesi comprendiamo che il nostro bisogno di dare e ricevere amore, cioè la nostra *nostalgia di relazione autentica*,

ha la sua radice nelle *divine relazioni* della Trinità.

Alla scuola di Gesù possiamo raggiungere le radici ultime della comprensione e della realizzazione della *reciprocità delle relazioni*, cioè della *comunione delle persone*, specie di quella coniugale e familiare. Nella misura in cui queste relazioni sono autenticate dalla gratuità del dono di sé, esse stesse diventano, in qualche modo, rivelative del mistero che le ispira e inabita: *il mistero della vita trinitaria*.

A questo proposito è particolarmente significativo ed innovativo quanto afferma Giovanni Paolo II nella sua *Lettera alle Famiglie*: “Il ‘Noi’ divino costituisce il modello eterno del ‘noi’ umano, di quel ‘noi’ innanzitutto che è formato dall'uomo e dalla donna, creati ad immagine e somiglianza divina” (n. 6)... “La ‘comunione’ delle persone è, in certo senso, dedotta dal mistero del ‘Noi’ trinitario e quindi anche la ‘comunione coniugale’ viene riferita a tale mistero. La famiglia che prende inizio dall'amore dell'uomo e della donna, scaturisce radicalmente dal mistero di Dio. Ciò corrisponde all'essenza più intima dell'uomo e della donna, alla loro nativa ed autentica dignità di persone” (n. 8).

Concludo questa mia comunicazione con le significative parole della *Gaudium et spes* perché mi sembra che sintetizzino bene quanto ho cercato di esprimere in queste righe, e molto di più...

“Tutti... creati ad immagine di Dio... sono chiamati al medesimo fine, che è Dio stesso... Il Signore Gesù, quando prega il Padre perché ‘tutti siano una cosa sola, come io e tu siamo una cosa sola’ (Gv 17, 21-22), aprendoci prospettive inaccessibili alla ragione umana, ci ha suggerito una certa similitudine tra l'unione delle persone divine e l'unione dei figli di Dio nella verità e nell'amore. Questa similitudine manifesta che l'uomo, il quale in terra è la sola creatura che Iddio abbia voluto per se stessa, non possa ritrovarsi pienamente se non attraverso un dono sincero di sé” (n. 24).

Auguro a ciascuno, specie ad ogni coppia di fidanzati e di sposi, di approfondire queste espressioni, nella preghiera, nella meditazione e nella condivisione, con la speranza di averne qualche eco anche sulle pagine di *Lettera di Famiglia*.

Cosa fare in caso di...

ovvero pochi consigli utili per piccole urgenze

di Francesca Grassa, pediatra

Febbre

La febbre è per il nostro organismo un meccanismo di difesa: infatti, aumentando la temperatura il corpo uccide meglio i virus e i batteri e riduce la loro aggressione e come tale non deve essere contrastata a tutti i costi; pertanto non andrebbe guardato solo il termometro ma andrebbero valutate di più le condizioni generali del bambino (tutto sommato se il bambino corre, salta, mangia ed ha la temperatura anche a 39 °C possiamo anche attendere nel somministrare un antipiretico (farmaco che fa abbassare la temperatura) mentre magari è più utile dare un po' di sollievo al bambino abbattuto che non riesce a mangiare o a bere anche se la temperatura non è altissima.

Cosa possiamo fare in caso di febbre?

Dare bevande anche un po' zuccherate a piccoli sorsi, non coprire eccessivamente il bambino e utilizzare i farmaci antipiretici. Tra i farmaci utilizzati per far abbassare la temperatura certamente il più conosciuto e anche quello col miglior rapporto efficacia/tollerabilità è il paracetamolo (alias Tachipirina o Efferalgan) da somministrare al bisogno anche ogni 4-6 ore in rapporto al peso - e non all'età come di solito si fa - e può essere utilizzato in sciroppo o in supposte:

5-10 kg	3-5 ml	125 mg	supposte o compresse
11-16 kg	6-8 ml	150 mg	
17-22 kg	9-11 ml	250 mg	
23-28 kg	12-14 ml	300mg	
più di 35 kg	15 ml	500 mg	

Infine dobbiamo rivolgerci al medico se il bambino ha meno di 3 mesi; se presenta difficoltà a respirare; se è troppo sonnolento; se ha convulsioni; se la febbre persiste per più di 48 ore; se la temperatura è stabilmente superiore a 40,5 e non scende con il paracetamolo.

Diarrea e vomito

Si parla di *diarrea* quando il bambino presenta numerose scariche di feci liquide o non formate e di *vomito* quando viene emesso il contenuto gastrico che può essere cibo o anche soltanto succhi gastrici.

Cosa possiamo fare?

Proporre al bambino liquidi zuccherati come tè o camomilla a temperatura ambiente e a piccoli sorsi per le prime 4 -6 ore; dopo questo periodo si possono offrire al bambino - senza forzarlo - alimenti come riso o pastina con olio e formaggio, patate, carote, carne bianca ai ferri o bollita, mele, banane, pane e fette biscottate. Si possono usare farmaci per bloccare il vomito ripetuto se questo non permette al bambino di idratarsi (Peridon in sciroppo o in supposte e eventualmente Plasil im 1/4 di fiala sino ad 1 anno, 1/2 f sino a 6 anni e 1fl intera dopo 6 anni. La diarrea non va bloccata. Bisogna piuttosto reintegrare le perdite con soluzione gluco-salina



a piacere come Dicodral o Equidral a piccoli sorsi e spesso. Non sono quasi mai utili gli antibiotici: anzi sono stati spesso causa di complicanze anche gravi. In molte cause di diarrea non è stata dimostrata l'utilità dei fermenti lattici (Enterogermina e consimili).

Bisogna infine rivolgersi al medico se il bambino non riesce ad idratarsi o sembra disidratato (fa poca pipì e ha le labbra asciutte); se è troppo prostrato; se ha meno di tre mesi; se il vomito continua nonostante i farmaci.

Numeri telefonici di alcuni Centri antiveleni

Milano	02 66101029
Roma	06 3054343
Napoli	081 5453333
Catania	095 7594120

Avvelenamenti

Si definisce avvelenamento quando nell'organismo, di solito per cause accidentali, entra una sostanza tossica o nociva; questo può avvenire per inalazione, ingestione o assorbimento percutaneo. Particolarmente pericolosi per ingestione sono alcuni farmaci, gli agenti corrosivi (detersivo per lavastoviglie in primis); disgorganti per scarichi; acido muriatico; anticalcare; ammoniac; detersivi per forni e i solventi come la trielina.

Per inalazione sono nocivi ammoniac; vapori sprigionati da vernici e da solventi; gas come p. e. il monossido di carbonio, che è inodore e si sprigiona da fiamme libere in ambienti chiusi (stufe, camini e bracieri).

In questi casi aerare l'ambiente e allontanare il bambino dalla zona inquinata; se l'avvelenamento è per contatto cutaneo od oculare togliere i vestiti e lavare la zona della cute con acqua abbondante o gli occhi con fisiologica se è possibile e non istillare colliri prima della visita oculistica.

Di solito nell'avvelenamento da ingestione i genitori vedono il bambino a contatto con il prodotto ma non ha ancora sintomi: in questi casi bisogna chiamare subito un centro antiveleni (rispondono 24 ore al giorno) e prepararsi alle domande che verranno fatte: quanto pesa il bambino, come si chiama la sostanza che ha ingerito o con cui è venuto a contatto, quanta sostanza può aver assunto etc. Quindi è opportuno cercare la confezione o il flacone considerando se nota la quantità presente precedentemente e quella rimasta, quella che eventualmente si trova per terra o addosso al bambino. Non bisogna indurre il vomito o somministrare alcunché se non si è avuta chiara indicazione a farlo. Se il bambino deve essere trasportato posizionarlo su un fianco.

Come evitare gli avvelenamenti

Per gli avvelenamenti da inalazione aerare spesso i locali specie se in casa ci sono stufe e camini e verificarne il tiraggio.

Ingestione di funghi: non raccogliere funghi senza la certezza che siano commestibili; farli sempre esaminare prima di mangiarli in un centro competente.

Farmaci e sostanze tossiche: tenerli in posti chiusi a chiave e non raggiungibili dal bambino, non tenere farmaci in borsa: di solito i bambini vi guardano dentro cercando caramelle o soldini, insegnare ai bambini che i farmaci sono pericolosi; non mettere nella stessa scatola farmaci diversi o lo stesso farmaco a dosaggio diverso.

Non conservare nessun prodotto in bottiglie dell'acqua minerale o di bibite.

Non lasciare anche se la si sta usando una sostanza tossica a portata di mano.

Conoscere il nome delle piante che si hanno a casa ed evitare di tenere quelle che hanno bacche o semi o foglie pericolose.

